Tělesná výchova – charakteristika vyučovacího předmětu

Obsahové vymezení

Vyučovací předmět vychází ze vzdělávací oblasti Člověk a zdraví vzdělávacích oborů Tělesná výchova a Výchova ke zdraví RVP. Je zaměřen na optimální rozvoj tělesné, duševní a sociální zdatnosti žáků. Žáci mají možnost rozvíjet své pohybové schopnosti a dovednosti, korigovat jednostranné zatížení organismu. Pohybové vzdělání postupuje od spontánní pohybové činnosti žáků k činnosti řízené a výběrové, jejímž smyslem je schopnost samostatně ohodnotit úroveň své zdatnosti a řadit do denního režimu pohybové činnosti pro uspokojení vlastních pohybových potřeb i zájmů, pro rozvoj zdatnosti a výkonnosti, pro regeneraci sil a pro podporu zdraví a ochranu života.

Cílové zaměření vzdělávací oblasti

Vzdělání v této vzdělávací oblasti směřuje k utváření a rozvíjení klíčových kompetencí žáků tím,že vede žáky k

* rozvoji pohybových dovedností a schopností
* kultivovanému a estetickému pohybovému projevu
* poznávání zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty
* rozpoznání situace ohrožující tělesné a duševní zdraví,předcházet jim nebo je řešit
* chápání zdatnosti, dobrého fyzického vzhledu i duševní pohody jako významného předpokladu výběru profesní dráhy,partnerů, společenských činností…

Časové a organizační vymezení předmětu

Předmět tělesná výchova má výstupy a učivo distribuováno do věkových kategorií: mladší žáci (1. a 2. roč. - O1 a O2 ), starší žáci (3. a 4. roč. - O3 a O4) a to z důvodu organizace jakékoliv okresní nebo krajské sportovní soutěže. Přesto tělesná výchova je natolik specifickým předmětem,že učitel tělesné výchovy musí v hodinách TV učivo a tím i výstupy přizpůsobit fyzické úrovni žáků jednotlivých tříd.

Předmět tělesná výchova je v 1. a 2.roč. (O1 a O2) vyučován s časovou dotací 2 hodiny týdně, v 3. a 4 roč. (O3 a O4) s dotací také 2 hodiny týdně.

Pro výuku je každá třída rozdělena na dvě skupiny podle pohlaví. Některé skupiny chlapců mají hodiny TV spojené s chlapci jiných tříd z důvodu nedostatečného počtu žáků ve skupině, tj. v rozmezí 12 až 25 žáků. Během školního roku výuka probíhá ve skupinách samostatně nebo současně ve dvou skupinách.

Pro hodiny TV máme k dispozici tyto prostory: tělocvičnu školy, sokolovnu, atletické hřiště a park u sokolovny.

Povinná výuka tělesné výchovy je během studia doplňována výukou nepovinných předmětů. Jedná se o sportovní hry: košíková a florbal, dále pak o aerobik.

Pro studenty 3 .roč. (O3) organizujeme lyžařský výcvikový zájezd s výukou sjezdového lyžování a výukou snowboardingu.

Výuku dále doplňujeme dalšími sportovními aktivitami dle možností a zájmu žáků – cyklistika, bruslení, plavání apod.

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

**Kompetence k učení -** učitel

* vytváří prostor pro dostatečné osvojování pohybových dovedností
* vede žáky k poznání vlastní fyzické a pohybové výkonnosti
* nechá žáky samostatně vybrat vhodné kondiční nebo relaxační cviky pro rozcvičení
* vhodnou motivací představuje žákům tělesnou aktivitu jako prostředek kompenzace psychického zatížení a jako vlastní uspokojení
* zařazováním vhodných sportovních aktivit posiluje u žáků sebekontrolu a sebeovládání
* vhodně zvolenou zátěží při cvičeních učí žáky rozpoznat zdraví prospěšné a zdraví ohrožující tělesné aktivity
* vede žáky k zodpovědnosti za své zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty

**Kompetence k řešení problémů -** učitel

* navozuje problémové situace , které motivují žáky k týmové spolupráci, stanovit taktiku hry
* přidělením role rozhodčího nebo organizátora učí žáky jednat přiměřeně a hájit své stanovisko, vyjádřit svůj názor

**Kompetence komunikativní -** učitel

* vyžaduje dodržování pravidel slušného chování
* učí žáky vyjadřovat se přesně, konkrétně a srozumitelně, používat správného těl.názvosloví
* vytváří příležitosti, při kterých žáci musí spolupracovat a komunikovat
* důrazem na dodržování pravidel vede žáky ke hře v duchu „fair-play“

**Kompetence sociální a personální -** učitel

* zadává úkoly k týmové práci, kde je nutná spolupráce a podíl celé skupiny na dosaženém výsledku
* umožňuje každému žákovi zažít úspěch
* vyhledává talenty
* vede žáky k vzájemné pomoci-dopomoc a záchrana
* vyžaduje dodržování pravidel bezpečnosti

**Kompetence občanské -** učitel

* -vede žáky k ohleduplnosti k druhým
* -vyžaduje dodržování pravidel slušného chování
* -umožňuje žákům sebehodnocení a hodnocení druhých, na základě jasných kritérií

**Kompetence pracovní -** učitel

* netoleruje nekamarádské chování a odmítnutí požadované pomoci
* seznamuje žáky s technikou první pomoci
* vyžaduje vhodné sportovní vybavení ,dohlíží na přípravu cvičebního nářadí
* uplatňuje pozitivní hodnocení a motivuje žáky k aktivnímu zapojení do sportovní činnosti