

# ŠKOLNÍ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM

---

**Gymnázium - čtyřleté sportovní**

*Gymnázium Česká. Úspěch pro každého*

1	Identifikační údaje.....	4
1.1	Název ŠVP.....	4
1.2	Vzdělávací program.....	4
1.3	Předkladatel .....	4
1.4	Zřizovatel.....	4
1.5	Platnost dokumentu .....	4
2	Charakteristika školy .....	6
2.1	Velikost školy.....	6
2.2	Umístění školy.....	7
2.3	Charakteristika žáků.....	7
2.4	Podmínky a vybavení školy .....	7
2.5	Charakteristika pedagogického sboru.....	8
2.6	Dlouhodobé projekty .....	11
2.7	Mezinárodní spolupráce .....	15
2.8	Formy spolupráce se zákonnými zástupci a dalšími sociálními partnery .....	15
2.9	Spolupráce s dalšími institucemi.....	17
3	Charakteristika ŠVP .....	19
3.1	Zaměření školy .....	19
3.2	Profil absolventa .....	19
3.3	Organizace přijímacího řízení.....	20
3.4	Organizace maturitní zkoušky.....	20
3.5	Výchovné a vzdělávací strategie .....	20
3.6	Zabezpečení výuky žáků se speciálními vzdělávacími potřebami.....	21
3.7	Zabezpečení výuky žáků nadaných a mimořádně nadaných .....	24
3.8	Začlenění průřezových témat .....	27
4	Učební plán .....	30
4.1	Celkové dotace - přehled .....	30
4.1.1	Poznámky k učebnímu plánu .....	31
4.2	Přehled využití týdnů .....	31
5	Učební osnovy.....	33
5.1	Český jazyk a literatura .....	33
5.2	Anglický jazyk .....	50
5.3	Další cizí jazyk.....	67
5.3.1	Německý jazyk .....	67
5.4	Matematika.....	79
5.5	Fyzika.....	91
5.6	Chemie .....	102
5.7	Biologie.....	111
5.8	Geografie.....	122
5.9	Základy společenských věd .....	137

5.10	Dějepis.....	151
5.11	Umění a kultura .....	161
5.11.1	Hudební výchova.....	161
5.11.2	Výtvarná výchova.....	172
5.12	Sportovní trénink .....	180
5.13	Teorie sportovní přípravy.....	330
5.14	Informatika.....	341
5.15	Volitelné předměty .....	352
5.15.1	Literární seminář.....	352
5.15.2	Konverzace v anglickém jazyce .....	359
5.15.3	Konverzace v německém jazyce.....	364
5.15.4	Společenskovední seminář .....	370
5.15.5	Seminář z matematiky .....	377
5.15.6	Seminář z matematiky PLUS .....	383
5.15.7	Seminář z fyziky.....	391
5.15.8	Seminář z biologie.....	397
5.15.9	Seminář z chemie .....	402
5.15.10	Seminář z dějepisu .....	408
5.15.11	Seminář z geografie.....	415
5.15.12	Seminář z informatiky .....	420
5.15.13	Seminář z estetické výchovy hudební.....	430
5.15.14	Seminář z fyziky lékařských věd.....	432
5.15.15	Seminář z estetické výchovy .....	438
5.15.16	Seminář z dějepisu 20. století.....	440
5.15.17	Příprava na zkoušky v anglickém jazyce.....	444
6	Hodnocení žáků a autoevaluace školy .....	452
6.1	Pravidla pro hodnocení žáků.....	452
6.1.1	Způsoby hodnocení.....	452
6.1.2	Kritéria hodnocení.....	452
6.2	Autoevaluace školy .....	462
6.2.1	Oblasti autoevaluace .....	462
6.2.2	Cíle a kritéria autoevaluace.....	462
6.2.3	Nástroje autoevaluace .....	463
6.2.4	Časové rozvržení autoevaluačních činností .....	463

# 1 Identifikační údaje

## 1.1 Název ŠVP

**NÁZEV ŠVP:** Gymnázium – čtyřleté sportovní

**MOTIVAČNÍ NÁZEV:** Gymnázium Česká. Úspěch pro každého

## 1.2 Vzdělávací program

Školní vzdělávací program pro gymnázia se sportovní přípravou. Denní forma vzdělání.

## 1.3 Předkladatel

**NÁZEV ŠKOLY:** Gymnázium, České Budějovice, Česká 64

**ADRESA ŠKOLY:** Česká 64, České Budějovice, 37021

**JMÉNO ŘEDITELE ŠKOLY:** Mgr. Antonín Sekyrka

**KONTAKT:** e-mail: gc@gymceska.cz, web: <https://www.gymceska.cz/>

**IČO:** 60075775

**RED-IZO:** 600008151

**KOORDINÁTOŘI TVORBY ŠVP:** Mgr. Miroslav Kotlas

## 1.4 Zřizovatel

**NÁZEV ZŘIZOVATELE:** Jihočeský kraj

**ADRESA ZŘIZOVATELE:** U Zimního stadionu 1952/2, 37076 České Budějovice

**KONTAKTY:**

telefon: +420 386 720 111, +420 386 359 048, internetová stránka: [www.kraj-jihocesky.cz](http://www.kraj-jihocesky.cz)

## 1.5 Platnost dokumentu

**PLATNOST OD:** 01.09.2025

**VERZE SVP:** 1

**DATUM PROJEDNÁNÍ VE ŠKOLSKÉ RADĚ:** 08.10.2025

**DATUM PROJEDNÁNÍ V PEDAGOGICKÉ RADĚ:** 08.10.2025

.....

ředitel školy

Mgr. Antonín Sekyrka

.....

Razítko školy

## 2 Charakteristika školy

### 2.1 Velikost školy

Usnesením zastupitelstva Jihočeského kraje č. 196/2011/ZK-23, dodatek 9, ze dne 31. 5. 2011 došlo ke sloučení všeobecného Gymnázia, Česká 64, České Budějovice a sportovního Gymnázia olympijských nadějí, E. Destinové 46, České Budějovice.

Zřizovací listinou ke dni 1. ledna 2012 vzniklo Gymnázium Česká a Olympijských nadějí, České Budějovice, Česká 64. Jejím ředitelem byl jmenován Mgr. Antonín Sekyrka.

Usnesením zastupitelstva Jihočeského kraje č. 149/2014/ZK-10, ze dne 24. 4. 2014 došlo s účinností od 1. 9. 2014 ke změně názvu školy na Gymnázium, České Budějovice, Česká 64.

#### **Historie školy (sportovního gymnázia)**

Škola vznikla v roce 1984 jako Sportovní škola se zaměřením na atletiku a plavání. Její třídy byly umístěny nejdříve v Gymnáziu Česká ulice a poté v ZŠ Kubatova ulici v Č. Budějovicích. Přes svou krátkou existenci prošla škola celou řadou změn – od přeměny ve víceleté (nejprve v sedmileté a následně v osmileté) gymnázium, narůstání počtu tzv. „kmenových“ sportů, přes přesun tříd z jednotlivých budov, změny ve finančním zajištění ze strany MŠMT až po změnu zřizovatele.

Poté se celé gymnázium přestěhovalo do areálu ZŠ E. Destinové 46, taktéž v Českých Budějovicích. Na základě sloučení obou gymnázií došlo k 1. 9. 2014 k přestěhování sportovního gymnázia z ulice Emy Destinové 46, České Budějovice do budovy Gymnázia v České 64, České Budějovice. Hlavním účelem organizace je: „Organizace při plnění vzdělávacího programu základního vzdělávání na nižším stupni víceletého gymnázia učí žáky tvořivě myslet a řešit přiměřené problémy, účinně komunikovat a spolupracovat. Dále v rámci středního vzdělávání rozvíjí vědomosti, dovednosti, schopnosti, postoje a hodnoty získané v základním vzdělávání důležité pro osobní rozvoj jedince. Poskytuje žákům obsahově širší všeobecné vzdělání nebo odborné vzdělání spojené se všeobecným vzděláním a upevňuje jejich hodnotovou orientaci. Organizace poskytuje střední vzdělání s maturitní zkouškou.“ Nedílnou součástí komplexního výchovně-vzdělávacího působení na žáky je rozvíjení jejich pohybového talentu.

Předmět činnosti: „Organizace vykonává činnost gymnázia“. Na základě rozhodnutí MŠMT ČR se v tomto oboru vzdělávají žáci, jejichž sportovní specializací jsou tzv. „kmenové sporty“ - atletika, moderní gymnastika, plavání, tenis, karate, volejbal a fotbal. Škola zabezpečuje vzdělávání podle školního vzdělávacího programu se sportovní přípravou (ŠVP GSP). Je zpracován podle Rámcového vzdělávacího programu pro gymnázia se sportovní přípravou. Zaměření umožňuje vedle získání všeobecného vzdělání i sportovní přípravu ve kmenových sportech, zaměřenou na maximální výkonnost.

## 2.2 Umístění školy

Škola je umístěna v centru města nebo obce, v klidové zóně.

## 2.3 Charakteristika žáků

Žáci obvykle docházejí z blízkého, vzdáleného i dalekého okolí. Pro přepravu do školy nejčastěji cestují veřejnou hromadnou dopravou. Školu navštěvuje 0–5 % žáků cizích státních příslušníků. Škola se snaží vytvářet podmínky pro vzdělávání žáků se specifickými potřebami (území při tom spolupracuje se školním poradenským pracovištěm: školní psycholog, výchovný poradce, kariérový poradce, školní metodik prevence, případně s třídními učiteli, vyučujícími a trenéry).

Nadaným a mimořádně nadaným žákům škola věnuje zvýšenou pozornost zejména zapojením do předmětových olympiád, do projektů, různorodých kurzů, vědomostních i sportovních soutěží a přehlídek. Zájem žáků o chod školy se projevuje jejich zapojením do činnosti studentského parlamentu, podílejí se na vydávání školního časopisu a tvorbě webových stránek. Někteří jsou členy divadelních spolků nebo pěveckého sboru, podle zájmu mohou navštěvovat kroužky nabízené školou.

## 2.4 Podmínky a vybavení školy

Materiální podmínky školy:

V posledních letech byla provedena kompletní rekonstrukce střechy, oken, fasády školní budovy, vestavba odborných učeben a kabinetů v půdním prostoru a oprava hygienického zázemí. Na konci roku 2007 proběhla rekonstrukce střechy a oken tělocvičny v areálu školy, v průběhu let 2012 a 2013 celková rekonstrukce tělocvičny, venkovního hřiště, malování, nátěry oken a dveří, renovace vnitřního schodiště.

Do budovy školy se vstupuje na osobní čipy žáků a pedagogů. Veřejnost, návštěvy a servisní služby mají po ohlášení přístup z České ulice.

Prostorové podmínky školy:

Máme celkem 16 kmenových učeben a 16 odborných učeben – fyziky, chemie, biologie, a to včetně laboratoří; dějepisu, českého jazyka, cizích jazyků, výpočetní techniky, výtvarné výchovy, hudební výchovy. Některé kmenové třídy jsou i odbornými učebnami. V areálu školy je vlastní tělocvična a školní hřiště. Žákům i vyučujícím je k dispozici prostorná a obsáhlá školní čítárna, kopírovací zařízení,

bufet a automaty na teplé a studené nápoje. Ve škole je umístěn lis plastových lahví včetně speciálního odpadkového koše.

Technické vybavení školy:

Všechny třídy jsou vybaveny audiovizuální technikou (PC stanice, dataprojektor, reproduktory), 3D tiskárnami a gravírovacím strojem.

Škola navíc disponuje dvěma učebnami výpočetní techniky. Každá učebna je vybavena 17 studentskými a jedním učitelským počítačem. Samozřejmostí je audiovizuální technika. Kapacita učeben je až 34 míst. Učebny jsou využívány převážně v hodinách IVT, matematiky a cizích jazyků.

Každý učitel má svoji PC stanici v kabinetě pro přípravu elektronických učebních materiálů. Na škole máme i mobilní tabletovou učebnu, kterou mohou ve svých hodinách využívat učitelé všech předmětů.

Všechny počítače na škole jsou propojeny v lokální síti a mají přístup k vysokorychlostnímu internetu.

Hygienické vybavení školy:

Škola nemá vlastní jídelnu. Žáci i vyučující mají možnost vybrat si ze tří školních jídelen dostupných pěšky během zhruba 10 minut.

## **2.5 Charakteristika pedagogického sboru**

Na škole působí okolo 40 pedagogů, včetně ředitele školy a jeho zástupce. Kvalifikovanost učitelského sboru je 100 %. Jsou v něm jak mladí učitelé, tak zkušení pedagogové.

Snažíme se motivovat žáky, všestranně je rozvíjet, propojovat vzdělání se životem, vést žáky k praktické zkušenosti, vstřícně komunikovat a spolupracovat, neustále modifikovat svou odbornou činnost. To vše se odehrává na základě empatie, úcty, uznání a respektování individuality žáka.

Ve škole pracují výchovný poradce, knihovnice, zdravotník, koordinátor environmentální výchovy, školní metodik prevence, psycholožka a správci počítačové sítě a webových stránek školy – učitelky a učitelé, kteří se těmto povinnostem věnují navíc vedle své výchovně vzdělávací práce.

### **Výchovný poradce**

Výchovný poradce poskytuje žákům, rodičům i pedagogům odbornou podporu v oblasti vzdělávací a výchovné dráhy žáků. Sleduje vzdělávací potřeby jednotlivých žáků, pomáhá při řešení osobních,

studijních a výchovných obtíží a koordinuje péči o žáky se speciálními vzdělávacími potřebami, včetně systematické podpory nadaných a mimořádně nadaných žáků. Podílí se na tvorbě, realizaci a vyhodnocování podpůrných opatření a poskytuje poradenství při volbě další vzdělávací cesty.

Řeší problematiku související s příchodem žáků do prvního ročníku a jejich adaptací na jiný styl práce, pomáhá s přípravou a organizací denního režimu u žáků, kteří mají obtíže s přechodem na nový typ školy. Spolupracuje s třídními učiteli při řešení výchovných problémů ve třídních kolektivech, aktivně se podílí na prevenci sociálně nežádoucích jevů a na včasné podchycení případné šikany. V případě potřeby škola zajišťuje individuální podporu žákům ve spolupráci s jejich zákonnými zástupci, třídním učitelem a dalšími odborníky školního poradenského pracoviště (školním metodikem prevence, kariérovým poradcem a školním psychologem).

Ve spolupráci s vedením školy usiluje o zlepšování sociálního klimatu ve škole a podporu bezpečného, vstřícného a respektujícího prostředí. Žákům i zákonným zástupcům je k dispozici v pravidelných konzultačních hodinách, jejichž rozsah a termíny jsou zveřejňovány vždy na začátku školního roku.

### **Knihovnice**

Školní čítárna je otevřena každý školní den pro žáky i pedagogy a zaměstnance, slouží jako půjčovna knih a studovna. Od počátku nejnovější historie školy, tj. od září 1980 dodneška nashromáždila bezmála 10 000 svazků literatury krásné (1/3) a literatury odborné (2/3). Literatura krásná zahrnuje nejen prózu, ale i svazky poezie a dramatickou literaturu. Odborná literatura je bohatě zásobena ve všech vědních oborech, kterých se dotýkají předměty na škole vyučované. Je zastoupena i literatura cizojazyčná. K dispozici je i řada velkých děl encyklopedického charakteru. Všechny knihy jsou uloženy na policích, takže odpadá složité vyhledávání či vyplňování žádanek. Čtenáři si mohou knihy jednoduše najít, prohlédnout, prostudovat i vypůjčit.

### **Koordinátor environmentální výchovy**

Připravuje program environmentálního vzdělávání, výchovy a osvěty (EVVO) na škole, sleduje nabídky programů center ekologické výchovy pro školská zařízení a možnost jejich využití pro výuku a přispívá k organizaci akcí zaměřených k EVVO. Snaží se přispět k ekologizaci provozu školy.

### **Školní metodik prevence**

Školní metodik prevence koordinuje a realizuje preventivní aktivity zaměřené na předcházení rizikovému chování žáků. Spolupracuje s třídními učiteli a vedením školy při identifikaci a řešení problémů ve třídních kolektivech, sleduje sociální klima školy a podílí se na tvorbě a realizaci preventivních programů. Poskytuje žákům i zákonným zástupcům poradenskou podporu, zajišťuje včasné intervence při výskytu šikany či jiných rizikových jevů a organizuje preventivní akce a vzdělávací aktivity.

Úzce spolupracuje se školním poradenským pracovištěm a koordinuje své činnosti s výchovným poradcem, školním psychologem a dalšími odborníky. Žákům i rodičům je k dispozici v pravidelně vypsanych konzultačních hodinách.

### **Školní psycholog**

Školní psycholož na gymnáziu hraje klíčovou roli v podpoře duševního zdraví a celkového rozvoje studentů. Poskytuje individuální konzultace žákům, kteří se potýkají s osobními, studijními nebo sociálními obtížemi, a pomáhá jim nalézt vhodné strategie zvládnání. Spolupracuje s učiteli a rodiči, přispívá k vytváření bezpečného a podpůrného školního prostředí a podílí se na prevenci rizikového chování. Kromě individuální práce se studenty může vést také skupinové programy zaměřené například na zvládnání stresu, podporu sebepojetí nebo zlepšování mezilidských vztahů ve třídách.

Nedílnou součástí její činnosti je úzká spolupráce se školním poradenským pracovištěm, kde koordinuje své aktivity s výchovným poradcem a metodikem prevence, aby byla podpora žákům co nejefektivnější a komplexní.

Jejím cílem je podporovat duševní pohodu žáků a přispívat k jejich úspěšnému vzdělávání a osobnostnímu růstu., podporuje i pedagogy, co se týká práce s třídními kolektivy a v neposlední řadě je k dispozici i rodičům našich žáků.

### **Školní kariérový poradce**

Školní kariérový poradce pomáhá žákům orientovat se v nabídce volitelných seminářů ve vyšších ročnících gymnázia a podporuje je při rozhodování o jejich další vzdělávací dráze. Poskytuje žákům a jejich rodičům informace o možnostech studia na vysokých školách, podmínkách přijímacího řízení a požadavcích jednotlivých oborů.

Úzce spolupracuje s třídními učiteli a výchovným poradcem, aby včas identifikoval žáky, kteří potřebují podporu při volbě budoucího zaměření. Zajišťuje poskytování informací z vysokých škol (příp. prezentace vysokých škol), besedy s absolventy či odborníky a poskytuje individuální konzultace žákům i zákonným zástupcům.

### **Správci počítačové sítě a webových stránek školy**

Zajišťují správu a konfiguraci síťového operačního systému i aplikačního softwaru, údržbu, instalaci a konfiguraci hardwaru i dalšího příslušenství. Zajišťují bezpečnost dat, provádějí školení, poskytují informace a řeší problémy vzniklé při provozu počítačové sítě.

Školní webové stránky plní funkci prezentační i informační, poskytují veřejnosti komplexní informace o struktuře a činnosti školy. V provozu je verze stránek umožňující posílení interaktivní složky, vytvoření těsnějšího kontaktu absolvent – učitel – žák – zákonný zástupce, aktuální informování o chystaných i uskutečněných akcích, celkovém chodu školy.

## 2.6 Dlouhodobé projekty

### Adaptační kurz

Na úvod studia je zařazen **adaptační kurz**, jehož cílem je seznámení žáků s novými spolužáky, navázání zdravých vztahů ve třídě s přijatelnými pravidly pro všechny. Promyšlenými a cílenými aktivitami dochází ke stmelení nově vznikajícího kolektivu, osvojení si a prohloubení komunikačních dovedností, práce v týmu, sebeprosazení, schopnosti ocenit práci druhých apod., a tím i k prevenci nežádoucích jevů, které by se v průběhu studia mohly vyskytnout.

### Studijně poznávací zájezdy do anglicky mluvících zemí

Každý druhý rok pořádá škola pro zájemce z řad žáků devíti až desetidenní studijně-poznávací zájezd do anglicky mluvících zemí, především Velké Británie a Irska. Jeho přínosem je nejen zdokonalení se v komunikačních dovednostech, rozšíření slovní zásoby a prohloubení pochopení specifických rysů gramatiky anglického jazyka, ale i poznání kultury, tradic a historie země a jejích obyvatel. Celodenní kontakt s jazykem je umocněn ubytováním v hostitelské rodině a komunikací s rodilými mluvčími.

### Mezinárodní kontakty s Bavorskem

V roce 1990 navázala naše škola partnerství s Adalbert-Stifter Gymnasium Passau, Bavorsko. Za léta spolupráce se učitelé a žáci obou škol mnohokrát setkali při vzájemných návštěvách a akcích, z nichž zejména pravidelný společný koncert českých a německých žáků se stal pevnou součástí života našeho a pasovského gymnázia.

Od školního roku 2004/05 využívají naši žáci každoročně tzv. Gastschuljahr Euregia Bavorský les – Šumava se sídlem ve Freyungu, Bavorsko, SRN – roční studijní pobyt na gymnáziu v Bavorsku.

### Pěvecký sbor a koncerty

V roce 1990 byla navázána partnerská spolupráce s německou školou Adalbert-Stifter-Gymnasium, na jejímž základě vznikla myšlenka pořádat společné koncerty. A to byl také impuls k založení pěveckého sboru.

Pěvecký sbor je navštěvován žáky nižšího i vyššího stupně gymnázia. Schází se jednou týdně a může mít i povahu nepovinně volitelného předmětu. Jinak je organizován zcela dobrovolně. Výběr repertoáru je přizpůsoben věku a stávající pěvecké úrovni zpěváků – zahrnuje skladby nejrozličnějších autorů a hudebních stylů: klasické, populární, ale především lidové hudby, která je svou náročností pro školní sbory nejvhodnější. Ročně sbor vystupuje na několika koncertech, mezi které patří i koncert se sborem a hudebními soubory z Adalbert-Stifter-Gymnasia z německého Pasova. Dále

účinkuje na jiných kulturních akcích školy, recitačních soutěžích, školní akademie aj. Již dvakrát byly také uspořádány koncerty se sbory z USA – „Redwood Coast Children’s Chorus“ z Kalifornie a „Rye Country Day School Chorus“ z New Yorku.

### **S portovní soutěže v rámci okresu, kraje, republiky**

Žáci naší školy se pravidelně zúčastňují středoškolských soutěží v různých sportech (volejbal, basketbal, fotbal, atletika, softbal, stolní tenis, florbal, lyžování). V řadě sportovních disciplín žáci dosahují vynikajících výsledků a umístění na krajské i celostátní úrovni (viz webové stránky školy).

### **S portovní soutěže v rámci školy**

Dle možností na konci 1. a 2. pololetí se konají mezitřídní turnaje ve fotbale a volejbalu.

### **Školní kronika**

Školní kronika je uložena v jednotlivých svazcích ve školní čítárně. Zpracovává nejnovější historii školy, jejích žáků, učitelů i zaměstnanců, usiluje zachytit nejdůležitější události ze života školy v průběhu každého školního roku prostřednictvím záznamů, fotografií, zpráv i výpisů ze školních dokumentů. Snaží se mapovat tradiční i významné akce školy od 1. září 1980, odkdy se datuje nejnovější historie gymnázia v České ulici. Nahlíží samostatně i na dobu předcházející, která přesahuje až do 19. století, a umožňuje nám posoudit kořeny, ze kterých vzešla naše tradice.

### **Recitační soutěž**

Recitační soutěž je kulturní událostí školy s dlouhou tradicí. Poprvé se konala v prvním školním roce nového gymnázia v České ulici na jaře 1981. Je každoročně vyhlašována a organizačně vedena předmiotovou komisí českého jazyka a literatury, podporována vedením školy, školní čítárnou a Spolkem při Gymnáziu, jakož i řadou kulturních institucí ve městě.

V prvním, třídním kole mají možnost interpretovat samostatně vybraný literární text všichni žáci jednotlivých tříd, ve druhém, ročníkovém kole zastupují každou třídu jen nejlepší interpreti vyhodnocení jak vyučujícím, tak spolužáky. Závěrečné, školní kolo je slavnostní přehlídkou nejlepších recitátorů a recitátorek z jednotlivých ročníků.

Gala poetický podvečer bývá slavnostně završen předáním knižních odměn nejúspěšnějším účastníkům v oboru uměleckého přednesu a nejnověji i mladým autorům či autorkám a moderátorům. Naši recitátoři se dobře prezentují i na dalších recitačních kláních, kde pravidelně obsazují přední místa.

### **Film**

Jako první gymnázium v Českých Budějovicích jsme v roce 2002 vstoupili do dlouhodobého projektu „Jeden svět na školách“ humanitární společnosti Člověk v tísni. V rámci tohoto projektu mají žáci možnost sledovat dokumentární filmy s problematikou lidských práv z databáze festivalu Jeden svět. Společnost Člověk v tísni též pořádá pro žáky literární a výtvarné soutěže, dále pravidelné semináře pro pedagogy i pro organizátory filmového klubu z řad žáků. V neposlední řadě nám účast v projektu přináší didaktické a metodické materiály k tématu globální a multikulturní výchovy, které jsou přínosné zejména pro výuku občanské výchovy.

### Časopis

Od školního roku 2015/2016 vychází na gymnáziu Magazín 64, který svým obsahem chce zaujmout jak žáky nižšího, tak i vyššího gymnázia. Časopis vychází jako občasník. Součástí redakce se může stát kterýkoliv žák školy.

### Studentský parlament

Je samosprávnou institucí, jejímž hlavním smyslem je prosazení vlastních iniciativních návrhů žáků na zlepšení chodu školy. Zároveň umožňuje žákům podávat stížnosti a bránit se například při vzniku eventuálních sporů a problémů s pedagogy.

### Program Euroegio Freyung Gastschuljahr:

Škola je zapojena do každoročního projektu společně s Euroregio Freyung **Gastschuljahr**, díky němuž mají žáci školy absolvovat jeden školní rok na vybraném gymnáziu v Německu.

### Noc mladých vědců, umělců a sportovců a spolupráce s Mensou Česko

Každoročně pořádaná **Noc mladých vědců, umělců a sportovců** představuje jedinečnou příležitost pro žáky školy prezentovat své dovednosti, zájmy a projekty v oblasti přírodních věd, umění, sportu i technologií. Akce probíhá v prostorách školy v podvečerních hodinách a nabízí pestrý program pro širokou veřejnost – od divadelních vystoupení, přes vědecké experimenty, až po interaktivní workshopy a sportovní ukázky. Cílem této události je nejen podpořit **mezioborové propojení**, ale také **rozvíjet komunikační a prezentační schopnosti studentů**, posilovat jejich **sebedůvěru a vztah ke škole** jako komunitnímu prostoru. Akce zároveň slouží jako platforma pro **spolupráci s externími partnery**, včetně firem, odborníků a rodičovské veřejnosti.

Mezi typické aktivity patří:

- **Divadelní představení** s historickými motivy, hrané studenty nižších ročníků.
- **Fyzikální show** – atraktivní pokusy, interaktivní demonstrace.
- **Astronomický program** – pozorování hvězdné oblohy

- **Chemické experimenty** – analýza potravin, barevné reakce, „chemická jízda“ v bílých pláštích.
- **Biologická laboratoř** – práce s mikroskopy apod.
- **IT a technika**
- **Sportovní aktivity** – např. ukázky netradičních sportovních odvětví.
- **Výtvarné dílny** – tvorba plakátů, ilustrací, výstava studentských prací.
- **Hudební vystoupení** – sólové i skupinové koncerty, improvizace, zpěv.
- **Deskové hry a logické úlohy** – ve spolupráci s Mensou Česko.

Akce je otevřená veřejnosti, rodičům, absolventům i partnerům školy. Slouží jako platforma pro **rozvoj prezentačních dovedností, mezioborovou spolupráci a budování pozitivního vztahu ke škole.**

### **Spolupráce Gymnázia Česká s Mensou Česko**

Naše škola je rovněž držitelem **statutu školy spolupracující s Mensou Česko**, což potvrzuje aktivní přístup k práci s nadanými žáky. Spolupráce probíhá ve více rovinách – od **testování IQ**, přes **volnočasové aktivity**, až po **účast na celostátních projektech**. Škola hostí **IQ testování pro děti i dospělé**, které vede Mgr. Marta Frydrychová, koordinátorka místní skupiny Mensy v Českých Budějovicích. Testování probíhá několikrát ročně přímo v prostorách školy a je otevřené nejen žákům, ale i veřejnosti.

Součástí spolupráce jsou také **deskové hry, šachová odpoledne, tematické workshopy** a přednášky, které rozvíjejí logické myšlení, kreativitu a týmovou spolupráci. Tyto aktivity jsou organizovány pod záštitou **SIG Jihočeské nadané děti**, který vznikl v rámci Mensy a zaměřuje se na podporu talentovaných žáků v regionu. Všechny akce jsou **bezplatné a otevřené všem zájemcům**, bez nutnosti členství v Mense.

Naše gymnázium se pravidelně účastní **Logické olympiády**, největšího projektu Mensy Česko, který každoročně oslovuje desítky tisíc žáků z celé republiky. Žáci školy dosahují v této soutěži výborných výsledků – v krajských kolech se umísťují na předních příčkách, a někteří se probojovali i do celostátního finále.

Škola se rovněž podílí na **venkovních kvízových hrách**, jako je „Labyrint“, a spoluorganizuje **příměstské tábory pro nadané děti**, které probíhají v Českých Budějovicích.

Tato spolupráce významně přispívá k **individualizaci vzdělávání, rozvoji potenciálu žáků a budování pozitivního klimatu školy**, kde je talent vnímán jako příležitost k růstu, nikoli jako výjimka.

## 2.7 Mezinárodní spolupráce

Pro podporu výuky cizích jazyků škola udržuje velmi dobré kontakty s partnerskými školami v SRN (dlouhodobě především ASG Passau a Maristengymnasium Fürstenzell). V mezinárodních projektech škola pracovala dále s polskou ZSE Gorlice, slovenskou SPŠ Bardejov, při výměnném programu žáků s německou Sigmund – Wann – Realschule Wunsiedel. Pro zájemce z řad žáků organizuje škola studijní a poznávací pobyty ve Velké Británii, umožňuje a podporuje studijní pobyty svých žáků v zahraničí.

## 2.8 Formy spolupráce se zákonnými zástupci a dalšími sociálními partnery

### Zákonní zástupci

Pro zákonné zástupce žáků organizuje škola pravidelná informační odpoledne, na nichž jsou zákonní zástupci seznamováni s výsledky studia i mimoškolními úspěchy dětí. Konzultační hodiny jednotlivých pedagogů umožňují pružně reagovat na případné výkyvy prospěchu a chování, a společně tak hledat cesty ke zlepšení.

Od školního roku 2008/09 byl zaveden systém elektronického přístupu zákonných zástupců na webové stránky školy, kde se mohou po zadání hesla informovat o prospěchu svého dítěte v jednotlivých předmětech.

Kromě toho škola každoročně pořádá pro zájemce o studium Den otevřených dveří. Široká veřejnost získá informace o budově školy a jejím vybavení, učebním plánu a možnostech profilace žáků, výběru cizích jazyků i o podpoře zapojení žáků do každodenního chodu školy, mezinárodních projektů a různých forem zájmových činností.

### Webová stránka školy

Škola má vlastní webovou stránku. Hlavním úkolem je podávání informací o podmínkách přijetí ke studiu, o chodu a životě školy, jednotlivých akcích, projektech a soutěžích, stejně tak i zajištění kontaktu na všechny zaměstnance školy.

### Goethe centrum (Goethe Zentrum – GZ)

Při výuce němčiny využíváme programovou nabídku Goethe – Zentra v Českých Budějovicích.

Dlouholetá spolupráce probíhá s výše zmíněnou institucí ve dvou rovinách. Učitelé NJ mají možnost zapůjčit si didaktické pomůcky, které se potom stávají součástí výuky cizího jazyka. Učitelé mají k dispozici nová vydání posledních učebnicových řad, nejrůznější materiály sloužící k přípravě na

mezinárodní či maturitní zkoušky, poslechová CD a DVD s německými filmy. Učitelé NJ se účastní školení nabízených GZ, týkajících se rozvoje jazykových kompetencí žáků. Druhou rovinou je přímá účast žáků na akcích pořádaných GZ – autorské čtení, divadelní představení a workshopy atd. Mnohdy je to pro žáky jediná možnost komunikace s rodilým mluvčím. Časová dotace těchto workshopů je cca 90 minut. Po vzájemné domluvě pomáhají zaměstnanci GZ při přípravě větších projektů – žakovská výměna s družebními školami v SRN. Osvědčily se také zkoušky nanečisto, které pomáhají žákům s přípravou na mezinárodní certifikáty.

### **Akademie věd a Přírodovědecká fakulta JČU**

Od školního roku 2007/08 mohou žáci podle svého zájmu pracovat na seminárních pracích nebo pracích SOČ v oborech biologie nebo chemie, pod vedením pracovníků Biologického centra AV ČR nebo Přírodovědecké fakulty v Českých Budějovicích.

Od školního roku 2008/09 organizujeme v rámci Týdne vědy a techniky Přednáškový den, na který zveme pracovníky Biologického centra AV ČR. Jde o poutavé rozšíření a nadstavbu výuky zejména biologie, popřípadě fyziky. Zároveň se nám daří umisťovat nadané žáky k vědeckým a odborným pracovníkům ústavů Akademie věd v rámci projektu Otevřená věda nebo mimo něj, abychom jim zprostředkovali odborné vedení při pracích zejména s biologickou problematikou, ekologických popřípadě chemických. Většina žáků pak prezentuje práce v soutěži SOČ přinejmenším na krajské úrovni. Spolupracovali jsme již s ústavu Parazitologickým, Hydrobiologickým, Půdní biologie, Entomologickým.

Někteří žáci využívají při svých cestách za poznáním biologie pracoviště Jihočeské univerzity, kde je vedou ochotní vysokoškolští pedagogové.

### **Jihočeské divadlo**

Spolupráce s Jihočeským divadlem (JD) trvá od prvního školního roku nového gymnázia v České ulici, tj. od školního roku 1980/81. Má několik podob.

Škola se každým rokem účastní minimálně jednoho dopoledního divadelního představení, zájemci z řad žáků a pedagogů navštěvují další zvolená představení hromadně i individuálně dopoledne i večer v Českých Budějovicích a v červnu v Českém Krumlově.

Členové JD byli mnohokrát nápomocni formou odborných konzultací při vytváření studentských představení a jako čestní členové poroty zasedali při recitačních gala přehlídkách.

**Spolupráce se sociálními partnery** probíhá v rámci Základů společenských věd formou účasti na soudním jednání na Krajském soudu, formou řízených besed na Úřadu práce. V souvislosti s dalším vzděláváním žáků, jejich budoucím povoláním jsou žáci motivováni na institucích zabývajících se karierním poradenstvím. V orientaci ve světě a postavení člověka ve společnosti žákům pomáhá Minimální preventivní program, organizace Amnesty International a Člověk v tísni.

Kromě výše uvedených subjektů škola v intenzivní míře rozvíjí spolupráci se svými s dlouhodobými i novými partnery jako jsou například BOSCH s.r.o, ČEZ, Mensa Česká republika a Microsoft.

Při příležitosti 110. výročí otevření budovy gymnázia v České ulici 25. října 2013 jsme se stali fakultním gymnáziem Přírodovědné fakulty a Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity.

### **Naše gymnázium a Microsoft**

Novým významným partnerem pro školu se od školního roku 2013–2014 stala nadnárodní společnost Microsoft. Naše škola je zapojena do mezinárodního programu **Microsoft Showcase School**, který sdružuje inovativní vzdělávací instituce využívající moderní digitální technologie ve výuce. Tato spolupráce přináší žákům možnost seznamovat se s nejnovějšími trendy v oblasti digitálních technologií, využívat aktuální nástroje společnosti Microsoft a rozvíjet své dovednosti v prostředí podporujícím tvořivost a samostatnost.

Součástí spolupráce je také možnost účasti vybraných studentů ve **Studentském trenérském centru Microsoft**, prestižním výběrovém programu, který propojuje středoškolské studenty z celé České republiky se zástupci Microsoftu a odborníky z praxe. Studenti zde získávají pokročilé znalosti v oblasti digitálních kompetencí, prezentačních dovedností a vedení projektů, a mají příležitost podílet se na vzdělávacích aktivitách a workshopech přímo ve společnosti Microsoft. Díky tomuto partnerství se daří rozvíjet i profesní dovednosti pedagogů a posilovat využívání moderních technologií ve výuce napříč předměty.

### **Spolupráce s ČEZ**

Dalším zásadním partnerem pro gymnázium se stal od školního roku 2013–2014 ČEZ. Vybudování nového moderního výukového zázemí pro naše žáky patří mezi další hlavní úkoly školy a jsme velice rádi, že se nám podařilo, a opět v den 110. výročí budovy gymnázia 25. října 2013, slavnostně otevřít zcela novou odbornou učebnu fyziky. Jedná se v současné době o jednu z nejmodernějších učeben školy, která je vybavena odpovídajícím high – tech didaktickým zařízením a kromě fyziky zde probíhá výuka i dalších předmětů s většími nároky na vizualizaci výuky.

V neposlední řadě je pro gymnázium nesmírně důležitá spolupráce s neziskovými organizacemi, jako jsou například Člověk v tísni, Amnesty International či Živá paměť. Tato forma práce žáků na různorodých projektových aktivitách významným způsobem napomáhá k utváření hodnotového žebříčku mladého člověka po celý jeho další život.

## **2.9 Spolupráce s dalšími institucemi**

### **Školská rada**

Volby do školské rady se na škole konaly poprvé dne 14. 6. 2005. Školskou radu při Gymnáziu, České Budějovice, Česká 64 zřídila Rada Jihočeského kraje dne 26. 7. 2005 svým usnesením č. 731/2005/RK ke dni 1. září 2005. Školská rada vykonává své působnosti podle § 168 zákona č. 561/2004 Sb. Jedná se o orgán školy umožňující zákonným zástupcům nezletilých žáků, zletilým žákům, pedagogickým pracovníkům školy, zřizovateli a dalším osobám podílet se na správě školy.

Zřizovatel školy (Jihočeský kraj) stanovuje počet členů rady tak, že zároveň volí třetinu jejích členů, další třetinu volí zákonní zástupci nezletilých žáků a poslední třetinu volí pedagogičtí pracovníci školy.

Funkční období členů školské rady jsou tři roky. Školská rada zasedá nejméně dvakrát ročně a její zasedání svolává její předseda.

Školská rada zejména:

- a. vyjadřuje se k návrhům školních vzdělávacích programů a k jejich následnému uskutečňování,
- b. schvaluje výroční zprávu o činnosti školy,
- c. schvaluje školní řád, ve středních a vyšších odborných školách stipendijní řád, a navrhuje jejich změny,
- d. schvaluje pravidla pro hodnocení výsledků vzdělávání žáků v základních a středních školách,
- e. podílí se na zpracování koncepčních záměrů rozvoje školy,
- f. projednává návrh rozpočtu právnické osoby na další rok, a navrhuje opatření ke zlepšení hospodaření,
- g. projednává inspekční zprávy, **protokoly o kontrole a výsledky šetření České školní inspekce**,
- h. **projednává podněty, oznámení a stížnosti týkající se zejména vzdělávání a poskytování školských služeb a** podává podněty a oznámení řediteli školy, zřizovateli, orgánům vykonávajícím státní správu ve školství a dalším orgánům státní správy,
- i. podává návrh na vyhlášení konkursu na ředitele školy.,
- j. **uděluje předchozí souhlas se jmenováním ředitele školy podle § 166 odst. 10 písm. b),**
- k. **uděluje předchozí souhlas s kombinovanou výukou podle § 25a ve škole a**
- l. **odvolává souhlas s kombinovanou výukou podle § 25a ve škole; kombinovaná výuka končí ke dni určenému školskou radou.**

## 3 Charakteristika ŠVP

### 3.1 Zaměření školy

Obor Gymnázium se sportovní přípravou je zaměřený na středoškolské vzdělávání žáků, kteří prokazují vysokou sportovní výkonnost a mají předpoklady jejího dalšího růstu, proto je nutné maximální skloubení vzdělávání se sportovním tréninkem. Na základě rozhodnutí MŠMT ČR se v tomto oboru vzdělávají žáci, jejichž sportovní specializací jsou tzv. „kmenové sporty“ - atletika, moderní gymnastika, plavání, tenis, volejbal, karate a fotbal.

Škola zabezpečuje vzdělávání podle školního vzdělávacího programu pro gymnázia se sportovní přípravou (ŠVP GSP). Je zpracován podle Rámcového vzdělávacího programu pro gymnázia se sportovní přípravou. Zaměření umožňuje vedle získání všeobecného vzdělání i sportovní přípravu ve kmenových sportech, zaměřenou na maximální výkonnost.

Výuce všeobecně vzdělávacích předmětů je věnována stejná pozornost jako sportovnímu tréninku. Ve výuce všeobecně vzdělávacích předmětů jsou žáci připravováni na vysokoškolské studium a další uplatnění v běžném životě, stejně jako na nutnost celoživotního vzdělávání. Ve sportovní přípravě je kladen důraz na rozvoj sportovního talentu žáků, zdravý životní styl a smysl pro fair play. Obor vzdělávání gymnázium – sportovní příprava získal statut oboru vzdělávání s talentovou zkouškou. Při zpracování vlastního ŠVP pro obor sportovní příprava jsme se snažili využít vlastní poznatky a zkušenosti, stejně jako připomínky a náměty našich žáků, absolventů, jejich rodičů či nejrůznějších spolupracujících organizací (sportovní svazy a kluby).

### 3.2 Profil absolventa

- skloubením nároků sportovního tréninku a nároků gymnaziálního vzdělávání je připraven na zvládání složitých životních situací
- velmi dobře zvládá minimálně jeden cizí jazyk
- komunikativně zvládá druhý cizí jazyk
- v praxi používá různé počítačové programy a technologie
- díky pravidelnému, náročnému sportovnímu tréninku roste jeho sportovní výkonnost
- je odolný a vytrvalý při překonávání problémů
- je schopen se pohybovat v různorodém prostředí a reagovat na změny (je flexibilní)
- dokáže pracovat samostatně a postarat se sám o sebe

- je připraven k vysokoškolskému studiu a celoživotnímu vzdělávání

### 3.3 Organizace přijímacího řízení

#### Obsah:

Uchazeče o obor vzdělání s talentovou zkouškou 79 –42 –K/41, Gymnázium se sportovní přípravou, v jednotlivých kolech přijímacího řízení hodnotí ředitel školy v souladu s platnou legislativou:

- a) hodnocení na vysvědčeních z předchozího vzdělávání,
- b) výsledků hodnocení dosaženém při talentové zkoušce,
- c) výsledků hodnocení dosaženém při přijímací zkoušce,
- d) dalších skutečností, které osvědčují vhodné schopnosti, vědomosti a zájmy uchazeče.

**Forma přijímacího řízení:** písemná přijímací zkouška, talentová zkouška

#### Kritéria přijetí žáka:

Veškerá kritéria jsou zveřejněna vždy s dostatečným předstihem před konáním přijímacích zkoušek pro následující školní rok na webu školy.

### 3.4 Organizace maturitní zkoušky

Způsob a podmínky ukončování vzdělávání stanoví § 77 a následující školského zákona a vyhláška č. 177/2009 Sb., o bližších podmínkách ukončování vzdělávání ve středních školách maturitní zkouškou, **ve znění pozdějších předpisů.**

Profilová část maturitní zkoušky se skládá ze zkoušky z českého jazyka a literatury konané formou písemné práce a formou ústní zkoušky a ze zkoušky z cizího jazyka konané formou písemné práce a formou ústní zkoušky, pokud si žák z povinných zkoušek společné části maturitní zkoušky zvolil cizí jazyk, a z dalších dvou nebo tří povinných zkoušek. Ředitel školy určí nabídku těchto povinných zkoušek, jejichž obsah je v souladu s učebními osnovami povinných vyučovacích předmětů a volitelných vzdělávacích aktivit vymezených ve školním vzdělávacím programu.

### 3.5 Výchovné a vzdělávací strategie

Výchovné a vzdělávací strategie	
Kompetence k řešení problémů	<ul style="list-style-type: none"><li>• zařazujeme do výuky vhodné problémové úlohy</li></ul>

<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k hledání různých řešení úkolů</li> <li>• zapojujeme žáky do plánování, přípravy, realizace i hodnocení třídních i školních aktivit</li> </ul>
<b>Kompetence občanská</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zapojujeme žáky do partnerských mezinárodních kontaktů</li> <li>• v odpovídajících předmětech vedeme žáky k osvojení si základních zásad ekologie a environmentální výchovy</li> <li>• podporujeme žáky v možnosti zapojení se do ovlivňování chodu školy prací ve studentském parlamentu i časopise</li> </ul>
<b>Kompetence k podnikavosti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• cílíme na uplatnění žáků v profesním světě</li> </ul>
<b>Kompetence k učení</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• učíme žáky vyhledávat informace, pracovat s textem, číst s porozuměním</li> <li>• vedeme žáky k účasti v předmětových soutěžích</li> <li>• motivujeme a vedeme žáky k samostatné organizaci kulturních, sportovních a společenských akcí</li> <li>• vedeme žáky k sebehodnocení</li> </ul>
<b>Kompetence komunikativní</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky ke vhodné komunikaci se svým okolím</li> <li>• učíme žáky obhajovat svůj názor a naslouchat názorům jiným</li> <li>• vhodně používáme metody kooperativního učení</li> </ul>
<b>Kompetence sociální a personální</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• využíváme metody skupinové práce</li> <li>• vedeme žáky k dodržování předem dohodnutých pravidel, na jejichž formulaci se mají možnost podílet</li> <li>• učíme žáky zásadám týmové práce a kooperace</li> </ul>
<b>Kompetence digitální</b>	-

### 3.6 Zabezpečení výuky žáků se speciálními vzdělávacími potřebami

#### Pravidla a průběh tvorby, realizace a vyhodnocení plánu pedagogické podpory:

**Žákem se speciálními vzdělávacími potřebami** je žák, který k naplnění svých vzdělávacích možností nebo k uplatnění a užívání svých práv na rovnoprávném základě s ostatními potřebuje poskytnutí podpůrných opatření. Tito žáci mají podle § 16 zákona č. 561/2004 Sb. (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů, právo na bezplatné poskytování podpůrných opatření, která jim zajišťuje škola nebo školské zařízení.

Podpůrná opatření se podle organizační, pedagogické a finanční náročnosti člení do pěti stupňů. Podpůrná opatření prvního stupně uplatňuje škola nebo školské zařízení i bez doporučení školského poradenského zařízení na základě plánu pedagogické podpory (PLPP). Podpůrná opatření druhého až pátého stupně lze uplatnit pouze na základě doporučení školského poradenského zařízení.

### **Pravidla a průběh tvorby, realizace a vyhodnocení individuálního vzdělávacího plánu:**

Při plánování a realizaci vzdělávání žáků s přiznanými podpůrnými opatřeními škola vychází z toho, že se žáci ve svých individuálních vzdělávacích potřebách a možnostech liší. **Cílem podpory vzdělávání těchto žáků je jejich plné zapojení do vzdělávacího procesu a maximální rozvoj vzdělávacího potenciálu každého z nich s ohledem na jeho individuální možnosti a schopnosti, zajistit rovné podmínky ke vzdělání.** Pedagogové přizpůsobují své vzdělávací strategie stanoveným podpůrným opatřením. Pravidla pro jejich uplatňování školou a školským zařízením stanoví vyhláška č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných, ve znění pozdějších předpisů.

Pro žáky s přiznanými podpůrnými opatřeními prvního stupně je školní vzdělávací program (ŠVP) podkladem pro zpracování plánu pedagogické podpory (PLPP), zatímco pro žáky s přiznanými podpůrnými opatřeními od druhého stupně je ŠVP podkladem pro tvorbu individuálního vzdělávacího plánu (IVP). PLPP i IVP zpracovává škola v souladu s doporučením školského poradenského zařízení (ŠPZ). Kontaktní osoba pro spolupráci s pedagogicko-psychologickou poradnou je uvedena na webových stránkách školy.

U žáků, jejichž podpůrná opatření spočívají v úpravě vzdělávacích obsahů, může být do IVP na doporučení ŠPZ v souladu s principy individualizace a diferenciací vzdělávání zařazena pedagogická intervence. Počet vyučovacích hodin předmětů speciálně-pedagogické péče je v závislosti na stupni podpory stanoven v příloze č. 1 vyhlášky č. 27/2016 Sb., ve znění pozdějších předpisů. Časová dotace těchto předmětů je poskytována z disponibilní časové dotace definované pro rámcový vzdělávací program pro gymnázia (RVP G).

### **Pravidla pro zapojení dalších subjektů:**

**Plán pedagogické podpory (PLPP)** zpracovává škola pro žáka, který má mírné obtíže ve vzdělávání, pro první stupeň podpůrných opatření, na základě potřeby úprav ve vzdělávání nebo podpory při zapojení do kolektivu. Podpůrná opatření prvního stupně uplatňuje škola i bez doporučení školského poradenského zařízení. S plánem pedagogické podpory jsou seznámeni žák, jeho zákonný zástupce a všichni vyučující. Plán obsahuje popis obtíží žáka, stanovení cílů podpory, návrh podpůrných opatření a způsoby vyhodnocování jejich naplňování. Škola hodnotí účinnost poskytovaných podpůrných opatření a plnění cílů PLPP nejpozději po třech měsících od jejich zavedení. Pokud se poskytovaná podpůrná opatření ukáží jako nedostačující, škola doporučí zákonnému zástupci nezletilého žáka (nebo zletilému žákovi) kontaktovat školské poradenské zařízení (ŠPZ) a zajistí předání vypracovaného PLPP.

**Individuální vzdělávací plán (IVP)** zpracovává škola pro žáka od druhého stupně podpůrných opatření na základě doporučení školského poradenského zařízení a žádosti zletilého žáka nebo zákonného zástupce. Plán vychází ze školního vzdělávacího programu a obsahuje zejména údaje o

druzích a stupních podpůrných opatření, jejich kombinaci a způsobu realizace. Naplňování IVP vyhodnocuje školské poradenské zařízení ve spolupráci se školou nejméně jednou ročně.

Individuální vzdělávací plán může být podle § 18 zákona č. 561/2004 Sb. (školský zákon), povolen také z jiných závažných důvodů. V takovém případě stanoví IVP zvláštní organizaci výuky a délku vzdělávání při zachování obsahu a rozsahu vzdělávání stanoveného školním vzdělávacím programem. Ředitel školy seznámí žáka a zákonného zástupce nezletilého žáka s průběhem vzdělávání podle IVP a s termíny zkoušek. Individuální vzdělávací plán, podepsaný ředitelem školy, žákem a zákonným zástupcem nezletilého žáka, se stává součástí osobní dokumentace žáka. Při plánování a realizaci vzdělávacího procesu škola vždy vychází z konkrétních zjištění a případných doporučení školského poradenského zařízení.

Škola si klade za cíl:

- uplatňovat zdravotní hlediska a respektovat individualitu a vzdělávací potřeby každého žáka;
- využívat přiznaná podpůrná opatření při vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami;
- uplatňovat při organizaci výuky princip diferenciací a individualizace při stanovování obsahu, forem i metod vzdělávání;
- zabezpečovat odbornou výuku předmětů speciálně-pedagogické péče v souladu s doporučením školského poradenského zařízení;
- umožnit ze závažných, zejména zdravotních důvodů, uvolnění žáka zcela nebo zčásti z vyučování některého předmětu nebo z provádění určitých činností (§ 67 odst. 2 zákona č. 561/2004 Sb., školský zákon), případně upravit a formulovat očekávané výstupy vzdělávacích oborů tak, aby byly pro tyto žáky reálné a splnitelné, a tomu přizpůsobit i výběr učiva;
- umožnit v individuálním vzdělávacím plánu (IVP), pokud zdravotní postižení neumožňuje realizaci vzdělávacího obsahu některého předmětu nebo jeho části podle ŠVP, nahrazení příslušného vzdělávacího obsahu jiným, který lépe odpovídá vzdělávacím možnostem žáka;
- při vzdělávání žáků, kteří využívají prostředky alternativní nebo augmentativní komunikace, zajistit jako součást podpůrných opatření výuku v komunikačním systému odpovídajícím jejich potřebám;
- zohledňovat přiznaná podpůrná opatření při hodnocení výsledků vzdělávání;

- odstraňovat architektonické bariéry a provádět potřebné úpravy školního prostředí tak, aby bylo přístupné všem žákům;
- spolupracovat s rodiči (zákonnými zástupci žáků), školskými poradenskými zařízeními a odbornými pracovníky školního poradenského pracoviště, v případě potřeby také s odborníky z jiných resortů, zejména při tvorbě individuálních vzdělávacích plánů;
- podporovat nadání a talent žáků vytvářením vhodných podmínek pro jejich rozvoj;
- podporovat další vzdělávání pedagogických pracovníků zaměřené na zkvalitnění práce se žáky se speciálními vzdělávacími potřebami, zdravotním postižením nebo zdravotním znevýhodněním.

**Zodpovědné osoby a jejich role v systému péče o žáky se speciálními vzdělávacími potřebami:**

Kontaktní osoba s pedagogicko-psychologickou poradnou je uvedena na webu školy.

**Specifikace provádění podpůrných opatření a úprav vzdělávacího procesu žáků se speciálními vzdělávacími potřebami**

**v oblasti organizace výuky:**

Bude řešeno individuálně s každým studentem.

**v oblasti metod výuky:**

Bude řešeno individuálně s každým studentem.

**v oblasti úpravy obsahu vzdělávání:**

Bude řešeno individuálně s každým studentem.

**v oblasti hodnocení:**

Bude řešeno individuálně s každým studentem.

## **3.7 Zabezpečení výuky žáků nadaných a mimořádně nadaných**

**Pravidla a průběh tvorby, realizace a vyhodnocení plánu pedagogické podpory:**

**Nadaným žákem** se rozumí jedinec, který při adekvátní podpoře vykazuje ve srovnání se svými vrstevníky vysokou úroveň rozumových schopností nebo vysokou míru tvořivosti a dosahuje mimořádných výkonů v jedné či více oblastech – zejména v oblasti rozumových, pohybových, manuálních, uměleckých či sociálních dovedností.

**Mimořádně nadaným žákem** se v souladu s vyhláškou č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných, ve znění pozdějších předpisů, rozumí žák, jehož rozložení schopností dosahuje mimořádné úrovně při vysoké tvořivosti a mimořádných výkonech v celém okruhu činností nebo v jednotlivých oblastech rozumových, pohybových, manuálních, uměleckých či sociálních dovedností.

Škola je v souladu s příslušnými právními předpisy připravena zajišťovat vzdělávání a rozvoj mimořádně nadaných žáků prostřednictvím pedagogicko-organizačních úprav, individuálního přístupu a diferencovaných vzdělávacích strategií. Tyto úpravy mohou zahrnovat zejména:

- zpracování plánu pedagogické podpory (PLPP) nebo individuálního vzdělávacího plánu (IVP),
- doplnění, rozšíření či prohloubení vzdělávacího obsahu ve vybraných předmětech,
- účast žáka ve výuce některých předmětů se staršími žáky nebo zařazení žáka do vyššího ročníku bez absolvování předchozího,
- další formy obohacování a akcelerace výuky v souladu s jeho vzdělávacími potřebami a doporučením školského poradenského zařízení (ŠPZ).

#### **Pravidla a průběh tvorby, realizace a vyhodnocení individuálního vzdělávacího plánu:**

Pro harmonický rozvoj osobnosti žáka, rozvoj jeho kognitivního nadání a pohybového talentu škola zařazuje režim mimoškolních a zájmových aktivit, které diferencovaně reflektují individuální potřeby žáků. Škola umožňuje žákům rozšiřovat znalosti a dovednosti v oblastech, které nejsou obsaženy v rámcovém vzdělávacím programu, a rozvíjet témata, o něž projevují zvýšený zájem. Naplnění vzdělávacích potřeb žáků škola zajišťuje prostřednictvím volitelných a nepovinných předmětů, činnosti zájmových útvarů, diferenciací ve výuce podle schopností žáků, zapojení do projektů školy nebo do vlastních projektů žáků, účasti v soutěžích na regionální, republikové i mezinárodní úrovni, spoluprací s odbornými a vědeckými institucemi v České republice i v zahraničí, samostudiem odborné literatury, e-learningem, samostatným vyhledáváním informací a využíváním speciálních výukových metod, jako je obohacování učiva a akcelerace vzdělávání. Tyto formy podpory se mohou podle potřeb žáků vhodně kombinovat.

Způsob vzdělávání nadaných a mimořádně nadaných žáků vždy vychází z principu nejlepšího zájmu žáka.

#### **Práce s nadanými – identifikační proces**

Identifikace nadaných žáků na škole probíhá podle stanoveného postupu, který umožňuje včasné rozpoznání mimořádných schopností.

Proces začíná u učitelů, kteří na základě znalosti výkonů, schopností a dovedností žáků mohou rozpoznat nadání a posoudit rozdíl oproti vrstevníkům. Učitelé hodnotí žáky objektivně a s ohledem na jejich potenciál, nikoli pouze podle prospěchu. Dalším krokem je spolupráce s žáky a se zákonnými zástupci vybraných žáků, jejichž podnět představuje důležitou součást identifikačního procesu. Zákonní zástupci často doplňují informace o osobnostních a zájmových charakteristikách dítěte, které se ve školním prostředí nemusí plně projevit. Pokud škola na základě identifikuje žáka jako nadaného nebo mimořádně nadaného, doporučí jeho zákonnému zástupci spolupráci s příslušným školským poradenským zařízením (pedagogicko-psychologickou poradnou nebo speciálně-pedagogickým centrem) pro odbornou diagnostiku a návrh podpůrných opatření.

Pro žáky s přiznanými podpůrnými opatřeními prvního stupně je školní vzdělávací program podkladem pro zpracování plánu pedagogické podpory (PLPP), zatímco pro žáky s přiznanými podpůrnými opatřeními od druhého stupně je podkladem pro tvorbu individuálního vzdělávacího plánu. Oba dokumenty zpracovává škola v souladu s případným doporučením školského poradenského zařízení. Pokud podpůrná opatření zahrnují úpravu vzdělávacích obsahů, může být do individuálního vzdělávacího plánu zařazena pedagogická intervence. Počet vyučovacích hodin těchto předmětů je stanoven v příloze č. 1 vyhlášky č. 27/2016 Sb., přičemž časová dotace vychází z disponibilní časové dotace rámcového vzdělávacího programu pro gymnázia.

**Plán pedagogické podpory škola (PLPP)** zpracovává pro žáka, u něhož je potřeba upravit podmínky vzdělávání nebo podpořit jeho začlenění do kolektivu. S plánem jsou seznámeni žák, zákonný zástupce a všichni vyučující. Dokument obsahuje popis nadání a potřeb žáka, stanovení cílů podpory, návrh forem práce a způsobů vyhodnocování plnění plánu. Škola hodnotí účinnost poskytovaných podpůrných opatření a plnění cílů PLPP nejpozději po třech měsících od jejich zavedení.

**Individuální vzdělávací plán (IVP)** zpracovává pro žáka s podpůrnými opatřeními druhého a vyššího stupně na základě doporučení školského poradenského zařízení a žádosti zletilého žáka nebo jeho zákonného zástupce. Plán vychází ze školního vzdělávacího programu a obsahuje přehled poskytovaných podpůrných opatření, způsoby jejich realizace a vyhodnocování, případnou úpravu učiva nebo organizace výuky. Naplňování individuálního vzdělávacího plánu vyhodnocuje školské poradenské zařízení ve spolupráci se školou nejméně jednou ročně.

Individuální vzdělávací plán může být podle § 18 školského zákona povolen také z jiných závažných důvodů, například zdravotních nebo sportovních. V takovém případě stanoví plán zvláštní organizaci výuky a délku vzdělávání při zachování vzdělávacího obsahu podle školního vzdělávacího programu. Ředitel školy seznámí žáka i jeho zákonného zástupce s podmínkami vzdělávání a termíny zkoušek. Podepsaný individuální vzdělávací plán se stává součástí osobní dokumentace žáka.

**Pravidla pro zapojení dalších subjektů:**

Kontaktní osoba s pedagogicko-psychologickou poradnou je shodná s výše uvedenou informací.

**Zodpovědné osoby a jejich role:**

Kontaktní osoba je uvedena na webu školy.

**Specifikace provádění podpůrných opatření a úprav vzdělávacího procesu nadaných a mimořádně nadaných žáků:**

nabídka volitelných vyučovacích předmětů, nepovinných předmětů a zájmových aktivit

občasné (dočasné) vytváření skupin pro vybrané předměty s otevřenou možností volby na straně žáka

příprava a účast na soutěžích včetně celostátních a mezinárodních kol

zadávání specifických úkolů, projektů

### 3.8 Začlenění průřezových témat

Průřezové téma/Tematický okruh	1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník
<b>OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA</b>				
Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti	ST, TSP, Čj, M, Bi, Zv, D, Hv	ST, TSP, Čj, Aj, M, Zv, Hv, Vv	ST, TSP, Čj, M, Bi, Zv, Svs, Ms, MsVš, Bis	ST, TSP, Čj, Aj, M, Nj, Ak, Ms, MsVš, Bis, Ds20, FCE
Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů	ST, TSP, Čj, M, Fy, Bi, Zv, Hv, Nj	ST, TSP, Čj, M, Fy, Zv, Hv, Vv	ST, TSP, Čj, Aj, M, Fy, Svs, Ms, MsVš, Fys, Chs, Geos, Sinf, Fmed	ST, TSP, Čj, M, Ls, Svs, Ms, MsVš, Fys, Bis, Chs, Ds, Sinf, Fmed, FCE
Sociální komunikace	ST, TSP, Čj, Aj, M, Fy, Bi, Zv, D, Hv	ST, TSP, Čj, M, Fy, Geo, Hv	ST, TSP, Čj, Aj, M, Fy, Ls, Nj, Svs, Ms, MsVš, Fys, Bis, Chs, Ds, Sinf, Fmed	ST, TSP, Čj, Aj, M, Zv, Ls, Nj, Ak, Nk, Svs, Ms, MsVš, Fys, Chs, Sinf, Evh, Fmed, FCE
Morálka všedního dne	ST, TSP, Aj, Hv, Nj, Vv	ST, TSP, Geo, Zv, Hv	ST, TSP, Zv, Svs, Ds, Sinf	ST, TSP, Aj, Zv, Ls, Nk, Ms, MsVš, Sinf
Spolupráce a soutěž	ST, TSP, Čj, M, Fy, Vv	ST, TSP, Čj, M, Fy, Hv, Nj	ST, TSP, Čj, M, Fy, Nj, Svs, Ms, MsVš, Fys, Sinf, Fmed	ST, TSP, Čj, Aj, M, Ms, MsVš, Fys, Chs, Sinf, Evh, Fmed

Průřezové téma/Tematický okruh	1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník
<b>VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH</b>				
Globalizační a rozvojové procesy	Geo	Geo , Zv , D , Vv	Aj , Geo , D , Nk , Svs , Geos	Ak , Nk , Svs , Ds , Geos , Ds20 , FCE
Globální problémy, jejich příčiny a důsledky	Bi , Geo	Geo , D , Nj , Vv	Aj , Bi , Zv , D , Nk , Ds , Geos	Ak , Nk , Svs , Ds , Ds20 , FCE
Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce	Zv	Geo , Zv	Geo , D , Nj , Svs , Geos	Aj , Zv , Svs , Geos , FCE
Žijeme v Evropě	Aj , Geo , Zv , D , Hv	Aj , Geo , D , Hv , Nj , Vv	Aj , Bi , Geo , Zv , D , Ak , Svs , Ds , Geos , FCE	Aj , Zv , Nj , Nk , Svs , Ds , Evh , Ds20 , FCE
Vzdělávání v Evropě a ve světě	Zv	Aj , Geo , Zv , Nj	Geo , D , Ak , Svs , FCE	Svs , Ds20
<b>MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA</b>				
Základní problémy sociokulturních rozdílů	Geo , Hv	Aj , Geo , Zv , D	Aj , Geo , Ak , Nk , Svs , Ds , FCE	Svs
Psychosociální aspekty interkulturality	Nj	Geo , Zv , D , Hv , Nj	Zv , D , Ak , Nk , Svs , Ds , Geos , FCE	Zv , Ak , Svs , Bis
Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí	Čj , D , Hv	Čj , D , Hv	Čj , Aj , Bi , Geo , Zv , D , Geos	Čj , Nj , Ak , Nk , Svs , Ds , Ds20
<b>ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA</b>				
Problematika vztahů organismů a prostředí	Bi	Bi , Geo	Ch , Bi , Nk , Bis	Aj , Nk , Bis
Člověk a životní prostředí	Aj , Fy , Ch , Vv	Fy , Bi , Geo , Zv	Fy , Ch , Bi , Geo , Zv , Nk , Svs , Fys , Bis , Chs , Geos , Fmed	Aj , Zv , Ak , Nk , Fys , Bis , Chs , Fmed , FCE
Životní prostředí regionu a České republiky		Bi , Zv	Bi , Zv , Bis , Chs , Geos	Aj , Ak , Svs , Bis , Chs , Geos , FCE
<b>MEDIÁLNÍ VÝCHOVA</b>				
Média a mediální produkce	Ivt , Čj , Zv , Vv	Čj	Ivt , Čj , D , Ls , Nj , Nk , Svs , Sinf	Čj , Zv , Ls , Ak , Nk , Ds , Sinf , Ds20 , FCE
Mediální produkty a jejich významy	Ivt , Čj , Aj , Bi , Zv , Vv	Čj , Zv	Ivt , Čj , D , Ls , Nj , Sinf	Čj , Ls , Ak , Nk , Sinf , FCE
Uživatelé	Ivt , Nj	Zv , Nj	Ivt , Aj , Ls , Nj	Aj , Zv , Ls , Nj , Ak , FCE
Účinky mediální produkce a vliv médií	Ivt	Hv	Ivt , Zv , Ls	Aj , Ls , Nj , Ak , Svs , Ds , Ds20
Role médií v moderních dějinách	Ivt , Zv , Hv	Aj , Hv	Ivt , Aj , Zv , Ls	Aj , Zv , Ls , Nj , Ak , Nk , Svs

### 3.8.1.1 Zkratky použité v tabulce začlenění průřezových témat:

Zkratka	Název předmětu
<b>Aj</b>	Anglický jazyk
<b>Ak</b>	Konverzace v anglickém jazyce
<b>Bi</b>	Biologie
<b>Bis</b>	Seminář z biologie
<b>Ch</b>	Chemie
<b>Chs</b>	Seminář z chemie
<b>Čj</b>	Český jazyk a literatura
<b>D</b>	Dějepis
<b>Ds</b>	Seminář z dějepisu
<b>Ds20</b>	Seminář z dějepisu 20. století
<b>Evh</b>	Seminář z estetické výchovy hudební
<b>FCE</b>	Příprava na zkoušky v anglickém jazyce
<b>Fmed</b>	Seminář z fyziky lékařských věd
<b>Fy</b>	Fyzika
<b>Fys</b>	Seminář z fyziky
<b>Geo</b>	Geografie
<b>Geos</b>	Seminář z geografie
<b>Hv</b>	Hudební výchova
<b>Ivt</b>	Informatika
<b>Ls</b>	Literární seminář
<b>M</b>	Matematika
<b>Ms</b>	Seminář z matematiky
<b>MsVš</b>	Seminář z matematiky PLUS
<b>Nj</b>	Německý jazyk
<b>Nk</b>	Konverzace v německém jazyce
<b>Sinf</b>	Seminář z informatiky
<b>ST</b>	Sportovní trénink
<b>Svs</b>	Společenskovední seminář
<b>TSP</b>	Teorie sportovní přípravy
<b>Vv</b>	Výtvarná výchova
<b>Zv</b>	Základy společenských věd

## 4 Učební plán

### 4.1 Celkové dotace – přehled

Vzdělávací oblast	Předmět	Studium				Celkové dotace (celkem + disponibilní)
		1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
Jazyk a jazyková komunikace	Český jazyk a literatura	3	3	3	3+2	12+2
	Anglický jazyk	3	3	3	3+1	12+1
	Další cizí jazyk <ul style="list-style-type: none"> <li>Německý jazyk</li> </ul>	3	3	3	3	12
Matematika a její aplikace	Matematika	3+1	3+1	2+1	3+1	11+4
Člověk a příroda	Fyzika	2.5	2+1	2.5		7+1
	Chemie	2+1	2+1	2		6+2
	Biologie	2+0.5	2+1	1+1.5		5+3
	Geografie	1.5	2	1+1		4.5+1
Člověk a společnost	Základy společenských věd	1.5	2	1	2	6.5
	Dějepis	2	2	2		6
Umění a kultura	Umění a kultura <ul style="list-style-type: none"> <li>Hudební výchova</li> <li>Výtvarná výchova</li> </ul>	2	2			4
Člověk, sport a zdraví	Sportovní trénink	15	15	15	17	62
	Teorie sportovní přípravy	0+1	0+1	1	1+1	2+3
Informatika	Informatika	2		2		4
Volitelné vzdělávací aktivity	Volitelné předměty			2+2	6+3	8+5

Vzdělávací oblast	Předmět	Studium				Celkové dotace (celkem + disponibilní)
		1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Literární seminář</li> <li>• Konverzace v anglickém jazyce</li> <li>• Konverzace v německém jazyce</li> <li>• Společenskovední seminář</li> <li>• Seminář z matematiky</li> <li>• Seminář z matematiky PLUS</li> <li>• Seminář z fyziky</li> <li>• Seminář z biologie</li> <li>• Seminář z chemie</li> <li>• Seminář z dějepisu</li> <li>• Seminář z geografie</li> <li>• Seminář z informatiky</li> <li>• Seminář z estetické výchovy hudební</li> <li>• Seminář z fyziky lékařských věd</li> <li>• Seminář z estetické výchovy</li> <li>• Seminář z dějepisu 20. století</li> <li>• Příprava na zkoušky v anglickém jazyce</li> </ul>					
<b>Celkem hodin</b>		<b>46</b>	<b>46</b>	<b>46</b>	<b>46</b>	<b>162+22</b>

#### 4.1.1 Poznámky k učebnímu plánu

### 4.2 Přehled využití týdnů

Ročník	1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník
Výuka dle rozpisu učiva	0	0	0	0

<b>Ročník</b>	<b>1. ročník</b>	<b>2. ročník</b>	<b>3. ročník</b>	<b>4. ročník</b>
<b>Celkem týdnů</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

## 5 Učební osnovy

### 5.1 Český jazyk a literatura

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
3	3	3	5	14
Povinný	Povinný	Povinný	Povinný	

Název předmětu	Český jazyk a literatura
Oblast	Jazyk a jazyková komunikace
Charakteristika předmětu	<p>Výuka českého jazyka a literatury rozvíjí schopnost porozumět, tvořit a interpretovat jazykové i literární projevy, vést žáky ke kultivovanému vyjadřování, samostatnému myšlení a citlivému vnímání uměleckého textu.</p> <p>Žáci získávají přiměřené jazykové i literární vzdělání, které rozšiřuje znalosti ze základní školy a vede je k hlubšímu pochopení jazyka jako nástroje myšlení, dorozumívání a poznávání světa.</p> <p>Cílem výuky je rozvíjet komunikační kompetenci v různých situacích, osvojit si spisovnou podobu českého jazyka, rozumět jazykovým normám a užívat je v mluvených i psaných projevech.</p> <p>V literární složce výuky se žáci učí porozumět uměleckému textu, vnímat jeho estetickou hodnotu, chápat literaturu v historických i kulturních souvislostech a vytvářet si k ní osobní vztah.</p> <p>Rozvoj těchto dovedností je klíčový nejen pro studium českého jazyka, ale i pro práci s textem ve všech vzdělávacích oblastech, protože jazyk je základním nástrojem myšlení, poznávání a komunikace.</p> <p><b>Práce s žáky se specifickými potřebami a nadanými žáky</b></p> <p><b>Nadaní žáci:</b></p> <p>Nadaní žáci mají možnost rozvíjet své schopnosti prostřednictvím jazykových a literárních soutěží (např. Olympiáda v českém jazyce, recitační soutěže, literární soutěže), projektů a seminárních prací nebo účasti ve Středoškolské odborné činnosti (SOČ).</p>

Název předmětu	Český jazyk a literatura
	<p>Učitelé využívají individuální přístup, konzultace a zadávání rozšiřujících úkolů. Žáci mohou být zapojováni do skupin podle úrovně znalostí či zájmu.</p> <p><b>Žáci se speciálními vzdělávacími potřebami:</b> Po konzultaci s výchovným poradcem, zákonnými zástupci (příp. pracovníky pedagogicko-psychologické poradny) řešíme individuální potřeby žáka.</p> <p><b>Výchovně-vzdělávací strategie</b> Učitel v rámci výuky českého jazyka a literatury:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozvíjí schopnost žáků správně, srozumitelně a věcně komunikovat v písemné i ústní podobě,</li> <li>• vede k přizpůsobování jazykového stylu komunikační situaci,</li> <li>• rozvíjí porozumění a interpretaci textů různého typu,</li> <li>• podporuje individuální prožívání a sdílení literárních zážitků,</li> <li>• vede k orientaci v základních literárních druzích, žánrech a kulturních souvislostech,</li> <li>• podporuje kritické a estetické vnímání textů,</li> <li>• učí žáky vyjadřovat své názory kultivovaně, argumentovat a respektovat názory druhých,</li> <li>• rozvíjí pozitivní vztah k mateřskému jazyku a literatuře jako zdroji osobního i kulturního bohatství.</li> </ul>
<p>Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)</p>	<p>Výuka českého jazyka a literatury je zaměřena na rozvoj jazykové kultury, čtenářské gramotnosti, tvořivosti a kritického myšlení žáků.</p> <p>Metody práce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• výklad, rozhovor, diskuse a interpretace textu,</li> <li>• čtení s porozuměním, rozbor a analýza textů, práce s různými zdroji</li> <li>• tvůrčí a slohové psaní, dramatizace,</li> <li>• práce s chybou, sebereflexe a vzájemné hodnocení,</li> <li>• využití audiovizuálních a digitálních zdrojů.</li> </ul> <p>Formy práce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frontální, skupinová a individuální práce,</li> <li>• projektová a problémová výuka,</li> <li>• práce s literárními texty, prezentace a debaty, čtenářské dílny</li> <li>• využití online nástrojů pro jazykovou praxi.</li> </ul> <p>Výuka podporuje rozvoj jazykové kultury, čtenářské gramotnosti, tvořivosti a kritického myšlení žáků návštěvami muzeí, výstav, účastmi na diskuzních pořadech a odborných exkurzích.</p>

Název předmětu	Český jazyk a literatura
Integrace předmětů	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Český jazyk a literatura</li> </ul>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dějepis</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Literární seminář</li> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Německý jazyk</li> <li>• Informatika</li> <li>• Geografie</li> <li>• Výtvarná výchova</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Konverzace v německém jazyce</li> <li>• Seminář z informatiky</li> </ul>
<p>Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků</p>	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b>                  Žák je veden k rozpoznání jazykového či komunikačního problému a k hledání vhodného způsobu jeho řešení. Je podporován v analyzování textů, argumentaci a obhajobě vlastního názoru. Je motivován k tvořivému přístupu k jazyku, k hledání originálních vyjádření a k aplikaci jazykových pravidel v praxi.</p> <p><b>Kompetence občanská:</b>                  Žák je veden k porozumění jazyku a literatuře jako prostředku pro pochopení národní kultury a identity. Je podporován v kritickém čtení mediálních sdělení, rozpoznávání manipulace a vyhodnocování informací. Je motivován k respektování kulturní rozmanitosti a k odpovědnému vyjadřování názorů ve veřejném prostoru.</p> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b>                  Žák je veden k porozumění jazyku a literatuře jako prostředku pro pochopení národní kultury a identity. Je podporován v kritickém čtení mediálních sdělení, rozpoznávání manipulace a vyhodnocování informací. Je motivován k respektování kulturní rozmanitosti a k odpovědnému vyjadřování názorů ve veřejném prostoru.</p> <p><b>Kompetence k učení:</b>                  Žák je veden k plánování a organizaci vlastního učení při práci s textem a jazykovými jevy. Je podporován v aktivním vyhledávání a třídění informací z různých zdrojů (učebnice, slovníky, internet, literatura). Je</p>

Název předmětu	Český jazyk a literatura
	<p>motivován k propojování nových poznatků s předchozími zkušenostmi a k využívání chyb jako prostředku k dalšímu rozvoji.</p> <p><b>Kompetence komunikativní :</b>                      Žák je veden k jasnému, kultivovanému a srozumitelnému vyjadřování v mluvené i psané podobě. Je podporován v aktivním naslouchání, v respektování názorů druhých a v rozvoji schopnosti reagovat přiměřeně komunikační situaci. Je motivován k používání bohaté slovní zásoby, správné gramatiky a ke kultivovanému projevu na veřejnosti.</p> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b>                      Žák je veden ke spolupráci při diskusích, skupinových projektech a dramatizacích textů. Je podporován v respektování různých názorů, v otevřenosti vůči odlišným pohledům a v přijetí odpovědnosti za svůj příspěvek ke společné práci. Je motivován k sebereflexi vlastního projevu a k rozvíjení empatie v komunikaci.</p> <p><b>Kompetence digitální:</b>                      Žák využívá digitální technologie k vyhledávání, zpracování a prezentaci informací, tvoří a upravuje texty a multimediální projekty, komunikuje kultivovaně v online prostředí a na sociálních sítích, dodržuje zásady bezpečného a etického chování a respektuje autorská práva.</p>
Způsob hodnocení žáků	<p>Způsoby hodnocení – klasifikační stupnicí 1-5, vychází z klasifikačního řádu školy.                      Minimálně počet známek za pololetí 1. -3. ročníku odpovídá dvojnásobku hodinové dotace předmětu.                      Ve 4. ročníku je minimální počet známek v 1. pololetí 6 a v 2. pololetí 5.                      Při klasifikaci ve vyučovacím předmětu český jazyk se v souladu s požadavky učebních osnov hodnotí:</p> <p>a) Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• písemné opakovací testy po větších celcích dle probrané látky</li> <li>• ústní zkoušení formou opakování látky nebo formou výstupů v rámci referátů či projektů</li> </ul> <p>b) sloh: školní slohová práce za každé pololetí</p> <p>c) jazyk: diktát, pravopisné cvičení, korektury textu nebo ze všestranného jazykového rozboru se zaměřením na specifika daného ročníku v rámci učebního plánu.</p>

Český jazyk a literatura	1. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> </ul>	

Český jazyk a literatura	1. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
posoudí a interpretuje komunikační účinky textu, svá tvrzení argumentačně podpoří jeho všestrannou analýzou	- vysvětlí rozdíl mezi jazykem a řečí	obecná jazykověda jazyk a řeč
odlišuje různé variety národního jazyka a vhodně jich využívá ve svém jazykovém projevu v souladu s komunikační situací	- třídí evropské jazyky podle jejich genetické příbuznosti - rozezná národní jazyk a jeho útvary	genetická klasifikace evropských jazyků národní jazyk a jeho útvary
ve svém projevu uplatňuje znalosti tvarosloví a slovtvorných a syntaktických principů českého jazyka	- analyzuje jazykovou situaci v ČR a EU (jazyky úřední, jazykové menšiny, bilingvismus atd.)	jazyková situace v ČR a EU
odlišuje různé variety národního jazyka a vhodně jich využívá ve svém jazykovém projevu v souladu s komunikační situací	- rozumí základním jazykovědným disciplínám a určí oblast jazyka, kterou se zabývají - odlišuje různé útvary národního jazyka a vhodně jich využívá ve svém jazykovém projevu v souladu s komunikační situací	vrstvy jazyka
v mluveném projevu ovládá zásady spisovné výslovnosti a pro účinné dorozumívání vhodně užívá zvukové prostředky řeči (modulace síly, výšky hlasu a tempa řeči; umístění přízvuků a pauz, správné frázování)	- v mluveném projevu ovládá zásady spisovné výslovnosti - pro účinné dorozumívání vhodně užívá zvukové prostředky řeči (modulace síly, výšky hlasu, tempa řeči, umístění přízvuků a pauz, správné frázování)	zvuková stránka jazyka zásady spisovné výslovnosti zvukové prostředky souvislé řeči
v mluveném projevu vhodně užívá nonverbálních prostředků řeči		
při analýze vybraných textů popíše základní rysy češtiny a vysvětlí zákonitosti jejího vývoje i současné vývojové tendence	- na procesu vzniku a vývoje písma vysvětlí rozdíl mezi grafickým označením významu a zvuku	grafická stránka jazyka, vznik a druhy písma
v písemném i mluveném projevu volí vhodné výrazové prostředky podle jejich funkce a ve vztahu k sdělovacímu záměru, k dané situaci, kontextu a k	- v písemném projevu dodržuje zásady českého pravopisu a s oporou příruček řeší složitější případy	základní principy českého pravopisu

Český jazyk a literatura	1. ročník	
adresátovi; vysvětlí a odůvodní význam slov v daném kontextu		
v písemném projevu dodržuje zásady pravopisu a s oporou příruček řeší složitější případy; účinně využívá možností grafického členění textu		
v písemném projevu dodržuje zásady pravopisu a s oporou příruček řeší složitější případy; účinně využívá možností grafického členění textu	- účinně využívá možností grafického členění textu	grafické členění textu
posoudí a interpretuje komunikační účinky textu, svá tvrzení argumentačně podpoří jeho všestrannou analýzou	- využívá ve svém jazykovém projevu prostředky v souladu s komunikační situací	text a styl, slohotvorní činitele subjektivní
rozdělí umělecký text od neuměleckého, nalezne jevy, které činí text uměleckým	- ve svém projevu vhodně využívá slohotvorné rozvrstvení výrazových prostředků řeči	slohotvorní činitele objektivní: funkce textu, situace a prostředí, charakter adresáta, psanost-mluvenost, dialog-monolog, míra připravenosti, oficiálnosti, formálnosti komunikace funkční styly a jejich realizace v textech útvary prostěsdělovacího stylu
využívá znalostí o větných členech a jejich vztazích, o aktuálním členění výpovědi a o druzích vět podle záměru mluvčího k vhodnému vyjádření myšlenky, k účinnému dorozumívání, logickému strukturování výpovědi a k odlišení záměru mluvčího		
rozdělí umělecký text od neuměleckého, nalezne jevy, které činí text uměleckým	- připraví své dotazy k fungování knihovny, vyplní přihlášku, vyhledá v elektronickém katalogu libovolnou knihu, vyhledá seznam služeb vědecké knihovny, kterých bude využívat jako středoškolák, vysokoškolák, čtenář oblíbené literatury	seznámení s vědeckou knihovnou a jejími službami pro veřejnost elektronický katalog
rozezná typy promluv a vyprávěcí způsoby a posoudí jejich funkci v konkrétním textu	- přesně definuje a rozlišuje základní pojmy (literární teorie, historie, kritika)	základy literární vědy
rozezná typy promluv a vyprávěcí způsoby a posoudí jejich funkci v konkrétním textu	- vypracuje rozbor zvolené knihy s vymezením jednotlivých funkcí daného textu - postihne mravní i estetické prvky díla - vypracuje diskusní příspěvek o četbě svého dětství a jejím vlivu na formování charakteru dítěte	Literární analýza pojmy literární teorie
rozdělí a specifikuje jednotky vyprávění (časoprostor, vypravěč, postavy) a zhodnotí jejich funkci a účinek na čtenáře	- připraví rozbor textu vážné literatury a ukázky literárního braku – obojí porovná	próza

Český jazyk a literatura	1. ročník	
rozliší texty spadající do oblasti tzv. literatury vážné, středního proudu a literárního braku a svůj názor argumentačně zdůvodní		
na konkrétních příkladech popíše specifické prostředky básnického jazyka a objasní jejich funkci v textu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- určí v textu metrum</li> <li>- vymezí další pojmy (tropy, figury)</li> <li>- vysvětlí odlišnosti dramatu</li> </ul>	poezie, drama
objasní rozdíly mezi fikčním a reálným světem a vysvětlí, jakým způsobem se reálný svět promítá do literárního textu, jaký vliv může mít svět fikce na myšlení a jednání reálných lidí	<ul style="list-style-type: none"> <li>- v hodině čtenářské besedy provede rozbor přečtené knihy (fabule, syžet, řeč postav...)</li> <li>- ve skupině připraví ukázkou diskuze o zhlédnutém divadelním představení, zajímavém filmu či televizní adaptaci známého díla</li> </ul>	literární interpretace
na konkrétních příkladech popíše specifické prostředky básnického jazyka a objasní jejich funkci v textu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- objasní filozofické, náboženské, etické či umělecké souvislosti starověkých literatur</li> <li>- doloží je na rozboru textu</li> <li>- vymezí literární žánry té doby (epos, bajka, drama...)</li> </ul>	lidová slovesnost – počátky nepsané literatury starověké literatury: vývoj literárních druhů a žánrů
identifikuje využití jednoho textu v textu jiném (intertextovost) a objasní jeho funkci a účinek na čtenáře	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vysvětlí, jak porozuměl přečtenému textu středověké legendy;</li> <li>- vysvětlí smysl duchovní písně;</li> <li>- na základě rozboru přečtených textů (legenda, píseň, drama...) vysvětlí vývojové zvláštnosti naší mateřštiny (hláskový vývoj, minulé časy...)</li> <li>- objasní vývoj těchto žánrů v souvislosti s historickými souvislostmi té doby</li> </ul>	počátky vzdělanosti na našem území; křesťanství a jeho vliv na středověké písemnictví; periodizace starší české literatury; duchovní píseň a traktát v době husitské s literaturou evropskou
identifikuje využití jednoho textu v textu jiném (intertextovost) a objasní jeho funkci a účinek na čtenáře	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kultivovaně přečte připravený text</li> <li>- pokusí se o jeho interpretaci pod vedením učitele</li> </ul>	renesanční novela a sonet; zásady výrazného přednesu; renesanční drama;
na konkrétních příkladech popíše specifické prostředky básnického jazyka a objasní jejich funkci v textu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zapíše do čtenářského deníku rozbor Shakespearova díla</li> <li>- vysvětlí stavbu dramatu</li> </ul>	přínos velkých autorských osobností evropské kultury
identifikuje využití jednoho textu v textu jiném (intertextovost) a objasní jeho funkci a účinek na čtenáře	<ul style="list-style-type: none"> <li>- přečte s porozuměním ukázkou barokní literatury</li> <li>- vymezí jazykové zvláštnosti textu</li> <li>- charakterizuje jazykovou kulturu textu</li> <li>- v hodině čtenářské besedy přednese referát o</li> </ul>	humanistická čeština v dílech členů jednoty bratrské duchovní rozměr barokní kultury pestrost literárních žánrů barokní literatury české i evropské (duchovní epos, duchovní poezie, lidová

Český jazyk a literatura	1. ročník	
	přečteném díle (ukázka z Bible kralické, životopisné dílo o J. A. Komenském) - porovná pedagogické názory Komenského s tendencemi současného školství (řízená diskuse)	balada česká barokní literatura rozběr literárního díla
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
Žák je veden k rozpoznání vlastních silných stránek při jazykových i literárních činnostech.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Učí se překonávat chyby, rozvíjet sebekontrolu a přebírat odpovědnost za výsledky své práce.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák spolupracuje při skupinových diskusích, projektech a dramatizacích. Učí se respektovat odlišné názory, férově soutěžit a přispívat k dosažení společného cíle.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
Žák analyzuje mediální sdělení (např. zprávy, reklamy, publicistiku). Rozpoznává jazykové a obrazové prostředky a chápe jejich vliv na vnímání obsahu. Učí se kriticky hodnotit sdělení a diskutovat o hodnotách, stereotypech a postojích prezentovaných v médiích.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke kultivovanému, jasnému a přesnému vyjadřování. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich názory a argumentovat věcně a s respektem.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
Žák je veden k pochopení fungování médií a principů tvorby mediálních sdělení. Učí se rozlišovat autory, cíle a adresáty mediálních obsahů. Je motivován k tvorbě vlastních mediálních textů (článků, reportáží, prezentací).		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
Žák poznává českou literaturu v kontextu evropské a světové kultury. Chápe propojení kulturních tradic a význam literatury pro společné evropské dědictví.		

