



### **5.2.7.3. Sportovní hry (volitelný předmět)**

#### **Charakteristika vzdělávacího předmětu – 2. stupeň**

V hodinách volitelného předmětu Sportovní hry se žáci podrobněji seznamují se zákonitostmi, podmínkami a pravidly jednotlivých her odpovídajícím rozsahem schopnostem žáků na ŽŠ.

Výuka směřuje k:

- poznávání zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty
- pochopení zdraví jako vyváženého stavu tělesné, duševní i sociální pohody a k vnímání prožitků z činností podpořených pohybem, prostředím a atmosférou vztahů
- propojování činností a jednání souvisejících se zdravím a zdravými mezilidskými vztahy se základními etickými a morálními postoji
- chápání zdatnosti, dobrého fyzického vzhledu i duševní pohody jako významného předpokladu výběru profesní dráhy, partnera, společenských činností
- aktivnímu zapojování do činností podporujících zdraví a do propagace zdravotně prospěšných činností ve škole, v rodině i v širším záberu
- regeneraci a kompenzaci jednostranné zátěže při pohybu ve škole
- rozvoji pohybových dovedností a kultivace pohybu
- poznání vlastních pohybových možností a zájmů
- rozpoznávání základních situací ohrožujících tělesné a duševní zdraví
- rozvoji komunikace v TV, organizace v TV, zásady jednání a chování, pravidla pohybových činností



### Obsahové vymezení

Základem vzdělávacího obsahu předmětu Sportovní hry je vzdělávací obsah vzdělávacího oboru Tělesná výchova ze vzdělávací oblasti Člověk a zdraví.

Jde především o:

- regeneraci a kompenzaci jednostranné zátěže při pohybu ve škole
- rozvoj pohybových dovedností a kultivaci pohybu
- poznání vlastních pohybových možností a zájmů
- poznávání zdraví jako důležité životní hodnoty
- rozpoznávání základních situací ohrožujících tělesné a duševní zdraví
- rozvoj komunikace v TV, organizace v TV, zásady jednání a chování, pravidla pohybových činností

### Průřezová témata:

PT	Učivo	Třída
OSV 2/3	Komunikace a spolupráce	7.
OSV 1/5	Kreativita	7. – 9.
MEV 1	Informační zdroje o pohybových aktivitách	9.

### Časové vymezení

7. - 9. ročník: 1 hodina



### Organizační vymezení

- k výuce je užívána tělocvična a školní hřiště; některé sportovní činnosti probíhají na areálu ASK Lipůvka nebo ve volné přírodě

### Výchovné a vzdělávací strategie

#### **Kompetence k učení**

Učitel vede žáky k osvojování základního tělocvičného názvosloví

#### **Kompetence k řešení problémů**

Učitel vede žáky k:

- uplatňování zásad bezpečného chování ve sportovním prostředí
- reakci v situaci při úrazu svém i spolužáka
- řešení problémů v souvislosti s nesportovním chováním, podvodem

#### **Kompetence komunikativní**

Učitel vede žáky k:

- ke spolupráci v týmových pohybových činnostech
- reakci na základní povely a pokyny
- schopnosti zadat spolužákům základní povely a pokyny
- organizování pohybových soutěže a činnosti



### **Kompetence sociální a personální**

Učitel vede žáky k:

- dodržování pravidel v duchu fair-play
- schopnosti označit přestupky ve hře
- respektování opačné pohlaví
- zvládání pohybových činností ve skupině

### **Kompetence občanská**

Učitel vede žáky k:

- projevování přiměřené samostatnosti a vůli zlepšit se
- spojování své pohybové činnosti se zdravím
- zařazování si do svého režimu korektivní cvičení
- hodnocení cvičení, učí se být ohleduplný a taktní

### **Kompetence pracovní**

Učitel vede žáky k:

- spolupráci v týmových pohybových činnostech
- uplatňování hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech v běžném životě

