

Církevní základní škola ORBIS-PICTUS, spol. s r.o.

Budějovická 825, Tábor



Motto:

UČÍME SE NAVZÁJEM

Dodatek č. 6 zahrnující změny Školního vzdělávacího programu pro základní vzdělání k 1. září 2015

1. IDENTIFIKAČNÍ ÚDAJE

Název ŠVP:

Školní vzdělávací program pro základní vzdělávání

UČÍME SE NAVZÁJEM**Předkladatel:**

Název školy:

Církevní základní škola ORBIS-PICTUS, spol. s r.o.

Právní forma:

společnost s ručením omezeným

Adresa školy:

Budějovická 825, 390 02 Tábor

Tel.: 381 251 864

e-mail: orbis-pictus@orbiska.cz

Jméno jednatele:

Ing. Miroslava Nejezchlebová

Jméno ředitele:

Ing. Miroslava Nejezchlebová

Tel. a fax: 381 252 567

e-mail: m.nejezchlebova@orbiska.cz

IČO:

25 159 577

IZO:

škola 060 064 161

školní družina 110 017 838

školní klub 181 031 671

RED-IZO:

600 001 288

Webové stránky:

www.orbiska.cz

Zřizovatel:

Název: Římskokatolická farnost Tábor
Adresa: Děkanská 305, 390 01 Tábor
Statutární zástupce: P. Michal Pulec
Kontakty: Tel.: 381 253 824
e-mail: faratabor@volny.cz

Platnost dokumentu:

od 1. září 2015 (od šk. roku 2015/16)

Koordinátor tvorby ŠVP:

Ing. Mgr. Karel Dušek
Tel.: 381 251 864
e-mail: kareldusek@seznam.cz

Podpis ředitele:**Razítko školy:**

5.8. ČLOVĚK A ZDRAVÍ

5.8.1. TĚLESNÁ VÝCHOVA

5.8.1.1. Charakteristika vyučovacího předmětu

Vyučovací předmět Tělesná výchova vychází ze vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. Hlavním cílem vyučovacího předmětu je komplexní vzdělávání žáků v problematice aktivního pohybu jako významného činitele působící na zdravotní stav a harmonický rozvoj dítěte. Vede žáky k poznání vlastních pohybových možností a zájmů, současně i k poznání účinků konkrétních pohybových činností na tělesnou zdatnost, duševní a sociální pohodu.

Tělesná výchova je nejdůležitější formou pohybového učení a pohybové kultivace žáků a je zdrojem poznatků a námětů pro zdravotní, rekreační i sportovní využití pohybu ve škole i mimo školu.

Žáci se seznamují s novými pohybovými dovednostmi, učí se využívat různého sportovního náčiní a nářadí, osvojují si správné návyky držení těla, rozvíjí tělesnou zdatnost a výkonnost. Osvojené dovednosti se učí uplatňovat v různém prostředí, zvykají si na rozličné role, které vyžadují spolupráci, tvořivost, překonávání zábran, objektivnost, rychlé rozhodování, organizační schopnosti i nutnou míru odpovědnosti za zdraví své i svých spolužáků.

V rámci Tělesné výchovy poznávají žáci vlastní pohybové možnosti i přednosti, svá zdravotní i pohybová omezení.

Vyučovací úsilí učitele a učební činnost žáků v Tělesné výchově směřují k osvojení pohybových dovedností v souladu s vývojovými předpoklady a individuálními zvláštnostmi žáků. Směřují také k začleňování pohybu do denního režimu, zvládnutí sportovní činnosti ve známém i méně známém prostředí, ke kladnému prožívání osvojené pohybové činnosti a využívání těchto prožitků jako prostředek k překonávání negativních tělesných či duševních stavů a vytváření si trvalého vztahu k pohybovým aktivitám v každodenním životě.

Významné je propojování pohybových činností s dalšími oblastmi vzdělání, jako je hudební výchova, hygiena, úrazová zábrana, dopravní kázeň, atd....

5.8.1.1.1. Obsahové, časové a organizační vymezení vyučovacího předmětu

Tělesná výchova jako součást komplexního vzdělávání žáků v problematice zdraví směřuje k poznání svých tělesných a pohybových možností a k jejich zdokonalování. Zároveň vede k poznávání účinků konkrétních pohybových činností na organismus, psychiku a zdraví. Dále je hlavním zdrojem poznatků a námětů pro zdravotní, rekreační a sportovní využití pohybu v režimu školy i mimo školu.

