

**Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví**  
**Vyučovací předmět: tělesná výchova**  
**Ročník: 9.**

Výstup	Učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy, projekty, kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> <li>- zvládá jednotlivé disciplíny</li> <li>- získané dovednosti uplatní jako reprezentant školy</li> <li>- umí měřit výkon a rozhodovat, uplatňuje spravedlnost</li>   <li>- dokáže poskytnout záchranu a pomoc</li> <li>- dbá na estetický projev</li> <li>- usiluje o plynulost pohybu</li>   <li>- hraje podle zásad fair play</li> </ul>	<p><b>atletika</b>  vytrvalostní běh – 1 500m  sprint – 60m  skok daleký  skok vysoký  vrh koulí  štafetový běh</p> <p><b>gymnastika</b>  akrobacie – vlastní sestava  d – kotoul plavmo  ch – kotoul plavmo, kotoul vzad  do zášvihu  přeskok – bedna skrčka  koza naděl roznožka  ch – přeskok koně  hrazda – sestava  kruhy – houpání s obratem  kladina – vlastní sestava  šplh d – tyč, ch – lano</p> <p><b>sportovní hry</b>  volejbal –hra</p>	<p>M, F</p> <p><b>OSV</b> – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, mezilidské vztahy</p> <p><b>VDO</b> – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance,angažovaný přístup k druhým  Umět se při řešení problémů projevit samostatně a odpovědně</p> <p><b>EV</b> – vztah člověka k prostředí</p> <p><b>MKV</b> – lidské vztahy, kulturní diference</p>	<p>atletický stadion</p> <p>tělocvična</p>

**Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví**  
**Vyučovací předmět: tělesná výchova**  
**Ročník: 9.**

<ul style="list-style-type: none"> <li>- zná pravidla, umí rozhodovat zápas vypracovat tabulku a vést zápis</li> <li>- uplatňuje zkušenosti z míčových her v dalších sportech</li>   <li>- dbá na hygienu při sportování, dodržuje správný pitný režim a zásady zdravé výživy</li> <li>- dokáže se samostatně připravit před zátěží</li> <li>- aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu</li> <li>- usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti</li> <li>- uvědomuje si negativní vliv návykových látek na vlastní fyzickou zdatnost a odmítá je jako neslučitelné se zdravím a sportem</li> <li>- dokáže předvídat nebezpečí úrazu a předcházet mu</li> <li>- orientuje se v informacích podávaných médií</li> <li>- považuje za čest reprezentovat školu</li> <li>- jedná v duchu fair play</li> </ul>	<p>basketbal – hra  softbal – hra  ringo – hra  rugby bezdotykové – hra</p> <p><b>Význam pohybu pro zdraví</b></p> <p><b>přežití v přírodě, orientace, ukrytí, nouzový přístřešek, zajištění vody, potraviny, tepla</b></p>	<p><b>MV</b> – interpretace vztahu mediálního sdělení a reality, práce v týmu</p>	<p>tělocvična</p>
--	---	---	-------------------