



Základní škola a Mateřská škola Nenkovice, okres Hodonín, příspěvková organizace

Nenkovice 222, 696 37 Želetice

tel. +420 722 467 303, e-mail: reditel@zs-nenkovice.cz

Dodatek č. 1 k ŠVP ZV Nenkovice (Výuka plavání)

Základní škola a Mateřská škola Nenkovice, okres Hodonín, příspěvková organizace

Platnost od: 1. 9. 2023

Schváleno pedagogickou radou dne: 23. 11. 2023

Schváleno školskou radou dne: 24. 10. 2023

Ředitel školy: PaedDr. Roman Liebiger

Koordinátor ŠVP: Mgr. Jana Kuchařová

Učební osnovy vyučovacího předmětu **Tělesná výchova** se doplňují o další výstupy, a to z výuky plavání.

Základní výuka plavání se realizuje na 1. stupni v celkovém rozsahu nejméně **40 vyučovacích hodin**. Očekávané výstupy je možné splnit již v 1. období 1. stupně. O zařazení základní plavecké výuky do ročníků rozhoduje ředitel školy.

Vyučovací předmět: Tělesná výchova

Období: 1. Období (1.-3. ročník)

Očekávané výstupy předmětu jsou dosahovány dle možností žáků v průběhu 1. – 3. ročníku. Učivo se liší pouze mírou nároků a zátěže. Na konci 1. období základního vzdělávání se žák:

1. adaptuje na vodní prostředí, dodržuje hygienu plavání, zvládá v souladu s individuálními předpoklady základní plavecké dovednosti
2. žák zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky, sebezáchrany a bezpečnosti

Výuka plavání směřuje především k:

- vytváření pozitivního vztahu k vodě, vodnímu prostředí
- správné orientaci ve vodním prostředí
- zvládnutí správné polohy těla na vodě, správného dýchání
- zvládnutí základů plavání s pomůckami i bez nich, zanoření pod hladinu, položení se na vodu, splývání, plavání pod vodou, orientace pod hladinou (lovení předmětů)

- zvládnutí základů metodiky jednotlivých plaveckých způsobů (znak, prsa, kraul dle individuálních předpokladů)
- sebezáchovným dovednostem

Očekávané výstupy žák:	Učivo	Ročník	Průřezová témata
<p>adaptuje se na vodní prostředí, dodržuje hygienu plavání, zvládá v souladu s individuálními předpoklady základní plavecké dovednosti</p>	<p>Seznámení s bazénem, vodním prostředím. Hygiena plavání. Výuka základních plaveckých dovedností – zanoření pod hladinu, položení se na vodu, splývání, plavání pod vodou, orientace pod hladinou – lovení předmětů, zadržení dechu pod vodou. Správné dýchání, správná poloha těla, práce nohou a paží</p> <p>-</p>	<p>1. - 3.</p>	<p>OSV (psychohygiena)</p> <p>OSV (seberegulace a sebeorganizace)</p>
<p>zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky sebezáchovy a bezpečnosti</p>	<p>Výuka plavání s pomůckami i bez nich. Základy jednotlivých plaveckých způsobů – znak, prsa, kraul. Způsoby záchrany a dopomoci unavenému nebo topícímu se plavci – ukázka. Informace o bezpečnosti a chování na bazénu, prevence tonutí</p>	<p>1. - 3.</p>	<p>OSV (Rozvoj schopností poznávání)</p> <p>OSV (sebepoznání a sebepojetí)</p>

Minimální výstupy:

- žák začíná chápat smysl pohybu pro zdraví a dobrý pocit, nevyhýbá se pohybové zátěži
- žák prochází fázemi učení jednodušších plaveckých pohybových dovedností dle vlastních dispozic

Vyučovací předmět: Tělesná výchova

Období: 2. období (4.- 5. ročník)

Očekávané výstupy v předmětu se v ročnících neliší, jejich dosahování závisí na individuálních schopnostech žáků. Na konci 2. Období se žák:

1. adapтуje na vodní prostředí, dodrží hygienu plavání, zvládá v souladu s individuálními předpoklady základní plavecké dovednosti
2. žák zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky, sebezáchrany a bezpečnosti

Výuka plavání v tomto období směřuje především k:

- vytváření pozitivního vztahu k vodě, vodnímu prostředí
- správné orientaci ve vodním prostředí
- zvládnutí správné polohy těla na vodě, správného a hlubokého dýchání
- zvládnutí základů plavání – zanoření pod hladinu, položení se na vodu, splývání, plavání pod vodou, orientace pod vodou (lovení předmětů)
- zvládnutí základů metodiky jednotlivých plaveckých způsobů znak, prsa, kraul dle individuálních předpokladů, skoku do vody
- sebezáchovných dovednostem

Očekávané výstupy žák:	Učivo	Ročník	Průřezová témata
adapтуje se na vodní prostředí, dodrží hygienu plavání, zvládá v souladu s individuálními předpoklady základní plavecké dovednosti	Rozvíjení základních plaveckých dovedností. Zanoření pod hladinu, položení se na vodu, splývání, plavání pod vodou, plavání pod hladinou na výdrž, orientace pod	4. - 5.	OSV (psychohygienu) OSV

	hladinou – lovení předmětů, správné dýchání, správná poloha těla, práce nohou a paží. Hygiena plavání.		(sebepoznání a sebepojetí)
zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky sebezáchrany a bezpečnosti	Zdokonalování plaveckých způsobů – znak, prsa, kraul. Jednoduchý skok do vody. Způsoby záchrany a dopomoci unavenému nebo topícímu se plavci – realizace. Informace o bezpečnosti, prevence tonutí.	4. - 5.	OSV (seberegulace a sebeorganizace)

Minimální výstupy:

- žák začíná chápat nutnost další pohybové zátěže mimo hodiny TV, pokud chce zlepšovat své schopnosti, dovednosti pro radost z pohybu, výkonu a zlepšení
- žák prochází fázemi učení jednodušších plaveckých pohybových dovedností dle vlastních dispozic
- žák prochází fázemi učení jednotlivých plaveckých technik dle vlastních dispozic, způsoby záchrany tonoucího a sebezáchrany