

INOVOVANÝ ŠKOLSKÝ VZDELÁVACÍ PROGRAM

Základná škola Ferenc Kazinczyho s VJM Tornaľa - Kazinczy Ferenc Magyar Tanítási Nyelvű Alapiskola, Tornaľa

Vzdelávacia oblasť: Telesná a športová výchova

Meno predmetu	TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA
Časový rozsah výučby	RVPP triedy: 3 hodiny týždenne, 99 hodín ročne Bežné triedy: 2 hodiny týždenne, 66 hodín ročne
Ročník	Piaty

Charakteristika vyučovacieho predmetu

Predmet telesná a športová výchova poskytuje základné informácie o biologických, fyzických a sociálnych základoch zdravého životného štýlu. Žiak si v ňom rozvíja schopnosti a osvojuje vedomosti, zručnosti a návyky, ktoré sú súčasťou zdravého životného štýlu nielen počas školskej dochádzky, ale i v dospelosti. Osvojuje si pohybové zručnosti a návyky na efektívne využitie voľného času a zároveň vedomosti o zdravotnom účinku osvojených pohybových zručností a návykov. Dôraz sa kladie na motiváciu k pohybovej a športovej aktivite, vyzdvihnutie osobitostí žiakov a ich individuálnych predpokladov pre vykonávanie daných činností. Vzdelávací štandard má štyri základné časti: Zdravie a jeho poruchy, Zdravý životný štýl, Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť a Športové činnosti pohybového režimu. Tieto časti zohľadňujú pohybovo a zdravotne orientovanú koncepciu telesnej a športovej výchovy.

Časť s názvom Športové činnosti pohybového režimu je členená na základné tematické celky a pre jednoduchšiu orientáciu učiteľa je navrhnutá odporúčaná časová dotácia atletika (15 %), základy gymnastických športov (15 %), športové hry (25 %), sezónne pohybové činnosti (15 %) a povinne voliteľný tematický celok (30 %).

V každom ročníku je povinný aspoň jeden voliteľný TC. Voliteľné TC rozširujú základné TC o pohybové činnosti, ktorých výber umožňuje rešpektovať podmienky školy, záujmy žiakov, záujmy učiteľa, miestne tradície a pod. Vyučovanie voliteľných TC musí rešpektovať plnenie cieľov telesnej a športovej výchovy a bezpečnosť pri cvičení. Obsah voliteľných TC sa využíva na doplnenie základného učiva a na motiváciu žiakov, na rozvoj ich pohybových schopností so zreteľom na skupinové záujmy, individuálne predpoklady žiakov a podmienky školy. Učiteľ môže zaradiť do plánu iba tie športové činnosti, ktoré boli súčasťou jeho pregraduálnej prípravy na vysokej škole, alebo na ktoré získal trénerské alebo cvičiteľské vzdelanie, alebo certifikát v niektorej forme ďalšieho vzdelávania učiteľov a trénerov. Ako povinne voliteľný tematický celok je možné zaradiť menej známe športové hry ako bejzbal, softbal, ringo, lakros, bedminton, florbal, a iné športy, a pohybové aktivity ako korčuľovanie, in-line korčuľovanie, snowboarding, ale i tanec, ľadový hokej a iné pohybové aktivity.

Základnou organizačnou formou je 45-minútová vyučovacia hodina a zúčastňujú sa jej všetci žiaci zaradení do I. a II. zdravotnej skupiny, prípadne III. zdravotnej skupiny (integrované vyučovanie). Žiaci so zdravotným oslabením, zdravotným postihnutím (III. zdravotná skupina) sa môžu vyučovať samostatne v oddelení zdravotnej telesnej výchovy, pričom obsah vyučovania sa realizuje podľa samostatných vzdelávacích programov.

CIELE VYUČOVACIEHO PREDMETU TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA

Všeobecným cieľom telesnej a športovej výchovy ako vyučovacieho predmetu je umožniť žiakom rozvíjať kondičné a koordinačné schopnosti na primeranej úrovni, osvojovať si, zdokonaľovať a upevňovať pohybové návyky a zručnosti, zvyšovať svoju pohybovú gramotnosť, zvyšovať všeobecnú pohybovú výkonnosť a zdatnosť, prostredníctvom vykonávanej pohybovej aktivity pôsobiť a dbať o zdravie, vytvárať trvalý vzťah k pohybovej aktivite, telesnej výchove a športu s ohľadom na ich záujmy, predpoklady a individuálne potreby ako súčasť zdravého životného štýlu a predpokladu schopnosti celoživotnej starostlivosti o vlastné zdravie.

System kontrolly a hodnotenia žiakov v predmete telesná a športová výchova.

Hodnotenie je vytvorené podľa Metodického pokynu metodického pokynu č.22/2011 na hodnotenie žiakov ZŠ a Zásad hodnotenia žiaka so zdravotným znevýhodnením začleneného ZŠ. Budeme dbať na to, aby sme prostredníctvom hodnotenia nerozdeľovali žiakov na úspešných a neúspešných. Hodnotenie budeme robiť na základe určitých kritérií, prostredníctvom ktorých budeme sledovať vývoj žiaka. Pri hodnotení športových výsledkov žiakov so zdravotnými oslabeniami sa bude brať do úvahy možný vplyv zdravotného znevýhodnenia žiaka na jeho školský výkon. Budeme odlišovať hodnotenie spôsobilostí od hodnotenia správania.

Podmienky klasifikácie:

- aktívna účasť na vyučovacích hodinách
- menej ako 30% absencia
- pravidelné nosenie cvičebného úboru

Pre jednotlivé merateľné výkony sú spracované samostatné tabuľky výkonov a stupnica známok úmerná výkonom je :

100% - 80%	výborný
79 % - 60%	chválitebný
59%	a menej dobrý, no žiak musí splňať bod II. A III.

Žiak/žiačka, ktorý/á/ vlastným negatívnym postojom a ignoráciou nesplní požadované výkony a limity môže byť hodnotený známku dostatočný, alebo nedostatočný.

