

| 6.ročník  | Š V P  |   | Sportovní hry                            |
|---|--|---|--|
| OČEKÁVANÉ VÝSTUPY   | ŠKOLNÍ VÝSTUPY   | UČIVO   | MEZIPŘEDMĚTOVÉ VZTAHY A PRŮŘEZOVÁ TÉMATA |
| - samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí jí ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly  | - zvládá základní přípravu organismu před pohybovou činností i uklidnění organismu po ukončení činnosti                              | <u>Atletika</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Skok daleký</li> <li>- Běh na 60 m (nízký start)</li> </ul>  |  |
| Uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možné nebezpečí úrazu a přizpůsobuje jim svou činnost | - zvládá základní přípravu organismu před pohybovou činností i uklidnění organismu po ukončení činnosti                              | <u>Atletika</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Běh na 1000 m, 600 m (chlapci dívky)</li> <li>- Hod kriketovým míčkem</li> <li>- Skok vysoký</li> </ul> <u>Míčové hry – základní jednoduché techniky</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Házená</li> <li>- Florbal,</li> <li>- basketbal</li> <li>- Volejbal</li> <li>- fotbal</li> </ul> |  |
| - dává do souvislosti složení stravy a způsob stravování s rozvojem civilizačních nemocí a rámci svých možností uplatňuje zdravé stravovací návyky                    | - posoudí na konkrétních příkladech zastoupení jednotlivých potravin a nápojů ve stravovacím režimu člověka z hlediska zdravé výživy | <u>Strava a pitný režim</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- význam zdravé výživy pro psychické a fyzické zdraví člověka</li> </ul>   |  |