Český jazyk a literatura	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> </ul>	

Český jazyk a literatura	2. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="891 260 1167 284">Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
<p>používá různé prostředky textového navazování vedoucí ke zvýšení srozumitelnosti, přehlednosti a logické souvislosti sdělení; uplatní textové členění v souladu s obsahovou výstavbou textu a rozvíjením tématu</p>	<p>- ve svém projevu volí vhodné lexikální výrazové prostředky podle jejich funkce a ve vztahu k sdělovacímu záměru, k dané situaci, kontextu a k adresátovi</p> <p>- vysvětlí a odůvodní význam slov v daném kontextu</p> <p>- ve svém projevu uplatňuje znalosti slohotvorných principů českého jazyka</p>	<p>slovní zásoba, sémantika, tvoření slov; jednotky slovní zásoby; významové vztahy mezi slovy; rozšiřování slovní zásoby; slohová charakteristika lexikálních výrazových prostředků; slohotvorba, lexikologie a lexikografie</p>
<p>při tvorbě vlastního textu mluveného i psaného využívá základní principy rétoriky</p>		
<p>volí adekvátní komunikační strategie, zohledňuje partnera a publikum; rozeznává manipulativní komunikaci a dovede se jí bránit</p>		
<p>v mluveném i psaném projevu vhodně využívá slohotvorné rozvrstvení výrazových prostředků češtiny</p>	<p>- ve svém projevu uplatňuje znalosti českého tvarosloví</p> <p>- ve svém projevu volí vhodné tvaroslovné výrazové prostředky podle jejich funkce a ve vztahu k sdělovacímu záměru, k dané situaci, kontextu a k adresátovi</p> <p>- určuje slovní druhy a jejich gramatické kategorie</p> <p>- vysvětlí, jak se k se jednotlivé slovní druhy podílí na výstavbě české věty</p>	<p>morfologie; slovní druhy a jejich mluvnické kategorie; funkce slovních druhů ve stavbě věty; slohová charakteristika tvaroslovných výrazových prostředků</p>
<p>ve svém projevu uplatňuje znalosti tvarosloví a slohotvorných a syntaktických principů českého jazyka</p>		
<p>využívá znalostí o větných členech a jejich vztazích, o aktuálním členění výpovědi a o druzích vět podle záměru mluvčího k vhodnému vyjádření myšlenky, k účinnému dorozumívání, logickému strukturování výpovědi a k odlišení záměru mluvčího</p>		
<p>v mluveném i psaném projevu vhodně využívá slohotvorné rozvrstvení výrazových prostředků češtiny</p>	<p>- pořizuje z textu výpisky, zpracovává výtahy, konspekty</p> <p>- efektivně a samostatně využívá různých informačních zdrojů</p>	<p>textologie; informativnost textu</p>
<p>efektivně a samostatně využívá různých informačních zdrojů (slovníky, encyklopedie, internet)</p>	<p>- kriticky interpretuje mediální informace</p> <p>- analyzuje vliv médií na veřejné dění i na soukromý životní styl člověka</p> <p>- ve svém projevu vhodně využívá slohotvorné rozvrstvení výrazových prostředků řeči</p>	<p>mediální komunikace, mediální prezentace skutečnosti; analýza mediálních sdělení; publikum; masová komunikace; útvary publicistického stylu; vlastní mediální produkce</p>
<p>při tvorbě vlastního textu mluveného i psaného využívá základní principy rétoriky</p>		
<p>v písemném projevu dodržuje zásady pravopisu a s oporou příruček řeší složitější případy; účinně využívá možností grafického členění textu</p>		

Český jazyk a literatura	2. ročník	
samostatně interpretuje dramatické, filmové a televizní zpracování literárních děl	- rozpozná a charakterizuje typické znaky a odlišnosti umělecké literatury, literatury naučné a lidové tvorby	Literatura doby národního obrození v kontextu evropské kultury;
vystihne podstatné rysy základních period vývoje české i světové literatury, významných uměleckých směrů, uvede jejich představitele a charakterizuje a interpretuje jejich přínos pro vývoj literatury a literárního myšlení	- porovná přínos velkých osobností NO v boji o zachování české kultury (Dobrovský, Jungmann ) - doloží při práci s textem podstatu literárních polemik té doby (rukopisy, česká prozodie)	vliv evropské kultury na počátky NO; periodizace nové české literatury; první a druhá generace NO; význam vlastenectví v české společnosti 30. let 19. století
při interpretaci literárního textu ve všech jeho kontextech uplatňuje prohloubené znalosti o struktuře literárního textu, literárních žánrech a literárněvědných termínech	- za pomoci čtenářského deníku provede rozbor vybraného díla evropské literatury (Rousseau, Krylov, Goethe, Moliere...)	Evropská literatura v počátku 19. století; romantismus v evropských literaturách (Byron, Hugo, Puškin...);
rozezná typy promluv a vyprávěcí způsoby a posoudí jejich funkci v konkrétním textu	- přednese referát o přečteném díle evropské romantické literatury	klasicismus a osvícenství v kontextu doby; literární analýza
samostatně interpretuje dramatické, filmové a televizní zpracování literárních děl	- připraví ukázkou a při jejím rozboru vyhledá typické znaky romantismu	
rozezná typy promluv a vyprávěcí způsoby a posoudí jejich funkci v konkrétním textu	- doloží při práci s textem odlišné pojetí romantického hrdiny v tvorbě Máchy a Tyla, vyhledá v textu typické básnické prostředky romantické literatury	Český romantismus; balada v tvorbě Erbena, Čelakovského;
rozliší a specifikuje jednotky vyprávění (časoprostor, vypravěč, postavy) a zhodnotí jejich funkci a účinek na čtenáře	- vysvětlí vztah mezi lidovou baladou a baladickou tvorbou českých obrozenců	lidová slovesnost jako zdroj inspirace v době NO; závěrečná etapa NO a počátky české klasické literatury
rozliší texty spadající do oblasti tzv. literatury vážné, středního proudu a literárního braku a svůj názor argumentačně zdůvodní	- vyvodí při práci s textem rozdíly mezi baladou Čelakovského a Erbena - rozpozná křesťanské prvky v baladě Poklad, Svatební košile...	
samostatně interpretuje dramatické, filmové a televizní zpracování literárních děl		
postihne smysl textu, vysvětlí důvody a důsledky různých interpretací téhož textu, porovná je a zhodnotí, odhalí eventuální dezinterpretace textu	- vyhledá v ukázce z díla Havlíčka Borovského prvky směřující k počátkům realismu	Vystředění romantického vzdoru smyslem pro realitu; generace májovců
samostatně interpretuje dramatické, filmové a televizní zpracování literárních děl	- charakterizuje jazykovou rovinu jeho děl - připraví jako mluvní cvičení referát z vybraného díla Boženy Němcové, Jana Nerudy, Karolíny Světlé	
pořizuje z textu výpisky, zpracovává výtahy, konspekty		

Český jazyk a literatura	2. ročník	
postihne smysl textu, vysvětlí důvody a důsledky různých interpretací téhož textu, porovná je a zhodnotí, odhalí eventuelní dezinterpretace textu	- připraví komplexní rozbor vybrané ukázky z libovolné knihy evropské realistické literatury - charakterizuje známé filmové adaptace velkých románů 19. století (Anna Karenina, Bídníci...)	Realismus v evropských literaturách; sociální a společenské aspekty v dílech velkých evropských spisovatelů 19. století (Dickens, Balzac, Dostojevský, Gogol...)
rozliší umělecký text od neuměleckého, nalezne jevy, které činí text uměleckým		generace ruchovců a lumírovců; literární polemiky o světovost a národní charakter české literatury v 2. polovině 19. století
rozliší umělecký text od neuměleckého, nalezne jevy, které činí text uměleckým		
tvořivě využívá informací z odborné literatury, internetu, tisku a z dalších zdrojů, kriticky je třídí a vyhodnocuje		
vysvětlí specifickou vývoje české literatury a vyloží její postavení v kontextu literatury světové (vzájemná inspirace, příbuznost, odlišnosti a jejich příčiny)		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Učí se překonávat chyby, rozvíjet sebekontrolu a přebírat odpovědnost za výsledky své práce.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke kultivovanému, jasnému a přesnému vyjadřování. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich názory a argumentovat věcně a s respektem.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
Žák je veden k rozpoznání vlastních silných stránek při jazykových i literárních činnostech.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák spolupracuje při skupinových diskusích, projektech a dramatizacích. Učí se respektovat odlišné názory, férově soutěžit a přispívat k dosažení společného cíle.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
Žák je veden k pochopení fungování médií a principů tvorby mediálních sdělení. Učí se rozlišovat autory, cíle a adresáty mediálních obsahů. Je motivován k tvorbě vlastních mediálních textů (článků, reportáží, prezentací).		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
Žák poznává českou literaturu v kontextu evropské a světové kultury. Chápe propojení kulturních tradic a význam literatury pro společné evropské dědictví.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
Žák analyzuje mediální sdělení (např. zprávy, reklamy, publicistiku). Rozpoznává jazykové a obrazové prostředky a chápe jejich vliv na vnímání obsahu. Učí se kriticky hodnotit sdělení a diskutovat o hodnotách, stereotypech a postojích prezentovaných v médiích.		

Český jazyk a literatura	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
<p>v mluveném i psaném projevu vhodně využívá slohotvorné rozvrstvení výrazových prostředků češtiny</p> <p>využívá znalostí o větných členech a jejich vztazích, o aktuálním členění výpovědi a o druzích vět podle záměru mluvčího k vhodnému vyjádření myšlenky, k účinnému dorozumívání, logickému strukturování výpovědi a k odlišení záměru mluvčího</p> <p>získané schopnosti a dovednosti tvořivě využívá v produktivních činnostech rozvíjejících jeho individuální styl</p>	<p>- ve svém projevu uplatňuje znalosti syntaktických principů českého jazyka</p> <p>- využívá znalostí o větných členech a jejich vztazích, o aktuálním členění výpovědi a o druzích vět podle záměru mluvčího k vhodnému vyjádření myšlenky, k účinnému dorozumívání, logickému strukturování výpovědi a k odlišení záměru mluvčího</p>	<p>syntax: větné vztahy: predikace, koordinace, determinace, shoda, řízenost, přimykání; větné členy; souvětí podřadné: vedlejší věty; souvětí souřadné: poměry mezi větami hlavními; nepravdelnosti větné stavby: anakolut, zeugma, kontaminace</p>
<p>v mluveném i psaném projevu vhodně využívá slohotvorné rozvrstvení výrazových prostředků češtiny</p> <p>v písemném projevu dodržuje zásady pravopisu a s oporou příruček řeší složitější případy; účinně využívá možností grafického členění textu</p>	<p>- ve svém projevu uplatňuje znalosti tvarosloví a slohotvorných a syntaktických principů českého jazyka</p>	<p>morfologie komplexní jazykový rozbor pravopisná cvičení, diktáty</p>
<p>odlišuje různé variety národního jazyka a vhodně jich využívá ve svém jazykovém projevu v souladu s komunikační situací</p> <p>pořizuje z textu výpisky, zpracovává výtahy, konspekty</p> <p>v písemném projevu dodržuje zásady pravopisu a s oporou příruček řeší složitější případy; účinně využívá možností grafického členění textu</p> <p>pořizuje z textu výpisky, zpracovává výtahy, konspekty</p>	<p>- posoudí a interpretuje komunikační účinky textu, svá tvrzení argumentačně podpoří jeho všestrannou analýzou</p> <p>- v mluveném i psaném projevu vhodně využívá slohotvorné rozvrstvení výrazových prostředků češtiny</p>	<p>odborný styl: výkladový postup: výklad, referát, úvahový postup: úvaha, popis</p>

Český jazyk a literatura	3. ročník	
při tvorbě vlastního textu mluveného i psaného využívá základní principy rétoriky	- při tvorbě vlastního textu mluveného i psaného využívá základní principy rétoriky	rétorika - útvary řečnických projevů, přednáška, diskuze, proslov
získané schopnosti a dovednosti tvořivě využívá v produktivních činnostech rozvíjejících jeho individuální styl	- v ústním projevu vhodně využívá slohotvorné rozvrstvení výrazových prostředků češtiny	
identifikuje využití jednoho textu v textu jiném (intertextovost) a objasní jeho funkci a účinek na čtenáře	- rozliší umělecký text od neuměleckého, nalezne jevy, které činí text uměleckým	Prokletí básníci, metody interpretace textu (interpretační postupy a konvence, význam a smysl, popis, analýza, výklad a vlastní interpretace textu)
rozliší umělecký text od neuměleckého, nalezne jevy, které činí text uměleckým		- čtenářské kompetence
na konkrétních příkladech popíše specifické prostředky básnického jazyka a objasní jejich funkci v textu	- postihne znaky avantgardního umění - analyzuje umělecké dílo, samostatně jej interpretuje	Česká moderna, způsoby vyjadřování zážitků z literárních děl a soudů nad nimi (osobní záznamy, anotace, kritika, recenze, polemiky, diskuze)
identifikuje využití jednoho textu v textu jiném (intertextovost) a objasní jeho funkci a účinek na čtenáře	- rozumí pojmu "dekadentní", analyzuje uměleckou hodnotu těchto děl - identifikuje využití jednoho textu v textu jiném (intertextovost) a objasní jeho funkci a účinek na čtenáře	Dekadence, jazykové, kompoziční a tematické prostředky výstavby literárního díla: tropy, figury, rytmus, rým, zvukové prostředky poezie, monolog, dialog, přímá řeč, nepřímá řeč, nevlastní přímá řeč, polopřímá řeč, typy kompozice, motiv, téma
při analýze vybraných textů popíše základní rysy češtiny a vysvětlí zákonitosti jejího vývoje i současné vývojové tendence	- vysvětlí specifičnost vývoje české literatury v období generace anarchistických buřičů	Generace buřičů, vývoj literatury v kontextu dobového myšlení, umění a kultury - zaměření na českou a světovou poezii, prózu a drama 1. poloviny 20. století
při interpretaci literárního textu ve všech jeho kontextech uplatňuje prohloubené znalosti o struktuře literárního textu, literárních žánrech a literárněvědných termínech		
rozliší a specifikuje jednotky vyprávění (časoprostor, vypravěč, postavy) a zhodnotí jejich funkci a účinek na čtenáře	- rozumí vlivu první světové války na umělecká díla doby - analyzuje umělecké texty nejvýznamnějších autorů doby	Odras války ve světové literatuře; odraz války v české literatuře
samostatně interpretuje dramatické, filmové a televizní zpracování literárních děl	- orientuje se v umělecké tvorbě českých autorů období mezi dvěma světovými válkami - na základě přečtených knih dokáže postihnout charakter doby - analyzuje přečtená umělecká díla	Avantgardní směry; česká meziválečná poezie; české meziválečné drama; česká meziválečná próza

Český jazyk a literatura	3. ročník	
rozliší a specifikuje jednotky vyprávění (časoprostor, vypravěč, postavy) a zhodnotí jejich funkci a účinek na čtenáře	- rozumí proměnám estetického vnímání v období mezi dvěma světovými válkami - analyzuje umělecké texty nejvýznamnějších autorů doby	Světová meziválečná próza; světové meziválečné drama
samostatně interpretuje dramatické, filmové a televizní zpracování literárních děl		
tvořivě využívá informací z odborné literatury, internetu, tisku a z dalších zdrojů, kriticky je třídí a vyhodnocuje	- dokáže postihnout základní znaky děl, která varují proti fašismu - informace o vlivu fašismu čerpá nejen z umělecké, ale i neumělecké literatury	Nástup fašismu - zobrazení v literatuře
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
Žák je veden k rozpoznání vlastních silných stránek při jazykových i literárních činnostech.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák spolupracuje při skupinových diskusích, projektech a dramatizacích. Učí se respektovat odlišné názory, férově soutěžit a přispívat k dosažení společného cíle.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Učí se překonávat chyby, rozvíjet sebekontrolu a přebírat odpovědnost za výsledky své práce.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
Žák je veden k pochopení fungování médií a principů tvorby mediálních sdělení. Učí se rozlišovat autory, cíle a adresáty mediálních obsahů. Je motivován k tvorbě vlastních mediálních textů (článků, reportáží, prezentací).		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke kultivovanému, jasnému a přesnému vyjadřování. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich názory a argumentovat věcně a s respektem.		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
Žák poznává českou literaturu v kontextu evropské a světové kultury. Chápe propojení kulturních tradic a význam literatury pro společné evropské dědictví.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
Žák analyzuje mediální sdělení (např. zprávy, reklamy, publicistiku). Rozpoznává jazykové a obrazové prostředky a chápe jejich vliv na vnímání obsahu. Učí se kriticky hodnotit sdělení a diskutovat o hodnotách, stereotypech a postojích prezentovaných v médiích.		

Český jazyk a literatura	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> </ul>	

Český jazyk a literatura	4. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
<p>ve svém projevu uplatňuje znalosti tvarosloví a slohotvorných a syntaktických principů českého jazyka</p> <p>získané schopnosti a dovednosti tvořivě využívá v produktivních činnostech rozvíjejících jeho individuální styl</p>	<p>- postihne základní znaky uměleckých textů</p> <p>- je schopen vytvořit autorský text se znaky umělecké literatury</p>	<p>Umělecký funkční styl - práce s uměleckými texty; slohový útvar: vypravování s uměleckými prvky, povídka, líčení</p>
<p>v mluveném i psaném projevu vhodně využívá slohotvorné rozvrstvení výrazových prostředků češtiny</p> <p>v mluveném projevu ovládá zásady spisovné výslovnosti a pro účinné dorozumívání vhodně užívá zvukové prostředky řeči (modulace síly, výšky hlasu a tempa řeči; umístění přízvuků a pauz, správné frázování)</p>	<p>- je schopen komplexně analyzovat různé komunikáty</p> <p>- rozvíjí své schopnosti vytvořit texty různých funkčních stylů</p>	<p>Opakování všech funkčních stylů a slohových útvarů - příprava na maturitu (úvaha, charakteristika, fejeton, esej, dopis a další); stylistika, stylizace textů</p>
<p>volí adekvátní komunikační strategie, zohledňuje partnera a publikum; rozeznává manipulativní komunikaci a dovede se jí bránit</p> <p>využívá znalostí o větných členech a jejich vztazích, o aktuálním členění výpovědi a o druzích vět podle záměru mluvčího k vhodnému vyjádření myšlenky, k účinnému dorozumívání, logickému strukturování výpovědi a k odlišení záměru mluvčího</p>	<p>- píše gramaticky správně i složité větné konstrukce</p> <p>- analyzuje různorodé syntaktické struktury a chápe zákonitosti jejich správné výstavby</p> <p>- využívá slovníků a mluvnic jazyka českého pro bezchybný jazykový projev</p>	<p>Procvičování jednotlivých disciplín lingvistiky - nácvik VJR; příprava k didaktickému testu; pravopisná cvičení, diktáty</p>
<p>v písemném i mluveném projevu volí vhodné výrazové prostředky podle jejich funkce a ve vztahu k sdělovacímu záměru, k dané situaci, kontextu a k adresátovi; vysvětlí a odůvodní význam slov v daném kontextu</p>	<p>- rozumí zákonitostem výstavby a členění textu</p> <p>- analyzuje texty různých typů</p>	<p>Práce s textem; rozbor textu ze všech lingvistických hledisek</p>

Český jazyk a literatura	4. ročník	
volí adekvátní komunikační strategie, zohledňuje partnera a publikum; rozeznává manipulativní komunikaci a dovede se jí bránit		
využívá znalostí o větných členech a jejich vztazích, o aktuálním členění výpovědí a o druzích vět podle záměru mluvčího k vhodnému vyjádření myšlenky, k účinnému dorozumívání, logickému strukturování výpovědí a k odlišení záměru mluvčího		
vystihne podstatné rysy základních period vývoje české i světové literatury, významných uměleckých směrů, uvede jejich představitele a charakterizuje a interpretuje jejich přínos pro vývoj literatury a literárního myšlení	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozumí vlivu 2. světové války na uměleckou tvorbu</li> <li>- popíše základní znaky těchto s tematikou druhé světové války</li> <li>- interpretuje knihy nejvýznamnějších autorů této doby</li> </ul>	2. světová válka ve světové literatuře - vyjadřování zážitků z četby literárních děl a úvah nad nimi (osobní záznamy, anotace, kritika, recenze, polemiky, diskuze)
vystihne podstatné rysy základních period vývoje české i světové literatury, významných uměleckých směrů, uvede jejich představitele a charakterizuje a interpretuje jejich přínos pro vývoj literatury a literárního myšlení	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozumí vlivu 2. světové války na uměleckou tvorbu v české literatuře</li> <li>- popíše základní znaky těchto děl</li> <li>- interpretuje knihy nejvýznamnějších autorů této doby</li> </ul>	2. světová válka v české literatuře - metody interpretace textu (analýza, výklad a vlastní interpretace)
vysvětlí specifickou vývoj české literatury a vyloží její postavení v kontextu literatury světové (vzájemná inspirace, příbuznost, odlišnosti a jejich příčiny)		
tvořivě využívá informací z odborné literatury, internetu, tisku a z dalších zdrojů, kriticky je třídí a vyhodnocuje	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vysvětlí důvody pro literární diverzifikaci umělecké tvorby autorů po druhé světové válce ve světové literatuře</li> </ul>	Rozhněvaní mladí muži; Beat generation - jazykové, kompoziční a tematické prostředky výstavby literárního díla (zejména se zaměřením na umělecký funkční styl - řečová pásma apod.)
využívá znalostí o větných členech a jejich vztazích, o aktuálním členění výpovědí a o druzích vět podle záměru mluvčího k vhodnému vyjádření myšlenky, k účinnému dorozumívání, logickému strukturování výpovědí a k odlišení záměru mluvčího	<ul style="list-style-type: none"> <li>- objasní, pojmenuje a vysvětlí znaky základních skupin autorů této doby</li> <li>- interpretuje nejdůležitější díla doby</li> </ul>	Neorealismus, francouzský nový román; Existencialismus; Magický realismus - vývoj literatury v kontextu dobového myšlení, umění a kultury - zaměření na českou a světovou poezii, prózu a drama 2. poloviny 20. století s přesahem do současné literatury; Postmodernismus, antiutopie

Český jazyk a literatura	4. ročník	
vysvětlí specifičnost vývoje české literatury a vyloží její postavení v kontextu literatury světové (vzájemná inspirace, příbuznost, odlišnosti a jejich příčiny)	- objasní příčiny proměny české literatury v období 50. let - objasní příčiny uvolnění české literatury v období 60. let	Česká literatura 50. let; česká literatura - uvolnění v 60. letech
při analýze vybraných textů popíše základní rysy češtiny a vysvětlí zákonitosti jejího vývoje i současné vývojové tendence	- vysvětlí příčiny rozdělení literatury na oficiální, exilovou a samizdatovou - jmenuje nejvýznamnější zástupce všech oblastí - samostatně interpretuje přečtená díla	Česká literatura - nástup normalizace; exilová, samizdatová literatura
objasní rozdíly mezi fikčním a reálným světem a vysvětlí, jakým způsobem se reálný svět promítá do literárního textu, jaký vliv může mít svět fikce na myšlení a jednání reálných lidí	- postihne proměny současné české i světové literární produkce	Současná česká a světová literatura
posoudí a interpretuje komunikační účinky textu, svá tvrzení argumentačně podpoří jeho všestrannou analýzou		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke kultivovanému, jasnému a přesnému vyjadřování. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich názory a argumentovat věcně a s respektem.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Učí se překonávat chyby, rozvíjet sebekontrolu a přebírat odpovědnost za výsledky své práce.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
Žák je veden k rozpoznání vlastních silných stránek při jazykových i literárních činnostech.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák spolupracuje při skupinových diskusích, projektech a dramatizacích. Učí se respektovat odlišné názory, férově soutěžit a přispívat k dosažení společného cíle.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
Žák je veden k pochopení fungování médií a principů tvorby mediálních sdělení. Učí se rozlišovat autory, cíle a adresáty mediálních obsahů. Je motivován k tvorbě vlastních mediálních textů (článků, reportáží, prezentací).		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
Žák analyzuje mediální sdělení (např. zprávy, reklamy, publicistiku). Rozpoznává jazykové a obrazové prostředky a chápe jejich vliv na vnímání obsahu. Učí se kriticky hodnotit sdělení a diskutovat o hodnotách, stereotypech a postojích prezentovaných v médiích.		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		

<b>Český jazyk a literatura</b>	<b>4. ročník</b>	
Žák poznává českou literaturu v kontextu evropské a světové kultury. Chápe propojení kulturních tradic a význam literatury pro společné evropské dědictví.		

## 5.2 Anglický jazyk

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
3	3	3	4	13
Povinný	Povinný	Povinný	Povinný	

Název předmětu	Anglický jazyk
Oblast	Jazyk a jazyková komunikace
Charakteristika předmětu	<p>Anglickému jazyku se žáci školy učí jako svému prvnímu cizímu jazyku od 1. do 3. ročníku v časové dotaci tři hodiny týdně, v posledním ročníku pak čtyři hodiny týdně. Od 3. ročníku mohou rozšiřovat své dovednosti také ve volitelném semináři anglická konverzace - přípravný kurz k maturitní zkoušce B2 a anglická konverzace - přípravný kurz ke zkouškám CE (Cambridge Exams).</p> <p>Výuka navazuje na znalosti a dovednosti získané na základní škole a směřuje k dosažení úrovně B2 podle Společného evropského rámce pro jazyky.</p> <p>Cílem je postupné zvládnutí mluvených a psaných projevů a vytváření komplexní komunikační kompetence, což přispívá k účinnější mezinárodní komunikaci, umožňuje vyšší mobilitu žáka a jeho rychlejší orientaci tak, aby mohl účinně komunikovat v běžných tématech, navazovat společenské a osobní vztahy, naučil se porozumět kultuře a zvykům jiných lidí a respektoval je.</p> <p>Výuka probíhá ve všech třídách v rozdělených skupinách, jež čítají zpravidla max. 17 žáků.</p> <p>Ve všech skupinách vyučují kvalifikovaní pedagogové s náležitou aprobací, získanou prvotně studiem na vysoké škole a posléze stálým doplňováním kvalifikace prostřednictvím jazykových i metodických kurzů, školení a seminářů v České republice i v anglicky mluvících zemích.</p> <p>Pro vyučování se používají vysoce hodnocené učebnice angličtiny vydávané předními anglickými vydavatelstvími (Oxford, MacMillan). Tyto učebnice pomáhají žákům překlenout snáze bariéru</p>

Název předmětu	Anglický jazyk
	<p>dvojazyčnosti. Žáci jsou vedeni k soustavné práci na rozšiřování slovní zásoby, k samostatnému studiu přispívá i čtení anglických časopisů, které někteří žáci odebírají, a na předním místě i práce s výukovými programy dostupnými na stránkách nakladatelství i dalších stránkách, v současné době v síti školy i program examsuccessplus.</p> <p>K posílení motivace ke studiu přispívají další akce školy – exkurze do Britského centra, k jehož členství se pak mohou žáci rozhodnout individuálně, návštěvou divadelních představení anglických divadelních souborů a účasti na studijně poznávacím zájezdu do Velké Británie či Irska, který se koná pravidelně jednou za dva roky.</p> <p>Výuka se koná buď v běžných třídách vybavených IT včetně dataprojektoru, menších jazykových učebnách či v počítačové učebně, ve které mohou všichni žáci pracovat individuálně na anglickém výukovém programu. Obsahem výuky je naplňování očekávaných výstupů vzdělávacího oboru Cizí jazyk a souvisejících tematických okruhů průřezových témat Rámcového vzdělávacího programu pro gymnázia. Důraz je kladen na získání a prohloubení receptivních, produktivních a interaktivních řečových dovedností, na mluvení, porozumění, čtení a psaní. Učivo zahrnuje jazykové prostředky – fonetiku a pravopis, gramatiku a lexikologii.</p> <p>Výuka se zaměřuje na komunikační funkce jazyka v ústním i písemném projevu prostřednictvím tematických okruhů a komunikačních situací z různých oblastí a s vědomím propojenosti studia cizího jazyka s poznáním a pochopením reálií země tohoto jazyka, kultury, tradic, historie, zvyklostí a postojů. Výuka je vedena v jazyce anglickém.</p> <p>Využívá vztahů s dalšími vyučovanými předměty, zvláště s mateřským jazykem a dalšími cizími jazyky, s literaturou, dějepisem a se základy společenských věd, zeměpisem, biologií, fyzikou, estetickou výchovou jak hudební, tak výtvarnou a s tělesnou výchovou.</p> <p>Využívá těchto vztahů k projektové práci.</p> <p>Poskytuje možnosti k aplikaci mnoha moderních metod a forem práce, zvláště párové a týmové, prezentace, průzkumu a výukových her.</p> <p><b>Péče o nadané žáky:</b></p> <p>Vyučující usilují v každé skupině o co nejčasnější identifikaci nadaných žáků, podporují a podněcují k dalšímu individuálnímu zdokonalování v oboru nejenom tím, že je pověřují specifickými úkoly, ale i tím, že je vedou k uvědomělé snaze dosáhnout větších než jen očekávaných výsledků. Vedou žáky k aktivní účasti na projektech a soutěžích a podporují je v jejich individuální práci v oboru. Rovněž se snaží podchytit tyto jedince jako vůdčí osobnosti v týmové práci i jako oporu a vzor pro méně nadané žáky.</p> <p><b>Péče o žáky se speciálními poruchami učení a chování:</b></p>

Název předmětu	Anglický jazyk
	<p>Všichni vyučující jsou připraveni respektovat individuální zvláštnosti každého žáka a žákům se speciálními poruchami učení a chování věnovat veškerou přiměřenou péči a pozornost. Jsou připraveni v případě potřeby konzultovat problémy s ostatními členy pedagogického sboru a dalšími pověřenými odborníky a samozřejmě se zákonnými zástupci.</p> <p><b>Výchovně-vzdělávací strategie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Speaking – mluvení – samostatné a souvislé vyjadřování vlastních myšlenek, názorů a poznatků z rozmanitých tematických oblastí soukromého a veřejného života a ze života, historie a tradic jednotlivých anglicky mluvících zemí a České republiky</li> <li>• Listening – poslech s porozuměním běžným komunikačním situacím i souvislým projevům rodilých mluvčích a dalších uživatelů angličtiny jakožto dorozumívacího jazyka, včetně porozumění oběma základním variantám rodilých mluvčích, tj. britské a americké angličtině, a některým jednodušším specifickým akcentům nerodilých mluvčích</li> <li>• Reading – čtení s porozuměním textům informačním, publicistickým, beletristickým bez pomoci slovníku (odhadování významu slov a slovních spojení podle kontextu nebo vlastní zkušenosti a jazykové intuice) a s pomocí slovníku výkladového</li> <li>• Writing – psaní – samostatný sebejistý písemný projev formální i neformální v oblasti korespondence a jazykově, lexikálně, syntakticky, věcně a myšlenkově ucelený samostatný projev ve formě popisu, vyprávění, recenze, zprávy, článku apod.</li> <li>• Komunikace – umět se zeptat a umět správně odpovědět, písemné a ústní dorozumívání se v běžných životních situacích, při získávání a předávání informací a při výměně názorů v rozmanitých tematických oblastech života našeho, anglicky mluvících zemí i příslušníků jiných národností užívajících angličtiny jakožto dorozumívacího prostředku</li> <li>• Tematické oblasti – anglicky mluvící země, jejich tradice, způsob života, kultura a historie, významné osobnosti, bydlení, cestování a doprava, čtení a získávání informací, finance, komunikace a komunikační prostředky, místo, kde žiji, odívání a móda, péče o zdraví, Praha a Česká republika, právo a bezpečí, služby a nakupování, prázdniny a dovolená, rodina, rodinný život a přátelé, sdělovací prostředky, sport a koníčky, studium a budoucí zaměstnání, škola a vzdělání, umění a zábava, volný čas a zájmy, zdravý způsob života a stravování, život v městě a na venkově, životní prostředí a péče o něj, svět kolem nás a aktuální události</li> </ul>

Název předmětu	Anglický jazyk
<p>Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)</p>	<p><b>Metody a formy práce:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• interakce učitel-žák, učitel-skupina, žák-žák při hledání řešení problémů a odpovědí na otázky, získávání a porovnávání názorů v diskuzi, porovnání výsledků vlastního zkoumání</li> <li>• warm-up hry a cvičení</li> <li>• role-play, jazykové hry, písně</li> <li>• nabídka různých typů cvičení dovedností v dané učebnici a cvičebnici</li> <li>• slovníky</li> <li>• mapy a obrazová dokumentace</li> <li>• knihy (krásná literatura, adaptovaná četba, dvojjazyčná vydání, literatura v angličtině) ze školní knihovny a sbírky anglického jazyka</li> <li>• časopisy a programy pro výuku angličtiny</li> <li>• audionahrávky jako součást učebnic, slovníků a doplňkové materiály vlastní</li> <li>• internet</li> <li>• programy jednotlivých nakladatelství (Oxford, Cambridge) doporučené k studijní práci a dostupné kdekoliv</li> <li>• práce v IT učebně</li> <li>• individuální a týmové projekty a jejich prezentace</li> <li>• samostatné domácí studium</li> <li>• autoevaluace</li> <li>• diskusní pořady, odborné exkurze</li> </ul>
<p>Integrace předmětů</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cizí jazyk</li> </ul>
<p>Mezipředmětové vztahy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Český jazyk a literatura</li> <li>• Geografie</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Německý jazyk</li> <li>• Biologie</li> <li>• Dějepis</li> <li>• Konverzace v anglickém jazyce</li> </ul>

Název předmětu	Anglický jazyk
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informatika</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Konverzace v německém jazyce</li> <li>• Seminář z dějepisu 20. století</li> <li>• Literární seminář</li> <li>• Příprava na zkoušky v anglickém jazyce</li> <li>• Seminář z informatiky</li> </ul>
<p>Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků</p>	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žáci jsou vedeni k rozpoznání problému, jeho analýze, vyhodnocení pozitiv a negativ, porovnání a vyhodnocení důsledků, k zaujetí vlastního stanoviska a přijetí ideálních závěrů</li> <li>• Žáci jsou podněcováni k rozvíjení představivosti, intuice a invence, k oproštění se stereotypních postojů a k hledání nových, životaschopných cest v řešení problémových situací</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby se nebáli vlastních, ani jiných názorů a postojů a dovedli o nich smysluplně diskutovat a dospívat k řešení</li> </ul> <p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• člověk je tvor společenský, proto vedeme žáky k tomu, aby se ve své užší i širší skupině chovali vyváženě, respektovali názory a postoje ostatních a dovedli přijmout řešení</li> <li>• žáci se učí promýšlet souvislosti mezi svými právy a povinnostmi, dbát o rozšiřování svých zájmů a poznatků o duchovních a kulturních tradicích a hodnotách svého kraje, své země i světa</li> <li>• žáci jsou vedeni k potřebě aktivně sledovat události světa, ve kterém žijí, a v případě nouze aktivně pomáhat v rámci svých možností</li> </ul> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci se učí cílevědomě se rozhodovat o svém dalším vzdělávání a budoucím profesním zaměření, zvažovat přitom reálně své předpoklady a možnosti a aktivně je rozvíjet</li> <li>• žáci jsou vedeni k tomu, aby své schopnosti ani nepřeceňovali, ani nepodceňovali a aby výsledky své práce uměli poctivě vyhodnotit, jsou vedeni k pracovitosti a pracovní kázní</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby uměli vyhodnocovat informace o nabídkách vzdělání a práce a aby si uměli naplánovat a realizovat postupy, které k jejich dosažení vedou</li> </ul> <p><b>Kompetence k učení:</b></p>

Název předmětu	Anglický jazyk
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby si osvojili správné a efektivní postupy při studiu ve škole i doma a aby si uvědomili význam studia pro rozvoj své osobnosti i své budoucí profese</li> <li>• žáci se učí kritickému výběru informací namísto pasivnímu či reproduktivnímu a důvěře k vlastní úvaze a týmové práci</li> <li>• žáci jsou vedeni ke kritické analýze chyb vlastních, k uvědomění si vlastních kvalit a ke schopnosti spravedlivě ohodnotit postupy a výsledky práce ostatních žáků ve skupině</li> </ul>
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci se učí účinně rozvíjet prostředky komunikace mluvené i písemné, verbální i mimoverbální, včetně způsobů symbolických a grafických, běžné i odborné</li> <li>• žáci jsou vedeni k tomu, aby těchto prostředků v mluveném i písemném projevu užívali přehledně, jasně, srozumitelně, jazykově správně, přiměřeně ke svým dovednostem a zkušenostem, ale též inovativně a citlivě</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby přejímané informace předávali s porozuměním, se zájmem a přesvědčením vůči zkoumanému jevu i vůči posluchačům / čtenářům</li> </ul>
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci se učí posuzovat své fyzické a duševní schopnosti a vzhledem k nim si stanovit cíle a postupy, které je k nim dovedou</li> <li>• žáci jsou vedeni k aktivní spolupráci ve skupině, k vytváření a udržování vztahů podložených vzájemným respektem, tolerancí a odpovědností</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby vzdorovali svévolné manipulaci, pasivnímu přejímání postojů a tlaku průměrnosti</li> </ul>
	<p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému využívání digitálních technologií při osvojování, procvičování a rozvíjení jazykových dovedností v anglickém jazyce</li> <li>• vedeme žáky k efektivnímu vyhledávání, zpracování a porovnávání informací v anglickém jazyce s využitím dostupných digitálních zdrojů a nástrojů</li> <li>• podporujeme žáky v používání online slovníků, jazykových korpusů, aplikací a multimediálních materiálů pro rozvoj poslechových, čtenářských, mluvních a písemných dovedností</li> <li>• vedeme žáky k tvorbě a prezentaci vlastních digitálních výstupů v anglickém jazyce (prezentace, projekty, texty, nahrávky) a k jejich sdílení prostřednictvím vhodných komunikačních platforem</li> </ul>

Název předmětu	Anglický jazyk
	<ul style="list-style-type: none"> <li>učíme žáky dodržovat zásady bezpečného, etického a kultivovaného chování v digitálním prostředí a respektovat autorská práva při využívání jazykových zdrojů</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	<p>Minimální počet známek za pololetí je stanoven na dvojnásobek hodinové týdenní dotace vyučovaného předmětu. Výjimkou je druhé pololetí u maturitního ročníku, zde je nutností získat minimálně 4 známky. Hodnocení v předmětu Anglický jazyk zachovává dosavadní stupně 1, 2, 3, 4, 5 s možností u průběžného hodnocení využít i mezistupňů 1-, 2-, 3-, 4-.</p> <p>Hodnocení je průběžně zapisováno do žákovy elektronické knížky. Slovní hodnocení je možné, nikoliv nutné. Jako funkční je shledáno při hodnocení souvislých písemných projevů nebo jako shrnutí výsledků analýzy vykonané práce.</p> <p>Průběžně v každém pololetí může být žák hodnocen za dílčí testy i cvičný ústní projev, další projektovou práci či za úspěchy ve výukových hrách, jakož i za školní a domácí práci.</p>

Anglický jazyk	1. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence k řešení problémů</li> <li>Kompetence občanská</li> <li>Kompetence k podnikavosti</li> <li>Kompetence k učení</li> <li>Kompetence komunikativní</li> <li>Kompetence sociální a personální</li> <li>Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	- popíše své zážitky z prázdnin	Slovní zásoba: prázdniny, turistika Gramatika: statická a dynamická slovesa, přítomný prostý a průběhový čas, vyjádření budoucího času. přítomná jména končící na -ed/-ing Výslovnost: koncové s a ing
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		

Anglický jazyk	1. ročník	
podrobně popíše své okolí, své zájmy a činnosti s nimi související		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	- popíše fázi života a klíčové životní události - píše krátkou zprávu o své rodině	Slovní zásoba: fáze života, životní události, frázová slovesa Gramatika: kontrast minulých časů, used to, be used to, get used to Výslovnost: used to, -ed
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		
sestaví souvislý text na širokou škálu témat a vyjádří své stanovisko		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	- ovládá slovní zásobu týkající se volného času - pojmenuje aktivity a sporty - mluví o způsobu trávení volného času	Slovní zásoba: koníčky a sporty, sportoviště Gramatika: předpřítomný čas prostý a průběhový Výslovnost: přízvuky
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		
podrobně popíše své okolí, své zájmy a činnosti s nimi související		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	- dokáže vysvětlit co má za zdravotní problém - pojmenuje části lidského těla - dokáže poradit	Slovní zásoba: části těla, časové výrazy, zdravá výživa, homonyma, symptomy; Gramatika: první podmínková věta, modály - could, may, might, will, budoucí průběhový a předbudoucí čas Výslovnost: předpovídání budoucnosti
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce	- pozná rozdíl mezi homonymy	
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		

Anglický jazyk	1. ročník	
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		
postihne zápletku i sled událostí ve filmu či hře		
volně a srozumitelně reprodukuje přečtený nebo vyslechnutý autentický text se slovní zásobou a jazykovými strukturami odpovídajícími náročnějšimu textu		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pojmenuje typy bydlení a části domu</li> <li>- dokáže porovnat objekty</li> <li>- mluví o teoretických a smyšlených událostech</li> <li>- vyjádří přání</li> </ul>	<p>Slovní zásoba: typy bydlení, části domu a zahrady, nábytek                      Gramatika: druhá podmínková věta, vyjádření přání (I wish, If only)                      Výslovnost: zkratky</p>
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		
při setkání s rodilými mluvčími zahájí, vede a zakončí dialog a zapojí se do živé diskuse na různá témata týkající se odbornějších zájmů		
sestaví souvislý text na širokou škálu témat a vyjádří své stanovisko		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Anglický jazyk	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> </ul>	

Anglický jazyk	2. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
<p>adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů</p> <p>čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce</p> <p>formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule</p> <p>komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích</p> <p>využívá různé druhy slovníků, informativní literaturu, encyklopedie a média</p>	<p>- píše o technologiích a specifikách tohoto druhu komunikace</p> <p>- vyjádří množství a kvantitu</p> <p>- vyjádří svůj názor a nesouhlas</p>	<p>Slovní zásoba: technologie a práce s počítačem</p> <p>Gramatika: vyjádření kvantity, vyjádření modality v minulosti</p>
<p>adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů</p> <p>formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule</p> <p>komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích</p> <p>rozlíší v mluveném projevu jednotlivé mluvčí, identifikuje různý styl, citové zabarvení, názory a stanoviska jednotlivých mluvčích</p>	<p>- popíše osobnostní rysy sebe i druhých</p> <p>- nahlíží na problém z různých úhlů pohledu (for and against essay)</p>	<p>Slovní zásoba: podstatná a přídavná jména vyjadřující osobnostní rysy, předložky</p> <p>Gramatika: určující a neurčující vztahné vedlejší věty</p> <p>Výslovnost: vyjádření kontrastu</p>

Anglický jazyk	2. ročník	
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše různé druhy umění, hudební žánry</li> <li>- vypráví o kulturním zážitku</li> <li>- vyjádří, co se mu líbí a nelíbí</li> <li>- oznámí, co právě bylo uděláno</li> </ul>	<p>Slovní zásoba: druhy umění, umělci, kulturní události, hudební žánry</p> <p>Gramatika: trpný rod, neurčitá zájmena, fráze "nechat si něco udělat"</p> <p>Výslovnost: přízvuk</p>
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
odvodí význam neznámých slov na základě již osvojené slovní zásoby, kontextu, znalosti tvorby slov a internacionalismů		
reaguje spontánně a gramaticky správně v složitějších, méně běžných situacích užitím vhodných výrazů a frazeologických obrátů		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše, jak a k čemu využívá mobilní telefon</li> <li>- zhodnotí klady a zápory využívání moderních technologií, sociálních sítí</li> <li>- popíše fotografii a obrázek</li> <li>- napojí text správně a srozumitelně</li> </ul>	<p>Slovní zásoba: kolokace spojené s užíváním mobilních telefonů, sociálních sítí, frázová slovesa, složeniny</p> <p>Gramatika: přímá a nepřímá řeč, slovesa pro nepřímou řeč</p> <p>Výslovnost: napojování</p>
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
identifikuje strukturu textu a rozliší hlavní a doplňující informace		
porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického ústního projevu složitějšího obsahu na aktuální téma, postihne jeho hlavní a doplňující informace		
sestaví souvislý text na širokou škálu témat a vyjádří své stanovisko		
volně a srozumitelně reprodukuje přečtený nebo vyslechnutý autentický text se slovní zásobou a jazykovými strukturami odpovídajícími náročnějšímu textu		
vyjádří a obhájí své myšlenky, názory a stanoviska vhodnou písemnou i ústní formou		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše různé způsoby cestování a dopravy</li> <li>- mluví o svých cestovatelských zkušenostech</li> </ul>	<p>Slovní zásoba: cestování a typy dopravy, kolokace spojené s cestováním, slovesné vzorce</p>

Anglický jazyk	2. ročník	
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule	- identifikuje a využívá pokročilou slovní zásobu podle kontextu	Gramatika: třetí podmínková věta, přechodníky Výslovnost: vyjádření názoru
přednese souvislý projev na zadané téma		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		

Anglický jazyk	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	- mluví o důležitých událostech svého života - popíše své plány i minulé události	Slovní zásoba: fáze života, životní události Gramatika: přítomné a budoucí časy, minulé časy - opakování
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		

Anglický jazyk	3. ročník	
odvodí význam neznámých slov na základě již osvojené slovní zásoby, kontextu, znalosti tvorby slov a internacionalismů		
podrobně popíše své okolí, své zájmy a činnosti s nimi související		
používá bohatou všeobecnou slovní zásobu k rozvíjení argumentace, aniž by redukoval to, co chce sdělit		
s porozuměním přijímá a srozumitelně i gramaticky správně předává obsahově složitější informace		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- je schopen popsat osobností rysy své i svých blízkých</li> <li>- popíše minulé události</li> <li>- rozlišuje formální a neformální jazykové prostředky</li> <li>- je schopen uplatnit v praxi užitečné fráze pro napsání formálního dopisu</li> </ul>	<p>Slovní zásoba: přídavná jména vyjadřující osobnostní rysy                      Gramatika: vazby used to, would, předminulý čas prostý a průběhový                      Psaní: formální dopis</p>
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		
přednese souvislý projev na zadané téma	<ul style="list-style-type: none"> <li>- je schopen popsat emoce své i ostatních</li> <li>- porovnává problém z různých úhlů pohledu</li> <li>- využívá pro psaní eseje</li> <li>- dokáže porovnat různé skutečnosti</li> </ul>	<p>Slovní zásoba: přídavná jména zachycující emoce, idiomatická vyjádření pro emoce                      Gramatika: porovnávací struktury, infinitiv a gerundium                      Psaní: esej na téma pro a proti</p>
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů		
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		
podrobně popíše své okolí, své zájmy a činnosti s nimi související		

Anglický jazyk	3. ročník	
porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického čteného textu či písemného projevu složitějšího obsahu na aktuální téma		
porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického ústního projevu složitějšího obsahu na aktuální téma, postihne jeho hlavní a doplňující informace		
využívá výkladové a odborné slovníky při zpracování písemného projevu na neznámé téma		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozlišuje různé kulturní zvyklosti, typy kultur apod.</li> <li>- dává a přijímá radu, spekuluje</li> </ul>	<p>Slovní zásoba: neverbální komunikace, gramatika, modalita, čas Psaní: blog</p>
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		
přednese souvislý projev na zadané téma		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- mluví o dovolené, porovnává různé typy dovolené</li> <li>- popíše místo dovolené a aktivity</li> </ul>	<p>Slovní zásoba: dovolená, druhy ubytování, kolokace spojené s cestováním Gramatika: budoucí čas průběhový, předbudoucí čas, budoucí časové věty Psaní: stížnost</p>
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		
logicky a jasně strukturuje formální i neformální písemný projev různých slohových stylů		
sestaví souvislý text na širokou škálu témat a vyjádří své stanovisko		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		

Anglický jazyk	3. ročník	
	MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí	
	MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů	
	VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy	
	OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů	
	VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky	
	VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě	
	OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace	
	MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách	
	MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé	

Anglický jazyk	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	- popíše různé typy mezilidských vztahů a vztahy v rodině. - vyjádří svůj názor na přátelství, randění a společenské situace.	Slovní zásoba: vztahy, přátelství, rodina Gramatika: členy a kvantifikátory Psaní: esej
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		

Anglický jazyk	4. ročník	
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše běžné zdravotní problémy a rady při nemoci.</li> <li>- používá správné fráze pro vyjádření rad a doporučení.</li> <li>- porozumí textům a rozhovorům na téma zdraví a životní styl.</li> <li>- je schopen napsat článek</li> </ul>	Slovní zásoba: zdravý životní styl Gramatika: trpný rod Psaní: článek
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
identifikuje strukturu textu a rozliší hlavní a doplňující informace		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		
s porozuměním přijímá a srozumitelně i gramaticky správně předává obsahově složitější informace		
využívá výkladové a odborné slovníky při zpracování písemného projevu na neznámé téma		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozlišuje pravdivé a nepravdivé informace v textu nebo rozhovoru.</li> <li>- používá nepřímou řeč s různými slovesy (reporting verbs).</li> <li>- kriticky vyhodnotí situaci a navrhne řešení</li> </ul>	Slovní zásoba: lhaní, komunikace Gramatika: nepřímá řeč, nepřímá otázka Psaní: vyprávění
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích		
přednese souvislý projev na zadané téma		
sestaví souvislý text na širokou škálu témat a vyjádří své stanovisko		
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kriticky hodnotí a popisuje globální problémy</li> <li>- je schopen hovořit o možných důsledcích lidského chování</li> </ul>	Slovní zásoba: protesty, politika, kolokace s ní spojené Gramatika: podmínkové věty, smíšené podmínkové věty Psaní: zpráva
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce		

Anglický jazyk	4. ročník		
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule	- efektivně komunikuje o příčinách a následcích chování, kriticky hodnotí možnosti, jak se jim dalo předcházet		
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích			
podrobně popíše své okolí, své zájmy a činnosti s nimi související			
přednese souvislý projev na zadané téma			
sestaví souvislý text na širokou škálu témat a vyjádří své stanovisko			
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	- popíše nákupní zvyky, spotřební chování a reklamu. - vyjádří souhlas a nesouhlas s názory na utrácení a reklamu.	Slovní zásoba: nakupování Gramatika: důraz, spojky a předložky Psaní: zpráva	
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce			
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule			
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích			
logicky a jasně strukturuje formální i neformální písemný projev různých slohových stylů			
přednese souvislý projev na zadané téma			
vyhledá a shromáždí informace z různých textů na méně běžné, konkrétní téma a pracuje se získanými informacemi			
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>			
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce			
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace			
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti			
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne			
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě			

Anglický jazyk	4. ročník
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Problematika vztahů organismů a prostředí	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí	

## 5.3 Další cizí jazyk

### 5.3.1 Německý jazyk

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
3	3	3	3	12
Volitelný	Volitelný	Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Německý jazyk
Oblast	Jazyk a jazyková komunikace
Charakteristika předmětu	Němčina se vyučuje jako další cizí jazyk od prvního do čtvrtého ročníku s dotací tři hodiny týdně v každém ročníku. V posledních dvou ročnících si mohou žáci vybrat z nabídky volitelných seminářů ještě německou konverzaci, a to buď jako dvouletý seminář s dotací dvě hodiny týdně, nebo jako roční seminář s dotací tři hodiny. Žáci jsou v rámci možností našeho gymnázia děleni do skupin na více či méně pokročilé, popřípadě začátečníky, podle toho, jakou jazykovou přípravou prošli v předchozím stupni vzdělání. V souladu se svou počáteční úrovní získají žáci během čtyř let jazykové dovednosti na úrovni B 1 nebo A 2 – B 1 podle Společného evropského referenčního rámce pro jazyky. Obsahem výuky je ústní a písemné vyjadřování v

Název předmětu	Německý jazyk
	<p>cizím jazyce a porozumění jeho psané a mluvené formě. Zároveň žáci poznávají způsoby, jak se mohou cizímu jazyku učit, což vytváří dobrý základ pro jejich další sebevzdělávání po skončení střední školy. Specifikum němčiny v našem regionu je to, že je to jazyk národů bezprostředně s námi sousedících, a tudíž jazyk, který mohou žáci velmi často použít v praxi při turistických kontaktech nebo později v zaměstnání. Naše škola využívá už léta možností, které nám dává blízkost německy mluvících zemí, pro exkurze a společné projekty se žáky v SRN a v Rakousku. Rozvíjíme spolupráci s partnerskou školou ASG v Pasově a s Euregiem Bayerischer Wald – Šumava ve Freyungu, s jehož podporou mohou naši žáci absolvovat roční studijní pobyty na gymnáziích v Bavorsku, nejčastěji ve Furstenzellu. Sousedství s německy mluvícími národy má aspekt nejen současný, geograficko-hospodářský, ale také historický a kulturně-historický. Výuka němčiny a budování kontaktů s německými občany je i jednou z cest vedoucích k odstranění dosud přetrvávající nedůvěry mezi Čechy a Němci.</p> <p>Při výuce němčiny využíváme z hlediska lingvistického mezipředmětové vztahy s českým jazykem, případně s jinými cizími jazyky. Při práci s texty a jinými mediálními materiály různého obsahu se objevují styčné body s dalšími předměty – těchto mezipředmětových vztahů, např. s dějepisem, zeměpisem nebo biologií v oblasti environmentální výchovy využíváme mimo jiné při práci na menších či větších projektech.</p> <p><b>Nadaní žáci a SPUCH:</b> Nadané žáky povzbuzujeme např. k samostatné četbě, k účasti na jazykových soutěžích. Se žáky, kteří mají speciální vzdělávací potřeby, pracujeme individuálně po konzultaci s výchovným poradcem, pedagogicko-psychologickou poradnou, případně odborným lékařem.</p> <p><b>Výchovně-vzdělávací strategie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky ke komunikaci jako prostředku vzájemného dorozumění a pochopení v Evropě a ve světě</li> <li>• zdůrazňujeme dovednost číst, práci s textem grafickým i poslechovým pro získávání informací z cizojazyčné literatury a dalších médií</li> </ul>
<p>Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)</p>	<p><b>Metody a formy práce:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• používáme různé metody výuky, jako je výuka frontální, ve dvojicích i skupinová</li> <li>• nezbytný výklad učitele doplňují žáci samostatným hledáním pravidel a řešení</li> <li>• poslechové dovednosti nacvičujeme s pomocí audiopomůcek</li> <li>• pro nácvik ústního i písemného projevu využíváme obrázky, tabulky, slovníky, mapy, video nebo počítačové programy, nacvičujeme vytváření textů různých typů (dialog, líčení, zpráva, věcný text, graf, tabulka)</li> </ul>

Název předmětu	Německý jazyk
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zadáváme projektové práce</li> <li>• využíváme nabídek Goethe-centra pro obohacení výuky novými prvky</li> <li>• aktivní účast v diskusních pořadech, na odborných exkurzích, jazykově-poznávacích zájezdech</li> <li>• nácvik poslechových dovedností s pomocí audiopomůcek, videa, počítačových programů</li> <li>• nácvik ústního i písemného projevu, vytváření textů různých typů (dialog, líčení, zpráva, věcný text) s pomocí autentických textů v časopisech, obrazového materiálu, grafů, výukových filmů</li> <li>• využití počítačových programů pro nácvik a opakování jazykových struktur</li> <li>• obohacení výuky novými prvky z nabídek vzdělávacích a kulturních akcí Goethe-centra a jiných institucí</li> <li>• rozvíjení tvořivosti v projektové práci buď individuální, nebo skupinové</li> <li>• účastníme se diskusních pořadů, odborných exkurzí</li> </ul>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Český jazyk a literatura</li> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Geografie</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Dějepis</li> <li>• Konverzace v německém jazyce</li> <li>• Informatika</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Seminář z dějepisu 20. století</li> <li>• Literární seminář</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• novou látku podáváme s nezbytným výkladem, ale podněcujeme žáky k samostatnému vyvozování pravidel a k hledání řešení</li> <li>• vedeme je k uvědomělému učení a k samostatné práci s učebnicí, slovníkem a jinými výukovými materiály</li> </ul> <p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• chováme se jako učitelé tak, aby naše postoje mohly být žákům vzorem. Zdůrazňujeme slušnost, skromnost, úctu k hodnotám, k práci ostatních, ke starší generaci</li> </ul>

Název předmětu	Německý jazyk
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• s jazykem učíme žáky o kultuře jiného národa, s tímto poznáním se učí toleranci k odlišnému kulturnímu prostředí německy mluvících zemí</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby svým chováním a vystupováním v cizině (studijní výměnné pobyty, exkurze apod.) důstojně reprezentovali české občanství</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k uvědomění si toho, že ovládnutí dalšího cizího jazyka je důležité pro dosažení jejich profesních cílů</li> <li>• němčina jim může být prospěšná při vysokoškolském studiu v německy mluvících zemích i při pracovním uplatnění v cizině, popř. v České republice u zahraničního zaměstnavatele.</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatné práci s učebnicí a s materiály, k uvědomělému učení (co se učí, a proč), učíme je prakticky aplikovat mluvnická pravidla, hledat je v gramatických přehledech (tabulkách), zjišťovat významy slov ve dvojjazyčném slovníku</li> <li>• novou látku podáváme s nezbytným výkladem, ale podněcujeme žáky k samostatnému vyvozování pravidel a k hledání řešení</li> <li>• motivací je praktické použití jazyka zejména při dorozumívání v cizojazyčném prostředí</li> </ul>
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky ke zvládnutí všech čtyř jazykových dovedností, tj. porozumění psanému a mluvenému jazyku, mluvení a psaní, v psaném a mluveném projevu upřednostňujeme srozumitelnost sdělení před mluvnickou přesností</li> <li>• reprodukce učební látky je jen nácviková fáze, snahou je rozvíjet řečové dovednosti v různých konverzačních tématech (rodina, přátelé, lidské vztahy, volný čas, zájmy apod.) a získávat znalosti z reálií</li> <li>• učíme žáky vyjadřovat se srozumitelně a logicky</li> </ul>
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby přemýšleli o sobě, o svém vztahu k okolnímu světu. Kriticky s nimi posuzujeme texty a jejich náměty, srovnáváme je s realitou naší země v aktuální době, v našem společenském a kulturním klimatu</li> <li>• s pomocí našeho hodnocení – prostřednictvím známek, slovního hodnocení, pochval nebo kritiky – učíme žáky hodnotit sami sebe. Orientací pro autoevaluaci je též srovnání s ostatními spolužáky</li> </ul>

Název předmětu	Německý jazyk
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• při komunikaci ve třídě učíme žáky vzájemně se poslouchat a reagovat na slyšený projev. Vedeme je k tomu, aby se hlásili o slovo a dodržovali pravidla kolektivního dorozumívání spolu s pravidly slušného chování</li> <li>• při skupinové (např. projektové) práci rozvíjíme v žácích vědomí odpovědnosti za společnou práci, pochopení individuálního přínosu každého člena skupiny, ochotu pomoci slabším</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému využívání digitálních technologií při osvojování a procvičování německého jazyka, k efektivnímu vyhledávání, zpracování a sdílení informací v německém jazyce</li> <li>• vedeme žáky k využívání online slovníků, výukových aplikací, multimediálních materiálů a jazykových korpusů pro rozvoj poslechových, mluvních, čtenářských a písemných dovedností</li> <li>• podporujeme žáky v tvorbě vlastních digitálních výstupů v německém jazyce (prezentace, projektové práce, záznamy, texty aj.) a v jejich sdílení prostřednictvím bezpečných komunikačních kanálů</li> <li>• vedeme žáky k respektování autorských práv, etických zásad a bezpečného chování v digitálním prostředí při využívání zdrojů a materiálů v cizím jazyce</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	<p>Minimální počet známek za pololetí je stanoven na dvojnásobek hodinové týdenní dotace vyučovaného předmětu. Výjimkou je druhé pololetí u maturitního ročníku, zde je nutností získat minimálně 4 známky. Používáme tradiční stupnici známek 1 až 5.</p> <p>Hodnocení se zakládá na ústním a písemném zkoušení. Vzhledem k tomu, že výstupní dovednosti jsou mluvení, psaní, čtení a poslech s porozuměním, zkoušíme a hodnotíme:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• jednou za každé pololetí samostatný ústní projev,</li> <li>• jednou za každé pololetí test na porozumění slyšenému nebo psanému textu,</li> <li>• jednou za rok souvislý písemný projev na základě probraných témat.</li> <li>• v závislosti na struktuře učebnice zařazujeme ke každé lekci test nebo ústní zkoušení probírané látky.</li> </ul>

Německý jazyk	1. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> </ul>	

Německý jazyk	1. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
odhadne význam neznámých slov na základě již osvojené slovní zásoby a kontextu	- rozumí větám a často používaným výrazům vztahujícím se k oblastem, které se ho bezprostředně týkají	představení se, slovní zásoba k okruhům věci a lidé kolem nás, členy substantiv; fonetika - správná výslovnost a intonace, členy substantiv
rozumí hlavním bodům či myšlenkám autentického ústního projevu i psaného textu na běžné a známé téma		
formuluje svůj názor ústně i písemně na jednoduché, běžné téma srozumitelně, gramaticky správně a stručně	- pochopí smysl jednoduchého textu v učebnici nebo upraveného autentického textu týkajícího se probrané slovní zásoby a umí v něm najít požadované informace, umí samostatně promluvit na dané téma	Vizitka, jednoduchý přihlašovací formulář, w-otázky, osobní zájmena, pravidelná slovesa, novinový článek
srozumitelně reprodukuje přečtený nebo vyslechnutý, méně náročný autentický text se slovní zásobou na běžná témata		
využívá překladové slovníky při zpracování písemného projevu na méně běžné téma	- používá dvojjazyčné slovníky	rodina a přátelé - členové rodiny, jednoduché představení a údaje k osobám
využívá různé druhy slovníků při čtení nekomplikovaných faktografických textů		
vysvětlí gramaticky správně své názory a stanoviska písemnou i ústní formou a v krátkém a jednoduchém projevu na téma osobních zájmů nebo každodenního života	- hovoří gramaticky a foneticky správně, uvede základní časové údaje	interview, inzerát předložka in, číslovky
reaguje adekvátně a gramaticky správně v běžných, každodenních situacích užitím jednoduchých, vhodných výrazů a frazeologických obrátů	- hovoří, tvoří jednoduchá souvětí	nepravidelná slovesa, svět, jazyky, národnosti
s jistou mírou sebedůvěry komunikuje foneticky správně s použitím osvojené slovní zásoby a gramatických prostředků	- vede krátké dialogy, hovoří o koničkách	bydlení, popis bytu/domu a zařízení, další nepravidelná slovesa, negace

Německý jazyk	1. ročník	
reaguje adekvátně a gramaticky správně v běžných, každodenních situacích užitím jednoduchých, vhodných výrazů a frazeologických obrátů	- umí řadu obrátů společenského styku, které mu umožňují domluvit se v některých situacích každodenního života: pozdravit, zeptat se na cestu, omluvit se, něco koupit apod.	substantiva bez členu, plurál substantiv, spojky souřadící
s jistou mírou sebedůvěry komunikuje foneticky správně s použitím osvojené slovní zásoby a gramatických prostředků	- umí vést s učitelem nebo spolužákem jednoduchý rozhovor na téma dotýkající se jeho osoby (záliby, schůzka, nakupování apod. podle tematických okruhů učebnice)	jednoduchý telefonní rozhovor, slovesa s odlučitelnou předponou
shrne a ústně i písemně sdělí běžné, obsahově jednoduché informace	- ústně i písemně umí podat jednoduchou informaci a požádat o ni	můj den denní aktivity, časové údaje, předložky škola
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		

Německý jazyk	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
identifikuje strukturu jednoduchého textu a rozliší hlavní informace	- pochopí smysl jednoduchého textu týkajícího se běžných témat, umí v něm vyhledat požadované informace	volný čas, povolání a práce, aktivity ve škole, rozhovor v restauraci

Německý jazyk	2. ročník	
odhadne význam neznámých slov na základě již osvojené slovní zásoby a kontextu	- umí odhadnout význam neznámých slov v textu podle souvislosti nebo na základě znalostí internacionalismů, anglicismů apod.	počasí, roční období, světové strany, realie německy mluvících zemí, přivlastňovací zájmena,
využívá různé druhy slovníků při čtení nekomplikovaných faktografických textů	- správně používá dvojjazyčné slovníky	pozvánky – čtení a odpověď
rozliší v mluveném projevu jednotlivé mluvčí, identifikuje různé styly a citová zabarvení promluvy	- rozumí mluvenému projevu učitele a standardním zvukovým nahrávkám k učebnici	zprávy o počasí, v cizím městě, na hotelové recepci, zájmeno als
zapojí se, případně s menšími obtížemi, do rozhovoru s rodilými mluvčími na běžné a známé téma v předvídatelných každodenních situacích	- umí komunikovat pomocí jednoduchých vyjadřovacích prostředků v běžných životních situacích - dokáže po přípravě vést s učitelem nebo spolužákem rozhovor o skutečnostech blízkých jeho zájmům	rozhovor při nakupování, svátky, zdraví, životní styl, jídlo
jednoduše a souvisle popíše své okolí, své zájmy a činnosti s nimi související	- jednoduše a souvisle popíše své denní program a své zájmy	denní program
sestaví ústně i písemně souvislý text na jednoduché téma jako lineární sled myšlenek	- sestaví písemně i ústně jednoduché sdělení o věcech a situacích, které odrážejí jeho svět a zájmy (v rozsahu probíraných tematických okruhů a gramatiky)	pravopis – interpunkce, doch v odpovědi, modální slovesa
srozumitelně reprodukuje přečtený nebo vyslechnutý, méně náročný autentický text se slovní zásobou na běžná témata	- umí reprodukovat texty přiměřené úrovně obtížnosti, vyjádřit jejich hlavní myšlenky	postoj, názor, stanovisko – souhlas, nesouhlas, svolení, prosba, odmítnutí, zákaz, příkaz, možnost, perfektum a préteritum pomocných sloves
užívá různé techniky čtení dle typu textu a účelu čtení		
užívá různé techniky čtení dle typu textu a účelu čtení	- dokáže pracovat s obrazovým podnětem, s grafem	samostatný ústní projev – popis, srovnání, vyprávění, krátké oznámení
využívá překladové slovníky při zpracování písemného projevu na méně běžné téma	- při písemném projevu pracuje s pomocí dvojjazyčného slovníku	zprávy v lokálních novinách, neobvyklá povolání, zeměpisné názvy, jednoduchý mail/dopis
s jistou mírou sebedůvěry komunikuje foneticky správně s použitím osvojené slovní zásoby a gramatických prostředků	- vede krátký dialog, popíše místo	ve městě – otázky na cestu, oblečení, cestování
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		

Německý jazyk	2. ročník	
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		

Německý jazyk	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
s jistou mírou sebedůvěry komunikuje foneticky správně s použitím osvojené slovní zásoby a gramatických prostředků	- vede krátký dialog, popíše místo	ve městě - otázky na cestu, oblečení, cestování spojky dass a weil
odhadne význam neznámých slov na základě již osvojené slovní zásoby a kontextu	- pochopí smysl jednoduchého i autentického textu týkajícího se běžných témat, umí v něm vyhledat požadované informace	svátky, vzhled, nemoci, místní údaje
odhadne význam neznámých slov na základě již osvojené slovní zásoby a kontextu	- porozumí textu nebo promluvě s malým množstvím neznámých výrazů, pokud nejsou rozhodující pro pochopení sdělení	jízdní řád, dopravní prostředky, na nádraží
odhadne význam neznámých slov na základě již osvojené slovní zásoby a kontextu	- umí odhadnout význam neznámých slov v textu podle souvislosti nebo na základě dosavadních jazykových znalostí	v obchodě, rozhovor prodavač – zákazník
reaguje adekvátně a gramaticky správně v běžných, každodenních situacích užitím jednoduchých, vhodných výrazů a frazeologických obrátů	- umí komunikovat přímou výměnou konkrétních informací v běžných životních situacích	zdvořilá otázka a odpověď, časové předložky, předložky ve spojení s pádem, tázací a vztažná zájmena, osobní zájmena, řadové číslovky životopis, zájmenná příslovce
s jistou mírou sebedůvěry komunikuje foneticky správně s použitím osvojené slovní zásoby a gramatických prostředků		

Německý jazyk	3. ročník	
srozumitelně reprodukuje přečtený nebo vyslechnutý, méně náročný autentický text se slovní zásobou na běžná témata	- dokáže (po přípravě) vést s učitelem nebo spolužákem rozhovor na zadané probírané téma	německy mluvící země - kultura, zeměpisné názvy zvrtná slovesa
logicky a jasně strukturuje středně dlouhý písemný projev, formální i neformální text na běžné či známé téma	- umí bez přípravy podat jednoduché sdělení o tématech, která souvisejí s každodenním životem, přitom poměrně správně používá základní mluvnické a lexikální prostředky	počasí, skladba - vedlejší věty vztažné
reaguje adekvátně a gramaticky správně v běžných, každodenních situacích užitím jednoduchých, vhodných výrazů a frazeologických obrátů	- umí reprodukovat, shrnout, okomentovat texty přiměřené úrovni obtížnosti	vlastní jména v genitivu, perfektum a préteritum pravidelných a nepravidelných sloves
jednoduše a souvisle popíše své okolí, své zájmy a činnosti s nimi související	- dokáže napsat s pomocí slovníku jednoduchý souvislý písemný projev na téma blízké jeho životní zkušenosti	informační text, domluvit si termín schůzky, záliby a hodnocení – zdůvodnění, zážitky z cest, minulý čas sloves s odlučitelnou i neodlučitelnou předponou
sestaví ústně i písemně souvislý text na jednoduché téma jako lineární sled myšlenek		
shrne a ústně i písemně sdělí běžné, obsahově jednoduché informace		
využívá překladové slovníky při zpracování písemného projevu na méně běžné téma	- používá dvojjazyčné, případně výkladové slovníky pro výuku němčiny jako cizího jazyka	písemná sdělení, blahopřání, rodokmen
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		

Německý jazyk	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> </ul>	

Německý jazyk	4. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
užívá různé techniky čtení dle typu textu a účelu čtení	- adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	opakování a prohlubování dosavadních tematických oblastí, texty písní, novinové články, nabídky kurzů dalšího vzdělávání
sestaví ústně i písemně souvislý text na jednoduché téma jako lineární sled myšlenek	- vysvětlí gramaticky správně své názory a stanoviska písemnou i ústní formou a v krátkém a jednoduchém projevu na téma osobních zájmů nebo každodenního života	médiá – noviny, rozhovory se známými i neznámými lidmi, pozvání
reaguje adekvátně a gramaticky správně v běžných, každodenních situacích užitím jednoduchých, vhodných výrazů a frazeologických obrátů	- reaguje adekvátně a gramaticky správně v běžných, každodenních situacích užitím jednoduchých, vhodných výrazů a frazeologických obrátů	spojky podřadící, neurčitá zájmena, konjunktiv II, zvrtná zájmena, sloveso s předložkou, rozšíření min. času – perfektum, préteritum
s jistou mírou sebedůvěry komunikuje foneticky správně s použitím osvojené slovní zásoby a gramatických prostředků	- s jistou mírou sebedůvěry komunikuje foneticky správně s použitím osvojené slovní zásoby a gramatických prostředků	stravovací zvyky, sport, vzdělání a kariéra, svátky a dárky, činnosti v domácnosti
zapojí se, případně s menšími obtížemi, do rozhovoru s rodilými mluvčími na běžné a známé téma v předvídatelných každodenních situacích	- zapojí se, případně s menšími obtížemi, do rozhovoru s rodilými mluvčími na běžné a známé téma v předvídatelných každodenních situacích	novodobá historie a aktuální politické dění
formuluje svůj názor ústně i písemně na jednoduché, běžné téma srozumitelně, gramaticky správně a stručně	- vyjádří a obhájí své myšlenky, názory a stanoviska vhodnou písemnou i ústní formou	multikulturní svět, rozhovor ve škole a na pracovišti, životopis, vyjádření pocitu a zájmu, prosba a doporučení, sváteční zvyky,
jednoduše a souvisle popíše své okolí, své zájmy a činnosti s nimi související		
sestaví ústně i písemně souvislý text na jednoduché téma jako lineární sled myšlenek		
shrne a ústně i písemně sdělí běžné, obsahově jednoduché informace		

Německý jazyk	4. ročník	
reaguje adekvátně a gramaticky správně v běžných, každodenních situacích užitím jednoduchých, vhodných výrazů a frazeologických obrátů	- dokáže vést plynulý rozhovor na zadané téma	kultura - hudba, příchod minulého jako přívlastek
logicky a jasně strukturuje středně dlouhý písemný projev, formální i neformální text na běžné či známé téma	- rozumí různorodým německým textům	literatura, budoucí čas; kultura, školství
sestaví ústně i písemně souvislý text na jednoduché téma jako lineární sled myšlenek		
reaguje adekvátně a gramaticky správně v běžných, každodenních situacích užitím jednoduchých, vhodných výrazů a frazeologických obrátů	- dokáže pohovořit o své budoucnosti, správně využít budoucího času	budoucnost, emoce – libost/nelibost, zájem/nezájem, radost/zklamání, překvapení, údiv, obava, vděčnost
využívá různé druhy slovníků při čtení nekomplikovaných faktografických textů	- srozumitelně reprodukuje přečtený nebo vyslechnutý, méně náročný autentický text se slovní zásobou na běžná témata	administrativa, úřad, nepřímé otázky, formální dopis, žádost, jednoduchý inzerát, služby, obchody, nákupní střediska, trhy, časové dvojdílné spojky, zboží, slova složená a sousloví
logicky a jasně strukturuje středně dlouhý písemný projev, formální i neformální text na běžné či známé téma	- sestaví ústně i písemně souvislý text na jednoduché téma jako lineární sled myšlenek	příběh, stručný popis; formální i neformální rozhovor, inf. s zu; korespondence, supletivnost, řízenost, shoda
sestaví ústně i písemně souvislý text na jednoduché téma jako lineární sled myšlenek		
shrne a ústně i písemně sdělí běžné, obsahově jednoduché informace		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		

## 5.4 Matematika

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
4	4	3	4	15
Povinný	Povinný	Povinný	Povinný	

Název předmětu	Matematika
Oblast	Matematika a její aplikace
Charakteristika předmětu	<p>Vzdělávací obsah předmětu Matematika vychází z oblasti Matematika a její aplikace podle Rámcového vzdělávacího programu pro gymnázia (RVP G, 2022).</p> <p>Výuka je zaměřena na rozvoj logického, abstraktního a tvořivého myšlení, schopnosti přesně se vyjadřovat a samostatně řešit problémy.</p> <p>Těžiště výuky spočívá v osvojení strategií řešení úloh a problémů, v pochopení a používání matematických pojmů a vztahů, v rozvoji schopnosti aplikovat poznatky v praxi a v jiných oblastech vzdělávání.</p> <p>Důležitou součástí je rozvoj geometrické představivosti v rovině i prostoru, včetně využívání digitálních technologií a počítačových nástrojů (např. GeoGebra, tabulkové procesory).</p> <p>Žáci postupně získávají přehled o všech základních oblastech středoškolské matematiky, učí se chápat vzájemné souvislosti mezi jednotlivými tematickými celky i propojení matematiky s ostatními vědními disciplínami a reálným životem.</p> <p>Součástí výuky je podpora účasti žáků v matematických soutěžích a rozvoj zájmu o matematiku prostřednictvím projektů, logických her a aplikací.</p> <p><b>Práce s žáky se specifickými potřebami a nadanými žáky</b></p> <p><b>Nadaní žáci:</b></p> <p>Jsou motivováni k účasti v matematických soutěžích (např. Matematická olympiáda, Logická olympiáda, Matematický klokan). Na základě individuálních konzultací jsou vedeni k hlubšímu porozumění pojmům, k samostatnému objevování a k rozvoji zájmu o obor.</p> <p><b>Žáci se speciálními vzdělávacími potřebami:</b></p> <p>Po konzultaci s výchovným poradcem, zákonnými zástupci (příp. pracovníky pedagogicko-psychologické poradny) řešíme individuální potřeby žáka.</p>

Název předmětu	Matematika
	<p><b>Výchovně-vzdělávací strategie</b>  Výuka směřuje k rozvoji klíčových kompetencí definovaných v RVP.  Učitel zejména:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vede žáky k využívání matematických poznatků a dovedností v praktických činnostech (odhady, měření, orientace, modelování reálných situací),</li> <li>• rozvíjí paměť, představivost a přesnost prostřednictvím numerických výpočtů, algoritmů a vzorců,</li> <li>• podporuje logické, kombinatorické a kritické myšlení, vede žáky k věcné argumentaci a formulaci závěrů,</li> <li>• rozvíjí abstraktní a exaktní myšlení prostřednictvím práce s pojmy, vztahy a důkazy,</li> <li>• vede žáky k porozumění složitosti reálného světa a k matematickému modelování situací,</li> <li>• podporuje samostatnost, systematickosti, vytrvalost a přesnost při řešení úloh,</li> <li>• učí žáky formulovat hypotézy, ověřovat je a zdůvodňovat závěry,</li> <li>• rozvíjí schopnost přesného a stručného vyjadřování pomocí matematického jazyka a symboliky,</li> <li>• podporuje spolupráci a týmovou práci při řešení aplikovaných úloh,</li> <li>• klade důraz na deduktivní i induktivní postupy a jejich propojení,</li> <li>• vede žáky k prezentaci a obhajobě vlastních řešení, k diskusím o různých postupech,</li> <li>• systematicky rozvíjí mezipředmětové vztahy (zejména s fyzikou, informatikou a ekonomikou),</li> <li>• podporuje účast žáků v soutěžích a rozvíjí jejich motivaci k dalšímu studiu matematiky,</li> <li>• vede žáky k zodpovědnosti za včasné plnění úkolů a k soustavné sebekontrolě.</li> </ul>
<p>Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)</p>	<p>Výuka matematiky je zaměřena na aktivní zapojení žáků, rozvoj logického myšlení, přesnosti a samostatnosti. Učitel volí metody a formy práce s ohledem na cíle výuky a úroveň žáků.</p> <p><b>Metody práce:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• výklad, procvičování, práce s chybou,</li> <li>• problémové a projektové vyučování, objevování a badatelské metody,</li> <li>• využití digitálních technologií a vizualizace (např. GeoGebra, tabulkové procesory),</li> <li>• diskuse, argumentace, prezentace výsledků.</li> </ul> <p><b>Formy práce:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frontální, skupinová a individuální práce,</li> <li>• projektová a praktická činnost,</li> </ul>

Název předmětu	Matematika
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• práce v online prostředí,</li> <li>• soutěžní a motivační aktivity.</li> </ul> <p>Výuka podporuje aktivní učení, spolupráci, tvořivost a propojení matematiky s reálným životem.</p>
Integrace předmětů	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matematika</li> </ul>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seminář z matematiky</li> <li>• Seminář z matematiky PLUS</li> <li>• Informatika</li> <li>• Fyzika</li> <li>• Chemie</li> <li>• Geografie</li> <li>• Seminář z fyziky</li> <li>• Seminář z fyziky lékařských věd</li> <li>• Seminář z informatiky</li> </ul>
<p>Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků</p>	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b>                  Žák je veden a podporován k porozumění zadání úlohy, rozpoznání její podstaty a plánování postupu řešení. Je motivován k hledání různých způsobů řešení, k porovnávání jejich účinnosti a k vyvozování závěrů na základě logických úvah. Je veden k využívání různých metod, nástrojů a digitálních technologií při řešení matematických problémů. Je podporován v aplikaci poznatků na reálné situace a při ověřování správnosti výsledků.</p> <p><b>Kompetence občanská:</b>                  Žák je veden k využívání matematických poznatků při orientaci v údajích o společenských a ekonomických jevech (statistiky, grafy, rozpočty). Je motivován ke kritickému hodnocení informací a dat z různých zdrojů. Je podporován v chápání souvislostí mezi matematikou, technickým rozvojem a odpovědným chováním vůči společnosti i životnímu prostředí.</p> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b>                  Žák je veden k využívání matematických znalostí při plánování, organizaci a hodnocení vlastních činností. Je podporován v praktické aplikaci matematiky v běžném životě (rozpočet, procenta, úrok, data). Je motivován k samostatnému rozhodování, vytrvalosti a dokončování započaté práce. Je veden k odhadování rizik a posuzování důsledků různých variant řešení.</p>

Název předmětu	Matematika
	<p><b>Kompetence k učení:</b> Žák je veden k plánování vlastního učení, sleduje svůj pokrok a využívá zpětnou vazbu. Je podporován v pochopení souvislostí a propojuje nové poznatky s dřívějšími zkušenostmi. Je motivován k využívání různých zdrojů informací (učebnice, internet, software) a k samostatnému objevování. Je veden k vytrvalosti při řešení obtížnějších úloh a k učení z vlastních chyb.</p> <p><b>Kompetence komunikativní :</b> Žák je veden k jasnému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Je podporován v používání správné matematické terminologie, symbolů a zápisů. Je motivován k vysvětlování svých postupů spolužákům, obhajobě výsledků pomocí argumentů a k prezentaci řešení prostřednictvím grafů, tabulek a diagramů.</p> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b> Žák je veden ke spolupráci při řešení skupinových úloh a projektů. Je podporován v naslouchání, respektování názorů druhých a přijímání zpětné vazby. Je motivován k sebereflexi vlastního postupu a k zodpovědnému přístupu ke společné práci.</p> <p><b>Kompetence digitální:</b> Žák je veden k efektivnímu využívání digitálních technologií při zpracování a vizualizaci dat. Je podporován v bezpečném a etickém používání digitálních nástrojů a aplikací. Je motivován k samostatnému vyhledávání, zpracování a sdílení informací v digitálním prostředí. Je veden k používání softwaru pro modelování a ověřování matematických jevů.</p>
Způsob hodnocení žáků	<p>Způsoby hodnocení – klasifikační stupnicí 1-5, vychází z klasifikačního řádu školy. Při klasifikaci ve vyučovacím předmětu matematika se v souladu s požadavky učebních osnov hodnotí:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• minimální počet známek odpovídá dvojnásobku týdenní hodinové dotace (výjimkou je druhé pololetí maturitního ročníku, kdy stačí získat minimálně 3 známky)</li> <li>• max 4 čtvrtletní/tematické práce za celý školní rok (známka s váhou 8 až 9)</li> <li>• dílčí tematické testy cca 20 min (známka s váhou 4 až 5), oznamují se předem</li> <li>• drobné desetiminutovky (známka s váhou 1 až 3), bez ohlášení</li> <li>• hodnocení předmětových soutěží (známka s váhou dle náročnosti a úspěšnosti)</li> <li>• navíc 1. až 3. ročník VG srovnávací test (známka s váhou 8 až 9)</li> </ul> <p>Je nutné, aby žák byl klasifikován v každém probíraném celku.</p>

Matematika	1. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
čte a zapisuje tvrzení v symbolickém jazyce matematiky	- čte a zapisuje tvrzení v symbolickém jazyce matematiky	Základní poznatky z matematiky – výrok, definice, věta, důkaz.
rozliší definici a větu, rozliší předpoklad a závěr věty	- užívá správně logické spojky a kvantifikátory	Množiny – inkluze a rovnost množin, operace s množinami.
rozliší správný a nesprávný úsudek	- rozliší definici a větu, rozliší předpoklad a závěr věty	Výroková logika.
užívá správně logické spojky a kvantifikátory	- rozliší správný a nesprávný úsudek	
vytváří hypotézy, zdůvodňuje jejich pravdivost a nepravdivost, vyvrací nesprávná tvrzení	- vytváří hypotézy, zdůvodňuje jejich pravdivost a nepravdivost, vyvrací nesprávná tvrzení	
zdůvodňuje svůj postup a ověřuje správnost řešení problému	- zdůvodňuje svůj postup a ověřuje správnost řešení problému	
odhaduje výsledky numerických výpočtů a efektivně je provádí, účelně využívá kalkulátor	- - užívá vlastnosti dělitelnosti přirozených čísel	Číselné obory – přirozená, celá, racionální a reálná čísla
operuje s intervaly, aplikuje geometrický význam absolutní hodnoty	- operuje s intervaly, aplikuje geometrický význam absolutní hodnoty	Mocniny – mocniny s přirozeným, celým exponentem, odmocniny
provádí operace s mocninami a odmocninami, upravuje číselné výrazy	- provádí operace s mocninami a odmocninami, upravuje číselné výrazy	
užívá vlastnosti dělitelnosti přirozených čísel	- odhaduje výsledky numerických výpočtů a efektivně je provádí, účelně využívá kalkulátor	
modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí	- upravuje efektivně výrazy s proměnnými, určuje definiční obor výrazu	Výrazy s proměnnými – mnohočleny, lomené výrazy, výrazy s mocninami a odmocninami
rozkládá mnohočleny na součin vytýkáním a užitím vzorců, aplikuje tuto dovednost při řešení rovnic a nerovnic	- rozkládá mnohočleny na součin vytýkáním a užitím vzorců, aplikuje tuto dovednost při řešení rovnic a nerovnic	
upravuje efektivně výrazy s proměnnými, určuje definiční obor výrazu		

Matematika	1. ročník	
využívá poznatky o funkcích při řešení rovnic a nerovnic, při určování kvantitativních vztahů		
modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí	načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	Funkce – lineární funkce, kvadratická funkce, funkce absolutní hodnota
načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	- modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí	
řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o funkcích a posloupnostech	- využívá poznatky o funkcích při řešení rovnic a nerovnic, při určování kvantitativních vztahů	
využívá poznatky o funkcích při řešení rovnic a nerovnic, při určování kvantitativních vztahů	- řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o funkcích	
analyzuje a řeší problémy, v nichž aplikuje řešení lineárních a kvadratických rovnic a jejich soustav	- řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení	Rovnice a nerovnice – lineární rovnice, nerovnice a jejich soustavy, Rovnice a nerovnice s absolutní hodnotou, Kvadratická rovnice (diskriminant, vztahy mezi kořeny a koeficienty), rovnice a nerovnice v součinném a podílovém tvaru, Rovnice s neznámou ve jmenovateli a pod odmocninou
geometricky interpretuje číselné, algebraické a funkční vztahy, graficky znázorňuje řešení rovnic, nerovnic a jejich soustav	- analyzuje a řeší problémy, v nichž aplikuje řešení lineárních a kvadratických rovnic a jejich soustav	
řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení	- geometricky interpretuje číselné, algebraické a funkční vztahy, graficky znázorňuje řešení rovnic, nerovnic a jejich soustav	
rozlišuje ekvivalentní a neekvivalentní úpravy	-rozlišuje ekvivalentní a neekvivalentní úpravy	
řeší planimetrické a stereometrické problémy motivované praxí	- určuje vzájemnou polohu lineárních útvarů, vzdálenosti a odchylky	Geometrie v rovině – rovinné útvary (klasifikace), obvody a obsahy; shodnost a podobnost trojúhelníků; Pythagorova věta a věty Euklidovy; množiny bodů dané vlastnosti; úhly v kružnici
určuje vzájemnou polohu lineárních útvarů, vzdálenosti a odchylky	- využívá náčrt při řešení rovinného nebo prostorového problému	
v úlohách početní geometrie aplikuje funkční vztahy, trigonometrii a úpravy výrazů, pracuje s proměnnými a iracionálními čísly	- řeší planimetrické problémy motivované praxí	
využívá náčrt při řešení rovinného nebo prostorového problému	- v úlohách početní geometrie aplikuje funkční vztahy, trigonometrii a úpravy výrazů, pracuje s proměnnými a iracionálními čísly	
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		

Matematika	1. ročník
	Žák je veden k plánování postupu při řešení úloh, k hospodaření s časem a ke kontrole výsledků. Učí se systematicky postupovat, soustředit se na úkol a překonávat neúspěch jako přirozenou součást učení. Je podporován ve vytrvalosti a v efektivní organizaci své práce.
	OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti
	Žák je veden k uvědomování si svých silných i slabších stránek při práci s matematickým obsahem. Je podporován v rozvoji logického myšlení, tvořivosti a sebedůvěry při objevování nových postupů. Reflexe práce a práce s chybou pomáhá žákovi chápat vlastní pokrok a motivuje ho k dalšímu učení.
	OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž
	Žák je veden ke spolupráci ve dvojicích a skupinách při řešení matematických problémů a projektů. Učí se respektovat různé pracovní tempo i přístup ostatních, přispívat k dosažení společného cíle a rozvíjet týmového ducha. Soutěžní formy výuky (např. matematické soutěže, logické hry) podporují férové chování a radost z úspěchu.
	OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace
	Žák je veden ke kultivovanému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich argumenty a spolupracovat při společném řešení úloh. Je podporován v prezentaci výsledků a v obhajobě vlastních řešení s využitím věcných argumentů.

