Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Tělesná výchova

Vzdělávací předmět Tělesná výchova směřuje k poznání vlastních pohybových možností a zájmů a k poznávání účinků konkrétních pohybových činností na tělesnou zdatnost, duševní a sociální pohodu.

Charakteristika vyučovacího předmětu – 2. stupeň

Obsahové, časové a organizační vymezení

Vyučovací předmět se vyučuje v šestém až devátém ročníku s časovou dotací dvě vyučovací hodiny týdně. Výuka probíhá dle podmínek a potřeby v tělocvičně a na školním hřišti. V maximální míře je využíváno přírodní prostředí a to i v zimním období. Výuka je organizována v oddělených skupinách chlapců a dívek.

V tělesné výchově je velmi důležité motivační hodnocení žáků, které vychází ze somatotypu žáka a je postaveno na posuzování osobních výkonů každého jednotlivce a jejich zlepšování – bez paušálního porovnávání žáků podle výkonových norem (tabulky, grafy, aj.), které neberou v úvahu růstové a genetické předpoklady a aktuální zdravotní stav žáků.

Důraz je kladen na rozvoj pohybových aktivit žáků a kultivovanost jejich pohybu. Žáci jsou seznamováni se základy pohybových her s ohledem na jejich zdravotní omezení. Prostřednictvím tělesné výchovy je žákům školy poskytován zdravý a přirozený pohyb. Žáci jsou vedeni k radosti z pohybu, ke zdravému způsobu života a pravidelnému sportování.

Součástí vzdělávacího obsahu předmětu je i tematický okruh **Zdravotní tělesná výchova**, jejíž prvky jsou preventivně využívány v hodinách Tělesné výchovy. Jsou zadávány všem žákům anebo pouze žákům s tělesným postižením (oslabením). Výuka je zaměřena na korekci zdravotních oslabení a speciální cvičení k posílení pohybového systému, vnitřních orgánů a smyslových a nervových funkcí.

V rámci tohoto předmětu jsou naplňovány tyto výchovné a vzdělávací strategie

Kompetence k učení

- podporujeme individuální rozvoj pohybových schopností
- klademe důraz na prožívání souvislostí mezi tělesnou kondicí a psychickou pohodou
- motivujeme ke zvyšování vlastní fyzické zdatnosti

Kompetence k řešení problémů

- motivujeme k přemýšlení o problému při ovládnutí cviku, sportovního prvku a hledání tréninkové cesty k jeho odstranění
- nabízíme volbu vhodné taktiky v individuálních i kolektivních sportech

Kompetence komunikativní

- vyžadujeme vyslechnutí a přijetí pokynů vedoucího družstva, učitele, kapitána
- vytváříme prostor pro diskusi o taktice a společném postupu družstva

Kompetence sociální a personální

- vyžadujeme dodržování pravidel fair play

- posilujeme prezentaci a podporu myšlenek olympijského hnutí
- podporujeme rozvoj spolupráce uvnitř kolektivu sportovního družstva
- organizujeme rozdělování a přijímání úkolů v rámci sportovního družstva

Kompetence občanské

- podporujeme u žáků aktivní sportování
- objasňujeme a dáváme příklady potřeby dodržování hygieny při tělesných aktivitách
- motivujeme k poskytování první pomoci při úrazech lehčího charakteru
- provádíme emoční i věcné seznámení se škodlivostí požívání drog a jiných škodlivin

Kompetence pracovní

- poskytujeme příklady nutnosti dodržování pravidel ve sportu, v celém životě
- klademe důraz na vyhledávání možných rizik při pohybových činnostech a hledání cest jejich minimalizace
- zadáváme a pomáháme s organizací turnaje
- motivujeme žáky k zpracovávání a prezentaci naměřených výkonů

Kompetence digitální

- učíme žáky využívat digitální technologie k usnadnění, zefektivnění a zkvalitnění výsledků své práce

PRŮŘEZOVÁ TÉMATA

OSV - Sociální rozvoj – Kooperace a kompetice – rozvoj individuálních dovedností pro kooperaci (seberegulace v situaci nesouhlasu, odporu apod., dovednost odstoupit od vlastního nápadu, dovednosti navazovat na druhé a rozvíjet vlastní linku jejich myšlenky, pozitivní myšlení apod.), rozvoj sociálních dovedností pro kooperaci (jasná a respektující komunikace, řešení konfliktů, podřízení se, vedení a organizování práce skupiny), rozvoj individuálních a sociálních dovedností pro etické zvládání situací soutěže, konkurence.