

DODATEK ZE DNE 1.9.2017 KE

## ŠKOLNÍMU VZDĚLÁVACÍMU PROGRAMU

---

### Cesta za poznáním



Základní škola a Mateřská škola  
Horní Jiřetín

## 1 IDENTIFIKAČNÍ ÚDAJE

### 1.1 NÁZEV ŠVP

**NÁZEV ŠVP:** Školní vzdělávací program pro základní vzdělávání

**MOTIVAČNÍ NÁZEV:** Cesta za poznáním

### 1.2 ÚDAJE O ŠKOLE

**NÁZEV ŠKOLY:** Základní škola a Mateřská škola Horní Jiřetín

**ADRESA ŠKOLY:** Školní 126, 435 43 Horní Jiřetín

**JMÉNO ŘEDITELE ŠKOLY:** Ing. Klára Křivánková

**KONTAKT:** e-mail: reditelka@izms.cz, webové stránky: <http://www.zsmshornijiretin.cz>

**IČ:** 70838976

**RED-IZO:** 600083845

**KOORDINÁTOŘI TVORBY ŠVP:** Ing. Klára Křivánková, Ing. Zuzana Balážová

### 1.3 ZŘIZOVATEL

**NÁZEV ZŘIZOVATELE:** Město Horní Jiřetín

**ADRESA ZŘIZOVATELE:** Potoční 15, 43543 Horní Jiřetín

**KONTAKTY:** tel: 476 734 283, webové stránky: [www.hornijiretin.cz](http://www.hornijiretin.cz)

### 1.4 PLATNOST DOKUMENTU

**PLATNOST OD:** 1. 9. 2017

**DATUM PROJEDNÁNÍ VE ŠKOLSKÉ RADĚ:** 30. 8. 2017

**DATUM PROJEDNÁNÍ V PEDAGOGICKÉ RADĚ:** 29. 8. 2017

.....  
ředitel školy  
Ing. Klára Křivánková

.....  
Razítko školy

Tělesná výchova	1. - 3. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence občanské</li> <li>● Kompetence pracovní</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
<b>TV-3-1-01</b> spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ zvládá základní přípravu organismu před pohybovou aktivitou,</li> <li>○ snaží se o správné držení těla při různých činnostech i provádění cviků,</li> <li>○ užívá základní názvosloví,</li> <li>○ dodržuje pravidla bezpečnosti,</li> <li>○ používá vhodné sportovní oblečení a sportovní obuv</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>činnosti ovlivňující zdraví</u> - význam pohybu pro zdraví- pohybový režim žáků, délka a intenzita pohybů, příprava organismu před pohybovou zátěží, uklidnění po zátěži, napínací a protahovací cviky, hygiena při Tv, bezpečnost při pohybových činnostech</li> </ul>
<b>TV-3-1-02</b> zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině; usiluje o jejich zlepšení	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ zvládá vyjádřit melodii rytmem pohybu,</li> <li>○ prožívá radost při cvičení,</li> <li>○ používá různé druhy cvičení, které napomáhají ke správnému držení těla,</li> <li>○ vysvětlí pojmy osvojovaných cviků,</li> <li>○ dovede pojmenovat základní gymnastické nářadí a náčiní,</li> <li>○ naučí se zpevnit tělo ke cvičení,</li> <li>○ snaží se o estetické držení těla</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností</u> - pohybové hry (netradiční pohybové hry, využití hraček, pohybová tvořivost),</li> <li>▪ <u>základy gymnastiky</u>- průpravná cvičení, akrobacie, cvičení a náčiním a na nářadí odpovídající velikosti a zátěži,</li> <li>▪ <u>rytmické kondiční formy cvičení</u> - kondiční cvičení s hudbou, základy estetického pohybu, vyjádření melodie a rytmu pohybem, jednoduché tance, <u>průpravné úpoly</u> - přetahy a přetlaky</li> </ul>
<b>TV-3-1-03</b> spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ spolupracuje při jednoduchých týmových činnostech a soutěžích,</li> <li>○ jedná v duchu fair-play,</li> <li>○ dodržuje základní pravidla her,</li> <li>○ je schopen soutěžit v družstvu,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>základy atletiky</u> - rychlý běh, skok do dálky nebo do výšky, hod míčkem,</li> <li>▪ <u>základy sportovních her</u> - manipulace s míčem, herní činnosti jednotlivce, spolupráce ve hře, průpravné hry, utkání podle zjednodušených</li> </ul>