Dává prostor k osvojování nových pohybových dovedností, k ovládnutí a využívání náčiní a nářadí, k seznámení s návody pro pohybovou prevenci či korekci jednostranného zatížení nebo zdravotního oslabení, stejně jako rozvoj tělesné zdatnosti a výkonnosti. Při tělesné výchově se uplatňují osvojené pohybové dovednosti v různém prostředí a s různými účinky a promítají se zde rozličné sociální role, které vyžadují spolupráci, tvořivost, překonávání zábran, objektivnost, rychlé rozhodování, organizační schopnosti i nutnou míru zodpovědnosti za své zdraví a zdraví ostatních.

Základem tělesné výchovy je rozpoznávání a rozvíjení pohybového nadání od spontánního pohybu k činnosti řízené a výběrové. Vše se děje tak, aby žák byl schopen řadit pohybové činnosti do svého běžného života bez stresu a obav. Tělesná výchova vede žáky k poznávání zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty, k pochopení zdraví ve smyslu rovnováhy psychické a fyzické, poznávání člověka jako biologické jednotky, k preventivní ochraně zdraví a také k poznávání člověka jako biologické jednotky. Obsahem vyučovacího předmětu tělesná výchova je vzdělávání žáků v problematice zdraví, které směřuje k poznání vlastních pohybových možností a zájmů a k poznávání účinků konkrétních pohybových činností na tělesnou zdatnost, duševní a sociální pohodu.

Důsledně se dodržuje individuální přístup k žákovi a uplatňuje se diferenciací žáků, která odpovídá uplatnění žáka ve vyučovacím procesu. Rozvíjejí se žáci nadání, vyrovnává se pohybový deficit žáků se sníženou zdravotní skupinou. Reaguje se na doporučení lékařů a individuální dispozice. Uplatňuje se kooperativní způsob.

Používá se volné skupiny, která souvisí s formou individualizace činnosti a s možností pro každého žáka uplatnit jeho schopnosti, potřeby a zájmy. Při použití této formy se vedle toho uplatňuje i vliv kolektivu. V neposlední řadě je důležitou metodou hra a týmová práce. K dosažení dobrého výsledku napomáhá názorná ukázka.

Časová dotace je 2 hodiny týdně v prvním až devátém ročníku.

Do výuky tělesné výchovy na prvním stupni (v 1., 2. a 3. ročníku) je zařazen plavecký výcvik, který je zajištěn smluvně s plaveckou školou. Do výuky tělesné výchovy na druhém stupni v sedmém ročníku je zařazen 5-7 denní povinný lyžařský výcvik. Součástí výuky jsou 5-7 denní ozdravné pobyty, organizované školou dvakrát ročně dle zájmu žáků v jednotlivých ročnících. Výuka tělesné výchovy na prvním stupni základní školy probíhá koedukovaně v rámci jedné třídy. Výuka tělesné výchovy na druhém stupni probíhá odděleně v dívčích a chlapeckých skupinách vytvořených spojením žáků a žaček dvou až tří ročníků (dle možností školy). Výuka je organizována v tělocvičně a ve venkovních prostorách TJ Sokol Tábor, které jsou vzdáleny cca 200m od budovy školy, příležitostně dle potřeby probíhá v přírodě v blízkosti vodní nádrže Jordán a v dalších přírodních lokalitách města (atletika, turistika), v plaveckém bazénu v Táboře (viz výše).

Vzdělávací obsah je rozdělen na 3 tematické okruhy:

1.stupeň

1. ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ

1.1 význam pohybu pro zdraví - pohybový režim žáků, délka a intenzita pohybu

1.2 příprava organismu - příprava před pohybovou činností, uklidnění po zátěži, napínací a protahovací cvičení

1.3 zdravotně zaměřené činnosti - správné držení těla, správné zvedání zátěže; průpravná, kompenzační, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení a jejich praktické využití

1.4 rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly, pohyblivosti, koordinace pohybu

1.5 hygiena při TV - hygiena pohybových činností a cvičebního prostředí, vhodné oblečení a obutí pro pohybové aktivity

