

PŘEDMĚT: TĚLESNÁ VÝCHOVA		8. ročník		
Konkretizovaný výstup	Konkretizované učivo	Evaluace a její nástroje	Vazby, přesahy (mezipř. vztahy)	Průřezová témata
Žák: - dovede poskytnout základní pomoc a záchranu při cvičení - při gymnastickém cvičení zvládá přesné provádění pohybů - zvládá kotoul vpřed, vzad, stoj na rukou s pomocí, přemet stranou - zvládá napínací a protahovací cvičení - zvládá základy gymnastického odrazu z můstku - zvládá roznožku a skrčku přes nářadí odpovídající výšky - zvládá základy chůze na lavičce s obměnami - zvládá šplh - jednoduše zhodnotí kvalitu vlastní činnosti a reaguje na pokyny k vlastním chybám - předvede učiteli pohybové výkony – kotoul vpřed, kotoul vzad, stoj na rukou, šplh do požadované výšky, přeskok – skrčka, roznožka, hluboký předklon - změní základní pohybové výkony a porovná je s předchozími výsledky	<u>Gymnastika</u> - základní cvičební polohy, postoje, pohyby paží, nohou, názvy používaného nářadí a náčiní - základní záchrana a pomoc při gymnastickém cvičení - přípravná cvičení pro ovlivňování pohyblivosti, obratnosti, síly, rychlosti a koordinace pohybů - Akrobacie: - kotoul vpřed a jeho modifikace - kotoul vzad a jeho modifikace - přípravná cvičení pro zvládnutí stoje na rukou - stoj na rukou (s pomocí) - přípravná cvičení pro zvládnutí přemetu stranou - přemet stranou (s pomocí) - Přeskok: - přípravná cvičení pro nácvik gymnastického odrazu z můstku - skrčka přes kozu (bednu, koně) našir odrazem z můstku - roznožka přes kozu našir odrazem z můstku - Kladina, lavička: - chůze bez pomoci s různými obměnami - rovnovážná cvičení - cvičení na lavičkách - Šplh na tyči, na laně: - šplh do výšky 4 m na tyči - přípravná cvičení pro šplh na laně - Hrazda: - přípravná cvičení na hrazdě odpovídající velikosti - přitahy, ručkování, výdrž ve shybu - nácvik pro sešín - Kruhy: - přípravná cvičení na kruzích – houpání - měření a posuzování pohybových dovedností – měření výkonů, základní pohybové testy ve vybraných disciplínách	např. PP, H, MV	OVO: 2.3, 4.1, 4.2, 4.5 Podpůrná op.: 2-4p, 2-5p, 2-2p, 3-1p, 3-2p, 4-4p, 4-3p, 4-6p	

PŘEDMĚT TĚLESNÁ VÝCHOVA		8. ročník		
Konkretizovaný výstup	Konkretizované učivo	Evaluace a její nástroje	Vazby, přesahy (mezipř. vztahy)	Průřezová témata
- uplatňuje základy pravidel bezpečnosti - dohodne se na spolupráci (jednoduché taktice) družstva a dodržuje ji - vyjmenuje různá nebezpečí při sportovních hrách a snaží se jim předcházet - zvládá základní pojmy osvojovaných činností - dovede zaznamenat výsledky utkání a pomáhat při rozhodování - zvládá konkrétní hry se zjednodušenými pravidly a dovede pravidla her využívat – vybíjená, fotbal, basketbal, florbal, přehazovaná, volejbal - zvládá herní činnosti jednotlivce vybraných sportovních her - zvládá a předvede učitelé elementární herní činnosti jednotlivce ve vybraných hrách a využívá je v základních kombinacích i v utkání dle pravidel – driblíng, dvojtakt, střelba, přihrávky, nahrávky, chycení míče, zpracování míče, hod míče, podání přes síť, odbití obouruč vrchem, spodem - vyjmenuje základní role, hráčské funkce v družstvu a dodržuje je v utkání - uplatňuje zásady fair play jednání ve hře - posoudí a porovná pohybové výkony s předchozími výsledky	<u>Sportovní hry</u> - základní pojmy osvojovaných činností, základní označení a vybavení hřiště - pravidla sportovních her – basketbal, vybíjená, fotbal, florbal, přehazovaná, volejbal - role ve hře - základní organizace utkání (losování, zahájení, počítání skóre, ukončení utkání) - vhodné oblečení a obutí pro sportovní hry - Práce s míčem: - přihrávka jednoruč a obouruč (vrchní, krčným) - přihrávka vnitřním nártem (po zemi, obloukem) - chytání míče jednoruč, obouruč, tlumení míče vnitřní stranou nohy, zpracování míče - vedení míče – driblíng, nohou - nácvik dvojtlaku - střelba jednoruč na koš, na branku – z místa i za pohybu - udržení míče pod kontrolou - základní spolupráce ve hře - utkání podle zjednodušených pravidel - nácvik podání - nácvik odbití obouruč vrchem, spodem - posuzování pohybových dovedností – měření výkonů, základní pohybové testy ve vybraných sportovních hrách	Např. U, KZP, PP, D, PČ	OVO: 2.3, 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.6, 4.7 U 2.4, 3.1, 3.6, 4.1, 4.2, 4.4, 4.5, 4.6	

