

22. SPORTOVNÍ VÝCHOVA (volitelný předmět)

Název vyuč. předmětu: Sportovní výchova (SV)
 Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví¹
 Vzdělávací obor: Člověk a zdraví
 Ročník: 7, 8, 9

ročník	1. r.	2. r.	3. r.	4. r.	5. r.	6. r.	7. r.	8. r.	9. r.
MČD+ DČD ²	-	-	-	-	-	-	1	2	2

1.1 Charakteristika vyučovacího předmětu

Obsahové, časové a organizační vymezení vyučovacího předmětu

Volitelný předmět Sportovní výchova je určen žákům 2. stupně. Dále rozvíjí pohybové možnosti a přednosti žáků. Vede žáky k řízení pohybové činnosti (s podílem žáka) a dále k vlastní pravidelné seberealizaci v oblíbeném sportu nebo jiné pohybové aktivitě.

Takový vztah lze rozvíjet jen v atmosféře důvěry, úzké spolupráce a radostného prožitku z pohybového výkonu, který vychází z aktuální pohybové úrovně jednotlivých žáků. Sportovní výchova dále rozvíjí vzdělávání v dané vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. Pohybové aktivity jsou náročnější z hlediska kvantity i kvality.

Časová dotace předmětu je v 7. ročníku 1 hodina týdně, v 8. a 9. ročníku 2 hodiny týdně. Výuka probíhá v těchto prostorách: tělocvična školy (místní sokolovna – v případě uzavření smlouvy), školní víceúčelové hřiště, běžecký terén okolí školy (městský park, okolí Hořejšího rybníka, vodní nádrž zvaná „koupaliště“ – plavání, možná je návštěva plaveckého bazénu. V zimním období (pouze za příznivých podmínek) – lyžování – běžecké terény v okolí, bruslení – přírodní vodní plochy v okolí školy, možná je návštěva zimního stadionu.

Výběr rozvíjejícího učiva je plně v pravomoci učitele, který zná nejlépe možnosti a potřeby žáků, materiální a prostorové vybavení školy.

1.2 Výchovné a vzdělávací strategie

Výchovné a vzdělávací postupy, které vedou v tomto předmětu k utváření klíčových kompetencí.

Kompetence k učení

Učitel klade důraz na pozitivní motivaci žáka, na poznávání vlastních pohybových schopností a jejich individuální rozvoj, na prožívání souvislostí mezi tělesnou kondicí a psychickou pohodou, na systematické sledování vývoje vlastní fyzické zdatnosti. Získané výsledky posuzuje a vyvozuje z nich závěry.

Kompetence k řešení problémů

Učitel motivuje žáka k samostatnému řešení daného problému, vytváří mu podmínky pro uplatňování individuálních schopností tak, aby se žák mohl rozvíjet a seberealizovat při hodinách, přemýšlel o problému při zvládání cviku, sportovního prvku a hledal tréninkové cesty k jeho odstranění. Učitel motivuje žáka k hledání vhodné taktiky v individuálních i kolektivních sportech.

Kompetence komunikativní

Učitel vede žáky k vyslechnutí a přijetí pokynů vedoucího družstva, umožňuje otevírání prostoru k diskuzi o taktice mužstva, pořizování záznamů a obrazových materiálů ze sportovních činností a jejich prezentace. Učitel vede žáky ke vhodným komunikativním dovednostem při hře a ostatních sportovních činnostech.

Kompetence sociální a personální

Učitel zařazuje práci ve skupině a klade důraz na vytvoření pravidel práce v týmu (organizace práce, rozdělení rolí, spolupráce, ohleduplnost, úcta) a jejich respektování samotnými žáky, uplatňuje individuální přístup k talentovaným žákům. Vede žáky k dodržování pravidel a myšlenek fair – play, k rozvoji spolupráce a k rozdělování a přijímání úkolů v rámci sportovního družstva. Žák si utváří představu o sobě samém, řídí svoje chování a jednání.

¹ Vzdělávací obsah tohoto předmětu vychází z cílů základního vzdělávání a rozvíjí klíčové kompetence, navazuje především na uvedenou vzdělávací oblast a obor

² MČD = minimální časová dotace, DČD = disponibilní časová dotace. V tabulce je zpracovaná MČD dle RVP ZV a posílení o DČD.
 ZŠ Uhlířské Janovice, okres Kutná Hora © 2022

Kompetence občanské

Učitel respektuje věkové, intelektové, sociální a etnické zvláštnosti žáka, podporuje u žáků projevy pozitivních postojů, podporuje aktivní sportování, objasňuje a podává příklady potřeby dodržování hygieny při tělesných aktivitách. Seznamuje žáky s první pomocí při úrazech lehčího charakteru, nacvičuje modely chování v závažných situacích, kdy se jedná o bezprostřední ohrožení života. Provádí emoční i věcné seznámení se škodlivostí požívání drog a jiných škodlivin, varuje před distributory těchto návykových látek. Vede žáky k respektování názorů druhých lidí a rozhodování se v zájmu ochrany zdraví.

