

	A	B	C	D	E	F
1	Vzdělávací oblast:		Člověk a zdraví			
2	Vzdělávací obor:		Tělesná výchova			
3	Ročník:		4.			
4	Klíčové kompetence (Dílčí kompetence)	Výstupy	Učivo	Průřezová témata mezipředmětové vztahy	Evaluace žáka	Poznámky
Pohybové hry						
5	Viz charakteristika Kompetence digitální <ul style="list-style-type: none"> chápe význam digitálních technologií pro lidskou společnost 	<ul style="list-style-type: none"> reaguje na povely učitele, snaží se o správné a přesné provedení pohybu zná 10 – 20 různých pohybových her umí hledat varianty známých her zná názvy některých základních lidových tanců, umí valčíkový a polkový krok 	<ul style="list-style-type: none"> bezpečnost hygiena povely pravidla hry hry soutěživé hry kontaktní hry bojové hry relaxační hry pro osvojování různých způsobů lokomoce hry pro manipulaci s různým náčiním variace her jednoho druhu rytmická cvičení, základní taneční krok 2/4, 3/4, krok poskočný, přísunný, přeměnný, cval cvičení s prvky zdravotní TV, vyrovnávací cvičení 	Osobnostní a sociální výchova Morální rozvoj, sociální rozvoj, osobnostní rozvoj Matematika Český jazyk Hudební výchova Přírodověda	<ul style="list-style-type: none"> praktické činnosti žáků 	
Gymnastika						
6	Viz charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> zvládá základní pojmy umí poskytnout základní pomoc a záchranu při cvičení dle svých možností 	<ul style="list-style-type: none"> základní pojmy a základní bezpečnostní pravidla při gymnastickém cvičení průpravná cvičení pro ovlivňování pohyblivosti, obratnosti, síly, rychlosti a 	Osobnostní a sociální výchova Morální rozvoj, sociální rozvoj, osobnostní rozvoj	<ul style="list-style-type: none"> praktické činnosti žáků 	

		<p>ovládá přeskoky přes švihadlo obounož, jednoož i se střídáním noh</p> <ul style="list-style-type: none"> • umí kotoul vpřed, předvede kotoul vzad • zvládá průpravné cviky pro přeskok, dostatečně se odrazí z můstku 	<p>koordinace pohybů</p> <ul style="list-style-type: none"> - přeskoky přes švihadlo <p>Akrobacie</p> <ul style="list-style-type: none"> - kotoul vpřed a jeho modifikace - kotoul vzad - průpravná cvičení pro zvládnutí stoje na rukou - svíčka - akrobatické kombinace <p>Přeskok</p> <ul style="list-style-type: none"> - průpravná cvičení pro nácvik gymnastického odrazu z můstku - přeskok 2 - 4 dílů švédské bedny odrazem z trampolínky - nácvik roznožky přes kozu našír odrazem z můstku, trampolínky - nácvik skrčky přes bednu našír odpovídající výšky odrazem z můstku, trampolínky (průvlek) <p>Hrazda</p> <ul style="list-style-type: none"> - vis - shyb stojmo 			
--	--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> • přejde bez dopomoci po kladince • dle svých možností ovládá techniku šplhu na tyči s přírazem 	<p>Rozšiřující učivo (s pomocí učitele)</p> <ul style="list-style-type: none"> - shyb stojmo – odrazem přešvih do vzporu vzad stojmo – stoj - shyb stojmo – svis závěsem v podkoleni – stoj <p>Kladina</p> <ul style="list-style-type: none"> - chůze bez dopomoci <p>Šplh</p> <ul style="list-style-type: none"> - nácvik a šplh s přírazem na tyči 			
Lehká atletika						
7	Viz charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> • zná základní pojmy • zvládá základní techniku běhu 	<ul style="list-style-type: none"> - základní pojmy <p>Běh</p> <ul style="list-style-type: none"> - běžecká abeceda - nízký start (na povel i z bloků), polovysoký start - startovní povely, základní způsoby měření a zaznamenávání výkonů - rychlý běh do 60 m - vytrvalý běh (přiměřený schopnostem dětí do 600 m) - běh v terénu 	<p>Osobnostní a sociální výchova</p> <p>Morální rozvoj, sociální rozvoj, osobnostní rozvoj</p>	<ul style="list-style-type: none"> • praktické činnosti žáků 	

		<ul style="list-style-type: none"> • zvládá základní techniku skoku do dálky • zvládá základní techniku hodů míčkem z rozběhu • umí změřit a zapsat výkony v osvojovaných disciplínách 	<p>Skok</p> <ul style="list-style-type: none"> - skok do dálky z rozběhu, technika odrazu - skok do výšky – nácvik techniky skoku do výšky (skrčného, střížného) z krátkého rozběhu <p>Hod</p> <ul style="list-style-type: none"> - hod míčkem z rozběhu - spojení rozběhu s odhodem 			
Sportovní hry						
8	Viz charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> • zná základní pojmy osvojovaných činností • chápe základní role hráčské funkce v družstvu a dodržuje je v utkání, uplatňuje základy fair play ve hře • zvládá konkrétní hry se zjednodušenými pravidly • dovede zaznamenat výsledek utkání a učí se pomáhat při rozhodování 	<ul style="list-style-type: none"> - základní pojmy osvojovaných činností - základní označení a vybavení hřišť - základní organizace utkání - základní spolupráce ve hře - průpravné sportovní hry - utkání podle zjednodušených pravidel - minifotbal, florbal, minibasketbal, miniházená, přehazovaná, ringo - chytání míče jednoruč, 	<p>Osobnostní a sociální výchova Morální rozvoj, sociální rozvoj, osobnostní rozvoj</p> <p>Matematika</p> <p>Český jazyk</p>	<ul style="list-style-type: none"> • praktické činnosti žáků 	

			<p>obouruč</p> <ul style="list-style-type: none"> - střelba jednoruč, obouruč na koš a na branku (z místa i z pohybu) - přihrávka jednoruč a obouruč (vrchní, trčením, o zem) - pohyb s míčem a bez míče, zastavení - vedení míče (driblinkem, nohou) - přihrávka vnitřním nártem, střelba vnitřním nártem na branku (z místa i z pohybu) 			
Turistika						
9	Viz charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> • ví, že turistika a pobyt v přírodě je vhodná víkendová a prázdninová činnost • umí se chovat ohleduplně k přírodě • zvládá základní pohyb v mírně náročném terénu (v různém období roku) i se zátěží • dovede se s pomocí učitele orientovat podle mapy 	<ul style="list-style-type: none"> - pojmy spojené s pěší turistikou, s orientací podle mapy - první pomoc, ošetření lehčího poranění - osobní lékárníčka a KPZ - využití znalostí z jiných předmětů - chůze a běh v terénu po vyznačené trase i podle mapy, orientace podle mapy - základní dovednosti spojené s tábořením - přeprava v různých 	<p>Environmentální výchova</p> <p>Lidské aktivity a problémy životního prostředí, vztah člověka k prostředí, základní podmínky života, ekosystémy</p> <p>Výtvarná výchova</p> <p>Přírodověda</p>	<ul style="list-style-type: none"> • praktické činnosti žáků 	

	<ul style="list-style-type: none">• dovede dle svých možností ošetřit lehčí poranění• umí se vhodně chovat v dopravních prostředcích• zvládá základy jízdy na kole a chování v silničním provozu jako cyklista i chodec	dopravních prostředcích Dopravní výchova - jízda na kole - nasedání, sesedání, jízda v přímém směru, zatáčení, odbočování, brzdění, zastavení	Vlastivěda		
--	---	--	-------------------	--	--