

ČASOVÉ ROZVRŽENÍ UČIVA

| | | | |
|-----------------|------------------------|-----------------------|-----------------------|
| PŘEDMĚT: | TĚLESNÁ VÝCHOVA | ŠKOLNÍ ROK: | 2016/2017 |
| TŘÍDA: | ZdL2 | FORMA STUDIA: | DENNÍ |
| | | ČASOVÁ DOTACE: | 2 hodiny/týdně |

1. POLOLETÍ

Seznámení s požadavky v TV

BOZP, vstupní diagnostika, základy atletiky

Základy sportovních her

Pohybové hry, protahovací a uvolňovací cvičení

Zdraví

- činitelé ovlivňující zdraví: životní prostředí, životní styl, pohybové aktivity,
- výživa a stravovací návyky, rizikové chování aj.

Průpravné úpoly

Sportovní hry

Zdraví

- duševní zdraví a rozvoj osobnosti. sociální dovednosti. rizikové faktory poškozující zdraví
- odpovědnost za zdraví své i druhých péče veřejné zdraví v ČR, zabezpečení

Gymnastika

Míčové hry, Předvánoční hry

Zdraví

- v nemoci. práva a povinnosti v případě nemoci nebo úraz

Koordinační cvičení

Kondiční cvičení, hry

Zdraví

- partnerské vztahy. lidská sexualita
- prevence úrazů a nemocí

2. POLOLETÍ

Pohybové hry

Sportovní hry, první pomoc

Zdraví

- mediální obraz krásy lidského těla, komerční reklama

Gymnastika

Míčové hry, kondiční a koordinační cvičení

První pomoc

- úrazy a náhlé zdravotní příhody
- poranění při hromadném zasažení obyvatel
- stavy bezprostředně ohrožující život

Turistika a sporty v přírodě

Sportovní hry

Atletika

Míčové hry, motorické testování

Sportovní hry

Atletika, sportovní den,