Výsledná klasifikácia zahŕňa tieto formy a metódy overovania:

I. hodnotenie výkonov

- hodnotenie kvality a rozsahu získaných zručností
- vynaložené úsilie

Pri hodnotení výkonov sa prihliada na :

- zdravotný stav
- vekové osobitosti
- stupeň zdravotného oslabenia

II. hodnotenie aktivity v prístupe k činnostiam

- prejavy žiaka, postoj k predmetu
- zapojenie sa do športových súťaží nad rámec školy
- výsledky zo súťaží

III. hodnotenie komunikačných a vyjadrovacích schopností

- stupeň ovládania odborného názvoslovie
- ovládanie pravidiel pre danú športovú hru alebo športovú disciplínu

V prípade nespokojnosti žiaka s výslednou klasifikáciou, požiada žiak alebo jeho zákonný zástupca o komisionálnu skúšku .

VZDELÁVACÍ ŠTANDARD Názov tematického celku	Počet hodín	Obsahový štandard	Výkonový štandard	Medzipredmetové vťahy
Zdravie a jeho poruchy	2	Žiak má vedieť: úlohu rozcvičenia pred vykonávaním pohybových činností ako prevencia pred zranením cvičenia rozvíjajúce kondičné, kondično-koordinačné, koordinačné schopnosti pre potreby každého tematického celku hygiena úborov dopomoc a záchrana pri cvičení prvá pomoc pri drobných poraneniach, praktické poskytnutie prvej pomoci (stabilizovaná poloha, ošetrovanie povrchového poranenia, zlomenín,) zásady držania tela, správne držanie tela, chybné držanie tela, redukcia nadhmotnosti, obezity	Žiak vie: vysvetliť význam rozcvičenia pred vykonávaním pohybovej činnosti, zostaviť a realizovať rozcvičenie pre každý tematický celok, dodržiavať hygienické požiadavky pri vykonávaní pohybovej činnosti, aplikovať zásady bezpečnosti, dopomoci a záchrany pri cvičení, poskytnúť prvú pomoc, vysvetliť účinok pohybovej aktivity na ľudský organizmus	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO
Zdravý životný štýl	2	Žiak má vedieť: zásady racionálnej výživy pohybový režim, aktívny odpočinok negatívne vplyvy fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí základné poznatky o formách pohybovej aktivity v režime dňa (ranné cvičenie, spontánna pohybová aktivita, racionálne využívanie voľného času a pod.)	Žiak vie: vysvetliť základy racionálnej výživy, charakterizovať a uplatňovať pohybové činnosti podporujúce zdravý životný štýl, charakterizovať nebezpečenstvo závislosti na návykových látkach s negatívnym dopadom na zdravie človeka, uplatňovať rôzne formy pohybovej aktivity v režime dňa,	GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO FG - PI
Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť	6	Žiak má vedieť: VMV, normy VMV, všeobecný kondičný program, základná gymnastika rebriny, lavičky, švihadlo, plná lopta, poradové cvičenia skok do diaľky z	Žiak vie: podľa daných noriem, aplikovať prostriedky na rozvoj pohybových schopností, každoročne preukázať rast úrovne pohybových	ENV- ENN

		miesta, člnkový beh 10x5 m, výdrž v zhybe, ľah–sed	schopností,	
Športové činnosti pohybového režimu	4	Žiak má vedieť: odbornú terminológiu telovýchovných a športových činností systematiku športov a športových disciplín každého tematického celku, názvoslovie telesných cvičení techniku preberaných pohybových zručností všetkých tematických celkov pravidlá osvojovaných športových disciplín a športov dodržiavanie fair-play, úspechy slovenských a zahraničných športovcov na ME, MS, OH	Žiak vie: používať odbornú terminológiu telovýchovných a športových činností charakterizovať základné športové disciplíny všetkých tematických celkov prezentovať optimálnu techniku preberaných pohybových zručností aplikovať pravidlá pri vykonávaní športových činností uplatňovať zásady fair-play ako súťažiaci, význam základných olympijských myšlienok	GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO FG - PI
Športové činnosti pohybového režimu TC: Atletika	10	Žiak má vedieť: techniku atletických disciplín, základy techniky atletických činností atletickú abecedu, nízky a polovysoký štart, švihový a šliapavý beh, rýchly beh do 60 m, vytrvalostný beh, štafetový beh	Žiak vie: prakticky demonštrovať osvojenú techniku základných atletických disciplín	GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO
TC: Základy gymnastických športov	12	Žiak má vedieť: prípravné, imitačné cvičenie, metodický postup osvojovania a zdokonaľovania polôh, pohybov: stojka na lopatkách znožmo, s čelným, bočným roznožením; kotúle vpred, kotúle vzad, kotúľové väzby, skoky a obraty znožmo, skrčmo prípätko	Žiak vie: popísať štruktúru gymnastických športov prakticky demonštrovať osvojené cvičebné tvary zo športovej a modernej gymnastiky zaznamenať chyby v predvedení a v rozsahu pohybu v gymnastických súťažiach	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO
TC: Základy gymnastických športov	3	Žiak má vedieť: preskok – koza na šírku D, na dĺžku D (do 110 cm) švihadlo – preskoky na mieste, z miesta znožmo, jednoožne, skrižmo, striedavožne; krúženie –	Žiak vie: prakticky demonštrovať osvojené cvičebné tvary zo športovej a modernej gymnastiky zaznamenať chyby v predvedení a v	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO

