

Vzdělávací oblast – Člověk a zdraví

TĚLESNÁ VÝCHOVA

Charakteristika vyučovacího předmětu – 2. stupeň

Obsahové, časové a organizační vymezení

Předmět tělesná výchova se vyučuje v 6. – 9. ročníku 2 hodiny týdně

Vzdělávací obsah je rozdělen na tři tématické okruhy, které spolu souvisí, prolínají se a vzájemně se podmiňují.

Činnosti ovlivňující zdraví - regenerace a kompenzace jednostranné zátěže způsobené pobytem ve škole, poznávání zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty, rozpoznávání základních situací ohrožujících tělesné a duševní zdraví, předcházet těmto situacím nebo je řešit (kondiční, průpravná, vyrovnávací, relaxační a zdravotní cvičení, první pomoc při sportu, ošetření a přesun zraněného)

Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností – rozvoj a osvojování pohybových dovedností a kultivace pohybu (pohybové a sportovní hry úpolové činnosti, gymnastika, atletika, orientační běh, základy sjezdového lyžování a jízda na vleku, hry se sněhem a na sněhu, dle počasí klouzání a bruslení)

Činnosti podporující pohybové učení – komunikace při hodinách TV, sportovní pravidla, smluvená gesta a signály, vzájemná spolupráce a taktizování pro dosažení úspěchu týmu, význam soutěží a závodů, jejich organizace, evidence vyhodnocování

Organizace

Žáci cvičí v tělocvičně školy, na školním hřišti nebo ve volné přírodě (orientační běh, branný závod, štafetový běh v terénu, běh s přírodními překážkami, hod míčkem, koulí, granátem). Žáci, kteří dosahují v mezitřídních soutěžích dobrých výsledků se zúčastňují různých týmových soutěží i soutěží jednotlivců (sálové kopané, florbalu, atletické soutěže, plavecko – běžecké soutěže). Každoročně je pořádán zimní ozdravný pobyt na horách pro žáky (základy lyžování a jízdy na vleku, hry se sněhem a na sněhu). Na všechny sportovní činnosti mají žáci vhodné sportovní oblečení a obuv. Při hodinách se využívá dostupné sportovní náčiní a nářadí v tělocvičně školy. Pracuje se různými metodami a formami práce.

Průřezová témata

Osobnostní a sociální výchova – fyzická stránka člověka, sociální vztahy, komunikace, rozhodování ve vypjatých situacích, obecné modely řešení problémů, zvládání schopnosti poznávání, sebepoznávání, poznávání lidí a jednání ve specifických rolích a situacích

Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech – rozvíjení vědomí evropské identity s respektováním identity národní, význam sportu pro vzájemné porozumění a přátelství mezi lidmi různých národů, olympijská idea

Multikulturní výchova – schopnost chápat lidské vztahy mezi příslušníky různých národů a etnických skupin

Environmentální výchova – cenit si svého zdraví i druhých, chápání vlivu prostředí na zdraví, chránit přírodu při sportovních akcích

Výchova demokratického občana - angažovaný přístup k druhým, zásady slušnosti tolerance, uznání druhého

Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí žáků

Kompetence k učení

- poznávají smysl a cíl svých aktivit
- plánují, organizují a řídí vlastní činnost
- užívají osvojené názvosloví na úrovni cvičence
- vytvářejí soubory cviků
- prožívají úspěch

Kompetence k řešení problémů

- vnímají nejružnější problémové situace
- plánují způsob řešení problémů
- vyhledávají informace vhodné k řešení problémů
- kriticky myslí, činí uvážlivá rozhodnutí, jsou schopni je obhájit
- uvědomují si zodpovědnost svých rozhodnutí
- hodnotí výsledky své i druhých
- zodpovídají za svá rozhodnutí a jsou schopni je obhájit

Kompetence komunikativní

- komunikují na odpovídající úrovni
- vyjadřují se výstižně
- osvojují kultivovaný ústní projev
- účinně se zapojují do diskuze
- stručně a logicky uvažují
- naslouchají druhým
- snaží se rozumět všem smluveným znamením, gestům, zvukům

Kompetence sociální a personální

- spolupracují se skupinou
- jednájí ohleduplně
- upevňují mezilidské vztahy ve skupině
- podílejí se na vytváření pravidel práce v týmu
- v případě potřeby poskytnou pomoc nebo o ni požádají
- si vytváří pozitivní představu o sobě samém, která podporuje sebedůvěru a samostatný rozvoj

Kompetence občanská

- respektují názory ostatních
- odmítají hrubé zacházení
- berou ohledy na druhé
- formují si volní a charakterové rysy
- zodpovědně se rozhodují
- aktivně se přistupují ke sportovním aktivitám a reprezentaci školy
- chrání své zdraví zodpovědným chováním v krizových situacích a situacích ohrožujících zdraví člověka
- rozlišují a uplatňují práva a povinnosti vyplývající z různých rolí (hráč, rozhodčí, divák,..)
- dodržují pravidla slušného chování

Kompetence pracovní

- efektivně organizují vlastní práce
- spoluorganizují svůj pohybový režim
- ovládají základní postupy první pomoci
- dodržují obecná pravidla bezpečnosti při používání náradí a náčiní

Kompetence digitální

- zaznamenávají různými digitálními přístroji své výkony
- měří základní pohybové výkony a porovnávají je s předchozími výsledky
- vyhledávání informací o pravidlech jednotlivých sportů

