

### 5.2.3. Člověk a zdraví

## Charakteristika vyučovacího předmětu TĚLESNÁ VÝCHOVA

### Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu

Vyučovací předmět tělesná výchova vychází z obsahu vzdělávací oblasti Člověk a zdraví a oboru Tělesná výchova, integruje některé tematické okruhy vzdělávacího oboru Výchova ke zdraví. Je zaměřen na optimální rozvoj tělesné, duševní a sociální zdatnosti žáků. Žáci mají možnost rozvíjet svoje pohybové schopnosti a dovednosti, korigovat jednostranné zatížení organismu, eventuelně i zdravotní oslabení. Žáci si jasně utváří vztah ke zdraví a umí si preventivně zdraví chránit.

Pro výuku jsou třídy rozděleny do skupin podle pohlaví. Žáci druhého ročníku absolvují sedmidenní lyžařský výcvikový kurz. Výuka probíhá v pronajatých tělocvičnách a sportovních areálech.

Časová dotace:

Ročník	1.	2.	3.	4.
Hodinová dotace	2	2	2	2

### Vzdělávání v předmětu tělesná výchova

Formy realizace předmětu:

- vyučovací jednotka
- prožitková lekce
- závod
- turnaj
- soutěž
- kurz

Škola se pravidelně účastní sportovních soutěží a účast je otevřena všem zájemcům z řad žáků školy.

## **Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí žáků**

### **Kompetence k učení**

#### **Žáci**

- poznávají smysl a cíl svých aktivit
- plánují, organizují a řídí vlastní činnost
- užívají osvojené názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího a diváka
- různým způsobem zpracují informace o pohybových aktivitách ve škole

#### **Učitel**

- hodnotí žáky způsobem, který jim umožňuje vnímat vlastní pokrok
- stanovuje dílčí vzdělávací cíle v souladu s cíli vzdělávacího programu
- dodává žákům sebedůvěru
- sleduje pokrok všech žáků

### **Kompetence k řešení problémů**

#### **Žáci**

- vnímají nejrůznější problémové situace a plánují způsob řešení problémů
- vyhledávají informace vhodné k řešení problémů
- kriticky myslí, činí uvážlivá rozhodnutí, jsou schopni je obhájit
- uvědomují si zodpovědnost svých rozhodnutí a výsledky svých činů zhodnotí
- jsou schopni obhájit svá rozhodnutí

#### **Učitel**

- s chybou žáka pracuje jako s příležitostí, jak ukázat cestu ke správnému řešení
- vede žáky ke správným způsobům řešení problémů

### **Kompetence komunikativní**

#### **Žáci**

- komunikují na odpovídající úrovni
- osvojí si kultivovaný ústní projev

Gymnázium, Milevsko, Masarykova 183  
Školní vzdělávací program (ŠVP)  
pro nižší stupeň osmiletého všeobecného studia

#### Učitel

- vyžaduje dodržování pravidel slušného chování
- podle potřeby žákům v činnostech pomáhá
- zadává úkoly, při kterých mohou žáci spolupracovat

### **Kompetence sociální a personální**

#### Žáci

- spolupracují ve skupině
- podílejí se na vytváření pravidel práce v týmu
- v případě potřeby poskytnou pomoc nebo o ni požádají
- si vytváří pozitivní představu o sobě samém, která podporuje sebedůvěru a samostatný rozvoj

#### Učitel

- umožňuje každému žákovi zažít úspěch
- zadává úkoly, při kterých mohou žáci spolupracovat
- podle potřeby žákům v činnostech pomáhá
- požaduje dodržování dohodnuté kvality a postupy

### **Kompetence občanské**

#### Žáci

- respektují názory ostatních
- si formují volní a charakterové rysy
- se zodpovědně rozhodují podle dané situace
- aktivně se zapojují do sportovních aktivit
- rozhodují se v zájmu podpory a ochrany zdraví
- rozlišují a uplatňují práva a povinnosti vyplývající z různých rolí ( hráč, rozhodčí, divák,...)

#### Učitel

- vede žáky k tomu, aby brali ohled na druhé
- vyžaduje dodržování pravidel slušného chování
- umožňuje žákům, aby na základě jasných kritérií hodnotili své činnosti nebo výsledky

Gymnázium, Milevsko, Masarykova 183  
Školní vzdělávací program (ŠVP)  
pro nižší stupeň osmiletého všeobecného studia

### **Kompetence pracovní**

#### **Žáci**

- jsou vedeni k efektivitě při organizování vlastní práce
- spoluorganizují svůj pohybový režim
- využívají znalostí a dovedností v běžné praxi
- ovládají základní postupy první pomoci

#### **Učitel**

- vyžaduje dodržování pravidel slušného chování
- vede žáky k dodržování obecných pravidel bezpečnosti