		šatka – závoj– oblúky, kruhy osmičky, vlnovky, hádzanie a chytanie	rozsahu pohybu v gymnastických súťažiach	
TC: Športové hry	21 PVTC BEDMINTON	Žiak má vedieť: funkcie hráčov v jednotlivých športových hrách, systematika herných činností, herné kombinácie a herné systémy hodnotenie herného výkonu hráča i družstva v danej športovej hre basketball. prihrávka, dribling, strelba z miesta, z krátkej vzdialenosti hádzaná .prihrávka jednou rukou od pleca s veľkým náprahom, dribling, strelba zhora z miesta, skokom do bránkoviška,	Žiak vie: pomenovať a popísať funkcie hráčov v obrane v útoku, ukázať a v hre (stretnutí) uplatniť techniku základných herných činností jednotlivca, využiť herné kombinácie a systémy v hre,	GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO FG - PI
TC: Sezónne pohybové činnosti	6	cvičenia v prírode Žiak má vedieť: orientáciu na stanovisku podľa buzoly, turistické značky, orientácia podľa mapy, výber, prípravu a likvidáciu ohniska presun mierne členitým terénom s prekonávaním terénnych prekážok, základné pravidlá ochrany životného prostredia, cvičenia rovnováhy na prírodných prekážkach, nosenie prírodných predmetov jednotlivo, v dvojiciach plávanie základné plavecké zručnosti (dýchanie, vznášanie, splývanie, skok do vody, ponáranie) plavecké obrátky, štartový skok, plavecké spôsoby kraul, znak, prsia dopomoc unavenému plavcovi, základy záchranu topiaceho	Žiak vie: prispôbiť si výstroj a výzbroj potrebný pre vykonávanie jednotlivých sezónnych činností orientovať sa v prírode podľa turistických značiek, mapy, buzoly, ale aj prírodných úkazov, absolvovať súvislý pochod s prekonávaním terénnych prekážok v dĺžke 4 – 8 km, v prírode sa správať podľa zásad ochrany životného prostredia, zorganizovať pohybové hry v prírode demonštrovať základné plavecké zručnosti, popísať základné obrátky pri zvolenom plaveckom spôsobe a štartový skok, preplávať technicky správne s príslušným štartovým skokom a obrátkou 50 m (vybraný plavecký spôsob), vysvetliť spôsoby dopomoci a záchranu topiaceho, popísať základné	GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO FG - PI

RVPP triedy: 3 hodiny týždenne, 99 hodín ročne – nadväzuje na vzdelávací štandard pre bežné triedy nasledovne:

Názov tematického celku	Téma	Počet hodín
Športové činnosti pohybového režimu TC: Atletika	Štartové povely (nízky, polovysoký) Štafetové hry Terénny beh Beh terénom Chôdza a beh terénom Vytrvalostný beh – príprava Nácvik hodu krik. loptou Člnkový beh 10x5 m Beh na 800m Skok do diaľky – nácvyk Prekážková dráha Disciplíny v atletike Jazda na bicykli, zmeny smeru a rýchlosti jazdy	17 3
Zdravý životný štýl	Základné pravidlá ochrany životného prostredia	1
TC: Základy gymnastických športov	Negatívne vplyvy fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí Stoj na lopatkách	1 1
TC: Športové hry	Prihrávky v pohybe labdaadogatás Bránenie hráča bez lopty Nacvičovanie Florbal Bedminton charakterizácia hry Bedminton – správne držanie rakety Bedminton – základné držania rakety Bedminton – hra vo dvojiciach	1 1 1 2 4
TC: Sezónne pohybové činnosti	Chystáme sa na plavecký výcvik – kalkulácia Pohybové hry	1

Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacím štandardom ŠVP na príslušný vzdelávací predmet.

http://www.statpedu.sk/files/articles/dokumenty/inovovany-statny-vzdelavaci-program/telesna-sportova-vychova_nsv_2014.pdf

Vypracovali: Mgr. Klobusiczky Gabriella, Fúžerová Henrieta

INOVOVANÝ ŠKOLSKÝ VZDELÁVACÍ PROGRAM

**Základná škola Ferenc Kazinczyho s VJM Tornaľa - Kazinczy Ferenc Magyar Tanítási Nyelvű Alapiskola,
Tornaľa**

Vzdelávacia oblasť: Telesná a športová výchova

Meno predmetu	TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA
Časový rozsah výučby	2 hodiny týždenne, 66 hodín ročne
Ročník	šiesty

VZDELÁVACÍ ŠTANDARD Názov tematického celku	Počet hodín	Obsahový štandard	Výkonový štandard	Medzipredmetové vťahy
Poznatky z telesnej výchovy a športu	4	<p>Zdravie a jeho poruchy Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - úlohu rozcvičenia pred vykonávaním pohybových činností ako prevencia pred zranením - hygienu úborov, - správne držanie tela, chybné držanie tela, - nadhmotnosti, obezity 	<p>Žiak vie: - vysvetliť význam rozcvičenia pred vykonávaním pohybovej činnosti,</p> <ul style="list-style-type: none"> - zostaviť a realizovať rozcvičenie pre každý tematický celok - dodržiavať hygienické požiadavky pri vykonávaní pohybovej činnosti, - správne držanie tela 	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV</p>
Poznatky z telesnej výchovy a športu	2	<p>Zdravý životný štýl Žiak má vedieť: - zásady racionálnej výživy</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktívny odpočinok - negatívne vplyvy fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí - základné poznatky o formách pohybovej aktivity v režime dňa (ranné cvičenie, spontánna pohybová aktivita, racionálne využívanie voľného času a pod.) 	<p>Žiak vie: vysvetliť základy racionálnej výživy,</p> <ul style="list-style-type: none"> - charakterizovať a uplatňovať pohybové činnosti podporujúce zdravý životný štýl - charakterizovať nebezpečenstvo závislosti na návykových látkach s negatívnym dopadom na zdravie človeka, uplatňovať rôzne formy pohybovej aktivity v režime dňa, 	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ČG – ĚO PPDZ – DP</p>

Poznatky z telesnej výchovy a športu	4	<p>Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zdravotne orientovanú zdatnosť - poznatky o telesnom vývine a jeho diagnostike kondičnú gymnastiku, základnú gymnastiku, rebriny, poradové cvičenia - skok do diaľky z miesta, - člnkový beh 10x5 m - ľah-sed 	Žiak vie:, každoročne preukázať rast úrovne pohybových schopností	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ČG - ĚO
Poznatky z telesnej výchovy športu	2	<p>Športové činnosti pohybového režimu Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - odbornú terminológiu telovýchovných a športových činností - systematiku športov a športových disciplín každého tematického celku - názvoslovie telesných cvičení - techniku preberaných pohybových zručností všetkých tematických celkov - pravidlá osvojovaných športových disciplín a športov - dodržiavanie fair-play, 	<p>Žiak vie: používať odbornú terminológiu telovýchovných a športových činností</p> <ul style="list-style-type: none"> - charakterizovať základné športové disciplíny všetkých tematických celkov - prezentovať optimálnu techniku preberaných pohybových zručností - aplikovať pravidlá pri vykonávaní športových činností - uplatňovať zásady fair-play ako súťažiaci 	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV
TC: Atletika	9	Žiak má vedieť: techniku atletických disciplín, základy techniky atletických činností atletická abeceda, nízky a polovysoký štart, švihový a	Žiak vie: prakticky demonštrovať osvojenú techniku základných atletických disciplín	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV

