

Telesná a športová výchova

Učebný plán

Telesná výchova	1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	Spolu
Štátny vzdelávací program	2023	2023	2023	2	2
Školský vzdelávací program	UO-1. cyklus	UO-1. cyklus	UO-1. cyklus	0	0
Spolu				2	2

Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacími štandardmi ŠVP z roku 2015, rozpracovanie do ročníkov je zhodné s dokumentom ŠVP z roku 2015.

<https://www.minedu.sk/data/att/437/22676.4616f5.pdf>

Proces - metódy a formy práce, stratégie vyučovania

V primárnej edukácii je úlohou školy zabezpečiť komplexný pohybový režim žiakov j školy. Pre splnenie všetkých cieľov telesnej výchovy je potrebné realizovať tieto organizačné formy:

- ranné cvičenia (denne na začiatku 1. vyučovacej hodiny),
- telovýchovné chvíľky počas vyučovacích hodín (denne niekoľkokrát na všetkých predmetoch, keď učiteľ pozoruje u žiakov únavu resp. nekoncentrovanosť),
- rekreačné využívanie prestávok (denne predovšetkým cez veľkú prestávku využívať možnosti školského dvora, voľných priestorov ap.). V prípade nepriaznivého počasia (nedá sa ísť von, v triedach a na chodbách je vydýchaný vzduch) zabezpečiť potrebu okysličovania organizmu 2 – 3 minútovými aktivizačnými cvičeniami na začiatku vyučovacích hodín,
- vyučovacia hodina telesnej výchovy (hlavná organizačná forma),
- vyučovacia hodina integrovanej telesnej výchovy (so spoluúčasťou žiakov zdravých a zdravotne oslabených v tom istom rozsahu ako riadna telesná výchova),
- pohybové aktivity v školskom klube (ako dôležitá súčasť popoludňajšie činnosti),
- záujmové krúžky na škole s pohybovým zameraním (výberová forma aktivít),
- školské športové súťaže – pravidelné i jednorazové,
- kurz základného plávania,
- škola v prírode (v rôznom ročnom období s aktívnym využitím sezónnych športových aktivít v prírode),
- cvičenia v prírode (2 x ročne v rozsahu po 4 hodiny v každom ročníku).

Vytváranie špecializovaných oddelení pre žiakov zdravotne oslabených sa odporúča realizovať samostatné povinné hodiny zdravotnej telesnej výchovy. Obsah vyučovania sa realizuje podľa samostatných učebných osnov. Ak sa samostatné oddelenia nevytvárajú, žiak navštevuje vyučovanie telesnej výchovy spolu s intaktnými žiakmi a realizuje sa integrované vyučovanie. Zásady integrácie na hodinách telesnej výchovy sú uvedené v učebných osnovách zdravotnej

Školský vzdelávací program

telesnej výchovy (UO pre ZTV I. a II. stupeň základnej školy – schválené 9.5.2003, č.526/2003, platné od 1.9.2003).

Učebné zdroje

Na podporu a aktiváciu vyučovania a učenia žiakov budeme využívať:

- telocvičné náradie a náčinie,
- video projekcie,
- multimédiá,
- odbornú literatúru, časopisy, encyklopédie.

Telesná a športová výchova ISCED I	Učebné zdroje + metodické pokyny Odporúčaná základná študijná literatúra pre učiteľov telesnej a športovej výchovy na základných a stredných školách
Telesná a športová výchova ISCED I	Metodiky a pravidlá jednotlivých športov – vydavateľstvá športovej literatúry; vysokoškolské študijné texty vydané na FTVŠ UK a jednotlivých katedrách telesnej výchovy na PF.
Telesná a športová výchova ISCED I	Kolektív: Didaktika školskej telesnej výchovy, vydalo FTVŠ UK 2001, ISBN 80-968252-5-9

ADAMČÁK, Š. – NEMEC, M. 2010. *Pohybové hry a školská telesná a športová výchova*. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela, Fakulta humanitných vied, Bratia Sabovci s.r.o., 2010.

ADAMČÁK, Š. – NOVOTNÁ, N. 2009. *Hry v telocvični a základná gymnastika*. Žilina: EDIS Žilina, 2009.

ANTALA a kol. 2001. *Didaktika školskej telesnej výchovy*. Bratislava: FTVŠ UK, 2001. BARTÍK, P. – SLÍŽIK, M. – ADAMČÁK, Š. et.al 2010. *Teória a didaktika úpolov pre základné a stredné školy*. Banská Bystrica: FHV UMB, 2010.

BARTÍK, P. 2005. *Zdravotná telesná výchova I*. Banská Bystrica: PF UMB, 2005. ČILLÍK, I. a kol. 2009. *Atletika*. Banská Bystrica: FHV UMB, 2009.

Kolektív: *Didaktika školskej telesnej výchovy*, vydalo FTVŠ UK 2001, ISBN 80-968252-5-9
PEREČINSKÁ, K. - ANTOŠOVSKÁ, M. 2000. *Všeobecná gymnastika*. Prešov: FHPVPU, 2000.
<http://www.telocvikari.sk>

SÝKORA, F. et al.: *Didaktika telesnej výchovy*. Bratislava : SPN, 1983.

ŠIMONEK, J. 2005. *Didaktika telesnej výchovy*. Nitra: PF UKF, 2005.

Hodnotenie predmetu

Predmet telesná a športová výchova sa bude klasifikovať známkou.