Tělesná výchova	1. - 3. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ uvědomuje si porušení pravidel a následků,</li> <li>○ chápe zdravotní handicap,</li> <li>○ reaguje na smluvené povely,</li> <li>○ naučí se pohybové hry a je schopen je hrát i mimo tělesnou výchovu</li> </ul>	<p>pravidel</p>
<p><b>TV-3-1-04</b> uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorech školy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ uvědomuje si nebezpečí při hrách</li> <li>○ používá zásady hygieny a bezpečnosti a dovede je za pomoci pedagoga a rodiče uplatňovat</li> <li>○ uvědomuje si nebezpečí přeceňování sil</li> <li>○ chápe plavání jako jednu z nejzdravějších aktivit</li> <li>○ zvládá chůzi po ledě</li> <li>○ ví, že je nebezpečné vstupovat na zamrzlou přírodní plochu</li> <li>○ chápe zásady pohybu v zimní krajině</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>turistika a pohyb v přírodě</u> - přesun do terénu, chování v dopravních prostředcích při přesunu, chůze v terénu, táboření a ochrana přírody, základní technika chůze, orientace podle značek, možná nebezpečí, ochrana přírody,</li> <li>▪ <del>plavání - základní plavecká výuka, hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob, prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu,</del></li> <li>▪ <u>lyžování a bruslení</u> - hry na sněhu a další aktivity v zimě (dle meteorologických podmínek a podmínek školy)</li> </ul>
<p><b>TV-3-1-05</b> reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ dodržuje pravidla kolektivu</li> <li>○ pokládá vhodné otázky</li> <li>○ seznamuje se s neverbálními prvky komunikace</li> <li>○ reaguje na základní povely</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>činnosti podporující pohybové učení</u> - komunikace v TV, základní tělocvičné názvosloví, organizace při TV, zásady jednání a chování, olympijské ideály a symboly, fair-play, měření a posuzování pohybových dovedností, základní pohybové testy, zdroje informací o pohybových činnostech</li> </ul>
<p><b>TV-5-1-11</b> adaptuje se na vodní prostředí, dodržuje hygienu plavání, zvládá v souladu s individuálními předpoklady základní plavecké dovednosti</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ adaptuje se na vodní prostředí, dodržuje hygienu plavání, zvládá v souladu s individuálními předpoklady základní plavecké dovednosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>plavání</u> - základní plavecká výuka, hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob, prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu,</li> </ul>
<p><b>TV-5-1-12</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky sebezáchrany a</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>plavání</u> - základní plavecká výuka, hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké</li> </ul>

Tělesná výchova	1. - 3. ročník	
zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky sebezáchrany a bezpečnosti	bezpečnosti	dovednosti, jeden plavecký způsob, prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu,
<b>ZTV-3-1-01</b> uplatňuje správné způsoby držení těla v různých polohách a pracovních činnostech; zaujímá správné základní cvičební polohy	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ dbá na správné držení těla a na správné dýchání</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dechová cvičení</li> <li>▪ relaxační cvičení</li> <li>▪ správné držení těla</li> </ul>
<b>ZTV-3-1-02</b> zvládá jednoduchá speciální cvičení související s vlastním oslabením	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ zná kompenzační a relaxační cviky</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>zdravotně zaměřené činnosti</u> - správné držení těla, správné zvedání zátěže</li> </ul>

Tělesná výchova	4. - 5. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence občanské</li> <li>● Kompetence pracovní</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
<b>TV-5-1-01</b> podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu; uplatňuje kondičně zaměřené činnosti; projevuje přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení úrovně své zdatnosti	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ prožívá cvičení a soustředí se na správné a přesné provedení pohybu</li> <li>○ chápe význam cvičení proti jednostranné zátěži a proti svalovým disbalancím</li> <li>○ účastní se pohybových aktivit</li> <li>○ vysvětlí tělesné ukazatele tělesné zdatnosti</li> <li>○ pravidelně sleduje ukazatele své tělesné zdatnosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>činnosti ovlivňující zdraví</u> - pohybový režim žáků, délka a intenzita pohybu, příprava organismu, zdravotně zaměřené činnosti, hygiena při TV, bezpečnost při TV, první pomoc v podmínkách TV</li> </ul>
<b>TV-5-1-02</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ vyjmenuje hlavní znaky vadného držení těla</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ příprava organismu před zátěží</li> </ul>