		šliapavý beh, rýchly beh do 60 m, vytrvalostný beh, štafetový beh		
TC: Základy gymnastických športov	9	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - prípravné, imitačné cvičenie - metodický postup osvojovania a zdokonaľovania polôh, pohybov - stojku na lopatkách znožmo, s čelným, bočným roznožením - kotúle vpred, kotúle vzad, premet bokom, väzby s kotúľom vpred, vzad, skoky a obraty znožmo, skrčmo prípäťmo, skrčmo roznožmo čelne, bočne, s obratom 	<p>Žiak vie: popísať štruktúru gymnastických športov prakticky demonštrovať osvojené cvičebné tvary zo športovej a modernej gymnastiky</p>	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV</p>
TC: Základy gymnastických športov		<p>Žiak má vedieť: preskok – koza na šírku na dĺžku</p> <ul style="list-style-type: none"> - chôdzu, tanečné kroky, moderná gymnastika <p>švihadlo – preskoky na mieste, z miesta znožmo, jednoožne, skrižmo, striedavonožne; krúženie – kruhy, osmičky; kmihanie; hádzanie a vyvažovanie</p> <p>šatka – závoj– oblúky, kruhy osmičky, vlnovky</p>	<p>Žiak vie: popísať štruktúru gymnastických športov prakticky demonštrovať osvojené cvičebné tvary zo športovej a modernej gymnastiky</p>	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV</p>
	15	<p>Žiak má vedieť: funkcie hráčov v jednotlivých športových hrách, systematika herných činností, herné kombinácie a herné systémy hodnotenie herného výkonu hráča i družstva v danej športovej hre</p> <p>basketbal</p> <p>prihrávka, dribling, strelba z miesta, z krátkej a strednej</p>	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomenovať a popísať 	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV</p>

<p>TC: Športové hry</p> <p>TC: Športové hry</p>		<p>vzdialenosti, bránenie hráča bez lopty a s loptou, hrať na dva koše podľa pravidiel,</p> <p>hádzaná</p> <ul style="list-style-type: none"> - prihrávku jednou rukou od pleca s veľkým náprahom - dribbling - streľbu zhora z miesta, skokom do bránkoviška - obsadzovanie hráča bez lopty s 	<p>funkcie hráčov v obrane i v útoku</p> <ul style="list-style-type: none"> - uplatniť techniku základných herných činností jednotlivca <p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomenovať a popísať funkcie hráčov v obrane i v útoku - uplatniť techniku základných herných činností jednotlivca 	
<p>TC: Sezónne pohybové činnosti</p>	<p>4</p>	<p>Žiak má vedieť:</p> <p>cvičenia v prírode</p> <ul style="list-style-type: none"> - výber, prípravu a likvidáciu ohniska - Presun mierne členitým terénom s prekonávaním terénnych prekážok - základné pravidlá ochrany životného prostredia - cvičenia rovnováhy na prírodných prekážkach - nosenie prírodných predmetov jednotlivo, v dvojiciach a iných skupinách (klady, kamene, brvná a pod.) - pohybové hry v prírode - jazda na bicykli, zmeny smeru a rýchlosti jazdy, otáčanie, predchádzanie 	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - orientovať sa v prírode podľa turistických značiek, mapy, buzoly - absolvovať súvislý pochod s prekonávaním terénnych prekážok v dĺžke 4 – 8 km - v prírode sa správať podľa zásad ochrany životného prostredia - dodržiavať pravidlá 	<p>GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ČG - ĚO FG - PI</p>

			cestnej premávky pre chodcov a cyklistov	
PVTC	Bedminton 12 Gymnastika 5	Bedminton Žiak má vedieť: - dohliadať na správnu techniku - Poznať správne držanie rakety - Predviesť hlboký výpad	Žiak vie: - dohliadať na správnu techniku - Pozná správne držanie rakety - Predviesť hlboký výpad	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV

Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacím štandardom ŠVP na príslušný vzdelávacím programom.

INOVOVANÝ ŠKOLSKÝ VZDELÁVACÍ PROGRAM

**Základná škola Ferenc Kazinczyho s VJM Tornaľa - Kazinczy Ferenc Magyar Tanítási Nyelvű Alapiskola,
Tornaľa**

Vzdelávacia oblasť: Telesná a športová výchova

Meno predmetu	TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA
Časový rozsah výučby	2 hodiny týždenne, 66 hodín ročne
Ročník	Siedmy

VZDELÁVACÍ ŠTANDARD Názov tematického celku	Počet hodín	Obsahový štandard	Výkonový štandard	Medzipredmetové vzťahy
Poznatky z telesnej výchovy športu	6	Zdravie a jeho poruchy Žiak má vedieť: <ul style="list-style-type: none"> - úlohu rozcvičenia pred vykonávaním pohybových činností ako prevencia pred zranením - hygienu úborov - prvú pomoc pri drobných poraneniach, praktické poskytnutie prvej pomoci stabilizovaná poloha, ošetrovanie povrchového poranenia, zlomenín, omrzlín, popálenín) 	Žiak vie: <ul style="list-style-type: none"> - vysvetliť význam rozcvičenia pred vykonávaním pohybovej činnosti - zostaviť a realizovať rozcvičenie pre každý tematický celok - dodržiavať hygienické požiadavky pri vykonávaní pohybovej činnosti, - poskytnúť prvú pomoc 	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV
Poznatky z telesnej výchovy športu	2	Zdravý životný štýl Žiak má vedieť: <ul style="list-style-type: none"> - zásady racionálnej výživ - aktívny odpočinok - negatívny vplyvy fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí - základné poznatky o formách pohybovej aktivity v režime dňa 	Žiak vie: <ul style="list-style-type: none"> - zásady racionálnej výživ - aktívny odpočinok - negatívny vplyvy fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí - základné poznatky o formách pohybovej aktivity v režime dňa 	GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO FG - PI
Poznatky z telesnej výchovy a športu	2	Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť Žiak má vedieť: <ul style="list-style-type: none"> - zdravotne orientovanú zdatnosť - základnú gymnastiku - rebriny, lavičky, švihadlo, plnú - loptu, poradové cvičenia - skok do diaľky z miesta - člnkový beh 10x5 m, 	Žiak vie: <ul style="list-style-type: none"> - aplikovať prostriedky na rozvoj pohybových schopností - každoročne preukázať rast úrovne pohybových schopností, 	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV

