

MENSA GYMNÁZIUM, o.p.s.
TEMATICKÉ PLÁNY

TEMATICKÝ PLÁN (ŠR 2017/18)

| | |
|---|--|
| PŘEDMĚT | Tělesná výchova |
| TŘÍDA/SKUPINA | Oktáva |
| VYUČUJÍCÍ | Aleš Presl |
| ČASOVÁ DOTACE | 2 hodiny/týdně |
| UČEBNICE (UČEB. MATERIÁLY) - ZÁKLADNÍ | tělocvična, venkovní areál s atletickou dráhou |
| POZN. (UČEBNÍ MATERIÁLY DOPLŇKOVÉ aj.) | |

MENSA GYMNÁZIUM, o.p.s.
TEMATICKÉ PLÁNY

| Tematický celek | Výstupy | Téma | Klíčové kompetence |
|---|--|---|--------------------|
| | <i>Septima</i> | | |
| Zdravý způsob života - hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech | uplatňuje vhodné a bezpečné chování při sportovních aktivitách a činnostech | poučení o bezpečnosti a chování v hodinách TV, při jednotlivých sportech | |
| Pohybové hry | jedná v duchu fair play: dodržuje pravidla her a soutěží; respektuje při pohybových činnostech opačné pohlaví | tradiční i netradiční pohybové hry zařazené do úvodních částí hodin a jejich modifikace | |
| Fotbal / Florbal / Basketbal / Házená / Rugby / Volejbal | spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích | základní technika - herní činnosti jednotlivce | |
| | | různé formy hry, průpravné hry | |
| | posoudí provedení osvojované pohybové činnosti zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti | dodržování pravidel a bezpečnosti při hře | |
| Gymnastika | | kompensační cvičení, cvičení s náčiním, na nářadí, akrobacie | |
| Atletika | | cvičení prostná a se švihadly | |
| | | rozvoj rychlosti a obratnosti, koordinace | |
| | | základy atletiky (běžecká abeceda) | |
| | | drobná sprinterská cvičení | |
| | | atletické disciplíny a soutěže | |
| Cvičení na hudbu | | zařazení do rozcvičení | |
| Výchova ke zdraví, význam pohybu pro zdraví | zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje při rekreačních činnostech | rekreační a výkonnostní sport | |
| | dává do souvislosti složení stravy a způsob stravování s rozvojem civilizačních nemocí a v rámci svých možností uplatňuje zdravé stravovací návyky | výživa a zdraví, tělesná a duševní hygiena | |
| Úpoly | základy sebeobraný | posilovací cvičení | |

Hodnocení

Zásady dílčího a celkového hodnocení

Váhou 1,0 budou hodnoceny výstupy. Dílčí hodnocení z gymnastiky, atletiky apod. bude hodnoceno s váhou 0,5. Aktivita, rozcvičení a nástup bude mít váhu 0,25.

Hodnocení aktivity

V každém čtvrtletí bude každý student hodnocen známkou za aktivitu v daném čtvrtletí.

Individuálně pak student může získat známku za aktivitu z různých disciplín.

Pomůcky, bezpečnost, způsob/y komunikace apod.

Na každou hodinu bude mít student vhodné oblečení na TV a bude dodržovat zásady bezpečnosti, dodržování sportovních pravidel.