Matematika	2. ročník
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>
řeší analyticky polohové a metrické úlohy o lineárních útvarech v rovině	- řeší polohové a nepolohové konstrukční úlohy užitím všech bodů dané vlastnosti a pomocí konstrukce na základě výpočtu
řeší planimetrické a stereometrické problémy motivované praxí	- využívá náčrt při řešení rovinného problému
řeší polohové a nepolohové konstrukční úlohy užitím všech bodů dané vlastnosti, pomocí shodných zobrazení a pomocí konstrukce na základě výpočtu	- řeší planimetrické problémy motivované praxí - řeší polohové a nepolohové konstrukční úlohy pomocí shodných zobrazení
	<b>Učivo</b>
	Geometrie v rovině – shodná zobrazení (osová a středová souměrnost, posunutí, otočení); stejnolehlost; konstrukční úlohy

Matematika	2. ročník	
využívá náčrt při řešení rovinného nebo prostorového problému	- řeší polohové a nepolohové konstrukční úlohy pomocí stejnolehlosti	
aplikuje vztahy mezi hodnotami exponenciálních, logaritmických a goniometrických funkcí a vztahy mezi těmito funkcemi	- načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	Funkce – kvadratická funkce, lineární lomená funkce, mocninné funkce, funkce druhá odmocnina, exponenciální, logaritmické a goniometrické funkce, vztahy mezi goniometrickými funkcemi
formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných funkcí a posloupností	- formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných funkcí	Obecné poznatky o funkcích – pojem funkce, definiční obor a obor hodnot, graf funkce, vlastnosti funkcí
modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí	- využívá poznatky o funkcích při řešení rovnic a nerovnic, při určování kvantitativních vztahů	
načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	- modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí	
využívá poznatky o funkcích při řešení rovnic a nerovnic, při určování kvantitativních vztahů	- aplikuje vztahy mezi hodnotami exponenciálních, logaritmických a goniometrických funkcí a vztahy mezi těmito funkcemi	
používá geometrické pojmy, zdůvodňuje a využívá vlastnosti geometrických útvarů v rovině a v prostoru, na základě vlastností třídí útvary	- využívá náčrt při řešení prostorového problému	Geometrie v prostoru – základní tělesa, volné rovnoběžné promítání
využívá náčrt při řešení rovinného nebo prostorového problému	- používá geometrické pojmy, zdůvodňuje a využívá vlastnosti geometrických útvarů v rovině a v prostoru, na základě vlastností třídí útvary	
zobrazí ve volné rovnoběžné projekci hranol a jehlan, sestrojí a zobrazí rovinný řez těchto těles	- zobrazí ve volné rovnoběžné projekci hranol a jehlan, sestrojí a zobrazí rovinný řez těchto těles	
řeší planimetrické a stereometrické problémy motivované praxí	- využívá náčrt při řešení rovinného problému	Trigonometrie – sinová a kosinová věta; trigonometrie pravouhlého a obecného trojúhelníku
v úlohách početní geometrie aplikuje funkční vztahy, trigonometrii a úpravy výrazů, pracuje s proměnnými a iracionálními čísly	- v úlohách početní geometrie aplikuje funkční vztahy, trigonometrii a úpravy výrazů, pracuje s proměnnými a iracionálními čísly	
využívá náčrt při řešení rovinného nebo prostorového problému	- řeší planimetrické a stereometrické problémy motivované praxí	
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování postupu při řešení úloh, k hospodaření s časem a ke kontrole výsledků. Učí se systematicky postupovat, soustředit se na úkol a překonávat neúspěch jako přirozenou součást učení. Je podporován ve vytrvalosti a v efektivní organizaci své práce.		

Matematika	2. ročník	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
Žák je veden k uvědomování si svých silných i slabších stránek při práci s matematickým obsahem. Je podporován v rozvoji logického myšlení, tvořivosti a sebedůvěry při objevování nových postupů. Reflexe práce a práce s chybou pomáhá žákovi chápat vlastní pokrok a motivuje ho k dalšímu učení.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke kultivovanému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich argumenty a spolupracovat při společném řešení úloh. Je podporován v prezentaci výsledků a v obhajobě vlastních řešení s využitím věcných argumentů.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák je veden ke spolupráci ve dvojicích a skupinách při řešení matematických problémů a projektů. Učí se respektovat různé pracovní tempo i přístup ostatních, přispívat k dosažení společného cíle a rozvíjet týmového ducha. Soutěžní formy výuky (např. matematické soutěže, logické hry) podporují férové chování a radost z úspěchu.		

Matematika	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
používá geometrické pojmy, zdůvodňuje a využívá vlastnosti geometrických útvarů v rovině a v prostoru, na základě vlastností třídí útvary	- určuje vzájemnou polohu lineárních útvarů, vzdálenosti a odchylky - využívá náčrt při řešení rovinného nebo prostorového problému	Geometrie v prostoru – polohové a metrické vlastnosti; základní tělesa, povrchy a objemy, volné rovnoběžné promítání
určuje vzájemnou polohu lineárních útvarů, vzdálenosti a odchylky	- používá geometrické pojmy, zdůvodňuje a využívá vlastnosti geometrických útvarů	
v úlohách početní geometrie aplikuje funkční vztahy, trigonometrii a úpravy výrazů, pracuje s proměnnými a iracionálními čísly	v rovině a v prostoru, na základě vlastností třídí útvary	
využívá náčrt při řešení rovinného nebo prostorového problému	- v úlohách početní geometrie aplikuje funkční vztahy, trigonometrii a úpravy výrazů, pracuje s proměnnými a iracionálními čísly	

Matematika	3. ročník	
řeší analyticky polohové a metrické úlohy o lineárních útvarech v rovině	- užívá různé způsoby analytického vyjádření přímky v rovině (geometrický význam koeficientů)	Analytická geometrie v rovině – vektory a operace s nimi; analytická vyjádření přímky v rovině; kuželosečky (kružnice, elipsa, parabola a hyperbola)
řeší analyticky úlohy na vzájemnou polohu přímky a kuželosečky	- řeší analyticky polohové a metrické úlohy o lineárních útvarech v rovině	
užívá různé způsoby analytického vyjádření přímky v rovině (geometrický význam koeficientů)	- využívá charakteristické vlastnosti kuželoseček k určení analytického vyjádření	
využívá charakteristické vlastnosti kuželoseček k určení analytického vyjádření	- z analytického vyjádření (z osové nebo vrcholové rovnice) určí základní údaje o kuželosečce	
z analytického vyjádření (z osové nebo vrcholové rovnice) určí základní údaje o kuželosečce	- řeší analyticky úlohy na vzájemnou polohu přímky a kuželosečky	
řeší reálné problémy s kombinatorickým podtextem (charakterizuje možné případy, vytváří model pomocí kombinatorických skupin a určuje jejich počet)	- vytváří hypotézy, zdůvodňuje jejich pravdivost a nepravdivost, vyvrací nesprávná tvrzení	Kombinatorika – elementární kombinatorické úlohy, variace, permutace
vytváří hypotézy, zdůvodňuje jejich pravdivost a nepravdivost, vyvrací nesprávná tvrzení	- řeší reálné problémy s kombinatorickým podtextem (charakterizuje možné případy, vytváří model pomocí kombinatorických skupin a určuje jejich počet)	
využívá kombinatorické postupy při výpočtu pravděpodobnosti, upravuje výrazy s faktoriály a kombinačními čísly	- upravuje výrazy s faktoriály a kombinačními čísly	
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke kultivovanému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich argumenty a spolupracovat při společném řešení úloh. Je podporován v prezentaci výsledků a v obhajobě vlastních řešení s využitím věcných argumentů.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
Žák je veden k uvědomování si svých silných i slabších stránek při práci s matematickým obsahem. Je podporován v rozvoji logického myšlení, tvořivosti a sebedůvěry při objevování nových postupů. Reflexe práce a práce s chybou pomáhá žákovi chápat vlastní pokrok a motivuje ho k dalšímu učení.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák je veden ke spolupráci ve dvojicích a skupinách při řešení matematických problémů a projektů. Učí se respektovat různé pracovní tempo i přístup ostatních, přispívat k dosažení společného cíle a rozvíjet týmového ducha. Soutěžní formy výuky (např. matematické soutěže, logické hry) podporují férové chování a radost z úspěchu.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování postupu při řešení úloh, k hospodaření s časem a ke kontrole výsledků. Učí se systematicky postupovat, soustředit se na úkol a překonávat neúspěch jako přirozenou součást učení. Je podporován ve vytrvalosti a v efektivní organizaci své práce.		

Matematika	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
řeší reálné problémy s kombinatorickým podtextem (charakterizuje možné případy, vytváří model pomocí kombinatorických skupin a určuje jejich počet)	- vytváří hypotézy, zdůvodňuje jejich pravdivost a nepravdivost, vyvrací nesprávná tvrzení	Kombinatorika – elementární kombinatorické úlohy, variace, permutace a kombinace (bez opakování), binomická věta, Pascalův trojúhelník
vytváří hypotézy, zdůvodňuje jejich pravdivost a nepravdivost, vyvrací nesprávná tvrzení	- řeší reálné problémy s kombinatorickým podtextem (charakterizuje možné případy, vytváří model pomocí kombinatorických skupin a určuje jejich počet)	
využívá kombinatorické postupy při výpočtu pravděpodobnosti, upravuje výrazy s faktoriály a kombinačními čísly	- upravuje výrazy s faktoriály a kombinačními čísly	
řeší reálné problémy s kombinatorickým podtextem (charakterizuje možné případy, vytváří model pomocí kombinatorických skupin a určuje jejich počet)	- využívá kombinatorické postupy při výpočtu pravděpodobnosti, upravuje výrazy s faktoriály a kombinačními čísly	Pravděpodobnost – náhodný jev a jeho pravděpodobnost, pravděpodobnost sjednocení a průniku jevů, nezávislost jevů
využívá kombinatorické postupy při výpočtu pravděpodobnosti, upravuje výrazy s faktoriály a kombinačními čísly	- řeší reálné problémy s kombinatorickým podtextem (charakterizuje možné případy, vytváří model pomocí kombinatorických skupin a určuje jejich počet)	
formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných funkcí a posloupností	- formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných posloupností	Posloupnost – určení a vlastnosti posloupností, aritmetická a geometrická posloupnost, nekonečné řady
interpretuje z funkčního hlediska složené úrokování, aplikuje exponenciální funkci a geometrickou posloupnost ve finanční matematice	- řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o posloupnostech	
řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o funkcích a posloupnostech	- interpretuje z funkčního hlediska složené úrokování, aplikuje exponenciální funkci a geometrickou posloupnost ve finanční matematice	

Matematika	4. ročník	
geometricky interpretuje číselné, algebraické a funkční vztahy, graficky znázorňuje řešení rovnic, nerovnic a jejich soustav	- zdůvodňuje svůj postup a ověřuje správnost řešení problému - řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, diskutuje řešitelnost nebo počet řešení - geometricky interpretuje číselné, algebraické a funkční vztahy, graficky znázorňuje řešení rovnic a nerovnic	Komplexní čísla: algebraický tvar, číslo komplexně sdružené, absolutní hodnota, goniometrický tvar, operace s komplexními čísly, řešení rovnic, grafické řešení rovnic a nerovnic, Moivrova věta, binomické rovnice
řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení		
zdůvodňuje svůj postup a ověřuje správnost řešení problému		
diskutuje a kriticky zhodnotí statistické informace a daná statistická sdělení	- diskutuje a kriticky zhodnotí statistické informace a daná statistická sdělení - volí a užívá vhodné statistické metody k analýze a zpracování dat (využívá výpočetní techniku) - reprezentuje graficky soubory dat, čte a interpretuje tabulky, diagramy a grafy, rozlišuje rozdíly v zobrazení obdobných souborů vzhledem k jejich odlišným charakteristikám	Práce s daty – analýza a zpracování dat v různých reprezentacích, statistický soubor a jeho charakteristiky (vážený aritmetický průměr, medián, modus, percentil, kvartil, směrodatná odchylka, mezikvartilová odchylka)
reprezentuje graficky soubory dat, čte a interpretuje tabulky, diagramy a grafy, rozlišuje rozdíly v zobrazení obdobných souborů vzhledem k jejich odlišným charakteristikám		
volí a užívá vhodné statistické metody k analýze a zpracování dat (využívá digitální nástroje)		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
Žák je veden k uvědomování si svých silných i slabších stránek při práci s matematickým obsahem. Je podporován v rozvoji logického myšlení, tvořivosti a sebedůvěry při objevování nových postupů. Reflexe práce a práce s chybou pomáhá žákovi chápat vlastní pokrok a motivuje ho k dalšímu učení.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák je veden ke spolupráci ve dvojicích a skupinách při řešení matematických problémů a projektů. Učí se respektovat různé pracovní tempo i přístup ostatních, přispívat k dosažení společného cíle a rozvíjet týmového ducha. Soutěžní formy výuky (např. matematické soutěže, logické hry) podporují férové chování a radost z úspěchu.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke kultivovanému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich argumenty a spolupracovat při společném řešení úloh. Je podporován v prezentaci výsledků a v obhajobě vlastních řešení s využitím věcných argumentů.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování postupu při řešení úloh, k hospodaření s časem a ke kontrole výsledků. Učí se systematicky postupovat, soustředit se na úkol a překonávat neúspěch jako přirozenou součást učení. Je podporován ve vytrvalosti a v efektivní organizaci své práce.		

## 5.5 Fyzika

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
2.5	3	2.5	0	8
Povinný	Povinný	Povinný		

Název předmětu	Fyzika
Oblast	Člověk a příroda
Charakteristika předmětu	<p>Fyzika umožňuje žákům poznávat přírodu jako propojený systém vzájemně působících jevů a procesů, chápat zákonitosti, které v přírodě platí, a uvědomovat si jejich význam pro člověka i společnost. Výuka přispívá k pochopení důležitosti udržování přírodní rovnováhy jako základní podmínky dalšího udržitelného rozvoje.</p> <p>Těžiště výuky spočívá v poznávání fyzikálních jevů a procesů, hledání jejich příčin, formulaci zákonů a jejich využití v praxi. Žáci se učí využívat fyzikální poznatky a modely k popisu a předvídání reálných situací, hodnotit možné důsledky činností člověka a rozhodovat se na základě racionálních argumentů.</p> <p>Výuka fyziky rozvíjí logické a kritické myšlení, samostatnost i schopnost spolupráce při řešení problémů. Při interpretaci a formulaci závěrů žáci využívají poznatků z ostatních přírodních věd a matematického aparátu. Jsou vedeni ke srozumitelné, věcné a přesné argumentaci a k prezentaci výsledků různými formami – ústně, písemně i graficky.</p> <p>Výuka fyziky probíhá povinně v prvních třech ročnících vyššího gymnázia.</p> <p>Ve třetím a čtvrtém ročníku si mohou žáci zvolit seminář z fyziky, který rozvíjí jejich znalosti a dovednosti, a je doporučen pro žáky připravující se ke maturitní zkoušce z fyziky nebo k dalšímu studiu technických a přírodovědných oborů.</p> <p><b>Práce s nadanými žáky a žáky se speciálními vzdělávacími potřebami</b></p> <p>Nadaní žáci jsou podporováni formou konzultací, zadáváním rozšiřujících úloh a individuálním vedením při přípravě na fyzikální olympiádu nebo jiné soutěže. V mimořádných případech je možné vzdělávání organizovat podle individuálního vzdělávacího plánu, na základě doporučení školského poradenského zařízení.</p>

Název předmětu	Fyzika
	<p>Žáci se specifickými poruchami učení (SPU) mají upravený přístup k výuce a hodnocení podle druhu a míry poruchy. Učitel volí přiměřené metody, tempo práce, způsob zadávání a ověřování znalostí, případně využívá individuální konzultace mimo běžné vyučovací hodiny.</p> <p><b>Výchovně-vzdělávací strategie</b> Učitel v rámci výuky fyziky:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vede žáky k hledání a poznávání fyzikálních jevů a jejich vzájemných souvislostí,</li> <li>• rozvíjí dovednost pozorovat, měřit, experimentovat a vyhodnocovat fyzikální procesy,</li> <li>• podporuje žáky při vytváření a ověřování hypotéz a při vysvětlování přírodních zákonitostí,</li> <li>• vede k pochopení základních fyzikálních pojmů a používání odborné terminologie,</li> <li>• rozvíjí schopnost věcného, jasného a logicky strukturovaného projevu,</li> <li>• podporuje samostatnost, spolupráci, odpovědnost a přesnost při řešení úloh,</li> <li>• posiluje schopnost žáků argumentovat, obhajovat vlastní závěry a komunikovat odborně i v běžných situacích,</li> <li>• propojuje fyzikální poznatky s praxí, technikou, společenskými a ekologickými souvislostmi.</li> </ul>
<p>Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)</p>	<p>Výuka fyziky je zaměřena na porozumění přírodním jevům, rozvoj logického a experimentálního myšlení a propojení teorie s praxí.</p> <p><b>Metody práce:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• výklad, řízený rozhovor, demonstrace a experiment,</li> <li>• problémové a badatelské vyučování, projektové úkoly,</li> <li>• samostatná práce žáků, práce s chybou a sebereflexe,</li> <li>• využití digitálních technologií, simulací a měřicích systémů,</li> <li>• diskuse, argumentace a prezentace výsledků.</li> </ul> <p><b>Formy práce:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frontální, skupinová, párová i individuální práce,</li> <li>• laboratorní a terénní cvičení, projektová výuka,</li> <li>• práce s online zdroji,</li> <li>• soutěžní a experimentální aktivity.</li> </ul> <p>Výuka podporuje zvědavost, samostatnost, přesnost, spolupráci a praktické uplatnění fyzikálních poznatků v každodenním životě.</p>

Název předmětu	Fyzika
Integrace předmětů	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fyzika</li> <li>• Člověk a svět práce</li> </ul>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chemie</li> <li>• Seminář z fyziky</li> <li>• Seminář z matematiky</li> <li>• Informatika</li> <li>• Seminář z geografie</li> <li>• Matematika</li> <li>• Seminář z matematiky PLUS</li> <li>• Seminář z fyziky lékařských věd</li> <li>• Seminář z informatiky</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b>                  Žák je veden k pochopení podstaty fyzikálního problému, formulování hypotézy a navržení vhodného postupu řešení. Je motivován k využívání různých metod – výpočtů, experimentů, modelů a simulací. Je podporován při ověřování výsledků měření, při porovnávání teoretických a praktických dat a při zhodnocení jejich přesnosti.</p>
	<p><b>Kompetence občanská:</b>                  Žák je veden k chápání fyziky jako prostředku pro porozumění světu a k uvědomování si vlivu vědy a techniky na životní prostředí i společnost. Je podporován v posuzování přínosů a rizik moderních technologií, v kritickém přístupu k mediálním informacím o vědeckých objevech a jejich důsledcích. Je motivován k odpovědnému používání energie a k respektování principů udržitelného rozvoje.</p>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b>                  Žák je veden k samostatnému řešení praktických problémů prostřednictvím fyzikálních principů. Je podporován v tvořivosti, iniciativě a v uplatňování získaných poznatků v praxi. Je motivován k rozvíjení přesnosti, důslednosti a vytrvalosti při práci na úkolech a projektech.</p>
	<p><b>Kompetence k učení:</b>                  Žák je veden k plánování a organizaci svého učení při přípravě na experimenty a řešení úloh. Je podporován v propojování fyzikálních poznatků s poznatky z matematiky, chemie a biologie. Je motivován k samostatnému pozorování jevů, vyvozování závěrů z pokusů a k využívání chyb jako příležitostí k učení.</p>

Název předmětu	Fyzika
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b>                      Žák je veden k jasnému a přesnému vyjadřování fyzikálních myšlenek a závěrů, používá správné jednotky, značky a symboly. Je motivován k prezentaci výsledků experimentů, k práci s tabulkami, grafy a schémata. Je podporován v argumentaci, obhajobě svých závěrů a respektování odlišných názorů při diskusi.</p> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b>                      Žák je veden ke spolupráci při laboratorních pracích a týmových úkolech. Je podporován v aktivním naslouchání, rozdělování rolí a zodpovědnosti ve skupině. Je motivován k sebereflexi, k přijetí odpovědnosti za svůj přínos ke společnému výsledku a k respektování bezpečnostních pravidel při pokusech.</p> <p><b>Kompetence digitální:</b>                      Žák je veden k používání digitálních technologií při zpracování a vyhodnocování experimentálních dat. Je podporován v práci s měřicími senzory, simulačními programy a tabulkovými procesory. Je motivován k prezentaci výsledků pomocí digitálních nástrojů a k etickému a bezpečnému zacházení s daty.</p>
Způsob hodnocení žáků	<p>Způsoby hodnocení – klasifikační stupnicí 1-5, vychází z klasifikačního řádu školy.                      Při klasifikaci ve vyučovacím předmětu fyzika se v souladu s požadavky učebních osnov hodnotí:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• minimální počet známek odpovídá dvojnásobku týdenní hodinové dotace (výjimkou je druhé pololetí maturitního ročníku, kdy stačí získat minimálně 2 známky)</li> <li>• dílčí tematické testy cca 20 min (známka s váhou 4 až 5), oznamují se předem</li> <li>• drobné desetiminutovky (známka s váhou 1 až 3), bez ohlášení</li> <li>• hodnocení předmětových soutěží (známka s váhou dle náročnosti a úspěšnosti)</li> </ul> <p>Je nutné, aby žák byl klasifikován v každém probíraném celku.</p>

Fyzika	1. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> </ul>	

Fyzika	1. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
měří vybrané fyzikální veličiny vhodnými metodami, zpracuje a vyhodnotí výsledky měření	- měří vybrané fyzikální veličiny, vhodnými metodami, zpracuje a vyhodnotí výsledky měření	Fyzikální veličiny. Vektory a skaláry. Mezinárodní soustava jednotek SI;
rozdělí skalární veličiny od vektorových a využívá je při řešení fyzikálních problémů a úloh	- využívá násobky a díly jednotek - při řešení úloh určí, zda je veličina vektorová či skalární. Využívá rozdílné přístupy ke sčítání vektorů	metody měření fyz. veličin, absolutní a relativní odchylka měření
užívá základní kinematické vztahy při řešení problémů a úloh o pohybech rovnoměrných a rovnoměrně zrychlených/zpomalených	- rozlišuje a řeší praktické úlohy se zrychlenými či rovnoměrnými pohyby, pohyby přímočarými a křivočarými - správně operuje s pojmy rychlost, zrychlení, perioda, frekvence, dráha a trajektorie - na základě relativnosti klidu a pohybu volí vhodnou vztažnou soustavu pro řešení úloh	Mechanika hmotného bodu, těleso a hmotný bod; Vztažná soustava, poloha a změna polohy tělesa, jeho rychlost a zrychlení; Rovnoměrný přímočarý pohyb. Rovnoměrně zrychlený pohyb; Volný pád; Rovnoměrný pohyb po kružnici.
určí v konkrétních situacích síly a jejich momenty působící na těleso a určí výslednici sil	- určí, kdy bude mít síla otáčivý účinek a charakterizuje jej pomocí momentu síly - využívá Momentovou větu k popisu činnosti jednoduchých strojů - v jednoduchých případech určí výslednici dvou sil, rozloží sílu na složky - teoreticky i prakticky určí těžiště těles, na základě znalostí stability tělesa popíše chování těles podle polohy jejich těžiště	Mechanika tuhého tělesa; Tuhé těleso. Pohyb tuhého tělesa; Moment síly; Skládání a rozkládání sil, dvojice sil; Těžiště tuhého tělesa; Rovnovážná poloha tuhého tělesa.
využívá (Newtonovy) pohybové zákony k předvídání pohybu těles	- aplikuje 1. N. P. Z. na situace ve svém okolí - využívá souvislosti mezi silou a zrychlením (2. N. P. Z.) k popisu pohybu těles - pomocí 3. N. P. Z. popisuje vzájemné působení objektů - z pojmu hybnost pak pomocí 3. N. P. Z. odvodí zákon zachování hybnosti - rozliší IVS od NIVS – v těchto soustavách určí setrvačné síly, rozliší sílu odstředivou a sílu dostředivou - správně určí síly působící na těleso, odhadne, které lze	Dynamika pohybu hmotného bodu; Hmotnost a síla; Vzájemné působení těles; První, druhý a třetí pohybový zákon; Hybnost tělesa; Třecí síla; Dostředivá síla; Inerciální a neinerciální vztažná soustava.

Fyzika	1. ročník	
	při popisu pohybu zanedbat - tyto znalosti využívá při řešení praktických úloh.	
využívá zákony zachování některých důležitých fyzikálních veličin při řešení problémů a úloh	- na základě souvislosti práce a změny energie správně definuje kinetickou, potenciální gravitační a mechanickou energii - popíše změny forem energie (i s využitím zákona zachování energie) v praktických případech - aplikuje znalosti o mechanické práci a výkonu na praktické úlohy	Mechanická práce; Kinetická energie; Potenciální energie; Mechanická energie; Souvislost změny mechanické energie s prací; Zákon zachování energie, hmotnosti a hybnosti; Výkon, příkon a účinnost.
užívá základní kinematické vztahy při řešení problémů a úloh o pohybech rovnoměrných a rovnoměrně zrychlených/zpomalených	- na základě Newtonova gravitačního zákona popisuje pohyby těles v centrálním a homogenním gravitačním poli	Newtonův gravitační zákon; Gravitační zrychlení; Gravitační a tíhová síla; Gravitační pole, pohyby těles v homogenním a centrálním gravitačním poli Země; Pohyby těles v gravitačním poli Slunce.
využívá (Newtonovy) pohybové zákony k předvídání pohybu těles	- vysvětlí důvody různé velikosti gravitačního zrychlení na povrchu Země	
využívá (Newtonovy) pohybové zákony k předvídání pohybu těles	- využívá Pascalova a Archimédova zákona a rovnice kontinuity k řešení praktických úloh - objasní vznik hydrostatického a atmosférického tlaku a uvede jejich důsledky - popíše síly při pohybu tělesa ve vzduchu.	Základní vlastnosti tekutin. Tlak a tlaková síla v kapalinách a plynech. Pascalův zákon. Hydrostatický tlak. Atmosférický tlak. Archimédův zákon. Rovnice kontinuity. Obtékání těles. Aerodynamický paradox.
objasní souvislost mezi vlastnostmi látek různých skupenství a jejich vnitřní strukturou	- s využitím kinetické teorie látek objasní souvislost mezi vlastnostmi látek různých skupenství a jejich vnitřní strukturou - na základě znalostí modelů struktur odhadne vzájemné hodnoty vnitřní kinetické a potenciální energie, vysvětlí makroskopické vlastnosti pevného, kapalného a plynného skupenství - k popisu stavu tělesa používá stavové veličiny	Základy kinetické teorie látek. Modely struktur látek. Charakter pohybu a vzájemných interakcí částic v látkách různých skupenství. Stavové veličiny. Rovnovážný stav. Teplota, termodynamická teplota a její měření.
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke srozumitelnému a kultivovanému vyjadřování výsledků měření, k obhajobě závěrů a ke spolupráci při řešení úloh. Učí se diskutovat a respektovat odlišné názory.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		

Fyzika	1. ročník
	Žák spolupracuje v laboratoři i při projektových úkolech, respektuje rozdělení rolí a pravidla bezpečnosti. Soutěžní a týmové formy práce rozvíjejí zodpovědnost, spolupráci a férové jednání.
	OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů
	Žák je veden k plánování a organizaci práce při experimentálních a laboratorních činnostech. Učí se vytrvalosti, pečlivosti, sebekontroli a zvládání chyb při měření a vyhodnocování dat.
	ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí
	Žák využívá fyzikální znalosti k pochopení vlivu lidské činnosti na prostředí (energie, hluk, teplo, záření). Získává odpovědný postoj k využívání přírodních zdrojů a k udržitelnému rozvoji

Fyzika	2. ročník
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>
aplikuje s porozuměním termodynamické zákony při řešení konkrétních fyzikálních úloh	<ul style="list-style-type: none"> <li>- s využitím pojmů teplo, práce a vnitřní energie prohlubuje zákon zachování mechanické energie na 1. termodynamický zákon</li> <li>- popisuje tepelnou výměnu pomocí kalorimetrické rovnice</li> <li>- využívá znalosti o přenosu vnitřní energie na jevy ve svém okolí</li> <li>- k určení meze účinnosti tepelných motorů využívá 2. termodynamický zákon</li> <li>- vysvětlí nemožnost existence perpetuum mobile (1. i 2. druhu)</li> </ul>
využívá stavovou rovnici ideálního plynu stálé hmotnosti při předvídání stavových změn plynu	- objasní pojem ideální plyn, popíše rozdělení molekul podle rychlosti
	<b>Učivo</b>
	Vnitřní energie, práce a teplo. Změna vnitřní energie konáním práce a tepelnou výměnou. Teplo. Měrná tepelná kapacita. Kalorimetrická rovnice. První termodynamický zákon. Různé způsoby přenosu vnitřní energie v rozličných systémech. Druhý termodynamický zákon.
	Struktura a vlastnosti plynů. Ideální plyn. Stavová rovnice ideálního plynu.

Fyzika	2. ročník	
	- využívá stavovou rovnici ideálního plynu stálé hmotnosti při předvídání stavových změn plynů	Izotermický děj s ideálním plynem. Izochorický, izobarický a adiabatický děj. Kruhový děj s ideálním plynem.
analyzuje vznik a průběh procesu pružné deformace pevných těles	- s využitím znalostí o vnitřní stavbě popíše chování pevných látek při deformaci - vysvětlí rozdíl mezi pružnou a tvárnou deformací, pojmy mez pevnosti, mez pružnosti, dovolené napětí a koeficient bezpečnosti - ke kvalitativnímu popisu deformace využívá Hookův zákon	Struktura a vlastnosti pevných látek. Deformace tělesa. Normálové napětí. Hookův zákon.
porovná zákonitosti teplotní roztažnosti pevných těles a kapalin a využívá je k řešení praktických problémů	- na základě znalostí o vnitřní stavbě kapalin a pevných látek vysvětlí příčiny vzniku teplotní roztažnosti, porovná zákonitosti teplotní roztažnosti pevných těles a kapalin a využívá je k řešení praktických problémů	Teplotní objemová roztažnost, součinitel teplotní roztažnosti pevných látek a kapalin.
objasní souvislost mezi vlastnostmi látek různých skupenství a jejich vnitřní strukturou	- s využitím znalostí stavby kapalin vysvětlí chování povrchové vrstvy a kapilaritu - využívá znalosti o skupenských přeměnách k popisu přírodních jevů	Struktura a vlastnosti kapalin. Povrchová vrstva kapaliny. Povrchové napětí. Kapilární jevy. Změny skupenství látek. Tání a tuhnutí. Skupenská a měrná skupenská tepla. Anomálie vody. Sublimace a desublimace. Vypařování a kapalnění. Fázový diagram.
porovná účinky elektrického pole na vodič a izolant	- vysvětlí princip nabíjení těles, zákon zachování el. náboje - z Coulombova zákona určí velikost sil působících mezi bodovými náboji, intenzitu el. pole kolem náboje - využije znalosti o polarizaci dielektrika a indukci el. náboje ve vodiči - objasní funkci zdroje v el. obvodu a podmínky vedení el. proudu v obvodu	Elektrický náboj a el. pole. Elektrický náboj a jeho zachování. Coulombův zákon. Intenzita el. pole. Práce v el. poli. El. napětí. Vodič a izolant v el. poli. Kondenzátor. Vznik el. proudu. El. proud jako veličina. El. zdroj.
využívá Ohmův zákon při řešení praktických problémů	- využívá Ohmův zákon, závislost změny el. odporu s teplotou a s vlastností látky při řešení praktických problémů - řeší složené el. obvody, určí výkon a práci el. proudu v obvodu	El. proud v kovech. El. odpor kovového vodiče. Ohmův zákon pro část obvodu i uzavřený obvod. Závislost el. odporu na teplotě. Rezistory. Spojování rezistorů. El. práce (energie) a výkon stejnosměrného proudu.

Fyzika	2. ročník	
aplikuje poznatky o mechanismech vedení elektrického proudu v kovech, polovodičích, kapalinách a plynech při analýze chování těles z těchto látek v elektrických obvodech	- rozliší vlastní a nevlastní polovodič, s využitím znalostí o jeho vnitřní stavbě, vysvětlí změnu jeho odporu s teplotou a osvětlením, popíše přechod PN a jeho chování v el. obvodu - na základě představ o vedení el. proudu v kapalinách a plynech vysvětlí důležité jevy s tím spojené – elektrolýzu, pokovování, základní principy el. článků, samostatný a nesamostatný výboj	El. proud v polovodičích. Vlastní a příměsové polovodiče. Přechod PN. Polovodičová dioda. El. proud v kapalinách. Elektrolyt. Elektrolýza. El. proud v plynech a ve vakuu. Samostatný a nesamost. výboj.
využívá zákon elektromagnetické indukce k řešení problémů a k objasnění funkce elektrických zařízení	- na základě znalostí o stacionárním a nestacionárním mag. poli objasní těsnou souvislost el. proudu a mag. pole a naopak - toto tvrzení potvrzuje pomocí el. mag. indukce a mag. pole v okolí vodiče s proudem - k popsání tohoto mag. pole aplikuje Ampérova pravidla	Stacionární magnetické pole. Mag. pole magnetů a vodiče s proudem. Mag. indukce. Mag. pole cívky. Nestacionární mag. pole. Elektromagnetická indukce, indukované napětí. Faradayův zákon elmag. indukce.
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke srozumitelnému a kultivovanému vyjadřování výsledků měření, k obhajobě závěrů a ke spolupráci při řešení úloh. Učí se diskutovat a respektovat odlišné názory.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování a organizaci práce při experimentálních a laboratorních činnostech. Učí se vytrvalosti, pečlivosti, sebekontrolě a zvládání chyb při měření a vyhodnocování dat.		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
Žák využívá fyzikální znalosti k pochopení vlivu lidské činnosti na prostředí (energie, hluk, teplo, záření). Získává odpovědný postoj k využívání přírodních zdrojů a k udržitelnému rozvoji.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák spolupracuje v laboratoři i při projektových úkolech, respektuje rozdělení rolí a pravidla bezpečnosti. Soutěžní a týmové formy práce rozvíjejí zodpovědnost, spolupráci a férové jednání.		

Fyzika	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="891 1342 1279 1370">Kompetence k řešení problémů</li> </ul>	

Fyzika	3. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
<p>objasní procesy vzniku, šíření, odrazu a interference mechanického vlnění</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pomocí příslušných veličin popíše numericky i graficky mechanický oscilátor</li> <li>- při popisu dynamiky kyvadla a tělesa na pružině využívá zákon zachování energie</li> <li>- popíše mechanické vlnění pomocí vlnové délky, rychlosti, frekvence</li> <li>- objasní procesy vzniku, šíření, odrazu a interference mechanického vlnění</li> <li>- tyto znalosti aplikuje při popisu praktických akustických jevů – ozvěna, dozvuk, Dopplerův jev, ultrazvuk, infrazvuk</li> </ul>	<p>Kmitání mechanického oscilátoru, jeho perioda a frekvence. Kmitavý pohyb.                      Harmonické kmitání. Kinematika a dynamika harmonického kmitavého pohybu. Kyvadlo, těleso zavěšené na pružině. Síla pružnosti. Nucené kmity. Rezonance. Postupné mechanické vlnění, vlnová délka a rychlost vlnění. Interference vlnění. Stojaté vlnění. Huygensův princip.                      Odraz a lom vlnění na rozhraní dvou prostředí.                      Zvukové vlnění. Zdroje zvuku. Vlastnosti zvuku. Hlasitost a intenzita zvuku. Ultrazvuk a infrazvuk.</p>
<p>využívá zákon elektromagnetické indukce k řešení problémů a k objasnění funkce elektrických zařízení</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vysvětlí výrobu el. energie, popíše typy elektráren, zhodnotí jejich klady a zápory</li> <li>- popíše harmonické el. napětí, vysvětlí význam transformátoru pro přenos el. energie, popíše chování rezistoru, indukčnosti a kapacity a obvodu střídavého proudu a jejich výkon</li> <li>- posoudí možná nebezpečí střídavého el. proudu pro člověka, navrhne zásady bezpečnosti práce s el. proudem.</li> </ul>	<p>Harmonické střídavé napětí a proud, jejich frekvence. Obvod střídavého proudu s odporem, indukčností a kapacitou. Výkon střídavého proudu. Generátor střídavého proudu.                      Transformátor. Elektromotor. Přenos a výroba el. energie.                      Zásady bezpečnosti práce s el. proudem.</p>
<p>využívá zákony šíření světla v prostředí k určování vlastností zobrazení předmětů jednoduchými optickými systémy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aplikuje znalosti o mechanickém vlnění na světelné vlnění, tyto poznatky konfrontuje se skutečností</li> <li>- znalost lomu a odrazu vlnění využije k objasnění přírodních jevů i praktických aplikací</li> <li>- znalosti o barvách aplikuje na děje ve svém okolí</li> <li>- zobrazí předmět pomocí kulového i rovinného zrcadla</li> </ul>	<p>Šíření a rychlost světla v různých prost. Zákony odrazu a lomu světla, index lomu, úplný odraz. Optické spektrum.                      Optické zobrazování. Zobrazení odrazem na rovinném a kulovém zrcadle. Zobrazení lomem na tenkých čočkách. Zorný úhel. Oko jako optický systém. Lupa</p>

Fyzika	3. ročník	
	a čoček, navrhne aplikace těchto zobrazovacích soustav v praxi.	
porovná šíření různých druhů elektromagnetického vlnění v rozličných prostředích	- popíše chování elektromag. vlny v různých prostředích - popíše jevy spojené s vlnovými vlastnostmi světla - charakterizuje základní vlastnosti různých typů elmag. záření	Elektromagnetická vlna Vlastnosti elektromag. vlnění. Světlo jako elmag. vlnění. Interference, ohyb a polarizace světla. Spektrum elektromagnetického záření
využívá poznatky o kvantování energie záření a mikročástic k řešení fyzikálních problémů	- posoudí, kdy lze světlo popsat jako vlnění a kdy jako proud částic - formálně popíše dualitu vlna-částice	Foton a jeho energie, fotoel. jev. Korpuskulárně vlnová povaha záření a mikročástic. De Broglieova hypotéza.
posoudí jadernou přeměnu z hlediska vstupních a výstupních částic i energetické bilance	- využívá znalosti o atomech a kvantování energie elektronů k jednoduchému vysvětlení přírodních jevů (průhlednost skla) i přístrojů (laser) - objasní výrobu energie pomocí jaderného štěpení a jaderné fúze	Základní poznatky o atomech. Kvantování energie elektronů v atomu. Spontánní a stimulovaná emise, laser. Stavba jádra atomu. Nuklidy, izotopy. Syntéza a štěpení jader atomů. Řetězová reakce. Jaderná energie. Jaderný reaktor, jaderné elektrárny.
využívá zákon radioaktivní přeměny k předvídání chování radioaktivních látek	- s využitím zákona radioaktivní přeměny látek předvídá chování látek, vysvětlí radiokarbonovou metodu určování stáří objektů - charakterizuje největší problémy spojené s ukládáním radioaktivních odpadů	Zákon radioaktivní přeměny látek.
navrhne možné způsoby ochrany člověka před nebezpečnými druhy záření	- navrhne možné způsoby ochrany člověka před nebezpečnými druhy záření	Prevence a ochrana před zářením, ochrana člověka za mimořádných událostí
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování a organizaci práce při experimentálních a laboratorních činnostech. Učí se vytrvalosti, pečlivosti, sebekontrolě a zvládání chyb při měření a vyhodnocování dat.		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
Žák využívá fyzikální znalosti k pochopení vlivu lidské činnosti na prostředí (energie, hluk, teplo, záření). Získává odpovědný postoj k využívání přírodních zdrojů a k udržitelnému rozvoji.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		

Fyzika	3. ročník
Žák je veden ke srozumitelnému a kultivovanému vyjadřování výsledků měření, k obhajobě závěrů a ke spolupráci při řešení úloh. Učí se diskutovat a respektovat odlišné názory.	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž	
Žák spolupracuje v laboratoři i při projektových úkolech, respektuje rozdělení rolí a pravidla bezpečnosti. Soutěžní a týmové formy práce rozvíjejí zodpovědnost, spolupráci a férové jednání.	

## 5.6 Chemie

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
3	3	2	0	8
Povinný	Povinný	Povinný		

Název předmětu	Chemie
Oblast	Člověk a příroda
Charakteristika předmětu	<p>Chemie jako teoreticko-empirická přírodní věda prohlubuje u žáků porozumění přírodním faktům a jejich zákonitostem, rozšiřuje vědomosti, dovednosti a metody chemie ze základní školy. Žáci odvozují zákonitosti chemických dějů, vyvozují a ověřují hypotézy, zkoumají přírodu jako systém. V laboratoři rozvíjejí dovednosti objektivně, soustředěně a spolehlivě pozorovat, experimentovat a měřit, analyzovat výsledky měření a vyvozovat závěry. Učivo je provázáno s praktickým významem, výrobou a využitím chemických látek a jejich vlivem na životní prostředí. Postupně objevují složitost a mnohotvárnost skutečnosti a podstatné souvislosti mezi obecnými chemickými vlastnostmi látek, jejich reaktivitou a specifickými vlastnostmi danými jejich teoreticky modelovanou strukturou. Do výuky je integrováno učivo geologie oblasti Člověk a anorganická příroda.</p> <p>Alternativními možnostmi výuky jsou třídní či školní projekty, projektové dny a exkurze, které vhodně propojují učivo s praktickým využitím a výrobou chemických látek. V 1. ročníku lze učivo o vodě doplnit exkurzí čistírny odpadních vod v Českých Budějovicích. V 2. ročníku je možné provázat učivo o křemíku a</p>

Název předmětu	Chemie
	<p>použití jeho sloučenin návštěvou sklárny Hosín či sklárny v jiné lokalitě, výroba kovů a jejich úprava je popřípadě k vidění v Ocelárnách Linec, metabolismus sacharidů a potravinářskou biotechnologickou výrobu lze ukázat ve třetím ročníku v pivovaru Budvar. Provázanost přírodovědných předmětů je možné realizovat zapojením žáků do chemické části ročního ekologického projektu školy. Učivo o minerálech a horninách, které jsou zařazeny do učiva s-, p- a d- prvků 1. a 2. ročníku, je možné rozšířit návštěvou sbírek Jihočeského muzea či exkurzí do místa těžby nerostu či horniny jako průmyslové suroviny, například do grafitového dolu v Českém Krumlově.</p> <p>Práce s žáky se speciálními požadavky učení:                      U žáků nadaných je upřednostňován individuální přístup, zadávání mimořádných úloh, vedení k olympiádě z chemie a dalším soutěžím.</p> <p>Žáci s poruchami učení a chování, které v negativním smyslu ovlivňují výkon ve škole, vyžadují odbornou péči pedagogicko-psychologické poradny, úzkou spolupráci zákonných zástupců a školy, individuální přístup.</p> <p>Výchovně-vzdělávací strategie:                      vést žáky ke zkoumání přírodních jevů                      podchycovat a rozvíjet zájem žáků o poznávání základních chemických pojmů, zákonitostí                      vytvářet potřebu objevovat a vysvětlovat chemické jevy na základě chemických pokusů                      zdůvodňovat své závěry a empirické či teoreticko-empirické dedukce                      využívat získané znalosti, vědomosti a dovednosti k rozvíjení občanských postojů                      získávat a upevňovat dovednosti manipulovat s nebezpečnými látkami podle pravidel                      přecházet od sensorického poznávání k poznávání založenému na pojmech a reálných a počítačových modelech                      učit základům logického vyvozování a extrapolaci jevů na základě předvídání jejich vývoje v čase na bázi chemických zákonitostí                      využívat chemických poznatků a dovedností vykazovaných při práci s chemikáliemi v praktických činnostech</p>
<p>Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)</p>	<p><b>Metody a formy:</b>                      Výuka probíhá metodou zejména frontálního vyučování dvakrát týdně, v 1. a 2. ročníku s dvěma vyučovacími hodinami laboratorní práce jednou za čtrnáct dní. Doplňkově se jeví jako vhodné u vybraných tematických okruhů aplikace metod skupinového, problémového a projektového vyučování.                      Formy využívané při výuce chemie jsou kromě standardní vyučovací hodiny:</p>

Název předmětu	Chemie
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• žákovský laboratorní pokus v chemickém cvičení,</li> <li>• demonstrační pokusy,</li> <li>• chemická exkurze,</li> <li>• práce s učebními texty, digitálními zdroji a modely,</li> <li>• odborné exkurze.</li> </ul>
Integrace předmětů	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chemie</li> <li>• Člověk a svět práce</li> <li>• Geologie</li> </ul>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biologie</li> <li>• Fyzika</li> <li>• Geografie</li> <li>• Seminář z chemie</li> <li>• Seminář z geografie</li> <li>• Seminář z matematiky</li> <li>• Matematika</li> <li>• Seminář z matematiky PLUS</li> <li>• Seminář z fyziky</li> <li>• Seminář z fyziky lékařských věd</li> <li>• Seminář z biologie</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky ke schopnosti samostatného úsudku, rozpoznávání problémů, vyhledávání informací vhodných k řešení problémů, kritickému myšlení</li> </ul>
	<p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podněcujeme žáky k upřednostňování obnovitelných zdrojů ve svém budoucím životě a dbáme přitom na ekologické hledisko celého řešení</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p>

Název předmětu	Chemie
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• směřujeme žáky k tomu, aby přistupovali ke svému studiu z hlediska kvality, funkčnosti, hospodárnosti, z perspektivy ochrany zdraví, zachování životního prostředí; aby dodržovali vymezená pravidla, povinnosti a závazky</li> </ul> <p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vybíráme vhodné strategie učení, zařazujeme samostatné vyhledávání informací</li> <li>• vedeme žáky ke hledání a chápání souvislostí mezi chemickými procesy a dalšími obory</li> </ul> <p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby se vyjadřovali výstižně, souvisle a logicky zdůvodňovali svá tvrzení, opřená o znalosti chemických zákonitostí</li> <li>• podporujeme využívání odborných pojmů, symbolů a vzorců</li> </ul> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky ke spolupráci při řešení problémů</li> <li>• navozujeme situace vedoucí k posílení sebedůvěry žáků, pocitu zodpovědnosti</li> <li>• podněcujeme k ochotě pomoci</li> <li>• vedeme k respektování pravidel bezpečnosti při laboratorních cvičeních</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zařazujeme práci s aplikacemi podporujícími výuku chemie</li> <li>• vedeme žáky k využívání digitálních nástrojů pro zpracování a prezentaci chemických dat</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	<p>Žáci jsou hodnoceni stupněm 1-5 dle klasifikačního řádu školy, bez slovního hodnocení. Součástí hodnocení je ústní nebo písemné zkoušení. Dále je hodnoceno poznávání přírodnin, individuální a skupinová práce, projekty a výstupy z laboratorních cvičení. Minimální počet známek za pololetí je stanoven na dvojnásobek týdenní hodinové dotace.</p>

Chemie	1. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> </ul>	

Chemie	1. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	Základní chemické pojmy
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	Stavba atomu, jeho struktura - radioaktivita
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých fyzikálněchemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích - předvídá vlastnosti prvků a jejich chování v chemických procesech na základě poznatků o periodické soustavě prvků - provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- elektronový obal - hmotnost atomu, molekul, výpočty hmotnosti
předvídá vlastnosti prvků a jejich chování v chemických procesech na základě poznatků o periodické soustavě prvků	- používá názvy a značky prvků - předvídá vlastnosti prvků a jejich chování v chemických procesech na základě poznatků o periodické soustavě prvků	Periodická soustava prvků
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů - využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých fyzikálněchemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích - předvídá vlastnosti prvků a jejich chování v chemických procesech na základě poznatků o periodické soustavě prvků	Chemická vazba
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	Chemické reakce - typy chemických reakcí

Chemie	1. ročník	
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých fyzikálněchemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích - provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- vyrovnávání chemických rovnic - výpočty z chemických rovnic
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	Anorganické názvosloví - výpočty ze vzorců
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	Dělení chemických látek - homogenní, heterogenní směsi, separační metody - roztoky, výpočty složení, směšování
		Termochemie
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- využívá osvojené principy kinetiky chemických reakcí - vysvětlí průběh chemické reakce - odvodí vztah pro kinetickou rovnici a reakční rychlost - popíše vlivy na rychlost chemické reakce	Kinetika chemických reakcí - teorie aktivovaného komplexu - srážková teorie - vlivy na rychlost chemické reakce
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- dokáže vysvětlit princip chemické rovnováhy - vysvětlí a pozná kyseliny a zásady, předvídá jejich reakce	Chemická rovnováha - acidobazické rovnováhy - Arrheniova a Bronstedtova teorie
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- vysvětlí stupnici pH, odvodí kyselost a zásaditost látek, hydrolyzu solí, vypočítá pH silných kyselin a zásad	- pH, acidobazické indikátory - hydrolyza solí
předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů - využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin - charakterizuje významné zástupce prvků a jejich sloučeniny, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	Systematická anorganická chemie - vodík, kyslík, voda, peroxid vodíku
využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin		
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů		
využívá vybrané metody identifikace minerálů		
zhodnotí využitelnost různých druhů vod a posoudí možné způsoby efektivního hospodaření s vodou v příslušném regionu		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		

Chemie	1. ročník	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		

Chemie	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
charakterizuje významné zástupce prvků a jejich sloučeniny, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů - využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	s-prvky p-prvky minerály a horniny s-, p-prvků významné sloučeniny
předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	- charakterizuje významné zástupce prvků a jejich sloučeniny, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	
využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	- předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů		
využívá znalosti základů kvalitativní a kvantitativní analýzy k pochopení jejich praktického významu v anorganické chemii		
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	Tvary molekul - teorie VSEPR, hybridizace
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	Elektrochemie - redoxní potenciál, Beketovova řada napětí kovů
využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých fyzikálně-	- využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých	- výroba kovů, elektrolýza - galvanické články

Chemie	2. ročník	
chemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích	fyzikálněchemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích	
charakterizuje významné zástupce prvků a jejich sloučeniny, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	- uplatňuje znalosti o d-prvcích - využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů - využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin - charakterizuje významné zástupce prvků a jejich sloučeniny, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	d-prvky (vlastnosti a reakce vybraných prvků)
předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin		
využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin		
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů		
využívá znalosti základů kvalitativní a kvantitativní analýzy k pochopení jejich praktického významu v anorganické chemii		
charakterizuje významné zástupce prvků a jejich sloučeniny, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	- charakterizuje významné zástupce prvků a jejich sloučeniny, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	f-prvky (uran a jaderná energie)
zhodnotí vlastnosti atomu uhlíku významné pro strukturu organických sloučenin	- zhodnotí vlastnosti atomu uhlíku významné pro strukturu organických sloučenin	Organická chemie
zhodnotí vlastnosti atomu uhlíku významné pro strukturu organických sloučenin	- aplikuje systematické a triviální názvosloví, rozdělí organické sloučeniny do základních skupin, klasifikuje organické reakce	Uhlovodíky
aplikuje znalosti o průběhu organických reakcí na konkrétních příkladech	- charakterizuje základní skupiny organických sloučenin a jejich významné zástupce, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí - aplikuje pravidla systematického názvosloví organické chemie při popisu sloučenin s možností využití triviálních názvů - aplikuje znalosti o průběhu organických reakcí na konkrétních příkladech	Alkany, cykloalkany, alkeny, alkyny, areny Slučovali jsme jako jedno učivo
posoudí význam i ekologickou únosnost těžby a zpracovatelských technologií v daném regionu	- charakterizuje základní skupiny organických sloučenin a jejich významné zástupce, zhodnotí jejich surovinové	Surovinové zdroje uhlovodíků Dopad těžby na životní prostředí

Chemie	2. ročník	
posuzuje geologickou činnost člověka z hlediska možných dopadů na životní prostředí	zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí - posuzuje geologickou činnost člověka z hlediska možných dopadů na životní prostředí	
vyhodnotí bezpečnost ukládání odpadů a efektivitu využívání druhotných surovin v daném regionu	- posoudí význam i ekologickou únosnost těžby a zpracovatelských technologií v daném regionu	

Chemie	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
aplikuje pravidla systematického názvosloví organické chemie při popisu sloučenin s možností využití triviálních názvů	- charakterizuje základní skupiny organických sloučenin a jejich významné zástupce, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	Deriváty uhlovodíků a jejich klasifikace - halogenderiváty
aplikuje znalosti o průběhu organických reakcí na konkrétních příkladech	- aplikuje pravidla systematického názvosloví organické chemie při popisu sloučenin s možností využití triviálních názvů	
charakterizuje základní skupiny organických sloučenin a jejich významné zástupce, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	- aplikuje znalosti o průběhu organických reakcí na konkrétních příkladech	
aplikuje pravidla systematického názvosloví organické chemie při popisu sloučenin s možností využití triviálních názvů	- charakterizuje základní skupiny organických sloučenin a jejich významné zástupce, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí - aplikuje pravidla systematického názvosloví organické chemie při popisu sloučenin s možností využití triviálních názvů	Organokovové sloučeniny Kyslíkaté deriváty: - alkoholy, fenoly, ethery - karbonylové sloučeniny - karboxylové kyseliny a jejich deriváty - dusíkaté deriváty

Chemie	3. ročník	
charakterizuje základní metabolické procesy a jejich význam	- využívá znalosti základů kvalitativní a kvantitativní analýzy k pochopení jejich praktického významu v organické chemii	Heterocyklické sloučeniny, alkaloidy
využívá znalosti základů kvalitativní a kvantitativní analýzy k pochopení jejich praktického významu v organické chemii		Syntetické makromolekulární látky
charakterizuje základní metabolické procesy a jejich význam	- definuje obor biochemie - objasní strukturu a funkci sloučenin nezbytných pro důležité chemické procesy probíhající v organismech - charakterizuje základní metabolické procesy a jejich význam	Biochemie, přírodní látky a jejich metabolismus - sacharidy - lipidy - bílkoviny a enzymy - nukleové kyseliny - vitamíny, hormony
objasní strukturu a funkci sloučenin nezbytných pro důležité chemické procesy probíhající v organismech		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Problematika vztahů organismů a prostředí		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		

## 5.7 Biologie

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
2.5	3	2.5	0	8
Povinný	Povinný	Povinný		

Název předmětu	Biologie
Oblast	Člověk a příroda
Charakteristika předmětu	Předmět biologie je vyučován v prvním ročníku gymnázia 2,5 hodiny týdně (tj. 2 vyučovací hodiny týdně a jedenkrát za čtrnáct dní jednohodinové praktické cvičení), druhý rok 3 hodiny týdně (tj. 2 vyučovací hodiny týdně a jedenkrát za čtrnáct dní dvouhodinové praktické cvičení) a třetí rok 2,5 hodiny týdně.

Název předmětu	Biologie
	<p>Ve třetím a čtvrtém ročníku si žáci mohou vybrat volitelný předmět biologický seminář, který se ve třetím ročníku vyučuje 2 hodiny týdně a ve čtvrtém 3 hodiny týdně.</p> <p>Vyučuje se celá třída v odborné učebně biologie nebo v kmenových učebnách.</p> <p>Při praktických cvičeních je třída dělena na poloviny a výuka je vedena v laboratoři biologie nebo v terénu.</p> <p>Výuka zahrnuje: základní poznatky z obecné biologie, biologie virů, bakterií, protist, hub, rostlin (morfologie, anatomie, systém a evoluce, ekologie) a živočichů (morfologie, anatomie, systém a evoluce, ekologie, etologie). Při výuce biologie člověka (ontogeneze, evoluce, stavba a funkce orgánových soustav, běžné choroby) jsou zdůrazněna zdravotní rizika a důležitost prevence, studenti zvládnou zásady první pomoci. V návaznosti na učivo biologie rostlin a živočichů si žáci osvojí základní ekologické pojmy a vztahy. Výuka zahrnuje také základy genetiky.</p> <p>Do předmětu biologie jsou integrovány některé očekávané výstupy a učivo z předmětů geologie a výchovy ke zdraví.</p> <p>Žáci s mimořádným zájmem o biologii a v budoucnu o vysokoškolské studium biologických nebo medicínských oborů se mohou zapojit do předmětových soutěží, jako jsou Biologická olympiáda, Ekologická olympiáda nebo Středoškolská odborná činnost. Mohou také pracovat na náročnějších individuálních nebo skupinových projektech pod vedením učitele nebo jiného konzultanta. V případě vynikajících výsledků v předmětu a hlubokého zájmu se škola snaží zajistit konzultace s odborníky z Přírodovědecké fakulty Jihočeské univerzity, vědeckými pracovníky ústavů Biologického centra AVČR apod. Doporučujeme a podporujeme účast nadaných žáků i ve vhodných mimoškolních aktivitách. Přizpůsobíme práci a způsob hodnocení konkrétní formě speciální poruchy učení a chování.</p> <p><b>Výchovné a vzdělávací strategie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozvíjet zájem žáků o přírodu a její ochranu</li> <li>• vede žáky k pochopení závislosti člověka na přírodě a odpovědnosti za životní prostředí</li> <li>• objasňovat význam organismů, dějů v přírodě a jejich vzájemné vztahy</li> <li>• podporovat hledání a pochopení souvislostí mezi stavbou a funkcí organismů</li> <li>• vést k pochopení současného stavu přírody jako výsledku dlouhodobého vývoje</li> <li>• rozvíjí schopnost pozorování, experimentální práce a vyvozování závěrů</li> <li>• podporovat kritické myšlení, logické uvažování a práci s informacemi</li> <li>• rozvíjet zručnost, dovednost ústního, písemného i grafického vyjádření informací</li> <li>• vede žáky k pochopení souvislostí mezi biologií, chemií, fyzikou a společenskými vědami,</li> <li>• podporuje týmovou spolupráci, komunikaci a zodpovědnost při laboratorní i terénní práci</li> </ul>

Název předmětu	Biologie
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	<p><b>Formy a metody:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frontální výuka s výkladem a využitím názorných pomůcek, přírodnin, prezentací apod.</li> <li>• metoda dialogu, zadávání problémových úloh</li> <li>• práce s odbornými texty, obrázky, mikroskopem a digitálními zdroji</li> <li>• práce ve skupinách spojená s využitím různých zdrojů informací a se sebehodnocením přínosu jednotlivce pro výsledek týmové práce</li> <li>• zadávání témat k dlouhodobějšímu studiu a řešení v podobě referátů, projektů s důrazem na vhodnou formu prezentace výsledků</li> <li>• ověřování teoretických poznatků při praktických cvičeních v laboratoři, především na základě práce s přírodním materiálem (živým nebo konzervovaným), ale také práce s literaturou a jinými informačními zdroji</li> <li>• využití modelů, videí a simulačních programů</li> <li>• využití e-learningu a digitálních nástrojů</li> <li>• přírodovědné vycházky a odborné exkurze</li> </ul>
Integrace předmětů	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biologie</li> <li>• Geologie</li> <li>• Výchova ke zdraví</li> </ul>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chemie</li> <li>• Geografie</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Seminář z biologie</li> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Společenskovědní seminář</li> <li>• Informatika</li> <li>• Seminář z geografie</li> <li>• Seminář z fyziky lékařských věd</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu,	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k rozpoznání biologického problému, formulování hypotézy a navržení postupu jejího ověření</li> </ul>

Název předmětu	Biologie
<p>jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• podporujeme žáky v používání pozorování, pokusů a modelování k řešení otázek z živé přírody</li> <li>• žáci jsou motivováni k analýze získaných dat, jejich interpretaci a kritickému posouzení výsledků</li> </ul>
	<p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k odpovědnému postoji k živé přírodě, životnímu prostředí a ochraně zdraví</li> <li>• podporujeme uvědomování si důsledků lidské činnosti na ekosystémy a v přemýšlení o udržitelném rozvoji</li> <li>• motivujeme k aktivnímu zájmu o environmentální dění a k účasti na projektech zaměřených na ochranu přírody</li> <li>• podporujeme uvědomění rovnosti národů a ras</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vyžadujeme dodržování pravidel bezpečné práce (BOZP)</li> <li>• vedeme ke schopnosti samostatně plánovat a řešit přiměřené teoretické i praktické úkoly</li> <li>• vedeme žáky k samostatnému řešení praktických úkolů a k využívání biologických poznatků v běžném životě</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• motivujeme k aktivnímu pozorování přírodních jevů a k vyvozování závěrů z vlastních poznatků</li> <li>• vedeme žáky k osvojení různých strategií učení</li> <li>• podporujeme samostatné vyhledávání informací z různých informačních zdrojů a jejich tvořivé zpracování</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby kriticky hodnotili dosažené výsledky svého učení</li> <li>• motivujeme žáky k propojení poznatků z biologie s ostatními vědními obory a k pochopení širších souvislostí</li> </ul>
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k jasnému a věcnému vyjadřování biologických poznatků ústně i písemně</li> <li>• podporujeme užívání odborné terminologie, symbolů a názvů organismů</li> <li>• rozvíjíme u žáků schopnost prezentaci výsledků svých pozorování, laboratorních cvičení a projektů v různých formách (tabulky, grafy, plakáty, prezentace).</li> <li>• vedeme žáky ke schopnosti prezentovat svou práci před publikem, diskutovat, věcně argumentovat, přijmout ocenění i kritiku</li> </ul>

Název předmětu	Biologie
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vytváříme podmínky pro řešení úkolů ve skupinách a podporujeme spolupráci při stanovování a dosahování společných cílů</li> <li>• vedeme žáky k uvědomění odpovědnosti za výsledek práce týmu</li> <li>• vedeme žáky k reálnému posouzení vlastních možností při stanovování cílů a priorit</li> <li>• motivujeme žáky k aktivnímu zapojování do diskuzí, sdílení poznatků</li> <li>• podporujeme vytváření hodnotných mezilidských vztahů</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k využívání digitálních nástrojů pro zpracování, analýzu a prezentaci biologických dat</li> <li>• podporujeme používání aplikací pro určování organismů, zpracování fotografií, grafů či map</li> <li>• motivujeme k bezpečnému, etickému a kritickému používání informací z digitálních zdrojů a vědeckých databází</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	Žáci jsou hodnoceni stupněm 1-5 dle klasifikačního řádu školy, bez slovního hodnocení. Součástí hodnocení je ústní nebo písemné zkoušení. Dále je hodnoceno poznávání přírodnin, individuální a skupinová práce, projekty a výstupy z laboratorních cvičení. Minimální počet známek za pololetí je stanoven na dvojnásobek týdenní hodinové dotace.

Biologie	1. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
odliší živé soustavy od neživých na základě jejich charakteristických vlastností	- porovná složení a strukturu jednotlivých zemských sfér a objasní jejich vzájemné vztahy	Geologická období vývoje Země, evoluce živočichů

Biologie	1. ročník	
	- porovná významné hypotézy o vzniku a evoluci živých soustav na Zemi	
odvodí hierarchii recentních organismů ze znalostí o jejich evoluci	- odvodí hierarchii recentních organismů ze znalostí o jejich evoluci	Vznik a vývoj živých soustav
porovná významné hypotézy o vzniku a evoluci živých soustav na Zemi	- porovná významné hypotézy o vzniku a evoluci živých soustav na Zemi	
charakterizuje viry jako nebuněčné soustavy	- charakterizuje viry jako nebuněčné soustavy	Stavba a funkce virů
zhodnotí způsoby ochrany proti virovým onemocněním a metody jejich léčby	- zhodnotí způsoby ochrany proti virovým onemocněním	Rozmnožování virů; virová onemocnění rostlin, zvířat, člověka; přehled významných zástupců virů, HIV / AIDS
zhodnotí pozitivní a negativní význam virů	- zhodnotí pozitivní a negativní význam virů	Obrana proti virovým onemocněním
charakterizuje bakterie z ekologického, zdravotnického a hospodářského hlediska	- objasní stavbu a funkci strukturních složek a životní projevy prokaryotních a eukaryotních buněk	Stavba a funkce bakterií; prokaryotická buňka
objasní stavbu a funkci strukturních složek a životní projevy prokaryotních a eukaryotních buněk	- charakterizuje bakterie z ekologického, zdravotnického a hospodářského hlediska	
zhodnotí způsoby ochrany proti bakteriálním onemocněním a metody jejich léčby	- zhodnotí způsoby ochrany proti bakteriálním onemocněním a metody jejich léčby	Přehled významných zástupců, bakteriální onemocnění; bakterie a biotechnologie
objasní stavbu a funkci strukturních složek a životní projevy prokaryotních a eukaryotních buněk	- objasní stavbu a funkci strukturních složek a životní projevy prokaryotních a eukaryotních buněk	Buňka jako základní stavební a funkční jednotka
vysvětlí význam diferenciací a specializace buněk pro mnohobuněčné organismy	- vysvětlí význam diferenciací a specializace buněk pro mnohobuněčné organismy	Histologie - pletiva a jejich rozdělení
popíše stavbu těl rostlin, stavbu a funkci rostlinných orgánů	- popíše stavbu těl rostlin, stavbu a funkci rostlinných orgánů	Morfologie a anatomie rostlin, rostlinná buňka, pletiva a jejich rozdělení, kořen, stonek, list, květ, plod; Fyziologie rostlin, voda, vodní režim, fotosyntéza, dýchání, minerální výživa, růst, vývoj a rozmnožování rostlin
objasní princip životních cyklů a způsoby rozmnožování rostlin	- objasní princip životních cyklů a způsoby rozmnožování rostlin	Systém rostlin - jednotlivá oddělení a třídy - nižší rostliny, mechorosty, kapraďorosty, semenné rostliny
porovná společné a rozdílné vlastnosti stélkatých a cévnatých rostlin	- porovná společné a rozdílné vlastnosti stélkatých a cévnatých rostlin	Systém a evoluce rostlin, řasy

Biologie	1. ročník	
pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné rostlinné druhy a uvede jejich ekologické nároky	- pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné rostlinné druhy a uvede jejich ekologické nároky	Mechorosty, kapradorosty, semenné rostliny
zhodnotí rostliny jako primární producenty biomasy a možnosti využití rostlin v různých odvětvích lidské činnosti	- zhodnotí rostliny jako primární producenty biomasy a možnosti využití rostlin v různých odvětvích lidské činnosti	Rostliny a prostředí; významní zástupci
posoudí vliv životních podmínek na stavbu a funkci rostlinného těla	- posoudí vliv životních podmínek na stavbu a funkci rostlinného těla	Rostliny a prostředí; Systém a evoluce rostlin
zhodnotí problematiku ohrožených rostlinných druhů a možnosti jejich ochrany	- zhodnotí problematiku ohrožených rostlinných druhů a možnosti jejich ochrany	Rostliny a prostředí; Ekologie
porovná složení a strukturu jednotlivých zemských sfér a objasní jejich vzájemné vztahy	- porovná složení a strukturu jednotlivých zemských sfér a objasní jejich vzájemné vztahy	Geologická historie Země - geologická období vývoje Země, evoluce rostlin - řasy, mechorosty, kapradorosty, semenné rostliny
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Problematika vztahů organismů a prostředí		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		

Biologie	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>

Biologie	2. ročník	
pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné zástupce hub a lišejníků	- pozná a pojmenuje (s možným využitím informačních zdrojů) významné zástupce hub a lišejníků	Stavba a funkce hub a lišejníků; charakteristika hub a lišejníků
posoudí ekologický, zdravotnický a hospodářský význam hub a lišejníků	- posoudí ekologický, zdravotnický a hospodářský význam hub a lišejníků	Přehled významných zástupců hub a lišejníků
charakterizuje protista z ekologického, zdravotnického a hospodářského hlediska	- charakterizuje protista z ekologického, zdravotnického a hospodářského hlediska	Stavba a funkce protist; Přehled významných zástupců protist
objasní principy základních způsobů rozmnožování a vývoj živočichů	- objasní principy základních způsobů rozmnožování a vývoj živočichů	Ontogeneze a fylogeneze živočichů
charakterizuje hlavní taxonomické jednotky živočichů a jejich významné zástupce	- charakterizuje hlavní taxonomické jednotky živočichů a jejich významné zástupce	Morfologie, anatomie, fyziologie, systém a evoluce bezobratlých a obratlovců
popíše evoluci a adaptaci jednotlivých orgánových soustav	- popíše evoluci a adaptaci jednotlivých orgánových soustav	Morfologie, anatomie, fyziologie, systém a evoluce bezobratlých a obratlovců; evoluce živočichů a jejich orgánových soustav, živočichové a jejich adaptace prostředí
pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné živočišné druhy a uvede jejich ekologické nároky	- pozná a pojmenuje (s možným využitím informačních zdrojů) významné živočišné druhy a uvede jejich ekologické nároky	Systém živočichů, živočichové a prostředí, etologie živočichů; Významní zástupci bezobratlých: houbovci, žahavci, ploštěnci, hlísti, měkkýši, kroužkovci, členovci, ostnokožci Významní zástupci obratlovců: paryby, ryby, obojživelníci, plazi
posoudí význam živočichů v přírodě a v různých odvětvích lidské činnosti	- posoudí význam živočichů v přírodě a v různých odvětvích lidské činnosti	Živočichové a prostředí, ochrana živočichů
charakterizuje pozitivní a negativní působení živočišných druhů na lidskou populaci	- charakterizuje pozitivní a negativní působení živočišných druhů na lidskou populaci	Živočichové a prostředí, hospodářské využití živočichů, onemocnění živočichů
charakterizuje základní typy chování živočichů	- charakterizuje základní typy chování živočichů	Etologie živočichů, fyziologie živočichů
zhodnotí problematiku ohrožených živočišných druhů a možnosti jejich ochrany	- zhodnotí problematiku ohrožených živočišných druhů a možnosti jejich ochrany	Živočichové a prostředí, ekologie, ochrana živočichů
objasňuje základní ekologické vztahy	- používá správně základní ekologické pojmy	Podmínky života;
používá správně základní ekologické pojmy	- objasňuje základní ekologické vztahy	Biosféra a její členění
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		

Biologie	2. ročník	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Problematika vztahů organismů a prostředí		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		

Biologie	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
objasní principy základních způsobů rozmnožování a vývoj živočichů	- objasní principy základních způsobů rozmnožování a vývoj živočichů	Ontogeneze a fylogeneze živočichů, systém živočichů
charakterizuje hlavní taxonomické jednotky živočichů a jejich významné zástupce	- charakterizuje hlavní taxonomické jednotky živočichů a jejich významné zástupce	Morfologie a anatomie živočichů, systém a evoluce živočichů, živočichové a prostředí
popíše evoluci a adaptaci jednotlivých orgánových soustav	- popíše evoluci a adaptaci jednotlivých orgánových soustav	Morfologie a anatomie živočichů, systém a evoluce živočichů, živočichové a prostředí
pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné živočišné druhy a uvede jejich ekologické nároky	- pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné živočišné druhy a uvede jejich ekologické nároky	Systém živočichů, živočichové a prostředí, etologie živočichů, významní zástupci – ptáci, savci
posoudí význam živočichů v přírodě a v různých odvětvích lidské činnosti	- posoudí význam živočichů v přírodě a v různých odvětvích lidské činnosti	Živočichové a prostředí, etologie živočichů
charakterizuje pozitivní a negativní působení živočišných druhů na lidskou populaci	- charakterizuje pozitivní a negativní působení živočišných druhů na lidskou populaci	Živočichové a prostředí, etologie živočichů
charakterizuje základní typy chování živočichů	- charakterizuje základní typy chování živočichů	Etologie živočichů
zhodnotí problematiku ohrožených živočišných druhů a možnosti jejich ochrany	- zhodnotí problematiku ohrožených živočišných druhů a možnosti jejich ochrany	Živočichové a prostředí, ekologie

Biologie	3. ročník	
podle předloženého schématu popíše a vysvětlí evoluci člověka	- podle předloženého schématu popíše a vysvětlí evoluci člověka	Evoluce člověka, fylogenetický vývoj člověka, lidská plemena
využívá znalosti o orgánových soustavách pro pochopení vztahů mezi procesy probíhajícími v lidském těle	<ul style="list-style-type: none"> <li>- využívá znalosti o orgánových soustavách pro pochopení vztahů mezi procesy probíhajícími v lidském těle</li> <li>- popíše kosti a svaly jako součást soustavy opěrné a pohybové a vysvětlí jejich funkci</li> <li>- popíše a vysvětlí význam jednotlivých složek krve</li> <li>- popíše jednotlivé části oběhové soustavy a vysvětlí jejich funkci, popíše stavbu a činnost srdce</li> <li>- popíše a zhodnotí význam jednotlivých částí mízní soustavy</li> <li>- popíše orgány dýchací soustavy a vysvětlí princip dýchání</li> <li>- popíše orgány trávicí soustavy a vysvětlí proces trávení</li> <li>- dle možností uplatňuje zásady zdravé výživy</li> <li>- je si vědom nebezpečí poruch příjmu potravy</li> <li>- popíše orgány vylučovací soustavy a vysvětlí jejich funkci</li> <li>- zdůvodní význam pitného režimu</li> <li>- popíše stavbu a funkci kůže</li> <li>- vysvětlí rizika nadměrného slunění v souvislosti s výskytem rakoviny kůže</li> <li>- popíše endokrinní žlázy, vysvětlí vliv hormonů a poruchy jejich produkce</li> <li>- popíše stavbu a funkci nervové soustavy</li> <li>- popíše anatomii a fyziologii smyslových orgánů</li> </ul>	<p>Tkáně</p> <p>Orgánové soustavy člověka: pohybová soustava, tělní tekutiny, krev, oběhová soustava, mízní soustava, dýchací soustava, trávicí soustava, metabolismus vylučovací soustava, kožní soustava, hormonální soustava, nervová soustava, smysly</p> <p>onemocnění jednotlivých soustav a jejich prevence</p> <p>zásady první pomoci</p>
<p>charakterizuje individuální vývoj člověka a posoudí faktory ovlivňující jej v pozitivním a negativním směru</p> <p>využívá znalosti o orgánových soustavách pro pochopení vztahů mezi procesy probíhajícími v lidském těle</p>	<p>- charakterizuje individuální vývoj člověka a posoudí faktory ovlivňující jej v pozitivním i negativním směru</p> <p>- využívá znalostí o orgánových soustavách pro pochopení procesů probíhajících ve vlastním těle</p> <p>- analyzuje nejčastější příčiny vzniku civilizačních chorob a možné způsoby ochrany před nimi</p>	<p>Ontogenetický vývoj člověka, rozmnožovací soustava; orgánové soustavy člověka choroby a jejich prevence v rámci jednotlivých soustav, základy první pomoci</p>

Biologie	3. ročník	
projevuje odolnost vůči výzvám k sebepoškozujícímu chování a rizikovému životnímu stylu	- projevuje odolnost vůči výzvám k sebepoškozujícímu chování a rizikovému životnímu stylu	Civilizační choroby v rámci orgánových soustav, poruchy příjmu potravy,
zaujímá odmítavé postoje ke všem formám rizikového chování	- zaujímá odmítavé postoje ke všem formám rizikového chování	Choroby přenosné pohlavním stykem, HIV/AIDS, hepatitidy
uvede důsledky porušování paragrafů trestního zákona souvisejících s výrobou a držením návykových látek a s činností pod jejich vlivem, sexuálně motivovanou kriminalitou, skrytými formami individuálního násilí a vyvozuje z nich osobní odpovědnost	- uvede důsledky porušování paragrafů trestního zákona souvisejících s výrobou a držením návykových látek a s činností pod jejich vlivem, sexuálně motivovanou kriminalitou, skrytými formami individuálního násilí a vyvozuje z nich osobní odpovědnost	Choroby přenosné pohlavním stykem, HIV/AIDS, hepatitidy, psychotropní a návykové látky a jejich vliv na nervovou soustavu a lidské tělo – v rámci orgánových soustav
rozhoduje podle osvojených modelů chování a konkrétní situace o způsobu jednání v situacích vlastního nebo cizího ohrožení	- rozhoduje podle osvojených modelů chování a konkrétní situace o způsobu jednání v situacích vlastního nebo cizího ohrožení	Rizika v oblasti sexuálního a reprodukčního zdraví, promiskuita, předčasné ukončení těhotenství
podle konkrétní situace zasáhne při závažných poraněních a život ohrožujících stavech	- podle konkrétní situace zasáhne při závažných poraněních a život ohrožujících stavech	První pomoc – úrazy, náhlé zdravotní příhody; psychohygiena – předcházení stresům, zvládnání stresových situací, hledání pomoci
orientuje se ve své osobnosti, emocích a potřebách uplatňuje odpovědné a etické přístupy k sexualitě, rozhoduje se s vědomím možných důsledků	- orientuje se ve své osobnosti, emocích a potřebách - uplatňuje odpovědné a etické přístupy k sexualitě, rozhoduje se s vědomím možných důsledků	Změny v období adolescence, způsoby reflexe a kontroly emocí; Hygiena pohlavního styku, hygiena v těhotenství Péče o reprodukční zdraví – faktory ovlivňující plodnost, preventivní prohlídky, osvěta v oblasti návykových látek – nikotinu, alkoholu, drog a sexuálně přenosných chorob; modely vzájemného chování – partnerského a sexuálního života
orientuje se v problematice reprodukčního zdraví z hlediska odpovědnosti k budoucímu rodičovství	- orientuje se v problematice reprodukčního zdraví z hlediska odpovědnosti k budoucímu rodičovství	Rozmnožovací soustava, ontogenetický vývin člověka
zná práva každého jedince v oblasti sexuality a reprodukce	- zná práva každého jedince v oblasti sexuality a reprodukce	Rozmnožovací soustava, ontogenetický vývin člověka
analyzuje možnosti využití znalostí z oblasti genetiky v běžném životě	- využívá znalosti o genetických zákonitostech pro pochopení rozmanitosti organismů	Molekulární základy dědičnosti; dědičnost a proměnlivost, genetika a člověk, genetika populací
využívá znalosti o genetických zákonitostech pro pochopení rozmanitosti organismů	- analyzuje možnosti využití znalostí z oblasti genetiky v běžném životě	

Biologie	3. ročník
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti	
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky	
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě	
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Problematika vztahů organismů a prostředí	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí	