		- ľah-sed		
Poznatky z telesnej výchovy a športu	2	<p>Športové činnosti pohybového režimu</p> <p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - odbornú terminológiu telovýchovných a športových činností - systematika športov a športových disciplín každého tematického celku, - názvoslovie telesných cvičení - techniku preberaných pohybových zručností všetkých tematických celkov - pravidlá osvojovaných športových disciplín a športov - dodržiavanie fair-play <p>úspechy slovenských a zahraničných športovcov</p>	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - odbornú terminológiu telovýchovných a športových činností - systematika športov a športových disciplín každého tematického celku, - názvoslovie telesných cvičení - techniku preberaných pohybových zručností všetkých tematických celkov - pravidlá osvojovaných športových disciplín a športov - dodržiavanie fair-play <p>úspechy slovenských a zahraničných športovcov na ME, MS, OH</p>	GEO ENV - ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ĀG - ĚO
TC: Atletika	9	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - techniku atletických disciplín - základy techniky atletických činností - atletickú abecedu - nízky a polovysoký štart, švihový a šliapavý beh - rýchly beh do 60 m, - vytrvalostný beh - štafetový beh 	<p>Žiak vie: prakticky demonštrovať osvojenú techniku základných atletických disciplín</p>	ENV - ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ĀG - ĚO
TC: Základy gymnastických športov	12	<p>Žiak má vedieť:</p> <p>športovú gymnastiku</p> <ul style="list-style-type: none"> - prípravné, imitačné cvičenie - metodický postup osvojovania a zdokonaľovania polôh, pohybov, cvičebných tvarov, väzieb, zostavy spoločnej pohybovej skladby 	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - popísať štruktúru gymnastických športov - prakticky demonštrovať osvojené cvičebné tvary zo športovej a modernej gymnastiky - zaznamenať chyby v predvedení 	ENV - ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV

		<ul style="list-style-type: none"> - stojka na lopatkách znožmo, s čelným, bočným roznožením - kotúle vpred, kotúle vzad v rôznych obmenách - kotúľové väzby - stojka na rukách – kotúľ vpred, premet bokom 		
		<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - preskok – koza na šírku , na dĺžku , skrčka, roznožka - chôdza, tanečné kroky, predskok, 2 skoky, - švihadlo – preskoky na mieste, z miesta znožmo, jednonožne, skrižmo, striedavonožne; - šatka – závoj– oblúky, kruhy osmičky, vlnovky, hádzanie a chytanie 	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - popísať štruktúru gymnastických športov - prakticky demonštrovať osvojené cvičebné tvary zo športovej a modernej gymnastiky - zaznamenať chyby v predvedení 	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO</p>
<p>TC: Športové hry</p>	<p>15</p>	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - funkcie hráčov v jednotlivých športových hrách - systematiku herných činností <p>basketbal prihrávka, dribling, strelba z miesta, z krátkej a strednej vzdialenosti, bránenie hráča bez lopty a s loptou, hrať na dva koše podľa pravidiel</p> <p>hádzaná</p> <ul style="list-style-type: none"> - prihrávka jednou rukou od pleca s veľkým náprahom - dribbling - strelba zhora z miesta, skokom do bránkoviska 	<p>Žiak vie: pomenovať a popísať funkcie hráčov v obrane i v útoku, vyplniť jednoduchý pozorovací hárok o výkone hráča i družstva, ukázať a v hre (stretnutí) uplatniť techniku základných herných činností jednotlivca, využiť herné kombinácie a systémy v hre,</p>	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - obsadzovanie hráča bez lopty s loptou hrať na dve bránky podľa pravidiel 		
TC: Sezónne pohybové činnosti	4	<p>Lyžovanie Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zjazdové lyžovanie – postoje a pohyby na lyžiach, obraty, chôdze, výstupy - základný zjazdový postoj - zjazd šikmo svahom, brzdenie - oblúky v pluhu - prívrat spodnou lyžou, prívrat hornou lyžou, nadväzované oblúky a jazda cez terénne nerovnosti, - výstupy, obraty, brzdenie odšliapávanie - pády na lyžiach a vstávanie <p>cvičenia v prírode Žiak má vedieť: Orientáci una stanovisku podľa buzoly, určovanie a výber vybraných smerov</p> <p>Presunu</p> <ul style="list-style-type: none"> - výber, príprava a likvidácia ohniska - presun mierne členitým terénom s prekonávaním terénnych prekážok - základné pravidlá ochrany životného prostredia - cvičenia rovnováhy na prírodných prekážkach 	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - popísať základné techniky jednotlivých jžd oblúkov, brzdení - správne vykonať základné pohyby na lyžiach s prispôbením sa rôznym terénnym nerovnostiam resp. prekážkam pri jazde - správne vykonať základné bezpečnostné techniky - pády pri vykonávaní sezónnych činností - prispôbiť si výstroj a výzbroj potrebný pre vykonávanie jednotlivých sezónnych činností <p>Žiak vie: Ochrana životného prostredia, zorganizovať pohybové hry v prírode pre kolektív spolužiakov, dodržiavať pravidlá cestnej premávky pre chodcov a cyklistov</p>	<p>GEO DOV - KN ENV - ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV</p> <p>FG - PI</p> <p>DOV - KN</p>
PVTC	Bedminton 9 Atletika	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dohliadať na správnu techniku 	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dohliadať na správnu techniku 	<p>ENV - ENN OSR - SZSZK</p>

	5	<ul style="list-style-type: none"> - Poznať správne držanie rakety - Predviesť hlboký výpad <p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - techniku atletických disciplín - základy techniky atletických činností - atletickú abecedu - nízky a polovysoký štart, švihový a šliapavý beh - rýchly beh do 60 m, - vytrvalostný beh - štafetový beh 	<ul style="list-style-type: none"> - Pozná správne držanie rakety - Predviesť hlboký výpad <p>Žiak vie: prakticky demonštrovať osvojenú techniku základných atletických disciplín</p>	OŽZ - ÉEV
--	---	---	---	-----------

Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacím štandardom ŠVP na príslušný vzdelávacím programom.

