Roční plán práce 2026/2027

Třída: IX. A, B, C **Předmět: Tělesná výchova**
Vyučující: Michal Vrobel **Počet hodin týdně: 2**

Učivo	Očekávané výstupy	poznámka
Poučení o bezpečnosti Pořadová cvičení Atletika – 60m, 250m, 500m, 1500m, štafetový běh, přespolní běh, hod míčkem, vrh koulí, skok do dálky, skok vysoký, hod oštěpem, hod diskem Kondiční, koordinační, kompenzační cvičení, cvičení na stanovištích, protahovací cvičení, strečink Sportovní hry - florbal, basketbal, volejbal, kopaná, malá kopaná, házená, softbal, ringo, badminton Šplh – tyč, lano Úpoly Posilování – kruhový trénink, cvičení na stanovištích Gymnastika - prostná, přeskok – koza, švédská bedna, hrazda, kruhy, kladina, rovnovážná cvičení Akrobatické cvičení - překážková dráha, trampolína Závodivé hry, pohybové a průpravné hry Netradiční sportovní hry – freesbee, ringo, badminton, ..	Zná atletické disciplíny Zná míčové hry Získává speciální obratnost pro sportovní gymnastiku Provádí činnost ke splnění očekávaných výstupů Zná pravidla vybraných sportovních her	