**Rámcový vzdelávací program – telesná výchova**

**ŠKOLA: ZÁKLADNÁ ŠKOLA ŠVEDLÁR**

**VZDELÁVACIA OBLASŤ: ZDRAVIE A POHYB**

**ZARADENIE: ISCED 1, ROČNÍK 3.**

**ČASOVÁ DOTÁCIA: 2 HODINY TÝŽDENNE, 66 HODÍN ROČNE**

 **podľa ŠtVP**

**CHARAKTERISTIKA PREDMETU:**

 V primárnej edukácii je vyučovanie telesnej výchovy zamerané na telesné, funkčné, pohybové zdokonaľovanie. Prispievame tým k upevňovaniu zdravia, zdravotne orientovanej zdatnosti, pohybovej výkonnosti. Predmet poskytuje elementárne, teoretické, praktické vzdelanie v oblasti športu, pohybu. Prispieva k dobrému psychickému, morálnemu, sociálnemu vývinu žiakov.

 Cez pohyb,, pohybové cvičenia,, hry, súťaže rozvíjame dobré medziľudské vzťahy, dbáme na dobrý zdravotný stav a vývin detí. Využívať predovšetkým široké spektrum pohybových prostriedkov, prostredníctvom pohybu – pohybových cvičení a hier pozitívne ovplyvňovať zdravotný stav detí.

**CIELE PREDMETU:**

* kultivovať pohybový prejav s dôrazom na správne držanie tela
* podporovať procesy sebapoznávania, autoregulácie pri aktívnej pohybovej činnosti
* podporovať kreativitu žiakov pri pohybových aktivitách
* vytvárať podmienky pre optimálny rozvoj zdravotne orientovanej zdatnosti
* uplatňovať zásady hygieny a bezpečnosti pri pohybových aktivitách
* pozitívne stimulovať vývin kultúrne gramotnej osobnosti cez aktivitu, pohyb

**kompetencie primárneho vzdelávania v TV:**

* v pohybových činnostiach uplatňuje princíp fair – play, tolerancie, akceptácia práv iných osôb
* podľa zásady primeranosti má žiak vytvorený základný pojmový aparát cez zaktualizované športové aktivity
* žiak má osvojené elementárne pohybové kompetencie, ktoré vie aplikovať vo voľnom čase
* žiak dokáže v bežnom živote uplatniť zásady hygieny, bezpečnosti, ochrany vlastného zdravia
* je oboznámený s významom pohybu potrebného pre rozvoj zdravia, fyzickej zdatnosti

**medzipredmetové vzťahy:**

* komunikačné kompetencie: veku primerané vyjadrovanie, používanie športovej terminológie
* vyjadrovať svoje názory, vedomosti, pocity
* matematické kompetencie: rozvíjať priestorové myslenie, logické myslenie
* digitálne kompetencie: využívať IKT a vyhľadávanie informácií súvisiacich so športom
* občianske kompetencie: poznať vlastnú identitu, zaradiť sa do kolektívu a spolupracovať s ním, rešpektovať práva iných

**OBSAHOVÝ ŠTANDARD:**

Tematické celky: 1.) základné lokomócie, nelokomočné pohybové zručnosti – 30 %

 2.) manipulačné, pohybové, prípravné športové hry – 30 %

 3.) kreatívne, estetické pohybové činnosti – 15 %

 4.) psychomotorické cvičenia, hry – 15 %

 5.) aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti – 10 %

* základné lokomócie: poznať, vedieť, pomenovať
* poradové cvičenia: poznať základné a pomenovať
* názvoslovie pohybov a cvičení, gymnastických polôh
* osvojenie si základov techniky kotúľov, skokov, stojok
* vykonávať pohyby okolo rôznych osí tela, prevaly, obraty, kotúle
* osvojiť si základy techniky behov, skokov, hodov

**VÝSTUPY:**

* pozitívne vnímať a ovládať základné lokomóčné a nelokomočné zručnosti
* upevňovať zdravie
* upevňovať pohybový prejav
* správne vnímať poradové cvičenia
* efektívne komunikovať, využívať čas na cvičenie, športovanie
* prejavovať snahu o sebazdokonaľovanie
* podpora talentov
* uplatniť gymnastické zručnosti
* pomenovať, poznať základné herné činnosti jednotlivca
* rešpektovať herné pravidlá
* správne pomenovať tanečné kroky
* uplatniť prvky psychomotoriky pri cvičeniach
* uplatniť prvky sezónnych pohybových činností v hrách, súťažiach, v pohybe v prírode