INOVOVANÝ ŠKOLSKÝ VZDELÁVACÍ PROGRAM

**Základná škola Ferenc Kazinczyho s VJM Tornaľa - Kazinczy Ferenc Magyar Tanítási Nyelvű Alapiskola,
Tornaľa**

Vzdelávacia oblasť: Telesná a športová výchova

Meno predmetu	TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA
Časový rozsah výučby	2 hodiny týždenne, 66 hodín ročne
Ročník	Ôsmy

VZDELÁVACÍ ŠTANDARD Názov tematického celku	Počet hodín	Obsahový štandard	Výkonový štandard	Medzipredmetové vťahy
Poznatky z telesnej výchovy a športu	4	Zdravie a jeho poruchy Žiak má vedieť: <ul style="list-style-type: none"> - úlohu rozcvičenia pred vykonávaním pohybových činností ako prevencia pred zranením - cvičenia rozvíjajúce kondičné, kondično-koordinačné schopnosti - hygiena úborov - pomoc a záchrana pri cvičení - prvá pomoc pri drobných poraneniach, praktické poskytnutie prvej pomoci - zásady držania tela, správne držanie tela, - redukcia nadhmotnosti, obezity 	Žiak vie: <ul style="list-style-type: none"> - vysvetliť význam rozcvičenia pred vykonávaním pohybovej činnosti - zostaviť a realizovať rozcvičenie pre každý tematický celok - dodržiavať hygienické požiadavky pri vykonávaní pohybovej činnosti - aplikovať zásady bezpečnosti, pomoci a záchrany pri cvičení - poskytnúť prvú pomoc 	GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ČG - ĚO FG - PI
Poznatky z telesnej výchovy a športu	2	Zdravý životný štýl Žiak má vedieť: <p>zásady racionálnej výživy pohybový režim</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktívny odpočinok - negatívny vplyv fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí - základné poznatky o formách pohybovej aktivity v režime dňa 	Žiak vie: <ul style="list-style-type: none"> - vysvetliť základy racionálnej výživy, charakterizovať a uplatňovať pohybové činnosti podporujúce zdravý životný štýl - charakterizovať nebezpečenstvo závislosti na návykových látkach s 	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ČG - ĚO

			<p>negatívnym dopadom na zdravie človeka</p> <p>-</p> <p>uplatňovať rôzne formy pohybovej aktivity v režime dňa</p>	
Poznatky z telesnej výchovy a športu	4	<p>Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť</p> <p>Žiak má vedieť:</p> <p>všeobecný kondičný program</p> <ul style="list-style-type: none"> - základnú gymnastiku - rebriny, lavičky, plná lopta - poradové cvičenia, - skok do diaľky z miesta - člnkový beh 10x5 m, - ľah-sed 	<p>Žiak vie: každoročne preukázať rast úrovne pohybových schopností,</p>	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV</p>
Poznatky z telesnej výchovy a športu	2	<p>Športové činnosti pohybového režimu</p> <p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - odbornú terminológiu telovýchovných a športových činností, - názvoslovie telesných cvičení - techniku preberaných pohybových zručností všetkých tematických celkov, - pravidlá osvojovaných športových disciplín a športov - dodržiavanie fair-play 	<p>Žiak vie:-</p> <ul style="list-style-type: none"> - používať odbornú terminológiu telovýchovných a športových činností - charakterizovať základné športové disciplíny všetkých tematických celkov - prezentovať optimálnu techniku preberaných pohybových zručností - aplikovať pravidlá pri vykonávaní športových činností - uplatňovať zásady fair- 	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ČG - ĚO</p>

			play ako súťažiaci	
TC: Atletika	11	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - techniku atletických disciplín - základy techniky atletických činností - atletickú abecedu, nízky a polovysoký štart, švihový a šliapavý beh, rýchly beh do 60 m - vytrvalostný beh, štafetový beh 	<p>Žiak vie: prakticky demonštrovať osvojenú techniku základných atletických disciplín</p>	
TC: Základy gymnastických športov	9	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozdelenie gymnastických športov (športová gymnastika, moderná gymnastika - športová gymnastika - prípravné, imitačné cvičenie, metodický postup osvojovania a zdokonaľovania polôh, pohybov, cvičebných tvarov, väzieb - stojka na lopatkách znožmo, s čelným, bočným roznožením - kotúle vpred, kotúle vzad v rôznych obmenách - kotúľové väzby, väzby s kotúľom vpred, vzad 	<p>Žiak vie: popísať štruktúru gymnastických športov prakticky demonštrovať osvojené cvičebné tvary zo športovej a modernej gymnastiky</p> <p>zaznamenať chyby v predvedení a v rozsahu pohybu v gymnastických súťažiach</p>	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ČG - ĚO</p>
TC: Základy gymnastických športov		<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - preskok – koza na šírku - šatka – závoj– oblúky, kruhy osmičky, vlnovky, hádzanie a chytanie - zostava - spoločná pohybová skladba s náčiním na hudbu 30 – 60 sekúnd - výrazovo-estetické prostriedky gymnastiky 	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - popísať štruktúru gymnastických športov - prakticky demonštrovať osvojené cvičebné tvary zo športovej a modernej 	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV</p>

