

Tělesná výchova – 8. ročník

Očekávané výstupy	Učivo	Mezipředmětové vztahy a začlenění průřezových témat	Poznámky
na konci 8. ročníku díky (v) předmětu Tělesná výchova žák:			
Uplatňuje vhodné a bezpečné chování při pobytu v přírodě i na neznámých sportovištích a nepřeceňuje své síly	Turisticko – mediální kurz		
Odmítá alkohol a drogy a je si vědom jejich škodlivosti na zdraví i na sportovním výkonu			
Na základě sledování pozitivních změn ve výkonu usiluje o další zlepšení své tělesné zdatnosti			
Zvolí si vhodný aktivní program při rekreačních činnostech			
Posoudí svou úroveň zdatnosti, nachází nedostatky a snaží se o jejich nápravu			
Užívá správné názvosloví při aktivním sportování i při sledování sportu			
Naplňuje základní olympijské myšlenky, především ducha fair play			
Ovládá principy pro rozehrání těla, samostatně provádí dynamické pohybové aktivity, rozvíčku			
Gymnastika			
Rozumí tělocvičnému názvosloví	cvičení na hrazdě, kruzích, přeskok roznožmo a skrčmo akrobacie, cvičení prostrná		
Předvede jednoduchou gymnastickou sestavu	Prostrná		
Osvojuje si základy rytmické gymnastiky	Moderní gymnastika, cvičení se švihadly a míči, aerobik		
Atletika			
Zdokonaluje techniky atletických cvičení	krátké a dlouhé běhy, skok daleký a vysoký, hod míčkem a granátem, vrh koulí		
Sportovní hry			
Účastní se mezitřídních i meziškolních soutěží	basketbal, fotbal, florbal, házená, volejbal, vybíjená		
Hraje fair- play, dodržuje pravidla her			
Zdokonaluje se v herních dovednostech a poznatky z tréninku vědomě využívá ve hře			