## 5.8 Geografie

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
1.5	2	2	0	5.5
Povinný	Povinný	Povinný		

Název předmětu	Geografie
Oblast	Člověk a příroda
Charakteristika předmětu	<p>Předmět geografie je vyučován v celé třídě jako samostatný předmět v 1. až 3. ročníku v intenzitě dvě hodiny týdně (v prvním ročníku 1 a půl hodiny). Navíc ve třetím ročníku mají žáci k dispozici dvě hodiny geografie týdně, jedná se o prohlubující a rozšiřující učivo v semináři. Výuka probíhá v učebnách, které jsou vybaveny moderními technologiemi. Mezipředmětové vztahy jsou aplikovány i na předměty z ostatních vzdělávacích oblastí – matematiku, informační a komunikační technologie, chemii, biologii a dějepis.</p> <p><b>Výchovné a vzdělávací strategie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• získávat a rozvíjet orientaci v geografickém prostředí, osvojit si hlavní geografické objekty, jevy, pojmy a používat poznávací metody</li> </ul>

Název předmětu	Geografie
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• získávat a rozvíjet dovednosti pracovat se zdroji geografických informací</li> <li>• respektovat přírodní hodnoty, lidské výtvořky a podporovat ochranu životního prostředí</li> <li>• rozvíjet trvalý zájem o poznávání vlastní země a regionů světa jako nedílné součásti životního způsobu moderního člověka</li> <li>• rozvíjet kritické myšlení a logické uvažování</li> <li>• aplikovat geografické poznatky v praktickém životě</li> </ul> <p>Vzdělávací obsah předmětu <b>geologie</b> je integrován do předmětů geografie, chemie a biologie v 1. až 3. ročníku čtyřletého studijního oboru vyššího gymnázia. Očekávané výstupy a učivo jsou obsaženy v osnovách uvedených předmětů.</p> <p>Do předmětu geografie jsou zařazena témata:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Země jako geologické těleso,</li> <li>• zemské sféry,</li> <li>• geologická historie Země – období vývoje Země, změny polohy kontinentů,</li> <li>• magmatický proces,</li> <li>• zvětrávání a sedimentační proces,</li> <li>• metamorfní procesy,</li> <li>• deformace litosféry,</li> <li>• povrchové vody,</li> <li>• podzemní vody,</li> <li>• vznik a vývoj půd,</li> <li>• interakce mezi přírodou a společností – rekultivace a revitalizace krajiny</li> <li>• práce v terénu, geologická exkurze</li> </ul> <p>Do předmětu chemie je zařazeno téma:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• minerály – jejich vznik a ložiska, krystaly a jejich vnitřní stavba, fyzikální a chemické vlastnosti minerálů</li> </ul> <p>Do předmětu biologie jsou zařazena témata:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• geologická historie Země – evoluce bioty a prostředí</li> <li>• interakce mezi přírodou a společností – přístupy environmentální geologie</li> </ul>

Název předmětu	Geografie
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	<p><b>Metody výuky:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frontální výuka s demonstračními pomůckami, obrazovým materiálem</li> <li>• skupinová práce (s využitím map, pracovních listů, odborné literatury, časopisů, internetu)</li> <li>• zeměpisné vycházky s pozorováním, odborné exkurze</li> <li>• geografické terénní vycházky, planetárium, muzeum</li> <li>• využití internetu, výukových programů</li> <li>• odborné exkurze</li> </ul>
Integrace předmětů	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geografie</li> <li>• Geologie</li> </ul>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biologie</li> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Německý jazyk</li> <li>• Chemie</li> <li>• Český jazyk a literatura</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Informatika</li> <li>• Konverzace v německém jazyce</li> <li>• Seminář z dějepisu 20. století</li> <li>• Matematika</li> <li>• Literární seminář</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k vyhledávání a kombinování informací z různých informačních zdrojů, k využívání metod, při kterých docházejí k objevům, řešením a závěrům sami žáci, k argumentaci, k diskusi na dané téma, k obhajování svých výroků, k odpovědím na otevřené otázky, k práci s chybou</li> </ul> <p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k dodržování pravidel slušného chování, k pochopení práv a povinností v souvislosti s principem trvale udržitelného rozvoje, k tomu, aby brali ohled na druhé, k vytváření osobních představ o geografickém a životním prostředí</li> </ul>

Název předmětu	Geografie
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• učíme žáky, aby se dokázali rozhodnout k dalšímu studiu a profesnímu zaměření, zdůrazňujeme jejich vlastní iniciativu a tvořivost, podněcujeme je k tomu, aby byli schopni dokončit zahájené aktivity.</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k vyhledávání, shromažďování, třídění, porovnávání informací, k používání odborné terminologie, k nalézání souvislostí mezi získanými poznatky a využití v praxi, k využívání vlastních zkušeností a poznatků z jiných předmětů</li> <li>• prohlubujeme schopnost žáků vybírat a využívat z velkého množství informace podstatné, podněcujeme samostatnou práci, uplatnění vlastního názoru, směřujeme žáky k tomu, aby dovedli své vědomosti uplatnit i v praktickém životě</li> </ul>
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky ke komunikaci mezi sebou navzájem, mezi učitelem a žákem, k dodržování předem stanovených pravidel vzájemné komunikace, k naslouchání a respektování názorů druhých, k interpretaci či prezentaci různých textů, obrazových materiálů, grafů a jiných forem záznamů v písemné i mluvené podobě</li> </ul>
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k využívání skupinového a inkluzivního vyučování, k utváření pocitu zodpovědnosti za svá jednání, k ochotě pomoci a o pomoc požádat, k spoluúčasti na vytváření kritérií hodnocení a k následnému hodnocení svých výsledků, k dodržování dohodnuté kvality, postupů, termínů, k občanské odpovědnosti za vytváření podmínek pro udržitelný rozvoj v lokálním a globálním měřítku</li> </ul>
	<p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému a smysluplnému využívání digitálních technologií při získávání, zpracování a prezentaci geografických informací</li> <li>• vedeme žáky k práci s digitálními mapami, GIS nástroji, interaktivními modely a vizualizacemi pro pochopení prostorových souvislostí na regionální i globální úrovni</li> <li>• učíme žáky vyhledávat, třídít a kriticky hodnotit geografická data z online zdrojů a ověřovat jejich věrohodnost</li> </ul>

Název předmětu	Geografie
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• podporujeme žáky v používání digitálních nástrojů pro tvorbu prezentací, infografik, mapových výstupů a projektových prací</li> <li>• vedeme žáky k respektování autorských práv, k etickému zacházení s daty a k bezpečné práci v digitálním prostředí</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	<p>Minimální počet známek za pololetí je stanoven na dvojnásobek hodinové týdenní dotace vyučovaného předmětu. Výjimkou je druhé pololetí u maturitního ročníku, zde je nutností získat minimálně 4 známky. Hodnocení známkou 1-5, bez slovního hodnocení:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• po každém tematickém celku ověření znalostí testem (za pololetí tři známky)</li> <li>• jedno ústní orientační hodnocení</li> <li>• výrazné ohodnocení za aktivní účast ve vyučovacím procesu</li> </ul>

Geografie	1. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
používá s porozuměním vybranou geografickou, topografickou a kartografickou terminologii	- posoudí význam a postavení geografie v minulosti a v dnešní společnosti	Úvod do studia geografie: vývoj geografie, její postavení mezi vědami, členění geografie, geografie jako systém, objekt a předmět geografie, krajinná sféra
porovná postavení Země ve vesmíru a podstatné vlastnosti Země s ostatními tělesy sluneční soustavy	- porovná postavení Země ve vesmíru a podstatné vlastnosti Země s ostatními tělesy sluneční soustavy - na konkrétních příkladech vysvětlí důsledky pohybů Země - žák pracuje s časovými pásmy	Země jako vesmírné těleso: Vesmír, naše sluneční soustava – vznik, vývoj složení; Postavení Země ve vesmíru, tvar, pohyby a velikost Země, důsledky pohybu Země pro život lidí a organismů, střídání dne a noci, střídání ročních období, časová pásma, slapové jevy, kalendář

Geografie	1. ročník	
čte, interpretuje a sestavuje jednoduché grafy a tabulky, analyzuje a interpretuje číselné geografické údaje	- používá dostupné kartografické produkty a další geografické zdroje dat a informací v tištěné i elektronické podobě pro řešení geografických problémů	Kartografie: geografická kartografie a topografie – praktické aplikace s kartografickými produkty s mapami různých funkcí, s kartogramy; geografický a kartografický vyjadřovací jazyk – obecně používané pojmy, kartografické znaky, vysvětlivky, statistická data, ostatní informační, komunikační a dokumentační zdroje dat pro geografii; geografické informační a navigační systémy – geografický informační systém (GIS), dálkový průzkum Země (DPZ), praktické využití GIS, DPZ a satelitních navigačních přístrojů GPS (globální polohový systém); terénní geografická výuka, praxe a aplikace – geografické exkurze a terénní cvičení, praktická topografie, orientace, bezpečnost pohybu a pobytu v terénu, postupy při pozorování, zobrazování a hodnocení přírodních a společenských prvků krajiny jejich interakce; Známořňování Země na mapách: historie a současnost, kartografická zobrazení, topografie; práce s mapou; Mapa – druhy, obsah, měřítko, generalizace; Současné atlasy
orientuje se s pomocí map v krajině	- používá s porozuměním vybranou geografickou, topografickou a kartografickou terminologii	
používá dostupné kartografické produkty a další geografické zdroje dat a informací v tištěné i digitální podobě pro řešení geografických problémů	- čte, interpretuje a sestavuje jednoduché grafy a tabulky, analyzuje a interpretuje číselné geografické údaje	
používá s porozuměním vybranou geografickou, topografickou a kartografickou terminologii	- vytváří a využívá vlastní mentální schémata a mentální mapy pro orientaci v konkrétním území	
vytváří a využívá vlastní mentální schémata a mentální mapy pro orientaci v konkrétním území	- lokalizuje a vzájemně porovnává objekty (systémy) a procesy v geografickém prostředí, rozlišuje v něm znaky společné a znaky odlišné - orientuje se s pomocí map v krajině	
rozliší složky a prvky fyzickogeografické sféry a rozpozná vztahy mezi nimi	- rozliší složky a prvky fyzickogeografické sféry a rozpozná vztahy mezi nimi, objasní mechanismy v ní probíhající a zákonitosti v rozmístění uvedených složek a prvků	Fyzickogeografická sféra – vzájemné vazby a souvislosti složek fyzickogeografické sféry, základní zákonitosti stavu a vývoje složek fyzickogeografické sféry; důsledky pro přírodní prostředí systém fyzickogeografické sféry na planetární a na regionální úrovni – objekty, jevy, procesy, zonalita, azonální jevy
analyzuje energetickou bilanci Země a příčiny vnitřních a vnějších geologických procesů	- porovná složení a strukturu jednotlivých zemských sfér a objasní jejich vzájemné vztahy	Složení pevného zemského tělesa – zemské jádro, zemský plášť a zemská kůra; zemský magnetismus; energetická bilance Země; vznik magmatu a jeho tuhnutí Země jako geologické těleso – základní geobiocykly geologická historie Země – geologická
analyzuje různé druhy poruch v litosféře	- analyzuje jednotlivé části pevného zemského tělesa z chemického a fyzikálního hlediska	
objasní mechanismy globální cirkulace atmosféry a její důsledky pro vytváření klimatických pásů	- analyzuje energetickou bilanci Země a příčiny vnitřních	

Geografie	1. ročník	
porovná na příkladech mechanismy působení endogenních (včetně deskové tektoniky) a exogenních procesů a jejich vliv na utváření zemského povrchu a na život lidí	a vnějších geologických procesu - porovná na příkladech mechanismy působení endogenních a exogenních procesu včetně deskové tektoniky a jejich vliv na utváření zemského povrchu a na život lidí	období vývoje Země; změny polohy kontinentu; Litosféra – litosférické desky, (teorie a mechanismus deskové tektoniky);
porovná složení a strukturu jednotlivých zemských sfér a objasní jejich vzájemné vztahy	- analyzuje různé druhy poruch v litosféře	Pevniny a oceány; vývoj stavby pevnin a oceánu; členění zemské kůry – pevninská a oceánská, mechanické a chemické zvětrávání; Georeliéf; vlivy lidské činnosti na georeliéf – vnitřní a vnější geomorfologické síly a jejich konkrétní projevy na zemském povrchu; tvary zemského povrchu, deformace litosféry, křehká a plastická deformace geologických objektu; zemětřesení a vulkanismus
objasní mechanismy globální cirkulace atmosféry a její důsledky pro vytváření klimatických pásů	- objasní mechanismy globální cirkulace atmosféry a její důsledky pro vytváření klimatických pásů	Atmosféra – jako složka zemského klimatického systému (složení, význam); všeobecný oběh atmosféry; pojmy – podnebí, počasí; podnebné pásy Země
objasní velký a malý oběh vody a rozliší jednotlivé složky hydrosféry a jejich funkci v krajině	- žák pracuje se synoptickou mapou	
určí základní vlastnosti vzorku půdního profilu a navrhne využitelnost a způsob efektivního hospodaření s půdou v daném regionu		
zhodnotí využitelnost různých druhů vod a posoudí možné způsoby efektivního hospodaření s vodou v příslušném regionu		
hodnotí vodstvo a půdní obal Země jako základ života a zdroje rozvoje společnosti	- posoudí význam vody v krajině	Hydrosféra – vysvětlení pojmu, význam, rozložení vody na zemi;
objasní velký a malý oběh vody a rozliší jednotlivé složky hydrosféry a jejich funkci v krajině	- objasní velký a malý oběh vody a rozliší jednotlivé složky hydrosféry a jejich funkci v krajině	Oběh vody na Zemi, voda na pevnině a v oceánech a mořích;
zhodnotí využitelnost různých druhů vod a posoudí možné způsoby efektivního hospodaření s vodou v příslušném regionu	- objasní základní charakteristiku vody v oceánech a na pevninách	pohyby mořské vody; kryosféra - povrchové vody – jejich rozložení na Zemi;
	- zhodnotí využitelnost různých druhů vod a navrhne možné způsoby efektivního hospodaření vodou v příslušném regionu	hydrogeologický cyklus;
	- hodnotí vodstvo a půdní obal Země jako základ života a zdroje rozvoje společnosti	geologické působení vody podzemní vody – propustnost hornin; hydrogeologické systémy; ochrana podzemních vod, ledovce a jejich význam
hodnotí vodstvo a půdní obal Země jako základ života a zdroje rozvoje společnosti	- analyzuje význam jednotlivých půdních typů a druhů na zemědělskou činnost člověka	Pedosféra – význam půd pro život na Zemi, vznik a vývoj půd;

Geografie	1. ročník	
určí základní vlastnosti vzorku půdního profilu a navrhne využitelnost a způsob efektivního hospodaření s půdou v daném regionu	- charakterizuje mechanismy podílející se na tvorbě půdy - určí základní vlastnosti vzorku půdního profilu a navrhne využitelnost a způsob efektivního hospodaření s půdou v daném regionu	půdní typy a druhy; Zonálnost a azonálnost; rozmístění pedosféry; Vliv lidské činnosti na pedosféru
zhodnotí nerovnoměrné rozmístění, objem a distribuci světových surovinových a energetických zdrojů		
posoudí význam i ekologickou únosnost těžby a zpracovatelských technologií v daném regionu	- rozliší hlavní biomy světa - na příkladech vysvětlí rozdíly v pásmovitosti a zonalitě	Biosféra – organismy na Zemi a jejich životní prostředí; Geografická zonalita, šířková pásmovitost a výšková stupňovitost; Přírodní zóny Země; Antropogenní vliv na biosféru; Práce v terénu a geologická exkurze
posuzuje geologickou činnost člověka z hlediska možných dopadů na životní prostředí	- posuzuje geologickou činnost člověka z hlediska možných dopadů na životní prostředí	
rozliší hlavní biomy světa	- posoudí význam i ekologickou únosnost těžby a zpracovatelských technologií v daném regionu	
určí nerostné složení a rozpozná strukturu běžných magmatických, sedimentárních a metamorfovaných hornin	- vyhodnotí bezpečnost ukládání odpadu a efektivitu využívání druhotných surovin v daném regionu	
vyhodnotí bezpečnost ukládání odpadů a efektivitu využívání druhotných surovin v daném regionu	- zhodnotí některá rizika působení přírodních a společenských faktorů na životní prostředí v lokální, regionální a globální úrovni	
využívá geologickou mapu ČR k objasnění geologického vývoje regionů	- zhodnotí na příkladech různé krajiny jako systém pevninské části krajinné sféry se specifickými znaky, určitými složkami, strukturou, okolím a funkcemi	
zhodnotí na příkladech různé krajiny jako systém pevninské části krajinné sféry se specifickými znaky, určitými složkami, strukturou, okolím a funkcemi		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		

Geografie	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> </ul>	

Geografie	2. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
analyzuje hlavní rasová, etnická, jazyková, náboženská, kulturní a politická specifika s ohledem na způsob života a životní úroveň v kulturních regionech světa	- analyzuje na konkrétních příkladech přírodní a kulturní (společenské) krajinné složky a prvky krajiny - rozliší složky a prvky socioekonomické sféry a rozpozná vztahy mezi nimi	Socioekonomická sféra: úvod, socioekonomická, sféra jako systém; Obyvatelstvo – základní geografické, demografické, etnické a hospodářské charakteristiky;
analyzuje na konkrétních příkladech přírodní a kulturní (společenské) krajinné složky a prvky krajiny	- zhodnotí na příkladech dynamiku vývoje obyvatelstva na Zemi, geografické, demografické a hospodářské aspekty působící na	kulturní a politické prostředí – struktura obyvatelstva (rasy, jazyky, národy a náboženství; základní charakteristiky), státní zřízení, geopolitické procesy, hlavní světová ohniska napětí;
identifikuje obecné základní geografické znaky a funkce sídel a aktuální tendence ve vývoji osídlení	chování, pohyb, rozmístění a zaměstnanost obyvatelstva	Pohyb obyvatelstva: sídla a osídlení – sídelní, struktura a její vývoj, sídlo, obec, město, jejich funkce, venkovská a městská sídla;
zhodnotí na příkladech dynamiku vývoje obyvatelstva na Zemi, geografické, demografické a hospodářské aspekty působící na chování, pohyb, rozmístění a zaměstnanost obyvatelstva	- posoudí aspekty působící na chování, pohyb, rozmístění a zaměstnanost obyvatelstva - analyzuje hlavní rasová, etnická, jazyková, náboženská, kulturní a politická specifika s ohledem na způsob života a životní úroveň v kulturních regionech světa - identifikuje obecné základní geografické znaky sídel a aktuální tendence ve vývoji osídlení - posoudí a analyzuje problémy spojené s existencí lidstva a vytvoří vlastní budoucnost lidstva na Zemi	Proces urbanizace
lokalizuje na politické mapě světa hlavní aktuální geopolitické problémy a změny s přihlédnutím k historickému vývoji	- zhodnotí na příkladech světové hospodářství jako otevřený dynamický systém s určitými složkami, strukturou a funkcemi a zohlední faktory územního rozmístění hospodářských aktivit, vymezení jádrové a periferní oblasti světa	Světové hospodářství – hospodářská mapa světa, lokalizační faktory, sektorová a odvětvová struktura a její důsledky;
rozliší a porovnává státy světa a jejich mezinárodní integrační uskupení a organizace podle kritérií vzájemné podobnosti a odlišnosti	- zhodnotí nerovnoměrné rozmístění, objem a distribuci světových surovinových a energetických zdrojů	Odvětvová struktura světového hospodářství – charakteristika primární sféry – zemědělství, těžba, rybolov;
vyhledá na mapách hlavní světové oblasti cestovního ruchu, porovná jejich lokalizační faktory a potenciál	- vyhledá na mapách hlavní světové oblasti cestovního ruchu, porovná jejich lokalizační faktory a potenciál	Odvětvová struktura světového hospodářství- charakteristika sekundární (zpracovatelský průmysl); terciární sféry (služby, cestovní ruch, finanční sféra, doprava, mezinárodní obchod); kvartérní sféry (Věda
zhodnotí na příkladech světové hospodářství jako otevřený dynamický systém s určitými složkami,	- objasní význam nejdůležitějších odvětví světového	

Geografie	2. ročník	
strukturou a funkcemi a zohlední faktory územního rozmístění hospodářských aktivit, vymezení jádrové a periferní oblasti světa	hospodářství - posoudí další možný vývoj světového hospodářství - lokalizuje nejvyspělejší a nejméně vyspělé regiony světa - rozliší a porovnává státy světa a mezinárodní integrační uskupení a organizace podle kritérií vzájemné podobnosti a odlišnosti - lokalizuje na mapách hlavní sídelní a hospodářské jádrové a periferní oblasti světa, zdůvodní příčiny perifernosti v konkrétních regionech - zhodnotí význam globálních problémů pro současné lidstvo - analyzuje jednotlivé problémy a pokusí se nalézt řešení - objasní dopad globálních problémů na základě vlastní zkušenosti v mikroregionu (v místě svého bydliště a okolí) - lokalizuje na politické mapě světa hlavní aktuální geopolitické změny s přihlédnutím k historickému vývoji s důrazem na 20. století; posoudí změny ve vývoji na současný stav	a výzkum) - sociálněgeografické systémy, geografické aspekty bohatství a chudoby; globalizace; Integrační a dezintegrační tendence současného světa – s důrazem na EU; Globální problémy současného světa, problematika globalizace; Charakteristika jednotlivých globálních problémů, kulturní a politické prostředí – struktura obyvatelstva, státní zřízení, geopolitické procesy, hlavní světová ohniska napětí; Politická geografie, politická mapa světa – její vývoj a současný stav
zhodnotí nerovnoměrné rozmístění, objem a distribuci světových surovinových a energetických zdrojů		
identifikuje obecné základní geografické znaky a funkce sídel a aktuální tendence ve vývoji osídlení	- identifikuje obecné základní geografické znaky sídel a aktuální tendence ve vývoji osídlení - posoudí územní vývoj ČR a vztah ČR k Evropě ve 20. století hlavně z hlediska ekonomického	Česká republika – hospodářské a politické postavení České republiky v Evropě a ve světě, charakteristiky obyvatelstva a sídel, transformační ekonomické procesy, struktura hospodářství, regiony, euroregiony
využívá geologickou mapu ČR k objasnění geologického vývoje regionů		
identifikuje obecné základní geografické znaky a funkce sídel a aktuální tendence ve vývoji osídlení	- zhodnotí hlavní rizika působení přírodních a společenských faktorů na životní prostředí ČR - zhodnotí polohu, přírodní poměry a zdroje České republiky - využívá geologickou mapu ČR k objasnění geologického vývoje regionu - posoudí význam jednotlivých složek FG pro Českou republiku	Regionální geografie – Česká republika: 1) Úvod do problematiky studia České republiky: Postavení ČR v Evropě a ve světě; vztah k EU, Územní vývoj státu a jeho znázornění na mapách, geografická poloha a rozloha; 2) Fyzickogeografická složka ČR: a) georeliéf, b) geologická stavba, c) vodstvo, d) klima, e) půdy a lesy, f) biosféra, g) životní prostředí a chráněná území;
lokalizuje na mapách hlavní rozvojová jádra a periferní oblasti České republiky, rozlišuje jejich specifika		
lokalizuje na mapách makroregiony světa, vymezení jejich hranice, zhodnotí jejich přírodní, kulturní, politické a hospodářské vlastnosti a jednotlivé makroregiony vzájemně porovná		

Geografie	2. ročník	
využívá geologickou mapu ČR k objasnění geologického vývoje regionů	- zhodnotí dynamiku vývoje a hlavní pozitiva a negativa obyvatelstva ČR	3) Socioekonomická složka ČR: a) Obyvatelstvo a sídla
zhodnotí některá rizika působení přírodních a společenských faktorů na životní prostředí v lokální, regionální a globální úrovni	- posoudí aspekty působící na chování, pohyb, rozmístění a zaměstnanost obyvatelstva ČR	- vývoj počtu obyvatel v minulosti a do budoucna, hustota osídlení, základní demografické ukazatele, migrace, náboženská a národnostní struktura, typy sídel, urbanizace, suburbanizace
zhodnotí polohu, přírodní poměry a zdroje České republiky		
lokalizuje na mapách hlavní rozvojová jádra a periferní oblasti České republiky, rozlišuje jejich specifika	- lokalizuje na mapách hlavní rozvojová jádra a periferní oblasti České republiky, rozlišuje jejich specifika	Hospodářství ČR: obecná charakteristika vývoje s důrazem na 20. století, jádrové a periferní oblasti ČR, zemědělství – živočišná a rostlinná výroba, rybolov, lesní hospodářství;
lokalizuje na mapách makroregiony světa, vymezí jejich hranice, zhodnotí jejich přírodní, kulturní, politické a hospodářské vlastnosti a jednotlivé makroregiony vzájemně porovná	- objasní význam jednotlivých složek hospodářství pro podmínky ČR - zhodnotí důležité aspekty vývoje českého hospodářství ve 20. století s ohledem na současný stav	těžební průmysl – nerostné bohatství ČR a jeho využití; Průmysl ČR – základní charakteristika strojírenského, chemického, energetického, potravinářského a spotřebního průmyslu;
zhodnotí na příkladech světové hospodářství jako otevřený dynamický systém s určitými složkami, strukturou a funkcemi a zohlední faktory územního rozmístění hospodářských aktivit, vymezí jádrové a periferní oblasti světa	- posoudí postavení ČR v současném ekonomickém světě s důrazem na postavení mezi státy EU	Průmyslové zóny, zahraniční obchod ČR, doprava – základní charakteristika silniční, železniční, vodní, letecké a potrubní dopravy, cestovní ruch ČR, kulturní sféra ČR – památky, školství, věda a výzkum ČR
rozlišuje na konkrétních územních příkladech mikroregionální, regionální, státní, makroregionální a globální geografickou dimenzi	- vytváří a využívá vlastní mentální (myšlenková) schémata a mentální (myšlenkové) mapy pro orientaci v konkrétním regionu	c) Regiony ČR: administrativní a správní členění ČR; Euroregiony; kraje ČR:
vytváří a využívá vlastní mentální schémata a mentální mapy pro orientaci v konkrétním území	- analyzuje význam jednotlivých regionů v rámci ČR - rozlišuje na konkrétních územních příkladech mikroregionální, regionální, státní, makroregionální a globální geografickou dimenzi	a) Pražský, b) Středočeský, c) Plzeňský, d) Karlovarský, e) Ústecký kraj, f) Liberecký kraj, g) Královéhradecký, h) Pardubický, i) Vysočina, j) Olomoucký, k) Severomoravský kraj,

Geografie	2. ročník	
		l) Jihomoravský, m) Zlínský kraj
vymezí místní region (podle bydliště, školy) na mapě podle zvolených kritérií, zhodnotí přírodní, hospodářské a kulturní poměry mikroregionu a jeho vazby k vyšším územním celkům a regionům	- vymezí místní region - Budějovicko - na mapě podle zvolených kritérií - zhodnotí přírodní, hospodářské a kulturní poměry mikroregionu a jeho vazby k vyšším územním celkům a regionům	Místní region – možnosti rozvoje mikroregionu, strategické a územní plánování; Jihočeský kraj – základní fyzickogeografická a socioekonomická charakteristika; mikroregion Budějovicko
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Problematika vztahů organismů a prostředí		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		

Geografie	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>

Geografie	3. ročník	
<p>identifikuje obecné základní geografické znaky a funkce sídel a aktuální tendence ve vývoji osídlení</p> <p>zhodnotí nerovnoměrné rozmístění, objem a distribuci světových surovinových a energetických zdrojů</p>	<p>- rozlišuje na konkrétních územních příkladech mikroregionální, regionální, státní, makroregionální a globální geografickou dimenzi</p> <p>- lokalizuje na mapách makroregiony světa, vymezí jejich hranice, zhodnotí jejich přírodní, kulturní, politické a hospodářské poměry a jednotlivé makroregiony vzájemně porovná</p> <p>- na příkladech posoudí problematiku spojenou s daným regionem</p> <p>- na konkrétních příkladech vysvětlí současné sociogeografické rozdíly mezi vybranými regiony světa</p> <p>- vytváří a využívá vlastní mentální (myšlenková) schémata a mentální (myšlenkové) mapy pro orientaci v konkrétním území</p> <p>- zhodnotí hlavní rizika současného vývoje jednotlivých regionů světa</p> <p>- posoudí dynamiku vývoje jednotlivých regionů světa</p> <p>- lokalizuje na mapách hlavní sídelní a hospodářské jádrové a periferní oblasti jednotlivých kontinentů, zdůvodní příčiny perifernosti v konkrétních regionech</p>	<p>Makroregiony světa – jádra, periferie, modelový region modelové problémy s důrazem na Evropu a EU; Regionální geografie – Evropa – vymezení kontinentu, základní charakteristiky, postavení Evropy v minulosti, v současnosti a možný výhled do budoucnosti – s důrazem na evropskou integraci - vývoj evropské integrace – EU (EHS, ES), EFTA, CEFTA, RVHP, NATO ** Varšavská smlouva;</p> <p>Základní socioekonomická charakteristika evropského kontinentu s důrazem na současné problémy; Charakteristika regionu Evropy – společné a rozdílné znaky, význam;</p> <p>1) Západní Evropa – VB, Irsko, Francie, Německo, Benelux, Monako, Andorra;</p> <p>2) Severní Evropa – Švédsko, Norsko, Dánsko, Finsko, Island;</p> <p>3) Střední Evropa: a) Alpské země – Rakousko, Švýcarsko, Lichtenštejnsko, b) Polsko, Maďarsko, Slovensko;</p> <p>4) Jižní Evropa: a) Iberský poloostrov – Španělsko, Portugalsko, Gibraltar, b) Itálie, San Marino, Vatikán, Malta, Řecko, Kypr;</p> <p>5) JV Evropa: a) Bývalá Jugoslávie - Srbsko a Černá Hora, Slovinsko, Chorvatsko, Bosna a Hercegovina, Makedonie; b) Albánie, Bulharsko, Rumunsko;</p> <p>6) Východní Evropa: a) Pobaltí (Estonsko, Lotyšsko, Litva); b) Bělorusko, Ukrajina, Moldávie;</p> <p>Regionální geografie – Ruská federace: postavení Ruska ve 20. století a dnes ve světě; základní fyzickogeografická a socioekonomická charakteristika, Problémy současného Ruska</p>

Geografie	3. ročník	
<p>identifikuje obecné základní geografické znaky a funkce sídel a aktuální tendence ve vývoji osídlení</p>	<p>- rozlišuje na konkrétních územních příkladech mikroregionální, regionální, státní, makroregionální a globální geografickou dimenzi                      - lokalizuje na mapách makroregiony světa, vymezení jejich hranice, zhodnotí jejich přírodní, kulturní, politické a hospodářské poměry a jednotlivé makroregiony vzájemně porovná                      - na příkladech posoudí problematiku spojenou s daným regionem</p>	<p>Regionální geografie – Asie – vymezení kontinentu, základní charakteristiky, postavení Asie ve světě;                      Charakteristika regionu Asie – vymezení a základní charakter;                      1) Východní Asie – modelové země – Čína a Japonsko;                      2) JV Asie - a) pevninská část – modelová země Thajsko, b) ostrovní část – modelová země Indonésie;                      3) Jižní Asie – modelová země – Indie;                      4) Střední Asie – modelová země – Kazachstán;                      5) Zakavkazsko – etnická a konfesní problematika Arménie, Gruzie a Ázerbájdžánu;                      6) Západní Asie – modelová země Turecko;                      7) Jihozápadní Asie – modelová země Saudská Arábie, Izrael</p> <p>Charakteristika regionu Afriky – vymezení a základní charakter;                      Regionální geografie – Austrálie a Oceánie – vymezení kontinentu, základní charakteristiky, postavení ve světě;                      Polární oblasti – Antarktida a Arktida;                      Regionální geografie – Světový oceán;                      Vymezení, základní charakteristiky, hospodářské využití oceánu, námořní právo, problematika znečištění;                      Regionální geografie – Amerika – vymezení kontinentu, základní charakteristiky, postavení ve světě;                      Charakteristika regionu Ameriky – vymezení a základní charakter</p>
<p>používá s porozuměním vybranou geografickou, topografickou a kartografickou terminologii</p> <p>vytváří a využívá vlastní mentální schémata a mentální mapy pro orientaci v konkrétním území</p>	<p>- aplikuje své znalosti a dovednosti z průběhu tří let studia geografie a geologie v praxi, tzn. ve fyzickogeografického a socioekonomickém prostředí                      - využívá základní kartografické znalosti (určování výškového profilu), jazykové a stylistické dovednosti,</p>	<p>Práce v terénu a geologická exkurze;                      geografická kartografie a topografie – praktické aplikace s kartografickými produkty;                      praxe a aplikace – geografické exkurze a terénní cvičení, praktická topografie, orientace, bezpečnost</p>

Geografie	3. ročník	
	<p>teoretické a praktické znalosti cizího jazyka, poslech výkladu v cizím jazyce, konverzační schopnosti)</p> <p>- využívá získané znalosti a dovednosti v rámci mezipředmětových vztahů (dějepis, základy společenských věd, anglický a německý jazyk, český jazyk, biologie, informační a výpočetní technika)</p> <p>- vnímá a hodnotí jednotlivé geologické a geomorfologické jevy během cesty a jednotlivých zastávek (vodopády, projevy alpského vrásnění, sesuvy, ledovcová jezera, ledovcová údolí)</p> <p>- posuzuje interakci člověka a přírody, antropogenní zásahy do krajiny (zemědělská krajina, vodní díla, dopravní infrastruktura, rozsah a úroveň cestovního ruchu)</p>	<p>pohybu a pobytu v terénu, postupy při pozorování, zobrazování a hodnocení krajiny;</p> <p>vznik magmatu a jeho tuhnutí;</p> <p>krystalizace minerálu z magmatu zvětrávání a sedimentační proces – mechanické a chemické zvětrávání, srážení, sedimentace;</p> <p>metamorfní procesy – jejich typy; kontaktní a regionální metamorfóza;</p> <p>mechanické a chemické zvětrávání;</p> <p>křehká a plastická deformace geologických objektu;</p> <p>povrchové vody – jejich rozložení na Zemi;</p> <p>hydrologické systémy; ochrana podzemních vod;</p> <p>interakce mezi přírodou a společností – přístupy environmentální geologie, rekultivace a revitalizace krajiny</p>
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		

## 5.9 Základy společenských věd

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
1.5	2	1	2	6.5
Povinný	Povinný	Povinný	Povinný	

Název předmětu	Základy společenských věd
Oblast	Člověk a společnost
Charakteristika předmětu	<p>Předmět základy společenských věd v rámci vzdělávací oblasti Člověk a společnost rozvíjí poznatky žáků získané v základním vzdělávání a zasazuje je do širšího myšlenkového systému. Součástí předmětu jsou i zcela nové obsahové prvky, jejichž pochopení je podmíněné rozvinutější myšlenkovou činností a praktickou zkušeností žáka gymnázia.</p> <p>Žáci se učí kriticky reflektovat společenskou skutečnost, posuzovat různé přístupy k řešení problémů každodenní praxe a aplikovat poznatky do současnosti. Rozvíjeny jsou důležité myšlenkové operace, praktické dovednosti a vědomí vlastní identity žáka. Předmět se snaží posilovat respekt k základním principům demokracie a připravuje žáky na odpovědný občanský život v demokratické společnosti v souladu s principy udržitelného rozvoje.</p> <p>Předmět základy společenských věd se vyučuje v prvním až čtvrtém ročníku čtyřletého gymnázia. Výuka probíhá v nedělených kmenových třídách školy.</p> <p><b>Vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami:</b></p> <p>Práce v hodinách probíhá s ohledem na individuální rozvoj všech žáků, ale též s ohledem na rozvoj sociální inteligence a schopnosti empatie. K žákům se specifickými poruchami učení a chování a k žákům výrazně nadaným se snaží učitel přistupovat vždy individuálně dle povahy osobnosti žáka, avšak se smyslem pro spravedlnost v úkolování i v hodnocení.</p> <p><b>Výchovně vzdělávací strategie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozvoj vlastního úsudku, komunikačních dovedností a spolupráce</li> <li>• podněcování žáka k tvořivému myšlení, poznatky nejsou žákům předkládány v hotové podobě, ale jako podněty k vlastní interpretaci smyslu</li> </ul>

Název předmětu	Základy společenských věd
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uplatňujeme mezipředmětové vztahy pro vědomí souvislostí a dbáme na praktické aspekty probíraného učiva, usilujeme o vytvoření atmosféry přátelství, o kooperativní učení, ale vedeme žáky též k osobní odpovědnosti za výsledky své práce</li> </ul>
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	<p><b>Metody a formy práce:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frontální i skupinové vyučování</li> <li>• individuální přístup k osobnosti žáka</li> <li>• formy her</li> <li>• zapojení co nejvíce žáků do problémů</li> <li>• oživení výuky projektovými programy, odbornými exkurzemi</li> </ul>
Integrace předmětů	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Občanský a společenskovední základ</li> <li>• Člověk a svět práce</li> <li>• Výchova ke zdraví</li> </ul>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biologie</li> <li>• Český jazyk a literatura</li> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Německý jazyk</li> <li>• Geografie</li> <li>• Společenskovední seminář</li> <li>• Seminář z geografie</li> <li>• Seminář z dějepisu</li> <li>• Seminář z biologie</li> <li>• Seminář z estetické výchovy hudební</li> <li>• Dějepis</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Výtvarná výchova</li> <li>• Informatika</li> <li>• Konverzace v německém jazyce</li> <li>• Seminář z dějepisu 20. století</li> </ul>

Název předmětu	Základy společenských věd
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Literární seminář</li> <li>• Seminář z informatiky</li> </ul>
<p>Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků</p>	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Učitelé žáky vedou k vytváření hypotéz, k navrhování postupných kroků a ke zvažování využití různých postupů při řešení problému nebo ověřování hypotézy. Předmět formuje žáky k uplatňování vhodné metody při řešení problémů a k využití dříve získaných vědomostí a dovedností</li> <li>• Dále předmět vede ke schopnostem kriticky interpretovat získané poznatky a zjištění a ověřovat je. Pro svá tvrzení jsou žáci vedeni k nalézání argumentů a důkazů, k formulaci a obhajobě podložených závěrů</li> </ul> <p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žáci jsou formováni tak, aby rozumně zvažovali vztahy mezi svými zájmy osobními, zájmy širší skupiny, do níž patří, a zájmy veřejnými, aby se rozhodovali a jednali vyváženě o chodu společnosti a civilizace, aby se dále rozhodovali tak, aby vždy respektovali různorodost hodnot, názorů, postojů a schopností ostatních lidí</li> <li>• Žák by měl být směřován k tomu, aby rozšiřoval své poznání a chápání kulturních a duchovních hodnot, spoluvytvářel je a chránil, promýšlel souvislosti mezi svými právy, povinnostmi a zodpovědností k plnění svých povinností a hájil svá práva i práva jiných</li> <li>• Předmět se snaží vyvolat v žácích zájem o veřejný život a snahu jednat k obecnému prospěchu podle nejlepšího svědomí</li> </ul> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formuje se snaha žáka uplatňovat proaktivní přístup, vlastní iniciativu a tvořivost, usilovat o dosažení stanovených cílů, průběžně evidovat a kriticky hodnotit dosažené výsledky, korigovat další činnost s ohledem na stanovený cíl, dokončovat zahájené aktivity a kriticky hodnotit rizika související s rozhodováním v reálných životních situacích</li> </ul> <p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák dokáže efektivně využívat různé strategie učení k získání a zpracování poznatků a informací, dokáže rozvíjet účinné postupy ve svém učení, reflektovat proces vlastního učení a myšlení a kriticky přistupovat ke zdrojům informací</li> </ul> <p><b>Kompetence komunikativní :</b></p>

Název předmětu	Základy společenských věd
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák s ohledem na situaci a účastníky komunikace efektivně využívá dostupné prostředky komunikace, verbální i neverbální, včetně symbolických a grafických vyjádření informací různého typu, používá s porozuměním odborný jazyk a efektivně využívá moderní informační technologie, prezentuje vhodným způsobem svou práci i sám sebe, správně interpretuje přijímaná sdělení a věcně argumentuje i v nejasných nebo sporných komunikačních situacích</li> </ul> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tato kompetence je naplněna vedením ke schopnosti sebereflexe, ke stanovení si cílů a priorit s ohledem na osobní schopnosti, zájmovou orientaci i životní podmínky, k odhadování důsledků vlastního jednání a chování v nejrůznějších situacích a ke korigování svého jednání a chování</li> <li>• Žák je veden k tomu, aby aktivně spolupracoval při stanovování a dosahování společných cílů, v neposlední řadě též k tomu, aby se rozhodoval na základě vlastního úsudku a odolával společenským i mediálními tlakům</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému a zodpovědnému využívání digitálních technologií při vyhledávání, zpracování a prezentaci informací z oblasti společenských věd</li> <li>• učíme žáky kriticky hodnotit informace získané z digitálních médií, rozlišovat mezi fakty, názory a dezinformacemi a ověřovat jejich důvěryhodnost</li> <li>• podporujeme žáky v používání digitálních nástrojů pro tvorbu a sdílení vlastních výstupů (prezentace, texty, projekty, diskuze) s využitím online platforem</li> <li>• vedeme žáky k pochopení vlivu digitálních technologií a médií na společnost, mezilidské vztahy a formování veřejného mínění</li> <li>• vedeme žáky k respektování autorských práv, ochraně osobních údajů a k etickému, bezpečnému a kultivovanému chování v digitálním prostředí</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	<p>V občanském a společenskovědním základu je uplatněno klasické pětistupňové pololetní hodnocení, které se shoduje s kritérii hodnocení všech vyučovacích předmětů školy.</p> <p>Průběžně může klasifikace též probíhat různorodou doplňující formou (např. slovní, procentuální či číselnou).</p> <p>Hodnoceny jsou písemné práce, samostatné aktivity v rámci projektů i odpovědi na ústní otázky učitele. Učitel je povinen ohodnotit každého žáka nejméně třikrát v průběhu pololetí prvního, druhého a třetího</p>

Název předmětu	Základy společenských věd
	<p>ročníku, čtyřikrát pak v ročníku čtvrtém, a to tak, aby žák mohl reflektovat stupeň svých vědomostí a dovedností.</p> <p>Doporučujeme individuální pohovor s každým žákem. Náplní pohovoru by měla být kromě dovednostních a vědomostních výsledků též analýza výkonů žáka, jeho schopnosti kooperace a reflexe celkového vztahu k předmětu.</p>

Základy společenských věd	1. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
objasní, proč a jak se lidé odlišují ve svých projevech chování, uvede příklady faktorů, které ovlivňují prožívání, chování a činnost člověka	- dokáže definovat předmět zájmu psychologie, klasifikovat psychologické disciplíny a popsat vývoj psychologických škol	Náplň oboru psychologie. Psychologie jako společenská věda - klasifikace psychologických disciplín, teoretická a aplikovaná psychologie, stručné dějiny psychologických škol
porovná osobnost v jednotlivých vývojových fázích života, vymezí, co každá etapa přináší do lidského života nového a jaké životní úkoly před člověka staví	-popíše základní etapy lidského života (dětství, dospívání, dospělost, stáří) a charakterizuje typické znaky osobnostního vývoje v každé z nich	Obecná psychologie Vývojová psychologie Psychologie osobnosti
vyloží, jak člověk vnímá, prožívá a poznává skutečnost, sebe i druhé lidi a co může jeho vnímání a poznávání ovlivňovat	-popíše základní psychické procesy (vnímání, myšlení, paměť, pozornost, city, vůle) a jejich funkci v poznávání reality	
porovnává různé metody učení a vyhodnocuje jejich účinnost pro své studium s ohledem na vlastní psychické předpoklady, uplatňuje zásady duševní hygieny při práci a učení	- porovnává různé metody učení a vyhodnocuje jejich účinnost pro své studium s ohledem na vlastní psychické předpoklady - uplatňuje zásady duševní hygieny při práci a učení	Sociální učení Psychoterapie a psychohygiena
využívá získané poznatky při sebepoznávání, poznávání druhých lidí, volbě profesní orientace	- využívá získané poznatky při sebepoznávání, poznávání druhých lidí, volbě profesní orientace	Sociální psychologie

Základy společenských věd	1. ročník	
na příkladech ilustruje vhodné způsoby vyrovnávání se s náročnými životními situacemi	- na příkladech ilustruje vhodné způsoby vyrovnávání se s náročnými životními situacemi	Psychoterapie a psychohygienu
objasní, jaký význam má sociální kontrola ve skupině a ve větších sociálních celcích	- respektuje kulturní odlišnosti a rozdíly v projevu příslušníků různých sociálních skupin, na příkladech doloží, k jakým důsledkům mohou vést předsudky	Sociální psychologie - sociální komunikace Člověk v sociálních vztazích. Sociální struktura Socializace a sociální kontrola. Sociální útvary
respektuje kulturní odlišnosti a rozdíly v projevu příslušníků různých sociálních skupin, na příkladech doloží, k jakým důsledkům mohou vést předsudky	- objasní, jaký význam má sociální kontrola ve skupině a ve větších sociálních celcích	
reflektuje význam práce pro psychické zdraví člověka, vytvoří si vyvážený pracovní rozvrh s ohledem na své osobní vztahy	- reflektuje význam práce pro psychické zdraví člověka, vytvoří si vyvážený pracovní rozvrh s ohledem na své osobní vztahy	Psychoterapie a psychohygienu
rozpozná běžné cenové triky (cena bez DPH aj.) a klamavé nabídky	- rozpozná běžné cenové triky (cena bez DPH aj.) a klamavé nabídky	Psychologie reklamy. Reklamní triky
analyzuje skrytý obsah reklamy, kriticky posuzuje podíl marketingu na úspěchu výrobku na trhu	- analyzuje skrytý obsah reklamy, kriticky posuzuje podíl marketingu na úspěchu výrobku na trhu	Psychologie reklamy. Reklamní triky
posoudí úlohu sociálních změn v individuálním i společenském vývoji, rozlišuje změny konstruktivní a destruktivní	- posoudí úlohu sociálních změn v individuálním i společenském vývoji, rozlišuje změny konstruktivní a destruktivní	Sociální dynamika. Kultura a její vývoj.
objasní podstatu některých sociálních problémů současnosti a popíše možné dopady sociálně-patologického chování na jedince a společnost	- objasní podstatu některých sociálních problémů současnosti a popíše možné dopady sociálně-patologického chování na jedince a společnost	Současná společnost. Sociální patologie
uplatňuje společensky vhodné způsoby komunikace ve formálních i neformálních vztazích, případné neshody či konflikty s druhými lidmi řeší konstruktivním způsobem	- uplatňuje společensky vhodné způsoby komunikace ve formálních i neformálních vztazích, případné neshody i konflikty s druhými lidmi řeší konstruktivním způsobem	Co je sociologie? Vývoj sociologického myšlení
objasní podstatu některých sociálních problémů současnosti a popíše možné dopady sociálně-patologického chování na jedince a společnost	- dokáže rozlišit různé teorie legitimacy sociální nerovnosti	Sociální nerovnost
posoudí hodnoty, které mladým lidem usnadňují vstup do samostatného života, partnerských vztahů, manželství a rodičovství, a usiluje ve svém životě o jejich naplnění	- orientuje se v základech metodiky a forem sociologického výzkumu -reflektuje své vlastní postoje a usiluje o rozvoj hodnot, které přispívají k harmonickému osobnímu a rodinnému životu.	Praktická sociologie
projevuje etické a morální postoje k ochraně matky a dítěte	-dokáže popsat, jak vnímá a prožívá skutečnost, sebe i	

Základy společenských věd	1. ročník	
	druhé lidi (např. prostřednictvím svých pocitů, myšlenek, zkušeností)	
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		

Základy společenských věd	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
uveďte příklady činnosti některých významných mezinárodních organizací a vysvětlí, jaký vliv má jejich činnost na chod světového společenství, zhodnotí význam zapojení ČR	- uveďte příklady činnosti některých významných mezinárodních organizací a vysvětlí, jaký vliv má jejich činnost na chod světového společenství, zhodnotí význam zapojení ČR	Česká republika a mezinárodní organizace
uveďte příklady institucí, na něž se může obrátit v případě problémů při pobytu v zahraničí	- uveďte příklady institucí, na něž se může obrátit v případě problémů při pobytu v zahraničí	Mezinárodní právo. Lidská práva

Základy společenských věd	2. ročník	
posoudí projevy globalizace, uvede příklady globálních problémů současnosti, analyzuje jejich příčiny a domýšlí jejich možné důsledky	- posoudí projevy globalizace, uvede příklady globálních problémů současnosti, analyzuje jejich příčiny a domýšlí jejich možné důsledky	Globalizace. Globální problémy
prokáže osvojené praktické znalosti a dovednosti související s přípravou na mimořádné události a aktivně se zapojuje do likvidace následků hromadného zasažení obyvatel	- prokáže osvojené praktické znalosti a dovednosti související s přípravou na mimořádné události a aktivně se zapojuje do likvidace následků hromadného zasažení obyvatel	Ohrožení obyvatelstva při mimořádných událostech
objasní, v čem spočívá odlišnost mezi morálními a právními normami, odůvodní účel sankcí při porušení právní normy	- objasní, v čem spočívá odlišnost mezi morálními a právními normami, odůvodní účel sankcí při porušení právní normy	Právo a morálka
uvede, které státní orgány vydávají právní předpisy i jak a kde je uveřejňují	- uvede, které státní orgány vydávají právní předpisy i jak a kde je uveřejňují	Legislativa. Descendenční právní teorie
rozlišuje fyzickou a právnickou osobu, uvede jejich příklady	- rozlišuje fyzickou a právnickou osobu, uvede jejich příklady	Právní vztah. Účastníci právních vztahů
vymezí podmínky vzniku a zániku důležitých právních vztahů (vlastnictví, pracovní poměr, manželství) i práva a povinnosti účastníků těchto právních vztahů	- vymezí podmínky vzniku a zániku důležitých právních vztahů (vlastnictví, pracovní poměr, manželství) i práva a povinnosti účastníků těchto právních vztahů	Občanské, pracovní a rodinné právo
na příkladu ukáže možné důsledky neznalosti smlouvy včetně jejích všeobecných podmínek	- na příkladu ukáže možné důsledky neznalosti smlouvy, včetně jejích všeobecných podmínek	Občanské a trestní soudní řízení
rozeznává, jaké případy se řeší v občanském soudním řízení a jaké v trestním řízení	- rozeznává, jaké případy se řeší v občanském soudním řízení a jaké v trestním řízení	Občanské a trestní soudní řízení
rozlišuje trestný čin a přestupek, vymezí podmínky trestní postižitelnosti občanů a uvede příklady postihů trestné činnosti	- rozlišuje trestný čin a přestupek, vymezí podmínky trestní postižitelnosti občanů a uvede příklady postihů trestné činnosti	Trestní právo
rozlišuje náplň činnosti základních orgánů právní ochrany, uvede příklady právních problémů, s nimiž se na ně mohou občané obracet	- rozlišuje náplň činnosti základních orgánů právní ochrany, uvede příklady právních problémů, s nimiž se na ně mohou občané obracet	Orgány právní ochrany
ve svém jednání respektuje platné právní normy	- ve svém jednání respektuje platné právní normy	Systém práva v České republice
rozlišuje a porovnává historické i současné typy států (forem vlády)	- rozlišuje a porovnává historické i současné typy států (forem vlády)	Stát. Státní formy a druhy států
vymezí, jakou funkci plní ve státě ústava a které oblasti života upravuje	- vymezí, jakou funkci plní ve státě ústava a které oblasti života upravuje	Ústava. Descendenční právní teorie

Základy společenských věd	2. ročník	
objasní, proč je státní moc v ČR rozdělena na tři nezávislé složky, rozlišuje a porovnává funkce a úkoly orgánů státní moci ČR	- objasní, proč je státní moc v ČR rozdělena na tři nezávislé složky, rozlišuje a porovnává funkce a úkoly orgánů státní moci ČR	Rozdělení státní moci
vyloží podstatu demokracie, odliší ji od nedemokratických forem řízení sociálních skupin a státu, porovná postavení občana v demokratickém a totalitním státě	- vyloží podstatu demokracie, odliší ji od nedemokratických forem řízení sociálních skupin a státu, porovná postavení občana v demokratickém a totalitním státě	Demokracie a totalitní systémy
objasní podstatu a význam politického pluralismu pro život ve státě, uvede příklady politického extremismu a objasní, v čem spočívá nebezpečí ideologií	- objasní podstatu a význam politického pluralismu pro život ve státě, uvede příklady politického extremismu a objasní, v čem spočívá nebezpečí ideologií	Politologie. Politické strany. Ideologie
rozlišuje složky politického spektra, porovnává přístupy vybraných politických seskupení k řešení různých otázek a problémů každodenního života občanů	- rozlišuje složky politického spektra, porovnává přístupy vybraných politických seskupení k řešení různých otázek a problémů každodenního života občanů	Politologie. Politické spektrum
uvede příklady, jak může občan ovlivňovat společenské dění v obci a ve státě a jakým způsobem může přispívat k řešení záležitostí týkajících se veřejného zájmu	- uvede příklady, jak může občan ovlivňovat společenské dění v obci a ve státě a jakým způsobem může přispívat k řešení záležitostí týkajících se veřejného zájmu	Aktivní občan
uvede okruhy problémů, s nimiž se může občan obracet na jednotlivé státní instituce, zvládá komunikaci ve styku s úřady	- uvede okruhy problémů, s nimiž se může občan obracet na jednotlivé státní instituce, zvládá komunikaci ve styku s úřady	Aktivní občan
uvede příklady projevů korupce, analyzuje její příčiny a domýšlí její možné důsledky	- uvede příklady projevů korupce, analyzuje její příčiny a domýšlí její možné důsledky	Aktivní občan
vyloží podstatu komunálních a parlamentních voleb, na příkladech ilustruje možné formy aktivní participace občanů v životě obce či širších společenstev	- vyloží podstatu komunálních a parlamentních voleb, na příkladech ilustruje možné formy aktivní participace občanů v životě obce či širších společenstev	Volby. Volební systémy. Pasivní a aktivní volební právo
obhájí svá lidská práva, respektuje lidská práva druhých lidí a uvážlivě vystupuje proti jejich porušování	- obhájí svá lidská práva, respektuje lidská práva druhých lidí a uvážlivě vystupuje proti jejich porušování	Lidská práva
rozlišuje a porovnává historické i současné typy států (forem vlády)	- orientuje se v základech státoprávní teorie	Základy státoprávní teorie - pojem a vznik státu

Základy společenských věd	2. ročník	
na příkladu vysvětlí, jak uplatňovat práva spotřebitele (při nákupu zboží a služeb, včetně produktů finančního trhu)	- na příkladu vysvětlí, jak uplatňovat práva spotřebitele (při nákupu zboží a služeb, včetně produktů finančního trhu)	Občanské právo
chová se poučeně a adekvátně situaci v případě pracovního úrazu	- uvede postup, jak uzavřít pracovní smlouvu a podat výpověď	Pracovní právo: pracovní smlouva, práva a povinnosti, odbory, pracovní kázeň
objasní funkci odborů	- uvede svá pracovní práva a vyžaduje jejich respektování od ostatních, respektuje své pracovní povinnosti	
uvede postup, jak uzavřít pracovní smlouvu a podat výpověď	- objasní funkci odborů	
uvede svá pracovní práva a vyžaduje jejich respektování od ostatních, respektuje své pracovní povinnosti	- volí bezpečné pracovní postupy šetrné k životnímu prostředí, používá adekvátní pracovní pomůcky	
volí bezpečné pracovní postupy šetrné k životnímu prostředí, používá adekvátní pracovní pomůcky	- chová se poučeně a adekvátně situaci v případě pracovního úrazu	
posoudí profesní poptávku na českém i evropském trhu práce a pružně na ni reaguje dalším vzděláváním	- posoudí profesní poptávku na českém i evropském trhu práce a pružně na ni reaguje dalším vzděláváním	Pracovní právo. Pracovní trh
vyhotoví potřebnou dokumentaci pro přijímací řízení k dalšímu studiu i ve zvolené profesi	- vyhotoví potřebnou dokumentaci pro přijímací řízení k dalšímu studiu i ve zvolené profesi	Pracovní právo. Konkurz, přijímací pohovor
vhodně prezentuje vlastní osobu a práci, vhodně vystupuje při přijímacím pohovoru nebo konkurzu	- vhodně prezentuje vlastní osobu a práci, vhodně vystupuje při přijímacím pohovoru nebo konkurzu	Pracovní právo. Konkurz, přijímací pohovor
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		

Základy společenských věd	2. ročník	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		

Základy společenských věd	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
objasní důvody evropské integrace, posoudí její význam pro vývoj Evropy	- objasní důvody evropské integrace, posoudí její význam pro vývoj Evropy	Evropská integrace
rozlišuje funkce orgánů EU a uvede příklady jejich činnosti	- rozlišuje funkce orgánů EU a uvede příklady jejich činnosti	Evropská unie
posoudí vliv začlenění států do Evropské unie na každodenní život občanů, uvede příklady, jak mohou fyzické a právnické osoby v rámci EU uplatňovat svá práva	- posoudí vliv začlenění států do Evropské unie na každodenní život občanů, uvede příklady, jak mohou fyzické a právnické osoby v rámci EU uplatňovat svá práva	Evropské právo
rozlišuje významné náboženské systémy, identifikuje projevy náboženské a jiné nesnášenlivosti a rozezná projevy sektářského myšlení	- rozlišuje významné náboženské systémy, identifikuje projevy náboženské a jiné nesnášenlivosti a rozezná projevy sektářského myšlení	Náboženství, druhy, náboženská tolerance, sektářské projevy
používá nejběžnější platební nástroje, smění peníze za použití kursovního lístku	- používá nejběžnější platební nástroje, smění peníze za použití kursovního lístku	Peníze
uvede principy vývoje ceny akcií a možnosti forem investic do cenných papírů	- uvede principy vývoje ceny akcií a možnosti forem investic do cenných papírů	Finanční trh. Cenné papíry
rozliší pravidelné a nepravidelné příjmy a výdaje a na základě toho sestaví rozpočet domácnosti	- rozliší pravidelné a nepravidelné příjmy a výdaje a na základě toho sestaví rozpočet domácnosti	Domácí rozpočet
navrhne, jak řešit schodkový rozpočet a jak naložit s přebytkovým rozpočtem domácnosti	- navrhne, jak řešit schodkový rozpočet a jak naložit s přebytkovým rozpočtem domácnosti	Domácí rozpočet

Základy společenských věd	3. ročník	
navrhne způsoby, jak využít volné finanční prostředky (spoření, produkty se státním příspěvkem, cenné papíry, nemovitosti aj.), vybere nejvýhodnější produkt pro investování volných finančních prostředků a vysvětlí proč	- navrhne způsoby, jak využít volné finanční prostředky (spoření, produkty se státním příspěvkem, cenné papíry, nemovitosti aj.), vybere nejvýhodnější produkt pro investování volných finančních prostředků a vysvětlí proč	Soukromé finanční investice
vybere nejvýhodnější úvěrový produkt s ohledem na své potřeby a zdůvodní svou volbu, posoudí způsoby zajištění úvěru a vysvětlí, jak se vyvarovat předlužení	- vybere nejvýhodnější úvěrový produkt s ohledem na své potřeby a zdůvodní svou volbu, posoudí způsoby zajištění úvěru a vysvětlí, jak se vyvarovat předlužení	Soukromé finanční investice
vysvětlí způsoby stanovení úrokových sazeb a rozdíl mezi úrokovou sazbou a RPSN	- vysvětlí způsoby stanovení úrokových sazeb a rozdíl mezi úrokovou sazbou a RPSN	Soukromé finanční investice
vybere nejvýhodnější pojistný produkt s ohledem na své potřeby	- vybere nejvýhodnější pojistný produkt s ohledem na své potřeby	Soukromé finanční investice
objasní funkci ČNB a její vliv na činnost komerčních bank	- objasní funkci ČNB a její vliv na činnost komerčních bank	Bankovní systém v České republice
	- využívá moderní formy bankovních služeb, včetně moderních informačních a telekomunikačních technologií, ovládá způsoby bezhotovostního platebního styku	Bankovní služby
vysvětlí podstatu inflace a její důsledky na příjmy obyvatelstva, vklady a úvěry, dlouhodobé finanční plánování a uvede příklady, jak se důsledkům inflace bránit	- vysvětlí podstatu inflace a její důsledky na příjmy obyvatelstva, vklady a úvěry, dlouhodobé finanční plánování a uvede příklady, jak se důsledkům inflace bránit	Makroekonomické ukazatele
rolišuje základní typy daní, rozlišuje, na které jeho činnosti se zdaňovací povinnost vztahuje	- uvede postup, jak vypočítá životní minimum své domácnosti, a zažádá o sociální dávku, na niž má nárok - uvede, jakým způsobem podá daňové přiznání především k dani z příjmu, jak provede základní výpočty daní a zjistí výši sociálního a zdravotního pojištění - rozlišuje základní typy daní, rozlišuje, na které jeho činnosti se zdaňovací povinnost vztahuje	Rodinný rozpočet
uvede postup, jak vypočítá životní minimum své domácnosti a zažádá o sociální dávku, na niž má nárok		
uvede, jakým způsobem podá daňové přiznání především k dani z příjmu, jak provede základní výpočty daní a zjistí výši sociálního a zdravotního pojištění		
objasní funkci podpory v nezaměstnanosti, funkci úřadů práce a personálních agentur, vyhledá	- objasní funkci podpory v nezaměstnanosti, funkci úřadů práce a personálních agentur, vyhledá informace o zaměstnání a rekvalifikaci v různých typech médií	Makroekonomické ukazatele

Základy společenských věd	3. ročník	
informace o zaměstnání a rekvalifikaci v různých typech médií		
objasní základní principy fungování systému příjmů a výdajů státu	- popíše možnosti a nástroje stabilizační hospodářské politiky státu	Stabilizační hospodářská politika
vysvětlí na základě konkrétní, reálné a aktuální situace ve společnosti mechanismy fungování trhu	- vysvětlí na základě konkrétní, reálné a aktuální situace ve společnosti mechanismy fungování trhu	Tržní mechanismus
stanoví cenu jako součet nákladů, zisku a DPH, vysvětlí, jak se cena liší podle typu zákazníků, místa či období, objasní důvody kolísání cen zboží či pracovní síly na trhu podle vývoje nabídky a poptávky	- stanoví cenu jako součet nákladů, zisku a DPH, vysvětlí, jak se cena liší podle typu zákazníků, místa či období, objasní důvody kolísání cen zboží či pracovní síly na trhu podle vývoje nabídky a poptávky	Tržní mechanismus. Cena
rozlišuje a porovnává praktické využití jednotlivých forem podnikání, posoudí, která forma podnikání je v konkrétní situaci nejvýhodnější	- rozlišuje a porovnává praktické využití jednotlivých forem podnikání, posoudí, která forma podnikání je v konkrétní situaci nejvýhodnější	Tržní mechanismus. Cena
posoudí výhody a rizika podnikání v porovnání se zaměstnáním	- posoudí výhody a rizika podnikání v porovnání se zaměstnáním	Formy podnikání
uvede, jak postupovat při zakládání vlastní podnikatelské činnosti a jak zažádat o živnostenské oprávnění	- uvede, jak postupovat při zakládání vlastní podnikatelské činnosti a jak zažádat o živnostenské oprávnění	Formy podnikání. Podnikání a zaměstnání Formy podnikání. Podnikatelská strategie
posoudí výhody a rizika podnikání v porovnání se zaměstnáním	- posoudí oblasti selhání trhu a úlohu státu v nich	Oblasti selhání trhu
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		

Základy společenských věd	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
kriticky posoudí své zdravotní, osobnostní a kvalifikační předpoklady pro volbu dalšího studia a profesní orientace	- kriticky posoudí své zdravotní, osobnostní a kvalifikační předpoklady pro volbu dalšího studia a profesní orientace	Profesní volba
na základě aktuálních mediálních informací posoudí vliv nejdůležitějších ekonomických ukazatelů (inlace, úroveň HDP, míra nezaměstnanosti) na změny v životní úrovni občanů	- posuzuje profesní a vzdělávací nabídku vztahující se k jeho profesní volbě a kariéře	Profesní volba
posuzuje profesní a vzdělávací nabídku vztahující se k jeho profesní volbě a kariéře		
objasní podstatu filozofického tázání, porovná východiska filozofie, mýtu, náboženství, vědy a umění k uchopení skutečnosti a člověka	- objasní podstatu filozofického tázání, porovná východiska filozofie, mýtu, náboženství, vědy a umění k uchopení skutečnosti a člověka	Vznik filozofie. Filozofie a mýtus. Filozofie a náboženství. Filozofie a věda
rozliší hlavní filozofické směry, uvede jejich klíčové představitele a porovná řešení základních filozofických otázek v jednotlivých etapách vývoje filozofického myšlení	- rozliší hlavní filozofické směry, uvede jejich klíčové představitele a porovná řešení základních filozofických otázek v jednotlivých etapách vývoje filozofického myšlení	Vývoj filozofického myšlení
eticky a věcně správně argumentuje v dialogu a diskusi, uvážlivě a kriticky přistupuje k argumentům druhých lidí, rozpozná nekorektní argumentaci a manipulativní strategie v mezilidské komunikaci	- eticky a věcně správně argumentuje v dialogu a diskusi, uvážlivě a kriticky přistupuje k argumentům druhých lidí, rozpozná nekorektní argumentaci a manipulativní strategie v mezilidské komunikaci	Teorie argumentace
korektně a citlivě řeší problémy založené na mezilidských vztazích		

Základy společenských věd	4. ročník	
zhodnotí význam vědeckého poznání, techniky a nových technologií pro praktický život i možná rizika jejich zneužití	- zhodnotí význam vědeckého poznání, techniky a nových technologií pro praktický život i možná rizika jejich zneužití	Filozofie a věda
posuzuje lidské jednání z hlediska etických norem a svědomí jednotlivce, objasní dějinnou proměnlivost základních etických pojmů a norem	- posuzuje lidské jednání z hlediska etických norem a svědomí jednotlivce, objasní dějinnou proměnlivost základních etických pojmů a norem	Etika
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		

## 5.10 Dějepis

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
2	2	2	0	6
Povinný	Povinný	Povinný		

Název předmětu	Dějepis
Oblast	Člověk a společnost

Název předmětu	Dějepis
Charakteristika předmětu	<p><b>Dějepis je</b> vyučován od 1. do 3. ročníku v časové dotaci dvě hodiny týdně v prvních dvou ročnících a ve třetím ročníku tři hodiny týdně. Navíc ve třetím ročníku mají žáci k dispozici dvě hodiny semináře z dějepisu týdně, který pak pokračuje ve čtvrtém ročníku v tříhodinové dotaci a zaměřuje se především na systematickou přípravu k maturitě z dějepisu a hlubšímu studiu dějin 20. století. Všechny hodiny jsou nedělené.</p> <p>Dějepis přináší základní poznatky o konání člověka v minulosti. Důraz je kladen na kultivaci historického vědomí jedince a uchování kontinuity historické paměti. Důležité je hlavně poznávání dějů, skutků a jevů, které zásadně ovlivnily vývoj společnosti a promítly se do obrazu naší současnosti.</p> <p>Nadaní žáci pracují na samostatných projektech, kterými oživují výkladové hodiny a aktivně pomáhají slabším spolužákům. V rámci seminářů pracují na seminárních pracích, které musí být schopni obhájit, nebo se účastní SOČ. Preferujeme hlavně dějiny 19. - 20. století, kde leží kořeny většiny současných společenských jevů.</p>
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	<p><b>Metody a formy práce:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frontální i skupinové vyučování</li> <li>• projektová činnost s prezentací výsledků práce</li> <li>• vyučování formou her a <b>aktivizujících metod</b></li> <li>• návštěvy muzeí, výstav, diskuzních pořadů a historických exkurzí</li> </ul> <p>odborná práce v semináři, případně <b>SOČ</b></p>
Integrace předmětů	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dějepis</li> </ul>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Český jazyk a literatura</li> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Německý jazyk</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Výtvarná výchova</li> <li>• Informatika</li> <li>• Seminář z geografie</li> <li>• Konverzace v německém jazyce</li> <li>• Literární seminář</li> </ul>

Název předmětu	Dějepis
<p>Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků</p>	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby dokázali adekvátně reagovat na aktuální společenské a politické dění, aby dokázali vytvořit paralely mezi minulými a současnými událostmi a vytvářeli si pozitivní hodnotový systém opřený o historickou zkušenost</li> </ul>
	<p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zdůrazňujeme schopnost žáka v zaujímání a obhajování vlastních postojů, přiměřeného prosazování svých práv a zvyšování odolnosti vůči myšlenkové manipulaci</li> <li>• vedeme žáky k osvojení si základních principů demokratického soužití, rozpoznání názorů a postojů ohrožujících lidskou důstojnost a škodlivých předsudků v nazírání na roli žen ve společnosti</li> <li>• snažíme se utvářet u žáků vědomí vlastní identity a identity druhých lidí, naučit žáky úctě k vlastnímu národu, jiným národům a etnikům</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby se cílevědomě a s ohledem na své osobní předpoklady a možnosti rozhodovali o dalším studiu a budoucím profesním zaměření</li> <li>• snažíme se rozvíjet u žáků jejich osobní a odborný potenciál, který by pak vhodně využili v profesním životě</li> <li>• zdůrazňujeme proaktivní přístup, vlastní iniciativu a tvořivost</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby se snažili dosáhnout stanovených cílů, kriticky hodnotit dosažené výsledky, aby byli schopni dokončit zahájené aktivity</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• prohlubujeme schopnost žáků vybírat a využívat z množství informací ty podstatné, které povedou k dalšímu zájmu o problematiku historie v celoživotním učení a dovedou je ke schopnosti odhalovat kořeny společenských jevů, dějů a změn</li> <li>• klademe důraz na částečně samostatnou práci, projekty, uplatnění vlastního názoru na danou problematiku</li> <li>• směřujeme žáky k tomu, aby své dovednosti a vědomosti dovedli uplatnit i v praktickém životě</li> </ul>
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby dokázali jasně formulovat své názory, uměli vyslechnout protistranu, vhodně se zapojit do diskuzí na dané téma, a tak se vhodně prosadit mezi ostatními lidmi</li> </ul>

Název předmětu	Dějepis
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• skrze poznávání historie lidstva vedeme žáky k jejich silnějšímu sebeuvědomování a vědomí pospolitosti globálního obyvatelstva</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému a zodpovědnému využívání digitálních technologií a online zdrojů při poznávání a zpracování historických témat</li> <li>• vedeme žáky k vyhledávání, třídění a kritickému hodnocení historických informací z digitálního prostředí a k rozlišování důvěryhodných a nedůvěryhodných zdrojů</li> <li>• učíme žáky chápat rizika dezinformací a ověřovat správnost a původ informací z různých digitálních médií</li> <li>• podporujeme žáky v používání digitálních nástrojů při zpracování úkolů a projektů (např. pro tvorbu prezentací, časových os, map a infografik)</li> <li>• vedeme žáky k respektování autorských práv, správnému citování použitých zdrojů a k etickému chování v digitálním prostředí</li> <li>• podporujeme žáky ve spolupráci a sdílení výsledků své práce prostřednictvím digitálních platforem, čímž rozvíjejí schopnost efektivní komunikace a týmové spolupráce</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	Žák je hodnocen minimálně 3 známkami za pololetí, které ověřují očekávané výstupy a klíčové kompetence Zachování dosavadní stupnice 1 až 5, bez slovního hodnocení

Dějepis	1. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
		Historie, archeologie, PVH

Dějepis	1. ročník	
charakterizuje smysl historického poznání a jeho povahu jako poznání neuzavřeného a proměnlivého	- charakterizuje smysl historického poznání a jeho povahu jako poznání neuzavřeného a proměnlivého	Člověk a základy jeho antropogeneze
rozlišuje různé zdroje historických informací, způsob jejich získávání a úskalí jejich interpretace	- rozlišuje různé zdroje historických informací, způsob jejich získávání a úskalí jejich interpretace	Paleolit
objasní ve shodě s aktuálními vědeckými poznatky materiální a duchovní život lidské společnosti v jednotlivých vývojových etapách pravěku; charakterizuje pojem archeologická kultura	- objasní ve shodě s aktuálními vědeckými poznatky materiální a duchovní život lidské společnosti v jednotlivých vývojových etapách pravěku; charakterizuje pojem archeologická kultura	Neolit
vysvětlí zásadní zlom ve vývoji lidstva v důsledku cílevědomé zemědělské a řemeslné činnosti	- zařadí časově a prostorově hlavní archeologické kultury pravěku	Doba bronzová
zařadí časově a prostorově hlavní archeologické kultury pravěku		
zdůvodní civilizační přínos vybraných starověkých společenství, antiky a křesťanství jako základních fenoménů, z nichž vyrůstá evropská civilizace	- dokáže pochopit odlišnosti starověkého období, vyzdvihne specifický vývoj řeckých států a jejich kulturní odkaz; poukáže na velikost Říma v zrcadle historického vývoje	Staroorientální despotie
vysvětlí zásadní zlom ve vývoji lidstva v důsledku cílevědomé zemědělské a řemeslné činnosti	- vysvětlí zásadní zlom ve vývoji lidstva v důsledku cílevědomé zemědělské a řemeslné činnosti	Doba železná
objasní židovství (vazbu mezi židovstvím a křesťanstvím) a další neevropské náboženské a kulturní systémy	- poukáže na velikost Říma v zrcadle historického vývoje	Antický starověk, úvod do raného středověku
popíše určující procesy a události, uvede významné osobnosti starověkých dějin		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		

Dějepis	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence k řešení problémů</li> </ul>	

Dějepis	2. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
<p>definuje proměny hospodářského a politického uspořádání středověké společnosti 5. – 15. století a jeho specifické projevy ve vybraných státních celcích</p> <p>objasní proces christianizace a její vliv na konstituování raně středověkých států v Evropě; vysvětlí podstatu vztahu mezi světskou a církevní mocí v západním i východním kulturním okruhu i projevy vlivu náboženství a církve ve středověké společnosti</p>	<p>- definuje proměny hospodářského a politického uspořádání středověké společnosti 5.- 15 století a jeho specifické projevy ve vybraných státních celcích</p>	<p>Byzantská říše a východní kulturní okruh</p>
<p>charakterizuje základní rysy vývoje na našem území</p>	<p>- charakterizuje základní rysy vývoje na našem území</p>	<p>Západní kulturní okruh a franská říše</p>
<p>vymezí specifika islámské oblasti</p>	<p>- vymezí specifika islámské oblasti</p>	<p>Raně středověká společnost, katolická církev a úloha papežství</p>
<p>vysvětlí důsledky tatarských a tureckých nájzdů, zejména pro jižní a východní Evropu</p>	<p>- vysvětlí důsledky tatarských a tureckých nájzdů, zejména pro jižní a východní Evropu</p>	<p>Společnost vrcholného středověku, agrární revoluce, urbanizace a kolonizace, obchod a řemesla</p>
<p>rozpozná nové filozofické a vědecké myšlenky, které byly zformulovány ve 14. – 17. století; zhodnotí jejich praktické dopady</p>	<p>- vymezí základní znaky stavovství a absolutismu; uvede konkrétní projevy v jednotlivých zemích a příklady střetů</p>	<p>Český stát a střední Evropa ve vrcholném středověku</p>
<p>vymezí základní znaky stavovství a absolutismu; uvede konkrétní projevy v jednotlivých zemích a příklady střetů</p>		
<p>definuje proměny hospodářského a politického uspořádání středověké společnosti 5. – 15. století a jeho specifické projevy ve vybraných státních celcích</p>	<p>- vysvětlí vztahy mezi středověkými státy, životní styl a kultura středověku</p>	<p>Krise 14. století, kacířská hnutí, vztahy mezi středověkými státy, životní styl a kultura středověku</p>
<p>popíše základní rysy reformace a protireformace, vysvětlí důsledky pro další evropský i světový vývoj</p>	<p>- rozpozná nové filozofické a vědecké myšlenky, které byly zformulovány ve 14.–17. století; zhodnotí jejich praktické dopady</p>	<p>Renesance, humanismus, reformace</p>

Dějepis	2. ročník	
	- popíše základní rysy reformace a protireformace, vysvětlí důsledky pro další evropský i světový vývoj	
porozumí důsledkům zámořských objevů, jež vedly k podstatným hospodářským i mocensko-politickým změnám	- porozumí důsledkům zámořských objevů, jež vedly k podstatným hospodářským i mocensko-politickým změnám	Zámořské objevy
vymezí základní znaky stavovství a absolutismu; uvede konkrétní projevy v jednotlivých zemích a příklady střetů	- vymezí vývoj evropských velmocí v období raného novověku	Vývoj evropských velmocí v období raného novověku
posoudí postavení českého státu uvnitř habsburského soustátí a analyzuje jeho vnitřní sociální, politické a kulturní poměry	- posoudí postavení českého státu uvnitř habsburského soustátí a analyzuje jeho vnitřní sociální, politické a kulturní poměry	Český stát v raném novověku
vysvětlí emancipační hnutí národů i jednotlivých společenských vrstev; vymezí místo utváření českého novodobého národa v tomto procesu, včetně jeho specifických rysů	- vysvětlí emancipační hnutí národů i jednotlivých společenských vrstev; vymezí místo utváření českého novodobého národa v tomto procesu, včetně jeho specifických rysů	Napoleonská Francie; napoleonské války
na konkrétních příkladech jednotlivých států demonstruje postupný rozklad, zánik a proměny dosavadních systémů přes úsilí mocenských struktur o jejich udržení	- vysvětlí expanzivní záměry velmocí v okrajových částech Evropy a v mimoevropském světě, jež byly příčinou četných střetů a konfliktů daného období	Americký boj za nezávislost
vysvětlí expanzivní záměry velmocí v okrajových částech Evropy a v mimoevropském světě, jež byly příčinou četných střetů a konfliktů daného období		
určí a zhodnotí hlavní myšlenky a principy osvícenství, rozpozná jejich uplatnění v revolucích 18. a 19. století	- objasní proměnu státních zřízení a obrozeneckých snah napříč Evropou 19. století	Národní hnutí 19. století, Češi a česká politika v habsburské monarchii, vznik velkých "národních" států v Německu a v Itálii
vysvětlí emancipační hnutí národů i jednotlivých společenských vrstev; vymezí místo utváření českého novodobého národa v tomto procesu, včetně jeho specifických rysů		
charakterizuje proces modernizace, vysvětlí průběh industrializace a její ekonomické, sociální a politické důsledky; rozpozná její ekologická rizika; určí základní příčiny asymetrického vývoje Evropy a světa v důsledku rozdílného tempa modernizace	- charakterizuje proces modernizace, vysvětlí průběh industrializace a její ekonomické, sociální a politické důsledky; rozpozná její ekologická rizika; určí základní příčiny asymetrického vývoje Evropy a světa v důsledku rozdílného tempa modernizace	Evropské velmoci a jejich soupeření v 19. století; USA v 19. století

Dějepis	2. ročník	
vysvětlí expanzivní záměry velmocí v okrajových částech Evropy a v mimoevropském světě, jež byly příčinou četných střetů a konfliktů daného období		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		

Dějepis	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie; objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	- vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie;	První světová válka
uvede příčiny a projevy politického a mocenského obrazu světa, který byl určen vyčerpáním tradičních evropských velmocí, vzestupem USA a nastolením bolševické moci v Rusku	- objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	Ruské revoluce
vysvětlí souvislost mezi světovou hospodářskou krizí a vyhocením politických problémů, které byly	- vysvětlí souvislost mezi světovou hospodářskou krizí a vyhocením politických problémů, které byly provázeny	Poválečná Evropa

Dějepis	3. ročník	
provázeny radikalizací pravicových i levicových protidemokratických sil	radikalizací pravicových i levicových protidemokratických sil	
popíše a zhodnotí způsob života v moderní evropské společnosti, zhodnotí význam masové kultury	- popíše a zhodnotí způsob života v moderní evropské společnosti, zhodnotí význam masové kultury	Československo 1918-1938
charakterizuje vznik, vývoj a rozpad bipolárního světa, jeho vojenská, politická a hospodářská seskupení, vzájemné vztahy a nejvýznamnější konflikty	- charakterizuje vznik, vývoj a rozpad bipolárního světa, jeho vojenská, politická a hospodářská seskupení, vzájemné vztahy a nejvýznamnější konflikty	Meziválečné totalitární systémy a autoritativní režimy; demokratické velmoci; světová hospodářská krize
popíše a zhodnotí způsob života v moderní evropské společnosti, zhodnotí význam masové kultury	- vysvětlí základní problémy vnitřního vývoje zemí západního a východního bloku; zejména se zaměří na pochopení vnitřního vývoje a vzájemných vztahů supervelmocí USA, SSSR a na situaci ve střední Evropě a v naší zemi	Rozpad versailleského systému, úsilí o kolektivní bezpečnost, válečné konflikty 30. let
charakterizuje dvě světové války, dokumentuje sociální, hospodářské a politické důsledky	- porovná a vysvětlí způsob života a chování v nedemokratických společnostech a v demokraciích	Druhá světová válka
vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie; objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	- vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie; objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	Poválečné Československo 1945-48
vysvětlí základní problémy vnitřního vývoje zemí západního a východního bloku; zejména se zaměří na pochopení vnitřního vývoje a vzájemných vztahů supervelmocí USA, SSSR a na situaci ve střední Evropě a v naší zemi	- vymezí pojmy studená válka, vyspělé demokracie ve 2. pol. 20. století, včetně procesu uvolnění a úsilí o sociální stát	Studená válka, vyspělé demokracie ve 2. pol. 20. století, včetně procesu uvolnění a úsilí o sociální stát
vysvětlí základní problémy vnitřního vývoje zemí západního a východního bloku; zejména se zaměří na pochopení vnitřního vývoje a vzájemných vztahů supervelmocí USA, SSSR a na situaci ve střední Evropě a v naší zemi	- objasní podstatu zřízení SSSR a komunistického bloku - charakterizuje Československo pod komunistickou mocí	SSSR a komunistický blok, Československo pod komunistickou mocí
objasní hlavní problémy specifické cesty vývoje významných postkoloniálních rozvojových zemí; objasní význam islámské, židovské a některé další neevropské kultury v moderním světě	- objasní hlavní problémy specifické cesty vývoje významných postkoloniálních rozvojových zemí; objasní význam islámské, židovské a některé další neevropské kultury v moderním světě	Proces dekolonizace a problém modernizace a chudoby v rozvojových zemích

Dějepis	3. ročník	
popíše mechanismy a prostředky postupného sjednocování Evropy na demokratických principech, vysvětlí lidská práva v souvislosti s evropskou kulturní tradicí; zná základní instituce sjednocující se Evropy, jejich úlohu a fungování	- popíše mechanismy a prostředky postupného sjednocování Evropy na demokratických principech, vysvětlí lidská práva v souvislosti s evropskou kulturní tradicí; zná základní instituce sjednocující se Evropy, jejich úlohu a fungování	Rozklad komunistických režimů a rozpad sovětského mocenského bloku
posoudí význam ústavy a novou organizaci státu, uvede základní typy parlamentních státních systémů	- objasní okolnosti rozdělení Československa a vzniku České republiky	Rozdělení Československa, Česká republika
porovná a vysvětlí způsob života a chování v nedemokratických společnostech a v demokraciích	- vymezí základní problémy soudobého světa a možnosti jeho dalšího vývoje	Cesta k současnému světu na přelomu 20. a 21. století, globální svět
vymezí základní problémy soudobého světa a možnosti jeho dalšího vývoje		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		

## 5.11 Umění a kultura

### 5.11.1 Hudební výchova

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
2	2	0	0	4
Volitelný	Volitelný			

Název předmětu	Hudební výchova
Oblast	Umění a kultura
Charakteristika předmětu	<p>Hudební výchova je předmětem spíše odpočinkovým a prakticky orientovaným, kde by se měl žák prostřednictvím nejrůznějších aktivit uvolnit, překonávat osobní bariéry a dokázat se tak spontánně na základě svých individuálních schopností umělecky projevit. Konkrétněji jde o soubor teoretických znalostí a především vokálních, instrumentálních, poslechových, hudebně pohybových činností, které vedou žáka k porozumění hudebního umění, k orientaci v něm, aktivnímu vnímání a schopnosti hudebně se vyjadřovat. Učebna hudební výchovy se nachází ve třetím patře budovy školy. Její kapacita je 18 žáků. Má příjemné prostředí. Je zde koberec, který poskytuje lepší možnosti k pohybovému vyjádření. Je vybavena nástroji Orffova Schulwerku, pianinem, el. klavírem, 2 klávesami, 4 kytarami, 2 ukulele, 2 kongy, 2 bongy, 1 djembe, 1 cajonem, 4 sadami boomwhackerů od C1 do C2 a jednou basovou sadou boomwhackerů, basovou kytarou, zvonkohrou, xylofonem, zobcovými flétnami a dalšími drobnými rytmickými nástroji. Je zde také malá ozvučovací soustava s mikrofonom. Dále disponuje poslechovou technikou, větším fondem CD, PC a dataprojektorem.</p> <p>Na vyšším stupni gymnázia má předmět dotaci 2 hodin týdně po dobu dvou let. Ve čtvrtém ročníku je navíc možnost zvolit si seminář hudební výchovy, který slouží jako příprava k maturitě a k přijímacím zkouškám na vysoké školy s hudebním zaměřením.</p> <p>Jednotlivými hudebními činnostmi se žák s pomocí učitele snaží vyvozovat základní principy a teorie fungování hudby.</p> <p>Cílem vokálních činností je naučit žáka základním pěveckým popř. i mluvním návykům – dechová opora, posazení tónu do masky a správná tvorba tónu, pravidlům hlasové hygieny – kdy a za jakých podmínek lze</p>

