

Názov predmetu	Telesná a športová výchova
Ročník	9.
Časový rozsah výučby	2 hod. týždenne/ 66 hodín ročne
Názov iŠkVP	Učme sa radi
Stupeň vzdelania	Nižšie stredné vzdelávanie
Vyučovací jazyk	slovenský

Výchovno – vzdelávacie ciele a obsah vzdelávania

sú v súlade s cieľmi a obsahovým a výkonovým štandardom vzdelávacieho štandardu pre vyučovací predmet telesná a športová výchova, schváleného ako súčasť ŠVP, ktorý schválilo Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky dňa 6. 2. 2015 pod číslom 2015-5129/5980:2-10A0 pre druhý stupeň základnej školy s platnosťou od 1.9.2015

Rozsah vyučovania predmetu:

2 VH týždenne - 66 VH za školský rok

Vzdelávacia oblasť Zdravie a pohyb

Vstupné testy.....3

Zisťovanie úrovne základných pohybových schopností formou štandardizovaných testov

Atletika.....14

Základy atletiky, zdokonaľovanie techniky behov, skokov, hodov a vrhov, rozvoj základných pohybových schopností - rýchlosť, sila, vytrvalosť a obratnosť.

Gymnastika8

Základy gymnastiky, akrobatické cvičenia – kotúľové väzby, obmeny kotúľov, stojky, zostava, cvičenia na náradí - hrazda - toče, výmyk odrazom znožmo, jednoňož z visu, zostava, preskok - skrčka, roznožka na šírku i dĺžku z vyvýšenej kozy, odbočka, prekážková dráha a šplh.

Základy rytmickej gymnastiky - chôdza v polkovom, valčíkovom rytme, základné skoky (nožnice, čertík), cvičenia s náčiním (švihadlo, obruč, stuha), zostava.

Loptové hry38

Základy basketbalu, volejbalu, floorbalu, hádzanej a futbalu a - pravidlá, Herné činnosti jednotlivca - prihrávky v pohybe, pod uhlom, vedenie lopty so zmenami smeru a zmenou rýchlosti, strelba, po vedení lopty a po prihrávke, uvoľňovanie sa s loptou i bez lopty, odbitie zhora, zdola pod uhlom, útočný úder - smeč, podanie zdola, zhora. . Herné kombinácie – založené na krátkych aj dlhých prihrávkach, prihraj a bež, prihraj a odbi, hod' a bež. Herné systémy – postavenie hráčov v útoku, v obrane, postupný a rýchly útok. . Hra s upravenými pravidlami. Riadená hra. Hra podľa pravidiel.

Výstupné testy.....3

Porovnanie úrovne základných pohybových schopností formou štandardizovaných testov

Použitie prierezové témy:

Environmentálna výchova, Dopravná výchova, Ochrana života a zdravia.