**Ročník: 7.**

<b>Školní výstupy Žák:</b>	<b>Téma</b>	<b>Učivo</b>	<b>Průřezová témata, mezipředmětové vztahy, projekty</b>
- rozezná rekreační a výkonnostní sport.	<b>Význam pohybu pro zdraví</b>	Rekreační a výkonnostní sport Sport dívek a chlapců	Vz – Zdravý životní styl
- respektuje při pohybových činnostech opačné pohlaví			
- rozcvičuje organismus	<b>Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností</b>	Rozcvička, uklidnění po zátěži, protahovací cvičení Sportovní hry: - volejbal - odbití obouruč vrchem i spodem, spodní podání - fotbal a basketbal - vedení míče, nahrávka a zpracování míče, uvolnění bez míče, osobní obrana Průpravné hry v malých skupinách	OSV 1/5 – Kreativita  M – Statistika
- odhadne svoje možnosti			
- zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti			
- uplatňuje ve hře základní herní činnosti jednotlivce			



- dodržuje pravidla osvojovaných pohybových činností	<b>Činnosti podporující pohybové učení</b>	Sportovní hry; pravidla her	
- posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny			
- dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji	<b>Činnosti podporující pohybové učení</b>	Komunikace a spolupráce Pravidla her, závodů, soutěží	OSV 2/3 – Komunikace

**Ročník: 8.**

Školní výstupy Žák:	Téma	Učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy, projekty
- připraví organismus na pohyb	<b>Význam pohybu pro zdraví</b>	Uklidnění po zátěži, napínací a protahovací cvičení	Vz – Zdravý životní styl Př – Pohybový aparát
- provede uklidňovací cvičení po zátěži		Správné držení těla, správné zvedání zátěže; průpravná, kompenzační, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení, posilování svalového aparátu	
- provádí zdravotně zaměřené činnosti			
- začlení se do skupiny a provede činnost	<b>Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností</b>	Pohybové hry s různým zaměřením; pohybová tvořivost	OSV 1/5 – Kreativita
- zorganizuje na úrovni třídy pohybové činnosti a soutěže		Sportovní hry: - volejbal - lob, rozběh a odraz na smeč, horní podání - fotbal a basketbal - uvolnění s míčem, střelba, zónová obrana	
- zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti			



- uplatňuje ve hře základní herní činnosti jednotlivce		Řízená hra	
- sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony	<b>Činnosti podporující pohybové učení</b>	Pravidla her, závodů, soutěží Sportovní dokumentace Vyhodnocení výsledků měření	M – Statistika F – Měření
- eviduje určené prvky pohybové činnosti a výkony			
- měří, posuzuje a vyhodnocuje určené prvky pohybové činnosti a výkony			



**Ročník: 9.**

Školní výstupy Žák:	Téma	Učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy, projekty
- aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem	<b>Význam pohybu pro zdraví</b>	Rozcvička Průpravná, kompenzační, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení, posilování svalového aparátu	Vz – Zdravý životní styl
- usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti	<b>Rekreační a výkonnostní sport, sport dívek a chlapců, posilování svalového aparátu</b>	Zdravotně orientovaná zdatnost (ZOZ): rozvoj, kondiční programy, manipulace se zatížením	
- zvolí vhodný rozvojový program			
- provádí zdravotně zaměřené činnosti			



<p>- zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech</p>	<p><b>Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností</b></p>	<p>Volejbal - útočný úder, blok, horní podání, herní kombinace, hra Specifika volejbalových deblů a plážového volejbalu Fotbal a basketbal - herní kombinace a systémy, hra</p>	<p>OSV 1/5 – Kreativita</p>	
<p>- provádí činnost podle nákresu, popisu cvičení</p>	<p><b>Činnosti podporující pohybové učení</b></p>	<p>Pojmy označující používané náčiní, cvičební prostor Tělocvičné názvosloví, povely, signály Nákresy, popisy cvičení Informační zdroje o pohybových aktivitách</p>	<p>MEV 1 – Kritické čtení a vnímání mediálních sdělení</p>	
<p>- užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu</p>				<p>- ovládá pravidla osvojovaných pohybových činností a dodržuje je</p>



<p>- zná a dodržuje zásady komunikace v týmu</p>		<p>Chování a jednání v duchu fair play Měření a posuzování pohybových dovedností Sportovní a pohybové hry, atletika, gymnastika</p>	
<p>- zná a dodržuje zásady jednání a chování v duchu fair play</p>			
<p>- měří a posuzuje pohybové dovednosti - spolupřipravlá pohybové činnosti a soutěže</p>			