Název předmětu	Hudební výchova
	<p>zpívat (zřetel se klade především na období mutace, kdy se u hochů pracuje s menším hlasovým rozsahem). Od jednohlasého zpěvu a kánonu se žák postupně propracovává k dvojhlasu, tříhlasu nebo jednoduchému čtyřhlasu, učí se vnímat melodii a v rámci skupiny harmonicky myslet.</p> <p>Obsahem instrumentálních činností je tvorba krátkých hudebních myšlenek, drobných skladeb nejrůznějšího citového zabarvení. Žák se pokouší elementárně doprovázet zpěv nebo hrát v souboru a udržet zároveň jednotné tempo a rytmus. Opakováním krátkých rytmických modelů cvičí hudební paměť.</p> <p>Poslechovými aktivitami je žák veden k vnímání hudebních forem, pokouší se rozeznávat motiv, téma, kontrastní části skladby, průběh a závěr. Je schopen odlišit durovou a mollovou tóninu. Subjektivně hovoří o charakteru hudebního díla, nebojí se o něm diskutovat.</p> <p>Pohybem žák velmi přirozeně nabývá jednoduchého rytmicko-metrického cítění, je spontánnější, snaží se vyjádřit hudební obsah, a tak směřuje k chápání intimních a expresivních poloh uměleckého díla. Učí se lidové tance, přibližuje se tak k chápání různých kultur.</p> <p>Syntézou veškeré práce v hudební výchově jsou projekty, které mívají vzhledem k věku žáka pevnější či volnější formu. Většinou platí, že čím je dítě menší, tím musí být pevněji stanovena struktura projektu a větší pomoc učitele. Projekty bývá motivován k vlastní tvorbě.</p> <p>Projekty mohou mít i přesah do dalších předmětů jako je např. informatika, kde se žák okrajově seznámí s notovým nebo zvukovým záznamem a prací s ním. Dále může žák díky technologiím a notovým editorům rozvíjet své harmonické cítění skrze jednoduché harmonické postupy a vytvářet tak nové skladby. Výhodou může být zpětný poslech a tím kontrola zapsaného celku.</p>
<p>Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)</p>	<p>Učitel se v hudební výchově soustřeďuje především na skupinovou práci, ze které přirozeně vyplývá individuální motivovanost a kreativita - zpěv, nástrojová hra, projekty, odborné exkurze.</p> <p>Vzdělávací obsah hudební výchovy tvoří tři vzájemně provázané a podmíněné okruhy činností – produkce, recepce a reflexe.</p> <p>V produkci se spojují vokální, instrumentální a hudebně pohybové činnosti. Cílem produkce je využít těchto hudebních činností a tím dovést žáka k maximální možné kreativě. V hlasové výchově si žáci rozvíjejí správnou techniku zpěvu, rozšiřují si hlasový rozsah a upevňují intonační cítění. Přes zpěv jednohlasu, dvojhlasu se dopracovávají k tří- až jednoduššímu čtyřhlasu. Zpěv vhodně doprovázejí nejrůznějšími hudebními nástroji a někdy i pohybem. Ve skupinových projektech se snaží o vyjádření nejen konkrétních dějů, ale i abstraktních jevů.</p> <p>Při recepci si žáci prostřednictvím poslechových činností uvědomují a ověřují působení znějící hudby. Hudba zde vystupuje v instruktivní podobě a umožňuje vyvozovat nové hudebně teoretické poznatky a dávat je do souvislostí s již získanými znalostmi.</p>

Název předmětu	Hudební výchova
	<p>Reflexe jako třetí, vysoce syntetizující hudební činnost znamená nejvyšší stupeň poznávací činnosti umožňující komplexní interpretaci hudebního díla i hudebních objektů. Díky teoretickým znalostem hudebních forem, nástrojů a především dějin hudby je pak žák schopen určovat hudební styl, žánr, formu díla, rozpoznávat kompoziční principy, zabývat se možnostmi přístupu k interpretaci hudebního díla, významem a poselstvím díla vzhledem k určité umělecké a historické epoše, problematikou vnímání hudby vzhledem k jejímu funkčnímu zařazení apod.</p>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Dějepis</li> <li>• Český jazyk a literatura</li> <li>• Seminář z estetické výchovy hudební</li> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Výtvarná výchova</li> <li>• Informatika</li> <li>• Německý jazyk</li> <li>• Seminář z dějepisu 20. století</li> <li>• Literární seminář</li> <li>• Seminář z informatiky</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b> V rámci některých projektů se v hudební výchově může objevit téma, týkající se uměleckého vyjádření nejrůznějších problémů, problémových situací. Díky této prakticky zažitě zkušenosti žáka vedeme k lepšímu pochopení dalších hledisek konfliktů, kterými tak spěje k jejich objektivnímu vyřešení.</p> <p><b>Kompetence občanská:</b> Vedeme žáka k chápání smyslu naší národní hudby, respektování a ochraně našich národních tradic pozitivnímu postoji k národním tradicím. Vedeme žáka k respektu tradic jiných kultur, jiných států.</p> <p><b>Kompetence k učení:</b> Vedeme žáka k vyhledávání a třídění informací z oboru hudební teorie a hudebních dějin, k jednotlivému přemýšlení o jednotlivých informacích v souvislostech, vyvozování základních principů a funkcí hudby.</p> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b> Vedeme žáky k úroční svých praktických dovedností získaných v rámci předmětu také v osobním životě.</p>

Název předmětu	Hudební výchova
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• V umění jde většinou o neverbální komunikaci</li> <li>• vedeme žáka ke kreativnímu vyjadřování pomocí zvuků, tónů, pohybů, citlivému naslouchání druhým a smysluplnému reagování, porozumění jednodušším hudebním záznamům, přemýšlení o jejich funkci a k jejich tvorbě, ke spontánnímu zapojování se do diskuse, kritickému hodnocení, popřípadě obhajobě svého názoru, vhodné argumentaci.</li> </ul> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vedeme žáka k vlastní umělecké tvorbě, na jejímž základě si uvědomuje sám sebe, své osobní hranice, své možnosti (svým uměním chce pozitivně ovlivňovat druhé), k vnímání ostatních a snaze pochopit jejich jednání a jeho tolerování nebo v konfliktních situacích vhodnému zákroku.</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vedeme žáky k samostatnému a tvořivému využívání digitálních technologií při poslechu, interpretaci, tvorbě a záznamu hudby: např. využíváme aplikace k výuce hry na ukulele nebo na jiné nástroje, které jsou použitelné pro náš typ školy a stupeň hudebnosti žáků. Pro aktivní vystupování dále používáme aplikace k naladění hudebních nástrojů apod.</li> <li>• Podporujeme žáky v používání online hudebních knihoven, vzdělávacích platforem a databází pro vyhledávání a porovnávání hudebních žánrů, autorů a interpretací.</li> <li>• Vedeme žáky k využívání digitálních prostředků pro tvorbu hudebních projektů, prezentací či vizuálních doprovodů (např. programy pro notový zápis, prezentace, videa).</li> <li>• Učíme žáky respektovat autorská práva při práci s hudebními díly a k etickému a bezpečnému chování v digitálním prostředí.</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	<p>Minimální počet známek za pololetí je roven dvojnásobku hodinové dotace předmětu.</p> <p>Hudební výchova má vést k spontánnosti, uvolněnosti a kreativitě, které by měly být výsledkem subjektivní i objektivní kritiky. Známkování se pohybuje mezi stupni 1-3. Žák je tak prakticky motivován lepšími známkami, zároveň jsou jim ale přiřazeny hodnoty známkovacího systému 1-5. 1 tedy odpovídá 1, 3 odpovídá 5 atd. Žáci, kteří by chtěli dle běžně zavedeného 5-tistupňového systému vědět, kde se jejich znalosti a um pohybuje, mohou si to takto rozkódovat.</p> <p>Hudební diktáty, teoretické testy a ústní zkoušení jsou tedy známkovány 1-3. Hodnocení projektů je navíc doprovázeno slovní kritikou – analýzou chyb a uvedení toho, co se povedlo. Zpěv, rytmika nebo hra na hudební nástroj obecně se zkouší při interpretaci skladby ve skupině jednotlivě nebo se hodnotí slovně při</p>

Název předmětu	Hudební výchova
	<p>nácviku skladby tak, aby se žák nebál jakkoliv hudebně projevit. Při hodnocení zpěvu se také bere zřetel na období mutace – žák je hodnocen úměrně jeho rozsahovým a s tím spojeným intonačním možностям.</p> <p>Klasifikace:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stupeň 1 – Žák samostatně tvořivě pracuje, aktivně a se zájmem se zapojuje do projektů, je objektivně kritický vůči vlastní práci nebo ostatních. Má zájem o hudbu a umění, chodí na koncerty, výstavy. Jeho pěvecký nebo instrumentální projev je vysoce kultivovaný, má smysl pro charakter skladby, výborně rozlišuje význam hudební či textové složky. Perfektně cítí a ovládá rytmus, melodii, harmonii. Chápe a vyvozuje principy fungování hudby a dokáže je uplatnit v praxi.</li> <li>• Stupeň 2 – Žák je kreativní, na základě motivace učitelem plní bez větších obtíží nejrůznější hudební projekty a dokáže je celkem trefně ohodnotit. Hudební díla interpretuje přesvědčivě, ovšem s drobnými odchylkami v intonaci nebo v rytmu. Při hře naslouchá ostatním a bez větších obtíží udrží svůj part. Adekvátně se orientuje v oblasti hudební teorie a dějinách hudby. S menší pomocí učitele třídí jednotlivé informace a vyvozuje z nich obecné principy.</li> <li>• Stupeň 3 – Žák zvládá plnit jednodušší projekty, složitější jen s pomocí učitele. Je méně spontánní a v kritice hůře rozlišuje subjektivní a objektivní hledisko. Nemá tak dobře zaktivována pravidla hlasové výchovy – nasazení tónu a dechové opory. Jeho pěvecký projev je dobrý, s intonačními nepřesnostmi. Zvládá jen jednodušší rytmy, složitější mu činí větší obtíže. V hudební skladbě jen s pomocí učitele nachází její základní části. Velmi špatně posoudí jejich funkci a význam. Má omezený přehled v dějinách hudby.</li> <li>• Stupeň 4 – Žák má velmi malou míru abstrakce, v projektech je nesamostatný a velmi málo vnímá ostatní. Intonuje velmi nepřesně, tón není dobře opřený o bránici, je neznělý. I přes pomoc učitele velmi špatně udrží svůj part v rámci souboru, tempo je kolísavé, rytmus nepřesný. Skladbu vnímá jako celek, není schopen analyzovat její jednotlivé části. Spíše vnímá jen její charakter. Má velmi špatné znalosti z hudební teorie a dějin hudby.</li> <li>• Stupeň 5 – Žák není tvořivý, je nesamostatný a jeho celkový postoj k umění je odmítavý. Nevnímá a nespolupracuje při projektech. Zpívá falešně a neudrží tempo ani rytmus. Nechápe ani obecné principy hudby. Neorientuje se v notovém zápisu, neovládá základní hudební pojmy. Nemá znalosti v oblasti hudebních dějin.</li> </ul>

Hudební výchova	1. ročník	
<p><b>Výchovné a vzdělávací strategie</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<p><b>RVP výstupy</b></p>	<p><b>ŠVP výstupy</b></p>	<p><b>Učivo</b></p>
<p>dokáže vystihnout nejpodstatnější rysy dnešních proměn a na příkladech uvést jejich vliv na proměnu komunikace v uměleckém procesu</p>	<p>- přes zpěv kánonů a jednohlasů se snaží zvládat zpěv jednoduchých vícehlasů - naslouchá druhým</p>	<p>Kánony: Rock My Soul, Viva la musica, Zena zena; Jednohlasy a vícehlasy populární hudby: The Lion Sleeps Tonight, Happy Day, Don't Know Why; Lidové písně;</p>
<p>na příkladech vysvětlí umělecký výraz jako neukončený a nedefinitivní ve svém významu; uvědomuje si vztah mezi subjektivním obsahem znaku a významem získaným v komunikaci</p>	<p>- rozšiřuje si svůj hlasový rozsah - při zpěvu dbá na správnou techniku - dechová opora, posazení hlasu, vedení hlasu - dobře artikuluje</p>	<p>Carl Orff: Odi et amo; Thomas Morley: Now Is The Month Of Maying; Adam Václav Michna z Otradovic: Chtíc, aby spal;</p>
<p>využívá svůj individuální pěvecký potenciál při zpěvu, při mluvním projevu vede svůj hlas zněle a přirozeně, správně artikuluje, logicky člení větu (obsah sdělení), uplatňuje zásady hlasové hygieny v běžném životě</p>	<p>- přemýšlí o hudebním a textovém obsahu skladby</p>	<p>W.A.Mozart: Ave verum corpus, Das klingelt so herrlich (sbor z opery Kouzelná flétna).</p>
<p>objasní podstatné rysy magického, mytického, univerzalistického, modernistického přístupu k uměleckému procesu, dokáže je rozpoznat v současném umění a na příkladech vysvětlí posun v jejich obsahu</p>	<p>- hudební skladby doprovází přiměřeně svým schopnostem a dovednostem na nejrůznější hudební nástroje dle not nebo vymýšlí dle daného hudebního obsahu doprovod své - je vnímavý vůči ostatním hudebníkům</p>	<p>Tvorba primitivní hudby; Jednohlasy a vícehlasy populární hudby: The Lion Sleeps Tonight, Oh, Happy Day, Don't Know Why, aj.; Lidové písně</p>
<p>upozorní na ty znaky hudební tvorby, které s sebou nesou netoleranci, rasismus a xenofobii, a dokáže se od takové hudby distancovat</p>	<p>- je kreativní a využívá širší možnosti hry na hudební nástroj - i netradiční způsoby. Vytváří své vlastní skladby</p>	
<p>využívá jednoduché a podle vybavení školy i složitější hudební nástroje (keyboardy, keyboardy ve spojení s digitálními technologiemi) při individuálních či společných hudebních aktivitách a přiměřeně svým hudebním schopnostem a dovednostem používá</p>		

Hudební výchova	1. ročník	
hudební nástroje jako prostředek sdělování hudebních i nehudebních myšlenek a představ		
uvědomuje si roli hudebního průmyslu v současném světě; popíše možnosti využití hudby v „mimohudební“ oblasti a je schopen poukázat na příklady jejího zneužívání	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kultivovaně tancuje na hudbu podle dané choreografie.</li> <li>- své některé skladby vhodně doprovází pohybem.</li> </ul>	Africká hudba - primitivní tanec; Středověký tanec na píseň - In hoc anni circulo
uvědomuje si rozdílnost přístupů jednotlivých lidí k hudbě a hudební tvorbě, vnímá hudbu jako způsob prezentace vlastních idejí a názorů i idejí, pocitů a názorů ostatních lidí a na základě toho je schopen se s hudbou ztotožnit či ji odmítnout	<ul style="list-style-type: none"> <li>- orientuje se v zápise jednoduchých skladeb všeho druhu.</li> <li>- rozeznává nejrůznější typy notací.</li> <li>- na základě svých individuálních hudebních schopností tyto skladby realizuje.</li> </ul>	Kánony: Rock My Soul; Jednoduché jednohlasy a vícehlasy - africké spirituály: Si ma ma kaa, I Will Sing, Yakanaka vangeri; Seikilova píseň; Carl Orff: Carmina burana - čtení partitury; In hoc anni circulo;
vysvětlí, jaké předpoklady jsou zapotřebí k recepci uměleckého díla a zejména k porozumění uměleckým dílům současnosti		Způsoby středověké notace - Hospodine, pomiluj ny, Svätý Václave, Veni creator spiritus; Záznamy polyfonních skladeb - kánony, části mší - př.: Geographical Fugue
vyděljuje podstatné hudební znaky z proudu znějící hudby, rozpoznává hudebně výrazové prostředky užití ve skladbě, uvědomuje si hudební formu díla a k dílu přistupuje jako k logicky utvářenému celku	<ul style="list-style-type: none"> <li>- při poslechu děl z počátku vývoje hudby se snaží uvědomovat si jednoduchou skladbu jako celek, který je tvořen nejrůznějšími výrazovými prostředky, které je schopen rozlišit</li> <li>- v souvislosti s celkovým působením skladby se také zamýšlí nad její funkcí</li> </ul>	Africká hudba, hudba amazonských indiánů, Seikilova píseň, Gregoriánský chorál x husitský chorál/ hudba vagantů - Carl Orff: Carmina burana, Hudba truvérů, trubadúrů a minnesängrů
vysvětlí umělecký znakový systém jako systém vnitřně diferencovaný a dokáže v něm rozpoznat a nalézt umělecké znaky od objevných až po konvenční	- uvědomuje si otázku hierarchie v hudbě	Giovanni Pierluigi da Palestrina: Missa papae Marcelli Claudio Monteverdi: Lamento d' Ariadna - Lasciate mi morire
popíše a na vybraných hudebních dílech (částech hudebního díla) ukáže důležité znaky tvorby a interpretace, vysvětlí, v čem tkví originální a nezaměnitelný přínos skladatele a interpreta, možná poselství sdělovaná prostřednictvím hudby na základě svých schopností, znalostí i získaných zkušeností dešifruje a interpretuje	<ul style="list-style-type: none"> <li>- popisuje některá specifika hudební skladby, na základě nichž pak dochází k pochopení osobitosti daného autora v dané době</li> <li>- přemýšlí nad možnostmi interpretace</li> </ul>	Antonio Vivaldi: Čtvero ročních období; G.F. Händel: Mesiáš - Aleluja, Hudba k ohňostroji, Vodní hudba; J.S. Bach: Toccata a fuga d moll, Matoušovy pašije, Braniborské koncerty; Adam Václav Michna z Otradovic: Svatoroční muzika J.J. Šimon Ryba: Česká mše vánoční; W.A. Mozart: Malá noční hudba, Figarova svatba, Don Giovanni, Requiem; L.v. Beethoven: kl. sonáty - Patetická, Měsíční svit, Appassionata, 5., 9. symfonie - S ódou na radost; Jiří

Hudební výchova	1. ročník	
		Antonín Benda: Ariadna na Naxu; Josef Mysliveček: Il Bellerofonte; Franz Schubert: symfonie - Nedokončená h moll; F.M.Bartholdy: Sen noci svatojánské - Svatební pochod; Robert Schumann: Láska a život ženy
orientuje se ve vývoji hudebního umění; uvědomuje si rozdílnost hudebního myšlení v jednotlivých etapách, rozlišuje hudební slohy podle charakteristických hudebních znaků, na základě historických, společenských a kulturních kontextů popíše podmínky a okolnosti vzniku hudebního díla	- jednotlivé dějinné etapy hudebního vývoje chápe na pozadí doby - vyvozuje z nich možné hudební myšlení - dokáže vydělit nejdůležitější znaky hudebního stylu	Umění - pojem a význam, kýč x umělecké dílo; Počátky hudby; Exotické kultury; Řecká a římská hudba; Středověká hudba - vznik notové osnovy, not.zápisu, klíčů, taktů a tvaru not; Hudba renesance, baroka, klasicismu a raného romantismu
orientuje se ve vývoji hudebního umění; uvědomuje si rozdílnost hudebního myšlení v jednotlivých etapách, rozlišuje hudební slohy podle charakteristických hudebních znaků, na základě historických, společenských a kulturních kontextů popíše podmínky a okolnosti vzniku hudebního díla	- v souvislosti s hudebním slohem přemýšlí o použití hudebních skladeb, jejich funkci, kompozičních principech	Forma mše; Polyfonie x homofonie; Fuga, kánon; Concerto grosso; Barokní opera; Sonáta x sonátová forma; Píseň
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		

Hudební výchova	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> </ul>	

Hudební výchova	2. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
interpretuje hudbu na základě vědomostí a individuálních hudebních schopností; vytváří vlastní soudy a preference, které dokáže v diskusi obhájit	- zpívá celkem dobře jednoduché vícehlasy - umí naslouchat druhým - vedení hlasu je citlivé k hudebnímu i textovému obsahu	Africké spirituály a další lidové písně; Jednohlasy a vícehlasy jazzu a populární hudby 20.století: Chattanooga Choo Choo, The Beatles, Deep Purple, Led Zeppelin, aj.; Operetní a muzikálové písně: I Don't Know How To Love Him, Memory, Amerika, Blondýnky krásné, aj.; P.I.Čajkovskij: Christos Sergej
objasní podstatné rysy aktuálního (pluralitního, postmodernistického) přístupu k uměleckému procesu a na základě toho vysvětlí proces vzniku „obecného vkusu“ a „estetických norem“	- rozsah se rozšířil - správně artikuluje - zásady hlasové hygieny je schopen použít v běžném životě	Rachmaninov: Ave Maria Leoš Janáček: Ondráš, Ondráš
popíše a na vybraných hudebních dílech (částech hudebního díla) ukáže důležité znaky tvorby a interpretace, vysvětlí, v čem tkví originální a nezaměnitelný přínos skladatele a interpreta, možná poselství sdělovaná prostřednictvím hudby na základě svých schopností, znalostí i získaných zkušeností dešifruje a interpretuje	- hudební skladby doprovází přiměřeně svým schopnostem a dovednostem na nejrůznější hudební nástroje dle not nebo vymyslí dle daného hudebního obsahu doprovod své - je vnímavý vůči ostatním hudebníkům - je kreativní a využívá širší možnosti hry na hudební nástroj - i netradiční způsoby	Kompozice melodramu; Tvorba textů k již existujícím melodiím; Tvorba jednoduchých písní; Pokus o tvorbu písní žánrů populární hudby 70. - 90.let 20.století; Hudební koláže; Pokus o tvorbu dodekafonní, aleatorní, minimalistické, počítačové skladby
uvědomuje si význam osobně založených podnětů na vznik estetického prožitku; snaží se odhalit vlastní zkušenosti i zkušenosti s uměním, které s jeho vznikem souvisejí	- vytváří své vlastní skladby. Snaží se při nich využívat i již fungující kompoziční principy - u tvorby písní je citlivý vůči hudební i textové složce - přemýšlí o jejich významu	
vědomě uplatňuje tvořivost při vlastních aktivitách a chápe ji jako základní faktor rozvoje své osobnosti; dokáže objasnit její význam v procesu umělecké tvorby i v životě		
reaguje na hudbu pohybem, ztvárňuje ji úměrně svým hudebním schopnostem a pohybovým dispozicím; pohyb ve spojení s hudbou využívá k vyjádření vlastních představ a pocitů	- reaguje na hudbu pohybem, ztvárňuje ji úměrně svým hudebním schopnostem a pohybovým dispozicím - pohyb ve spojení s hudbou využívá k vyjádření vlastních představ a pocitů	Pohybové vyjádření pocitů spojené s hudbou .

Hudební výchova	2. ročník	
vysvětlí umělecký znakový systém jako systém vnitřně diferencovaný a dokáže v něm rozpoznat a nalézt umělecké znaky od objevných až po konvenční		
odliší hudbu podle jejího stylového zařazení, významu a funkce, rozpozná vhodnost či nevhodnost využití určité hudby v konkrétních situacích	- orientuje se v zápise jednoduchých skladeb všeho druhu - rozeznává nejrůznější typy notací, snaží se číst a pochopit notace moderní artificiální hudby - na základě svých individuálních hudebních schopností tyto skladby realizuje - z této realizace mnohdy přirozeně přechází do jednoduché improvizace.	Instrumentální záznamy populárních skladeb 20.století: Rhythm And Blues, Ariadna; Vokálně-instrumentální záznamy populárních skladeb: The Lion Sleeps Tonight, My Heart Will Go On; Části symfonií - L.v.Beethoven: 9.symonie - Óda na radost; Části oper - Bedřich Smetana: Prodaná nevěsta; Záznamy moderní artificiální hudby - aleatorika - Folke Raabe: Rondes aj.; Hudba ve filmu - Philip Glass: Powaqatsi
orientuje se v zápise jednoduchých, případně i složitějších vokálních, instrumentálních i vokálně-instrumentálních písní a skladeb; na základě svých individuálních hudebních schopností tyto skladby realizuje		
vysvětlí, jaké předpoklady jsou zapotřebí k recepci uměleckého díla a zejména k porozumění uměleckým dílům současnosti		
vyděljuje podstatné hudební znaky z proudu znějící hudby, rozpoznává hudebně výrazové prostředky užitě ve skladbě, uvědomuje si hudební formu díla a k dílu přistupuje jako k logicky utvářenému celku	- při poslechu hudební skladby vnímá a chápe její logické uspořádání, rozpoznává hlavní a vedlejší myšlenky, hudebně výrazové prostředky, uvědomuje si ji jako celek	Fryderyk Chopin: etudy - Revoluční, valčíky, polonézy; Hector Berlioz: Fantastická symfonie; Franz Liszt: klavírní díla; M.P.Musorgskij: Obrázky z výstavy; N.A.Rimskij-Korsakov: Šeherezáda; P.I.Čajkovskij: klavírní koncert b moll
vyděljuje podstatné hudební znaky z proudu znějící hudby, rozpoznává hudebně výrazové prostředky užitě ve skladbě, uvědomuje si hudební formu díla a k dílu přistupuje jako k logicky utvářenému celku	- uvědomuje si specifika operní tvorby v období romantismu - její výrazové prostředky a jejich funkci, dokáže ji porovnat s operou barokní	George Bizet: Carmen; Giuseppe Verdi: Nabucco, Aida; Richard Wagner: Lohengrin, Prsten Nibelungů; P.I.Čajkovskij: Evžen Oněgin; Giacomo Puccini: Madame Butterfly
popíše a na vybraných hudebních dílech (částech hudebního díla) ukáže důležité znaky tvorby a interpretace, vysvětlí, v čem tkví originální a nezaměnitelný přínos skladatele a interpreta, možná poselství sdělovaná prostřednictvím hudby na základě svých schopností, znalostí i získaných zkušeností dešifruje a interpretuje	- popisuje a upozorňuje na specifika tvorby daného autora - vysvětluje autorovu originalitu a jeho přínos v umění, popř. jeho vliv na tvorbu autorů jiných	Bedřich Smetana: Má vlast, Prodaná nevěsta; Antonín Dvořák: Slovanské tance, 9.symfonie, Rusalka Jacques Offenbach: Orfeus v podsvětí; Frederick Loewe: My Fair Lady; Leonard Brenstein: West Side Story; A.L.Webber: Jesus Christ Superstar
popíše a na vybraných hudebních dílech (částech hudebního díla) ukáže důležité znaky tvorby a interpretace, vysvětlí, v čem tkví originální a	- popisuje a upozorňuje na specifika tvorby daného autora nebo interpreta - vysvětluje autorovu originalitu a jeho přínos v umění,	Richard Strauss: Alpská symfonie, Tak pravil Zarathustra; Claude Debussy: Moře; Maurice Ravel: Bolero; Arnold Schönberg: Mojžíš a Áron; Paul

Hudební výchova	2. ročník	
nezaměnitelný přínos skladatele a interpreta, možná poselství sdělovaná prostřednictvím hudby na základě svých schopností, znalostí i získaných zkušeností dešifruje a interpretuje	popř. jeho vliv na tvorbu autorů jiných - uvědomuje si některé vnímatelné kompoziční principy a výrazové prostředky moderní artificiální hudby	Hindemith: Ludus tonalis; Eric Satie: 3 Gymnopedie; Philip Glass: Glasswork; Karlheinz Stockhausen: Kontakty; Pierre Boulez: Kladivo bez pána Igor Stravinskij: Svěcení jara; Béla Bartók: Rumunské tance, Modrovousův hrad Vítězslav Novák: Slovácká svita; Leoš Janáček: Lašské tance, Její pastorkyňa; Bohuslav Martinů: Otvírání studánek
popíše a na vybraných hudebních dílech (částech hudebního díla) ukáže důležité znaky tvorby a interpretace, vysvětlí, v čem tkví originální a nezaměnitelný přínos skladatele a interpreta, možná poselství sdělovaná prostřednictvím hudby na základě svých schopností, znalostí i získaných zkušeností dešifruje a interpretuje	- popisuje a upozorňuje na specifika tvorby daného autora nebo interpreta - vysvětluje autorovu originalitu a jeho přínos v umění, popř. jeho vliv na tvorbu autorů jiných - uvědomuje si specifickou funkci a působení jeho hudební tvorby - interpretuje hudbu na základě vlastních zkušeností a vědomostí, vytváří si vlastní kritické soudy, které si v diskuzi dokáže obhájit	Billie Holiday, Ella Fitzgerald, Glenn Miller aj. ukázky jazzu a swingu; Ukázky populární hudby 50. - 90. léta 20. století
orientuje se ve vývoji hudebního umění; uvědomuje si rozdílnost hudebního myšlení v jednotlivých etapách, rozlišuje hudební slohy podle charakteristických hudebních znaků, na základě historických, společenských a kulturních kontextů popíše podmínky a okolnosti vzniku hudebního díla	- orientuje se ve vývoji hudebního umění - uvědomuje si rozdílnost hudebního myšlení na pozadí jednotlivých historických epoch, rozlišuje hudební slohy a proudy podle charakteristických hudebních znaků. Na základě historických, společenských a kulturních kontextů popíše podmínky a okolnosti vzniku hudebního díla	Hudba v raném romantismu, novoromantismu; Klasicko-romantická syntéza; Pozdní romantismus; Impresionismus; Expresionismus - dodekafonie, atonální hudba, atematický sloh; Neofolklorismus, neobaroko, neoklasicismus; Pařížská Šestka; Hudba počítačová, music for tape; Aleatorika; Minimalismus; Vývoj jazzu a populární hudby 20.století
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		

Hudební výchova	2. ročník
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách	

### 5.11.2 Výtvarná výchova

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
2	2	0	0	4
Volitelný	Volitelný			

Název předmětu	Výtvarná výchova
Oblast	Umění a kultura
Charakteristika předmětu	<p>Základním úkolem a cílem předmětu je rozvoj vizuální a haptické vnímavosti, fantazie, samozřejmě také rozvoj schopnosti tvořit, třídit a hodnotit vizuálně obrazná vyjádření v rámci sociálních a historických souvislostí.</p> <p>Žák tedy během hodin výtvarné výchovy rozvíjí svou estetickou citlivost, učí se vyjadřovat výtvarnými prostředky své pocity a myšlenky. Poznává estetický způsob vnímání přírody, člověka, světa. Nezbytným prostředkem je seznámení s možnostmi vyjadřování - technikami.</p> <p>V rámci získávání přehledu o kulturní historii si uvědomuje proměny obsahů i forem v závislosti na sociálních, materiálních a náboženských proměnách společnosti.</p> <p>Důležitým cílem je podněcování žáků k tvořivému myšlení a k řešení problémů, stejně jako rozvíjení schopnosti spolupracovat ve skupině a respektovat práci jiných.</p> <p>Nejbližšími předměty pak následně jsou výchova k občanství a přírodopis.</p> <p>Výtvarný obor na vyšším gymnáziu navazuje svým obsahem a cíli na výtvarnou výchovu nižšího gymnázia a vede žáka k uvědomělému užívání vizuálně obrazných prostředků na úrovni smyslových a na úrovni subjektivně osobnostní a sociální.</p> <p>Předmět je zařazen do výuky v pátém a šestém ročníku víceletého gymnázia a je dotován dvěma vyučovacími hodinami týdně.</p>

Název předmětu	Výtvarná výchova
	<p>Výtvarný obor pracuje s vizuálně obraznými znakovými systémy, které jsou nezastupitelným nástrojem poznávání a prožívání lidské existence.</p> <p>Vzdělávací obsah výtvarného oboru je vnitřně členěn do dvou základních okruhů pojímaných v kontextech historických a sociokulturních, v jejich vývoji a proměnách.</p> <p>První okruh představuje seznamování se s dějinami výtvarné kultury od nejstaršího období až po 20. (21.) století. Vzdelávání v této oblasti je zaměřeno na architekturu, malířství, sochařství, ale představuje i hledání časových souvislostí s jinými obory (zejména s hudebními).</p> <p>Teoretické lekce pravidelně střídají hodiny praktických činností.</p> <p>AJG v Českých Budějovicích nabízí vzdělávací programy pro školy v rámci příležitostných výstav. Studenti zde se svými učiteli mají možnost nejenom poznávat, ale i reflektovat slovně, či vlastní tvorbou, pod vedením lektora dílo určitého autora, výtvarné skupiny, či historického období.</p> <p>Druhý okruh představují znakové systémy výtvarného umění umožňující žákovi osobní účast a aktivní vstupování do výtvarného uměleckého procesu. Reflektování vlastních prožitků, postojů a zkušeností získaných prostřednictvím experimentálního přístupu k uměleckým vizuálně obrazným prostředkům.</p> <p>Vzdělávací obsah je realizován prostřednictvím tvůrčích činností, v jejichž očekávaných výstupech se propojují hlediska tvorby, recepce a interpretace tak, aby se dále rozvíjela smyslová citlivost, uplatňovala žákova subjektivita a ověřovaly se komunikační účinky vizuálně obrazného vyjádření.</p> <p>Aktivně vytváříme mezipředmětové vazby, především s literární výchovou (vznik písma a jeho nácvik, ilustrace ke knize, knižní vazba, divadlo- divadelní kostým), dějepísem (dějiny výtvarné kultury, pořádání kulturně- historických exkurzí), společenskými vědami (komunikace mezi lidmi, sebepojetí a sebevyjádření, životní prostředí a jeho spoluvytváření).</p> <p>Dále se výrobou propagačních materiálů podílíme na připomenutí jednotlivých kulturních akcí a významných dnů v roce.</p> <p>Výchovně vzdělávací strategie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• samostatný a osobitý výtvarný projev formou kresby, malby, plastiky</li> <li>• schopnost výtvarně zpracovávat životní zkušenosti i podněty z fantazie</li> <li>• chápat umění a kulturu jako součást lidské existence</li> </ul> <p>SPUCH a nadaní:</p> <p>Specifika předmětu umožňuje do značné míry sebevyjádření formou samostatné tvůrčí práce, zde je možné připojení slovního komentáře, rozboru a hodnocení práce žáka v rámci kolektivu.</p> <p>Pro žáky se zvláštním nadáním nabízíme možnost dalšího rozvoje v rámci zájmových kroužků.</p>

Název předmětu	Výtvarná výchova
	Pravidelně vyhlašujeme celoškolní soutěže pro jednotlivce i kolektivy.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	<p>Metody a formy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• výklad učitele doprovázený ukázkami reprodukcí</li> <li>• referáty žáků na zadaná témata (období, směr, autor,...)</li> <li>• samostatná tvůrčí práce na dané téma</li> <li>• experimenty s materiálem, formou</li> <li>• práce skupiny i jednotlivce</li> <li>• individuální konzultace</li> <li>• odborné exkurze</li> </ul>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dějepis</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Český jazyk a literatura</li> <li>• Seminář z estetické výchovy hudební</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Seminář z dějepisu 20. století</li> <li>• Literární seminář</li> <li>• Seminář z informatiky</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáka k tomu, aby samostatně řešil problémy, volil vhodné postupy a metody, ověřoval prakticky správnost řešení problémů a osvědčené postupy dále vhodně aplikoval</li> </ul>
	<p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• snažíme se, aby žák respektoval a chránil naše tradice a kulturní i historické dědictví, projevoval pozitivní vztah k uměleckým dílům a aktivně se zapojoval do kulturního dění</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uvědomování si vlivu výchovy a vzdělání na rozvoj tvořivé osobnosti v roli tvůrce, interpreta a recipienta a na kvalitu její účasti v uměleckém procesu.</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k učení:</b></p>

Název předmětu	Výtvarná výchova
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• snažíme se vést žáka k tomu, aby vybíral a využíval pro efektivní učení vhodné způsoby a metody, operoval s obecně užívanými pojmy, termíny a symboly, samostatně pozoroval a experimentoval</li> </ul> <p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• učíme žáka různým typům obrazových materiálů, gest a jejich tvořivému využití</li> </ul> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme také žáka k tomu, aby účinně spolupracoval ve skupině, podílel se společně s pedagogy na vytváření pravidel práce v týmu, podílel se na vytváření příjemné atmosféry ve třídě</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b>                  Vedeme žáky k samostatnému a tvořivému využívání digitálních technologií jako prostředku pro výtvarné vyjádření a prezentaci vlastní tvorby.                  Vedeme žáky k experimentování s různými digitálními výtvarnými nástroji, aplikacemi a editory a k jejich kombinaci s tradičními výtvarnými technikami.                  Učíme žáky vyhledávat, třídit a kriticky posuzovat digitální vizuální materiály, rozvíjet estetické vnímání a schopnost vizuální analýzy obrazových informací.                  Podporujeme žáky v digitálním zpracování, archivaci a prezentaci výtvarných děl, včetně spolupráce a sdílení prostřednictvím online platform.                  Vedeme žáky k respektování autorských práv, k etickému využívání obrazových zdrojů a k bezpečnému chování v digitálním prostředí.</p>
Způsob hodnocení žáků	Minimální počet známek za pololetí jsou 4. Klasifikace odpovídá ostatním předmětům, tj. stupnice 1- 5, bez slovního hodnocení. Výtvarné práce žáků jsou průběžně známkovány. Dále se přihlíží k celkovému přístupu žáků k předmětu a k pracovnímu nasazení v rámci skupinových projektů.

Výtvarná výchova	1. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> </ul>	

Výtvarná výchova	1. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence sociální a personální</li> <li>Kompetence komunikativní</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
dokáže vystihnout nejpodstatnější rysy dnešních proměn a na příkladech uvést jejich vliv na proměnu komunikace v uměleckém procesu	- rozliší vizuálně obrazné vyjádření v rovině smyslového účinku i symbolického obsahu	Lidské stopy (stopa jako otisk lidské duše)
pojmenuje účinky vizuálně obrazných vyjádření na smyslové vnímání, vědomě s nimi pracuje při vlastní tvorbě za účelem rozšíření citlivosti svého smyslového vnímání		
objasní roli autora, příjemce a interpreta při utváření obsahu a komunikačního účinku vizuálně obrazného vyjádření	- poznává a rozlišuje základní výtvarné techniky, interpretuje umělecké dílo	Základní výtvarné techniky
charakterizuje obsahové souvislosti vlastních vizuálně obrazných vyjádření a konkrétních uměleckých děl a porovnává výběr a způsob užití prostředků	- porovnává umělecká díla současnosti i minulosti a vychází při tom ze znalosti historických souvislostí	Úvod do dějin umění (pravěk, starověk)
na příkladech objasní vliv procesu komunikace na přijetí a interpretaci vizuálně obrazných vyjádření; aktivně vstupuje do procesu komunikace a respektuje jeho pluralitu	- pojmenuje účinky vizuálně obrazných vyjádření na smyslové vnímání, vědomě s nimi pracuje při vlastní tvorbě za účelem rozšíření citlivosti svého smyslového vnímání	Pokročilé výtvarné techniky
na příkladech objasní vliv procesu komunikace na přijetí a interpretaci vizuálně obrazných vyjádření; aktivně vstupuje do procesu komunikace a respektuje jeho pluralitu	- užívá tradiční i moderní výtvarné prostředky pro zachycení procesů v proměnách a vztazích - osvojuje si znalosti o proporcích lidského těla a správně je zaznamenává.	Portrét a jeho podoby realistická kresba, stylizovaná kresba, karikatura
objasní podstatné rysy magického, mytického, univerzalistického, modernistického přístupu k uměleckému procesu, dokáže je rozpoznat v současném umění a na příkladech vysvětlí posun v jejich obsahu		
rozpoznává specifčnosti různých vizuálně obrazných znakových systémů a zároveň vědomě uplatňuje jejich prostředky k vytváření obsahu při vlastní tvorbě a interpretaci	- seznámí se s významnými představiteli portrétního umění od počátku vzniku až po 19. století - rozliší rukopis hlavních představitelů, interpretuje jednotlivá díla v rámci výtvarného slohu	Portrét v dějinách umění (od renesance po konec 19. století)

Výtvarná výchova	1. ročník	
rozpoznává specifickosti různých vizuálně obrazných znakových systémů a zároveň vědomě uplatňuje jejich prostředky k vytváření obsahu při vlastní tvorbě a interpretaci	- užívá výtvarných prostředků k vyjádření vizuálních, haptických i sluchových zkušeností a k zaznamenání podnětů fantazie	Živly - přírodní cykly (jedno téma zachycené různým způsobem)
vědomě uplatňuje tvořivost při vlastních aktivitách a chápe ji jako základní faktor rozvoje své osobnosti; dokáže objasnit její význam v procesu umělecké tvorby i v životě		
v konkrétních příkladech vizuálně obrazných vyjádření vlastní i umělecké tvorby identifikuje pro ně charakteristické prostředky	- rozlišuje architektonické prvky v rámci jednotlivých slohů, /od počátků až po 19. století/	Vývoj architektury od počátků až po 19. století
samostatně experimentuje s různými vizuálně obraznými prostředky, při vlastní tvorbě uplatňuje také umělecké vyjadřovací prostředky současného výtvarného umění	- ověřuje zákony kompozice, zkoumá účinky vybraných, samostatně vytvořených či upravených vizuálně obrazných vyjádření	Zákony kompozice, abstraktní malba, grafika, kresba
vysvětlí, jaké předpoklady jsou zapotřebí k recepci uměleckého díla a zejména k porozumění uměleckým dílům současnosti		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		

Výtvarná výchova	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k učení</li> </ul>	

Výtvarná výchova	2. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence komunikativní</li> <li>Kompetence sociální a personální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
na příkladech objasní vliv procesu komunikace na přijetí a interpretaci vizuálně obrazných vyjádření; aktivně vstupuje do procesu komunikace a respektuje jeho pluralitu	- rozlišuje umělecké slohy a umělecké směry /do konce 18. stol./	Opakování novověk (renesance a baroko)
na příkladech uvede vliv společenských kontextů a jejich proměn na interpretaci obsahu vizuálně obrazného vyjádření a jeho účinku v procesu komunikace	- na příkladech uvede vliv společenských kontextů a jejich proměn na interpretaci obsahu vizuálně obrazného vyjádření a jeho účinku v procesu komunikace	Vnímání vlastního těla (pohyb vlastního těla, jeho umístění v prostoru)
vysvětlí umělecký znakový systém jako systém vnitřně diferencovaný a dokáže v něm rozpoznat a nalézt umělecké znaky od objevných až po konvenční		
na konkrétních příkladech vysvětlí, jak umělecká vizuálně obrazná vyjádření působí v rovině smyslové, subjektivní i sociální a jaký vliv má toto působení na utváření postojů a hodnot	- aktivně vstupuje do procesu komunikace a respektuje jeho pluralitu	Senzibilizující činnosti
při vlastní tvorbě uplatňuje osobní prožitky, zkušenosti a znalosti, rozpozná jejich vliv a individuální přínos pro tvorbu, interpretaci a přijetí vizuálně obrazných vyjádření		
na příkladech uvádí příčiny vzniku a proměn uměleckých směrů a objasní širší společenské a filozofické okolnosti vzniku uměleckých děl	- interpretuje umělecká vizuálně obrazná vyjádření minulosti	Klasicismus
pojmenuje účinky vizuálně obrazných vyjádření na smyslové vnímání, vědomě s nimi pracuje při vlastní tvorbě za účelem rozšíření citlivosti svého smyslového vnímání	- užívá vizuálně obrazná vyjádření k zaznamenání vizuálních zkušeností, zkušeností získaných ostatními smysly a k zaznamenání podnětů z představ a fantazie	Realismus, romantismus; Pozorování řádu v přírodě, lidském životě; Pravidelnost opakujících se jevů; Chaos a řád; Vnímání času, jeho plynutí a zachycení
uvědomuje si význam osobně založených podnětů na vznik estetického prožitku; snaží se odhalit vlastní zkušenosti i zkušenosti s uměním, které s jeho vznikem souvisejí		

Výtvarná výchova	2. ročník	
vytváří si přehled uměleckých vizuálně obrazných vyjádření podle samostatně zvolených kritérií	- vybírá, vytváří a pojmenovává co nejširší škálu prvků vizuálně obrazných vyjádření a jejich vztahů.	Nový realismus, objektové umění (manipulace s objekty)
porovnává různé znakové systémy, např. mluveného i psaného jazyka, hudby, dramatického umění	- porovnává a hodnotí účinky již existujících vizuálně obrazných vyjádření.	Imprese - jako výtvarný směr a jako výtvarná hra s barvou; Symbolismus, řeč symbolů; Secese
na konkrétních příkladech vizuálně obrazných vyjádření objasní, zda a jak se umělecké vyjadřovací prostředky výtvarného umění od konce 19. století do současnosti promítají do aktuální obrazové komunikace	- vybírá, kombinuje a vytváří prostředky pro vlastní osobité vyjádření	Počátky moderního malířství (fauvismus); Expresionismus (reflexe okolního světa a vyjádření svých pocitů různými výrazovými prostředky); Kubismus, futurismus, dadaismus; Surrealismus (sen a skutečnost); Nová figurace (deformace postavy)
objasní podstatné rysy aktuálního (pluralitního, postmodernistického) přístupu k uměleckému procesu a na základě toho vysvětlí proces vzniku „obecného vkusu“ a „estetických norem“		
své aktivní kontakty a získané poznatky z výtvarného umění uvádí do vztahů jak s aktuálními i historickými uměleckými výtvarnými projevy, tak s ostatními vizuálně obraznými vyjádřeními, uplatňovanými v běžné komunikaci		
uvědomuje si význam osobně založených podnětů na vznik estetického prožitku; snaží se odhalit vlastní zkušenosti i zkušenosti s uměním, které s jeho vznikem souvisejí		
na příkladech vysvětlí umělecký výraz jako neukončený a nedefinitivní ve svém významu; uvědomuje si vztah mezi subjektivním obsahem znaku a významem získaným v komunikaci		
nalézá, vybírá a uplatňuje odpovídající prostředky pro uskutečňování svých projektů	- užívá prostředky pro zachycení jevů a procesů v proměnách a vztazích	Pop-art, Op-art, kinetické umění (prostorové vytváření); Land-art (instalace v krajině); Minimal art
využívá znalosti aktuálních způsobů vyjadřování a technických možností zvoleného média pro vyjádření své představy		

Výtvarná výchova	2. ročník	
na příkladech vizuálně obrazných vyjádření uvede, rozliší a porovná osobní a společenské zdroje tvorby, identifikuje je při vlastní tvorbě	- na příkladech objasní vliv procesu komunikace na přijetí a interpretaci vizuálně obrazných vyjádření	Happening (umění akce a její zachycení pomocí kamery)
rozlišuje umělecké slohy a umělecké směry (s důrazem na umění od konce 19. století do současnosti), z hlediska podstatných proměn vidění a stavby uměleckých děl a dalších vizuálně obrazných vyjádření		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		

## 5.12 Sportovní trénink

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
15	15	15	17	62
Povinný	Povinný	Povinný	Povinný	

Název předmětu	Sportovní trénink
Oblast	Člověk, sport a zdraví
Charakteristika předmětu	Vyučovací předmět Sportovní trénink vychází ze vzdělávací oblasti Člověk, sport a zdraví a jejích vzdělávacích oborů Výchova ke zdraví, Tělesná výchova a Sportovní trénink. Dále pak integruje průřezová

Název předmětu	Sportovní trénink
	<p>témata Osobnostní a sociální výchova, Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech, Mediální výchova. U každého sportovce je pak důležité utváření a rozvíjení klíčových kompetencí. Výuka probíhá v 1. - 4. ročníku povinně. Je realizována v tréninkových skupinách dle sportů a v některých z nich i podle sportovních disciplín. Tréninkové skupiny jsou vedeny kvalifikovanými trenéry. Tréninkovou skupinu tvoří žáci všech čtyř ročníků.</p> <p>Vyučovací předmět Sportovní trénink je velmi specifický svým zaměřením. Tento předmět je výchovně vzdělávací proces, kdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- žák si osvojuje techniku a taktiku daného sportu</li> <li>- žák rozvíjí své pohybové schopnosti a dovednosti s cílem zvyšovat svou sportovní výkonnost</li> <li>- žák rozvíjí svou odolnost na psychickou zátěž sportovního tréninku, morálně volní vlastnosti</li> <li>- probíhá sociální rozvoj žáka (adaptace na prostředí tréninků a závodů, formování meziosobních vztahů v kolektivu sportovců i profesionálních způsobů vystupování vůči jiným lidem v oblasti sportu.)</li> <li>- je kladen důraz na uspořádání a propojení všech faktorů tvořících sportovní výkon (somatický, kondiční, technický, taktický a psychologický) a jejich aplikaci v modelových situacích v tréninkovém procesu i v soutěžích (s podporou regeneračních a stimulačních procesů)</li> <li>- zajišťuje výkonnostní růst sportovce v dlouhodobém časovém horizontu, čtyřletá výuka ST na GSP ČB je jednou etapou z celoživotní sportovní činnosti</li> <li>- jeho obsahem jsou dva propojené okruhy činnosti, a to sportovní trénink a soutěže, kdy soutěže probíhají v rámci činnosti klubů.</li> </ul>
<p>Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)</p>	<p>Součástí vyučovacího předmětu Sportovní trénink je i osvojování si znalostí z historie sportovního odvětví, vývoje sportovního náčiní, náradí a pomůcek a dále osvojení si každodenních návyků, jako je hygiena po tréninku a hygiena denního režimu. Pravidelnou součástí sportovního tréninku jsou rehabilitace a pravidelná kontrola zdravotní způsobilosti ke sportu (pravidelné lékařské prohlídky).</p> <p>Ve spojení s předmětem Teorie sportovní přípravy je zajišťována teoretická příprava (hygienické a stravovací návyky, teorie sportovního tréninku, zásady fair play, základy pravidel, historie sportu a ekonomika). Zároveň si žáci osvojují a rozvíjí dovednosti odmítat škodlivé látky, předcházet úrazům a čelit vlastnímu ohrožení v každodenních i mimořádných situacích.</p> <p>Pro tuto etapu sportovního života žáka GSP je charakteristické :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozvíjení a rozšiřování základních a speciálních pohybových schopností a dovedností</li> <li>• zvládnutí a zdokonalování účelné techniky ve vybraném sportu či disciplíně</li> <li>• upevňování kladného vztahu ke sportu</li> </ul>

Název předmětu	Sportovní trénink
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• formování způsobu života s ohledem na požadavky tréninku (škola, rodina, sport)</li> </ul> <p>Předmět Sportovní příprava na GSP probíhá v deseti sportech, u atletiky ve čtyřech specializacích, u kanoistiky ve dvou specializacích:</p> <p>A/ Individuální sporty:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atletika</li> <li>2. Moderní gymnastika</li> <li>3. Plavání</li> <li>4. Tenis</li> <li>5. Karate</li> </ol> <p>B/ Kolektivní sporty:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Volejbal</li> <li>2. Fotbal</li> </ol> <p>Ve všech uvedených sportech jsou pořádána soustředění, která jsou zaměřena dle termínu konání na získávání kondice, na lyžařský výcvik a na speciální přípravu. Žáci se pravidelně zúčastňují krajských, celostátních a mezistátních soutěží.</p> <p>Předmět Sportovní trénink je v této rozpracovaný pro všechny sportovní skupiny dohromady. Příslušné RVP a ŠVP výstupy vždy náleží nadepsaným sportům a specializacím z této nabídky:</p> <p>A.1. Atletika:</p> <p>Dlouhodobá příprava na GSP zahrnuje období speciální přípravy. V této fázi sportovního tréninku probíhá tréninková strategie v souvislosti se znalostmi osobních předpokladů žáků.</p> <p>Současně se speciálním tréninkem jsou rozvíjeny a upevňovány techniky dalších doplňkových disciplín. Součástí ST je pravidelná kontrola zdraví žáka a pravidelná kontrola stavu připravenosti formou motorických testů, a to jak obecných, tak speciálních. Roční tréninkový cyklus je rozdělen do jednotlivých období, žáci trénují podle tréninkových plánů připravených trenéry.</p> <p>A.1.1. Skoky a víceboje:</p> <p>Výkony ve skocích jsou ovlivněny úrovní motorických předpokladů (běžecká rychlost, výbušná síla, pohyblivost a koordinace pohybů), úrovní techniky, somatickými, osobnostními a sociálními předpoklady. Na skokanské disciplíny jsou vybíráni žáci, kteří již absolvovali základní všestrannou přípravu. V předmětu Sportovní trénink se pak přistupuje k rozvíjení speciálních motorických předpokladů (speciální síla a speciální rychlost) při stále dostatečném objemu všeobecné přípravy.</p>

Název předmětu	Sportovní trénink
	<p>Dominantní postavení v této fázi má technická příprava a její zdokonalování. Technická příprava je více přizpůsobena individuálním somatickým, morfologickým a psychologickým předpokladům žáka. Výsledkem by měla být efektivní technika vyjádřená osobním stylem.</p> <p>Souběžně se zdokonalováním techniky skokanských disciplín rozvíjíme a upevňujeme techniku dalších atletických disciplín. Při tréninku preferujeme vícebojařské pojetí tréninku.</p> <p><b>A.1.2. Sprinty a překážky:</b></p> <p>Smyslem je všestranný rozvoj základních pohybových schopností s důrazem na rozvoj schopností rychlostních a rozvoj speciálních pohybových schopností pro trénink sprintů. Se sportovním růstem je spojen zvyšující se podíl speciálních atletických prostředků.</p> <p>Sportovní výkon u krátkých hladkých sprintů je determinován hlavně vysokou úrovní rychlostních a silových schopností. Výsledný čas je určován startovní reakcí, akcelerací, maximální běžeckou rychlostí a rychlostní vytrvalostí.</p> <p>Ve struktuře sportovního výkonu u dlouhých sprintů je rozhodujícím výkonovým faktorem kondice a speciální vytrvalost, která umožňuje absolvovat většinu trati v anaerobním režimu. Základem pro rozvoj speciální vytrvalosti je úroveň rychlostní vytrvalosti a vytrvalosti tempové. Dalším výkonovým faktorem je speciální síla a maximální rychlost. Na výsledném čase u překážkových běhů se podílí technika překážkového běhu na celé závodní trati a sportovní forma na hladkém sprintu.</p> <p>Na základě individuálních předpokladů úrovně pohybových schopností a dovedností, i trvání předcházející tréninkové přípravy před zahájením vzdělávání na GSP dochází v jednotlivých ročnících vzdělávání k postupnému zvyšování objemu a intenzity tréninkového a závodního zatížení a přiměřeného přechodu ke speciálním tréninkovým prostředkům.</p> <p>Užívané metody v jednotlivých složkách tréninku (tělesná, technická, psychologická, taktická a teoretická příprava) odpovídají zákonitostem tělesného a psychického vývoje sprintera. Od atletické všestrannosti se přechází přes širší specializaci ke konkrétní specializaci. Postupně se vyrovnává poměr tréninkových prostředků všeobecné a speciální přípravy.</p> <p><b>A.1.3. Běhy na střední a dlouhé tratě:</b></p> <p>Sportovní výkon u běhů na střední a dlouhé tratě je determinován především úrovní vytrvalostních schopností. Úroveň výkonnosti pak závisí na celkovém zdravotním stavu, aerobních a anaerobních předpokladech, somatotypu, morálně volních vlastnostech, psychické odolnosti, adaptaci na velké zatížení a poměru svalových vláken.</p> <p>Ve struktuře sportovního výkonu je rozhodujícím výkonovým faktorem speciální tempo, tempová</p>

Název předmětu	Sportovní trénink
	<p>vytrvalost a tempová rychlost. Ty se nedají rozvíjet bez dobré úrovně obecné vytrvalosti, maximální rychlosti a silových schopností. Nedílnou součástí je také rozvoj obratnosti a pohyblivosti.</p> <p>V průběhu vzdělávání dochází k zvyšování poměru rozvoje speciálních pohybových schopností na úkor všeobecných. Objem a intenzita tréninku se také každý rok navyšují.</p> <p>A.1.4. Hody a vrhy :</p> <p>Faktory, které určují výkonnostní růst vrhačů:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• úroveň základních pohybových schopností, zejména síly výbušné, rychlé a maximální, speciální rychlosti a koordinace</li> <li>• úroveň techniky</li> <li>• somatické předpoklady (výška, hmotnost, rozpětí paží)</li> </ul> <p>Nácvik techniky je u jednotlivých vrhačských disciplín poměrně složitý, proto volíme analyticko-syntetickou metodu nácviku (nejprve učíme základní prvky a ty spojujeme v celek).</p> <p>Ke komplexnímu nácviku přistupujeme co nejdříve, ale stále se vracíme ke zdokonalování jednotlivých prvků a procvičování dílčích detailů pohybu. Úkolem je zvládnutí celého vrhu nebo hodu s důrazem na rytmizaci a koordinaci provedení. V mladším dorosteneckém věku (15 – 16 let) procvičujeme všechny vrhačské disciplíny, aby mohlo v dalším období (16 – 18 let) dojít k výběru a zaměření na jednu disciplínu, případně na druhou jako doplňkovou.</p> <p>Nácvik techniky musí být v souladu s rozvojem pohybových schopností.</p> <p>V období dorostu (15 – 18 let) je třeba věnovat pozornost rozvoji silových schopností vrhačů. Je nutno posilovat celý svalový aparát s přihlédnutím k vývojovým zvláštnostem mladého organismu. Důležitý je výběr vhodných cvičení a plánovitost v zařazování do tréninkových jednotek. Rozvíjíme sílu obecnou (pomocí váhy vlastního těla, úpolů, gymnastiky apod.), rychlou a výbušnou (krátké běžecké úseky, odrazy, přeskoky nářadí apod.) a speciální (formou odhodů, výhozů, posilovacích cvičení komplexního charakteru s nakládací činkou). Rozvoj síly musí být vždy vázán na rozvoj rychlostních a koordinačních schopností v závislosti na zdokonalování technických dovedností. Do posilovacího tréninku musí být vždy zařazeny cviky na uvolnění a protahování svalstva.</p> <p>A.2. Moderní gymnastika:</p> <p>Strategie sportovního růstu u moderní gymnastiky je ovlivněna jednak specifikou tohoto sportu, kdy se jedná o esteticko koordinační sport, který provozují pouze dívky a jednak sníženou věkovou hranicí oproti jiným sportům.</p> <p>Výkonnost u moderních gymnastek je ovlivněna :</p>

Název předmětu	Sportovní trénink
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dosaženou úrovní pohybových dovedností, dosažených několikaletým tréninkem</li> <li>• vrozenými dispozicemi kloubní pohyblivosti a ohebnosti</li> <li>• somatotypem</li> <li>• psychickou schopností zvládat problematiku individuálního sportu</li> </ul> <p>V průběhu prvního ročníku vzdělávání přecházejí gymnastky z juniorské věkové kategorie do kategorie dospělých. Dochází k nárůstu tréninkového objemu i náročnosti soutěžní kategorie – vyšší obtížnost závodního programu. S tím souvisí i větší psychické zatížení v oblasti sportu, které je navíc spojeno se zvýšením studijních požadavků. Cílem sportovního tréninku pod vedením trenéra je překlenout velmi náročný 1. ročník a v průběhu dalších let pak rozvíjet osobnosti gymnastek po všech stránkách – fyzicky i psychicky, tak jak bylo uvedeno v obecné rovině. Významnou pomocí pro úspěšné sklopení studia s časově náročným tréninkovým a soutěžním programem je možnost udělování individuálních studijních plánů, resp. Individuálního zkoušení vybraným studentům.</p> <p>Dlouhodobý sportovní trénink zahrnuje:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tréninkový proces, doplněný druhými fázemi tréninku v klubech a spoluprací s osobními trenérkami. Oproti jiným sportům jsou sportovní tréninky moderní gymnastiky časově náročnější.</li> <li>• soutěže a přípravu na ně (psychickou, taktickou, motivační)</li> <li>• výcvikové tábory</li> <li>• využívání doplňkových sportů, vhodných pro rozvoj výkonů moderní gymnastiky rehabilitaci a pravidelnou kontrolu zdravotní způsobilosti ke sportu (lékařské sportovní prohlídky) a regenerace organismu.</li> </ul> <p>Působení trenérek, které jsou současně vychovatelkami gymnastek, je zaměřeno na motivační činnosti, upevňování vztahu trenérka – gymnastka, na vytváření kladných vztahů mezi gymnastkami, na vytváření vztahů ke sportovcům z jiných odvětví, zapojování gymnastek do jiných činností (pomoc při sportovních akcích školy a klubu, trenérské vzdělávání, být vzorem pro mladší a vytvořit si vlastní vzor). Trenérky vychovávají k touze po vítězství a pěstují vědomí nevzdávat se, přát úspěch druhému.</p> <p>Moderní gymnastika je individuálním sportem, kde morálně volní vlastnosti a pracovitost velmi ovlivňují výkonnost a výkonnostní růst sportovkyně</p> <p>A.3. Plavání:</p>

Název předmětu	Sportovní trénink
	<p>Na GSP se plaveckému tréninku věnují sportovci od krajské úrovně. Naprostá většina z nich se pravidelně zúčastňuje MČR dorostu a seniorů, závodů Českého poháru, ti nejlepší i EYOF a MEJ.</p> <p>Pro plavání je specifická vysoká časová dotace hodin sportovního tréninku, vycházející z nutnosti splnění značného tréninkového objemu specifickým plaveckým tréninkem. Z toho vyplývá nutnost řešení studijní přípravy pomocí individuálních vzdělávacích plánů či úprav vzdělávacích plánů.</p> <p>Délka a rozložení tréninkových období je v souvislosti s termíny mistrovských soutěží . Sezona má dva až tři vrcholy: ZMČR juniorů a seniorů, LMČR juniorů a LMČR seniorů. S přihlédnutím na individuální možnosti jednotlivých plavců jsou zpracovány roční tréninkové plány. Plány jsou každoročně obhajovány před komisí ČSPS v rámci tzv.oponentur. Příprava je koncipována dle věku (15 až 19 let) od kolektivního pojetí všestranné přípravy (15 až 17 let) k individuálnímu tréninkovému zatížení v hlavní disciplíně (17 až 19 let). Nedílnou součástí tréninků plavců je i suchá příprava zahrnující zejména kondiční a silovou přípravu a preventivní a kompenzační cvičení. Pro dosažení maximální výsledků v tréninku je důležitá regenerace a rehabilitace.</p> <p>A.4. Tenis:</p> <p>Systematický rozvoj a zdokonalování individuálního výkonu vyžaduje především individuální přístup trenéra k žákům a žákyním. Individuální přístup má význam především pro vytváření vzájemné důvěry, která se stává předpokladem k efektivnímu ovlivňování žáků a žákyň ve smyslu jejich pozitivní aktivity, samostatnosti a tvořivého myšlení v celém období tenisové přípravy.</p> <p>Cílem tréninku je dosáhnout takové sportovní výkonnosti, která by umožnila účastnit se celostátně řízených soutěží, zařadit se do celostátního žebříčku a současně dbát na všestranný rozvoj osobnosti.</p> <p>Pro tenisovou tréninkovou skupinu využíváme areál oddílu LTC Viton CB, která nám umožňuje využívat i posilovnu.</p> <p>Cílem sportovního tréninku tedy je:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zdokonalovat základní a speciální techniku</li> <li>• zaměřit se na aktivní herní pojetí se snahou zakončovat míč vítězným úderem</li> <li>• rozvíjet speciální pohybové schopnosti</li> <li>• tenisovou taktiku neomezovat pouze na dvouhru, ale příslušnými znalostmi a vědomostmi zdokonalovat i čtyřhru</li> <li>• zařazovat kompenzační cvičení a regeneraci</li> <li>• dbát na morálně volní výchovu</li> <li>• dodržovat zásady správné životosprávy, hygieny a režimu dne</li> </ul>

Název předmětu	Sportovní trénink
	<p>A.5 Karate:</p> <p>Karate je komplexní bojový sport vyžadující vysokou úroveň pohybové koordinace, rychlosti, síly, obratnosti a psychické odolnosti. Výuka směřuje k osvojení techniky základních i pokročilých úderových a obranných technik (kihon), formálních cvičení (kata) a řízeného boje (kumite). Žáci se seznamují s principy fair play, etikou karate a respektováním soupeře. Součástí výuky je také rozvoj duševní rovnováhy, sebekontroly a schopnosti zvládat zátěžové situace.</p> <p>Výuka probíhá v tréninkových skupinách pod vedením kvalifikovaných trenérů a je přizpůsobena věku, pohlaví a výkonnostní úrovni žáků. Důraz je kladen na individuální přístup a dlouhodobý rozvoj sportovního výkonu.</p> <p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zvládá základní techniky úderů (cuki) a kopů (geri) s ohledem na individuální fyzické možnosti,</li> <li>• aplikuje zásady správného postoje, rovnováhy a načasování pohybu,</li> <li>• ovládá základní kata a chápe jejich význam pro rozvoj techniky a koncentrace,</li> <li>• využívá základní taktické principy v řízeném boji (kumite) podle pravidel WKF,</li> <li>• dodržuje zásady bezpečnosti, respektuje soupeře a pravidla fair play,</li> <li>• uplatňuje poznatky o rozcvičení, kompenzačních a regeneračních cvičeních,</li> <li>• sleduje vlastní sportovní vývoj prostřednictvím testů kondiční připravenosti,</li> <li>• aplikuje poznatky o správné výživě, regeneraci a psychické přípravě na výkon,</li> <li>• projevuje samostatnost při řízení tréninkového procesu a schopnost spolupracovat v týmu,</li> <li>• svým výkonem a vystupováním reprezentuje školu, případně usiluje o zařazení do klubových, regionálních či reprezentačních výběrů.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• B.1. Volejbal: Je nejkolektivnější míčový týmový sport, který klade vysoké nároky na zvládnutí všech individuálních činností a dovedností potřebných pro tuto hru. Volejbal vyžaduje zvládnutí taktických principů, dobrou kondiční připravenost a je také podmíněn vhodným somatotypem. Předmět Sportovní trénink na GSP navštěvují žáci a žákyně, kteří ve svých družstvech různých tělovýchovných jednot a spolků hrají volejbalové soutěže (od krajského přeboru žáků, žákyň až po extraligu juniorů, juniorek či 1. ligu žen a mužů).</li> </ul>

Název předmětu	Sportovní trénink
	<p>Specifikem je také to, že trenéři sportovního gymnázia netrénují vždy své žáky v družstvech a soutěžích. Proto v těchto případech je nejdůležitější domluva trenérů sportovního gymnázia s trenéry všech družstev, v nichž jejich žáci hrají. Po této domluvě je stanoven roční tréninkový plán, který je trenéry všech družstev schválen a zároveň je také odsouhlasen svazovými trenéry Českého volejbalového svazu.</p> <p>Příprava žáků probíhá odlišně v obdobích</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ kondičně přípravném (srpen, září),</li> <li>○ hlavním soutěžním (říjen – prosinec),</li> <li>○ přechodném (prosinec – leden),</li> <li>○ hlavním soutěžním (leden – duben)</li> <li>○ přechodném (květen-červen).</li> <li>○ Po dobu hlavních prázdnin trénují žáci v rámci svého klubu.</li> </ul> <p>Sportovní růst je zajišťován především:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozvojem pohybových schopností a dovedností</li> <li>• prohlubováním a zdokonalováním individuálních činností jednotlivce</li> <li>• zlepšováním individuálního herního výkonu</li> <li>• osvojováním základních herních systémů a jejich následnému rozvíjení</li> <li>• přípravou na utkání (teoreticko-taktická příprava, psychologická příprava)</li> <li>• regenerací a uvolňovacím a kompenzačním cvičením</li> <li>• pravidelnou kondiční přípravou v posilovně i v dalších zařízeních a prostorách             <ul style="list-style-type: none"> <li>• na kondičních soustředěních v přechodných obdobích, lyžařským výcvikem (sjezd i běžky), v letním přechodném období výcvikem vodních sportů (kanoe a rafty)</li> <li>• nedílnou součástí tréninku je regenerace a zdravotní tělesná výchova</li> </ul> </li> </ul> <p><b>B.2. Fotbal :</b></p> <p>Předmět Sportovní trénink navštěvují žáci a žákyně, kteří ve svých klubech hrají soutěže (od krajského přeboru žáků či žákyň až po celostátní ligu staršího dorostu). Určitým specifikem je také to, že trenéři sportovního gymnázia netrénují některé své žáky v klubech a soutěžích. Proto v tomto případě je nejdůležitější domluva trenérů sportovního gymnázia s trenéry všech klubů, v nichž jejich žáci hrají. Po dobu hlavních prázdnin trénují žáci v rámci svého klubu. Sportovní růst je zajišťován především zvyšováním pohyblivosti a obratnosti v rámci gymnastiky a zvyšováním dynamické síly v rámci tréninku v posilovně. Nedílnou součástí tréninku je regenerace.</p>

Název předmětu	Sportovní trénink
	<p>Sportovní trénink slouží především:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· rozvoji pohybových schopností a dovedností</li> <li>· prohlubování individuálních činností s důrazem na detaily</li> <li>· zdokonalování herní činnosti jednotlivce</li> <li>· zlepšování individuálního herního výkonu</li> <li>· k osvojení základních systémů a jejich následnému rozvíjení</li> <li>· k přípravě na utkání (teoreticko taktická, kondiční, psychologická příprava)</li> <li>· regeneraci a uvolňovacím a kompenzačním cvičením</li> <li>· ke kondiční přípravě ve všech jejích složkách (důraz na osvojení „práce“ v posilovně)</li> <li>- ke kondiční přípravě ve všech jejích složkách (v meziblocích po podzimním hlavním období zimní sporty (hokej běžky) a po jarním hlavním období vodní sporty (kanoe raft)</li> </ul>
Integrace předmětů	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportovní trénink</li> <li>• Tělesná výchova</li> </ul>
<p>Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků</p>	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trenér zapojuje žáky do obsahové a organizační přípravy pohybových činností ve výuce i v režimu školy</li> <li>• žák pomáhá organizovat soutěže ve škole, vykonává funkci rozhodčího či pomocného rozhodčího, účastní se školení trenérů či rozhodčích</li> <li>• žák demonstruje správnou techniku či naopak chyby v technice, vede rozcvičení či jiné vhodné části TJ, pomáhá při organizaci soustředění</li> <li>• žák se seznamuje s tréninkovým plánem, dává vlastní podněty k jeho obsahu, učí se splnění vyhodnocovat</li> <li>• žák vytváří příležitosti a časový prostor pro dostatečné osvojení pohybových dovedností</li> <li>• žák se učí využít moderní techniku a cvičební pomůcky pro rozvoj pohybových dovedností</li> <li>• žák se spolupodílí na systematickém plánu sportovní činnosti, odhaduje, kdy si osvojí danou dovednost</li> <li>• žák si neustále opakuje sportovní dovednosti na trénincích a ve volném čase</li> </ul>

Název předmětu	Sportovní trénink
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• žák je informován o způsobech jeho hodnocení, nový způsob klasifikace dle přesných klasifikačních kritérií umožňuje žákovi vnímat vlastní pokrok, dokáže posoudit objektivně svůj sportovní růst, dokáže se podílet na vyhodnocení tréninkového deníku</li> <li>• žák dokáže posoudit své motorické testy, podílí se na rozboru sezóny, přípravy a soutěží</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žák dokáže modelovat problémové situace v tréninku, svou chybu dokáže řešit improvizací, dokáže na dané téma či hudební doprovod předvést pohybovou improvizaci, v TJ dokáže využít herních a průpravných cvičení, zvládá trénink ve ztížených podmínkách jako přípravu na utkání či závody</li> <li>• žák se podílí na tvorbě tréninku, učí se vést trénink ve skupinách, vyzývá ostatní ke spolupráci při řešení problémů, je schopen přijímat kritiku od ostatních</li> <li>• žák se samostatně podílí na řešení těchto situací, dokáže se přizpůsobit neobvyklým situacím v tréninku, dokáže zastoupit druhého ve společné skladbě či na jiném herním postu</li> </ul>
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žák užívá v průběhu tréninku odborné výrazy, orientuje se v pravidlech, zná požadavky na prvky obtížnosti a artistiku a hodnoty obtížnosti</li> <li>• žák dokáže provádět zápisy z utkání a závodů, zapisuje a kontroluje oficiální formuláře svých sestav a je schopen tyto zápisy číst a předvádět konkrétně zapsané prvky či práci s náčiním, je schopen rozebrat videozáznam, dokáže sledovat a rozebrat vlastní i špičkové soutěže</li> <li>• žák prezentuje výsledky na veřejném místě, v tisku, dokáže besedovat se spolužáky, připraví exhibici pro akci školy</li> </ul>
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žák si osvojuje dovednosti při cvičení ve dvojicích či trojicích (skupinové cvičení a kombinace), příprava a úklid sportoviště, fandění při soutěži, štafety</li> <li>• žák dokáže zvládnout roli trenéra, kapitána družstva, rozhodčího, poradce, dokáže zvládnout herní post, na kterém normálně nehraje nebo necvičí</li> <li>• žák iniciativně a aktivně přistupuje k osobním jednáním či pohovorům s trenérem, provádí individuální konzultace s trenérem, projevuje svou vlastní iniciativu a postoj k dané věci, podílí se např. na hledání vhodného hudebního doprovodu ke své sestavě, na návrzích na soutěžní oblečení</li> </ul>
	<p><b>Kompetence občanská:</b></p>

Název předmětu	Sportovní trénink
	<ul style="list-style-type: none"> <li>žák se podílí na vytváření pravidel především vlastním příkladem, chápe a dokáže vysvětlit pravidla fair-play, dokáže se podílet na tvorbě denního režimu na soustředěních, podílí se na vytváření pravidel skupiny</li> </ul> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>rozvíjí svůj sportovní odborný a osobní potenciál a využívá příležitosti pro svůj rozvoj</li> <li>uplatňuje proaktivní přístup, vlastní iniciativu a tvořivost, vítá a podporuje inovace</li> <li>usiluje o dosažení stanovených cílů, průběžně reviduje a kriticky hodnotí dosažené výsledky, koriguje další činnost s ohledem na stanovený cíl</li> <li>motivuje se k dosahování úspěchu</li> <li>chápe podstatu a principy profesionálnosti ve sportu, zvažuje možná rizika</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	<p>V hodnocení žáků zachováme stupnici známek 1 až 5, žáci získají v každém pololetí minimálně 4 známky.</p> <p>Individuální sporty</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- výsledky v tréninkových testech</li> <li>- hodnocení techniky (zvládnutí pohybových dovedností v daném sportu)</li> <li>- výkonnost v soutěžích</li> </ul> <p>Kolektivní sporty</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- hodnocení herních činností jednotlivce</li> <li>- hodnocení rozvoje pohybových schopností</li> </ul>

Sportovní trénink	1. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence k učení</li> <li>Kompetence k řešení problémů</li> <li>Kompetence komunikativní</li> <li>Kompetence sociální a personální</li> <li>Kompetence občanská</li> <li>Kompetence k podnikavosti</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:

Sportovní trénink	1. ročník	
<p>charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>	<p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p> <p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-skoky a víceboje), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím</p> <p>Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- skoky a víceboje) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.</p> <p>Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti skokana, vícebojaře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p> <p>Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí.</p> <p>Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace.</p>

Sportovní trénink	1. ročník	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje. - rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost. - rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží - rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost - rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.	
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky skokanských disciplin, vrhačských disciplin, techniky běhu a nízkého startu a techniky překážkového běhu. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy. Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost skokana, vícebojaře, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:

Sportovní trénink	1. ročník	
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.	Využití metodických řad nácviku sprinterských, překážkářských, skokanských a vrhačských pohybových dovedností. Technika nízkého startu.
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících	Ovládá základní metodické řady.	Technika běhu: šlapavý způsob běhu, švihový způsob běhu. Technika a rychlost překážkového běhu. Technika a rozběh skokanských disciplin Technika vrhů a hodů
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	Skoky a víceboje:  Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.	Skoky a víceboje:  Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje	Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprinterských, skokanských a vrhačských disciplínách.	Atletická termínová listina.
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.	
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		

Sportovní trénink	1. ročník	
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí z toho závěry.</p> <p>Svými názory a zkušenostmi přispívá k tvorbě tréninkových plánů.</p> <p>Usměrňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Skladba ročního tréninkového cyklu.</p> <p>Pravidla sportu.</p>
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití		
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrociklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.</p> <p>Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny.</p> <p>Používá vhodného sportovního vybavení.</p> <p>Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině.</p> <p>Orientuje se v pravidlech skoků a vícebojů.</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.</p> <p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – atletika, skoky a víceboje, včetně pravidel fair play.</p>
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		

Sportovní trénink	1. ročník	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-sprinty a překážky), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se ST a zdravím.</p>
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	<p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- sprinty a překážky) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.</p> <p>Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti sprintera, překážkáře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.</p>
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého	<p>Sprinty a překážky:</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>

Sportovní trénink	1. ročník	
rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace .
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí.	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.	- rozvoj síly: všeobecná a speciální odrazová síla. Bez zátěže, se zátěží
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		- rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost. Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky běhu a nízkého startu a techniky překážkového běhu – výběhu z bloků, náběhu na první překážku, přeběhu první překážky, běhu mezi překážkami, přeběhu překážek a doběhu do cíle. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní

Sportovní trénink	1. ročník	
		<p>přípravy.</p> <p>Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.</p> <p>Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost sprintera, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>
<p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p>	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p>	<p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p>
<p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p>	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.</p>	<p>Využití metodických řad nácviku sprinterských a překážkářských pohybových dovedností. Technika výběhu z bloků.</p>
<p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p>	<p>Ovládá základní metodické řady.</p>	<p>Technika běhu: šlapavý způsob běhu, švihový způsob běhu.</p>
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p>		<p>Technika překážkového běhu.</p>
<p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p>		
<p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p>		
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>

Sportovní trénink	1. ročník	
<p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí si z toho závěry Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny Používá vhodné sportovní vybavení.</p>	<p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně. Sportovní výstroj a výzbroj v dané sportovní specializaci-účelnost, funkčnost, bezpečnost, fin.dostupnost a kvalita. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin včetně pravidel fair-play.</p>
<p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p>		
<p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p>		
<p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>		
<p>sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprintu a překážkách.</p> <p>Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon. Atletická termínová listina.</p>
<p>sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p>		
<p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>		
<p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p>		
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p>		
<p>uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí</p>		
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>

Sportovní trénink	1. ročník	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma. Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů. Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín – atletika, sprinty a překážky, včetně pravidel fair play.
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.	
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrocyclo apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry. Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení. Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině. Orientuje se v pravidlech sprintu a překážek.	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.	Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-běhy) a pohybová zátěž. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika-běhy) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti běžce – mění se s ohledem na věkové zákonitosti
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vybere z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým	

Sportovní trénink	1. ročník	
	plánem Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady.	(kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Únava, regenerace, relaxace a její prostředky v rámci jednotlivých období ročního cyklu, typy masáží, rehabilitace.
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí.	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje psychické, taktické, technické, kondiční faktory sportovního výkonu v přípravě a soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost, tempová rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.	- rozvoj síly: všeobecná a speciální odrazová síla. Bez zátěže, se zátěží - rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj vytrvalosti: Speciální tempo, tempová vytrvalost, anaerobní práh, obecná vytrvalost.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky běhu a

Sportovní trénink	1. ročník	
		<p>startu a techniky překážkového běhu – přeběhu překážek, běhu mezi překážkami, přeběhu vodního příkopu. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.</p> <p>Taktická příprava – osvojení citu taktiku pro závodění se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací</p> <p>Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost běžce, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p>
<p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p>	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p>	<p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Využití metodických řad nácviku běžeckých pohybových dovedností. Technika běhu. Technika překážkového běhu (pro překážkový běh).</p>
<p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p>	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení ovládá základní metodické řady.</p>	
<p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p>		
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p>		
<p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p>		
<p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p>		

Sportovní trénink	1. ročník	
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů v běžích na střední a dlouhé tratě.</p> <p>Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon Atletická termínová listina.</p>
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky ve sportovním tréninku, případně soutěžích.</p> <p>Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení.</p> <p>Orientuje se v pravidlech běžeckých disciplín. ovládá pravidla atletiky.</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma Kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín – atletika, běhy.</p>
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Skladba</p>
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně		

Sportovní trénink	1. ročník	
orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.	ročního tréninkového cyklu. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy.
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží	Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, doba v sezóně apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.	
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specifikaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení		
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-vrhy a hody), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- vrhy a hody) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vyberá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem	

Sportovní trénink	1. ročník	
	na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	skokana, vícebojaře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p> <p>Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí.</p> <p>Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace.</p>
<p>ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy</p> <p>poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách</p> <p>posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně</p> <p>připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci</p> <p>provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.</p> <p>Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.</p> <p>Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.</li> <li>- rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží</li> <li>- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost</li> <li>- rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální</li> </ul>

Sportovní trénink	1. ročník	
<p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>		<p>vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost.                      Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky především vrhačských disciplin, ale i techniky sprinterských a skokanských disciplin v rámci všestranného pojetí přípravy ..Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.                      Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.                      Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost vrhače, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p>	<p>Hody a vrhy:</p>	<p>Hody a vrhy:</p>
<p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p>	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p>	<p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.                      Využití metodických řad nácviku vrhačských pohybových dovedností, ale i sprinterských a skokanských pohybových dovedností.</p>
<p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p>	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.</p>	<p>Technika vrhů a hodů.                      Technika běhu.</p>
<p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p>	<p>Ovládá základní metodické řady.</p>	<p>Technika sprintu a překážek.                      Technika a rozběh skokanských disciplin.</p>
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p>		
<p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p>		

Sportovní trénink	1. ročník	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve vrhačských disciplínách.</p> <p>Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Atletická termínová listina.</p>
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí z toho závěry</p> <p>Svými názory a zkušenostmi přispívá k tvorbě tréninkových plánů</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Skladba ročního tréninkového cyklu. Pravidla sportu.</p>
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití		
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		

Sportovní trénink	1. ročník	
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití	Usměřňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.	
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.	Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrocyklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry. Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení. Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině. Orientuje se v pravidlech skoků a vícebojů. Ovládá pravidla atletiky.	Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – atletika, vrhy a hody, včetně pravidel fair play.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.	Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:

Sportovní trénink	1. ročník	
<p>charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku</p>	<p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (moderní gymnastika), tréninková zátěž a zdraví.</p>
<p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>	<p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Rozvoj pohybových schopností moderní gymnastky a zdokonalování pohybových dovedností. Zařazování různých tréninkových prostředků ke zdokonalování těchto pohybových schopností s ohledem na věkové zvláštnosti jednotlivce. Aktuální trénovanost a její rozvoj s narůstajícím zařazováním speciálních tréninkových prostředků a s přibývajícím věkem Volba vhodných tréninkových prostředků s ohledem na zdravotní stav.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p>	<p>Moderní gymnastika:  Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p>	<p>Moderní gymnastika:  Výživa, pitný a stravovací režim sportovce; doplňky výživy; nedovolené prostředky;</p>
<p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p>	<p>Osvojuje si zásady správné výživy v moderní gymnastice Seznamuje se s doplňkovou výživou při tréninku, soutěži</p>	<p>individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím - denní režim, zdravý životní styl</p>
<p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení</p>	<p>Individuální řešení osobních zvláštností jedince – vztah somatotyp x výživa – sestavuje jídelníček spolu s trenérem - dodržuje pitný režim Odmítá nedovolené podpůrné prostředky a sleduje aktualizace zakázaných prostředků</p>	
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p>	<p>Moderní gymnastika:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví , některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p>	<p>Moderní gymnastika:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu. Rehabilitace.</p>
<p>organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity</p>		<p>Krátkodobá regenerace v průběhu tréninkové</p>

Sportovní trénink	1. ročník	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky, založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).	jednotky. Regenerace jinou pohybovou činností-jóga, overbally - techniky Pillates , strečink. Kompenzační cvičení především zádových partií Regenerace ve vodním prostředí. Doplňkové sporty - regenerační plavání, automasáže, masáže.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Všeobecná tělesná příprava –rozvoj jednotlivých pohybových schopností- síla, rychlost, vytrvalost, obratnost. - speciální gymnastická průpravná cvičení- rozsahová cvičení –zvyšování kloubní pohyblivosti, rozvoj ohebnosti.
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- baletní průprava Technická příprava - fáze motorického učení s využitím metod seznámení se s pohybovou činností ,metod nácviku a výcviku,metod soutěže, nácvik a zdokonalování techniky těla a náčiní, automatizace zvládnutých pohybů jejich častým opakováním Taktická příprava- V moderní gymnastice vytváření modelových situací-kontrolní tréninky v soutěžním oblečení ( i před diváky), Získávání informací soutěžním prostředím Řešení soutěžních situací ( nízký strop v soutěžní hale)
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		- ve společných skladbách schopnost zastupovat jeden druhého - seznámení se s časovým průběhem soutěže – schopnost „hospodařit „ se silami v průběhu dlouhé soutěže
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava - dlouhodobé působení na osobnost gymnastky a psychologická příprava na soutěž -individuální přístup
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		