			<p>gymnastiky</p> <ul style="list-style-type: none"> - vytvoriť gymnastické kombinácie v zostave jednotlivca alebo skupiny - zaznamenať chyby v predvedení 	
<p>TC: Športové hry</p>	<p>15</p>	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - funkciu hráčov v jednotlivých športových hrách - systematiku herných činností - herné kombinácie a herné systémy hodnotenie herného výkonu hráča i družstva v danej športovej hre <p>basketbal</p> <ul style="list-style-type: none"> - prihrávka, dribling, streľba z miesta, z krátkej a strednej vzdialenosti - bránenie hráča bez lopty a s loptou - hrať na dva koše podľa pravidiel <p>hádzaná</p> <ul style="list-style-type: none"> -prihrávka jednou rukou od pleca s veľkým náprahom, - dribbling - streľba zhora z miesta, -skokom do bránkoviška - obsadzovanie hráča bez lopty s <p>Loptou</p> <ul style="list-style-type: none"> - hrať na dve bránky podľa pravidiel 	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomenovať a popísať funkcie hráčov v obrane i v útoku, - ukázať a v hre (stretnutí) uplatniť techniku základných herných činností jednotlivca, - využiť herné kombinácie a systémy v hre 	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV</p>
<p>TC: Športové hry</p>				
<p>TC: Sezónne</p>	<p>8</p>	<p>cvičenia v prírode</p>	<p>Žiak vie:</p>	

<p>pohybové činnosti</p>		<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - orientáciu na stanovisku podľa buzoly - určovanie azimutu - turistické značky, - orientácia podľa mapy - určovanie a výber vybraných smerov presunu - výber, príprava a likvidácia ohniska - presun mierne členitým terénom s prekonávaním terénnych prekážok <p>základné pravidlá ochrany životného prostredia</p> <ul style="list-style-type: none"> - cvičenia rovnováhy na prírodných prekážkach 	<ul style="list-style-type: none"> - prispôbiť si výstroj a výzbroj potrebný pre vykonávanie jednotlivých sezónnych činností - orientovať sa v prírode podľa turistických značiek, mapy, buzoly, ale aj prírodných úkazo - absolvovať súvislý pochod s prekonávaním terénnych prekážok v dĺžke 4 – 8 km - v prírode sa správať podľa zásad ochrany životného prostredia - zorganizovať pohybové hry v prírode pre kolektív spolužiakov, - dodržiavať pravidlá cestnej premávky 	<p>GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ČG - ĚO FG - PI</p>
<p>TC: PVTC</p>	<p>Bedminton 11</p>	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dohliadať na správnu techniku - Poznať správne držanie rakety 	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dohliadať na správnu techniku 	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK</p>

		- Predviest' hlboký výpad	- Pozná správne držanie rakety - Predviest' hlboký výpad	OŽZ - ÉEV
--	--	---------------------------	---	-----------

Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacím štandardom ŠVP na príslušný vzdelávacím programom.

INOVOVANÝ ŠKOLSKÝ VZDELÁVACÍ PROGRAM

**Základná škola Ferenc Kazinczyho s VJM Tornaľa - Kazinczy Ferenc Magyar Tanítási Nyelvű Alapiskola,
Tornaľa**

Vzdelávacia oblasť: Telesná a športová výchova

Meno predmetu	TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA
Časový rozsah výučby	2 hodiny týždenne, 66 hodín ročne
Ročník	Deviaty

VZDELÁVACÍ ŠTANDARD Názov tematického celku	Počet hodín	Obsahový štandard	Výkonový štandard	Medzipredmetové vťahy
Poznatky z telesnej výchovy a športu	2	Zdravie a jeho poruchy Žiak má vedieť: <ul style="list-style-type: none"> - úlohu rozcvičenia pred vykonávaním pohybových činností ako prevencia pred zranením - cvičenia rozvíjajúce kondičné, kondično-koordinačné schopnosti - hygiena úborov - dopomoc a záchrana pri cvičení - prvá pomoc pri drobných poraneniach, praktické poskytnutie prvej pomoci - zásady držania tela, správne držanie tela, - redukcia nadhmotnosti, obezity 	Žiak vie: <ul style="list-style-type: none"> - vysvetliť význam rozcvičenia pred vykonávaním pohybovej činnosti - zostaviť a realizovať rozcvičenie pre každý tematický celok - dodržiavať hygienické požiadavky pri vykonávaní pohybovej činnosti - aplikovať zásady bezpečnosti, dopomoci a záchranu pri cvičení - poskytnúť prvú pomoc 	GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO FG - PI
Poznatky z telesnej výchovy a športu	2	Zdravý životný štýl Žiak má vedieť: <p>zásady racionálnej výživy pohybový režim</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktívny odpočinok - negatívny vplyv fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí - základné poznatky o formách pohybovej aktivity v režime dňa 	Žiak vie: <ul style="list-style-type: none"> - vysvetliť základy racionálnej výživy, charakterizovať a uplatňovať pohybové činnosti podporujúce zdravý životný štýl - charakterizovať nebezpečenstvo závislosti na návykových látkach s negatívnym dopadom 	GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV ČG - ÉO FG - PI

			na zdravie človeka - uplatňovať rôzne formy pohybovej aktivity v režime dňa	
Poznatky z telesnej výchovy a športu	3	Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť Žiak má vedieť: všeobecný kondičný program <ul style="list-style-type: none"> - základnú gymnastiku - rebriny, lavičky, plná lopta - poradové cvičenia, - skok do diaľky z miesta - člnkový beh 10x5 m, - ľah-sed 	Žiak vie: každoročne preukázať rast úrovne pohybových schopností,	ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV
Poznatky z telesnej výchovy a športu	2	Športové činnosti pohybového režimu Žiak má vedieť: <ul style="list-style-type: none"> - odbornú terminológiu telovýchovných a športových činností, - názvoslovie telesných cvičení - techniku preberaných pohybových zručností všetkých tematických celkov, - pravidlá osvojovaných športových disciplín a športov - dodržiavanie fair-play 	Žiak vie:- <ul style="list-style-type: none"> - používať odbornú terminológiu telovýchovných a športových činností - charakterizovať základné športové disciplíny všetkých tematických celkov - prezentovať optimálnu techniku preberaných pohybových zručností - aplikovať pravidlá pri vykonávaní športových činností - uplatňovať zásady fair-play ako súťažiaci 	GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV ČG - ĚO