Tělesná výchova	4. - 5. ročník	
<p>zařazuje do pohybového režimu korektivní cvičení, především v souvislosti s jednostrannou zátěží nebo vlastním svalovým oslabením</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ve svých pohybových aktivitách uplatňuje činnosti pozitivně ovlivňující tělesnou zdatnost(aerobní cviky)</li> <li>○ projevuje snahu udržovat dobrou tělesnou úroveň,</li> <li>○ rozlišuje svalové skupiny, které je potřeba posilovat</li> <li>○ uplatňuje protahovací a relaxační cviky</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ hygiena při Tv</li> <li>▪ bezpečnost při TV</li> <li>▪ rozvoj různých forem vytrvalosti, rychlosti</li> <li>▪ napínací a protahovací cviky</li> </ul>
<p><b>TV-5-1-03</b> zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti; vytváří varianty osvojených pohybových her</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ adekvátně reaguje na pokyny k vlastním pohybovým činnostem</li> <li>○ posiluje estetické držení těla</li> <li>○ rozezná kvalitu pohybu spolužáků</li> <li>○ pohybem reaguje na hudbu</li> <li>○ zvládá základní kroky jednoduchých lidových tanců, samostatně vytváří pohybové hry a hledá varianty</li> <li>○ zaznamenává základní údaje</li> <li>○ chápe turistiku jako vhodnou mimoškolní činnost</li> <li>○ připraví se na turistickou akci, orientuje se podle mapy</li> <li>○ chápe plavání jako jednu z nejzdravějších aktivit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>rytmické a kondiční formy cvičení</u> - kondiční cvičení s hudbou, estetika pohybu, vyjádření melodie a rytmu pohybem,</li> <li>▪ <u>základy gymnastiky</u> - průpravná cvičení, akrobacie, cvičení a nářadím a na nářadí, kotoul vřed a vzad, stoj na ruce, přeskoky, kladina,</li> <li>▪ <u>pohybové hry</u> - variace her s využitím přírodního prostředí, kondiční a průpravné hry, pohybové dovednosti, hry a soutěže, bojovné hry,</li> <li>▪ <u>základy sportovních her</u> - spolupráce ve hře, sportovní hry (minifotbal, miniházená), manipulace s míčem, <u>základy atletiky</u> - rychlý a vytrvalostní běh, startovní povely, zaznamenávání výkonů, běžecká abeceda, start (nízký a polovysoký), hod,</li> <li>▪ <u>průpravné úpoly</u> - přetahy a přetlaky,</li> <li>▪ <del>plavání</del> <del>zdokonalování</del> <del>plavecké</del> <del>techniky,</del> <del>sebezáchrana,</del> <del>dopomoc tonoucímu</del></li> <li>▪ hry na sněhu a další aktivity v zimě (dle meteorologických podmínek a podmínek školy)</li> <li>▪ <u>turistika a pohyb v přírodě</u> - přesun do terénu, chůze v terénu, táboření, orientace v mapách,</li> <li>▪ výzbroj a výstroj, první pomoc</li> </ul>
<p><b>TV-5-1-04</b> uplatňuje pravidla hygieny a bezpečného chování v běžném sportovním prostředí; adekvátně reaguje v</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ dodržuje pravidla kolektivu, má zájem o druhé, respektuje druhého</li> <li>○ používá znalosti o ošetření poranění</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ komunikace v Tv</li> <li>▪ organizace při Tv</li> <li>▪ měření a posuzování pohybových činností</li> </ul>