Sportovní trénink	1. ročník	
		při regulaci aktuálního psychického stavu -zvládání stresových situací, sebeovládání - vztah k trenérovi, vzájemná důvěra.
<p>ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy</p> <p>poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách</p> <p>posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojené postupy vedoucí k potřebné změně</p> <p>připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci</p> <p>provádí osvojené pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.</p> <p>Zvládá techniku cvičení bez náčiní a prvky obtížnosti.</p> <p>Ovládá základní baletní techniku u opory i na volnosti.</p> <p>Zvládá techniku všech náčiní.</p> <p>Ovládá základní postupy rozvoje osvojených pohybových dovedností a schopností a pracuje na jejich zdokonalování.</p> <p>Zvládá základní techniku akrobatických prvků.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Sportovní dovednosti, tělesná zdatnost a jejich rozvoj.</p> <p>Technická příprava cvičení bez náčiní a nácvik prvků obtížnosti (skoky, rovnováhy, obraty, ohebnosti) - baletní technika na volnosti a u opory jako základ prvků obtížnosti</p> <p>- technická příprava cvičení s náčiním</p> <p>- pohybová improvizace bez náčiní i s náčiním s využitím hudebního doprovodu</p> <p>- základní akrobatické prvky (kotouly, přemety, převaly), práce s náčiním v akrobatických prvcích.</p>
<p>sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</p> <p>sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p> <p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p> <p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s klubem, resp. SCM se zúčastňuje mistrovských i nemistrovských soutěží, případně zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů v moderní gymnastice v kategoriích I. výkonnostní třídy, mistrovské třídy (resp. dorostenek). Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentačních družstev.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Pohybové dovednosti a sportovní výkon, tělesná zdatnost.</p> <p>Všeobecná tělesná příprava zaměřená na jednotlivé pohybové schopnosti a dovednosti a metody jejich rozvoje.</p> <p>Speciální tělesná příprava (baletní průprava, technika jednotlivých náčiní, technika bez náčiní) a metody rozvoje pohybových schopností a dovedností.</p> <p>Psychologická příprava (motivace, příklad a vzor).</p> <p>Taktická příprava.</p>

Sportovní trénink	1. ročník	
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Plánování a řízení sportovního tréninku; typy tréninkových plánů Roční tréninkový cyklus a jeho období Kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku a jeho dopad na sportovní výkonnost
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a následně i na jeho vyhodnocování. Orientuje se v plánu soutěží a soustředění, vrchol sezóny.	Sportovní forma - tréninkový deník a tréninková evidence
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Vede tréninkovou dokumentaci a přehled o účasti na soutěžích - orientuje se v pravidlech moderní gymnastiky. Podílí se na vytváření sportovních rolí v tréninkové skupině.	Sportovec a jeho sociální role ve skupině-role kapitána, vůdčí osobnost, tolerance a respekt, typ a osobnost trenéra - samostatné vedení části tréninkové jednotky Sociální skupina. Pravidla moderní gymnastiky, od 3. roč. samostatný zápis volné sestavy do oficiálních soutěžních formulářů Samostatná tvorba volné sestavy bez náčiní (1.roč) , s náčiním ( od 2. roč.) dle pravidel MG na vhodný hudební doprovod.
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití	Respektuje vnější faktory ovlivňující výkonnost.	Sportovní oblečení, náčiní - jeho kvalita, finanční dostupnost, funkčnost Životaspráva a zdravý životní styl, denní režim. Pohybová improvizace s náčiním v méně vyhovujícím sportovním prostředí (výška stropu, nevhodná podlaha, klimatizace
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží	Respektuje a přizpůsobuje se vlivu vnějších faktorů (zdravotní stav, podmínky na sportovišti, klimatické podmínky, sportovní oblečení a náčiní, časová tíseň) na sportovní výkon.	menší prostor apod.) Příprava na výkon v časové tísně ( příprava a rozcvičování před soutěží).
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		

Sportovní trénink	1. ročník	
<p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>		
<p>aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti</p>	<p>Plavání:</p>	<p>Plavání:</p>
<p>charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku</p>	<p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (plavání), tréninková zátěž a zdraví. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (plavání) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.</p>
<p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>	<p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti plavce – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p>	<p>Plavání:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p>	<p>Plavání:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního cyklu, rehabilitace.</p>
<p>organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity</p>		
<p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p>	<p>Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).</p>	

Sportovní trénink	1. ročník	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Plavání:	Plavání:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.	- rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží. Ve vodě a na suchu.
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		- rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost. Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky plavání všech plaveckých způsobů, startů a obrátek. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy. Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost plavce, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Plavání:	Plavání:
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své	Sportovní dovednosti, tělesná příprava a sportovní výkon Využití metodických řad nácviku plaveckých

Sportovní trénink	1. ročník	
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	individuální předpoklady.  Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení. Ovládá základní metodické řady.	pohybových dovedností. Technika startů. Technika plavání. Technika obrátek.
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Plavání:  Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.  Respektuje a přizpůsobuje se vlivu vnějších faktorů na sportovní výkon Analyzuje vnější faktory a přizpůsobuje svou sportovní činnost na základě předchozích zkušeností s dopadem těchto vnějších faktorů na svoji výkonnost.	Plavání:  Sportovní oblečení, náčiní – kvalita, funkčnost, finanční dostupnost. Příprava na výkon za ztížených podmínek. Pravidla.
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití		
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		

Sportovní trénink	1. ročník	
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	<p>Plavání:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží.</p> <p>Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprintu a překážkách. Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Termínová listina.</p>
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	<p>Plavání:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrociklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.</p> <p>Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny.</p> <p>Eviduje OTU a STU v tréninkových denících.</p> <p>Používá vhodného sportovního vybavení.</p> <p>Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině.</p> <p>Orientuje se v pravidlech plavání.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.</p> <p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – plavání, včetně pravidel fair play.</p>
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		

Sportovní trénink	1. ročník			
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	<p>Plavání:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	<p>Tenis, karate:</p> <p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Tenis:</p> <p>Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám tenistů – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti tenisty – mění se s ohledem na věkové závislosti a aktuální trénovanost. Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci, tréninková zátěž a zdraví. Další moderní a netradiční pohybové činnosti (činnosti jsou zařazovány podle podmínek školy a zájmu žáků).</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• všestranný rozvoj pohybových schopností,</li> <li>• odstraňování individuálních nedostatků dle výsledků testování,</li> </ul>		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení				
<p>aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti</p> <p>charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>			<p>Tenis, karate:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch</p>	<p>Tenis:</p> <p>Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního</p>
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě				

Sportovní trénink	1. ročník	
<p>organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p>	<p>sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p>	<p>cyklu, rehabilitace</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• cuki a geri waza dle charakteru osobních technik,</li> <li>• rozvoj silové vytrvalosti v boji na zemi,</li> <li>• rozvoj tahové síly dle osobních technik,</li> <li>• v etapě výkonnostního tréninku se podíl jednotlivých složek přípravy mění dle roční periodizace,</li> <li>• nácvik nových technik je zařazován do přípravného období,</li> <li>• hlavní období je vyhrazeno zdokonalování osobních technik,</li> </ul>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p> <p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p> <p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p> <p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p> <p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p>	<p>Tenis:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• schopnost realizovat trenérem vypracovaný taktický plán na základě analýzy soupeře,</li> <li>• rozvoj metody ofenzivního boje,</li> <li>• schopnost udržení vedení v zápase dokonale zajištěnou obranou v rámci pravidel,</li> <li>• nácvik pozorování soupeřů, hodnocení jejich kladů a záporů,</li> </ul>

Sportovní trénink	1. ročník	
vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Tennis, karate:	Tennis:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, metod nácviku a výcviku, metod soutěže a herních situací tenistů.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně		Taktická příprava zdokonalování taktiky dvouhry, získávání informací.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		o prostředí, soupeři; modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		a dovednosti; metody jejich rozvoje. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava, působení na psychickou odolnost tenistů, modelování speciálních herních situací se zátěží na psychiku tenistů.  Karate: • zvýšení úrovně volných vlastností úměrně se zvyšující namáhavosti tréninku, • seznámení a praxe s metodami regulace předstartovních a startovních stavů,  Teoretická příprava karate: • fyziologické zákonitosti sportovního tréninku, • rozšíření znalostí teorie sportovního tréninku, • schopnost analýzy vlastního a soupeřova výkonu, • vedení zjednodušené tréninkové dokumentace,
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	Tennis, karate:	Tennis:  Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Termínová

Sportovní trénink	1. ročník	
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje	Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.	listina.  Karate: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kondiční testy - zjišťování aktuální kondiční přípravy formou kondičních testů</li> <li>• Vyrovnávací cvičení - speciální cvičení zaměřená na vyrovnávání svalové dysbalance</li> <li>• Zdravotně zaměřená cvičení - speciální posilovací cvičení pro zpevnění svalového korzetu, speciální protahovací cvičení Atletika - atletická rozcvička, sprinty, vytrvalý běh (přechodné a přípravné období)</li> <li>• Plavání - kondiční plavání, seznámení s jednotlivými plaveckými styly, nácvik závodního skoku v přechodném období</li> <li>• První pomoc při sportovních úrazech</li> </ul>
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Tenis, karate:  Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Tenis, karate:  Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma. Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Tenis, karate:  Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.	Tenis, karate:  Speciální sportovní výstroj a výzbroj v dané sportovní specializaci – funkčnost, účelnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín, včetně pravidel fair play – nohejbal s tenisovým míčkem, florbal, hokej.
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití		

Sportovní trénink	1. ročník	
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	<p>Tenis, karate:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy.</p> <p>Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení		
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj zdravotní stav.</p> <p>Vybere z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem.</p> <p>Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Organismus, výkonnost, tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim.</p> <p>Herní činnosti jednotlivce prováděná v zátěži odpovídající věku a vyspělosti hráče v závislosti na období ročního tréninkového cyklu.</p>
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		

Sportovní trénink	1. ročník	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Volejbal, fotbal:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Volejbal, fotbal:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního tréninkového cyklu, rehabilitace.
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity		Regenerační pohybová činnost (jiná sportovní aktivita, strečink, kompenzační cvičení).
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační pohybové činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období). Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (včetně pitného režimu).	Regenerace ve vodním prostředí. Regenerace tepelnými a světelnými prostředky. Automasáž. Osvojování doplňkových sportů a jejich pravidel (softbal, florbal, plavání, volejbal, „brach“, ringo, „fotbálek“, frisbee, ...). Rozhodování se v eticky problematických situacích.
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Volejbal, fotbal:	Volejbal, fotbal:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické ,taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	Taktická příprava pro řešení jednotlivých herních situací, získávání informací o soupeři a příprava jednotlivých systémů.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje (podíl speciálních pohybových schopností a dovedností se zvyšuje na úkor všeobecných pohybových schopností a dovedností s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady /somatotyp/).	Technická příprava: fáze motorického učení, nácviku; soutěživé metody.
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		Tělesná příprava všeobecná a speciální.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Volejbal, fotbal:	Volejbal, fotbal:

Sportovní trénink	1. ročník	
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p> <p>Zvládá herní činnosti jednotlivce v herních podmínkách. Zvládá základní herní kombinace – spolupráce v útoku a v obraně, až po úplnou automatizaci.</p> <p>Řeší složitější herní kombinace až po základy jednodušších systémů.</p>	<p>Tělesná příprava: v závislosti na období ročního tréninkového cyklu se mění poměr všeobecné a speciální tělesné přípravy.</p> <p>Herní činnosti jednotlivce prováděné v zátěži odpovídající věku a vyspělosti hráče v závislosti na období ročního tréninkového cyklu.</p> <p>Sportovní dovednosti, tělesná zdatnost, sportovní výkon.</p> <p>Technická příprava: prohlubování individuálních činností s důrazem na detaily.</p> <p>Taktická příprava.</p>
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně		
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení		
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva		
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech		
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		

Sportovní trénink	1. ročník	
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci se smluvním klubem se účastní utkání v soutěžích.</p> <p>Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů.</p> <p>Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Sportovní dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti.</p> <p>Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava.</p> <p>Technická příprava, metody nácviku a výcviku, metody soutěže.</p> <p>Taktická příprava.</p>
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky ve sportovním tréninku, případně soutěžích.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrociklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně (přechodné I a II přípravné I a II, soutěžní I a II a další „specializované“ mezocykly“), sportovní forma.</p> <p>Kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku a jeho dopad na sportovní výkonnost.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj: účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Pravidla sportů (dle specializace a tréninkové skupiny), soutěžní řád.</p> <p>Sportovní role.</p> <p>Aktivně jedná v duchu fair-play, respektuje a naplňuje olympijské myšlenky.</p> <p>Podřizuje se potřebám týmu a plní přidělené role, čímž přispívá k dobrému klimatu v týmu.</p>
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		

Sportovní trénink	1. ročník	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku.</p> <p>Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim.</p> <p>Používá doplňky výživy.</p> <p>Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky.</p> <p>Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování, je schopen diskutovat o problémech a hledat vhodná řešení.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, doba v sezóně, podmínky v hale, apod.).</p> <p>Svámi názory a zkušenostmi přispívá k přípravě tréninkových plánů.</p> <p>Usměřňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Sportovní výstroj a výzbroj: účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku.</p> <p>Pravidla osvojovaných doplňkových sportů (softbal, florbal, plavání, volejbal, „brach“, ringo, „fotbálek“, frisbee, ...) a jejich disciplin.</p>
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití		
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		

Sportovní trénink	1. ročník	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Sportovní trénink	2. ročník	
<p><b>Výchovné a vzdělávací strategie</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-skoky a víceboje), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	<p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- skoky a víceboje) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.</p> <p>Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti skokana, vícebojaře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Skoky a víceboje:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Skoky a víceboje:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace.
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity		
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.	- rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost - rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky skokanských disciplin, vrhačských disciplin, techniky běhu a nízkého startu a techniky překážkového běhu. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat

Sportovní trénink	2. ročník	
		<p>celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.                      Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.                      Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost skokana, vícebojaře, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p> <p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p> <p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p> <p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p> <p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.</p> <p>Ovládá základní metodické řady.</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.                      Využití metodických řad nácviku sprinterských, překážkářských, skokanských a vrhačských pohybových dovedností. Technika nízkého startu.                      Technika běhu: šlapavý způsob běhu, švihový způsob běhu.                      Technika a rychlost překážkového běhu.                      Technika a rozběh skokanských disciplin Technika vrhů a hodů.</p>
<p>sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
<p>sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p> <p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p> <p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí</p>	<p>regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprinterských, skokanských a vrhačských disciplínách. Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>výkon</p> <p>Atletická termínová listina.</p>
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p> <p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p> <p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p> <p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí z toho závěry.</p> <p>Svými názory a zkušenostmi přispívá k tvorbě tréninkových plánů.</p> <p>Usměřňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Skladba ročního tréninkového cyklu.</p> <p>Pravidla sportu.</p>
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p>	<p>Skoky a víceboje:</p>	<p>Skoky a víceboje:</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma. Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů. Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín – atletika, skoky a víceboje, včetně pravidel fair play.
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.	
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrocyklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry. Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení. Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině. Orientuje se v pravidlech skoků a vícebojů.	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.	Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Sprinty a překážky:	
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	Sprinty a překážky:  Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-sprinty a překážky), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se ST a zdravím. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- sprinty a překážky) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vyberá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým	

Sportovní trénink	2. ročník	
	plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	schopnosti.  Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti sprintera, překážkáře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Sprinty a překážky:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Sprinty a překážky:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace .
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity		
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně	- rozvoj síly: všeobecná a speciální odrazová síla. Bez zátěže, se zátěží

Sportovní trénink	2. ročník	
<p>provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.</p>	<p>- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost                      - rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost.                      Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky běhu a nízkého startu a techniky překážkového běhu – výběhu z bloků, náběhu na první překážku, přeběhu první překážky, běhu mezi překážkami, přeběhu překážek a doběhu do cíle. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.</p> <p>Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.                      Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost sprintera, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p> <p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p> <p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p> <p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.                      Využití metodických řad nácviku sprinterských a překážkářských pohybových dovedností. Technika výběhu z bloků.                      Technika běhu: šlapavý způsob běhu, švihový způsob běhu.                      Technika překážkového běhu.</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p>	<p>Ovládá základní metodické řady.</p>	
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p> <p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p> <p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p> <p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí si z toho závěry Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny</p> <p>Používá vhodné sportovní vybavení.</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně.</p> <p>Sportovní výstroj a výzbroj v dané sportovní specializaci-účelnost, funkčnost, bezpečnost, fin.dostupnost a kvalita.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin včetně pravidel fair-play.</p>
<p>sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</p> <p>sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Atletická termínová listina.</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprintu a překážkách.	
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR	Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.	
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma. Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů. Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny.
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.	Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín – atletika, sprinty a překážky, včetně pravidel fair play.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrocyklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry. Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení. Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině. Orientuje se v pravidlech sprintu a překážek.	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Sprinty a překážky:  Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.	Sprinty a překážky:  Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim,	Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.

Sportovní trénink	2. ročník	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	<p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p> <p>Vybere z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady.</p>	<p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-běhy) a pohybová zátěž. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika-běhy) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti běžce – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků.</p>
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	<p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p>	<p>Únava, regenerace, relaxace a její prostředky v rámci jednotlivých období ročního cyklu, typy masáží, rehabilitace.</p>
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	<p>Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí.</p> <p>Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).</p>	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:

Sportovní trénink	2. ročník	
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	<p>Zvládá a vědomě ovlivňuje psychické, taktické, technické, kondiční faktory sportovního výkonu v přípravě a soutěžích.</p> <p>Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.</p> <p>Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.</p>	<p>Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost, tempová rychlost.</li> <li>- rozvoj síly: všeobecná a speciální odrazová síla. Bez zátěže, se zátěží</li> <li>- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost</li> <li>- rozvoj vytrvalosti: Speciální tempo, tempová vytrvalost, anaerobní práh, obecná vytrvalost.</li> </ul> <p>Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky běhu a startu a techniky překážkového běhu – přeběhu překážek, běhu mezi překážkami, přeběhu vodního příkopu. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.</p> <p>Taktická příprava – osvojení citu taktiku pro závodění se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací</p> <p>Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost běžce, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně		
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své	Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Využití metodických řad nácviku běžeckých

Sportovní trénink	2. ročník	
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	individuální předpoklady.  Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení ovládá základní metodické řady.	pohybových dovedností. Technika běhu. Technika překážkového běhu (pro překážkový běh).
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.  Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů v běžích na střední a dlouhé tratě. Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Sportovní dovednosti a sportovní výkon Atletická termínová listina.
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		

Sportovní trénink	2. ročník	
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky ve sportovním tréninku, případně soutěžích.</p> <p>Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení. Orientuje se v pravidlech běžeckých disciplín. ovládá pravidla atletiky.</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku. Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín – atletika, běhy.</p>
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p> <p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p> <p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p> <p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování. Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, doba v sezóně apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Skladba ročního tréninkového cyklu. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specifikaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
<p>vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení</p>	<p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	
<p>aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti</p>	<p>Hody a vrhy:</p>	<p>Hody a vrhy:</p>
<p>charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku</p>	<p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p> <p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-vrhy a hody), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- vrhy a hody) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti skokana, vícebojaře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.</p>
<p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>		
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace.</p>
<p>organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p>	<p>Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí.</p>	

Sportovní trénink	2. ročník	
	Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.	- rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		- rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost. Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky především vrhačských disciplin, ale i techniky sprinterských a skokanských disciplin v rámci všestranného pojetí přípravy ..Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy. Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost vrhače, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:

Sportovní trénink	2. ročník	
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.	Využití metodických řad nácviku vrhačských pohybových dovedností, ale i sprinterských a skokanských pohybových dovedností.
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících	Ovládá základní metodické řady.	Technika vrhů a hodů. Technika běhu. Technika sprintu a překážek. Technika a rozběh skokanských disciplín.
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	Hody a vrhy:  Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.	Hody a vrhy:  Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje	Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve vrhačských disciplínách.	Atletická termínová listina.
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.	
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		

Sportovní trénink	2. ročník	
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití	Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.	Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Skladba ročního tréninkového cyklu. Pravidla sportu.
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování	
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje	Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí z toho závěry	
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití	Svými názory a zkušenostmi přispívá k tvorbě tréninkových plánů	
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Usměřňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování. Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrociklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry. Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení. Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině. Orientuje se v pravidlech skoků a vícebojů. Ovládá pravidla atletiky.	Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů. Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín – atletika, vrhy a hody, včetně pravidel fair play.

Sportovní trénink	2. ročník	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p> <p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem.</p> <p>Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkovou zákonitost a individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (moderní gymnastika), tréninková zátěž a zdraví.</p> <p>Rozvoj pohybových schopností moderní gymnastky a zdokonalování pohybových dovedností.</p> <p>Zařazování různých tréninkových prostředků ke zdokonalování těchto pohybových schopností s ohledem na věkové zvláštnosti jednotlivce.</p> <p>Aktuální trénovanost a její rozvoj s narůstajícím zařazováním speciálních tréninkových prostředků a s přibývajícím věkem Volba vhodných tréninkových prostředků s ohledem na zdravotní stav.</p>
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Osvojuje si zásady správné výživy v moderní</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce; doplňky výživy; nedovolené prostředky; individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím - denní režim, zdravý životní styl</p>
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti		
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		

Sportovní trénink	2. ročník	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	gymnastice. Seznamuje se s doplňkovou výživou při tréninku, soutěži. Individuální řešení osobních zvláštností jedince – vztah somatotyp x výživa – sestavuje jídelníček spolu s trenérem - dodržuje pitný režim. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky a sleduje aktualizace zakázaných prostředků.	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Moderní gymnastika:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví , některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Moderní gymnastika:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu. Rehabilitace.
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity		Krátkodobá regenerace v průběhu tréninkové jednotky.
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky, založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).	Regenerace jinou pohybovou činností-jóga, overbally - techniky Pillates , strečink. Kompenzační cvičení především zádoových partií Regenerace ve vodním prostředí. Doplňkové sporty - regenerační plavání, automasáže, masáže.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Všeobecná tělesná příprava –rozvoj jednotlivých pohybových schopností- síla, rychlost, vytrvalost, obratnost.
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Sportovní výkon zvládá na základě zdokonalování všeobecných a speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností a metod jejich rozvoje (podíl speciálních pohybových dovedností a schopností	- speciální gymnastická průpravná cvičení- rozsahová cvičení –zvyšování kloubní pohyblivosti, rozvoj ohebnosti.
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		- baletní průprava Technická příprava - fáze motorického učení s využitím metod seznámení se s pohybovou činností

Sportovní trénink	2. ročník	
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	převažuje nad všeobecnými pohybovými schopnostmi a dovednostmi).	,metod nácvičku a výcviku,metod soutěže, nácvičku a zdokonalování techniky těla a náčiní, automatizace zvládnutých pohybů jejich častým opakováním Taktická příprava- V moderní gymnastice vytváření modelových situací-kontrolní tréninky v soutěžním oblečení ( i před diváky), Získávání informací soutěžním prostředím Řešení soutěžních situací ( nízký strop v soutěžní hale) - ve společných skladbách schopnost zastupovat jeden druhého - seznámení se s časovým průběhem soutěže – schopnost „hospodařit „ se silami v průběhu dlouhé soutěže Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava - dlouhodobé působení na osobnost gymnastky a psychologická příprava na soutěž -individuální přístup při regulaci aktuálního psychického stavu -zvládnutí stresových situací, sebeovládání - vztah k trenérovi, vzájemná důvěra.
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Moderní gymnastika:  Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.  Zvládá techniku cvičení bez náčiní a s přechodem do seniorské kategorie rozšiřuje škálu zvládnutých prvků obtížnosti a orientuje se v hodnotách jejich obtížnosti. Zdokonaluje baletní techniku a je schopen pohybové improvizace. Zvládá techniku všech náčiní a zdokonaluje se v artistice a ve spojení techniky náčiní s prvky obtížnosti, orientuje se v hodnotách prvků artistiky. Usiluje o sebezdokonalování pohybových dovedností a	Moderní gymnastika:  Sportovní dovednosti,tělesná zdatnost a jejich rozvoj. Technická příprava cvičení bez náčiní a nácvičku prvků obtížnosti ( skoky, rovnováhy, obraty, ohebnosti) - baletní technika na volnosti a u opory jako základ prvků obtížnosti - technická příprava cvičení s náčiním - pohybová improvizace bez náčiní i s náčiním s využitím hudebního doprovodu - základní akrobatické prvky ( kotouly, přemety, převaly) , práce s náčiním v akrobatických prvcích.
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách		
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně		
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		

Sportovní trénink	2. ročník	
	schopností a zaměřuje se na individuálních nedostatků. Zvládá základní metodické řady nácvičku prvků bez náčiní, akrobacie a techniky náčiní.	
<p>sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</p> <p>sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p> <p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p> <p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s klubem, resp. SCM se zúčastňuje mistrovských i nemistrovských soutěží, případně zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů v moderní gymnastice v kategoriích I. výkonnostní třídy, mistrovské třídy (resp. dorostenek). Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních výběrů , případně reprezentačních družstev.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Pohybové dovednosti a sportovní výkon, tělesná zdatnost.</p> <p>Všeobecná tělesná příprava zaměřená na jednotlivé pohybové schopnosti a dovednosti a metody jejich rozvoje.</p> <p>Speciální tělesná příprava (baletní průprava, technika jednotlivých náčiní, technika bez náčiní) a metody rozvoje pohybových schopností a dovedností.</p> <p>Psychologická příprava (motivace, příklad a vzor). Taktická příprava.</p>
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a následně i na jeho vyhodnocování.</p> <p>Orientuje se v plánu soutěží a soustředění, vrchol sezóny.</p> <p>Vede tréninkovou dokumentaci a přehled o účasti na soutěžích - orientuje se v pravidlech moderní gymnastiky.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Plánování a řízení sportovního tréninku; typy tréninkových plánů</p> <p>Roční tréninkový cyklus a jeho období</p> <p>Kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku a jeho dopad na sportovní výkonnost</p> <p>Sportovní forma</p> <p>- tréninkový deník a tréninková evidence</p> <p>Sportovec a jeho sociální role ve skupině-role kapitána, vůdčí osobnost, tolerance a respekt, typ a osobnost trenéra</p> <p>- samostatné vedení části tréninkové jednotky</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
	Podílí se na vytváření sportovních rolí v tréninkové skupině.	Sociální skupina. Pravidla moderní gymnastiky, od 3. roč. samostatný zápis volné sestavy do oficiálních soutěžních formulářů Samostatná tvorba volné sestavy bez náčiní (1.roč) , s náčiním ( od 2. roč.) dle pravidel MG na vhodný hudební doprovod.
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p> <p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p> <p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p> <p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující výkonnost.</p> <p>Respektuje a přizpůsobuje se vlivu vnějších faktorů (zdravotní stav, podmínky na sportovišti, klimatické podmínky, sportovní oblečení a náčiní, časová tíseň) na sportovní výkon.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Sportovní oblečení, náčiní - jeho kvalita, finanční dostupnost, funkčnost Životospráva a zdravý životní styl, denní režim. Pohybová improvizace s náčiním v méně vyhovujícím sportovním prostředí (výška stropu, nevhodná podlaha, klimatizace menší prostor apod.) Příprava na výkon v časové tísní ( příprava a rozcvičování před soutěží).</p>
<p>aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti</p> <p>charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>	<p>Plavání:</p> <p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p> <p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na</p>	<p>Plavání:</p> <p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (plavání), tréninková zátěž a zdraví. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (plavání) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti plavce – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
	věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Plavání:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Plavání:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního cyklu, rehabilitace.
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí.	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Plavání:	Plavání:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.	- rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží. Ve vodě a na suchu.
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		- rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost. Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky plavání všech plaveckých způsobů, startů a obrátek. Objem

Sportovní trénink	2. ročník	
		<p>prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.</p> <p>Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.</p> <p>Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost plavce, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p> <p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p> <p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p> <p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p> <p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p> <p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p>	<p>Plavání:</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení. Ovládá základní metodické řady.</p> <p>Plavání:</p>	<p>Plavání:</p> <p>Sportovní dovednosti, tělesná příprava a sportovní výkon</p> <p>Využití metodických řad nácviku plaveckých pohybových dovedností. Technika startů.</p> <p>Technika plavání.</p> <p>Technika obrátek.</p> <p>Plavání:</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
<p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Respektuje a přizpůsobuje se vlivu vnějších faktorů na sportovní výkon</p> <p>Analyzuje vnější faktory a přizpůsobuje svou sportovní činnost na základě předchozích zkušeností s dopadem těchto vnějších faktorů na svoji výkonnost.</p>	<p>Sportovní oblečení, náčiní – kvalita, funkčnost, finanční dostupnost. Příprava na výkon za ztížených podmínek.</p> <p>Pravidla.</p>
<p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p>		
<p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p>		
<p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>		
<p>sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</p>	<p>Plavání:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží.</p> <p>Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprintu a překážkách. Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Termínová listina.</p>
<p>sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p>		
<p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>		
<p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p>		
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p>		
<p>uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí</p>		
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p>	<p>Plavání:</p>	<p>Plavání:</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
<p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrociklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.</p> <p>Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny.</p> <p>Eviduje OTU a STU v tréninkových denících.</p> <p>Používá vhodného sportovního vybavení.</p> <p>Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině.</p> <p>Orientuje se v pravidlech plavání.</p>	<p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.</p> <p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – plavání, včetně pravidel fair play.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení</p>	<p>Plavání:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy.</p> <p>Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>
<p>aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti</p> <p>charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Tenis:</p> <p>Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám tenistů – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.</p> <p>Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti tenisty – mění se s ohledem na věkové závislosti a aktuální trénovanost. Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci, tréninková zátěž a</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
		<p>zdraví. Další moderní a netradiční pohybové činnosti (činnosti jsou zařazovány podle podmínek školy a zájmu žáků).</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kondiční testy - zjišťování aktuální kondiční přípravy formou kondičních testů</li> <li>• všestranný rozvoj pohybových schopností</li> <li>• speciální rozvoj pohybových dovedností</li> <li>• odstraňování individuálních nedostatků dle výsledků testování,</li> </ul>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního cyklu, rehabilitace</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p> <p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p> <p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p>

Sportovní trénink	2. ročník			
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících				
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost				
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu				
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady				
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	<p>Tenis, karate:</p> <p>Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.</p>	<p>Tenis:</p> <p>Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, metod nácviku a výcviku, metod soutěže a herních situací tenistů.</p> <p>Taktická příprava zdokonalování taktiky dvouhry, získávání informací.</p> <p>o prostředí, soupeři; modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.</p> <p>Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a dovednosti; metody jejich rozvoje.</p> <p>Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava, působení na psychickou odolnost tenistů, modelování speciálních herních situací se zátěží na psychiku tenistů.</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• cuki a geri waza dle charakteru osobních technik,</li> <li>• rozvoj silové vytrvalosti v boji na zemi,</li> </ul>		
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách				
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně				
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci				
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů				
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích				

Sportovní trénink	2. ročník	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• specifické cviky pro rozvoj tahové síly dle osobních technik</li> <li>• v etapě výkonnostního tréninku se podíl jednotlivých složek přípravy mění dle roční periodizace,</li> <li>• nácvik nových technik a studium Kat je zařazován do přípravného období,</li> <li>• hlavní období je vyhrazeno zdokonalování osobních technik,</li> </ul>
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	<p>Tenis, karate:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p>	<p>Tenis:</p> <p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Termínová listina.</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• schopnost realizovat trenérem vypracovaný taktický plán na základě analýzy soupeře,</li> <li>• rozvoj metody ofenzivního boje,</li> <li>• schopnost udržení vedení v zápase dokonale zajištěnou obranou v rámci pravidel,</li> <li>• nácvik pozorování soupeřů, hodnocení jejich kladů a záporů,</li> <li>• žák sbírá a třídí informace z TV a sportu, orientuje se v nich</li> <li>• žák využívá a vědomě rozšiřuje své technicko-taktické dovednosti</li> <li>• žák zná a respektuje pravidla karate</li> <li>• žák svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do klubových, regionálních případně reprezentačních výběrů</li> </ul>
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Tenis, karate:	Tenis, karate:

Sportovní trénink	2. ročník	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma. Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Tenis, karate:  Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.	Tenis:  Speciální sportovní výstroj a výzbroj v dané sportovní specializaci – funkčnost, účelnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín, včetně pravidel fair play – nohejbal s tenisovým míčkem, florbal, hokej.  Karate:  <ul style="list-style-type: none"> <li>• podporovat zájem a ochotu přinášet sportovní přípravě osobní oběti,</li> <li>• seznámení a praxe s metodami regulace předstartovních a startovních stavů,</li> </ul>
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití		
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Tenis, karate:  Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.  Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim,	Tenis:  Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.  Karate:
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		

Sportovní trénink	2. ročník	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kondiční testy - zjišťování aktuální kondiční přípravy formou kondičních testů</li> <li>• Vyrovnávací cvičení - speciální cvičení zaměřená na vyrovnávání svalové dysbalance</li> <li>• Zdravotně zaměřená cvičení - speciální posilovací cvičení pro zpevnění svalového korzetu, speciální protahovací cvičení Atletika - atletická rozcvička, sprinty, vytrvalý běh (přechodné a přípravné období)</li> <li>• Plavání - kondiční plavání, seznámení s jednotlivými plaveckými styly, nácvik závodního skoku v přechodném období</li> <li>• První pomoc při sportovních úrazech</li> </ul>
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Volejbal, fotbal:	Volejbal, fotbal:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj zdravotní stav.	Organismus, výkonnost, tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim.
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vybere z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	Herní činnosti jednotlivce prováděná v zátěži odpovídající věku a vyspělosti hráče v závislosti na období ročního tréninkového cyklu.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Volejbal, fotbal:	Volejbal, fotbal:
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního tréninkového cyklu, rehabilitace. Regenerační pohybová činnost (jiná sportovní aktivita, strečink, kompenzační cvičení).

Sportovní trénink	2. ročník	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační pohybové činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období). Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (včetně pitného režimu).	Regenerace ve vodním prostředí. Regenerace tepelnými a světelnými prostředky. Automasáž. Osvojování doplňkových sportů a jejich pravidel (softbal, florbal, plavání, volejbal, „brach“, ringo, „fotbálek“, frisbee, ...). Rozhodování se v eticky problematických situacích.
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Volejbal, fotbal:	Volejbal, fotbal:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické ,taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava. Taktická příprava pro řešení jednotlivých herních situací, získávání informací o soupeři a příprava jednotlivých systémů.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	Technická příprava: fáze motorického učení, nácviku; soutěživé metody.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje (podíl speciálních pohybových schopností a dovedností se zvyšuje na úkor všeobecných pohybových schopností a dovedností s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady /somatotyp/).	Tělesná příprava všeobecná a speciální.
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Volejbal, fotbal:	Volejbal, fotbal:
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Tělesná příprava: v závislosti na období ročního tréninkové cyklu se mění poměr všeobecné a speciální tělesné přípravy.
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva		Herní činnosti jednotlivce prováděné v zátěži odpovídající věku a vyspělosti hráče v závislosti na období ročního tréninkové cyklu.
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Zvládá herní činnosti jednotlivce v herních podmínkách.	

Sportovní trénink	2. ročník	
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících	Zvládá základní herní kombinace – spolupráce v útoku a v obraně, až po úplnou automatizaci. Řeší složitější herní kombinace až po základy jednodušších systémů.	Sportovní dovednosti, tělesná zdatnost, sportovní výkon. Technická příprava: prohlubování individuálních činností s důrazem na detaily. Taktická příprava.
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	Volejbal, fotbal:  Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.  Ve spolupráci se smluvním klubem se účastní utkání v soutěžích.  Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů. Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.	Volejbal, fotbal:  Sportovní dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon. Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava. Technická příprava, metody nácviku a výcviku, metody soutěže. Taktická příprava.
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Volejbal, fotbal:  Uplatňuje osvojené poznatky ve sportovním tréninku, případně soutěžích.	Volejbal, fotbal:  Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně (přechodné I a II přípravné I a
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch		

Sportovní trénink	2. ročník	
<p>sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrocyclo apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.</p>	<p>II, soutěžní I a II a další „specializované“ mezocykly“), sportovní forma.</p> <p>Kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku a jeho dopad na sportovní výkonnost.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj: účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Pravidla sportů (dle specializace a tréninkové skupiny), soutěžní řád.</p> <p>Sportovní role.</p> <p>Aktivně jedná v duchu fair-play, respektuje a naplňuje olympijské myšlenky.</p> <p>Podřizuje se potřebám týmu a plní přidělené role, čímž přispívá k dobrému klimatu v týmu.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku.</p> <p>Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim.</p> <p>Používá doplňky výživy.</p> <p>Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky.</p> <p>Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování, je schopen diskutovat o problémech a</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Sportovní výstroj a výzbroj: účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku.</p> <p>Pravidla osvojovaných doplňkových sportů (softbal,</p>

Sportovní trénink	2. ročník	
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží	hledat vhodná řešení. Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, doba v sezóně, podmínky v hale, apod.).	florbal, plavání, volejbal, „brach“, ringo, „fotbálek“, frisbee, ...) a jejich disciplin.
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje	Svémi názory a zkušenostmi přispívá k přípravě tréninkových plánů.	
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití	Usměrňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.	
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		

Sportovní trénink	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence občanská</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-skoky a víceboje), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu		

Sportovní trénink	3. ročník	
dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vyberá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	zdravím  Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- skoky a víceboje) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.  Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti skokana, vícebojaře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Skoky a víceboje:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.  Zvládá a uplatňuje i náročnější a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace. Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (v optimální skladbě).	Skoky a víceboje:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace.
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity		
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Skoky a víceboje:  Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.  Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů	Skoky a víceboje:  Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje. - rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách		
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojené postupy vedoucí k potřebné změně		

Sportovní trénink	3. ročník	
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	ovlivňujících sportovní výkon. Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.	maximální rychlost. - rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost - rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje-poměr speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností procentuelně narůstá oproti obecným pohybovým schopnostem a pohybovým dovednostem.	Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky skokanských disciplin, vrhačských disciplin, techniky běhu a nízkého startu a techniky překážkového běhu .Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy. Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost skokana, vícebojaře, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon. Využití metodických řad nácviku sprinterských , překážkářských, skokanských a vrhačských pohybových dovedností. Technika nízkého startu.
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.	Technika běhu: šlapavý způsob běhu, švihový způsob běhu.
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		Technika a rychlost překážkového běhu.

Sportovní trénink	3. ročník	
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Ovládá základní metodické řady.	Technika a rozběh skokanských disciplín Technika vrhů a hodů
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprinterských, skokanských a vrhačských disciplínách. Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon</p> <p>Atletická termínová listina.</p>
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Skladba ročního tréninkového cyklu.</p> <p>Pravidla sportu.</p>
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití		

Sportovní trénink	3. ročník	
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží	z toho závěry. Svými názory a zkušenostmi přispívá k tvorbě tréninkových plánů.	
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje	Usměřňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.	
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.	Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrocyklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry. Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení. Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině. Orientuje se v pravidlech skoků a vícebojů.	Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín – atletika, skoky a víceboje, včetně pravidel fair play.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Skoky a víceboje:  Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.	Skoky a víceboje:
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim,	Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.

Sportovní trénink	3. ročník	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-sprinty a překážky), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se ST a zdravím.
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	<p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- sprinty a překážky) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.</p> <p>Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti sprintera, překážkáře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.</p>
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace .
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního	

Sportovní trénink	3. ročník	
sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).  Zvládá a uplatňuje i náročnější a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace. Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (v optimální skladbě).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje - poměr speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností procentuelně narůstá oproti obecným pohybovým schopnostem a pohybovým dovednostem.	- rozvoj síly: všeobecná a speciální odrazová síla. Bez zátěže, se zátěží
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		- rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost. Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky běhu a nízkého startu a techniky překážkového běhu – výběhu z bloků, náběhu na první překážku, přeběhu první překážky, běhu mezi překážkami, přeběhu překážek a doběhu do cíle. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.  Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus

Sportovní trénink	3. ročník	
		<p>se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost sprintera, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>
<p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p>	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p>	<p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon. Využití metodických řad nácviku sprinterských a překážkářských pohybových dovedností. Technika výběhu z bloků.</p>
<p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p>	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.</p>	<p>Technika běhu: šlapavý způsob běhu, švihový způsob běhu. Technika překážkového běhu.</p>
<p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p>		
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p>	<p>Ovládá základní metodické řady.</p>	
<p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p>		
<p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p>		
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>	<p>Sprinty a překážky:</p>
<p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně</p>	<p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p>	<p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně. Sportovní výstroj a výzbroj v dané sportovní</p>

Sportovní trénink	3. ročník	
<p>orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p> <p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p> <p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p> <p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí si z toho závěry Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny</p> <p>Používá vhodné sportovní vybavení.</p>	<p>specializaci-účelnost, funkčnost, bezpečnost, fin.dostupnost a kvalita.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin včetně pravidel fair-play.</p>
<p>sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</p> <p>sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p> <p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p> <p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprintu a překážkách.</p> <p>Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Atletická termínová listina.</p>
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.</p>

Sportovní trénink	3. ročník	
<p>sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrocyclo apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.</p> <p>Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny.</p> <p>Používá vhodného sportovního vybavení.</p> <p>Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině. Orientuje se v pravidlech sprintu a překážek.</p> <p>Svémi názory a zkušenostmi přispívá k přípravě tréninkových plánů. Usměňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.</p> <p>Vyhodnocuje OTU a STU v tréninkových denících.</p>	<p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – atletika, sprinty a překážky, včetně pravidel fair play.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení</p> <p>aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti</p> <p>charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p> <p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky.</p> <p>Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p> <p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-běhy) a pohybová zátěž.</p>

Sportovní trénink	3. ročník	
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.  Vybere z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady.	Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika-běhy) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti běžce – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Únava, regenerace, relaxace a její prostředky v rámci jednotlivých období ročního cyklu, typy masáží, rehabilitace.
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	Zvládá a uplatňuje i náročnější a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (v optimální skladbě).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje psychické, taktické, technické, kondiční faktory sportovního výkonu v přípravě a soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojené postupy vedoucí k potřebné změně	Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje - poměr speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností procentuálně narůstá oproti obecným pohybovým schopnostem a pohybovým dovednostem.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost, tempová rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		- rozvoj síly: všeobecná a speciální odrazová síla. Bez zátěže, se zátěží
provádí osvojené pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost - rozvoj vytrvalosti: Speciální tempo, tempová

Sportovní trénink	3. ročník	
<p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>		<p>vytrvalost, anaerobní práh, obecná vytrvalost.                      Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky běhu a startu a techniky překážkového běhu – přeběhu překážek, běhu mezi překážkami, přeběhu vodního příkopu. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.                      Taktická příprava – osvojení citu taktiku pro závodění se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací                      Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost běžce, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p>
<p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p>	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p>	<p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Využití metodických řad nácviku běžeckých pohybových dovedností. Technika běhu. Technika překážkového běhu (pro překážkový běh).</p>
<p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p>	<p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení ovládá základní metodické řady.</p>	
<p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p>		
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p>		
<p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p>		

Sportovní trénink	3. ročník	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů v bězích na střední a dlouhé tratě.</p> <p>Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon Atletická termínová listina.</p>
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky ve sportovním tréninku, případně soutěžích.</p> <p>Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení.</p> <p>Orientuje se v pravidlech běžeckých disciplín. ovládá pravidla atletiky</p> <p>Vyhodnocuje OTU a STU v tréninkových denících.</p> <p>Spolupracuje při plánování počtu startů s ohledem na vrcholy sezóny.</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma Kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín – atletika, běhy.</p>
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		

Sportovní trénink	3. ročník	
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, doba v sezóně apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Skladba ročního tréninkového cyklu.</p> <p>Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy.</p>
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití		
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specifikaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	<p>Běhy na střední a dlouhé tratě:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení		
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-vrhy a hody), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím.</p>
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu		

Sportovní trénink	3. ročník	
dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- vrhy a hody) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti skokana, vícebojaře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Hody a vrhy:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Hody a vrhy:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace.
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity		
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období). Zvládá a uplatňuje i náročnější a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace. Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (v optimální skladbě).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich

Sportovní trénink	3. ročník	
<p>posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně</p> <p>připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci</p> <p>provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>soutěžích.</p> <p>Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.</p> <p>Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje - poměr speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností procentuelně narůstá oproti obecným pohybovým schopnostem a pohybovým dovednostem.</p>	<p>rozvoje.</p> <p>- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.</p> <p>- rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží</p> <p>- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost</p> <p>- rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost.</p> <p>Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky především vrhačských disciplin, ale i techniky sprinterských a skokanských disciplin v rámci všestranného pojetí přípravy ..Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.</p> <p>Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.</p> <p>Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost vrhače, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p> <p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p> <p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spoluodhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Využití metodických řad nácviku vrhačských pohybových dovedností, ale i sprinterských a skokanských pohybových dovedností.</p> <p>Technika vrhů a hodů.</p>

Sportovní trénink	3. ročník	
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících	pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení. Ovládá základní metodické řady.	Technika běhu. Technika sprintu a překážek. Technika a rozběh skokanských disciplín.
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve vrhačských disciplínách.</p> <p>Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Atletická termínová listina.</p>
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost,</p>
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory		

Sportovní trénink	3. ročník	
cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování	bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Skladba ročního tréninkového cyklu. Pravidla sportu.
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží	Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí z toho závěry	
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje	Svými názory a zkušenostmi přispívá k tvorbě tréninkových plánů	
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití	Usměrňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.	
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.	Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny.	Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině.	Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – atletika, vrhy a hody, včetně pravidel fair play.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve	Orientuje se v pravidlech skoků a vícebojů. Ovládá pravidla atletiky.	Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – atletika, vrhy a hody, včetně pravidel fair play.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve	Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.	Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.

Sportovní trénink	3. ročník		
vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení			
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Kanoistika:  Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj zdravotní stav.  Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav	Kanoistika:  Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci, tréninková zátěž a zdraví. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.  Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (kanoistika – vodní slalom či rychlost), tréninková zátěž a zdraví.  Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti sportovce – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.	
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku			
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav			
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Moderní gymnastika:  Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.  Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.	Moderní gymnastika:  Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (moderní gymnastika), tréninková zátěž a zdraví. Rozvoj pohybových schopností moderní gymnastky a zdokonalování pohybových dovedností. Zařazování různých tréninkových prostředků ke zdokonalování těchto pohybových schopností s	
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku			
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav			

Sportovní trénink	3. ročník	
	<p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem.</p> <p>Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>ohledem na věkové zvláštnosti jednotlivce.</p> <p>Aktuální trénovanost a její rozvoj s narůstajícím zařazováním speciálních tréninkových prostředků a s přibývajícím věkem Volba vhodných tréninkových prostředků s ohledem na zdravotní stav.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce; doplňky výživy; nedovolené prostředky; individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím - denní režim, zdravý životní styl</p>
<p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p>	<p>Osvojuje si zásady správné výživy v moderní gymnastice.</p> <p>Seznamuje se s doplňkovou výživou při tréninku, soutěži.</p> <p>Individuální řešení osobních zvláštností jedince – vztah somatotyp x výživa – sestavuje jídelníček spolu s trenérem - dodržuje pitný režim.</p> <p>Odmítá nedovolené podpůrné prostředky a sleduje aktualizace zakázaných prostředků.</p>	
<p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví , některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p> <p>Zvládá a uplatňuje i náročnější regenerační a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace.</p> <p>Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (včetně pitného režimu).</p> <p>Doplňková výživa.</p>	
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví , některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu. Rehabilitace.</p> <p>Krátkodobá regenerace v průběhu tréninkové jednotky.</p> <p>Regenerace jinou pohybovou činností-jóga, overbally - techniky Pillates , strečink.</p> <p>Kompenzační cvičení především zádových partií</p> <p>Regenerace ve vodním prostředí.</p>
<p>organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity</p>	<p>Zvládá a uplatňuje i náročnější regenerační a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace.</p> <p>Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (včetně pitného režimu).</p> <p>Doplňková výživa.</p>	
<p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p>		

Sportovní trénink	3. ročník	
		Doplňkové sporty - regenerační plavání, automasáže, masáže.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Všeobecná tělesná příprava –rozvoj jednotlivých pohybových schopností- síla, rychlost, vytrvalost, obratnost. - speciální gymnastická průpravná cvičení- rozsahová cvičení –zvýšování kloubní pohyblivosti, rozvoj ohebnosti.
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Sportovní výkon zvládá na základě zdokonalování všeobecných a speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností a metod jejich rozvoje (podíl speciálních pohybových dovedností a schopností převažuje nad všeobecnými pohybovými schopnostmi a dovednostmi).	- baletní průprava Technická příprava - fáze motorického učení s využitím metod seznámení se s pohybovou činností ,metod nácviku a výcviku,metod soutěže, nácvik a zdokonalování techniky těla a náčiní, automatizace zvládnutých pohybů jejich častým opakováním Taktická příprava- V moderní gymnastice vytváření modelových situací-kontrolní tréninky v soutěžním oblečení ( i před diváky), Získávání informací soutěžním prostředím
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		Řešení soutěžních situací ( nízký strop v soutěžní hale) - ve společných skladbách schopnost zastupovat jeden druhého - seznámení se s časovým průběhem soutěže – schopnost „hospodařit „ se silami v průběhu dlouhé soutěže Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava - dlouhodobé působení na osobnost gymnastky a psychologická příprava na soutěž -individuální přístup při regulaci aktuálního psychického stavu -zvládnutí stresových situací, sebeovládání - vztah k trenérovi, vzájemná důvěra.
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy		

Sportovní trénink	3. ročník	
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Sportovní dovednosti, tělesná zdatnost a jejich rozvoj. Technická příprava cvičení bez náčiní a nácvik prvků obtížnosti ( skoky, rovnováhy, obraty, ohebnosti) - baletní technika na volnosti a u opory jako základ prvků obtížnosti - technická příprava cvičení s náčiním - pohybová improvizace bez náčiní i s náčiním s využitím hudebního doprovodu - základní akrobatické prvky ( kotouly, přemety, převaly) , práce s náčiním v akrobatických prvcích.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Zvládá techniku cvičení bez náčiní a s přechodem do seniorské kategorie rozšiřuje škálu zvládnutých prvků obtížnosti a orientuje se v hodnotách jejich obtížnosti. Zdokonaluje baletní techniku a je schopen pohybové improvizace.	
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Zvládá techniku všech náčiní a zdokonaluje se v artistice a ve spojení techniky náčiní s prvky obtížnosti, orientuje se v hodnotách prvků artistiky.	
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů	Usiluje o sebezdokonalování pohybových dovedností a schopností a zaměřuje se na individuálních nedostatků. Zvládá základní metodické řady nácviku prvků bez náčiní, akrobacie a techniky náčiní.	
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Moderní gymnastika:  Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.  Ve spolupráci s klubem, resp. SCM se zúčastňuje mistrovských i nemistrovských soutěží, případně zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů v moderní gymnastice v kategoriích I. výkonnostní třídy, mistrovské třídy (resp. dorostenek). Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních výběrů , případně reprezentačních družstev.	
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům		Moderní gymnastika:  Pohybové dovednosti a sportovní výkon, tělesná zdatnost. Všeobecná tělesná příprava zaměřená na jednotlivé pohybové schopnosti a dovednosti a metody jejich rozvoje. Speciální tělesná příprava (baletní průprava, technika jednotlivých náčiní, technika bez náčiní) a metody rozvoje pohybových schopností a dovedností. Psychologická příprava (motivace, příklad a vzor). Taktická příprava.
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		

Sportovní trénink	3. ročník	
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a následně i na jeho vyhodnocování.</p> <p>Orientuje se v plánu soutěží a soustředění, vrchol sezóny.</p> <p>Vede tréninkovou dokumentaci a přehled o účasti na soutěžích - orientuje se v pravidlech moderní gymnastiky.</p> <p>Podílí se na vytváření sportovních rolí v tréninkové skupině.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Plánování a řízení sportovního tréninku; typy tréninkových plánů</p> <p>Roční tréninkový cyklus a jeho období</p> <p>Kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku a jeho dopad na sportovní výkonnost</p> <p>Sportovní forma</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tréninkový deník a tréninková evidence</li> </ul> <p>Sportovec a jeho sociální role ve skupině-role kapitána, vůdčí osobnost, tolerance a respekt, typ a osobnost trenéra</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- samostatné vedení části tréninkové jednotky</li> </ul> <p>Sociální skupina.</p> <p>Pravidla moderní gymnastiky, od 3. roč. samostatný zápis volné sestavy do oficiálních soutěžních formulářů Samostatná tvorba volné sestavy bez náčiní (1.roč) , s náčiním ( od 2. roč.) dle pravidel MG na vhodný hudební doprovod.</p>
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p> <p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p> <p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p> <p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující výkonnost.</p> <p>Analyzuje vnější faktory a přizpůsobuje svoji sportovní činnost na základě předchozích zkušeností s dopadem těchto vnějších faktorů na svoji výkonnost.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Sportovní oblečení, náčiní - jeho kvalita, finanční dostupnost, funkčnost</p> <p>Životospráva a zdravý životní styl, denní režim.</p> <p>Pohybová improvizace s náčiním v méně vyhovujícím sportovním prostředí (výška stropu, nevhodná podlaha, klimatizace menší prostor apod.)</p> <p>Příprava na výkon v časové tísni ( příprava a rozcvičování před soutěží).</p>

Sportovní trénink	3. ročník	
zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Plavání:	Plavání:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (plavání), tréninková zátěž a zdraví. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (plavání) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti plavce – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Plavání:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Plavání:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního cyklu, rehabilitace.
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	Zvládá a uplatňuje i náročnější a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace.	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (v optimální skladbě).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Plavání:	Plavání:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich

Sportovní trénink	3. ročník	
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	soutěžích.  Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje - poměr speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností procentuelně narůstá oproti obecným pohybovým schopnostem a pohybovým dovednostem.	rozvoje. - rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost. - rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží. Ve vodě a na suchu. - rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost - rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost. Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky plavání všech plaveckých způsobů, startů a obrátek. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy. Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost plavce, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Plavání:	Plavání:
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Sportovní dovednosti, tělesná příprava a sportovní výkon Využití metodických řad nácviku plaveckých pohybových dovedností. Technika startů. Technika plavání. Technika obrátek.
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných	

Sportovní trénink	3. ročník	
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících	pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení. Ovládá základní metodické řady.	
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	<p>Plavání:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Respektuje a přizpůsobuje se vlivu vnějších faktorů na sportovní výkon</p> <p>Analyzuje vnější faktory a přizpůsobuje svou sportovní činnost na základě předchozích zkušeností s dopadem těchto vnějších faktorů na svoji výkonnost.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Sportovní oblečení, náčiní – kvalita, funkčnost, finanční dostupnost. Příprava na výkon za ztížených podmínek.</p> <p>Pravidla.</p>
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití		
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům		
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s	<p>Plavání:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Termínová listina.</p>

Sportovní trénink	3. ročník	
<p>pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p> <p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p> <p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí</p>	<p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží.</p> <p>Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprintu a překážkách. Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Plavání:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p> <p>Svými názory a zkušenostmi přispívá k přípravě tréninkových plánů.</p> <p>Usměrňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.</p> <p>Spolupracuje při plánování počtu startů s ohledem na vrcholy sezóny.</p> <p>Používá vhodného sportovního vybavení.</p> <p>Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině.</p> <p>Ovládá pravidla plavání.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.</p> <p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – plavání, včetně pravidel fair play.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve</p>	<p>Plavání:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>

Sportovní trénink	3. ročník	
vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení		
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Tenis, karate:	Tenis:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
		<p>Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám tenistů – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti tenisty – mění se s ohledem na věkové závislosti a aktuální trénovanost. Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci, tréninková zátěž a zdraví.</p> <p>Další moderní a netradiční pohybové činnosti (činnosti jsou zařazovány podle podmínek školy a zájmu žáků).</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žák sleduje stav trénovanosti sportovně – motorickým testováním</li> <li>• žák sleduje antidopingovou problematiku a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</li> <li>• žák využívá pravidelně soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci a prostředky regenerace organismu</li> <li>• žák naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek RTC</li> <li>• žák usiluje o rozvoj pohybových schopností s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady</li> <li>• žák svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do klubových, regionálních případně reprezentačních</li> </ul>

Sportovní trénink	3. ročník	
		výběrů Učivo • všestranný rozvoj pohybových schopností, zvláštní důraz na rozvoj dynamické síly • kondiční příprava respektuje charakter osobních technik,
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Tenis, karate: Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Tenis, karate: Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního cyklu, rehabilitace
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu	Tenis, karate: Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Tenis: Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon. Karate: • cuki a geri waza dle charakteru osobních technik, • rozvoj silové vytrvalosti v randori, • rozšíření počtu pohybových návyků dle potřeb osobních technik, • v etapě výkonnostního tréninku se podílí jednotlivých složek přípravy mění dle roční periodizace, • nácvik nových technik a studium Kat je zařazován do přípravného období,

Sportovní trénink	3. ročník	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		<ul style="list-style-type: none"> <li>• hlavní období je vyhrazeno zdokonalování osobních technik,</li> </ul>
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Tenis, karate:	Tenis:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, metod nácviku a výcviku, metod soutěže a herních situací tenistů.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně		Taktická příprava zdokonalování taktiky dvouhry, získávání informací.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		o prostředí, soupeři; modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a dovednosti; metody jejich rozvoje.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava, působení na psychickou odolnost tenistů, modelování speciálních herních situací se zátěží na psychiku tenistů.  Karate: <ul style="list-style-type: none"> <li>• schopnost realizovat vlastní vypracovaný taktický plán pro utkání na základě analýzy soupeře,</li> <li>• rozvoj metody ofenzivního boje,</li> <li>• diference taktického boje v soutěžích družstev a jednotlivců,</li> <li>• rozšíření schopností udržení vedení v zápase dokonale zajištěnou obranou v rámci pravidel,</li> <li>• nácvik pozorování soupeřů, hodnocení jejich kladů a záporů,</li> </ul>

Sportovní trénink	3. ročník	
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	<p>Tenis, karate:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Termínová listina.</p>
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	<p>Tenis, karate:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p>	<p>Tenis:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma. Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uvědomělé a ochotné překonávání obtíží vrcholového tréninku,</li> <li>• zvýšení úrovně volných vlastností úměrně se zvyšující namáhavosti tréninku,</li> <li>• prohlubování praktických i teoretických znalostí metod psychické autoregulace,</li> <li>• seznámení a praxe s metodami regulace předstartovních a startovních stavů,</li> </ul>
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		

Sportovní trénink	3. ročník	
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p> <p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p> <p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p> <p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p>	<p>Tenis:</p> <p>Speciální sportovní výstroj a výzbroj v dané sportovní specializaci – funkčnost, účelnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín, včetně pravidel fair play – nohejbal s tenisovým míčkem, florbal, hokej.</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kondiční testy - zjišťování aktuální kondiční přípravy formou kondičních testů</li> <li>• Vyrovnávací cvičení - speciální cvičení zaměřená na vyrovnávání svalové dysbalance</li> <li>• Zdravotně zaměřená cvičení - speciální posilovací cvičení pro zpevnění svalového korzetu, speciální protahovací cvičení Atletika - atletická rozcvička, sprinty, vytrvalý běh (přechodné a přípravné období)</li> <li>• Plavání - kondiční plavání, seznámení s jednotlivými plaveckými styly, nácvik závodního skoku v přechodném období</li> <li>• První pomoc při sportovních úrazech</li> </ul>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy.</p> <p>Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>

Sportovní trénink	3. ročník	
<p>aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti</p> <p>charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj zdravotní stav.</p> <p>Vybere z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem.</p> <p>Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Organismus, výkonnost, tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim.</p> <p>Herní činnosti jednotlivce prováděná v zátěži odpovídající věku a vyspělosti hráče v závislosti na období ročního tréninkového cyklu.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p> <p>Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační pohybové činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí.</p> <p>Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).</p> <p>Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (včetně pitného režimu).</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního tréninkového cyklu, rehabilitace.</p> <p>Regenerační pohybová činnost (jiná sportovní aktivita, strečink, kompenzační cvičení).</p> <p>Regenerace ve vodním prostředí.</p> <p>Regenerace tepelnými a světelnými prostředky.</p> <p>Automasáž.</p> <p>Osvojování doplňkových sportů a jejich pravidel (softbal, florbal, plavání, volejbal, „brach“, ringo, „fotbálek“, frisbee, ...).</p> <p>Rozhodování se v eticky problematických situacích.</p>
<p>ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy</p> <p>poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava.</p> <p>Taktická příprava pro řešení jednotlivých herních</p>

Sportovní trénink	3. ročník	
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	soutěžích.  Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon. Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje (podíl speciálních pohybových schopností a dovedností se zvyšuje na úkor všeobecných pohybových schopností a dovedností s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady /somatotyp/).	situací, získávání informací o soupeři a příprava jednotlivých systémů. Technická příprava: fáze motorického učení, nácviku; soutěživé metody. Tělesná příprava všeobecná a speciální.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Volejbal, fotbal:  Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.  Zvládá herní činnosti jednotlivce v herních podmínkách. Zvládá základní herní kombinace – spolupráce v útoku a v obraně, až po úplnou automatizaci. Řeší složitější herní kombinace až po základy jednodušších systémů.	Volejbal, fotbal:  Tělesná příprava: v závislosti na období ročního tréninkového cyklu se mění poměr všeobecné a speciální tělesné přípravy. Herní činnosti jednotlivce prováděné v zátěži odpovídající věku a vyspělosti hráče v závislosti na období ročního tréninkového cyklu. Sportovní dovednosti, tělesná zdatnost, sportovní výkon. Technická příprava: prohlubování individuálních činností s důrazem na detaily. Taktická příprava.
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách		
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně		
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	Volejbal, fotbal:  Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.  Ve spolupráci se smluvním klubem se účastní utkání v soutěžích.	Volejbal, fotbal:  Sportovní dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon. Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava.
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		

Sportovní trénink	3. ročník	
<p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p> <p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p> <p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí</p>	<p>Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů.</p> <p>Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	<p>Technická příprava, metody nácvičku a výcviku, metody soutěže.</p> <p>Taktická příprava.</p>
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky ve sportovním tréninku, případně soutěžích.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrociklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně (přechodné I a II přípravné I a II, soutěžní I a II a další „specializované“ mezocykly“), sportovní forma.</p> <p>Kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku a jeho dopad na sportovní výkonnost.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj: účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Pravidla sportů (dle specializace a tréninkové skupiny), soutěžní řád.</p> <p>Sportovní role.</p> <p>Aktivně jedná v duchu fair-play, respektuje a naplňuje olympijské myšlenky.</p> <p>Podřizuje se potřebám týmu a plní přidělené role, čímž přispívá k dobrému klimatu v týmu.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky.</p> <p>Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>

Sportovní trénink	3. ročník	
vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku.	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Volejbal, fotbal:	Volejbal, fotbal:
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití	Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.	Sportovní výstroj a výzbroj: účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku.
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování, je schopen diskutovat o problémech a hledat vhodná řešení. Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, doba v sezóně, podmínky v hale, apod.). Svými názory a zkušenostmi přispívá k přípravě tréninkových plánů.	Pravidla osvojovaných doplňkových sportů (softbal, florbal, plavání, volejbal, „brach“, ringo, „fotbálek“, frisbee, ...) a jejich disciplin.
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje	Usměřňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.	
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		

Sportovní trénink	4. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence k učení</li> </ul>	

Sportovní trénink	4. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	<p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p> <p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-skoky a víceboje), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím</p> <p>Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- skoky a víceboje) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.</p> <p>Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti skokana, vícebojaře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.</p>
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky</p>

Sportovní trénink	4. ročník	
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace.
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Zvládá a uplatňuje i náročnější a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace. Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (v optimální skladbě).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje.	- rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů	Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje-poměr speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností procentuelně narůstá oproti obecným pohybovým schopnostem a pohybovým dovednostem.	- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost - rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky skokanských disciplin, vrhačských disciplin, techniky běhu a nízkého startu a techniky překážkového běhu .Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy. Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava –

Sportovní trénink	4. ročník	
		působení na osobnost skokana, vícebojaře, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon. Využití metodických řad nácviku sprinterských, překážkářských, skokanských a vrhačských pohybových dovedností. Technika nízkého startu. Technika běhu: šlapavý způsob běhu, švihový způsob běhu. Technika a rychlost překážkového běhu. Technika a rozběh skokanských disciplin Technika vrhů a hodů
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.	
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících	Ovládá základní metodické řady.	
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	Skoky a víceboje:	Skoky a víceboje:
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje	Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.	Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon Atletická termínová listina.
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu	Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprinterských, skokanských a vrhačských disciplínách.	

Sportovní trénink	4. ročník	
<p>dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p> <p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p> <p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí</p>	<p>Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p> <p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p> <p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p> <p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí z toho závěry.</p> <p>Svými názory a zkušenostmi přispívá k tvorbě tréninkových plánů.</p> <p>Usměřňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.</p> <p>Ovládá pravidla atletiky.</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Skladba ročního tréninkového cyklu.</p> <p>Pravidla sportu.</p>
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní</p>	<p>Skoky a víceboje:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.</p> <p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost,</p>

Sportovní trénink	4. ročník	
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	doba, jednotlivá období tréninkového makrocyclo apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry. Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení. Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině. Orientuje se v pravidlech skoků a vícebojů.	finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – atletika, skoky a víceboje, včetně pravidel fair play.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Skoky a víceboje:  Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.  Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	Skoky a víceboje:  Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení		
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.  Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-sprinty a překážky), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se ST a zdravím. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- sprinty a překážky) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.  Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti sprintera, překážkáře – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s

Sportovní trénink	4. ročník	
		přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Sprinty a překážky:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Sprinty a překážky:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace .
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí.	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období).  Zvládá a uplatňuje i náročnější a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace. Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (v optimální skladbě).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně	- rozvoj síly: všeobecná a speciální odrazová síla. Bez zátěže, se zátěží

Sportovní trénink	4. ročník	
<p>provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje - poměr speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností procentuelně narůstá oproti obecným pohybovým schopnostem a pohybovým dovednostem.</p>	<p>- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost - rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost. Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky běhu a nízkého startu a techniky překážkového běhu – výběhu z bloků, náběhu na první překážku, přeběhu první překážky, běhu mezi překážkami, přeběhu překážek a doběhu do cíle. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.</p> <p>Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost sprintera, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.</p>
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p> <p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p> <p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p> <p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon. Využití metodických řad nácviku sprinterských a překážkářských pohybových dovedností. Technika výběhu z bloků. Technika běhu: šlapavý způsob běhu, švihový způsob běhu. Technika překážkového běhu.</p>

Sportovní trénink	4. ročník	
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p>	<p>Ovládá základní metodické řady.</p>	
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p> <p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p> <p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p> <p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí si z toho závěry Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny</p> <p>Používá vhodné sportovní vybavení.</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně.</p> <p>Sportovní výstroj a výzbroj v dané sportovní specializaci-účelnost, funkčnost, bezpečnost, fin.dostupnost a kvalita.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin včetně pravidel fair-play.</p>
<p>sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</p> <p>sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k</p>	<p>Sprinty a překážky:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Atletická termínová listina.</p>

Sportovní trénink	4. ročník	
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprintu a překážkách.	
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR	Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.	
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma. Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů. Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny.
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.	Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín – atletika, sprinty a překážky, včetně pravidel fair play.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrocyclo apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry. Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení. Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině. Orientuje se v pravidlech sprintu a překážek.	
	Svými názory a zkušenostmi přispívá k přípravě tréninkových plánů. Usměrnjuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.	
	Ovládá pravidla atletiky.	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého	Sprinty a překážky:	Sprinty a překážky:

Sportovní trénink	4. ročník	
rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.	Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-běhy) a pohybová zátěž.
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Vybere z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.	Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika-běhy) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady.	Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti běžce – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Únava, regenerace, relaxace a její prostředky v rámci jednotlivých období ročního cyklu, typy masáží, rehabilitace.
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Zvládá a uplatňuje i náročnější a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (v optimální skladbě).	

Sportovní trénink	4. ročník	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje psychické, taktické, technické, kondiční faktory sportovního výkonu v přípravě a soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje - poměr speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností procentuelně narůstá oproti obecným pohybovým schopnostem a pohybovým dovednostem.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost, tempová rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		- rozvoj síly: všeobecná a speciální odrazová síla. Bez zátěže, se zátěží
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		- rozvoj vytrvalosti: Speciální tempo, tempová vytrvalost, anaerobní práh, obecná vytrvalost.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky běhu a startu a techniky překážkového běhu – přeběhu překážek, běhu mezi překážkami, přeběhu vodního příkopu. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy.
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své	Taktická příprava – osvojení citu taktiku pro závodění se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací
		Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost běžce, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.
		Běhy na střední a dlouhé tratě:
		Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Využití metodických řad nácviku běžeckých

Sportovní trénink	4. ročník	
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	individuální předpoklady.  Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení ovládá základní metodické řady.	pohybových dovedností. Technika běhu. Technika překážkového běhu (pro překážkový běh).
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.  Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů v běžích na střední a dlouhé tratě. Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Sportovní dovednosti a sportovní výkon Atletická termínová listina.
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		

Sportovní trénink	4. ročník	
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky ve sportovním tréninku, případně soutěžích.	Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku.
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodné sportovní vybavení.	Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Orientuje se v pravidlech běžeckých disciplín. ovládá pravidla atletiky Spolupracuje při plánování počtu startů s ohledem na vrcholy sezóny. Ovládá pravidla atletiky.	Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín – atletika, běhy.
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Běhy na střední a dlouhé tratě:	Běhy na střední a dlouhé tratě:
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití	Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.  Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.	Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Skladba ročního tréninkového cyklu. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy.
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží	Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, doba v sezóně apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.	
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje	Svými názory a zkušenostmi přispívá k přípravě tréninkových plánů.	
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití	Usměřňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specifikaci i zdravého	Běhy na střední a dlouhé tratě:  Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky

Sportovní trénink	4. ročník	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.	výživy, nedovolené prostředky. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (atletika-vrhy a hody), tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím. Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (atletika- vrhy a hody) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti skokana, vícebojaře – mění se s ohledem na věkovou zákonitost (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků. Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vyberá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkovou zákonitost, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Hody a vrhy: Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační činnosti,	Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu, rehabilitace.
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch		

Sportovní trénink	4. ročník	
sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	střídání pohybových činností a využití vodního prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období). Zvládá a uplatňuje i náročnější a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace. Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (v optimální skladbě).	
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Hody a vrhy:	Hody a vrhy:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon.	- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a maximální rychlost.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Sportovní výkon zvládá na základě převážně všeobecných pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje - poměr speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností procentuelně narůstá oproti obecným pohybovým schopnostem a pohybovým dovednostem.	- rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		- rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost. Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky především vrhačských disciplin, ale i techniky sprinterských a skokanských disciplin v rámci všestranného pojetí přípravy ..Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy. Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.

Sportovní trénink	4. ročník	
		Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost vrhače, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.
<p>připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení</p> <p>respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva</p> <p>respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech</p> <p>respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících</p> <p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení.</p> <p>Ovládá základní metodické řady.</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Využití metodických řad nácvičku vrhačských pohybových dovedností, ale i sprinterských a skokanských pohybových dovedností.</p> <p>Technika vrhů a hodů.</p> <p>Technika běhu.</p> <p>Technika sprintu a překážek.</p> <p>Technika a rozběh skokanských disciplín.</p>
<p>sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</p> <p>sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží. Zvládá potřebné pohybové dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve vrhačských disciplínách.</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Atletická termínová listina.</p>

Sportovní trénink	4. ročník	
<p>dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p> <p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p> <p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí</p>	<p>Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití</p> <p>užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží</p> <p>volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje</p> <p>vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů na své výkony a vyvodí z toho závěry</p> <p>Svými názory a zkušenostmi přispívá k tvorbě tréninkových plánů</p> <p>Usměrňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Skladba ročního tréninkového cyklu. Pravidla sportu.</p>
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní</p>	<p>Hody a vrhy:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.</p> <p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost,</p>

Sportovní trénink	4. ročník	
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	doba, jednotlivá období tréninkového makrociklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry. Orientuje se v plánu startů směrem k vrcholům sezóny. Používá vhodného sportovního vybavení. Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině. Orientuje se v pravidlech skoků a vícebojů. Ovládá pravidla atletiky.	finanční dostupnost a kvalita. Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – atletika, vrhy a hody, včetně pravidel fair play.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Hody a vrhy:  Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.  Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	Hody a vrhy:  Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životaspráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení		
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Moderní gymnastika:  Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.  Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	Moderní gymnastika:  Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (moderní gymnastika), tréninková zátěž a zdraví. Rozvoj pohybových schopností moderní gymnastky a zdokonalování pohybových dovedností. Zařazování různých tréninkových prostředků ke zdokonalování těchto pohybových schopností s ohledem na věkové zvláštnosti jednotlivce. Aktuální trénovanost a její rozvoj s narůstajícím zařazováním speciálních tréninkových prostředků a s přibývajícím věkem Volba vhodných tréninkových prostředků s ohledem na zdravotní stav.
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		

Sportovní trénink	4. ročník	
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Osvojuje si zásady správné výživy v moderní gymnastice.</p> <p>Seznamuje se s doplňkovou výživou při tréninku, soutěži.</p> <p>Individuální řešení osobních zvláštností jedince – vztah somatotyp x výživa – sestavuje jídelníček spolu s trenérem - dodržuje pitný režim.</p> <p>Odmítá nedovolené podpůrné prostředky a sleduje aktualizace zakázaných prostředků.</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce; doplňky výživy; nedovolené prostředky; individuální pohybový režim, jeho organizace v souladu se sportovním tréninkem a zdravím - denní režim, zdravý životní styl</p>
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení		
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví , některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p> <p>Zvládá a uplatňuje i náročnější regenerační a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace.</p> <p>Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (včetně pitného režimu).</p> <p>Doplňková výživa.</p> <p>Psychická a duševní relaxace (využití relaxační hudby).</p>	<p>Moderní gymnastika:</p> <p>Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v různých obdobích ročního cyklu. Rehabilitace.</p> <p>Krátkodobá regenerace v průběhu tréninkové jednotky.</p> <p>Regenerace jinou pohybovou činností-jóga, overbally - techniky Pilates , strečink.</p> <p>Kompenzační cvičení především zádových partií</p> <p>Regenerace ve vodním prostředí.</p> <p>Doplňkové sporty - regenerační plavání, automasáže, masáže.</p>
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity		
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:

Sportovní trénink	4. ročník	
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Všeobecná tělesná příprava –rozvoj jednotlivých pohybových schopností- síla, rychlost, vytrvalost, obratnost.
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Sportovní výkon zvládá na základě zdokonalování všeobecných a speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností a metod jejich rozvoje (podíl speciálních pohybových dovedností a schopností převažuje nad všeobecnými pohybovými schopnostmi a dovednostmi).	- speciální gymnastická průpravná cvičení- rozsahová cvičení –zvyšování kloubní pohyblivosti, rozvoj ohebnosti.
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		- baletní průprava Technická příprava - fáze motorického učení s využitím metod seznámení se s pohybovou činností ,metod nácviku a výcviku,metod soutěže, nácvik a zdokonalování techniky těla a náčiní, automatizace zvládnutých pohybů jejich častým opakováním
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		Technická příprava - fáze motorického učení s využitím metod seznámení se s pohybovou činností ,metod nácviku a výcviku,metod soutěže, nácvik a zdokonalování techniky těla a náčiní, automatizace zvládnutých pohybů jejich častým opakováním
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		Taktická příprava- V moderní gymnastice vytváření modelových situací-kontrolní tréninky v soutěžním oblečení ( i před diváky), Získávání informací soutěžním prostředím
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		Řešení soutěžních situací ( nízký strop v soutěžní hale) - ve společných skladbách schopnost zastupovat jeden druhého - seznámení se s časovým průběhem soutěže – schopnost „hospodařit „ se silami v průběhu dlouhé soutěže Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava - dlouhodobé působení na osobnost gymnastky a psychologická příprava na soutěž -individuální přístup při regulaci aktuálního psychického stavu -zvládání stresových situací, sebeovládání - vztah k trenérovi, vzájemná důvěra.
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v	Sportovní dovednosti,tělesná zdatnost a jejich rozvoj. Technická příprava cvičení bez náčiní a nácvik prvků

Sportovní trénink	4. ročník	
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	soutěžích.  Zvládá techniku cvičení bez náčiní a s přechodem do seniorské kategorie rozšiřuje škálu zvládnutých prvků obtížnosti a orientuje se v hodnotách jejich obtížnosti. Zdokonaluje baletní techniku a je schopen pohybové improvizace. Zvládá techniku všech náčiní a zdokonaluje se v artistice a ve spojení techniky náčiní s prvky obtížnosti, orientuje se v hodnotách prvků artistiky. Usiluje o sebezdokonalování pohybových dovedností a schopností a zaměřuje se na individuálních nedostatků. Zvládá základní metodické řady nácviku prvků bez náčiní, akrobacie a techniky náčiní.	obtížnosti ( skoky, rovnováhy, obraty, ohebnosti) - baletní technika na volnosti a u opory jako základ prvků obtížnosti - technická příprava cvičení s náčiním - pohybová improvizace bez náčiní i s náčiním s využitím hudebního doprovodu - základní akrobatické prvky ( kotouly, přemety, převaly) , práce s náčiním v akrobatických prvcích.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Moderní gymnastika:  Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.  Ve spolupráci s klubem, resp. SCM se zúčastňuje mistrovských i nemistrovských soutěží, případně zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů v moderní gymnastice v kategoriích I. výkonnostní třídy, mistrovské třídy (resp. dorostenek). Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních výběrů , případně reprezentačních družstev.	Moderní gymnastika:  Pohybové dovednosti a sportovní výkon, tělesná zdatnost. Všeobecná tělesná příprava zaměřená na jednotlivé pohybové schopnosti a dovednosti a metody jejich rozvoje. Speciální tělesná příprava (baletní průprava, technika jednotlivých náčiní, technika bez náčiní) a metody rozvoje pohybových schopností a dovedností. Psychologická příprava (motivace, příklad a vzor). Taktická příprava.
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpurných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpurným prostředkům		
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		

Sportovní trénink	4. ročník	
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Plánování a řízení sportovního tréninku; typy tréninkových plánů Roční tréninkový cyklus a jeho období Kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku a jeho dopad na sportovní výkonnost Sportovní forma - tréninkový deník a tréninková evidence Sportovec a jeho sociální role ve skupině-role kapitána, vůdčí osobnost, tolerance a respekt, typ a osobnost trenéra - samostatné vedení části tréninkové jednotky Sociální skupina Pravidla moderní gymnastiky, od 3. roč. samostatný zápis volné sestavy do oficiálních soutěžních formulářů Samostatná tvorba volné sestavy bez náčiní (1.roč), s náčiním (od 2. roč.) dle pravidel MG na vhodný hudební doprovod.
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	Aktivně se podílí na přípravě tréninkových plánů na základě svých zkušeností a poznatků. Spolupracuje při plánu počtu startů na soutěžích.	
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Plně ovládá pravidla moderní gymnastiky - schopnost podílet se na vedení tréninku.	
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Moderní gymnastika:	Moderní gymnastika:
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití	Respektuje vnější faktory ovlivňující výkonnost.  Analyzuje vnější faktory a přizpůsobuje svoji sportovní činnost na základě předchozích zkušeností s dopadem těchto vnějších faktorů na svoji výkonnost.	Sportovní oblečení, náčiní - jeho kvalita, finanční dostupnost, funkčnost Životospráva a zdravý životní styl, denní režim. Pohybová improvizace s náčiním v méně vyhovujícím sportovním prostředí (výška stropu, nevhodná podlaha, klimatizace menší prostor apod.) Příprava na výkon v časové tísni ( příprava a rozcvičování před soutěží).
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		

Sportovní trénink	4. ročník	
<p>aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti</p> <p>charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku</p> <p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>	<p>Plavání:</p> <p>Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.</p> <p>Vybírá z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody.</p> <p>Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem.</p> <p>Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkové zákonitosti, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci (plavání), tréninková zátěž a zdraví.</p> <p>Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám sportovce ve vybrané sportovní specializaci (plavání) – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti.</p> <p>Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti plavce – mění se s ohledem na věkové zákonitosti (kalendářní a biologický věk) a aktuální trénovanost – s narůstající trénovaností a s přibývajícím věkem více zařazováno speciálních tréninkových prostředků.</p> <p>Použití vhodných tréninkových prostředků závisí na aktuálním zdravotním stavu.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p>	<p>Plavání:</p> <p>Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.</p> <p>Zvládá a uplatňuje i náročnější a relaxační techniky a způsoby duševní relaxace.</p> <p>Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (v optimální skladbě).</p>	<p>Plavání:</p> <p>Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního cyklu, rehabilitace.</p>
<p>ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy</p> <p>poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách</p> <p>posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně</p>	<p>Plavání:</p> <p>Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.</p> <p>Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a</p>	<p>Plavání:</p> <p>Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti a metody jejich rozvoje.</p> <p>- rozvoj rychlosti: metoda nepřímého rozvoje, přímá metoda. Rychlost reakce, akcelerační rychlost a</p>

Sportovní trénink	4. ročník	
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje - poměr speciálních pohybových schopností a pohybových dovedností procentuelně narůstá oproti obecným pohybovým schopnostem a pohybovým dovednostem.	maximální rychlost.
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		- rozvoj síly: všeobecná a speciální síla. Bez zátěže, se zátěží. Ve vodě a na suchu.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		- rozvoj obratnosti: koordinace, pohyblivost - rozvoj vytrvalosti: Rychlostní vytrvalost, speciální vytrvalost, tempová vytrvalost, obecná vytrvalost. Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácvik a neustálé zdokonalování techniky plavání všech plaveckých způsobů, startů a obrátek. Objem prostředků technické přípravy musí odpovídat celkovému tréninkovému objemu vzhledem k etapě sportovní přípravy. Taktická příprava – osvojení citu pro rychlost a rytmus se zaměřením na plnění taktického plánu, získávání informací o prostředí, soupeři, modelovaný trénink, řešení soutěžních situací. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava – působení na osobnost plavce, modelování tréninkové a závodní činnosti a regulace aktuálního psychického stavu.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Plavání:	Plavání:
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.	Sportovní dovednosti, tělesná příprava a sportovní výkon
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení. Ovládá základní metodické řady.	Využití metodických řad nácviku plaveckých pohybových dovedností. Technika startů. Technika plavání. Technika obrátek.
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		

Sportovní trénink	4. ročník	
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	<p>Plavání:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p> <p>Respektuje a přizpůsobuje se vlivu vnějších faktorů na sportovní výkon</p> <p>Analyzuje vnější faktory a přizpůsobuje svou sportovní činnost na základě předchozích zkušeností s dopadem těchto vnějších faktorů na svoji výkonnost.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Sportovní oblečení, náčiní – kvalita, funkčnost, finanční dostupnost. Příprava na výkon za ztížených podmínek.</p> <p>Pravidla.</p>
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití		
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	<p>Plavání:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p> <p>Ve spolupráci s oddíly a kluby se účastní závodů a soutěží.</p> <p>Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů ve sprintu a</p>	<p>Plavání:</p> <p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Termínová listina.</p>
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu		

Sportovní trénink	4. ročník	
<p>dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p> <p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p> <p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí</p>	<p>překážkách. Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.</p>	
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Plavání:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p> <p>Svými názory a zkušenostmi přispívá k přípravě tréninkových plánů.</p> <p>Usměřňuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.</p> <p>Spolupracuje při plánování počtu startů s ohledem na vrcholy sezóny.</p> <p>Používá vhodného sportovního vybavení.</p> <p>Podílí se na vytváření jednotlivých sportovních rolí v tréninkové skupině.</p> <p>Ovládá pravidla plavání.</p>	<p>Plavání:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma.</p> <p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj v dané sportovní specializaci – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Sportovec a sociální skupina – sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce, typy trenérů a jejich osobnost, věkové a individuální zvláštnosti jednotlivých členů skupiny.</p> <p>Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplin – plavání, včetně pravidel fair play.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p>	<p>Plavání:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim,</p>	<p>Plavání:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>

Sportovní trénink	4. ročník	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy. Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Tenis, karate:  Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav.	Tenis:  Rozvoj pohybových schopností a jejich využití ve vztahu k potřebám tenistů – rychlostní, silové, obratnostní a vytrvalostní pohybové schopnosti. Tréninkové prostředky rozvíjející pohybové schopnosti tenisty – mění se s ohledem na věkové závislosti a aktuální trénovanost. Organismus, výkonnost ve vybrané sportovní specializaci, tréninková zátěž a zdraví. Další moderní a netradiční pohybové činnosti (činnosti jsou zařazovány podle podmínek školy a zájmu žáků).  Karate:  • všestranný rozvoj pohybových schopností, zvláštní důraz na rozvoj síly, • kondiční příprava respektuje charakter osobních technik,
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Tenis, karate:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	Tenis, karate:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního cyklu, rehabilitace
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity		
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		

Sportovní trénink	4. ročník	
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	<p>Tenis, karate:</p> <p>Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady.</p>	<p>Tenis:</p> <p>Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon.</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• cuki a geri waza dle charakteru osobních technik,</li> <li>• rozvoj silové vytrvalosti v randori,</li> <li>• rozšíření počtu pohybových návyků dle potřeb osobních technik,</li> <li>• v etapě výkonnostního tréninku se podíl jednotlivých složek přípravy mění dle roční periodizace,</li> <li>• nácvik nových technik a studium Kat je zařazován do přípravného období,</li> <li>• hlavní období je vyhrazeno zdokonalování osobních technik,</li> </ul>
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva		
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech		
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	<p>Tenis, karate:</p> <p>Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.</p>	<p>Tenis:</p> <p>Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, metod nácviku a výcviku, metod soutěže a herních situací tenistů.</p> <p>Taktická příprava zdokonalování taktiky dvouhry, získávání informací.</p> <p>o prostředí, soupeři; modelovaný trénink, řešení soutěžních situací.</p> <p>Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti.</p>
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách		
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně		
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci		
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů		

Sportovní trénink	4. ročník	
<p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>		<p>a dovednosti; metody jejich rozvoje. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava, působení na psychickou odolnost tenistů, modelování speciálních herních situací se zátěží na psychiku tenistů.”</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• schopnost realizovat vlastní vypracovaný taktický plán pro utkání na základě analýzy soupeře,</li> <li>• rozvoj dalších taktických variant k dosažení maximálně ofenzivního moderního pojetí boje,</li> <li>• difference taktického boje v soutěžích družstev a jednotlivců,</li> <li>• osvojení metod bezpečného zisku minimálního vedení,</li> <li>• rozšíření schopností udržení vedení v zápase dokonale zajištěnou obranou v rámci pravidel,</li> <li>• nácvik pozorování soupeřů, hodnocení jejich kladů a záporů,</li> </ul>
<p>sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.</p>	<p>Tenis:</p> <p>Sportovní dovednosti a sportovní výkon. Termínová listina.</p> <p>Karate:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uvědomělé a ochotné překonávání obtíží vrcholového tréninku,</li> <li>• zvýšení úrovně volných vlastností úměrně se zvyšující namáhavosti tréninku,</li> <li>• prohlubování praktických i teoretických znalostí metod psychické autoregulace,</li> </ul>
<p>sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje</p>		
<p>spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav</p>		
<p>svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR</p>		

Sportovní trénink	4. ročník	
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		<ul style="list-style-type: none"> <li>• seznámení a praxe s metodami regulace předstartovních a startovních stavů,</li> <li>• příprava na významné turnaje a konkrétní soupeře metodou ideomotorického tréninku,</li> </ul>
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí	<p>Tenis, karate:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.</p>	<p>Tenis, karate:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně, sportovní forma. Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů.</p>
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně		
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost	Tenis, karate:	Tenis:
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití	Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.	Speciální sportovní výstroj a výzbroj v dané sportovní specializaci – funkčnost, účelnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita. Pravidla osvojovaných sportů a jejich disciplín, včetně pravidel fair play – nohejbal s tenisovým míčkem, florbal, hokej.
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		Karate:
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kondiční testy - zjišťování aktuální kondiční přípravy formou kondičních testů</li> <li>• Vyrovnávací cvičení - speciální cvičení zaměřená na vyrovnávání svalové dysbalance</li> <li>• Zdravotně zaměřená cvičení - speciální posilovací cvičení pro zpevnění svalového korzetu, speciální protahovací cvičení Atletika - atletická rozcvička, sprinty, vytrvalý běh (přechodné a přípravné období)</li> </ul>
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		

Sportovní trénink	4. ročník	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plavání - kondiční plavání, seznámení s jednotlivými plaveckými styly, nácvik závodního skoku v přechodném období</li> <li>• První pomoc při sportovních úrazech</li> </ul>
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Tenis, karate:  Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.	Tenis:  Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky. Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Spolupracuje na tvorbě jídelníčku. Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim. Používá doplňky výživy.	
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení	Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.	
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Volejbal, fotbal:	Volejbal, fotbal:
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj zdravotní stav.	Organismus, výkonnost, tréninková zátěž a zdraví. Individuální pohybový režim.
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav	Vybere z nabídky vhodné tréninkové prostředky a tréninkové metody. Zařazuje kondiční činnosti v souladu s tréninkovým plánem. Volí vhodné tréninkové prostředky s ohledem na věkovou zákonitost, individuální předpoklady a aktuální zdravotní stav.	Herní činnosti jednotlivce prováděná v zátěži odpovídající věku a vyspělosti hráče v závislosti na období ročního tréninkového cyklu.
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě	Volejbal, fotbal:  Využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch	Volejbal, fotbal:  Únava, relaxační a regenerační postupy, prostředky regenerace v rámci jednotlivých období ročního

Sportovní trénink	4. ročník	
organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity	sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně.	tréninkového cyklu, rehabilitace. Regenerační pohybová činnost (jiná sportovní aktivita, strečink, kompenzační cvičení).
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Zvládá a samostatně uplatňuje základní regenerační a relaxační techniky založené na kompenzační pohybové činnosti, střídání pohybových činností a využití vodního prostředí. Věnuje pozornost poměru mezi zatížením a zotavením v každé tréninkové jednotce (v rámci tréninkového období). Sleduje vztah mezi tréninkem a rytmem příjmu potravy (včetně pitného režimu).	Regenerace ve vodním prostředí. Regenerace tepelnými a světelnými prostředky. Automasáž. Osvojování doplňkových sportů a jejich pravidel (softbal, florbal, plavání, volejbal, „brach“, ringo, „fotbálek“, frisbee, ...). Rozhodování se v eticky problematických situacích.
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Volejbal, fotbal:	Volejbal, fotbal:
poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách	Zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích.	Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava. Taktická příprava pro řešení jednotlivých herních situací, získávání informací o soupeři a příprava jednotlivých systémů.
posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon. Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje (podíl speciálních pohybových schopností a dovedností se zvyšuje na úkor všeobecných pohybových schopností a dovedností s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady /somatotyp/).	Technická příprava: fáze motorického učení, nácviku; soutěživé metody. Tělesná příprava všeobecná a speciální.
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon. Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje (podíl speciálních pohybových schopností a dovedností se zvyšuje na úkor všeobecných pohybových schopností a dovedností s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady /somatotyp/).	Technická příprava: fáze motorického učení, nácviku; soutěživé metody. Tělesná příprava všeobecná a speciální.
provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon. Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje (podíl speciálních pohybových schopností a dovedností se zvyšuje na úkor všeobecných pohybových schopností a dovedností s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady /somatotyp/).	Technická příprava: fáze motorického učení, nácviku; soutěživé metody. Tělesná příprava všeobecná a speciální.
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích	Realizuje sportovní výkon s využitím všech faktorů ovlivňujících sportovní výkon. Sportovní výkon zvládá na základě všeobecných a speciálních pohybových schopností, pohybových dovedností a metod jejich rozvoje (podíl speciálních pohybových schopností a dovedností se zvyšuje na úkor všeobecných pohybových schopností a dovedností s ohledem na věkové zákonitosti a individuální předpoklady /somatotyp/).	Technická příprava: fáze motorického učení, nácviku; soutěživé metody. Tělesná příprava všeobecná a speciální.
připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení	Volejbal, fotbal:	Volejbal, fotbal:
respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své	Tělesná příprava: v závislosti na období ročního tréninkového cyklu se mění poměr všeobecné a speciální tělesné přípravy.

