

Vyučovací předmět a základ vzdělávacího obsahu

Vyučovací předmět	Tělesná výchova
Využité vzdělávací obory	Tělesná výchova
Průřezová témata (PT)	Péče o sebe a druhé
Klíčové kompetence (KK)	• k učení • komunikační • osobnostní a sociální • k občanství a udržitelnosti • k podnikavosti a pracovní • k řešení problémů • kulturní • digitální
Základní gramotnosti (ZG)	Logicko-matematická

Charakteristika předmětu

INFORMACE O POJETÍ A OBSAHU PŘEDMĚTU

Cílem tělesné výchovy na 2. stupni je podporovat fyzickou zdatnost, rozvíjet pozitivní postoje k pohybovým aktivitám, podpora zdraví a zdravého životního stylu, rozvoj klíčových kompetencí žáků, rozvoj pohybových schopností a dovedností, týmová spolupráce a fair play. Důraz je kladen na rozvoj pohybové gramotnosti, aby žáci věděli, co a proč se učí, čímž jsou motivováni k využívání osvojených pohybových dovedností ve svém osobním životě.

Předmět propojuje v souvislostech vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět, Výchova ke zdraví a bezpečí, Osobnostní a sociální výchova s praktickým využitím pohybových dovedností, sportovních disciplín a her. Smyslem hodin tělesné výchovy je organizovat vzdělávání tak, aby u žáků předmět rozvíjel či utvářel zájem o pohybové aktivity, nabízel široké spektrum nových pohybových dovedností a učil žáky komunikovat a přemýšlet nad pohybem a jeho důsledky. Tímto způsobem efektivně motivuje žáky ke zdravému a aktivnímu životnímu stylu.

Pohybové aktivity žáků jsou podporovány napříč školou a jejími předměty. Ve škole jsou pro žáky k dispozici prostory a vybavení umožňující aktivní denní režim žáka. Vyučující ostatních předmětů mají možnost využívat školní prostory i okolí školy pro organizaci vyučovacích jednotek s pohybovými prvky (podpora kinestetického způsobu učení). Škola organizuje či pomáhá zprostředkovat zájmové pohybové činnosti žáků, spolupracuje se sportovními kluby a ostatními zájmovými organizacemi působícími na katastru Roudnice nad Labem a okolí.

U jednotlivých aktivit jsou zohledňovány individuální možnosti žáka. Pro žáky se zdravotním omezením se stanoví upravený individuální vzdělávací plán s cílem směřujícím k naplňování požadovaných vzdělávacích cílů tělesné výchovy s přihlédnutím k individuálním zvláštnostem žáka.

Žák si na 2. stupni osvojuje v tělesné výchově spektrum pohybových dovedností na odpovídající úrovni společně s rozvojem klíčových kompetencí v tématech: průpravná, kondiční, kompenzační, koordinační, relaxační a jiná cvičení s korektivním efektem; psychomotorická cvičení a hry nesoutěžního charakteru; pohybové hry s různým zaměřením, netradiční pohybové hry v různém prostředí; gymnastika –

akrobacie, přeskoky, cvičení s náčiním a na nářadí; estetické a kondiční formy cvičení s hudbou a rytmickým doprovodem, tanec; úpoly a základy sebeobrány; atletika – sprint, vytrvalostní běh, skok do dálky, skok do výšky, hod míčkem či granátem; sportovní hry (a jejich průpravné formy) – házená, fotbal, basketbal, volejbal, florbal – herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání; turistika a pobyt v přírodě – příprava turistické akce, chůze se zátěží, táboření, hry a pohybové činnosti v přírodě; lyžování – sjezdové a běžecké lyžování, bezpečnost v zimní horské krajině. Žáci třídy sekundy absolvují týdenní lyžařský výcvikový kurz. Žáci tercie absolvují jednodenní pobyt v přírodě s výukou topografie a první pomoci.

