

VZDĚLÁVACÍ OBLAST:
VZDĚLÁVACÍ OBOR:
ZÁJMOVÉ VZDĚLÁVÁNÍ:

ČLOVĚK A ZDRAVÍ
TĚLESNÁ VÝCHOVA
SPORTOVNÍ

Téma	Rozvíjené kompetence, očekávané výstupy	Zájmově vzdělávací aktivita	Poznámky Tradiční akce
Sport	<ul style="list-style-type: none"> rozvíjí obratnost, ohebnost, pružnost, sílu, rychlost, odraz rozvíjí ladnost, taneční prvky utváří si morálně volní vlastnosti zdokonaluje cvičení na náradí připravuje se k závodní činnosti 	Gymnastika	Oddílové závody Okresní přebory Krajské přebory Celostátní přebory Školní akademie
	<ul style="list-style-type: none"> rozvíjí techniku základních disciplín: běh, hod, skok osvojuje si zásady fair play utváří si morálně volní vlastnosti připravuje se k závodní činnosti 	Lehká atletika	Závody školních družin -obvodní, okresní Okresní, krajské, republikové závody ČA SPV Krajský přebor ČAS
	<ul style="list-style-type: none"> osvojuje si zásady fair play utváří si morálně volní vlastnosti rozvíjí obratnost, ohebnost, pružnost, sílu, rychlost 	Korfbal Vybíjená, přehazovaná	Celostátní soutěž ČKS Okresní soutěž ŠD

	<ul style="list-style-type: none"> • rozvíjí spolupráci a komunikaci hráčů • připravuje se k závodní činnosti • získává herní taktiku • rozumí pravidlům a dodržuje je 		
	<ul style="list-style-type: none"> • objevuje vlastní pohybové schopnosti a rozvíjí je • trénuje obratnost, ohebnost, pružnost, sílu, rychlost, odraz • cvičí na nářadí • osvojuje si zásady fairplay • vytváří si správné pohybové návyky • manipuluje s náčiním a nářadím • připravuje se k závodní činnosti • raduje se z pohybu 	<p>Sportovní aktivity</p>	<p>Čertovská olympiáda Čertí hrátky Zimní pětiboj ČA SPV Pololetky na svahu – spolupráce s SK Plhov – Náchod Orientační běh za velikonočním zajícem Okresní, krajské, republikové závody ČA SPV Cyklovýlet, turistický výlet Léto na řece – spolupráce s SK Plhov - Náchod</p>

<p>Hygiena</p>	<ul style="list-style-type: none"> • vedeme ke zdravému životnímu stylu, pohybu a otužování, péči o zdraví • vedeme ke správným stravovacím a hygienickým návykům • vedeme k dodržování obecných zásad bezpečnosti a hygieny při činnosti 	<p>Sportovní aktivity Gymnastika Hry</p>	<p>Vhodné sportovní oblečení Hygienická osvěta</p>
<p>Výživa</p>	<ul style="list-style-type: none"> • vedeme ke správným stravovacím a hygienickým návykům • učíme základům stolování, stolničení • vedeme k dodržování obecných zásad bezpečnosti a hygieny při činnosti 	<p>Vaření Sportovní aktivity Gymnastika Hry</p>	<p>Sebeobslužné činnosti -oběd -svačina -pitný režim</p>

Školní družina při Základní škole Náchod – Plhov: ŠVP „Klíče k životu“