<p>TC: Atletika</p>	<p>8</p>	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - techniku atletických disciplín - základy techniky atletických činností - atletickú abecedu, nízky a polovysoký štart, švihový a šliapavý beh, <p>rýchly beh do 60 m</p> <ul style="list-style-type: none"> - vytrvalostný beh, štafetový beh 	<p>Žiak vie: prakticky demonštrovať osvojenú techniku základných atletických disciplín</p>	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV</p>
<p>TC: Základy gymnastických športov</p>	<p>11</p>	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozdelenie gymnastických športov (športová gymnastika, moderná gymnastika - športová gymnastika - prípravné, imitačné cvičenie, metodický postup osvojovania a zdokonaľovania polôh, pohybov, cvičebných tvarov, väzieb - stojka na lopatkách znožmo, s čelným, bočným roznožením - kotúle vpred, kotúle vzad v rôznych obmenách - kotúľové väzby, väzby s kotúľom vpred, vzad 	<p>Žiak vie: popísať štruktúru gymnastických športov prakticky demonštrovať osvojené cvičebné tvary zo športovej a modernej gymnastiky</p> <p>zaznamenať chyby v predvedení a v rozsahu pohybu v gymnastických súťažiach</p>	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV</p>
<p>TC: Základy gymnastických športov</p>		<p>Žiak má vedieť: preskok – koza na šírku šatka – závoj– oblúky, kruhy osmičky, vlnovky, hádzanie a chytanie zostava, spoločná pohybová skladba s náčiním na hudbu 30 – 60 sekúnd</p> <p>výrazovo-estetické prostriedky gymnastiky</p>	<p>Žiak vie: popísať štruktúru gymnastických športov prakticky demonštrovať osvojené cvičebné tvary zo športovej a modernej gymnastiky vytvoriť gymnastické kombinácie v zostave jednotlivca alebo skupiny,</p> <p>zaznamenať chyby v predvedení a v rozsahu</p>	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV</p>

			pohybu v gymnastických súťažiach	
TC: Športové hry	16	<p>Žiak má vedieť: funkciu hráčov v jednotlivých športových hrách, systematiku herných činností, herné kombinácie a herné systémy hodnotenie herného výkonu hráča i družstva v danej športovej hre</p> <p>basketbal prihrávka, dribling, strel'ba z miesta, z krátkej a strednej vzdialenosti, bránenie hráča bez lopty a s loptou, hrať na dva koše podľa pravidiel, futbal prihrávka, tlmenie lopty, strel'ba, obsadzovanie hráča bez lopty a s loptou, hrať podľa pravidiel</p> <p>hádzaná -prihrávka jednou rukou od pleca s veľkým náprahom, - dribbling - strel'ba zhora z miesta, -skokom do bránkoviška - obsadzovanie hráča bez lopty s Loptou - hrať na dve bránky podľa pravidiel</p>	<p>Žiak vie: pomenovať a popísať funkcie hráčov v obrane i v útoku, ukázať a v hre (stretnutí) uplatniť techniku základných herných činností jednotlivca, využiť herné kombinácie a systémy v hre,</p>	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV MKV – MKN MEV - MEN</p>
TC: Športové hry				
TC: Sezónne pohybové činnosti	8	<p>cvičenia v prírode Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - orientáciu na stanovisku podľa buzoly - určovanie azimutu - turistické značky, - orientácia podľa mapy - určovanie a výber vybraných smerov presunu - výber, príprava a likvidácia ohniska 	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - prispôbiť si výstroj a výzbroj potrebný pre vykonávanie jednotlivých sezónnych činností - orientovať sa v 	<p>GEO ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ĚEV</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - presun mierne členitým terénom s prekonávaním terénnych prekážok - základné pravidlá ochrany životného prostredia - cvičenia rovnováhy na prírodných prekážkach - nosenie prírodných predmetov jednotlivo, v dvojiciach 	<p>prírode podľa turistických značiek, mapy, buzoly, ale aj prírodných úkazov,</p> <ul style="list-style-type: none"> - absolvovať súvislý pochod s prekonávaním terénnych prekážok v dĺžke 4 – 8 km - v prírode sa správať podľa zásad ochrany životného prostredia - , dodržiavať pravidlá cestnej premávky pre chodcov a cyklistov 	<p>ČG - ÉO FG - PI</p>
<p>TC: PVTC</p>	<p>Bedminton 8 Atletika 6</p>	<p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dohliadať na správnu techniku - Poznať správne držanie rakety - Predviesť hlboký výpad <p>Žiak má vedieť:</p> <ul style="list-style-type: none"> - techniku atletických disciplín - základy techniky atletických činností - atletickú abecedu, nízky a polovysoký štart, švihový a šliapavý beh, <p>rýchly beh do 60 m vytrvalostný beh, štafetový beh</p>	<p>Žiak vie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dohliadať na správnu techniku - Pozná správne držanie rakety - Predviesť hlboký výpad <p>Žiak vie: prakticky demonštrovať osvojenú techniku základných atletických disciplín</p>	<p>ENV- ENN OSR - SZSZK OŽZ - ÉEV</p>

Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacím štandardom ŠVP na príslušný vzdelávacím programom.

Legenda:	
MKV: Multikultúrna výchova	MKN: Multikulturális nevelés
DOV: Dopravná výchova	KN: Közlekedési nevelés
ENV: Environmentálna výchova	ENN: Environmentális nevelés
OSR: Osobný a sociálny rozvoj	SZTF: Személyiségfejlesztés és társas kapcsolatok fejlesztése
OŽZ: Ochrana života a zdravia	ÉEV: Élet- és egészségvédelem
TPaPZ: Tvorba projektu a prezentačné zručnosti	PKPK: Projektkészítés és prezentációs képességek
RV: Regionálna výchova	RN: Regionális nevelés
MEV: Mediálna výchova	MEN: Mediális nevelés
PTOPR: Posilňovanie tolerance, odstraňovanie prejavov rasizmu, antisemitizmu a xenofóbie	TN: Toleranciára nevelés, a rasszizmus, antiszemitizmus és xenofóbia ellen
PPDZ: Primárna prevencia drogových závislostí	DP: Drogprevenció
VMR: Výchova k manželstvu a rodičovstvu	CSN: Családi életre nevelés
EP: Ľudské práva	EJ: Emberi jogok
FG: Finančná gramotnosť	PI: Pénzügyi ismeretek
ČG: Čitateľska gramotnosť	ÉO: Értő olvasás