

Roční plán práce na školní rok 2026/2027

Třída:8.B

Předmět: Tělesná výchova- chlapci

Vyučující: Zdeňka Skupinová

Počet hodin týdně: 2

Učivo	Očekávané výstupy	Poznámka
Atletika – běh na 60m, 750m, přespolní běh – štafetová předávka, štafetový běh – vrh koulí – sun – skok do dálky - závěs Sportovní hry – basketbal – volejbal – softball – florbal – ringo – přehazovaná – fotbal – vybíjená Gymnastika – prostná – stoj na rukou, přemet stranou – kladina – rovnovážná cvičení – hrazda - toč vpřed, toč jízdo vpřed, výmyk – přeskok – skrčka, roznožka Kondiční cvičení – lavičky – žebřiny – plný míč – činky – šplh na laně – kruhový trénink Soutěže družstev, štafetové hry Rytmická gymnastika, aerobik	– ovládá pravidla atletických disciplín – orientuje se v atletických disciplínách – ovládá technické dovednosti – dodržuje základní pravidla sportovních her, fair play – ovládá základní a rozšiřující herní dovednosti – spolupracuje s družstvem – zná posilovací cviky a cviky na rozvoj pohyblivosti – ovládá správné držení těla – ovládá základní a navazující gymnastické prvky – umí vytvořit vlastní pohybovou sestavu – rozvíjí svou fyzickou zdatnost – zná kompenzační cviky, chápe jejich význam – spolupracuje s družstvem – dodržuje zásady fair play – rozvíjí koordinaci – pohybuje se v rytmu – umí vytvořit vlastní pohybovou sestavu	