

**Vzdělávací oblast :** Volitelný předmět – Člověk a zdraví  
**Vyučovací předmět:** Sportovní hry-sportovci

### Charakteristika předmětu:

#### **Vzdělávací obsah:**

Základem vzdělávacího obsahu volitelného předmětu Sportovní hry-sportovci je vzdělávací obsah vzdělávací oblasti z RVP Člověk a zdraví, vzdělávacího oboru Tělesná výchova pro 2. stupeň.

#### **Časová dotace:**

- 6. ročník – 2 hodiny
- 7. ročník – 2 hodiny
- 8. ročník – 2 hodiny
- 9. ročník – 2 hodiny

#### **Organizace výuky:**

Předmět je určen pro žáky zařazené do tříd s rozšířenou výukou tělesné výchovy. Do rozvrhu je začleněn dvakrát týdně 45 minut vždy jako koncová (odpolední) nebo první vyučovací hodina. Volitelného předmětu se účastní žáci trénující v basketbalových klubech BK, Tesla a SŠB.

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

- viz povinný vyučovací předmět Tělesná výchova

#### Průřezová témata

- viz povinný vyučovací předmět Tělesná výchova

## Vzdělávací obsah vyučovacího předmětu

### **ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ**

Očekávané výstupy z RVP

Žák:

- aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem
- usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program

Učivo

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

### **ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ**

Očekávané výstupy

žák

- zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech
- posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny

Učivo

- pohybové hry - s různým zaměřením; hlavně atletické, netradiční pohybové hry a aktivity
- sportovní hry (alespoň dvě hry podle výběru školy) - herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání podle pravidel žákovské kategorie

### **ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ**

Očekávané výstupy

žák

- užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu
- naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky - čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu
- dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji
- rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora
- sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí
- zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy; spolurozhoduje osvojované hry a soutěže
- zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci

Učivo

- komunikace v TV - tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných pohybových činnostech
- pravidla osvojovaných pohybových činností - her, závodů, soutěží,

	<b>Počet hodin</b>	<b>6.a 7.ročník</b>	<b>8. a 9.ročník</b>
<b>Září</b>		dovednostní řada s míčem-ballhandling- s jedním, se dvěma míči herní činnosti jednotlivce- střelba,nácvik dvojtaktu běžecká abeceda Protahovací a uvolňovací cvičení	Zopakování si základních herních činností jednotlivce, řešení situace 1/1 – ve vnitřním prostoru – z pohledu obránce řešení situace 1/1 ve vnějším prostoru – zahájení úniku – z pohledu útočníka hra běžecká abeceda Protahovací a uvolňovací cvičení
<b>Říjen</b>		Technika střelby, technika přihrávek, přihrávky v pohybu, rozvoj ballhandlingu,dribling na místě, dribling v pohybu, dribling s dvěma míči Protahovací a uvolňovací cvičení	řešení situace 1/1 ve vnějším prostoru – obranná činnost řešení situace 1/1 při útočném/obránném doskakování hra, řešení situace 1/1 – ve vnitřním prostoru – z pohledu útočníka i obránce Protahovací a uvolňovací cvičení
<b>Listopad</b>		Individuální obranné činnosti jednotlivce, obranný postoj, pohyb, změny směru v obraně Gymnastika-přeskok, hrazda, akrobacie Protahovací a uvolňovací cvičení	Obranné činnosti jednotlivce, obrana postupného útoku seznámení s pojmy silná a slabá strana, řešení různých herních situací z pohledu obrany, obranný postoj, obranný pohyb, změny směru v obranném pohybu Gymnastika-přeskok, hrazda, akrobacie Protahovací a uvolňovací cvičení
<b>Prosinec</b>		přihrávky na místě přihrávky v pohybu poslední hodina bloku- hra běžecká abeceda Protahovací a uvolňovací cvičení	Obranné a útočné doskakování, zvládnutí odstavení hráče- záda- box out. běžecká abeceda Protahovací a uvolňovací cvičení
<b>Leden</b>		činnost obránce proti dvěma útočníkům průpravná hra-bez driblinku(jen přihrávky) hra Protahovací a uvolňovací cvičení	Řešení útočných přesilových situací 2-1, 3-2 atd... Řešení přesilových situací z pohledu obránce či obránců 1-2, 2-3 atd... Protahovací a uvolňovací cvičení

<b>Únor</b>		Uvolnění hráče s míčem, z místa, v pohybu – dbání na technickou dokonalost Gymnastika-přeskok, hrazda, akrobacie Protahovací a uvolňovací cvičení	Technika driblinku v plné rychlosti, technika přihrávek a jejich zpracování v plné rychlosti a ve větší fyzické zátěži, rozvoj ballhandligu, střelecká finta uvolnění hráče s míčem Gymnastika-přeskok, hrazda, akrobacie Protahovací a uvolňovací cvičení
<b>Březen</b>		Drilly zaměřené na dribling, technickou dokonalost ke zvládnutí všech forem přehození-předtělem-za tělem-pod nohou-zadní otočka-balkánský cross. Různé spojení a techniky přehození a jejich kombinace , běžecká abeceda Protahovací a uvolňovací cvičení	způsoby zahájení, vedení a zakončení rychlého protiútoků. Technika střelby-technicky dokonale zvládnutá technika střelby z krátké a ze střední vzdálenosti běžecká abeceda Protahovací a uvolňovací cvičení
<b>Duben</b>		Technika střelby, různé formy zakončení nácvik dvojtaktů a jejich zvládnutí za ztížených podmínek a v plné rychlosti Protahovací a uvolňovací cvičení	CLONA, clona na hráče s míčem, clona na hráče bez míče. Řešení clon s pohledu obrany, zahlášení, předskok, proklouzávání, přebrání Protahovací a uvolňovací cvičení
<b>Květen</b>		Individuální obranné činnosti jednotlivce, obranný postoj, pohyb, změny směru v obraně Gymnastika-přeskok, hrazda, akrobacie Protahovací a uvolňovací cvičení	Hra- herní situace postupný útok zapojení jednoduchých kombinací – hod' a běž, hra jeden na jednoho, přenos míče. Agresivní obrana zvládnutí těchto jednoduchých kombinací z pohledu obrany- odskok po přihrávce ke koši, odstavení hráčů po střelbě atd...Obranné reakce na silnou a slabou stranu Gymnastika-přeskok, hrazda, akrobacie Protahovací a uvolňovací cvičení

<p style="text-align: center;"><b>Červen</b></p>		<p>Hra a její různé formy modifikace hry, úprava pravidel pro potřeby konkrétní hry a rozvoje určené individuální hráčské činnosti jednotlivce, běžecká abeceda</p>	<p>Hra- rozvoj herních situací se zapojením clon.Obranné řešení těchto situací – předskok, proklouzávání atd., odstavení hráčů po střelbě. technika střelby běžecká abeceda</p>
--	--	---	---