Tělesná výchova	4. - 5. ročník	
situaci úrazu spolužáka	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ přivolá lékařskou pomoc</li> <li>○ reaguje na poranění spolužáka a pomůže mu</li> <li>○ používá pravidla hygieny a bezpečného chování</li> </ul>	
<b>TV-5-1-05</b> jednoduše zhodnotí kvalitu pohybové činnosti spolužáka a reaguje na pokyny k vlastnímu provedení pohybové činnosti	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ rozeznává kvalitu pohybu spolužáků</li> <li>○ posiluje estetické držení těla</li> <li>○ poznává, že cvičení s hudbou má vliv na zdraví, má relaxační účinek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ komunikace při vytváření výchovného kolektivu</li> <li>▪ tvořivost v mezilidských vztazích</li> <li>▪ schopnost spolupráce</li> <li>▪ pozitivní hodnocení druhých</li> <li>▪ akceptace druhého</li> <li>▪ iniciativa asertivní chování</li> </ul>
<b>TV-5-1-06</b> jedná v duchu fair play: dodržuje pravidla her a soutěží, pozná a označí zjevné přestupky proti pravidlům a adekvátně na ně reaguje; respektuje při pohybových činnostech opačné pohlaví	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ tvořivě se podílí na budování lidských vztahů</li> <li>○ má zájem o druhé, respektuje druhé</li> <li>○ respektuje opačné pohlaví</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ tvořivost v mezilidských vztazích</li> <li>▪ schopnost spolupráce</li> </ul>
<b>TV-5-1-07</b> užívá při pohybové činnosti základní osvojované tělocvičné názvosloví; cvičí podle jednoduchého nákresu, popisu cvičení	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ užívá základní tělocvičné pojmy- názvy pohybových činností, tělocvičného náradí a náčiní, pojmy z pravidel sportů a soutěží</li> <li>○ cvičí podle jednoduchého nákresu</li> <li>○ zvládne připravit jednoduchý nákres cviků</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ netradiční náčiní při cvičení</li> <li>▪ pohybová tvořivost</li> </ul>
<b>TV-5-1-08</b> zorganizuje nenáročnou pohybovou činnost a soutěže na úrovni třídy	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ uvědomuje si svoje silné a slabé stránky</li> <li>○ dokáže se vcítit do prožitku druhých</li> <li>○ raduje se s úspěchem druhých</li> <li>○ dokáže pozitivně ohodnotit druhé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pozitivní hodnocení druhých</li> <li>▪ asertivní chování</li> <li>▪ pozitivní hodnocení druhých</li> <li>▪ komunikace citů</li> <li>▪ akceptace druhého</li> </ul>
<b>TV-5-1-09</b> změří základní pohybové výkony a porovná je s předchozími výsledky	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ utváří si pozitivní povědomí o sobě</li> <li>○ uvědomuje si svoje silné a slabé stránky</li> <li>○ poznává sebe a svoje schopnosti</li> <li>○ porovnává své pohybové výkony</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ další pohybové činnosti (podle podmínek školy a zájmu žáků)</li> </ul>
<b>TV-5-1-10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ pokládá vhodné otázky</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pozitivní hodnocení druhých</li> </ul>

Tělesná výchova	4. - 5. ročník	
orientuje se v informačních zdrojích o pohybových aktivitách a sportovních akcích ve škole i v místě bydliště; samostatně získá potřebné informace	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ vede dialog vhodnou formou</li> <li>○ uvědomí si nevhodně zvolenou formu komunikace</li> <li>○ orientuje se v informačních zdrojích (Olympiáda, sportovní utkání)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ asertivní chování</li> <li>▪ zásady jednání a chování fair-play</li> <li>▪ olympijské ideály a symboly</li> </ul>
<p><b>TV-5-1-11</b></p> <p>adaptuje se na vodní prostředí, dodržuje hygienu plavání, zvládá v souladu s individuálními předpoklady základní plavecké dovednosti</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ adaptuje se na vodní prostředí, dodržuje hygienu plavání, zvládá v souladu s individuálními předpoklady základní plavecké dovednosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>plavání</u> - základní plavecká výuka, hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob, prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu,</li> </ul>
<p><b>TV-5-1-12</b></p> <p>zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky sebezáchrany a bezpečnosti</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky sebezáchrany a bezpečnosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>plavání</u> - základní plavecká výuka, hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob, prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu,</li> </ul>
<p><b>ZTV-5-1-01</b></p> <p>zařazuje pravidelně do svého pohybového režimu speciální vyrovnávací cvičení související s vlastním oslabením v optimálním počtu opakování</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ zná a uplatňuje správný pohybový režim a vnímá pocity u cvičení</li> <li>○ zná preventivní opatření proti oslabení</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ konkrétní zdravotní oslabení</li> <li>▪ vhodné oblečení a obutí</li> <li>▪ správný režim cvičení</li> </ul>
<p><b>ZTV-5-1-02</b></p> <p>zvládá základní techniku speciálních cvičení; koriguje techniku cvičení podle obrazu v zrcadle, podle pokynů učitele</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ využívá základní techniky zdravotního cvičení</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ základní cvičební polohy</li> <li>▪ základní technika cvičení</li> </ul>
<p><b>ZTV-5-1-03</b></p> <p>upozorní samostatně na činnosti (prostředí), které jsou v rozporu s jeho oslabením</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ zná kontraindikace cvičení ke zdravotnímu oslabení</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ nevhodné cvičební prvky a činnosti</li> <li>▪ vnímání pocitů při cvičení</li> </ul>