

Vzdělávací program ZÁKLADNÍ ŠKOLA

V souladu s vývojovými předpoklady a s individuálními zvláštnostmi žáků směřuje vyučovací úsilí učitele a učební činnost žáků v tělesné výchově k těmto cílům:

- osvojit si pohybové dovednosti, kultivovat svůj pohybový projev a správné držení těla a usilovat o optimální rozvoj zdravotně orientované zdatnosti;
- orientovat se v základních otázkách vlivu pohybových aktivit na tělesné a duševní zdraví;
- zvládnout základní organizační, hygienické a bezpečnostní zásady pro provádění zdravotně vhodné a bezpečné pohybové činnosti;
- kladně prožívat osvojované pohybové činnosti a využívat je k překonávání aktuálních negativních tělesných a duševních stavů i jako prostředek dlouhodobější zdravotní prevence;
- uvědomovat si sociální vztahy a role ve sportu a jiných pohybových aktivitách a využívat je k vytváření hodnotných, meziosobních vztahů

Tyto naznačené cíle by měly ústít do:

Pozitivního vztahu žáka k pohybovým aktivitám ve vlastním denním režimu jako k přirozené a nezbytné součásti zdravého životního stylu moderního člověka.

Přístupy k obsahu a organizaci výuky

Učivo povinného předmětu tělesná výchova je členěno do samostatných na sebe navazujících etap.

- 1. a 2. ročník* (vstup do školy, adaptace na pracovní režim a zátěž, utváření elementárních pohybových dovedností, základní zdravotně pohybové, hygienické a organizační návyky).
- 3. – 5. ročník* (předpoklady pro bouřlivý rozvoj nových pohybových dovedností, pro uplatnění obratnostních a rychlostních předpokladů, nárůst zájmu o pohybové aktivity).
- 6. – 9. ročník* (nástup puberty, zvyšující se uplatnění silových a vytrvalostních předpokladů, vyhraněné členění dívčích a chlapeckých zájmů a jejich individualizace, soutěživost, větší samostatnost a možnost zapojení do řízení výuky).

Obsah předmětu TV je převážně vyučován v koncentrovaných tematických blocích – proto jsou i osnovy členěny do tematických celků. Učivo je předkládáno jako ucelený soubor námětů a výstupů pro výše uvedené vzdělávací etapy a není děleno do ročníků. Rozlišováno je učivo:

- *základní* – podle tohoto programu učitel nabízí všem žákům, aby zajistil naplnění vzdělávacího standardu a konkrétních vzdělávacích cílů
- *rozšiřující (nezávazné)*, které má možnost v případě rozšířené časové dotace předmětu, vyšší pohybové úrovně žáků a lepších podmínek školy nabídnout celé třídě, skupinám žáků nebo jednotlivcům.

Výběr základního i rozšiřujícího učiva je plně v pravomoci učitele. Ten také vytváří konkrétní vzdělávací program pro jednotlivé ročníky (třídy, skupiny).

- *Z hlediska formálního členění osnov je základní učivo vyšší etapy rozšiřujícím pro etapu nižší. (Pro 6. – 9. ročník je rozšiřující učivo vymezeno samostatně).*
- *Také opačně – základní učivo nižší etapy je automaticky součástí základního učiva vyšší etapy. Učitel ho využívá k opakování, ke zkvalitnění pohybových dovedností nebo jako průpravu pro nácvik náročnějších činností. Základní učivo jednou osnované se v další etapě neopakuje.*

Tematické celky, vyžadující zvláštní materiální, prostorové nebo klimatické podmínky (*plavání, lyžování, bruslení, turistika a pobyt v přírodě*), jsou do výuky řazeny v případě vhodných podmínek školy ve formě kurzů, soustředěné výuky nebo v jiných organizačních formách.

Výuka do 5. ročníku probíhá zpravidla *koedukovaně*, od 6. ročníku *odděleně*. Pro některé činnosti je však vhodné žáky spojovat i na 2. stupni základní školy (např. při lyžování, turistice, tancích aj.).

Přehled tematických celků

Poznatky z TV a sportu, komunikace, organizace, hygiena a bezpečnost v TV a sportu
Průpravná, kondiční, koordinační, kompenzační, relaxační, vyrovnávací, tvořivá a jiná cvičení

Gymnastika

Rytmické a kondiční gymnastické činnosti s hudbou, tanec

Úpoly

Atletika

Pohybové hry a netradiční pohybové činnosti

Sportovní hry

Plavání

Bruslení

Lyžování

Turistika a pobyt v přírodě

K jednotlivým tematickým celkům:

Sportovní hry – basketbal, házená, fotbal, volejbal. Škola vybírá podle podmínek minimálně dvě hry. Doporučují se i softball, korfbal, ringo, florbal, lední hokej, ringet, tenis, stolní tenis, lakros aj. Kde se vyžadují ochranné pomůcky, je jejich používání povinné.

Plavání – učivo tohoto tematického celku je zpravidla zařazováno ve 4. ročníku ve formě kurzu. V případě vhodných podmínek se doporučuje zařazovat plavání i v ostatních etapách vzdělávání.

Bruslení – učivo je zařazováno do výuky v případě vhodných podmínek pro bruslení.

Lyžování – učivo je zařazováno do základního vzdělání zpravidla v 7. ročníku ve formě týdenního kurzu. V případě vhodných materiálních a klimatických podmínek je možné zařazovat činnosti na sněhu a lyžování i v ostatních etapách vzdělávání.

Turistika a pobyt v přírodě – učivo tohoto celku je zpravidla realizováno při činnostech v přírodě. Je vhodné ho však při příznivých podmínkách vkládat do výuky i v jiné formě.

Osvojování učiva v tomto tematickém celku navazuje na poznatky a dovednosti z jiných předmětů.

V podstatě jde o jejich aplikaci a spojení s pohybovými činnostmi v přírodním prostředí. Při přesunech do přírody a pobytu v přírodě jsou podmínkou: bezpečná znalost trasy, přepravy, terénu, zdrojů pitné vody, možných nebezpečí, umístění zdravotních zařízení apod.

