

PŘEDMĚT: TĚLESNÁ VÝCHOVA		2. ročník		
Konkretizovaný výstup	Konkretizované učivo	Evaluace a její nástroje	Vazby, přesahy (mezipř. vztahy)	Průřezová témata
Žák: – vysvětlí, že pohyb je vhodný pro zdraví – zvládá základní přípravu organismu před pohybovou aktivitou – dodržuje základní pravidla chování při TV, dodržuje pravidla bezpečnosti – zná a užívá základní tělocvičné pojmy, správně reaguje na smluvené povely, gesta, signály pro organizaci činnosti – používá vhodné sportovní oblečení a sportovní obuv, jedná v duchu fair-play – vysvětlí, že různá cvičení mají různé účinky – dbá na správné držení těla při různých činnostech i provádění cviků – aplikuje na správné dýchání – používá kompenzační a relaxační cviky – uplatňuje pravidla bezpečnosti při gymnastických cvičeních a za pomoci učitele je dodržuje – dovede se samostatně převléct do cvičebního úboru – reaguje na základní pokyny a gesta učitele – zvládá alespoň pasivně základní pojmy osvojovaných cviků a dovede pojmenovat základní gymnastické nářadí a náčiní – zvládá základní gymnastické držení těla – zvládá se soustředit na cvičení	<u>Poznatky z TV a sportu</u> – základní pojmy, komunikace z TV – příprava ke sportovnímu výkonu - příprava organismu, zdravotně zaměřené činnosti – bezpečnost při sportování <u>Průpravná, kondiční a relaxační cvičení</u> – základní pojmy spojené s jednotlivými druhy cvičení – příprava organismu pro různé pohybové činnosti – správné držení těla – základní význam jednotlivých druhů cvičení <u>Gymnastika</u> – základní cvičební polohy, pohyby paží, nohou, trupu,... – gymnastické držení těla, soustředění – svalové napětí a uvolnění celého těla – základní bezpečnostní pravidla, vhodné oblečení – názvy používaného náčiní a nářadí	Např.: PP, PV, Z, S	OVO: 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5 U: 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.8, 1.9, 1.10, 1.11, 1.12, 1.13, 1.18, 1.19, 1.20, 1.21, 1.22 Podp. op.: 1-1p, 1-2p, 1-3p, 1-4p, 1-5p	

PŘEDMĚT: TĚLESNÁ VÝCHOVA		2. ročník		
Konkretizovaný výstup	Konkretizované učivo	Evaluace a její nástroje	Vazby, přesahy (mezipř. vztahy)	Průřezová témata
Žák: – uvědomuje si, že při zpevnění těla se provádějí gymnastická cvičení snáze – zvládá kotoul vpřed, vzad, skoky prosté snožmo z trampolíny – zvládá základy gymnastického odrazu – zvládá základy šplhu s dopomocí učitele – zvládá chůzi na lavičce s dopomocí učitele – uplatňuje pravidla bezpečnosti při atletických činnostech a za pomoci učitele je dodržuje – dovede se samostatně převléct do cvičebního úboru – reaguje na základní pokyny, signály a gesta učitele – zvládá základní techniku nízkého a polovysokého startu, běhu, skoku do dálky, skoku z místa, hodů míčkem z místa a za chůze	– akrobacie – průpravná cvičení pro zvládnutí kotoulu (vpřed) – kotoul vpřed – průpravná cvičení pro zvládnutí kotoulu (vzad) – kotoul vzad – přeskok – průpravná cvičení pro nácvik odrazu z trampolíny – skoky prosté odrazem snožmo z trampolíny – výskok do vzporu dřepmo na sníženou švédskou bednu odrazem z trampolíny – šplh na tyči – průpravná cvičení pro nácvik přírazu obounož – šplh do výšky max. 2m s dopomocí – kladina-lavičky – chůze s dopomocí – cvičení na lavičkách – – Atletika – názvy částí atletického hřiště (běh, skok, hod) – startovní povely a signály – průpravná cvičení pro ovlivňování běžecké rychlosti, vytrvalosti, síly a obratnosti – vhodný oděv a obuv, zásady bezpečnosti – běh – základy nízkého a polovysokého startu – rychlý běh na 20 až 60 m – souvislý běh podle úrovně žáků, běh v terénu, běh prokládaný chůzí – skok – skok z místa – skok do dálky z rozběhu – spojení rozběhu s odrazem – hod – hod míčkem z místa – hod z chůze	Např.: PP, PV, Z, S	OVO: 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5 U: 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.8, 1.9, 1.10, 1.11, 1.12, 1.13, 1.18, 1.19, 1.20, 1.21, 1.22	

