

Tematický plán tělesná výchova 6. ročník

Školní rok 2021/2022

Vyučující: Mgr, Michaela Králová

Září	Základní zásady bezpečného chování při sportu a TV Zásady pro správné držení těla Strečink Posilování celého těla Míčové hry – vybíjená, kopaná, nácvik přesné přihrávky Turistický pobyt – pouť do Staré Boleslavi
Říjen	Sportovní hry – vybíjená – taktika - košíková – správný postoj při přihrávce, driblink pravou, levou rukou - ringo, kinball - přehazovaná, házená
Listopad	Gymnastika – kotoul vpřed a vzad, kotoul letmo přes překážku, stoj na ruce se záchranou, přemet stranou se záchranou, přeskok přes bednu, přes kozu
Prosinec	Košíková – dvojtakt, střelba na koš, driblink se slalomem Florbal, kinball Gymnastika – akrobacie – kotoul plavmo z trampolíny přes lavičku, výskok na švédskou bednu z trampolíny a seskok do dušen, přeskok vyšší švédské bedny z trampolíny, hrazda - vzpor na rukách, kotoul vpřed, vzpor na rukách přešvihem únožmo
Leden	Hry na sněhu Bruslařský výcvik
Únor	Plavecký výcvik Lyžařský výcvik
Březen	Plavecký výcvik
Duben	Atletika – atletická abeceda, rychlé běhy, rychlé starty, skok daleký, hod kriketovým míčkem, granátem, vytrvalostní běh
Květen	Netradiční sporty – ringo, brenball, baseball, indiánský fotbal. Kinball, orientační běh Cyklistika – cyklistický víkend
Červen	Odbíjená, florbal Atletika – starty z různých poloh, skok daleký Kinball