Sportovní trénink	4. ročník	
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech	individuální předpoklady.  Zvládá herní činnosti jednotlivce v herních podmínkách. Zvládá základní herní kombinace – spolupráce v útoku a v obraně, až po úplnou automatizaci. Řeší složitější herní kombinace až po základy jednodušších systémů.	Herní činnosti jednotlivce prováděné v zátěži odpovídající věku a vyspělosti hráče v závislosti na období ročního tréninkového cyklu. Sportovní dovednosti, tělesná zdatnost, sportovní výkon. Technická příprava: prohlubování individuálních činností s důrazem na detaily. Taktická příprava.
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících		
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady		
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům	Volejbal, fotbal:  Svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR.  Ve spolupráci se smluvním klubem se účastní utkání v soutěžích.  Zvládá potřebné sportovní dovednosti k dosažení maximálních sportovních výkonů. Vlastní motivací dosahuje zařazení do regionálních případně reprezentačních výběrů.	Volejbal, fotbal:  Sportovní dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon. Všeobecná a speciální tělesná příprava se zaměřením na jednotlivé pohybové schopnosti. Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava. Technická příprava, metody nácviku a výcviku, metody soutěže. Taktická příprava.
sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje		
spoluorganizuje a prakticky naplňuje svůj pohybový režim podle podmínek ročního tréninkového cyklu dané sportovní specializace a s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav		
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR		
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí		

Sportovní trénink	4. ročník	
<p>uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích</p> <p>využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně</p> <p>využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci</p> <p>zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Uplatňuje osvojené poznatky ve sportovním tréninku, případně soutěžích.</p> <p>Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování.</p> <p>Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, jednotlivá období tréninkového makrociklu apod.) na své výkony a vyvodí si z toho závěry.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Charakteristika ročního tréninkového cyklu podle počtu vrcholů v sezóně (přechodné I a II přípravné I a II, soutěžní I a II a další „specializované“ mezocykly“), sportovní forma.</p> <p>Kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku a jeho dopad na sportovní výkonnost.</p> <p>Sportovní výzbroj a výstroj: účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Pravidla sportů (dle specializace a tréninkové skupiny), soutěžní řád.</p> <p>Sportovní role.</p> <p>Aktivně jedná v duchu fair-play, respektuje a naplňuje olympijské myšlenky.</p> <p>Podřizuje se potřebám týmu a plní přidělené role, čímž přispívá k dobrému klimatu v týmu.</p>
<p>objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady</p> <p>zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě.</p> <p>Spolupracuje na tvorbě jídelníčku.</p> <p>Dodržuje pitný režim, správné stravovací návyky a denní režim.</p> <p>Používá doplňky výživy.</p> <p>Odmítá nedovolené podpůrné prostředky.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky.</p> <p>Životospráva – strava, zdravý životní styl, biorytmy, denní režim.</p>
<p>respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost</p> <p>usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost.</p>	<p>Volejbal, fotbal:</p> <p>Sportovní výstroj a výzbroj: účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita.</p> <p>Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování</p>

Sportovní trénink	4. ročník	
orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití	Spolupracuje na přípravě tréninkového plánu a jeho vyhodnocování, je schopen diskutovat o problémech a hledat vhodná řešení. Odvodí závislost vnějších faktorů (zdravotní stav, denní doba, doba v sezóně, podmínky v hale, apod.). Svými názory a zkušenostmi přispívá k přípravě tréninkových plánů. Usměrnjuje svou sportovní činnost podle zkušeností s dopadem vnějších vlivů na svou výkonnost.	sportovního tréninku. Pravidla osvojovaných doplňkových sportů (softbal, florbal, plavání, volejbal, „brach“, ringo, „fotbálek“, frisbee, ...) a jejich disciplin.
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje		
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		

## 5.13 Teorie sportovní přípravy

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
1	1	1	2	5
Povinný	Povinný	Povinný	Povinný	

Název předmětu	Teorie sportovní přípravy
Oblast	Člověk, sport a zdraví

Název předmětu	Teorie sportovní přípravy
Charakteristika předmětu	Na GSP klademe důraz na všechny složky oboru tělesné kultury. Této problematice se u nás věnuje také Teorie sportovní přípravy, která zabezpečuje především teoretickou část. Stěžejním předmětem praktické části je Sportovní trénink. Spojením náplně těchto předmětů vzniká žákům možnost proniknout do značné hloubky této problematiky a dosahovat co možná nejlepších výkonů ve svém sportovním odvětví.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	<p>Vzdělávací obsah Teorie sportovní přípravy vychází ze vzdělávací oblasti Výchova ke zdraví a Sportovní trénink.</p> <p>Teorie sportovní přípravy je profilovým předmětem našeho gymnázia, jeho cílem je orientace v problematice sportovního tréninku, historie TK, fyziologie sportu, pedagogika sportu, psychologie sportu, biologie člověka.</p> <p>Rozvíjí znalosti odmítat škodlivé látky, předcházet úrazům a čelit ohrožení v mimořádných situacích. Teoretické poznatky nabyté v teorii sportovní přípravy jsou využívány při tréninkové a závodní činnosti. Ve čtvrtém ročníku zpracovávají studenti Prezentaci dle zadaného tématu. Předmět teorie sportovní přípravy se vyučuje v každém ze čtyř ročníků v 1. až 3. ročníku s jednohodinovou dotací a ve 4. ročníku s dvouhodinovou dotací. Výuka probíhá učebně s interaktivní tabulí v třídním kolektivu.</p>
Integrace předmětů	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Výchova ke zdraví</li> <li>• Sportovní trénink</li> <li>• Tělesná výchova</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• učitel navozováním problémů zapojuje žáky do získávání informací a hledání odpovědí na ně.</li> <li>• učitel vytváří příležitosti pro prezentaci znalostí a dovedností žáků.</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• učitel navozuje žákům problémové situace, jež žáci řeší na základě již osvojených znalostí.</li> <li>• učitel vede žáky k tomu, aby k řešení problému docházeli: <ul style="list-style-type: none"> <li>-vzájemnou spoluprací</li> <li>-využitím zkušeností z jiných předmětů</li> <li>-dlouhodobějším sledováním dané problematiky</li> </ul> </li> <li>• učitel zapojuje žáky do týmové spolupráce při řešení nově vzniklých situací</li> </ul>
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• učitel řízenou diskusí přivádí žáky k otázkám, problémům a zajímavostem a ti se snaží formulovat jejich řešení a odpovědi</li> </ul>

Název předmětu	Teorie sportovní přípravy
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• učitel podporuje zájem žáků při organizaci sportovních akcí, tím je vede k samostatnosti a zodpovědnosti za výsledek pořádané akce.</li> </ul> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• učitel motivuje žáka k jeho rozvíjení osobního a odborného potenciálu, k rozpoznávání a využívání příležitostí pro jeho rozvoj v osobním a profesním životě</li> <li>• učitel podporuje u žáka proaktivní přístup, vlastní iniciativu a tvořivost, vítá a podporuje inovace</li> <li>• učitel motivuje žáka ke kritickému hodnocení rizik souvisejících s rozhodováním v reálných životních situacích</li> <li>• učitel vede žáka k pochopení podstaty a principů podnikání, ke zvažování jeho možných rizik, k vyhledávání a kritickému posuzování příležitostí k uskutečnění podnikatelského záměru s ohledem na jeho předpoklady, realitu tržního prostředí a další faktory</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému a zodpovědnému využívání digitálních technologií při získávání, zpracování a prezentaci informací z oblasti sportovní přípravy</li> <li>• učíme žáky efektivně vyhledávat a ověřovat odborné informace s využitím moderních digitálních nástrojů, včetně umělé inteligence, a posuzovat jejich důvěryhodnost a relevanci</li> <li>• podporujeme žáky v práci s digitálními zdroji a databázemi zaměřenými na sportovní trénink, výživu, regeneraci a fyziologii člověka</li> <li>• vedeme žáky k využívání digitálních technologií pro tvorbu přehledů, grafů a prezentací zpracovávajících data získaná při tréninku nebo studiu odborné literatury</li> <li>• v závěrečném ročníku vedeme žáky k samostatné tvorbě a demonstraci digitální prezentace na určené téma z oblasti sportovní přípravy, s důrazem na odborné zpracování a vizuální kvalitu výstupu</li> </ul> <p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k pochopení společenského významu sportu a jeho role při utváření hodnot, kultury a identity moderní společnosti</li> <li>• učíme žáky respektovat zásady fair play, uznávat soupeře a chovat se čestně v soutěžním i tréninkovém prostředí</li> </ul>

Název předmětu	Teorie sportovní přípravy
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k přijetí odpovědnosti za vlastní chování, dodržování pravidel a aktivnímu přístupu k vytváření pozitivní sportovní atmosféry</li> <li>• podporujeme žáky v uvědomění si významu etiky, zdravého životního stylu a prevence rizikového chování (např. doping, manipulace s výsledky, neetické reklamy)</li> <li>• učíme žáky vnímat sport jako prostředek spolupráce, solidarity a občanské angažovanosti – například při dobrovolnických aktivitách, školních či veřejných sportovních akcích</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	V každém pololetí žák obdrží minimálně dvě známky.

Teorie sportovní přípravy	1. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence digitální</li> <li>• Kompetence občanská</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
rozhodne, jak se odpovědně chovat při konkrétní mimořádné události	Uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí, upraví pohybovou činnost dle aktuálních možností. Respektuje zásady pohybových činností.	Tréninková jednotka a její skladba. Návaznost rozcvičování jednotlivých partií těla příprava organismu na zátěž. Specifika rozcvičení u jednotlivých sportů. Specifika různých sportovišť.
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích		
respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících	Respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících.	Věkové zákonitosti vývoje (6-30 let věku) Mladší školní věk Starší školní věk Adolescence Dospělost
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Aktivně naplňuje olympijské myšlenky, prosazuje fair play, orientuje se v historii tělesné kultury. Sleduje úspěchy našich sportovců na významných	Starověké OH TK nejstarších civilizací TC starověkých civilizací (Řecko, Řím)

Teorie sportovní přípravy	1. ročník	
	mezinárodních akcích na pozadí nejdůležitějších historických sportovních událostí.	TC ve středověku TC v období renesance a humanismu Tělesná kultura v ČR – Sokol, Orel, DTJ Počátky sportu a turistiky v českých zemích Německý, anglický a švédský TV systém 19. století Úspěchy našeho sportu na pozadí nejdůležitějších historických sportovních událostí
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě usiluje o pozitivní změny ve svém životě související s vlastním zdravím a zdravím druhých	Využívá nové poznatky z oblasti výživy a pitného režimu.	Výživa, pitný a stravovací režim sportovce, doplňky výživy, nedovolené prostředky Zdravá výživa – specifické potřeby výživy podle věku, zdravotního stavu Výživa a pitný režim sportovce (doplňková výživa, chyby ve výživovém programu)
objasní zásady správné výživy v návaznosti na potřeby výkonnosti v dané sportovní specializaci i zdravého rozvoje organismu a aktivně je uplatňuje ve své sportovní přípravě rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu zařazuje do denního režimu osvojené způsoby relaxace; v zátěžových situacích uplatňuje osvojené způsoby regenerace	Orientuje se v základních pojmech sportovního tréninku Charakterizuje problematiku RTC, zná problematiku fázování SF	Sportovní trénink - základní pojmy - pohybové schopnosti (definice, členění, druhy) - pohybové dovednosti (zákl. pojmy techniky, členění, druhy) Typologie sportů Trénovanost a sportovní forma Dlouhodobá koncepce ST (etapy, cykly, trén. Jednotka)
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		

Teorie sportovní přípravy	2. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence digitální</li> <li>● Kompetence občanská</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Používá základní znalosti o obecných a speciálních pohybových schopnostech a faktorech sportovního výkonu	Sportovní výkon, výkonnost Složky sportovního tréninku -pohybové schopnosti – metody rozvoje dělení, individuální zvláštnosti, trénovatelnost - senzitivní období pro optimální rozvoj obecných a speciálních pohybových schopností Zvláštnosti tréninku dětí
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Využívá znalostí o pohybových dovednostech a svých individuálních dovednostech k dosahování co nejlepšího sportovního výkonu.	Pohybové dovednosti a pohybový výkon (pohybový výkon ve vztahu k pohybovým dovednostem) Měřitelné a hodnotitelné údaje související s tělesnou výchovou a sportem (obecné pohybové schopnosti, speciální pohybové schopnosti a vědní obory, využití vědy ve sportovní diagnostice)
charakterizuje strukturu sportovního výkonu jako východisko racionálního tréninku	Využívá faktory sportovního tréninku jako jádro sportovního výkonu, chápe vzájemnou provázanost jednotlivých faktorů a jejich vliv na sportovní výkon. Rozlišuje jednotlivé fáze motorického učení	Pohybové dovednosti, tělesná zdatnost a sportovní výkon: - faktory sportovního tréninku, jejich vzájemná závislost a ovlivňování - sportovní výkon - faktory sportovního výkonu - somatický faktor - kondiční faktor - taktický faktor - technický faktor - psychologický faktor
respektuje vnější faktory ovlivňující sportovní výkonnost		
zvládá a vědomě ovlivňuje technické, taktické, kondiční a psychické faktory sportovního výkonu v přípravě i v soutěžích		

Teorie sportovní přípravy	2. ročník	
		Technická příprava – fáze motorického učení s využitím metod seznámení s pohybovou činností, nácviku výcviku, metod soutěže: - hrubá a jemná koordinace
usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití	Rychleji se zdokonaluje díky znalostem teorie v oblasti kondice, techniky a taktika Uvědomuje si důležitost psychologického faktoru v současném sportu, rozlišuje efekt jednotlivých typů psychologické přípravy, přenáší znalosti do vlastního tréninku, spolupracuje s trenérem. Orientuje se v základech kondičního faktoru jako základu všeobecné a speciální přípravy.	Taktická příprava – základní pojmy, metodika nácviku - taktický faktor - fáze nácviku v taktické přípravě Dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava - psychologický faktor - modelovaný trénink - autogenní trénink - ideomotorický trénink - kondiční faktor
zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a pohybových schopností ve vybrané sportovní specializaci s ohledem na své individuální předpoklady	Respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva	Sportovní role, vlastnosti a efektivita sociální skupiny, role vůdce
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		

Teorie sportovní přípravy	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	

Teorie sportovní přípravy	3. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="891 260 1182 284">• Kompetence občanská</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích	Uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti ve sportovním tréninku, případně v soutěžích.	Organizace sportovních školních soutěží, sportovních dnů, ...
připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci	Orientuje se v systému TV v ČR, v problematice managementu a marketingu, ve formách sponzoringu a ve sportovní reklamě	Systém TV a sportu v ČR, sportovní management, marketing ve sportovních klubech, formy sponzoringu, sportovní reklama
respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech		
rozdílí systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu		
užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží		
rozdílí systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu	Rozdílí systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu	Stupeň zatížení podle biologického věku při respektování principu superkompenzace; fyziologické aspekty svalové práce, adaptační změny v kardiovaskulárním a dýchacím systému, zdroje energie pro pohybovou činnost- základy fyziologie - Energetický metabolismus kosterního svalu - Složení kosterního svalu - Fyziologická charakteristika zatížení - Mrtvý bod, druhý dech, rovnovážný stav - Funkční změny při pohybové činnosti - energetické systémy a jejich zapojení podle doby a intenzity zatížení,obnova energetických zdrojů,doba regenerace,adaptace na zátěž,zatěžování, superkompenzace - vliv různých typů zátěže na kardiovaskulární a dýchací systém,adaptační změny

Teorie sportovní přípravy	3. ročník	
rozlišuje systém sportovního tréninku jako účelné uspořádání obsahu, prostředků, metod a principů plánování při zatěžování organismu	Orientuje se v oblasti plánování, zatěžování a evidenci sportovní přípravy, navrhne vlastní roční tréninkový plán, využije konzultace s trenérem, použije zpracované údaje z evidence vlastního tréninkového zatížení	Únava a zotavení - Vliv zevního prostředí na výkonnost  Plánování, řízení, kontrola a vyhodnocování sportovního tréninku, typy tréninkových plánů - stavba tréninku - roční tréninkový cyklus - evidence a vyhodnocování tréninkového procesu typy tréninkových plánů - krátkodobé - dlouhodobé, víceleté plány
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		

Teorie sportovní přípravy	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence digitální</li> <li>● Kompetence občanská</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
usiluje o pozitivní změny ve svém životě související s vlastním zdravím a zdravím druhých	Orientuje se v zásadách správné výživy a ve využití potravinových doplňků.	Zdravá výživa – specifické potřeby výživy podle věku, zdravotního stavu a profese

Teorie sportovní přípravy	4. ročník	
svým výkonem a vystupováním usiluje o zařazení do regionálních výběrů, případně reprezentace ČR	Orientuje se v použití relaxačních a psychostimulačních pomůcek ovlivňujících sportovní výkon.	Výběr talentů - Organizace a metodika - Etapy výběru talentů
ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy	Orientuje se s problematikou sportovní diagnostiky a jejím využitím pro praktický ST. Ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy.	Sportovní diagnostika - Diagnostická činnost trenéra - Lékařská diagnostika  Svalová nerovnováha – příčiny svalové nerovnováhy; testy svalové nerovnováhy Svalová nerovnováha ve sportovní činnosti Cvičení na správné držení těla (prevence) Kompenzační cvičení (náprava) Základy anatomie (svaly, kosti)
vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití	Vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití.	Zdravotně zaměřená cvičení Svalová nerovnováha; testy svalové nerovnováhy Svalová nerovnováha ve sportovní činnosti Cvičení na správné držení těla (prevence) Kompenzační cvičení (náprava)
zařazuje do denního režimu osvojené způsoby relaxace; v zátěžových situacích uplatňuje osvojené způsoby regenerace	zařazuje do denního režimu osvojené způsoby relaxace; v zátěžových situacích uplatňuje osvojené způsoby regenerace	Vadné držení těla (diagnostika, náprava) Základy anatomie (svaly, kosti) Traumatologie
aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti	Aktivně naplňuje olymp. myšlenky, prosazuje fair play, orientuje se v historii novodobých OH	Novodobé OH (historie, vývoj, symboly, osobnosti, ..) Olympismus v současném světě Nejvýznamnější OH Úspěchy čes. sportovců
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	V rámci kompenzace, relaxace a uvolnění dle potřeby a svého výběru se seznamuje a: provádí zdravotně zaměřená, relaxační a uvolňovací cvičení	Sportovní regenerace: Základní pojmy Relaxační procedury Autogenní trénink Kompenzační cvičení
využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci	provádí relaxační procedury a autogenní trénink Získá představu o využívání relaxačních a regeneračních cvičení a procedur	Masáže, druhy masáží, vodní procedury
podle konkrétní situace zasáhne při závažných poraněních a život ohrožujících stavech	Uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí, upraví pohybovou	Úrazy ve sportu Rizikové faktory

Teorie sportovní přípravy	4. ročník	
rozhoduje podle osvojených modelů chování a konkrétní situace o způsobu jednání v situacích vlastního nebo cizího ohrožení	činnost dle aktuálních možností. Respektuje zásady bezpečnosti při pohybové činnosti	Osobní činitel Minimalizace rizik Organizační opatření
využívá pravidelně a cíleně různé prostředky tělesné a duševní relaxace a regenerace organismu ve prospěch sportovního výkonu i zdraví, některé prostředky zvládá a aplikuje samostatně	Orientuje se v systému tělesné výchovy v ČR, v problematice managementu a marketingu, ve formách sponzoringu a ve sportovní reklamě	Systém tělesné výchovy a sportu v ČR, sportovní management a manažer, marketing ve sportovních klubech, formy sponzoringu, sportovní reklama
projevuje odolnost vůči výzvam k sebepoškozujícímu chování a rizikovému životnímu stylu	Sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky dopingových látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným prostředkům, aktivně působí proti dopingů a drogám ve sportu zaujímá odmítavé postoje ke všem formám rizikového chování  projevuje odolnost vůči výzvam k sebepoškozujícímu chování a rizikovému životnímu stylu uveče důsledky porušování paragrafů trestního zákona souvisejících s výrobou a držením návykových látek a s činností pod jejich vlivem	Doping: Historie principy boje proti dopingů třídění zakázaných látek a metod dopingová kontrola
sleduje antidopingovou problematiku, objasní účinky podpůrných látek na výkon a zdraví a aktivně se vyhýbá nedovoleným podpůrným prostředkům		
zaujímá odmítavé postoje ke všem formám rizikového chování		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		

## 5.14 Informatika

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
2	0	2	0	4
Povinný		Povinný		

Název předmětu	Informatika
Oblast	Informatika
Charakteristika předmětu	<p>Vyučovací předmět <b>Informatika</b> rozvíjí u žáků porozumění principům digitálních technologií a informačních procesů, které utvářejí moderní svět. Žáci se seznamují se základy informatiky jako vědního oboru, který zkoumá způsoby reprezentace, zpracování a přenosu informací, a učí se chápat vztahy mezi hardwarem, softwarem, daty a uživatelem.</p> <p>Cílem výuky je <b>rozvíjet informatické myšlení</b>, schopnost analyzovat problém, navrhnout postup řešení a ověřit jeho správnost. Žáci si osvojují základní pojmy, metody a nástroje informatiky — od uživatelských dovedností po principy algoritmizace a programování. Výuka vede žáky k tvůrčímu využívání digitálních technologií, práci s daty a k odpovědnému a etickému chování v online prostředí.</p> <p>Předmět podporuje <b>kreativitu, spolupráci a kritické myšlení</b>. Žáci se učí hodnotit kvalitu informací, efektivně komunikovat, využívat digitální nástroje k tvorbě a sdílení obsahu a chápat dopady informačních technologií na společnost.</p> <p>Výuka probíhá v 1. a 2. ročníku v rozsahu 2 vyučovacích hodin týdně, žáci pracují ve skupinách v odborné učebně výpočetní techniky. Obsah a tempo výuky jsou diferencovány podle úrovně dovedností žáků. U žáků se speciálními vzdělávacími potřebami jsou uplatňována vhodná podpůrná opatření; nadaným žákům jsou zadávány rozšiřující a projektové úlohy. Ti mají možnost zapojit se do soutěží nebo do týmových projektů zaměřených na digitální inovace.</p> <p>Výchovně-vzdělávací strategie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>rozvíjet zájem o digitální technologie a informatiku</b> jako vědní i praktickou disciplínu, ukazovat jejich využití v běžném životě, vzdělávání i praxi</li> <li>• <b>podporovat rozvoj logického, algoritmického a systémového myšlení</b> při řešení problémů různé obtížnosti, včetně úloh z reálného života</li> </ul>

Název předmětu	Informatika
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>vést žáky k porozumění principům fungování digitálních technologií a aplikací</b>, nikoli jen k jejich uživatelskému ovládnutí</li> <li>• <b>rozvít schopnost analyzovat a modelovat problém, navrhnout postupy jeho řešení a ověřovat jejich správnost</b></li> <li>• <b>učit žáky efektivně vyhledávat, třdit, vyhodnocovat a ověřovat informace</b> z různých zdrojů a kriticky k nim přistupovat</li> <li>• <b>vést k bezpečnému, odpovědnému a etickému chování v online prostředí</b>, respektování autorských práv a ochraně osobních údajů</li> <li>• <b>podporovat kreativitu a týmovou spolupráci</b> při projektové práci s využitím digitálních nástrojů</li> <li>• <b>rozvít digitální a mediální gramotnost</b>, včetně schopnosti prezentovat, sdílet a obhajovat výsledky své práce vhodnou formou</li> </ul>
<p>Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)</p>	<p><b>Metody a formy práce:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>frontální a demonstrační výuka</b> s využitím interaktivních technologií (dataprojektor, interaktivní tabule, sdílené prostředí), doplněná o řízené procvičování a okamžitou zpětnou vazbu</li> <li>• <b>samostatná a párová práce žáků</b> při řešení úloh, tvorbě algoritmů, programů, prezentací nebo datových projektů</li> <li>• <b>kooperativní a týmová výuka</b>, kde žáci spolupracují na společném projektu a rozdělují si role</li> <li>• <b>problémové a badatelsky orientované učení</b>, které rozvíjí schopnost analyzovat problém, formulovat hypotézy a testovat řešení</li> <li>• <b>projektové vyučování</b>, zaměřené na tvorbu digitálních produktů (např. web, aplikace, datová analýza, prezentace výsledků) s důrazem na využití mezipředmětových vztahů</li> <li>• <b>reflexe a sebehodnocení</b>, včetně využití digitálních portfolií (např. sdílené dokumenty, e-portfolia)</li> <li>• <b>samostudium a e-learning</b>, podpora individuálního tempa prostřednictvím online výukových materiálů a kurzů</li> <li>• <b>odborné exkurze a workshopy</b>, zaměřené na poznání reálného využití ICT (např. univerzitní laboratoře, technologické firmy, IT centra)</li> </ul>
<p>Integrace předmětů</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Člověk a svět práce</li> <li>• Informatika</li> </ul>
<p>Mezipředmětové vztahy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Český jazyk a literatura</li> </ul>

Název předmětu	Informatika
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Německý jazyk</li> <li>• Fyzika</li> <li>• Geografie</li> <li>• Biologie</li> <li>• Dějepis</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Seminář z informatiky</li> <li>• Seminář z matematiky</li> <li>• Seminář z matematiky PLUS</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Konverzace v německém jazyce</li> <li>• Matematika</li> <li>• Literární seminář</li> </ul>
<p>Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků</p>	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zadáváním úloh a projektů vedeme žáky k tvořivému přístupu při jejich řešení</li> <li>• učíme žáky chápat, že v životě se při práci s informačními a komunikačními technologiemi budou často setkávat s problémy, které nemají jen jedno správné řešení</li> <li>• konzultujeme s žáky různé způsoby řešení, praktické provedení a dotažení úkolu do konce</li> </ul> <p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáky seznamujeme s vazbami na legislativu a obecné morální zákony (SW pirátství, autorský zákon, ochrana osobních údajů, bezpečnost, hesla ...) a vyžadujeme jejich dodržování (citace použitého pramene, ve škole není žádný nelegální SW, žáci si chrání své heslo...)</li> <li>• při zpracovávání informací vedeme žáky ke kritickému myšlení nad obsahy sdělení, ke kterým se mohou dostat prostřednictvím Internetu i jinými cestami</li> </ul> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dosažení schopnosti algoritmičtějšího myšlení umožňuje žákovi aplikovat své znalosti a dovednosti na libovolném příbuzném sw a hw a dosáhnout schopnosti tvořivě přistupovat k ovládnutí dynamicky se vyvíjejících digitálních technologií a zařízení</li> </ul>

Název předmětu	Informatika
	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zadávanými úkoly vedeme žáky k samostatnému využívání informačních a komunikačních technologií v praktickém životě</li> <li>• vedeme žáky ke schopnosti efektivního zápisu práce s počítačem, aby byl účinnou pomocí při praktické práci s technikou</li> </ul> <p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáky učíme pro komunikaci na dálku využívat vhodné technologie – některé práce odevzdávají prostřednictvím elektronické pošty</li> <li>• při komunikaci vedeme žáky k dodržování vžitých konvencí a pravidel, používání vhodných forem pro danou technologii</li> </ul> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• při práci vedeme žáky ke kolegiální radě či pomoci, případně je při projektech učíme pracovat v týmu, rozdělit a naplánovat si práci, hlídat časový harmonogram apod.</li> <li>• učíme žáky hodnotit svoji práci i práci ostatních, při vzájemné komunikaci je vedeme k ohleduplnosti a taktu, k toleranci individuálních odlišností ve zručnosti a v rychlosti pochopení problému</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zadávanými úkoly vedeme žáky k samostatnému, tvořivému a odpovědnému využívání digitálních technologií v praktickém i osobním životě</li> <li>• vedeme žáky k pochopení principů fungování digitálních technologií a k uvědomění si jejich přínosů i rizik</li> <li>• učíme žáky volit vhodné digitální nástroje podle povahy úkolu a efektivně je používat při řešení problémů</li> <li>• podporujeme žáky v kritickém vyhledávání, třídění a vyhodnocování informací z různých zdrojů</li> <li>• vedeme žáky k bezpečnému, etickému a odpovědnému chování v digitálním prostředí</li> <li>• učíme žáky respektovat autorská práva a chránit osobní údaje</li> <li>• podporujeme spolupráci žáků v online prostředí a rozvíjíme jejich schopnost sdílet a prezentovat digitální obsah</li> <li>• motivujeme žáky k sebereflexi a uvědomění si vlastního pokroku v digitálních dovednostech</li> </ul>

Název předmětu	Informatika
Způsob hodnocení žáků	<p>V hodnocení žáků uplatňujeme prvky pozitivní motivace, zachováme stupnici známek 1 až 5, bez slovního hodnocení.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci získají v každém pololetí minimálně dvojnásobný počet známek, než je hodinová dotace předmětu</li> </ul>

Informatika	1. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
porovná jednotlivé způsoby propojení počítačů, charakterizuje počítačové sítě a internet; vysvětlí, pomocí čeho a jak je zajištěna komunikace mezi jednotlivými zařízeními v síti	- dokáže rozlišit pojem PC a počítačová síť	Počítač, počítačová síť, uživatel, uživatelský účet, přihlášení (Office 365 , Exchange, SharePoint)
rozlišuje a používá různé datové typy; navrhuje a porovnává různé způsoby kódování z různých hledisek a vysvětlí proces a úskalí digitalizace	- propojuje a ovládá periferní zařízení počítačového systému - vysvětlí princip číselných soustav a provádí převody mezi nimi	Informace a data – pojem informace, princip digitalizace, kódování dat, číselné soustavy a převody mezi nimi
	- uplatňuje základní zásady efektivní prezentace při návrhu a tvorbě vlastních digitálních prezentací	Při tvorbě prezentací uplatňuje základní typografická a grafická pravidla a přizpůsobuje výsledný výstup zásadám efektivního prezentování
	- využívá dostupné digitální nástroje pro tvorbu prezentací a volí vhodné prostředky pro zpracování obsahu	Orientuje se v prostředí MS PowerPoint i online nástrojů pro tvorbu prezentací (např. Sway) a používá vhodné objekty, animace a přechody k vizuálnímu zpřehlednění obsahu

Informatika	1. ročník	
	- navrhuje a vytváří ucelenou digitální prezentaci na zadané téma a samostatně ji prezentuje před publikem	Prezentuje vlastní projekt pomocí digitální prezentace a vhodně volí formu i prostředky sdělení podle cílového publika
identifikuje a řeší problémy a výzvy vznikající při práci s digitálními zařízeními a poradí s nimi druhým	- využívá teoretické i praktické poznatky o funkcích jednotlivých složek hardwaru - spojením získaných vědomostí, dovedností a návyků je umí využít k tvůrčímu řešení zadaných úloh	Historie počítačů, bloková struktura počítače, reálný HW, periferní zařízení
rozlišuje jednotlivé operační systémy a vysvětlí rozdíl mezi nimi z uživatelského hlediska	- chápe zásadní rozdíl mezi základním programovým vybavením PC (BIOS, OS) a uživatelskými programy jakožto zdroji výstupních souborů - dokumentů	Programové vybavení počítače – BIOS, operační systém, aplikační software, licence a aktualizace
porovná jednotlivé způsoby propojení počítačů, charakterizuje počítačové sítě a internet; vysvětlí, pomocí čeho a jak je zajištěna komunikace mezi jednotlivými zařízeními v síti	- dokáže rozlišit pojem lokální a globální počítačová síť - rozumí základní hardwarové logistice počítačových sítí	Počítačové sítě – princip přenosu dat, adresace (IP, DNS, MAC), typy sítí (LAN, WAN, internet), základní síťové prvky a jejich funkce
rozlišuje jednotlivé operační systémy a vysvětlí rozdíl mezi nimi z uživatelského hlediska	- systemizuje data na svých úložištích, efektivně je spravuje a chrání	Operační systém, uživatelské programy pro správu dat, stromová struktura složek, základní operace práce se soubory - kopírování, přesun, mazání, komprimace, dekomprimace, atributy. Zálohování dat.
využívá moderní formy bankovních služeb, včetně digitálních technologií, ovládá způsoby bezhotovostního platebního styku	- umí využívat ICT ve škole ve výuce i zájmové činnosti - chápe nutnost uplatnění ICT ve všech oborech lidské činnosti	Informační společnost, její klady a záležitosti
chrání digitální zařízení, digitální obsah i osobní údaje před poškozením či zneužitím s vědomím změn v technologiích, které ovlivňují bezpečnost	- systemizuje data na svých úložištích, efektivně je spravuje a chrání - organizuje účelně data a chrání je proti poškození	Bezpečnost na internetu a sociálních sítích, relevance zdrojů, vyhledávání na internetu, autorský zákon
využívá moderní formy bankovních služeb, včetně digitálních technologií, ovládá způsoby bezhotovostního platebního styku	- rozpozná sociotechnické útoky a umí se proti nim bránit	
chrání digitální zařízení, digitální obsah i osobní údaje před poškozením či zneužitím s vědomím změn v technologiích, které ovlivňují bezpečnost	- dokáže posoudit relevantnost a věrohodnost informací získaných z internetu a sociálních sítí	Bezpečnost na internetu – kyberšikana, kyberstalking, spam, sociální sítě, digitální stopa, dvoufaktorové ověřování, zásady bezpečné komunikace
	- dokáže vytvořit vlastní dokument nebo upravit existující a změny uložit na paměťové médium	Textové editory – práce s dokumenty: otevření, ukládání na místní disk i do cloudového úložiště,

Informatika	1. ročník	
		orientace v dokumentu, výběr a označování částí textu
	- rozezná logickou strukturu textu, píše podle platných typografických pravidel	Struktura textového dokumentu – pojmy znak, slovo, odstavec, stránka, dokument; zobrazení netisknutelných znaků; základní typografická pravidla
	- umí formátovat znaky i celé odstavce, využívá stylů k formátování	Formátování textu – změna vlastností písma, formátování odstavce, vytváření seznamů, používání stylů, práce s oddíly a sloupci
	- umí vložit grafiku, tabulku, automaticky generované prvky	Vkládání objektů do dokumentu – práce s obrázky, objekty SmartArt, obrázky a tabulkami; vložení obsahu, seznamu obrázků a tabulek, rejstříku a bibliografie
	- zná základní video formáty, rozumí základním parametrům videa - umí pořídit video, přenést do PC - dokáže digitálně upravit video pomocí základních nástrojů programů pro editaci videa - umí exportovat video a zvolit vhodný formát pro různé účely	Digitální média – princip záznamu obrazu a zvuku, formáty souborů Základy střihu a úprav videa – ořez, efekty, přechody, titulky Export a sdílení videa, autorská práva a legální zdroje zvuku a obrazu
	- vytváří 3D modely v dostupném softwaru a upravuje jejich parametry - připravuje model pro tisk (měřítko, typ materiálu, výplň) a samostatně realizuje 3D tisk - popíše principy 3D tisku a zhodnotí jeho využití v praxi	Princip 3D tisku a materiály, 3D modelování, nastavení 3D tiskárny, 3D tisk
	- vysvětlí princip fungování umělé inteligence a její roli při zpracování dat - uvádí příklady praktického využití AI a diskutuje její přínosy i rizika - rozlišuje různé typy úloh umělé inteligence a posuzuje jejich vhodnost pro konkrétní problémy	Princip strojového učení, aplikace umělé inteligence, limity, přínosy umělé inteligence, druhy úloh
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		

Informatika	1. ročník	
	MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy	
	MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách	
	MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií	

Informatika	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
	- vysvětlí základní pojmy z oblasti počítačové grafiky a rozlišuje typy grafiky podle jejich použití	Základy počítačové grafiky – principy rastrové a vektorové grafiky, pojmy pixel, rozlišení, DPI, barevné modely a formáty souborů
	- orientuje se v prostředí grafického editoru a využívá jeho základní nástroje pro úpravu obrazu - provádí základní úpravy fotografií (jas, kontrast, ořez, barevná korekce) - pracuje s výběry a vrstvami při úpravě obrázků, využívá je k tvorbě jednoduchých fotomontáží - rozlišuje rastrovou a vektorovou grafiku a volí vhodný typ podle účelu (fotografie, loga, ilustrace) - vytváří jednoduché objekty ve vektorové grafice a upravuje jejich vlastnosti (barva, obrys, tvar)	Práce v grafickém editoru – výběry, vrstvy, filtry, masky, fotomontáže, úprava jasu, kontrastu a barvy Vektorová grafika – tvorba a úprava objektů, práce s obrysem, barvou a tvarem, kombinování objektů
	- orientuje se v prostředí tabulkového procesoru a efektivně využívá jeho základní nástroje - rozlišuje základní prvky tabulkového procesoru (sešit, list, řádek, sloupec, buňka)	Prostředí tabulkového procesoru – pojmy sešit, list, buňka, řádek, sloupec

Informatika	3. ročník	
	- vytváří přehledné tabulky a zadává do nich data ve vhodné podobě	
	- formátuje buňky, tabulky i text podle účelu a zajišťuje přehledný vzhled tabulek - vytváří a upravuje vzorce pro výpočty v tabulkách - rozlišuje a používá relativní a absolutní adresování buněk ve vzorcích	Zadávání a úprava dat, formát buněk, ohraničení, výplně, zarovnání Tvorba vzorců s využitím základních aritmetických operací
	- používá základní funkce tabulkového procesoru k výpočtům a analýze dat	Používání základních funkcí (SUMA, PRŮMĚR, MIN, MAX, KDYŽ, RANK aj.)
	- vytváří a upravuje grafy podle typu dat, doplňuje popisky a formátuje jejich vzhled	Tvorba a formátování grafů, volba vhodného typu grafu, popisky a legendy Propojení dat s textovým dokumentem, interpretace údajů z grafu
	- vytváří jednoduché webové stránky pomocí jazyka HTML a používá základní značky a jejich atributy podle pravidel strukturovaného kódu	HTML – struktura a syntax webového dokumentu, základní značky a jejich parametry (text, odkaz, seznam, obrázek, tabulka)
	- používá kaskádové styly (CSS) k úpravě vzhledu webových stránek a rozlišuje typy stylů (inline, interní, externí)	CSS – princip kaskádových stylů, použití pro úpravu vzhledu webové stránky (barvy, písmo, rozvržení, pozadí) Typy stylů – interní, externí a inline; práce se selektory, třídami a identifikátory
	- vytváří jednoduchou webovou prezentaci v redakčním systému (např. WordPress, Wix, Google Sites) a upravuje její vzhled a obsah	Tvorba jednoduché webové prezentace s využitím redakčního systému (WordPress, Google Sites, Wix) Zásady přehledné, přístupné a estetické webové stránky
interpretuje získané výsledky a závěry, vyslovuje předpovědi na základě dat, uvažuje při tom omezení použitých modelů; posuzuje množství informace podle počtu možností, které jsou díky informaci vyloučeny; odhaluje chyby a manipulace v cizích interpretacích a závěrech	- posuzuje důvěryhodnost a relevanci zdrojů dat a informací - načítá a zpracovává data z různých typů zdrojů (soubor, web, databáze) - vytváří datové vizualizace - interpretuje vztahy mezi daty a formuluje závěry na základě vizualizací	Prostředí Power BI – seznámení s nástrojem pro práci s daty Načítání dat z různých zdrojů (soubor, web, databáze), datové typy Úprava a transformace dat, odstraňování chyb a duplicit Tvorba vizualizací (tabulky, sloupce, výseče, mapy, indikátory)
převéde data z jednoho modelu do jiného; najde chyby daného modelu a odstraní je; porovná různé		

Informatika	3. ročník	
modely s ohledem na užitečnost pro řešení daného problému		Grafická úprava a publikování výstupů, interpretace dat Etické zacházení s daty, ochrana osobních údajů
formuluje problém a požadavky na jeho řešení; získává potřebné informace, posuzuje jejich využitelnost a dostatek (úplnost) vzhledem k řešenému problému; používá systémový přístup k řešení problémů; pro řešení problému sestaví model, simulaci	- vysvětlí princip databáze a popíše její základní strukturu - vytváří jednoduchou databázi podle zadaného modelu a testuje její funkčnost	Databázové systémy – základní pojmy a struktura (entita, atribut, relace, klíč)
navrhne a vytvoří strukturu vzájemného propojení tabulek; navrhne procesy zpracování dat		
otestuje správnost a použitelnost svého řešení, navrhne a realizuje potřebná vylepšení; během provozu informačního systému rozpozná funkčně či věcně nesprávný stav, zjistí jeho příčinu a navrhne způsob jeho odstranění		
rozlišuje a používá různé datové typy; navrhuje a porovnává různé způsoby kódování z různých hledisek a vysvětlí proces a úskalí digitalizace		
rozpozná informační toky v systémech; analyzuje a hodnotí informační systémy z různých hledisek; zvažuje i nepřímé a nezamýšlené dopady informačního systému na různé skupiny		
určí cílovou skupinu, formuluje problém, validuje potřeby, určí a prioritizuje požadavky na řešení		
navrhne a vytvoří strukturu vzájemného propojení tabulek; navrhne procesy zpracování dat	- vytváří tabulky podle entitně-relačního modelu a nastavuje relace mezi nimi	Návrh a tvorba tabulek podle ER modelu, definování relací
rozlišuje a používá různé datové typy; navrhuje a porovnává různé způsoby kódování z různých hledisek a vysvětlí proces a úskalí digitalizace		
nastavuje účelné zobrazení dat, filtruje a řadí data úpravou databázového dotazu		Vytváření a úprava formulářů, vazba na datové zdroje

Informatika	3. ročník	
určí jednotlivé uživatelské role, specifikuje jejich činnosti, navrhne, otestuje a přizpůsobí rozhraní uživatelům	- navrhuje jednoduché uživatelské rozhraní databázové aplikace (formuláře, sestavy) a propojuje ho s datovou strukturou	
nastavuje účelné zobrazení dat, filtruje a řadí data úpravou databázového dotazu	- používá dotazy v jazyce SQL pro vyhledávání, filtrování a třídění dat a chápe jejich strukturu	SQL – základní příkazy, tvorba výběrových a akčních dotazů
nastavuje účelné zobrazení dat, filtruje a řadí data úpravou databázového dotazu	- vytváří přehledné tiskové sestavy z databázových dat a upravuje jejich vzhled podle zadání	Tvorba tiskových sestav, export a prezentace výsledků Využití databází v běžném životě a v praxi
analyzuje problém, rozdělí problém na menší části, rozhodne, které je vhodné řešit algoritmicky, své rozhodnutí zdůvodní; sestaví a zapíše algoritmy pro řešení problému	- navrhuje a vytváří algoritmus k řešení zadaného problému - testuje program, vyhledává a odstraňuje chyby v kódu - používá proměnné k uchování a zpracování dat v programu	Algoritmus – princip, zápis a vlastnosti algoritmu Algoritmické konstrukce – podmínky, cykly, větvení, proměnné Návrh, zápis a realizace algoritmu ve zvoleném programovacím prostředí
ověří správnost, najde a opraví případnou chybu v algoritmu, otestuje, odladí a optimalizuje program	- využívá světelné a zvukové výstupy v programu podle zadání - využívá vstupní zařízení a senzory pro získávání dat z okolního prostředí	Testování, ladění a optimalizace programu Reflexe správnosti a efektivity programu
ve vztahu k charakteru a velikosti vstupu hodnotí nároky algoritmů; porovná algoritmy podle různých hledisek, vybere pro řešený problém ten nejvhodnější; vylepší algoritmus podle zvoleného hlediska; zobecní řešení pro širší třídu problémů		
vysvětlí daný algoritmus, program; určí, zda je daný postup algoritmem		
vytvoří přehledný program pro vyřešení konkrétního problému s ohledem na jeho možné důsledky a svou odpovědnost za ně; používá opakování, větvení programu se složenými podmínkami, proměnné, seznamy, podprogramy s parametry a návratovými hodnotami; ve snaze o vyšší efektivitu navrhuje, řídí a hodnotí souběh procesů		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		

<b>Informatika</b>	<b>3. ročník</b>	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		

## 5.15 Volitelné předměty

### 5.15.1 Literární seminář

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Literární seminář
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	<p>Literární seminář se zaměřuje na výuku literatury a všech jejích podob. Žáci zde rozvíjejí své doposud nabyté znalosti a schopnosti stejně jako získané kompetence. Mají však možnost prohloubit je, zažít si je při práci v menším pracovním kolektivu, kde se lépe praktikují metody a formy práce, které už znají z hodin českého jazyka a literatury.</p> <p><b>Práce s žáky se specifickými potřebami a nadanými žáky</b></p> <p><b>Nadaní žáci:</b>                      Nadaní žáci mají možnost rozvíjet své schopnosti prostřednictvím jazykových a literárních soutěží (např. Olympiáda v českém jazyce, recitační soutěže, literární soutěže), projektů a seminárních prací nebo účasti ve Středoškolské odborné činnosti (SOČ).                      Učitelé využívají individuální přístup, konzultace a zadávání rozšiřujících úkolů. Žáci mohou být zapojováni do skupin podle úrovně znalostí či zájmu.</p> <p><b>Žáci se speciálními vzdělávacími potřebami:</b>                      Po konzultaci s výchovným poradcem, zákonnými zástupci (příp. pracovníky pedagogicko-psychologické poradny) řešíme individuální potřeby žáka.</p>

Název předmětu	Literární seminář
	<p><b>Výchovně-vzdělávací strategie</b>                      Učitel v rámci výuky českého jazyka a literatury:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozvíjí schopnost žáků správně, srozumitelně a věcně komunikovat v písemné i ústní podobě,</li> <li>• vede k přizpůsobování jazykového stylu komunikační situaci,</li> <li>• rozvíjí porozumění a interpretaci textů různého typu,</li> <li>• podporuje individuální prožívání a sdílení literárních zážitků,</li> <li>• vede k orientaci v základních literárních druzích, žánrech a kulturních souvislostech,</li> <li>• podporuje kritické a estetické vnímání textů,</li> <li>• učí žáky vyjadřovat své názory kultivovaně, argumentovat a respektovat názory druhých,</li> <li>• rozvíjí pozitivní vztah k mateřskému jazyku a literatuře jako zdroji osobního i kulturního bohatství.</li> </ul>
<p>Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)</p>	<p>Literární seminář je vyučován v septimě dvě hodiny týdně a v maturitním ročníku tři hodiny týdně. Výuka je zaměřena na rozvoj jazykové kultury, čtenářské gramotnosti, tvořivosti a kritického myšlení žáků.</p> <p>Metody práce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• výklad, rozhovor, diskuse a interpretace textu,</li> <li>• čtení s porozuměním, rozbor a analýza textů,</li> <li>• tvůrčí a slohové psaní, dramatizace,</li> <li>• práce s chybou, sebereflexe a vzájemné hodnocení,</li> <li>• využití audiovizuálních a digitálních zdrojů.</li> </ul> <p>Formy práce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frontální, skupinová a individuální práce,</li> <li>• projektová a problémová výuka,</li> <li>• práce s literárními texty, prezentace a debaty,</li> <li>• využití online nástrojů pro jazykovou praxi.</li> </ul> <p>Výuka podporuje rozvoj jazykové kultury, čtenářské gramotnosti, tvořivosti a kritického myšlení žáků návštěvami muzeí, výstav, účastmi na diskuzních pořadech a odborných exkurzích.</p>
<p>Mezipředmětové vztahy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Český jazyk a literatura</li> <li>• Informatika</li> <li>• Anglický jazyk</li> </ul>

Název předmětu	Literární seminář
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geografie</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Dějepis</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Německý jazyk</li> <li>• Výtvarná výchova</li> </ul>
<p>Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků</p>	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b>                  Žák je veden k rozpoznání jazykového či komunikačního problému a k hledání vhodného způsobu jeho řešení. Je podporován v analyzování textů, argumentaci a obhajobě vlastního názoru. Je motivován k tvořivému přístupu k jazyku, k hledání originálních vyjádření a k aplikaci jazykových pravidel v praxi.</p> <p><b>Kompetence k učení:</b>                  Žák je veden k plánování a organizaci vlastního učení při práci s textem a jazykovými jevy. Je podporován v aktivním vyhledávání a třídění informací z různých zdrojů (učebnice, slovníky, internet, literatura). Je motivován k propojování nových poznatků s předchozími zkušenostmi a k využívání chyb jako prostředku k dalšímu rozvoji.</p> <p><b>Kompetence komunikativní :</b>                  Žák je veden k jasnému, kultivovanému a srozumitelnému vyjadřování v mluvené i psané podobě. Je podporován v aktivním naslouchání, v respektování názorů druhých a v rozvoji schopnosti reagovat přiměřeně komunikační situaci. Je motivován k používání bohaté slovní zásoby, správné gramatiky a ke kultivovanému projevu na veřejnosti.</p> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b>                  Žák je veden ke spolupráci při diskusích, skupinových projektech a dramatizacích textů. Je podporován v respektování různých názorů, v otevřenosti vůči odlišným pohledům a v přijetí odpovědnosti za svůj příspěvek ke společné práci. Je motivován k sebereflexi vlastního projevu a k rozvíjení empatie v komunikaci.</p> <p><b>Kompetence občanská:</b>                  Žák je veden k porozumění jazyku a literatuře jako prostředku pro pochopení národní kultury a identity. Je podporován v kritickém čtení mediálních sdělení, rozpoznávání manipulace a vyhodnocování informací. Je motivován k respektování kulturní rozmanitosti a k odpovědnému vyjadřování názorů ve veřejném prostoru.</p>

Název předmětu	Literární seminář
	<p><b>Kompetence digitální:</b> Žák využívá digitální technologie k vyhledávání, zpracování a prezentaci informací, tvoří a upravuje texty a multimediální projekty, komunikuje kultivovaně v online prostředí a na sociálních sítích, dodržuje zásady bezpečného a etického chování a respektuje autorská práva.</p> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b> Žák je veden k samostatnému rozhodování při práci na slohových a literárních úlohách. Je podporován v tvořivosti, v sebedůvěře při veřejném projevu a prezentaci vlastní práce. Je motivován k vytrvalosti při psaní, k dokončování úkolů a k uvědomování si důsledků svého vyjadřování.</p>
Způsob hodnocení žáků	<p>Žáci jsou hodnoceni minimálně čtyřmi známkami v každém pololetí třetího ročníku – z toho alespoň jednou za ústní aktivitu a třikrát za písemný projev (prezentace knihy, referát apod). Klasifikace zahrnuje také vlastní aktivitu žáků, schopnost argumentace.</p> <p>Ve čtvrtém ročníku jsou žáci hodnoceni minimálně šesti známkami za 1. pololetí a pěti za 2. pololetí.</p>

Literární seminář	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence digitální</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
postihne smysl textu, vysvětlí důvody a důsledky různých interpretací téhož textu, porovná je a zhodnotí, odhalí eventuální dezinterpretace textu	- postihne smysl textu, vysvětlí důvody a důsledky různých interpretací téhož textu, porovná je a zhodnotí, odhalí eventuální dezinterpretace textu	metody interpretace textu (analýza, výklad a vlastní interpretace)
rozliší texty spadající do oblasti tzv. literatury vážné, středního proudu a literárního braku a svůj názor argumentačně zdůvodní	- rozliší texty spadající do oblasti tzv. literatury vážné, středního proudu a literárního braku a svůj názor argumentačně zdůvodní	způsoby vyjadřování zážitků z literárních děl a soudů nad nimi (osobní záznamy, anotace, kritika, recenze, polemiky, diskuze)

Literární seminář	3. ročník	
samostatně interpretuje dramatické, filmové a televizní zpracování literárních děl	- samostatně interpretuje dramatické, filmové a televizní zpracování literárních děl	jazykové, kompoziční a tematické prostředky výstavby literárního díla (zejména se zaměřením na umělecký funkční styl - řečová pásma apod.)
vysvětlí specifickou vývoje české literatury a vyloží její postavení v kontextu literatury světové (vzájemná inspirace, příbuznost, odlišnosti a jejich příčiny)	- vysvětlí specifickou vývoje české literatury a vyloží její postavení v kontextu literatury světové (vzájemná inspirace, příbuznost, odlišnosti a jejich příčiny)	vybrané kapitoly z literatury české a světové (poezie, próza a drama)
tvořivě využívá informací z odborné literatury, internetu, tisku a z dalších zdrojů, kriticky je třídí a vyhodnocuje	- tvořivě využívá informací z odborné literatury, internetu, tisku a z dalších zdrojů, kriticky je třídí a vyhodnocuje získané schopnosti a dovednosti tvořivě využívá v produktivních činnostech rozvíjejících jeho individuální styl	příprava na seminární práci (obhajoba seminární práce) práce s odbornou literaturou
posoudí a interpretuje komunikační účinky textu, svá tvrzení argumentačně podpoří jeho všestrannou analýzou	- odlišuje různé literární žánry a umělecké směry - zhodnotí jejich význam v literární historii	literární žánry a umělecké směry po jednotlivých obdobích literární historie
při interpretaci literárního textu ve všech jeho kontextech uplatňuje prohloubené znalosti o struktuře literárního textu, literárních žánrech a literárněvědných termínech	- zná díla čelních představitelů literární historie - identifikuje jejich autorský styl	čelní představitelé české a světové literatury současná literární tvorba
rozlišuje umělecký text od neuměleckého, nalezne jevy, které činí text uměleckým	- rozvíjí svou čtenářskou gramotnost skrze díla světové literatury - rozvíjí svou komunikační kompetenci skrze čtenářské dílny	rozvoj čtenářské gramotnosti čtenářská dílna
v písemném projevu dodržuje zásady pravopisu a s oporou příruček řeší složitější případy; účinně využívá možností grafického členění textu	- v písemném projevu dodržuje zásady pravopisu a s oporou příruček řeší složitější případy; účinně využívá možností grafického členění textu	příprava na seminární práci (obhajoba seminární práce) práce s odbornou literaturou
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		

Literární seminář	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence digitální</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
rozliší umělecký text od neuměleckého, nalezne jevy, které činí text uměleckým	- rozliší umělecký text od neuměleckého, nalezne jevy, které činí text uměleckým	Metody interpretace textu (analýza, výklad a vlastní interpretace) - Základní pojmy literární teorie - Charakteristické rysy lit. druhů a žánrů - motiv a téma textu - principy kompoziční výstavby textu
objasní rozdíly mezi fikčním a reálným světem a vysvětlí, jakým způsobem se reálný svět promítá do literárního textu, jaký vliv může mít svět fikce na myšlení a jednání reálných lidí	- objasní rozdíly mezi fikčním a reálným světem a vysvětlí, jakým způsobem se reálný svět promítá do literárního textu, jaký vliv může mít svět fikce na myšlení a jednání reálných lidí	Způsoby vyjadřování zážitků z literárních děl a soudů nad nimi (osobní záznamy, anotace, kritika, recenze, polemiky, diskuze) - typy promluv - vyprávěcí způsoby - analýza jazykových prostředků a jejich funkce v textu - zvuková a grafická stránka textu
na konkrétních příkladech popíše specifické prostředky básnického jazyka a objasní jejich funkci v textu	- na konkrétních příkladech popíše specifické prostředky básnického jazyka a objasní jejich funkci v textu	Jazykové, kompoziční a tematické prostředky výstavby literárního díla (zejména se zaměřením na umělecký funkční styl - řečová pásma apod.) - metody interpretace textu
rozliší a specifikuje jednotky vyprávění (časoprostor, vypravěč, postavy) a zhodnotí jejich funkci a účinek na čtenáře	- rozliší a specifikuje jednotky vyprávění (časoprostor, vypravěč, postavy) a zhodnotí jejich funkci a účinek na čtenáře	Vybrané kapitoly z literatury české a světové (poezie, próza a drama) - Klíčové pojmy lit. historie - rozbor vybraných textů
rozezná typy promluv a vyprávěcí způsoby a posoudí jejich funkci v konkrétním textu	- rozezná typy promluv a vyprávěcí způsoby a posoudí jejich funkci v konkrétním textu	Rozbor neuměleckého textu Příprava na didaktický test

Literární seminář	4. ročník	
při analýze vybraných textů popíše základní rysy češtiny a vysvětlí zákonitosti jejího vývoje i současné vývojové tendence	- při analýze vybraných textů popíše základní rysy češtiny a vysvětlí zákonitosti jejího vývoje i současné vývojové tendence	Opakování funkčních stylů (publicistický, administrativní, prostědělovací, odborný) - Funkčnost užití jazykových prostředků - Charakteristika komunikační situace vytvářené textem
v mluveném projevu vhodně užívá nonverbálních prostředků řeči	- v mluveném projevu vhodně užívá nonverbálních prostředků řeči	Opakování a procvičování slohových útvarů (úvaha, charakteristika, fejeton, esej, dopis, vypravování a další) - slohové postupy - jazykové prostředky typické pro konkrétní funkční styl – výrazy příznakové a nepříznakové - orientace v komunikační situaci – oficiální, neoficiální
v písemném projevu dodržuje zásady pravopisu a s oporou příruček řeší složitější případy; účinně využívá možností grafického členění textu	- v písemném projevu dodržuje zásady pravopisu a s oporou příruček řeší složitější případy; účinně využívá možností grafického členění textu	Tvorba textů (příprava na písemnou maturitní práci) - celková výstavba textů - rozlišení různých typů textů - uspořádání částí textů v souladu s textovou návazností
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		

## 5.15.2 Konverzace v anglickém jazyce

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Konverzace v anglickém jazyce
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Volitelný předmět od třetího ročníku s týdenní dotací 2 vyučovacích hodin, s pokračováním ve 4. ročníku 3 hodinami týdně. Výuka probíhá ve skupinách.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Pro vyučování se používají učebnice angličtiny zaměřené na rozvíjení komunikace, řečových dovedností a schopnosti prezentovat výsledky své práce, rozšiřování slovní zásoby a prohlubování všech základních dovedností vedoucích k úspěšnému zvládnutí nové maturitní zkoušky na úrovni B2, případně mezinárodní jazykové zkoušky. Žáci jsou vedeni k soustavné práci na rozšiřování slovní zásoby i formou práce s jednojazyčným slovníkem. K samostatnému studiu přispívá i čtení anglických časopisů (Bridge) a novin (v tištěné nebo internetové podobě, BBC, The Times apod.). Pracují s výukovými programy dostupnými online a na stránkách některých nakladatelství. V hodinách jsou probírána obecné tematické okruhy společné maturitní zkoušky a minimálně 4 lekce z učebnice Ready for First, 3rd Edition (Macmillan). Výuka se koná buď v běžné třídě, vybavené IT včetně dataprojektoru, či v počítačové učebně, ve které mohou všichni žáci pracovat individuálně na anglickém výukovém programu.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anglický jazyk</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<b>Kompetence k řešení problémů:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci jsou vedeni k rozpoznání problému, jeho analýze, vyhodnocení pozitiv a negativ, porovnání a vyhodnocení důsledků, k zaujetí vlastního stanoviska a přijetí ideálních závěrů</li> <li>• žáci jsou podněcováni k rozvíjení představivosti, intuice a invence, k oproštění se stereotypních postojů a k hledání nových, životaschopných cest v řešení problémových situací</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby se nebáli vlastních, ani jiných názorů a postojů a dovedli o nich smysluplně diskutovat a dospívat k řešení</li> </ul>

Název předmětu	Konverzace v anglickém jazyce
	<p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• člověk je tvor společenský, proto vedeme žáky k tomu, aby se ve své užší i širší skupině chovali vyváženě, respektovali názory a postoje ostatních a dovedli přijmout řešení</li> <li>• žáci se učí promýšlet souvislosti mezi svými právy a povinnostmi, dbát o rozšiřování svých zájmů a poznatků o duchovních a kulturních tradicích a hodnotách svého kraje, své země i světa</li> <li>• žáci jsou vedeni k potřebě aktivně sledovat události světa, ve kterém žijí, a v případě nouze aktivně pomáhat v rámci svých možností</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci se učí cílevědomě se rozhodovat o svém dalším vzdělávání a budoucím profesním zaměření, zvažovat přitom reálně své předpoklady a možnosti a aktivně je rozvíjet</li> <li>• žáci jsou vedeni k tomu, aby své schopnosti ani nepřeceňovali, ani nepodceňovali a aby výsledky své práce uměli poctivě vyhodnotit, jsou vedeni k pracovitosti a pracovní kázni</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby uměli vyhodnocovat informace o nabídkách vzdělání a práce a aby si uměli naplánovat a realizovat postupy, které k jejich dosažení vedou</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby si osvojili správné a efektivní postupy při studiu ve škole i doma a aby si uvědomili význam studia pro rozvoj své osobnosti i své budoucí profese</li> <li>• žáci se učí kritickému výběru informací namísto pasivnímu či reproduktivnímu a důvěře k vlastní úvaze a týmové práci</li> <li>• žáci jsou vedeni ke kritické analýze chyb vlastních, k uvědomění si vlastních kvalit a ke schopnosti spravedlivě ohodnotit postupy a výsledky práce ostatních žáků ve skupině</li> </ul>
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci se učí účinně rozvíjet prostředky komunikace mluvené i písemné, verbální i mimoverbální, včetně způsobů symbolických a grafických, běžné i odborné</li> <li>• žáci jsou vedeni k tomu, aby těchto prostředků v mluveném i písemném projevu užívali přehledně, jasně, srozumitelně, jazykově správně, přiměřeně ke svým dovednostem a zkušenostem, ale též inovativně a citlivě</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby přejímané informace předávali s porozuměním, se zájmem a přesvědčením vůči zkoumanému jevu i vůči posluchačům / čtenářům</li> </ul>
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p>

Název předmětu	<b>Konverzace v anglickém jazyce</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci se učí posuzovat své fyzické a duševní schopnosti a vzhledem k nim si stanovit cíle a postupy, které je k nim dovedou</li> <li>• žáci jsou vedeni k aktivní spolupráci ve skupině, k vytváření a udržování vztahů podložených vzájemným respektem, tolerancí a odpovědností</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby vzdorovali svévolné manipulaci, pasivnímu přejímání postojů a tlaku průměrnosti</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému využívání digitálních technologií při osvojování, procvičování a rozvíjení jazykových dovedností v anglickém jazyce</li> <li>• vedeme žáky k efektivnímu vyhledávání, zpracování a porovnávání informací v anglickém jazyce s využitím dostupných digitálních zdrojů a nástrojů</li> <li>• podporujeme žáky v používání online slovníků, jazykových korpusů, aplikací a multimediálních materiálů pro rozvoj poslechových, čtenářských, mluvních a písemných dovedností</li> <li>• vedeme žáky k tvorbě a prezentaci vlastních digitálních výstupů v anglickém jazyce (prezentace, projekty, texty, nahrávky) a k jejich sdílení prostřednictvím vhodných komunikačních platforem</li> <li>• učíme žáky dodržovat zásady bezpečného, etického a kultivovaného chování v digitálním prostředí a respektovat autorská práva při využívání jazykových zdrojů</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	Žáci jsou hodnoceni minimálně čtyřmi známkami v každém pololetí ve třetím ročníku a šesti známkami za pololetí ve čtvrtém ročníku.

Konverzace v anglickém jazyce	3. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo

Konverzace v anglickém jazyce	3. ročník	
vyjádří a obhájí své myšlenky, názory a stanoviska vhodnou písemnou i ústní formou	- vyjádří a obhájí své myšlenky, názory a stanoviska vhodnou písemnou i ústní formou	Psaný i ústní projev – neformální dopis, esej, recenze
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	- adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	Gramatické jevy – slovtvorba, četba anglických textů
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích	- komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích	Fonetika – výslovnost, intonace, větný důraz
při setkání s rodilými mluvčími zahájí, vede a zakončí dialog a zapojí se do živé diskuse na různá témata týkající se odbornějších zájmů	- při setkání s rodilými mluvčími zahájí, vede a zakončí dialog a zapojí se do živé diskuse na různá témata týkající se odbornějších zájmů	Tematické okruhy běžných konverzačních situací - Personal identification, House and home, Environment, Daily life, Free time, Entertainment, Travel and transport, Relations with other people, Health and body care, Shopping, Food and drink, Services, Mass media, Places, Language , Education, Jobs, Sports, Weather
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule	- formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule	Komunikační dovednosti (role-play, párová konverzace, rozhovor, prezentace atd.)
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		

Konverzace v anglickém jazyce	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> </ul>	

Konverzace v anglickém jazyce	4. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
volně a srozumitelně reprodukuje přečtený nebo vyslechnutý autentický text se slovní zásobou a jazykovými strukturami odpovídajícími náročnějšímu textu	- volně a srozumitelně reprodukuje přečtený nebo vyslechnutý autentický text se slovní zásobou a jazykovými strukturami odpovídajícími náročnějšímu textu	Poslechová cvičení (autentické nahrávky rodilých mluvčích)
sestaví souvislý text na širokou škálu témat a vyjádří své stanovisko	- sestaví souvislý text na širokou škálu témat a vyjádří své stanovisko	Gramatika: slovtvorba, syntax, morfologie
porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického ústního projevu složitějšího obsahu na aktuální téma, postihne jeho hlavní a doplňující informace	- porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického ústního projevu složitějšího obsahu na aktuální téma, postihne jeho hlavní a doplňující informace rozliší v mluveném projevu jednotlivé mluvčí, identifikuje různý styl, citové zabarvení, názory a stanoviska jednotlivých mluvčích	Komunikační dovednosti (popis obrázku, interview, role-play)
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích	- komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích	Fonetika (výslovnost, intonace, větný důraz)
vyhledá a shromáždí informace z různých textů na méně běžné, konkrétní téma a pracuje se získanými informacemi	- vyhledá a shromáždí informace z různých textů na méně běžné, konkrétní téma a pracuje se získanými informacemi	Rozvoj čtenářské kompetence
využívá různé druhy slovníků, informativní literaturu, encyklopedie a média	- využívá různé druhy slovníků, informativní literaturu, encyklopedie a média	Tematické okruhy z reálií anglicky mluvících zemí a zemí EU (London, Prague, American cities, EU, UK, USA, English-speaking countries, Political life, Environment and ecology, Global problems, My hometown, Traditions)
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce	- čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce	Tematické okruhy se sportovní tematikou
porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického ústního projevu složitějšího obsahu na aktuální téma, postihne jeho hlavní a doplňující informace	- postihne zápletku i sled událostí ve filmu či hře	Samostatná prezentace na maturitní témata
postihne zápletku i sled událostí ve filmu či hře		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		

Konverzace v anglickém jazyce	4. ročník
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce	
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí	
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií	
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách	

### 5.15.3 Konverzace v německém jazyce

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Konverzace v německém jazyce
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Tematický obsah volitelného předmětu konverzace v německém jazyce rozšiřuje slovní zásobu a schopnost rozumět psanému i mluvenému projevu a jazykově správně komunikovat. K rozšiřujícím tematickým okruhům patří realie České republiky a německy mluvících zemí, literatura a četba, aktuální otázky, jako např. současná civilizace, ekologie, konzumní společnost apod.

Název předmětu	Konverzace v německém jazyce
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Předmět konverzace v německém jazyce je vyučován jako volitelný seminář ve třetím a čtvrtém ročníku s dvouhodinovou týdenní dotací.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Německý jazyk</li> <li>• Informatika</li> <li>• Český jazyk a literatura</li> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Geografie</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Dějepis</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• novou látku podáváme s nezbytným výkladem, ale podněcujeme žáky k samostatnému vyvozování pravidel a k hledání řešení</li> <li>• vedeme je k uvědomělému učení a k samostatné práci s učebnicí, slovníkem a jinými výukovými materiály</li> </ul>
	<p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky ke zvládnutí všech čtyř jazykových dovedností, tj. porozumění psanému a mluvenému jazyku, mluvení a psaní, v psaném a mluveném projevu upřednostňujeme srozumitelnost sdělení před mluvnickou přesností</li> <li>• reprodukce učební látky je jen nácviková fáze, snahou je rozvíjet řečové dovednosti v různých konverzačních tématech (rodina, přátelé, lidské vztahy, volný čas, zájmy apod.) a získávat znalosti z reálií</li> <li>• učíme žáky vyjadřovat se srozumitelně a logicky</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k uvědomění si toho, že ovládnutí dalšího cizího jazyka je důležité pro dosažení jejich profesních cílů</li> <li>• němčina jim může být prospěšná při vysokoškolském studiu v německy mluvících zemích i při pracovním uplatnění v cizině, popř. v České republice u zahraničního zaměstnavatele.</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k učení:</b></p>

Název předmětu	Konverzace v německém jazyce
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatné práci s učebnicí a s materiály, k uvědomělému učení (co se učí, a proč), učíme je prakticky aplikovat mluvnická pravidla, hledat je v gramatických přehledech (tabulkách), zjišťovat významy slov ve dvojjazyčném slovníku</li> <li>• novou látku podáváme s nezbytným výkladem, ale podněcujeme žáky k samostatnému vyvozování pravidel a k hledání řešení</li> <li>• motivací je praktické použití jazyka zejména při dorozumívání v cizojazyčném prostředí</li> </ul> <p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky ke zvládnutí všech čtyř jazykových dovedností, tj. porozumění psanému a mluvenému jazyku, mluvení a psaní, v psaném a mluveném projevu upřednostňujeme srozumitelnost sdělení před mluvnickou přesností</li> <li>• reprodukce učební látky je jen nácviková fáze, snahou je rozvíjet řečové dovednosti v různých konverzačních tématech (rodina, přátelé, lidské vztahy, volný čas, zájmy apod.) a získávat znalosti z reálií</li> <li>• učíme žáky vyjadřovat se srozumitelně a logicky</li> </ul> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby přemýšleli o sobě, o svém vztahu k okolnímu světu. Kriticky s nimi posuzujeme texty a jejich náměty, srovnáváme je s realitou naší země v aktuální době, v našem společenském a kulturním klimatu</li> <li>• s pomocí našeho hodnocení – prostřednictvím známek, slovního hodnocení, pochval nebo kritiky – učíme žáky hodnotit sami sebe. Orientací pro autoevaluaci je též srovnání s ostatními spolužáky</li> <li>• při komunikaci ve třídě učíme žáky vzájemně se poslouchat a reagovat na slyšený projev. Vedeme je k tomu, aby se hlásili o slovo a dodržovali pravidla kolektivního dorozumívání spolu s pravidly slušného chování</li> <li>• při skupinové (např. projektové) práci rozvíjíme v žácích vědomí odpovědnosti za společnou práci, pochopení individuálního přínosu každého člena skupiny, ochotu pomoci slabším</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému využívání digitálních technologií při osvojování a procvičování německého jazyka, k efektivnímu vyhledávání, zpracování a sdílení informací v německém jazyce</li> <li>• vedeme žáky k využívání online slovníků, výukových aplikací, multimediálních materiálů a jazykových korpusů pro rozvoj poslechových, mluvních, čtenářských a písemných dovedností</li> </ul>

Název předmětu	<b>Konverzace v německém jazyce</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• podporujeme žáky v tvorbě vlastních digitálních výstupů v německém jazyce (prezentace, projektové práce, záznamy, texty aj.) a v jejich sdílení prostřednictvím bezpečných komunikačních kanálů</li> <li>• vedeme žáky k respektování autorských práv, etických zásad a bezpečného chování v digitálním prostředí při využívání zdrojů a materiálů v cizím jazyce</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	<p>Minimální počet známek za pololetí je stanoven na dvojnásobek hodinové týdenní dotace vyučovaného předmětu. Výjimkou je druhé pololetí u maturitního ročníku, zde je nutností získat minimálně 4 známky. Při konverzaci hodnotíme především:</p> <p>-ústní projev:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• plynulost a srozumitelnost projevu</li> <li>• správná výslovnost a intonace</li> <li>• schopnost reagovat na otázky a vést dialog</li> <li>• slovní zásoba a gramatická správnost</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Porozumění mluvenému slovu:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• schopnost porozumět otázkám, pokynům a krátkým dialogům</li> <li>• reakce odpovídající obsahu sdělení</li> </ul> </li> <li>• Interakce a aktivita:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• ochota zapojit se do konverzace</li> <li>• schopnost spolupracovat v párové či skupinové práci</li> <li>• samostatnost při vyjadřování názorů</li> </ul> </li> </ul>

Konverzace v německém jazyce	3. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> </ul>	

Konverzace v německém jazyce		3. ročník	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>	
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích	- komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích	Tematické okruhy týkající se konkrétních témat z oblasti osobní, osobnostní, vzdělávací a pracovní - domov, škola a budoucí povolání, životopis, cestování, služby, zdravý životní styl, tradice a zvyky, příroda, počasí, krajina a její ochrana	
identifikuje strukturu textu a rozliší hlavní a doplňující informace	- porozumí textu nebo promluvě s malým množstvím neznámých výrazů, pokud nejsou rozhodující pro pochopení sdělení	Fonetika - výslovnost a intonace	
porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického čteného textu či písemného projevu složitějšího obsahu na aktuální téma			
identifikuje strukturu textu a rozliší hlavní a doplňující informace	- rozliší v mluveném projevu jednotlivé mluvčí, identifikuje různé styly a citová zbarvení promluvy	praktický nácvik větných konstrukcí v souvětích, trpného rodu a skloňování přídavných jmen v přívlastku	
rozliší v mluveném projevu jednotlivé mluvčí, identifikuje různý styl, citové zbarvení, názory a stanoviska jednotlivých mluvčích			
s porozuměním přijímá a srozumitelně i gramaticky správně předává obsahově složitější informace			
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>			
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí			
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Problematika vztahů organismů a prostředí			
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality			
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů			
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy			
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky			
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce			

Konverzace v německém jazyce		4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence k řešení problémů</li> </ul>	

Konverzace v německém jazyce	4. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule	- komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích	Tematické okruhy - opakování a prohlubování dosavadních tematických oblastí Nově: město a region, ve kterém žiji, Česká republika, německy mluvící země, novodobá historie a aktuální politické dění, problémy současného světa a představy o budoucnosti
identifikuje strukturu textu a rozliší hlavní a doplňující informace	- identifikuje strukturu jednoduchého textu a rozliší hlavní informace	Kultura - film, divadlo, výtvarné umění, hudba, literatura, významné osobnosti vědy a kultury
rozliší v mluveném projevu jednotlivé mluvčí, identifikuje různý styl, citové zabarvení, názory a stanoviska jednotlivých mluvčích		
volí adekvátní komunikační strategie, zohledňuje partnera a publikum; rozeznává manipulativní komunikaci a dovede se jí bránit	- volí adekvátní gramatické prostředky při vyjadřování - rozliší v mluveném projevu jednotlivé mluvčí, identifikuje různé styly a citová zabarvení promluvy	morfologie - využití podmiňovacího způsobu přítomného a minulého, budoucí čas, informace o existenci nepřímé řeči a konjunktivu I., modální slovesa - další způsoby použití
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		

Konverzace v německém jazyce	4. ročník
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Problematika vztahů organismů a prostředí	
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí	

### 5.15.4 Společenskovední seminář

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Společenskovední seminář
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Cílem společenskovedního semináře ve třetím a čtvrtém ročníku gymnázia je rozšíření, sumarizace, systemizace a prohloubení poznatků, které žáci nabyli v předmětu ZSV. Kromě prohloubení znalostí z psychologie, sociologie, religionistiky, etiky, základů státoprávní teorie a z ekonomie je náplní předmětu též příprava na náročné studium filozofie v závěrečném ročníku gymnázia. Mimoto je výuka zaměřena zvláště na praktický a konkrétní dosah znalostí.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	SVS je předmět se širokým obsahovým záběrem, který pomáhá upevňovat mezipředmětové vztahy a vytvářet celkový všeobecný přehled, proto je nutná aktivní spolupráce žáků. Cílem je kultivovat intelektuální, osobnostní i občanský profil gymnazistů a formovat i rozvíjet jejich mravní a právní vědomí.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biologie</li> <li>• Základy společenských věd</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu,	<b>Kompetence k řešení problémů:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Učitelé žáky vedou k vytváření hypotéz, k navrhování postupných kroků a ke zvažování využití různých postupů při řešení problému nebo ověřování hypotézy. Předmět formuje žáky k</li> </ul>

Název předmětu	Společenskovědní seminář
<p>jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků</p>	<p>uplatňování vhodné metody při řešení problémů a k využití dříve získaných vědomostí a dovedností</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dále předmět vede ke schopnostem kriticky interpretovat získané poznatky a zjištění a ověřovat je. Pro svá tvrzení jsou žáci vedeni k nalézání argumentů a důkazů, k formulaci a obhajobě podložených závěrů</li> </ul>
	<p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žáci jsou formováni tak, aby rozumně zvažovali vztahy mezi svými zájmy osobními, zájmy širší skupiny, do níž patří, a zájmy veřejnými, aby se rozhodovali a jednali vyváženě o chodu společnosti a civilizace, aby se dále rozhodovali tak, aby vždy respektovali různorodost hodnot, názorů, postojů a schopností ostatních lidí</li> <li>• Žák by měl být směřován k tomu, aby rozšiřoval své poznání a chápání kulturních a duchovních hodnot, spoluvytvářel je a chránil, promýšlel souvislosti mezi svými právy, povinnostmi a zodpovědností k plnění svých povinností a hájil svá práva i práva jiných</li> <li>• Předmět se snaží vyvolat v žácích zájem o veřejný život a snahu jednat k obecnému prospěchu podle nejlepšího svědomí</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formuje se snaha žáka uplatňovat proaktivní přístup, vlastní iniciativu a tvořivost, usilovat o dosažení stanovených cílů, průběžně evidovat a kriticky hodnotit dosažené výsledky, korigovat další činnost s ohledem na stanovený cíl, dokončovat zahájené aktivity a kriticky hodnotit rizika související s rozhodováním v reálných životních situacích</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák dokáže efektivně využívat různé strategie učení k získání a zpracování poznatků a informací, dokáže rozvíjet účinné postupy ve svém učení, reflektovat proces vlastního učení a myšlení a kriticky přistupovat ke zdrojům informací</li> </ul>
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák s ohledem na situaci a účastníky komunikace efektivně využívá dostupné prostředky komunikace, verbální i neverbální, včetně symbolických a grafických vyjádření informací různého typu, používá s porozuměním odborný jazyk a efektivně využívá moderní informační technologie, prezentuje vhodným způsobem svou práci i sám sebe, správně interpretuje přijímaná sdělení a věcně argumentuje i v nejasných nebo sporných komunikačních situacích</li> </ul>

Název předmětu	Společenskovědní seminář
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tato kompetence je naplněna vedením ke schopnosti sebereflexe, ke stanovení si cílů a priorit s ohledem na osobní schopnosti, zájmovou orientaci i životní podmínky, k odhadování důsledků vlastního jednání a chování v nejrůznějších situacích a ke korigování svého jednání a chování</li> <li>• Žák je veden k tomu, aby aktivně spolupracoval při stanovování a dosahování společných cílů, v neposlední řadě též k tomu, aby se rozhodoval na základě vlastního úsudku a odolával společenským i mediálními tlakům</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému a zodpovědnému využívání digitálních technologií při vyhledávání, zpracování a prezentaci informací z oblasti společenských věd</li> <li>• učíme žáky kriticky hodnotit informace získané z digitálních médií, rozlišovat mezi fakty, názory a dezinformacemi a ověřovat jejich důvěryhodnost</li> <li>• podporujeme žáky v používání digitálních nástrojů pro tvorbu a sdílení vlastních výstupů (prezentace, texty, projekty, diskuze) s využitím online platforem</li> <li>• vedeme žáky k pochopení vlivu digitálních technologií a médií na společnost, mezilidské vztahy a formování veřejného mínění</li> <li>• vedeme žáky k respektování autorských práv, ochraně osobních údajů a k etickému, bezpečnému a kultivovanému chování v digitálním prostředí</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	Žáci jsou hodnoceni minimálně čtyřmi známkami ve 3. ročníku a šesti známkami ve 4. ročníku v každém pololetí - z toho min. jednou za ústní projev. Klasifikace krom znalostí zahrnuje též vlastní aktivitu žáků, prezentační schopnosti, schopnost argumentace a kritického myšlení.