1.6 bezpečnost při pohybových činnostech - organizace a bezpečnost cvičebního prostoru, bezpečnost v šatnách a umyvárnách, bezpečná příprava a ukládání náradí, náčiní a pomůcek, první pomoc v podmínkách TV

2. ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ

2.1 pohybové hry - s různým zaměřením; netradiční pohybové hry a aktivity; využití hraček a netradičního náčiní při cvičení; pohybová tvořivost

2.2 základy gymnastiky - průpravná cvičení, akrobacie, cvičení s náčiním a na náradí odpovídající velikosti a hmotnosti

2.3 rytmické a kondiční formy cvičení pro děti - kondiční cvičení s hudbou nebo rytmickým doprovodem, základy estetického pohybu, vyjádření melodie a rytmu pohybem, jednoduché tance

2.4 průpravné úpoly - přetahy a přetlaky

2.5 základy atletiky - rychlý běh, motivovaný vytrvalý běh, skok do dálky nebo do výšky, hod míčkem

2.6 základy sportovních her - manipulace s míčem, herní činnosti jednotlivce, spolupráce ve hře, průpravné hry, utkání podle zjednodušených pravidel minisportů

2.7 turistika a pobyt v přírodě - přesun do terénu, chůze v terénu, táboření, ochrana přírody

2.8 plavání - (*základní plavecká výuka*) hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob (plavecká technika), prvky sebezáchry a dopomoci tonoucímu

2.9 lyžování, bruslení (*podle podmínek školy*) - hry na sněhu a na ledě, základní techniky pohybu na lyžích a bruslích

2.10 další pohybové činnosti (*podle podmínek školy a zájmu žáků*)

3. ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ

3.1 komunikace v TV - základní tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály

3.2 organizace při TV - základní organizace prostoru a činností ve známém (běžném) prostředí

3.3 zásady jednání a chování - fair play, olympijské ideály a symboly

3.4 pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových činností - her, závodů, soutěží

3.5 měření a posuzování pohybových dovedností - měření výkonů, základní pohybové testy

3.6 zdroje informací o pohybových činnostech

2. STUPEŇ

1. ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ

1.1 význam pohybu pro zdraví - rekreační a výkonnostní sport, sport dívek a chlapců

1.2 zdravotně orientovaná zdatnost - rozvoj ZOZ, kondiční programy, manipulace se zatížením

1.3 prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí - průpravná, kompenzační, vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení

1.4 hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech - v nestandardním prostředí, první pomoc při TV a sportu v různém prostředí a klimatických podmínkách, improvizované ošetření poranění a odsun raněného

2. ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ

2.1 pohybové hry - s různým zaměřením; netradiční pohybové hry a aktivity

2.2 gymnastika - akrobacie, přeskoky, cvičení s náčiním a na nářadí

2.3 estetické a kondiční formy cvičení s hudbou a rytmickým doprovodem - základy rytmické gymnastiky, cvičení s náčiním; kondiční formy cvičení pro daný věk žáků; tance

2.4 úpoly – přetahy a přetlaky

2.5 atletika - rychlý běh, vytrvalý běh na dráze a v terénu, základy překážkového běhu, skok do dálky, hod míčkem

2.6 sportovní hry (alespoň dvě hry podle výběru školy) - herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání podle pravidel žákovské kategorie

2.7 turistika a pobyt v přírodě - příprava turistické akce, přesun do terénu, chůze se zátěží i v mírně náročném terénu, táboření, ochrana přírody

2.8 plavání (podle podmínek školy – základní a zdokonalovací plavecký výcvik)

2.9 lyžování, bruslení (podle podmínek školy) - běžecké lyžování, lyžařská turistika, sjezdové lyžování, bezpečnost pohybu v zimní horské krajině, jízda na vleku; (další zimní sporty podle podmínek školy)

3. ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ

- 3.1 komunikace v TV - tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných pohybových činnostech
- 3.2 organizace prostoru a pohybových činností - v nestandardních podmínkách; sportovní výstroj a výzbroj - výběr, ošetřování
- 3.3 historie a současnost sportu -významné soutěže a sportovci
- 3.4 pravidla osvojovaných pohybových činností - her, závodů, soutěží
- 3.5 zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech
- 3.7 zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci