

ČASOVÉ ROZVRŽENÍ UČIVA

PŘEDMĚT: ČLOVĚK A ZDRAVÍ

ŠKOLNÍ ROK: 2016/2017

TŘÍDA: GY 2 D

FORMA STUDIA: DÁLKOVÁ

ČASOVÁ DOTACE:

1.POLOLETÍ Význam zdravého životního stylu
Zdravotně orientovaná zdatnost, gymnastika
Návrh kondičního tréninku
organismus a pohybová zátěž – způsoby zatěžování; kompenzace jednostranné zátěže

2.POLOLETÍ Sportovní výzbroj a výstroj
Druhy únavy
Drogy a jejich působení na zdraví.