Kompetence pracovní

Učitel rozvíjí u žáka smysl pro povinnost, poskytuje příklady nutnosti dodržování pravidel ve sportu a v celém životě. Pomáhá žákům vyhledávat možná rizika při pohybových činnostech a společně hledají cesty k jejich minimalizaci. Vede žáky ke zpracování a prezentaci naměřených výkonů. Používá bezpečně a účinně náčiní a nářadí.

Kompetence digitální

Učitel vede žáky k vyhledávání, porovnávání, třídění informací v digitálním prostředí.

1.3 Průřezová témata

Tento volitelný předmět absolvují pouze někteří žáci, proto zařazená PT v tabulce začlenění PT neuvádíme. V rámci předmětu se samozřejmě navazuje na okruhy námětů a činností, které jsou realizovány v rámci předmětu Tělesná výchova. Zařazení těchto námětů a činností je plně v kompetenci vyučujícího. Realizují se formou samostatné nebo skupinové práce, formou projektů. Prostřednictvím činnosti žáka, pomocí her, cvičení, řešení reálných a modelových situací, problémových úloh, diskusí.

V předmětu Sportovní výchova se dále rozvíjí následující tematické okruhy průřezových témat.

Osobnostní a sociální výchova

Pomáhá k získání dovedností vztahujících se k zdravému duševnímu a sociálnímu životu. Přispívá k zdokonalování dovedností týkajících se spolupráce a komunikace v týmu.

Psychohygienu – dovednosti pro pozitivní naladění mysli a dobrý vztah k sobě samému, dobrá organizace času, dovednosti zvládání stresových situací (OSV4)

1.4 Mezipředmětové souvislosti

Ve sportovní výchově využíváme mezipředmětové vztahy s Přírodopisem 8.r. (poznatky o lidském těle), s Dějepisem (historie sportu, OH, významné osobnosti sportu), s Občanskou výchovou (chování v kolektivu, rozdělování rolí, jednání, vztahy ve skupině, právní vztahy – pravidla), s Matematikou a Fyzikou (měření výkonů a jejich správný zápis a vyhodnocení), s Informatikou (využití znalostí z oblasti ICT).

1.1 Způsob hodnocení žáků

Hodnocení žáka je zpracováno v samostatném dokumentu, který je součástí Školního řádu, viz. Pravidla pro hodnocení výsledků vzdělávání žáků. Dále jako v TV.

1.2 Formy a metody výuky

Obdobně jako v TV.

1.5 Vzdělávací obsah vyučovacího předmětu: SV

7. - 9. ročník

ročníkové výstupy	učivo	ročník	PT
ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ TV-9-1-01 <i>aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem</i> TV-9-1-02 <i>usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program</i> TV-9-1-03 <i>samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností –zatěžovanými svaly</i> TV-9-1-04 <i>odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím; upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší</i> TV-9-1-05 <i>uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost</i> ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ TV-9-2-01 <i>zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech</i> TV-9-2-02 <i>posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny</i>		7, 8, 9	
žák: – podle svých schopností rozvíjí již osvojené základy techniky atletických disciplín – zvyšuje úroveň své fyzické zdatnosti, zlepšuje výkony – poznává nové disciplíny (koule, disk, oštěp)	Atletika Běh – sprinty, vytrvalý běh Hod míčkem Hod diskem, oštěpem Vrh koulí Skok daleký Výška - flop	7, 8, 9 8, 9 8, 9 7, 8, 9	OSV4
– naučené a osvojené prvky zdokonaluje, prvky spojuje do sestav – dle svých schopností a osvojených dovedností zařazuje do výuky náročnější cviky a různé formy zábavných cvičení	Gymnastika Akrobacie Hrazda Přeskok Kruhy Bradla Žebřík	7, 8, 9	
– naučené a osvojené herní činnosti jednotlivce zdokonaluje a osvojené dovednosti aplikuje v samotné hře – více rozvíjí herní kombinace, případně herní systémy	Sportovní hry Vybíjená Přehazovaná Košíková Fotbal Florbal Volejbal	7, 8, 9	
– používá 1-2 plavecké způsoby, startovní skok, obrátku – zdůvodní zdravotní význam plavání	Plavání Plavecké disciplíny, startovní skok, obrátka	7, 8, 9	
– zvládá pohyb na běžeckých lyžích – provede ošetření lyží	Lyžování Výcvik na běžkách v okolí školy	7, 8, 9	

ročníkové výstupy	učivo	ročník	PT
– zdokonaluje již osvojené dovednosti – provede ošetření bruslí	Bruslení Přírodní led v okolí školy, možná je návštěva zimního stadionu Jízda a překládání vpřed a vzad Nácvik ledního hokeje	7, 8, 9	
ZDRAVOTNÍ TĚLESNÁ VÝCHOVA ZTV-9-1-01 <i>uplatňuje odpovídající vytrvalost a cílevědomost při korekci zdravotních oslabení</i> ZTV-9-1-02 <i>zařazuje pravidelně a samostatně do svého pohybového režimu speciální vyrovnávací cvičení související s vlastním oslabením, usiluje o jejich optimální provedení</i> ZTV-9-1-03 <i>aktivně se vyhýbá činnostem, které jsou kontraindikací zdravotního oslabení</i>		7, 8, 9	