

**Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví**

**Vyučovací předmět: Sportovní a pohybová výchova**

**Ročník: 9. ročník**

Výstup	Učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy, projekty, kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"><li>- osvojuje si pohybové dovednosti</li><li>- zvládá základní manipulaci s míčem, hokejkou či jiným náčiním</li><li>- zná pravidla sportovních her a umí je uplatnit při hře</li><li>- hraje podle zásad fair play</li><li>- zná význam pohybu pro zdraví</li><li>- chápe zdraví jako vyvážený stav tělesné, duševní i sociální pohody</li><li>- vytváří si kladný vztah k celoživotní pohybové aktivitě</li><li>- snaží se dodržovat zásady zdravého životního stylu</li><li>- dbá na hygienu při sportování, dodržuje správný pitný režim</li><li>- dokáže se samostatně připravit před zátěží</li><li>- usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti</li><li>- dokáže předvídat nebezpečí úrazu a předcházet mu</li></ul>	<p><b>Sportovní hry:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- volejbal</li><li>- přehazovaná</li><li>- házená</li><li>- basketbal</li><li>- florbal</li><li>- fotbal</li><li>- ringo</li><li>- frisbee</li></ul> <p><b>Netradiční hry</b></p> <p><b>Atletika</b></p>	<p><b>M, F, PŘ, Ov</b></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 si 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>výuka probíhá v přírodě, na hřišti, v tělocvičně</p>