Časová dotace: 2 + 2 + 2 + 2

Podmínky pro výuku předmětu:

Vyučovací předmět tělesná výchova se vyučuje jako samostatný předmět v 6. až 9. ročníku s časovou dotací 2 hodiny týdně v každém ročníku.

Škola disponuje vhodnými prostory pro výuku tělesné výchovy i dostatkem nářadí, náčiní a pomůcek v souladu s obsahem vzdělávání. Tělesná výchova je realizována ve dvou tělocvičnách, posilovně školy, na přilehlém venkovním hřišti, v přírodě, na atletickém stadionu, zimním stadionu a plaveckém bazénu, na lyžařských a turistických kurzech.

Klíčové kompetence rozvíjíme při výuce tohoto předmětu zejména s využitím těchto vzdělávacích strategií:

Klíčová kompetence k učení
• navozujeme takové situace, při nichž si žák zkouší odhadování vlastních sil a možností, definování překážek v učení; • podporujeme odpovědnost žáků za jejich učení tím, že jim vytváříme příležitosti aktivně využívat to, co se naučili; • vedeme žáky ke spolupráci a vzájemné podpoře při učení; • propojujeme výuku se zkušenostmi žáků a zprostředkováváme jim smysl vyučovaného obsahu;
Klíčová kompetence komunikační
• necháváme žáky reflektovat prožité komunikační situace (např. při týmové hře) a s nimi spojené úspěchy a neúspěchy;
Klíčová kompetence osobnostní a sociální
• vytváříme situace a prostředí, ve kterých mají žáci příležitost poznávat sami sebe a rozvíjet sebeuvědomění; • vytváříme situace pro týmovou spolupráci; • podnikneme společné aktivity, které posilují kolektivní sílu a vytvářejí síť podpory; • začleňujeme pravidelné aktivity na sebereflexi, kde si žáci mohou uvědomovat své úspěchy, výzvy a osobní růst;

• učíme žáky efektivním strategiím sebeorganizace a plánování času;
Klíčová kompetence k občanství a udržitelnosti
• Vytváříme situace, při nichž se žáci dostávají do četných přímých kontaktů s různými lidmi, rozmanitými živými jedinci, venkovním (přírodním i člověkem přetvořeným) prostředím; • podněcujeme žáky ke kladení a zodpovídání otázek směřujících k hledání příčin a následků různých situací a procesů, doplňujícími otevřenými otázkami je vedeme k hlubšímu promýšlení a prohloubení otázek a odpovědí;
Klíčová kompetence k podnikavosti a pracovní
• motivujeme a vyzýváme žáky k přebírání iniciativy v učení i praktickém životě; • zapojujeme žáky do řízení a realizace akcí, žáci jsou (spolu)organizátory;
Klíčová kompetence k řešení problémů
• Podporujeme žáky v tom, aby viděli hodnotu procesu hledání řešení; • vedeme žáky k plánování úkolů a postupů; • vhodně využíváme mezipředmětových vztahů (přírodopis, výchova ke zdraví a bezpečí...).
Klíčová kompetence kulturní
• Poskytujeme žákům prostor k reflexi a sebereflexi a pomáháme jim nalézt svůj individuální umělecký projev prostřednictvím některých pohybových aktivit.
Klíčová kompetence digitální
• Dáváme žákům příležitost pracovat s daty (např. časové údaje, vzdálenost, počet střel) a jejich vyhodnocením (např. vlastní vývoj výkonu, vlastní průměr, úspěšnost střelby, souvislosti); • vedeme žáky ke sdílení možností, kde a jak využít digitální technologie (např. aplikace pro plánování vybraných pohybových aktivit a jejich realizaci).

Základní gramotnosti rozvíjíme při výuce tohoto předmětu zejména s využitím těchto vzdělávacích strategií:

Základní gramotnost logicko-matematická
• dáváme žákům příležitost využívat a vhodně upravovat matematické modely reálných situací (např. vlastní vývoj výkonu, vlastní průměr, úspěšnost střelby, souvislosti);