PŘEDMĚT: TĚLESNÁ VÝCHOVA		2. ročník		
Konkretizovaný výstup	Konkretizované učivo	Evaluace a její nástroje	Vazby, přesahy (mezipř. vztahy)	Průřezová témata
Žák: – uplatňuje pravidla bezpečnosti při gymnastických činnostech a rytmizaci, za pomoci učitele je dodržuje – dovede se samostatně převléknout do cvičebního úboru – reaguje na základní pokyny a gesta učitele – zvládá základní estetické držení těla (snaží se o to) – zvládá základní estetický pohyb těla a jeho části (chůze, běh, poskoky, obraty atd.) – umí vyjádřit jednoduchou melodii, rytmus pohybem – vyjmenuje různá nebezpečí při hrách a snaží se jim za pomoci učitele zabránit – zvládá některé pohybové hry – zvládá v pohybové hře využít i hračky a jiné předměty (mimo tělocvičného náčiní) – dokáže pohyb spojovat s hudbou, rytmem, příběhem, pohádkou, svou představou, zkušeností – uplatňuje pravidla bezpečnosti při sportovních hrách a za pomoci učitele je dodržuje – zvládá základní pojmy používaného náčiní, osvojované dovednosti, části hřiště a známé sportovní hry jako je vybíjená apod. – zvládá základní způsoby házení a chytání míče odpovídající velikosti a hmotnosti – uplatňuje základní znalosti sportovních her v praxi	<u>Rytmická a kondiční gymnastika</u> – základy bezpečnosti při gymnastických činnostech, rytmizaci – vhodný oděv a obuv – základní estetický pohyb těla a jeho částí (chůze, běh, poskoky) – rytmizovaný pohyb, nápodoba pohybem – tvořivé vyjádření rytmu a melodie pohybu – soustředění na hudební a rytmičtý doprovod <u>Pohybové hry</u> – základní organizační povely pro realizaci her – základní pravidla osvojovaných her – bezpečnost při různých druzích her – využití předmětů denní potřeby k pohybovým hrám <u>Sportovní hry</u> – základní sportovní hry – základy bezpečnosti a hygieny – držení míče jednoduše a obouruč – manipulace s míčem – základní přihrávky rukou, nohou <u>Úpoly</u> – přetahy a přetlaky	Např.: PP, PV, Z, S	OVO: 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5 U: 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.8, 1.9, 1.10, 1.11, 1.12, 1.13, 1.18, 1.19, 1.20, 1.21, 1.22	

PŘEDMĚT: TĚLESNÁ VÝCHOVA		2. ročník		
Konkretizovaný výstup	Konkretizované učivo	Evaluace a její nástroje	Vazby, přesahy (mezipř. vztahy)	Průřezová témata
Žák: – zvládá chůzi po ledě, klouzání – dovede stát na bruslích a pomalu se pohybovat po ledě (s oporou, bez opory) – ví, že je nebezpečné vstupovat na zamrzlou přírodní plochu bez dozoru dospělých osob	<u>Bruslení</u> dle podmínek – nebezpečí vstupu na zamrzlou přírodní vodní plochu – pohyb na ledu bez bruslí – klouzání vyvolenou nohou vpřed			