Společenskovědní seminář	3. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> </ul>	

Společenskovední seminář	3. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
objasní, proč a jak se lidé odlišují ve svých projevech chování, uvede příklady faktorů, které ovlivňují prožívání, chování a činnost člověka	- objasní, proč a jak se lidé odlišují ve svých projevech chování, uvede příklady faktorů, které ovlivňují prožívání, chování a činnost člověka	Podstata lidské psychiky - prohlubující učivo
vyloží, jak člověk vnímá, prožívá a poznává skutečnost, sebe i druhé lidi a co může jeho vnímání a poznávání ovlivňovat	- vyloží, jak člověk vnímá, prožívá a poznává skutečnost, sebe i druhé lidi a co může jeho vnímání a poznávání ovlivňovat	Psychologie v každodenní praxi
využívá získané poznatky při sebepoznávání, poznávání druhých lidí, volbě profesní orientace	- využívá získané poznatky při sebepoznávání, poznávání druhých lidí, volbě profesní orientace na příkladech ilustruje vhodné způsoby vyrovnávání se s náročnými životními situacemi	Osobnost člověka a jeho sebereflexe
respektuje kulturní odlišnosti a rozdíly v projevu příslušníků různých sociálních skupin, na příkladech doloží, k jakým důsledkům mohou vést předsudky	- respektuje kulturní odlišnosti a rozdíly v projevu příslušníků různých sociálních skupin, na příkladech doloží, k jakým důsledkům mohou vést předsudky	Sociální fenomény a procesy - praktické příklady
objasní podstatu některých sociálních problémů současnosti a popíše možné dopady sociálně-patologického chování na jedince a společnost	- objasní podstatu některých sociálních problémů současnosti a popíše možné dopady sociálně-patologického chování na jedince a společnost	Sociální patologie a možnosti řešení sociálních problémů
posoudí úlohu sociálních změn v individuálním i společenském vývoji, rozlišuje změny konstruktivní a destruktivní	- posoudí úlohu sociálních změn v individuálním i společenském vývoji, rozlišuje změny konstruktivní a destruktivní	Sociální struktura společnosti – sociální útvary, společenské instituce; sociální nerovnost, sociální mobilita; jedinec ve skupině (vztahy, role, normy chování)
eticky a věcně správně argumentuje v dialogu a diskusi, uvážlivě a kriticky přistupuje k argumentům druhých lidí, rozpozná nekorektní argumentaci a manipulativní strategie v mezilidské komunikaci	- vysvětlí na základě konkrétní, reálné a aktuální situace ve společnosti mechanismy fungování trhu a orientuje se v globálních ekonomických otázkách	Základní ekonomické pojmy – typy ekonomik, ekonomický cyklus, tržní mechanismus, nabídka, poptávka, tvorba ceny, globální ekonomické otázky
vyloží podstatu demokracie, odliší ji od nedemokratických forem řízení sociálních skupin a státu, porovná postavení občana v demokratickém a totalitním státě	- vyloží podstatu demokracie, odliší ji od nedemokratických forem řízení sociálních skupin a státu, porovná postavení občana v demokratickém a totalitním státě	Demokracie a totalitní stát v současném světě
objasní podstatu a význam politického pluralismu pro život ve státě, uvede příklady politického extremismu a objasní, v čem spočívá nebezpečí ideologií	- objasní podstatu a význam politického pluralismu pro život ve státě, uvede příklady politického extremismu a objasní, v čem spočívá nebezpečí ideologií	Ideologie a politický extremismus v praxi

Společenskovední seminář	3. ročník	
obhájí svá lidská práva, respektuje lidská práva druhých lidí a uvážlivě vystupuje proti jejich porušování	- obhájí svá lidská práva, respektuje lidská práva druhých lidí a uvážlivě vystupuje proti jejich porušování	Lidská práva a jejich porušování
posoudí projevy globalizace, uvede příklady globálních problémů současnosti, analyzuje jejich příčiny a domýšlí jejich možné důsledky	- posoudí projevy globalizace, uvede příklady globálních problémů současnosti, analyzuje jejich příčiny a domýšlí jejich možné důsledky	Globalizace v postmoderním světě
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		

Společenskovední seminář	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	

Společenskovední seminář	4. ročník	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
objasní podstatu filozofického tázání, porovná východiska filozofie, mýtu, náboženství, vědy a umění k uchopení skutečnosti a člověka	- objasní podstatu filozofického tázání, porovná východiska filozofie, mýtu, náboženství, vědy a umění k uchopení skutečnosti a člověka	Podstata filozofie - interpretace textů
eticky a věcně správně argumentuje v dialogu a diskusi, uvážlivě a kriticky přistupuje k argumentům druhých lidí, rozpozná nekorektní argumentaci a manipulativní strategie v mezilidské komunikaci	- eticky a věcně správně argumentuje v dialogu a diskusi, uvážlivě a kriticky přistupuje k argumentům druhých lidí, rozpozná nekorektní argumentaci a manipulativní strategie v mezilidské komunikaci	Filozofická diskuse a argumentace
posuzuje lidské jednání z hlediska etických norem a svědomí jednotlivce, objasní dějinnou proměnlivost základních etických pojmů a norem	- posuzuje lidské jednání z hlediska etických norem a svědomí jednotlivce, objasní dějinnou proměnlivost základních etických pojmů a norem	Etika a životní praxe
rozlišuje významné náboženské systémy, identifikuje projevy náboženské a jiné nesnášenlivosti a rozezná projevy sektářského myšlení	- rozlišuje významné náboženské systémy, identifikuje projevy náboženské a jiné nesnášenlivosti a rozezná projevy sektářského myšlení	Víra v lidském životě - světová náboženství a jejich dialog, nebezpečí sektářství
objasní, proč a jak se lidé odlišují ve svých projevech chování, uvede příklady faktorů, které ovlivňují prožívání, chování a činnost člověka	- objasní, proč a jak se lidé odlišují ve svých projevech chování, uvede příklady faktorů, které ovlivňují prožívání, chování a činnost člověka	Podstata lidské psychiky – vědomí; psychické jevy, procesy, stavy a vlastnosti – prohloubení učiva
porovná osobnost v jednotlivých vývojových fázích života, vymezí, co každá etapa přináší do lidského života nového a jaké životní úkoly před člověka staví	- porovná osobnost v jednotlivých vývojových fázích života, vymezí, co každá etapa přináší do lidského života nového a jaké životní úkoly před člověka staví	Osobnost člověka – charakteristika osobnosti, její typologie; vývoj a formování osobnosti v jednotlivých etapách lidského života; význam celoživotního učení a sebevýchovy – prohloubení učiva
posoudí úlohu sociálních změn v individuálním i společenském vývoji, rozlišuje změny konstruktivní a destruktivní	- posoudí úlohu sociálních změn v individuálním i společenském vývoji, rozlišuje změny konstruktivní a destruktivní	Sociální fenomény a procesy – rodina, práce, masmédiá, životní prostředí; sociální deviace, sociální problémy (nezaměstnanost, kriminalita, extremismus) – prohloubení učiva
respektuje kulturní odlišnosti a rozdíly v projevu příslušníků různých sociálních skupin, na příkladech doloží, k jakým důsledkům mohou vést předsudky	- respektuje kulturní odlišnosti a rozdíly v projevu příslušníků různých sociálních skupin, na příkladech doloží, k jakým důsledkům mohou vést předsudky	Sociální struktura společnosti – sociální útvary, společenské instituce; sociální nerovnost, sociální mobilita; jedinec ve skupině (vztahy, role, normy chování) – prohloubení učiva
rozlišuje a porovnává historické i současné typy států (forem vlády)	- rozlišuje a porovnává historické i současné typy států (forem vlády)	Stát – znaky a funkce, formy státu, právní stát; Ústava ČR – přehled základních ustanovení – prohloubení učiva

Společenskovědní seminář	4. ročník	
vyloží podstatu demokracie, odliší ji od nedemokratických forem řízení sociálních skupin a státu, porovná postavení občana v demokratickém a totalitním státě	- vyloží podstatu demokracie, odliší ji od nedemokratických forem řízení sociálních skupin a státu, porovná postavení občana v demokratickém a totalitním státě	Demokracie – principy a podoby; občanská práva a povinnosti, podstata občanské společnosti, její instituce; politické subjekty, politický život ve státě; volby, volební systémy; úřady – prohloubení učiva
obhajuje svá lidská práva, respektuje lidská práva druhých lidí a uvážlivě vystupuje proti jejich porušování	- obhajuje svá lidská práva, respektuje lidská práva druhých lidí a uvážlivě vystupuje proti jejich porušování	Lidská práva – zakotvení lidských práv v dokumentech; porušování a ochrana lidských práv, funkce ombudsmana
vymezí podmínky vzniku a zániku důležitých právních vztahů (vlastnictví, pracovní poměr, manželství) i práva a povinnosti účastníků těchto právních vztahů	- vymezí podmínky vzniku a zániku důležitých právních vztahů (vlastnictví, pracovní poměr, manželství) i práva a povinnosti účastníků těchto právních vztahů	Právo v každodenním životě – právní subjektivita, způsobilost k právním úkonům; právní řád ČR – jeho uspořádání; systém právních odvětví, druhy právních norem; smlouvy, jejich význam a obsah, všeobecné podmínky smluv – prohloubení učiva
rozlišuje trestný čin a přestupek, vymezí podmínky trestní postižitelnosti občanů a uvede příklady postihů trestné činnosti	- rozlišuje trestný čin a přestupek, vymezí podmínky trestní postižitelnosti občanů a uvede příklady postihů trestné činnosti	Orgány právní ochrany – funkce a úkoly, právní profese; účel a průběh občanského soudního řízení; orgány činné v trestním řízení, jejich úkoly – prohloubení učiva
uvede svá pracovní práva a vyžaduje jejich respektování od ostatních, respektuje své pracovní povinnosti	- uvede svá pracovní práva a vyžaduje jejich respektování od ostatních, respektuje své pracovní povinnosti	Pracovní právo – právní podmínky vzniku, změny a zániku pracovního poměru (pracovní smlouva, zkušební doba, výpověď, odstupné); práva a povinnosti účastníků pracovněprávních vztahů (pracovní doba, pracovní neschopnost, mzda, minimální mzda, odměny), odbory – prohloubení učiva
vysvětlí na základě konkrétní, reálné a aktuální situace ve společnosti mechanismy fungování trhu	- vysvětlí na základě konkrétní, reálné a aktuální situace ve společnosti mechanismy fungování trhu	Základní ekonomické pojmy – typy ekonomik, ekonomický cyklus, tržní mechanismus, nabídka, poptávka, tvorba ceny, globální ekonomické otázky – prohloubení učiva
uvede, jak postupovat při zakládání vlastní podnikatelské činnosti a jak zažádat o živnostenské oprávnění	- uvede, jak postupovat při zakládání vlastní podnikatelské činnosti a jak zažádat o živnostenské oprávnění	Ekonomické subjekty – právní formy podnikání (živnost, typy obchodních společností, družstvo), základní právní normy týkající se podnikání – prohloubení učiva

Společenskovední seminář	4. ročník	
objasní důvody evropské integrace, posoudí její význam pro vývoj Evropy	- objasní důvody evropské integrace, posoudí její význam pro vývoj Evropy	Evropská integrace – podstata a význam; Evropská unie – význam; proces integrace; orgány EU; jednotná evropská měna – prohloubení učiva
posoudí projevy globalizace, uvede příklady globálních problémů současnosti, analyzuje jejich příčiny a domýšlí jejich možné důsledky	- posoudí projevy globalizace, uvede příklady globálních problémů současnosti, analyzuje jejich příčiny a domýšlí jejich možné důsledky	Proces globalizace – příčiny, projevy, důsledky; globální problémy – prohloubení učiva
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Role médií v moderních dějinách		

### 5.15.5 Seminář z matematiky

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z matematiky
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Pro žáky se zájmem o matematiku a její praktické využití v přírodovědných a technických oborech je v posledních dvou ročnících nabízen matematický seminář, který rozvíjí a prohlubuje kompetence potřebné pro studium na vysokých školách daného zaměření.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Obsah semináře je zaměřen na propojování jednotlivých matematických oblastí a na praktické využití matematického aparátu v jiných vědních disciplínách i v běžném životě. Důraz je kladen na pochopení souvislostí, logické uvažování a rozvoj aplikovaných dovedností. Součástí výuky je také podpora účasti žáků v matematických a logických soutěžích, rozvoj jejich tvořivosti a motivace k dalšímu studiu.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fyzika</li> <li>• Matematika</li> <li>• Chemie</li> <li>• Informatika</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b> Žák je veden a podporován k porozumění zadání úlohy, rozpoznání její podstaty a plánování postupu řešení. Je motivován k hledání různých způsobů řešení, k porovnávání jejich účinnosti a k vyvozování závěrů na základě logických úvah. Je veden k využívání různých metod, nástrojů a digitálních technologií při řešení matematických problémů. Je podporován v aplikaci poznatků na reálné situace a při ověřování správnosti výsledků.</p> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b> Žák je veden k využívání matematických znalostí při plánování, organizaci a hodnocení vlastních činností. Je podporován v praktické aplikaci matematiky v běžném životě (rozpočet, procenta, úrok, data). Je motivován k samostatnému rozhodování, vytrvalosti a dokončování započaté práce. Je veden k odhadování rizik a posuzování důsledků různých variant řešení.</p> <p><b>Kompetence k učení:</b> Žák je veden k plánování vlastního učení, sleduje svůj pokrok a využívá zpětnou vazbu. Je podporován v pochopení souvislostí a propojuje nové poznatky s dřívějšími zkušenostmi. Je motivován k využívání různých zdrojů informací (učebnice, internet, software) a k samostatnému objevování. Je veden k vytrvalosti při řešení obtížnějších úloh a k učení z vlastních chyb.</p>

Název předmětu	Seminář z matematiky
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b>                      Žák je veden k jasnému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Je podporován v používání správné matematické terminologie, symbolů a zápisů. Je motivován k vysvětlování svých postupů spolužákům, obhajobě výsledků pomocí argumentů a k prezentaci řešení prostřednictvím grafů, tabulek a diagramů.</p> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b>                      Žák je veden ke spolupráci při řešení skupinových úloh a projektů. Je podporován v naslouchání, respektování názorů druhých a přijímání zpětné vazby. Je motivován k sebereflexi vlastního postupu a k zodpovědnému přístupu ke společné práci.</p> <p><b>Kompetence občanská:</b>                      Žák je veden k využívání matematických poznatků při orientaci v údajích o společenských a ekonomických jevech (statistiky, grafy, rozpočty). Je motivován ke kritickému hodnocení informací a dat z různých zdrojů. Je podporován v chápání souvislostí mezi matematikou, technickým rozvojem a odpovědným chováním vůči společnosti i životnímu prostředí.</p> <p><b>Kompetence digitální:</b>                      Žák je veden k efektivnímu využívání digitálních technologií při zpracování a vizualizaci dat. Je podporován v bezpečném a etickém používání digitálních nástrojů a aplikací. Je motivován k samostatnému vyhledávání, zpracování a sdílení informací v digitálním prostředí. Je veden k používání softwaru pro modelování a ověřování matematických jevů.</p>
Způsob hodnocení žáků	<p>Způsoby hodnocení – klasifikační stupnicí 1-5, vychází z klasifikačního řádu školy.                      Při klasifikaci ve vyučovacím předmětu matematika se v souladu s požadavky učebních osnov hodnotí:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• minimální počet známek odpovídá dvojnásobku týdenní hodinové dotace (výjimkou je druhé pololetí maturitního ročníku, kdy stačí získat minimálně 3 známky)</li> <li>• dílčí tematické testy (známka s váhou 4 až 6), oznamují se předem</li> <li>• drobné desetiminutovky (známka s váhou 1 až 3), bez ohlášení</li> <li>• hodnocení předmětových soutěží (známka s váhou dle náročnosti a úspěšnosti)</li> </ul> <p>Je nutné, aby žák byl klasifikován v každém probíraném celku.</p>

Seminář z matematiky	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
analyzuje a řeší problémy, v nichž aplikuje řešení lineárních a kvadratických rovnic a jejich soustav	- rozlišuje ekvivalentní a neekvivalentní úpravy - analyzuje a řeší problémy, v nichž aplikuje řešení lineárních a kvadratických rovnic a jejich soustav	ROVNICE S PARAMETREM: Lineární rovnice s parametrem Kvadratické rovnice s parametrem Soustavy rovnic s parametrem
geometricky interpretuje číselné, algebraické a funkční vztahy, graficky znázorňuje řešení rovnic, nerovnic a jejich soustav	- řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení	MOCNINY mocniny s přirozeným, celým a racionálním exponentem, odmocniny
provádí operace s mocninami a odmocninami, upravuje číselné výrazy	- geometricky interpretuje číselné, algebraické a funkční vztahy, graficky znázorňuje řešení rovnic, nerovnic a jejich soustav	VÝRAZY S PROMĚNNÝMI výrazy s mocninami a odmocninami
řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení	- provádí operace s mocninami a odmocninami, upravuje číselné výrazy	
rozlišuje ekvivalentní a neekvivalentní úpravy		
aplikuje vztahy mezi hodnotami exponenciálních, logaritmických a goniometrických funkcí a vztahy mezi těmito funkcemi	- aplikuje vztahy mezi hodnotami exponenciálních, logaritmických a goniometrických funkcí a vztahy mezi těmito funkcemi	FUNKCE: lineární funkce, kvadratická funkce, funkce absolutní hodnota, lineární lomená funkce, mocninné funkce, funkce druhá odmocnina, exponenciální, logaritmické a goniometrické funkce
formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných funkcí a posloupností	- formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných funkcí a posloupností	Definice a vlastnosti funkcí, jejich grafy Funkce $y = \text{sgn}(x)$ , $y = [x]$
načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	- využívá poznatky o funkcích při řešení rovnic a nerovnic, při určování kvantitativních vztahů	Inverzní funkce, složené funkce Parametrické systémy funkcí
využívá poznatky o funkcích při řešení rovnic a nerovnic, při určování kvantitativních vztahů	- načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	
modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí	- modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí	DIFERENCIÁLNÍ A INTEGRÁLNÍ POČET: Spojitost funkce

Seminář z matematiky	3. ročník	
načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	- načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	Limita funkce v bodě Limita funkce v nevlastním bodě Věty o limitách
řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o funkcích a posloupnostech	- řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o funkcích a posloupnostech	Derivace funkce v bodě, derivace součtu, rozdílu, součinu, podílu, složené funkce Derivace a monotónnost fce, extrémy funkce, průběh fce Aplikační úlohy derivace funkce
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke kultivovanému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich argumenty a spolupracovat při společném řešení úloh. Je podporován v prezentaci výsledků a v obhajobě vlastních řešení s využitím věcných argumentů.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování postupu při řešení úloh, k hospodaření s časem a ke kontrole výsledků. Učí se systematicky postupovat, soustředit se na úkol a překonávat neúspěch jako přirozenou součást učení. Je podporován ve vytrvalosti a v efektivní organizaci své práce.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
Žák je veden k uvědomování si svých silných i slabších stránek při práci s matematickým obsahem. Je podporován v rozvoji logického myšlení, tvořivosti a sebedůvěry při objevování nových postupů. Reflexe práce a práce s chybou pomáhá žákovi chápat vlastní pokrok a motivuje ho k dalšímu učení.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák je veden ke spolupráci ve dvojicích a skupinách při řešení matematických problémů a projektů. Učí se respektovat různé pracovní tempo i přístup ostatních, přispívat k dosažení společného cíle a rozvíjet týmového ducha. Soutěžní formy výuky (např. matematické soutěže, logické hry) podporují férové chování a radost z úspěchu.		

Seminář z matematiky	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence občanská</li> </ul>	

Seminář z matematiky	4. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
čte a zapisuje tvrzení v symbolickém jazyce matematiky	- užívá určitého integrálu k výpočtu obsahu rovinného obrazce a objemu rotačního tělesa	<b>INTEGRÁLNÍ POČET:</b> Určitý integrál Výpočet určitého integrálu Aplikační úlohy určitého integrálu Výpočty obsahů obrazců, objemů rotačních těles
zdůvodňuje svůj postup a ověřuje správnost řešení problému	- zdůvodňuje svůj postup a ověřuje správnost řešení problému čte a zapisuje tvrzení v symbolickém jazyce matematiky	
řeší analyticky polohové a metrické úlohy o lineárních útvarech v rovině	- umí využít vektorového součinu k výpočtu obsahu trojúhelníku, čtyřúhelníku, objemu jehlanu, hranolu	<b>ANALYTICKÁ GEOMETRIE V ROVINĚ A PROSTORU:</b> Vektor, souřadnice vektoru, operace s vektory Součet a rozdíl vektorů, násobení vektoru reálným číslem Součin skalární, vektorový a smíšený Lineárně závislé a nezávislé vektory Analytické vyjádření přímky v prostoru Analytické vyjádření roviny v prostoru Vzájemná poloha a odchylka – přímeček, rovin Vzdálenost bodu od přímky, od roviny Vyšetřování množin bodů dané vlastnosti
řeší analyticky úlohy na vzájemnou polohu přímky a kuželosečky	- ovládá různé způsoby analytického vyjádření přímky a roviny - parametrické rovnice a obecné rovnice	
užívá různé způsoby analytického vyjádření přímky v rovině (geometrický význam koeficientů)	- umí určit průsečnici rovin	
využívá charakteristické vlastnosti kuželoseček k určení analytického vyjádření	- řeší analyticky úlohy na vzájemnou polohu přímky a kuželosečky - využívá charakteristické vlastnosti kuželoseček k určení analytického vyjádření	
řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení	- řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení	<b>ALGEBRAICKÉ VÝRAZY, ROVNICE A NEROVNICE:</b> Systematizace základních poznatků o řešení rovnic Výrazy a jejich úpravy, definiční obor Využití rozkladů při řešení rovnic Ekvivalentní a důsledkové úpravy rovnic Řešení rovnic metodou substituce Grafické řešení rovnic, nerovnic, soustav Řešení nerovnic s parametrem Soustavy rovnic
zdůvodňuje svůj postup a ověřuje správnost řešení problému	- zdůvodňuje svůj postup a ověřuje správnost řešení problému	
řeší analyticky polohové a metrické úlohy o lineárních útvarech v rovině	- řeší planimetrické problémy motivované praxí	<b>PLANIMETRIE A STEREOOMETRIE:</b> Systematizace poznatků o řešení geometrických úloh
řeší planimetrické a stereometrické problémy motivované praxí	- řeší polohové a nepolohové konstrukční úlohy užitím všech bodů dané vlastnosti a pomocí konstrukce na základě výpočtu	

Seminář z matematiky	4. ročník
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti	
Žák je veden k uvědomování si svých silných i slabších stránek při práci s matematickým obsahem. Je podporován v rozvoji logického myšlení, tvořivosti a sebedůvěry při objevování nových postupů. Reflexe práce a práce s chybou pomáhá žákovi chápat vlastní pokrok a motivuje ho k dalšímu učení.	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů	
Žák je veden k plánování postupu při řešení úloh, k hospodaření s časem a ke kontrole výsledků. Učí se systematicky postupovat, soustředit se na úkol a překonávat neúspěch jako přirozenou součást učení. Je podporován ve vytrvalosti a v efektivní organizaci své práce.	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne	
Žák je veden k poctivému přístupu k práci – dodržování pravidel, respektování cizího názoru a uznání vlastní chyby. Učí se chápat význam férovosti, přesnosti a odpovědnosti při řešení úloh i spolupráci. Je podporován ve vytváření pracovních návyků založených na čestnosti, pečlivosti a respektu k druhým.	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace	
Žák je veden ke kultivovanému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich argumenty a spolupracovat při společném řešení úloh. Je podporován v prezentaci výsledků a v obhajobě vlastních řešení s využitím věcných argumentů.	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž	
Žák je veden ke spolupráci ve dvojicích a skupinách při řešení matematických problémů a projektů. Učí se respektovat různé pracovní tempo i přístup ostatních, přispívat k dosažení společného cíle a rozvíjet týmového ducha. Soutěžní formy výuky (např. matematické soutěže, logické hry) podporují férové chování a radost z úspěchu.	

### 5.15.6 Seminář z matematiky PLUS

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z matematiky PLUS
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity

Název předmětu	Seminář z matematiky PLUS
Charakteristika předmětu	Pro žáky se zájmem o matematiku a její praktické využití v ekonomických a netechnických oborech je v posledních dvou ročnících nabízen matematický seminář, který rozvíjí a prohlubuje kompetence potřebné pro studium na vysokých školách daného zaměření. Ve třetím ročníku se předmět neliší náplní od semináře z matematiky. Tato změna nastává až v posledním ročníku.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Obsah semináře je zaměřen na propojování jednotlivých matematických oblastí a na praktické využití matematického aparátu v jiných vědních disciplínách i v běžném životě. Důraz je kladen na pochopení souvislostí, logické uvažování a rozvoj aplikovaných dovedností. Součástí výuky je také podpora účasti žáků v matematických a logických soutěžích, rozvoj jejich tvořivosti a motivace k dalšímu studiu.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matematika</li> <li>• Informatika</li> <li>• Fyzika</li> <li>• Chemie</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k učení:</b>                      Žák je veden k plánování vlastního učení, sleduje svůj pokrok a využívá zpětnou vazbu. Je podporován v pochopení souvislostí a propojuje nové poznatky s dřívějšími zkušenostmi. Je motivován k využívání různých zdrojů informací (učebnice, internet, software) a k samostatnému objevování. Je veden k vytrvalosti při řešení obtížnějších úloh a k učení z vlastních chyb</p>
	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b>                      Žák je veden a podporován k porozumění zadání úlohy, rozpoznání její podstaty a plánování postupu řešení. Je motivován k hledání různých způsobů řešení, k porovnávání jejich účinnosti a k vyvozování závěrů na základě logických úvah. Je veden k využívání různých metod, nástrojů a digitálních technologií při řešení matematických problémů. Je podporován v aplikaci poznatků na reálné situace a při ověřování správnosti výsledků.</p>
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b>                      Žák je veden k jasnému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Je podporován v používání správné matematické terminologie, symbolů a zápisů. Je motivován k vysvětlování svých postupů spolužákům, obhajobě výsledků pomocí argumentů a k prezentaci řešení prostřednictvím grafů, tabulek a diagramů.</p>

Název předmětu	Seminář z matematiky PLUS
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b>                      Žák je veden ke spolupráci při řešení skupinových úloh a projektů. Je podporován v naslouchání, respektování názorů druhých a přijímání zpětné vazby. Je motivován k sebereflexi vlastního postupu a k zodpovědnému přístupu ke společné práci.</p> <p><b>Kompetence občanská:</b>                      Žák je veden k využívání matematických poznatků při orientaci v údajích o společenských a ekonomických jevech (statistiky, grafy, rozpočty). Je motivován ke kritickému hodnocení informací a dat z různých zdrojů. Je podporován v chápání souvislostí mezi matematikou, technickým rozvojem a odpovědným chováním vůči společnosti i životnímu prostředí.</p> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b>                      Žák je veden k využívání matematických znalostí při plánování, organizaci a hodnocení vlastních činností. Je podporován v praktické aplikaci matematiky v běžném životě (rozpočet, procenta, úrok, data). Je motivován k samostatnému rozhodování, vytrvalosti a dokončování započaté práce. Je veden k odhadování rizik a posuzování důsledků různých variant řešení.</p> <p><b>Kompetence digitální:</b>                      Žák je veden k efektivnímu využívání digitálních technologií při zpracování a vizualizaci dat. Je podporován v bezpečném a etickém používání digitálních nástrojů a aplikací. Je motivován k samostatnému vyhledávání, zpracování a sdílení informací v digitálním prostředí. Je veden k používání softwaru pro modelování a ověřování matematických jevů.</p>
Způsob hodnocení žáků	<p>Způsoby hodnocení – klasifikační stupnicí 1-5, vychází z klasifikačního řádu školy.                      Při klasifikaci ve vyučovacím předmětu matematika se v souladu s požadavky učebních osnov hodnotí:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• minimální počet známek odpovídá dvojnásobku týdenní hodinové dotace (výjimkou je druhé pololetí maturitního ročníku, kdy stačí získat minimálně 3 známky)</li> <li>• dílčí tematické testy (známka s váhou 4 až 6), oznamují se předem</li> <li>• drobné desetiminutovky (známka s váhou 1 až 3), bez ohlášení</li> <li>• hodnocení předmětových soutěží (známka s váhou dle náročnosti a úspěšnosti)</li> </ul> <p>Je nutné, aby žák byl klasifikován v každém probíraném celku.</p>

Seminář z matematiky PLUS	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
analyzuje a řeší problémy, v nichž aplikuje řešení lineárních a kvadratických rovnic a jejich soustav	- rozlišuje ekvivalentní a neekvivalentní úpravy - analyzuje a řeší problémy, v nichž aplikuje řešení lineárních a kvadratických rovnic a jejich soustav	ROVNICE S PARAMETREM: Lineární rovnice s parametrem Kvadratické rovnice s parametrem Soustavy rovnic s parametrem
geometricky interpretuje číselné, algebraické a funkční vztahy, graficky znázorňuje řešení rovnic, nerovnic a jejich soustav	- řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení	MOCNINY mocniny s přirozeným, celým a racionálním exponentem, odmocniny
provádí operace s mocninami a odmocninami, upravuje číselné výrazy	- geometricky interpretuje číselné, algebraické a funkční vztahy, graficky znázorňuje řešení rovnic, nerovnic a jejich soustav	VÝRAZY S PROMĚNNÝMI výrazy s mocninami a odmocninami
řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení	- provádí operace s mocninami a odmocninami, upravuje číselné výrazy	
rozlišuje ekvivalentní a neekvivalentní úpravy		
aplikuje vztahy mezi hodnotami exponenciálních, logaritmických a goniometrických funkcí a vztahy mezi těmito funkcemi	- aplikuje vztahy mezi hodnotami exponenciálních, logaritmických a goniometrických funkcí a vztahy mezi těmito funkcemi	FUNKCE: lineární funkce, kvadratická funkce, funkce absolutní hodnota, lineární lomená funkce, mocninné funkce, funkce druhá odmocnina, exponenciální, logaritmické a goniometrické funkce
formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných funkcí a posloupností	- formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných funkcí a posloupností	Definice a vlastnosti funkcí, jejich grafy Funkce $y = \text{sgn}(x)$ , $y = [x]$
načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	- využívá poznatky o funkcích při řešení rovnic a nerovnic, při určování kvantitativních vztahů - načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	Inverzní funkce, složené funkce Parametrické systémy funkcí
využívá poznatky o funkcích při řešení rovnic a nerovnic, při určování kvantitativních vztahů		
modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí	- modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí	DIFERENCIÁLNÍ A INTEGRÁLNÍ POČET: Spojitost funkce

Seminář z matematiky PLUS	3. ročník	
načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	- načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti	Limita funkce v bodě Limita funkce v nevlastním bodě Věty o limitách
řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o funkcích a posloupnostech	- řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o funkcích a posloupnostech	Derivace funkce v bodě, derivace součtu, rozdílu, součinu, podílu, složené funkce Derivace a monotónnost fce, extrémy funkce, průběh fce Aplikační úlohy derivace funkce
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
Žák je veden k uvědomování si svých silných i slabších stránek při práci s matematickým obsahem. Je podporován v rozvoji logického myšlení, tvořivosti a sebedůvěry při objevování nových postupů. Reflexe práce a práce s chybou pomáhá žákovi chápat vlastní pokrok a motivuje ho k dalšímu učení.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování postupu při řešení úloh, k hospodaření s časem a ke kontrole výsledků. Učí se systematicky postupovat, soustředit se na úkol a překonávat neúspěch jako přirozenou součást učení. Je podporován ve vytrvalosti a v efektivní organizaci své práce.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke kultivovanému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich argumenty a spolupracovat při společném řešení úloh. Je podporován v prezentaci výsledků a v obhajobě vlastních řešení s využitím věcných argumentů.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák je veden ke spolupráci ve dvojicích a skupinách při řešení matematických problémů a projektů. Učí se respektovat různé pracovní tempo i přístup ostatních, přispívat k dosažení společného cíle a rozvíjet týmového ducha. Soutěžní formy výuky (např. matematické soutěže, logické hry) podporují férové chování a radost z úspěchu.		

Seminář z matematiky PLUS	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	

Seminář z matematiky PLUS	4. ročník	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
operuje s intervaly, aplikuje geometrický význam absolutní hodnoty	- užívá vlastnosti dělitelnosti přirozených čísel - operuje s intervaly, aplikuje geometrický význam absolutní hodnoty - vytváří hypotézy, zdůvodňuje jejich pravdivost a nepravdivost, vyvrací nesprávná tvrzení	SYSTEMATIZACE A PROHLoubENÍ POZNATKŮ Z ALGEBRY: Číselné množiny Absolutní hodnota Interval Dělitelnost v oboru přirozených čísel
užívá vlastnosti dělitelnosti přirozených čísel		
vytváří hypotézy, zdůvodňuje jejich pravdivost a nepravdivost, vyvrací nesprávná tvrzení		
upravuje efektivně výrazy s proměnnými, určuje definiční obor výrazu	- upravuje efektivně výrazy s proměnnými, určuje definiční obor výrazu	SYSTEMATIZACE A PROHLoubENÍ POZNATKŮ Z ALGEBRAICKÝCH VÝRAZŮ A JEJICH ÚPRAVY: Definiční obor výrazu Hodnota výrazu Mnohočleny a operace s nimi Lomené výrazy a operace s nimi Důkazy algebraických rovností a nerovností
formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných funkcí a posloupností	- načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti - řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o funkcích - formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných funkcí - modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí	SYSTEMATIZACE A PROHLoubENÍ POZNATKŮ Z FUNKCÍ: Lineární funkce Kvadratické funkce Lineárně lomená funkce Goniometrické funkce Exponenciální a logaritmické funkce
modeluje závislosti reálných dějů pomocí známých funkcí		
načrtne grafy požadovaných funkcí (zadaných jednoduchým funkčním předpisem) a určí jejich vlastnosti		
řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o funkcích a posloupnostech		
aplikuje vztahy mezi hodnotami exponenciálních, logaritmických a goniometrických funkcí a vztahy mezi těmito funkcemi	- rozlišuje ekvivalentní a neekvivalentní úpravy - řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení - aplikuje vztahy mezi hodnotami exponenciálních, logaritmických a goniometrických funkcí a vztahy mezi těmito funkcemi	SYSTEMATIZACE A PROHLoubENÍ POZNATKŮ Z ROVNIC A NEROVNIC: Lineární rovnice a nerovnice s jednou neznámou Rovnice a nerovnice s neznámou ve jmenovateli Kvadratické rovnice a nerovnice Soustavy rovnic a nerovnic Goniometrické rovnice a nerovnice Exponenciální rovnice a nerovnice
řeší lineární a kvadratické rovnice a nerovnice, řeší soustavy rovnic, v jednodušších případech diskutuje řešitelnost nebo počet řešení		
rozlišuje ekvivalentní a neekvivalentní úpravy		
řeší planimetrické a stereometrické problémy motivované praxí	- určuje vzájemnou polohu lineárních útvarů, vzdálenosti a odchylky	SYSTEMATIZACE A PROHLoubENÍ POZNATKŮ Z PLANIMETRIE:

Seminář z matematiky PLUS	4. ročník	
řeší polohové a nepolohové konstrukční úlohy užitím všech bodů dané vlastnosti, pomocí shodných zobrazení a pomocí konstrukce na základě výpočtu	- využívá náčrt při řešení rovinného nebo prostorového problému - řeší planimetrické problémy motivované praxí	Polohové a metrické vztahy mezi útvary v rovině Kružnice, kruh Mnohoúhelníky
určuje vzájemnou polohu lineárních útvarů, vzdálenosti a odchylky	- řeší polohové a nepolohové konstrukční úlohy pomocí shodných zobrazení	Geometrická zobrazení v rovině
využívá náčrt při řešení rovinného nebo prostorového problému	- řeší polohové a nepolohové konstrukční úlohy pomocí stejnolehlosti	
používá geometrické pojmy, zdůvodňuje a využívá vlastnosti geometrických útvarů v rovině a v prostoru, na základě vlastností třídí útvary	- využívá náčrt při řešení prostorového problému - používá geometrické pojmy, zdůvodňuje a využívá vlastnosti geometrických útvarů v rovině a v prostoru, na základě vlastností třídí útvary	SYSTEMATIZACE A PROHLoubENÍ POZNATKŮ ZE STEReOMETRIE: Polohové a metrické vztahy mezi útvary v prostoru Povrchy a objemy těles
určuje vzájemnou polohu lineárních útvarů, vzdálenosti a odchylky	- určuje vzájemnou polohu lineárních útvarů, vzdálenosti a odchylky	
využívá náčrt při řešení rovinného nebo prostorového problému		
řeší analyticky polohové a metrické úlohy o lineárních útvarech v rovině	- užívá různé způsoby analytického vyjádření přímky v rovině (geometrický význam koeficientů)	SYSTEMATIZACE A PROHLoubENÍ POZNATKŮ Z ANALYTICKÉ GEOMETRIE V ROVINĚ:
užívá různé způsoby analytického vyjádření přímky v rovině (geometrický význam koeficientů)	- řeší analyticky polohové a metrické úlohy o lineárních útvarech v rovině	Polohové a metrické vztahy mezi rovinnými útvary
řeší reálné problémy s kombinatorickým podtextem (charakterizuje možné případy, vytváří model pomocí kombinatorických skupin a určuje jejich počet)	- vytváří hypotézy, zdůvodňuje jejich pravdivost a nepravdivost, vyvrací nesprávná tvrzení	SYSTEMATIZACE A PROHLoubENÍ POZNATKŮ Z KOMBINATORIKY A PRACDĚPODOBNOStI:
vytváří hypotézy, zdůvodňuje jejich pravdivost a nepravdivost, vyvrací nesprávná tvrzení	- řeší reálné problémy s kombinatorickým podtextem (charakterizuje možné případy, vytváří model pomocí kombinatorických skupin a určuje jejich počet)	Kombinatorická pravidla Kombinatorické funkce
využívá kombinatorické postupy při výpočtu pravděpodobnosti, upravuje výrazy s faktoriály a kombinačními čísly	- upravuje výrazy s faktoriály a kombinačními čísly	
formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných funkcí a posloupností	- formuluje a zdůvodňuje vlastnosti studovaných posloupností	SYSTEMATIZACE A PROHLoubENÍ POZNATKŮ Z POSLOUPNOStÍ, ŘAD A FINANČNÍ MATEMATIKY:
interpretuje z funkčního hlediska složené úrokování, aplikuje exponenciální funkci a geometrickou posloupnost ve finanční matematice	- řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o posloupnostech - interpretuje z funkčního hlediska složené úrokování,	Aritmetická posloupnost, její vlastnosti a užití Geometrická posloupnost, její vlastnosti a užití

Seminář z matematiky PLUS	4. ročník	
řeší aplikační úlohy s využitím poznatků o funkcích a posloupnostech	aplikuje exponenciální funkci a geometrickou posloupnost ve finanční matematice	Limita posloupnosti Finanční matematika
diskutuje a kriticky zhodnotí statistické informace a daná statistická sdělení	- diskutuje a kriticky zhodnotí statistické informace a daná statistická sdělení	SYSTEMATIZACE A PROHLoubENÍ POZNATKŮ ZE STATISTIKY:
reprezentuje graficky soubory dat, čte a interpretuje tabulky, diagramy a grafy, rozlišuje rozdíly v zobrazení obdobných souborů vzhledem k jejich odlišným charakteristikám	- volí a užívá vhodné statistické metody k analýze a zpracování dat (využívá výpočetní techniku) - reprezentuje graficky soubory dat, čte a interpretuje tabulky, diagramy a grafy, rozlišuje rozdíly v zobrazení obdobných souborů vzhledem k jejich odlišným charakteristikám	Explorační statistika Zpracování dat Práce s tabulkami a grafy
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke kultivovanému a srozumitelnému vyjadřování matematických myšlenek ústně i písemně. Učí se naslouchat druhým, reagovat na jejich argumenty a spolupracovat při společném řešení úloh. Je podporován v prezentaci výsledků a v obhajobě vlastních řešení s využitím věcných argumentů.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování postupu při řešení úloh, k hospodaření s časem a ke kontrole výsledků. Učí se systematicky postupovat, soustředit se na úkol a překonávat neúspěch jako přirozenou součást učení. Je podporován ve vytrvalosti a v efektivní organizaci své práce.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
Žák je veden k uvědomování si svých silných i slabších stránek při práci s matematickým obsahem. Je podporován v rozvoji logického myšlení, tvořivosti a sebedůvěry při objevování nových postupů. Reflexe práce a práce s chybou pomáhá žákovi chápat vlastní pokrok a motivuje ho k dalšímu učení.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák je veden ke spolupráci ve dvojicích a skupinách při řešení matematických problémů a projektů. Učí se respektovat různé pracovní tempo i přístup ostatních, přispívat k dosažení společného cíle a rozvíjet týmového ducha. Soutěžní formy výuky (např. matematické soutěže, logické hry) podporují férové chování a radost z úspěchu.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
Žák je veden k poctivému přístupu k práci – dodržování pravidel, respektování cizího názoru a uznání vlastní chyby. Učí se chápat význam férovosti, přesnosti a odpovědnosti při řešení úloh i spolupráci. Je podporován ve vytváření pracovních návyků založených na čestnosti, pečlivosti a respektu k druhým.		

### 5.15.7 Seminář z fyziky

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z fyziky
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Volitelný vyučovací předmět seminář z fyziky navazuje na vzdělávací obsah oboru Fyzika ze vzdělávací oblasti Člověk a příroda.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Cílem výuky vyučovacího předmětu seminář z fyziky je systematizovat, prohloubit a rozšířit vědomosti a dovednosti získané v povinné výuce. Je určen pro žáky s větším zájmem o fyziku, především pro ty, kteří chtějí z fyziky složit maturitní zkoušku a dále se věnovat studiu přírodních a technických věd.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fyzika</li> <li>• Matematika</li> <li>• Chemie</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b> Žák je veden k pochopení podstaty fyzikálního problému, formulování hypotézy a navržení vhodného postupu řešení. Je motivován k využívání různých metod – výpočtů, experimentů, modelů a simulací. Je podporován při ověřování výsledků měření, při porovnávání teoretických a praktických dat a při zhodnocení jejich přesnosti.</p> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b> Žák je veden k samostatnému řešení praktických problémů prostřednictvím fyzikálních principů. Je podporován v tvořivosti, iniciativě a v uplatňování získaných poznatků v praxi. Je motivován k rozvíjení přesnosti, důslednosti a vytrvalosti při práci na úkolech a projektech.</p> <p><b>Kompetence digitální:</b></p>

Název předmětu	Seminář z fyziky
	Žák je veden k používání digitálních technologií při zpracování a vyhodnocování experimentálních dat. Je podporován v práci s měřicími senzory, simulačními programy a tabulkovými procesory. Je motivován k prezentaci výsledků pomocí digitálních nástrojů a k etickému a bezpečnému zacházení s daty.
Způsob hodnocení žáků	Způsoby hodnocení – klasifikační stupnicí 1-5, vychází z klasifikačního řádu školy. Při klasifikaci se v souladu s požadavky učebních osnov hodnotí: <ul style="list-style-type: none"> <li>• minimální počet známek odpovídá dvojnásobku týdenní hodinové dotace (výjimkou je druhé pololetí maturitního ročníku, kdy stačí získat minimálně 2 známky)</li> <li>• dílčí tematické testy cca 20 min (známka s váhou 4 až 5), oznamují se předem</li> <li>• drobné desetiminutovky (známka s váhou 1 až 3), bez ohlášení</li> <li>• hodnocení předmětových soutěží (známka s váhou dle náročnosti a úspěšnosti)</li> </ul> Je nutné, aby žák byl klasifikován v každém probíraném celku.

Seminář z fyziky	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
objasní procesy vzniku, šíření, odrazu a interference mechanického vlnění	- využívá kinematické a dynamické vztahy k řešení jednoduchých praktických problémů o pohybech v různých situacích (doprava, sport, technika) - orientuje se v grafech závislosti kinematických veličin na čase a používá je při řešení úloh - popíše a využívá souvislost změny mechanické energie s mechanickou prací v praktických příkladech - řeší úlohy a jednoduché praktické problémy na pohyb těles v homogenním a centrálním gravitačním poli - využívá momentovou větu pro řešení problémů z běžného života - fyzikálně objasní podmínky rovnováhy a stability těles - řeší úlohy s použitím Pascalova nebo Archimédova zákona	Pohyb těles a jejich vzájemné působení: Kinematika hmotného bodu; Dynamika hmotného bodu; Práce; Výkon; Mechanická energie; Gravitační pole; Mechanika tuhého tělesa; Mechanika tekutin
určí v konkrétních situacích síly a jejich momenty působící na těleso a určí výslednici sil		
využívá zákony zachování některých důležitých fyzikálních veličin při řešení problémů a úloh		

Seminář z fyziky	3. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- objasní chování tělesa z dané látky v kapalině</li> <li>- využívá rovnici spojitosti toku a Bernoulliho rovnici při řešení praktických problémů</li> </ul>	
využívá zákony zachování některých důležitých fyzikálních veličin při řešení problémů a úloh	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vyvodí z principu relativity a principu konstantní rychlosti světla některé jednoduché důsledky</li> <li>- používá vztahy pro dilataci času, kontrakci délek a skládání rychlostí při řešení konkrétních situací</li> <li>- určí ze změny energie soustavy změnu její hmotnosti a naopak</li> </ul>	Speciální teorie relativity: Vznik speciální teorie relativity; Důsledky speciální teorie relativity
analyzuje vznik a průběh procesu pružné deformace pevných těles	<ul style="list-style-type: none"> <li>- objasní souvislost mezi vlastnostmi látek různých skupenství a jejich vnitřní strukturou</li> </ul>	Stavba a vlastnosti látek: Kinetická teorie látek; Vnitřní energie, práce, teplo; Struktura a vlastnosti plynů; Práce plynu; Kruhový děj; Struktura a vlastnosti pevných látek a kapalin; Změny skupenství
aplikuje s porozuměním termodynamické zákony při řešení konkrétních fyzikálních úloh	<ul style="list-style-type: none"> <li>- řeší jednoduché úlohy s využitím prvního termodynamického zákona</li> </ul>	
objasní souvislost mezi vlastnostmi látek různých skupenství a jejich vnitřní strukturou	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sestaví kalorimetrickou rovnici v konkrétních případech a řeší úlohy využitím této rovnice</li> </ul>	
porovná zákonitosti teplotní roztažnosti pevných těles a kapalin a využívá je k řešení praktických problémů	<ul style="list-style-type: none"> <li>- řeší jednoduché úlohy na změnu stavu ideálního plynu pomocí stavové rovnice</li> </ul>	
využívá stavovou rovnici ideálního plynu stálé hmotnosti při předvídání stavových změn plynu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- znázorní průběh jednoduchých dějů s ideálním plynem v p-V diagramu</li> <li>- charakterizuje kruhový děj a znázorní jej v p-V diagramu</li> <li>- používá Hookův zákon pro pružnou deformaci tahem a tlakem</li> <li>- řeší úlohy na délkovou a objemovou teplotní roztažnost pevných a kapalných těles</li> <li>- sestaví a řeší kalorimetrickou rovnici v případech, kdy dochází ke změnám skupenství</li> </ul>	
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování a organizaci práce při experimentálních a laboratorních činnostech. Učí se vytrvalosti, pečlivosti, sebekontrolě a zvládání chyb při měření a vyhodnocování dat.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		

Seminář z fyziky	3. ročník	
Žák je veden ke srozumitelnému a kultivovanému vyjadřování výsledků měření, k obhajobě závěrů a ke spolupráci při řešení úloh. Učí se diskutovat a respektovat odlišné názory.		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
Žák využívá fyzikální znalosti k pochopení vlivu lidské činnosti na prostředí (energie, hluk, teplo, záření). Získává odpovědný postoj k využívání přírodních zdrojů a k udržitelnému rozvoji.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák spolupracuje v laboratoři i při projektových úkolech, respektuje rozdělení rolí a pravidla bezpečnosti. Soutěžní a týmové formy práce rozvíjejí zodpovědnost, spolupráci a férové jednání.		

Seminář z fyziky	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
objasní procesy vzniku, šíření, odrazu a interference mechanického vlnění	- využívá zákona odrazu a zákona lomu při řešení úloh - vypočítá mezní úhel dopadu	Optika: Zákon odrazu; Zákon lomu, úplný odraz; Vlnová optika; Zobrazování optickými soustavami
využívá zákony šíření světla v prostředí k určování vlastností zobrazení předmětů jednoduchými optickými systémy	- řeší jednoduché úlohy na ohyb a interferenci světla - používá principy paprskové optiky ke konstrukci obrazu vzniklého zobrazením rovinným a kulovým zrcadlem, tenkou spojkou a tenkou rozptylkou - řeší úlohy pomocí zobrazovací rovnice kulového zrcadla a čočky s uplatněním znaménkové konvence - řeší jednoduché praktické problémy týkající se optického zobrazování	
posoudí jadernou přeměnu z hlediska vstupních a výstupních částic i energetické bilance	- vypočítá energii fotonů - používá Einsteinovu rovnici pro vnější fotoelektrický jev při řešení úloh	Fyzika mikrosvěta: Základní poznatky kvantové fyziky; Elektronový obal atomu; Jaderná a částicová fyzika
využívá poznatky o kvantování energie záření a mikročástic k řešení fyzikálních problémů	- charakterizuje vývoj názorů na stavbu atomu - určí frekvenci a vlnovou délku emitovaného či absorbovaného záření při přechodu elektronu z jednoho energetického stavu do druhého	

Seminář z fyziky	4. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše princip laseru</li> <li>- posoudí stabilitu jader podle vazebné energie na jeden nukleon</li> <li>- rozliší různé druhy radioaktivního záření</li> <li>- používá zákony zachování elektrického náboje a počtu nukleonů při zápisu jaderných reakcí</li> <li>- objasní jadernou syntézu a štěpení těžkých jader a posoudí jejich využití</li> <li>- navrhne možné způsoby ochrany člověka před nebezpečnými druhy záření</li> </ul>	
<p>aplikuje poznatky o mechanismech vedení elektrického proudu v kovech, polovodičích, kapalinách a plynech při analýze chování těles z těchto látek v elektrických obvodech</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vypočítá velikost intenzity elektrického pole v okolí bodového náboje</li> <li>- vypočítá celkovou kapacitu kondenzátorů spojených vedle sebe a za sebou</li> </ul>	<p>Elektromagnetické jevy: Elektrický náboj a elektrické pole; Elektrický proud v kovech, polovodičích, kapalinách a plynech;</p>
<p>porovná účinky elektrického pole na vodič a izolant</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- využívá Ohmův zákon při řešení elektrických obvodů</li> </ul>	<p>Magnetické pole;</p>
<p>využívá Ohmův zákon při řešení praktických problémů</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nakreslí normalizovanými elektrotechnickými značkami elektrické obvody, včetně obvodů s</li> </ul>	<p>Elektromagnetická indukce;</p>
<p>využívá zákon elektromagnetické indukce k řešení problémů a k objasnění funkce elektrických zařízení</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>polovodičovou diodou, tranzistorem, měřicími přístroji</li> <li>- aplikuje poznatky o mechanismech vedení elektrického proudu v kovech, polovodičích, kapalinách a plynech při analýze chování těles z těchto látek v elektrických obvodech</li> <li>- vypočítá velikost a určí směr magnetické síly působící v homogenním magnetickém poli na vodič s proudem a na částici s nábojem</li> <li>- využívá zákon elektromagnetické indukce při určování indukovaného napětí</li> <li>- vyjádří rovnicí okamžitou hodnotu střídavého napětí a proudu v jednoduchém obvodu střídavého proudu</li> <li>- vypočítá rezistanci, induktanci, kapacitanci jednoduchého obvodu střídavého proudu s R, s L, s C.</li> <li>- nakreslí schéma oscilačního obvodu LC a popíše kmitání tohoto oscilátoru</li> <li>- vypočítá vlnovou délku elektromagnetického vlnění a</li> </ul>	<p>Střídavý proud; Elektromagnetické kmitání a vlnění</p>

Seminář z fyziky	4. ročník	
	řeší jednoduché praktické problémy související s elektromagnetickým vlněním	
objasní procesy vzniku, šíření, odrazu a interference mechanického vlnění	<ul style="list-style-type: none"> <li>- určí z časového diagramu nebo z rovnice pro okamžitou výchylku harmonického kmitání periodu, frekvenci a počáteční fázi kmitání</li> <li>- objasní pojmy rezonance mechanického oscilátoru, odraz a interference mechanického vlnění</li> <li>- odliší základní druhy mechanického vlnění (postupné, stojaté, podélné, příčné)</li> <li>- objasní základní charakteristiky zvuku</li> </ul>	Mechanické kmitání a vlnění: Mechanické kmitání; Mechanické vlnění; Zvukové vlnění
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
Žák využívá fyzikální znalosti k pochopení vlivu lidské činnosti na prostředí (energie, hluk, teplo, záření). Získává odpovědný postoj k využívání přírodních zdrojů a k udržitelnému rozvoji.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování a organizaci práce při experimentálních a laboratorních činnostech. Učí se vytrvalosti, pečlivosti, sebekontroli a zvládání chyb při měření a vyhodnocování dat.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke srozumitelnému a kultivovanému vyjadřování výsledků měření, k obhajobě závěrů a ke spolupráci při řešení úloh. Učí se diskutovat a respektovat odlišné názory.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák spolupracuje v laboratoři i při projektových úkolech, respektuje rozdělení rolí a pravidla bezpečnosti. Soutěžní a týmové formy práce rozvíjejí zodpovědnost, spolupráci a férové jednání.		

## 5.15.8 Seminář z biologie

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z biologie
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Ve třetím a čtvrtém ročníku studijního oboru si žáci mohou prohloubit poznatky a kompetence v biologii ve volitelném předmětu seminář z biologie.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Podle zájmu žáků se může seminář vyučovat jako jednoletý nebo dvouletý s časovou dotací v předposledním roce studia 2 a v posledním roce 3 hodiny týdně. Seminář je zaměřen na prohloubení očekávaných výstupů v ekologii, etologii, fylogenezi orgánových soustav, obecné biologii a genetice, vzniku a vývoji života a na prohloubení a zopakování poznatků z ostatních biologických okruhů.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biologie</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Chemie</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k rozpoznání biologického problému, formulování hypotézy a navržení postupu jejího ověření</li> <li>• podporujeme žáky v používání pozorování, pokusů a modelování k řešení otázek z živé přírody</li> <li>• žáci jsou motivováni k analýze získaných dat, jejich interpretaci a kritickému posouzení výsledků</li> </ul> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vyžadujeme dodržování pravidel bezpečné práce (BOZP)</li> <li>• vedeme ke schopnosti samostatně plánovat a řešit přiměřené teoretické i praktické úkoly</li> <li>• vedeme žáky k samostatnému řešení praktických úkolů a k využívání biologických poznatků v běžném životě</li> </ul> <p><b>Kompetence k učení:</b></p>

Název předmětu	Seminář z biologie
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• motivujeme k aktivnímu pozorování přírodních jevů a k vyvozování závěrů z vlastních poznatků</li> <li>• vedeme žáky k osvojení různých strategií učení</li> <li>• podporujeme samostatné vyhledávání informací z různých informačních zdrojů a jejich tvořivé zpracování</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby kriticky hodnotili dosažené výsledky svého učení</li> <li>• motivujeme žáky k propojení poznatků z biologie s ostatními vědními obory a k pochopení širších souvislostí</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	Žáci jsou hodnoceni stupněm 1-5 dle klasifikačního řádu školy, bez slovního hodnocení. Součástí hodnocení je ústní nebo písemné zkoušení. Dále je hodnoceno poznávání přírodnin, individuální a skupinová práce, projekty a výstupy z laboratorních cvičení. Minimální počet známek za pololetí je stanoven na dvojnásobek týdenní hodinové dotace.

Seminář z biologie	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence k učení</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
používá správně základní ekologické pojmy	- používá správně základní ekologické pojmy	Základní ekologické pojmy, abiotické a biotické faktory, populace, společenstva a ekosystémy, biosféra
objasňuje základní ekologické vztahy	- objasňuje základní ekologické vztahy	Vzájemné vztahy mezi organismy, globální problémy lidstva, ochrana přírody
posoudí vliv životních podmínek na stavbu a funkci rostlinného těla	- posoudí vliv životních podmínek na stavbu a funkci rostlinného těla	Rostliny a prostředí
zhodnotí problematiku ohrožených rostlinných druhů a možnosti jejich ochrany	- zhodnotí problematiku ohrožených rostlinných druhů a možnosti jejich ochrany	Ochrana přírody v ČR a ve světě
zhodnotí problematiku ohrožených živočišných druhů a možnosti jejich ochrany	- zhodnotí problematiku ohrožených živočišných druhů a možnosti jejich ochrany	Ochrana přírody v ČR a ve světě
posoudí význam živočichů v přírodě a v různých odvětvích lidské činnosti	- posoudí význam živočichů v přírodě a v různých odvětvích lidské činnosti	Ochrana přírody v ČR a ve světě

Seminář z biologie	3. ročník	
charakterizuje základní typy chování živočichů	- charakterizuje základní typy chování živočichů	Etologie
objasní stavbu a funkci strukturních složek a životní projevy prokaryotních a eukaryotních buněk	- objasní stavbu a funkci strukturních složek a životní projevy prokaryotické a eukaryotické buňky	Prokaryotická a eukaryotická buňka
odliší živé soustavy od neživých na základě jejich charakteristických vlastností	- odliší živé soustavy od neživých na základě jejich charakteristických vlastností	Buněčné základy dědičnosti
využívá znalosti o genetických zákonitostech pro pochopení rozmanitosti organismů	- využívá znalosti o genetických zákonitostech pro pochopení rozmanitosti organismů	Molekulární základy dědičnosti, dědičnost a proměnlivost, genetika populací
analyzuje možnosti využití znalostí z oblasti genetiky v běžném životě	- analyzuje možnosti využití znalostí z oblasti genetiky v běžném životě	Genetika člověka
porovná významné hypotézy o vzniku a evoluci živých soustav na Zemi	- porovná významné hypotézy o vzniku a evoluci živých soustav na Zemi	Teorie vzniku života na Zemi, evoluční teorie
odvodí hierarchii recentních organismů ze znalostí o jejich evoluci	- odvodí hierarchii recentních organismů ze znalostí o jejich evoluci	System a evoluce organismů
porovná složení a strukturu jednotlivých zemských sfér a objasní jejich vzájemné vztahy	- porovná složení a strukturu jednotlivých zemských sfér a objasní jejich vzájemné vztahy	Geologická období vývoje Země
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Problematika vztahů organismů a prostředí		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		

Seminář z biologie	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
využívá znalosti o genetických zákonitostech pro pochopení rozmanitosti organismů	- využívá znalosti o genetických zákonitostech pro pochopení rozmanitosti organismů	Molekulární základy dědičnosti, dědičnost a proměnlivost, genetika populací

Seminář z biologie	4. ročník	
analyzuje možnosti využití znalostí z oblasti genetiky v běžném životě	- analyzuje možnosti využití znalostí z oblasti genetiky v běžném životě	Genetika člověka
porovná významné hypotézy o vzniku a evoluci živých soustav na Zemi	- porovná významné hypotézy o vzniku a evoluci živých soustav na Zemi	Teorie vzniku života na Zemi, evoluční teorie, geologická období vývoje Země
odvodí hierarchii recentních organismů ze znalostí o jejich evoluci	- odvodí hierarchii recentních organismů ze znalostí o jejich evoluci	Systém a evoluce organismů, Taxonomie organismů, příbuznost organismů, systém a evoluce organismů
odliší živé soustavy od neživých na základě jejich charakteristických vlastností	- odliší živé soustavy od neživých na základě jejich charakteristických vlastností	Obecné vlastnosti organismů, chemické složení organismů
vysvětlí význam diferenciacce a specializace buněk pro mnohobuněčné organismy	- vysvětlí význam diferenciacce a specializace buněk pro mnohobuněčné organismy	Organizace živých soustav
charakterizuje viry jako nebuněčné soustavy	- charakterizuje viry jako nebuněčné soustavy	Viry
zhodnotí způsoby ochrany proti virovým onemocněním a metody jejich léčby	- zhodnotí způsoby ochrany proti virovým onemocněním a metody jejich léčby	Virová onemocnění
zhodnotí pozitivní a negativní význam virů	- zhodnotí pozitivní a negativní význam virů	Význam virů
objasní stavbu a funkci strukturních složek a životní projevy prokaryotních a eukaryotních buněk	- objasní stavbu a funkci strukturních složek prokaryotické a eukaryotické buňky	Prokaryotická buňka a prokaryotní organismy, eukaryotická buňka a eukaryotní organismy
charakterizuje bakterie z ekologického, zdravotnického a hospodářského hlediska	- charakterizuje bakterie z ekologického, zdravotnického a hospodářského hlediska	Ekologie prokaryot, bakteriální onemocnění, biotechnologie
zhodnotí způsoby ochrany proti bakteriálním onemocněním a metody jejich léčby	- zhodnotí způsoby ochrany proti bakteriálním onemocněním a metody jejich léčby	Bakteriální onemocnění
objasní princip životních cyklů a způsoby rozmnožování rostlin	- objasní princip životních cyklů a způsoby rozmnožování rostlin	Rozmnožování rostlin
porovná společné a rozdílné vlastnosti stélkatých a cévnatých rostlin	- porovná společné a rozdílné vlastnosti stélkatých a cévnatých rostlin	Systém a evoluce rostlin
pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné rostlinné druhy a uvede jejich ekologické nároky	- pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné rostlinné druhy a uvede jejich ekologické nároky	
zhodnotí rostliny jako primární producenty biomasy a možnosti využití rostlin v různých odvětvích lidské činnosti	- zhodnotí rostliny jako primární producenty biomasy a možnosti využití rostlin v různých odvětvích lidské činnosti	Fyziologie a ekologie rostlin

Seminář z biologie	4. ročník	
pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné zástupce hub a lišejníků	- pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné zástupce hub a lišejníků - posoudí ekologický, zdravotnický a hospodářský význam hub a lišejníků	Systém a evoluce hub a lišejníků, význam hub a lišejníků
charakterizuje protista z ekologického, zdravotnického a hospodářského hlediska	- charakterizuje protista z ekologického, zdravotnického a hospodářského hlediska	Stavba a význam protist, původci onemocnění
popíše evoluci a adaptaci jednotlivých orgánových soustav	- popíše evoluci a adaptaci jednotlivých orgánových soustav	Evoluce orgánových soustav; fyziologie živočichů
objasní principy základních způsobů rozmnožování a vývoj živočichů	- objasní principy základních způsobů rozmnožování a vývoj živočichů	Rozmnožování a ontogeneze u živočichů
charakterizuje hlavní taxonomické jednotky živočichů a jejich významné zástupce	- charakterizuje hlavní taxonomické jednotky živočichů a jejich významné zástupce	Systém a evoluce živočichů
pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné živočišné druhy a uvede jejich ekologické nároky	- pozná a pojmenuje (s možným využitím různých informačních zdrojů) významné živočišné druhy a uvede jejich ekologické nároky	Významní zástupci živočichů
charakterizuje pozitivní a negativní působení živočišných druhů na lidskou populaci	- charakterizuje pozitivní a negativní působení živočišných druhů na lidskou populaci	Vztahy mezi organismy, původci onemocnění
podle předloženého schématu popíše a vysvětlí evoluci člověka	- podle předloženého schématu popíše evoluci člověka	Evoluce člověka
využívá znalosti o orgánových soustavách pro pochopení vztahů mezi procesy probíhajícími v lidském těle	- využívá znalosti o orgánových soustavách pro pochopení vztahů mezi procesy probíhajícími v lidském těle	Orgánové soustavy člověka a jejich fyziologie
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Problematika vztahů organismů a prostředí		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		

## 5.15.9 Seminář z chemie

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z chemie
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	V předmětu seminář z chemie jsou prohlubovány, tříděny a rozšiřovány vědomosti, dovednosti a znalosti žáků nabyté v hodinách předmětu chemie. Důraz je kladen na řešení přírodních problémů, hledání odpovědi prostřednictvím zákonitostí chemických dějů, ověřování hypotéz a provázanost jednotlivých oborů chemie. Žáci jsou vedeni k používání adekvátních matematických a grafických modelů, k popisu přírodních objektů, k praktické aplikaci poznatků a vědomostí pro řešení problémových úloh, k analýze průběhu chemických dějů a předpovědi průběhu reakcí. Podporována je samostatná práce s přiměřeným odborným textem či jiným informačním zdrojem s chemickou tematikou. Nadaní žáci mohou pracovat na pracích SOČ vedených na škole nebo na některém odborném pracovišti podle nabídky, např. na Biologickém centru AV ČR.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Žáci mají možnost a příležitost postupně si osvojit vybrané empirické i teoretické metody přírodovědného výzkumu, aktivně je spolu s přírodovědnými poznatky využívat při řešení teoretických úloh i praktických úloh v chemické laboratoři. Předmět seminář z chemie je vyučován ve třetím ročníku 2 hodiny týdně, ve čtvrtém pak 3 hodiny týdně. Výuka probíhá v odborné učebně chemie, popřípadě v laboratoři chemie.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chemie</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<b>Kompetence k řešení problémů:</b> <b>Kompetence k učení:</b> <b>Kompetence komunikativní :</b>
Způsob hodnocení žáků	Podklady k hodnocení studentů v závěru pololetí: Průběžné písemné zkoušky - tematicky zaměřené, minimálně 3x za pololetí.

Název předmětu	Seminář z chemie
	Ústní zkoušení, minimálně 1x za pololetí. Jestliže žák vypracuje seminární práci, je její hodnocení taktéž podkladem pro klasifikaci. Zohledněna je aktivita a zapojení studentů při vyučování, kvalita řešení problémových úloh. Přihlíží se k zapojení žáků do předmětových soutěží, vypracování prací SOČ.

Seminář z chemie	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	- využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	Anorganické názvosloví - opakování a prohloubení učiva Typy chemických vzorců Chemická vazba - opakování Teorie VSEPR a teorie hybridizace - opakování a prohloubení učiva; Odvození tvarů jednoduchých molekul
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	Výpočty ze vzorce, výpočty složení sloučenin, výpočty stechiometrického a molekulového vzorce
využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	- provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	Hmotnost a tomů a mokolul, výpočty hmotnosti atomů, molekul, atomové a molekulové relativní hmotnosti, molární hmotnosti; Disperzní soustavy, roztoky: - výpočty složení roztoků, směšování a ředění roztoků - vyjadřování složení roztoků Chemická kinetiky - opakování
předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	- předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	Chemická rovnováha: - le Chatelierův princip - acidobazické rovnováhy

Seminář z chemie	3. ročník	
		- redoxní reakce a rovnováhy, elektrochemie - komplexotvorné reakce a rovnováhy pH, výpočet silných a slabých kyselin Srážecí reakce, součin rozpustnosti
		Hydrolyza solí
		Výpočty z chemických rovnic Redoxní reakce, vyrovnávání redoxních rovnic
předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	- předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	pH, výpočet pH silných a slabých kyselin
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	Srážecí reakce, součin rozpustnosti
využívá znalosti základů kvalitativní a kvantitativní analýzy k pochopení jejich praktického významu v anorganické chemii	- využívá znalosti základů kvalitativní a kvantitativní analýzy k pochopení jejich praktického významu v anorganické chemii	Analytická chemie Třídy kationtů a důkazové reakce Třídy aniontů a důkazové reakce
		Základní metody instrumentální analýzy, Analýza některých organických látek
předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	- využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	Chemická analýza kvalitativní
využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	- předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	Neutralizační, srážecí, komplexotvorná, redoxní titrace a analýza
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- využívá znalosti základů kvalitativní a kvantitativní analýzy k pochopení jejich praktického významu v anorganické chemii	Chemická analýza kvantitativní
využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	- využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin - provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	
předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	- využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	Typy chemických reakcí
využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	- předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin - využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých	

Seminář z chemie	3. ročník	
	fyzikálněchemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích	
objasní strukturu a funkci sloučenin nezbytných pro důležité chemické procesy probíhající v organismech	- objasní strukturu a funkci sloučenin nezbytných pro důležité chemické procesy probíhající v organismech	Léčiva, vitamíny, hormony
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		

Seminář z chemie	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
aplikuje pravidla systematického názvosloví organické chemie při popisu sloučenin s možností využití triviálních názvů	- využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých fyzikálněchemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích - aplikuje pravidla systematického názvosloví organické chemie při popisu sloučenin s možností využití triviálních názvů	Karboxylové kyseliny a jejich deriváty - opakování a prohloubení učiva
charakterizuje základní metabolické procesy a jejich význam	- objasní strukturu a funkci sloučenin nezbytných pro důležité chemické procesy probíhající v organismech - charakterizuje základní metabolické procesy a jejich význam	Lipidy - opakování a prohloubení učiva - metabolismus lipidů - izoprenoidy, terpeny, steroidy - opakování a prohloubení učiva, detergenty
objasní strukturu a funkci sloučenin nezbytných pro důležité chemické procesy probíhající v organismech	- objasní strukturu a funkci sloučenin nezbytných pro důležité chemické procesy probíhající v organismech	Sacharidy - opakování a prohloubení učiva - metabolismus sacharidů - fotosyntéza - oxidativní metabolismus sacharidů, fermentace
		Bílkoviny - opakování a prohloubení učiva

Seminář z chemie	4. ročník	
		Nukleové kyseliny - stavba, význam, metabolismus - proteosyntéza - degradace a využití bílkovin v organismu
		Enzymy
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	Termodynamika - opakování a prohloubení učiva - termochemické zákony, spalné, slučovací teplo - výpočty tepelného zbarvení reakce - enthalpie, entropie, Gibbsova energie - vlivy na průběh chemické reakce
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	Chemická rovnováha - opakování a prohloubení učiva - protolytické reakce, pH, výpočty pH - redoxní reakce a rovnováhy, elektrochemie - komplexotvorné reakce a rovnováhy - srážecí reakce, součin rozpustnosti
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů - využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých fyzikálněchemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích	
provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů	- provádí chemické výpočty a uplatňuje je při řešení praktických problémů - využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých fyzikálněchemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích	Stavba atomu - opakování a prohloubení učiva
předvídá vlastnosti prvků a jejich chování v chemických procesech na základě poznatků o periodické soustavě prvků	- předvídá vlastnosti prvků a jejich chování v chemických procesech na základě poznatků o periodické soustavě prvků	Periodická soustava prvků - opakování a prohloubení učiva
předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	- využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	Rozšíření, prohloubení a systematizace učiva - anorganická chemie (s, p a vybrané d prvky)
využívá názvosloví anorganické chemie při popisu sloučenin	- předvídá průběh typických reakcí anorganických sloučenin	
využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	- využívá odbornou terminologii při popisu látek a vysvětlování chemických dějů	

Seminář z chemie	4. ročník	
využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých fyzikálně-chemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích	- využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých fyzikálněchemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích	
aplikuje znalosti o průběhu organických reakcí na konkrétních příkladech	- využívá znalosti o částicové struktuře látek a chemických vazbách k předvídání některých fyzikálněchemických vlastností látek a jejich chování v chemických reakcích - charakterizuje základní skupiny organických sloučenin a jejich významné zástupce, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí - aplikuje znalosti o průběhu organických reakcí na konkrétních příkladech - aplikuje pravidla systematického názvosloví organické chemie při popisu sloučenin s možností využití triviálních názvů	Rozšíření, prohloubení a systematizace učiva - organická chemie (uhlovodíky a jejich deriváty)
aplikuje pravidla systematického názvosloví organické chemie při popisu sloučenin s možností využití triviálních názvů	- aplikuje pravidla systematického názvosloví organické chemie při popisu sloučenin s možností využití triviálních názvů	Syntetické makromolekulární látky - opakování a prohloubení učiva
charakterizuje základní skupiny organických sloučenin a jejich významné zástupce, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	- charakterizuje základní skupiny organických sloučenin a jejich významné zástupce, zhodnotí jejich surovinové zdroje, využití v praxi a vliv na životní prostředí	
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		

### 5.15.10 Seminář z dějepisu

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z dějepisu
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Seminář z dějepisu je na naší škole vyučován ve třetím ročníku s časovou dotací dvě hodiny týdně a ve čtvrtém ročníku s časovou dotací tři hodiny týdně.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	<p>Ve třetím a čtvrtém ročníku se dějepisný seminář v rámci opakování maturitních témat zaměřuje především na seznamování s dalším rozšiřujícím učivem světových i českých dějin, se zvláštním aspektem regionálních dějin a s problematikou dějin 19. století v návaznosti na pochopení dějin 20. století.</p> <p>Žáci by měli být schopni rozvíjet takové hodnotové postoje, jakými jsou: úcta ke kulturnímu dědictví lidstva i vlastního národa, mít smysl pro civilizační odlišnosti. Žáci se naučí zaujímat vlastní názor, racionálně argumentovat a kultivovaně diskutovat.</p>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Základy společenských věd</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zdůrazňujeme schopnost žáka v zaujímání a obhajování vlastních postojů, přiměřeného prosazování svých práv a zvyšování odolnosti vůči myšlenkové manipulaci</li> <li>• vedeme žáky k osvojení si základních principů demokratického soužití, rozpoznání názorů a postojů ohrožujících lidskou důstojnost a škodlivých předsudků v nazírání na roli žen ve společnosti</li> <li>• snažíme se utvářet u žáků vědomí vlastní identity a identity druhých lidí, naučit žáky úctě k vlastnímu národu, jiným národům a etnikům</li> </ul> <p><b>Kompetence k učení:</b></p>

Název předmětu	Seminář z dějepisu
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prohlubujeme schopnost žáků vybírat a využívat z množství informací ty podstatné, které povedou k dalšímu zájmu o problematiku historie v celoživotním učení a dovedou je ke schopnosti odhalovat kořeny společenských jevů, dějů a změn</li> <li>• klademe důraz na částečně samostatnou práci, projekty, uplatnění vlastního názoru na danou problematiku</li> <li>• směřujeme žáky k tomu, aby své dovednosti a vědomosti dovedli uplatnit i v praktickém životě</li> </ul> <p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby dokázali jasně formulovat své názory, uměli vyslechnout protistranu, vhodně se zapojit do diskuzí na dané téma, a tak se vhodně prosadit mezi ostatními lidmi</li> </ul> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• skrze poznávání historie lidstva vedeme žáky k jejich silnějšímu sebeuvědomování a vědomí pospolitosti globálního obyvatelstva</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému a zodpovědnému využívání digitálních technologií a online zdrojů při poznávání a zpracování historických témat</li> <li>• vedeme žáky k vyhledávání, třídění a kritickému hodnocení historických informací z digitálního prostředí a k rozlišování důvěryhodných a nedůvěryhodných zdrojů</li> <li>• učíme žáky chápat rizika dezinformací a ověřovat správnost a původ informací z různých digitálních médií</li> <li>• podporujeme žáky v používání digitálních nástrojů při zpracování úkolů a projektů (např. pro tvorbu prezentací, časových os, map a infografik)</li> <li>• vedeme žáky k respektování autorských práv, správnému citování použitých zdrojů a k etickému chování v digitálním prostředí</li> <li>• podporujeme žáky ve spolupráci a sdílení výsledků své práce prostřednictvím digitálních platforem, čímž rozvíjejí schopnost efektivní komunikace a týmové spolupráce</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	Minimálně 3 známky za pololetí; průběžné písemné zkoušky tematicky zaměřené.

Seminář z dějepisu	3. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence občanská</li> </ul>	

Seminář z dějepisu	3. ročník	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
charakterizuje smysl historického poznání a jeho povahu jako poznání neuzavřeného a proměnlivého	- charakterizuje smysl historického poznání a jeho povahu jako poznání neuzavřeného a proměnlivého	Historie, archeologie, PVH Člověk a základy jeho antropogeneze
rozlišuje různé zdroje historických informací, způsob jejich získávání a úskalí jejich interpretace	- rozlišuje různé zdroje historických informací, způsob jejich získávání a úskalí jejich interpretace	Paleolitické kultury
objasní ve shodě s aktuálními vědeckými poznatky materiální a duchovní život lidské společnosti v jednotlivých vývojových etapách pravěku; charakterizuje pojem archeologická kultura	- objasní ve shodě s aktuálními vědeckými poznatky materiální a duchovní život lidské společnosti v jednotlivých vývojových etapách pravěku; charakterizuje pojem archeologická kultura	Neolit
vysvětlí zásadní zlom ve vývoji lidstva v důsledku cílevědomé zemědělské a řemeslné činnosti	- zařadí časově a prostorově hlavní archeologické kultury pravěku	Doba bronzová
zařadí časově a prostorově hlavní archeologické kultury pravěku		
zdůvodní civilizační přínos vybraných starověkých společenství, antiky a křesťanství jako základních fenoménů, z nichž vyrůstá evropská civilizace	- dokáže pochopit odlišnosti starověkého období, vyzdvihne specifický vývoj řeckých států a jejich kulturní odkaz; poukáže na velikost Říma v zrcadle historického vývoje	Staroorientální despotie
vysvětlí zásadní zlom ve vývoji lidstva v důsledku cílevědomé zemědělské a řemeslné činnosti	- vysvětlí zásadní zlom ve vývoji lidstva v důsledku cílevědomé zemědělské a řemeslné činnosti	Doba železná
objasní židovství (vazbu mezi židovstvím a křesťanstvím) a další neevropské náboženské a kulturní systémy	- poukáže na velikost Říma v zrcadle historického vývoje	Antický starověk
definuje proměny hospodářského a politického uspořádání středověké společnosti 5. – 15. století a jeho specifické projevy ve vybraných státních celcích	- definuje proměny hospodářského a politického uspořádání středověké společnosti 5.- 15 století a jeho specifické projevy ve vybraných státních celcích	Byzantská říše a východní kulturní okruh
objasní proces christianizace a její vliv na konstituování raně středověkých států v Evropě; vysvětlí podstatu vztahu mezi světskou a církevní mocí		

Seminář z dějepisu	3. ročník	
v západním i východním kulturním okruhu i projevy vlivu náboženství a církve ve středověké společnosti		
charakterizuje základní rysy vývoje na našem území	- charakterizuje základní rysy vývoje na našem území	Západní kulturní okruh a franská říše
vymezení specifika islámské oblasti	- vymezení specifika islámské oblasti	Raně středověká společnost, katolická církev a úloha papežství
vysvětlí důsledky tatarských a tureckých nájezdů, zejména pro jižní a východní Evropu	- vysvětlí důsledky tatarských a tureckých nájezdů, zejména pro jižní a východní Evropu	Společnost vrcholného středověku, agrární revoluce, urbanizace a kolonizace, obchod a řemesla
vymezení základní znaky stavovství a absolutismu; uvede konkrétní projevy v jednotlivých zemích a příklady střetů	- vymezení základní znaky stavovství a absolutismu; uvede konkrétní projevy v jednotlivých zemích a příklady střetů	Český stát a střední Evropa ve vrcholném středověku
definuje proměny hospodářského a politického uspořádání středověké společnosti 5. – 15. století a jeho specifické projevy ve vybraných státních celcích	- vysvětlí vztahy mezi středověkými státy, životní styl a kultura středověku	Krise 14. století, kacířská hnutí, vztahy mezi středověkými státy, životní styl a kultura středověku
popíše základní rysy reformace a protireformace, vysvětlí důsledky pro další evropský i světový vývoj	- rozpozná nové filozofické a vědecké myšlenky, které byly zformulovány ve 14.–17. století; zhodnotí jejich praktické dopady	Renesance, humanismus, reformace
rozpozná nové filozofické a vědecké myšlenky, které byly zformulovány ve 14. – 17. století; zhodnotí jejich praktické dopady	- popíše základní rysy reformace a protireformace, vysvětlí důsledky pro další evropský i světový vývoj	
porozumí důsledkům zámořských objevů, jež vedly k podstatným hospodářským i mocensko-politickým změnám	- porozumí důsledkům zámořských objevů, jež vedly k podstatným hospodářským i mocensko-politickým změnám	Zámořské objevy
rozpozná nové filozofické a vědecké myšlenky, které byly zformulovány ve 14. – 17. století; zhodnotí jejich praktické dopady	- vymezení vývoj evropských velmocí v období raného novověku	Vývoj evropských velmocí v období raného novověku
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		

Seminář z dějepisu	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
posoudí postavení českého státu uvnitř habsburského soustátí a analyzuje jeho vnitřní sociální, politické a kulturní poměry	- posoudí postavení českého státu uvnitř habsburského soustátí a analyzuje jeho vnitřní sociální, politické a kulturní poměry	Český stát v raném novověku
vysvětlí emancipační hnutí národů i jednotlivých společenských vrstev; vymezí místo utváření českého novodobého národa v tomto procesu, včetně jeho specifických rysů	- vysvětlí emancipační hnutí národů i jednotlivých společenských vrstev; vymezí místo utváření českého novodobého národa v tomto procesu, včetně jeho specifických rysů	Napoleonská Francie; napoleonské války
na konkrétních příkladech jednotlivých států demonstruje postupný rozklad, zánik a proměny dosavadních systémů přes úsilí mocenských struktur o jejich udržení	- vysvětlí expanzivní záměry velmocí v okrajových částech Evropy a v mimoevropském světě, jež byly příčinou četných střetů a konfliktů daného období	Americký boj za nezávislost
určí a zhodnotí hlavní myšlenky a principy osvícenství, rozpozná jejich uplatnění v revolucích 18. a 19. století	- objasní proměnu státních zřízení a obrozeneckých snah napříč Evropou 19. století	Národní hnutí 19. století, Češi a česká politika v habsburské monarchii, vznik velkých "národních" států v Německu a v Itálii
vysvětlí emancipační hnutí národů i jednotlivých společenských vrstev; vymezí místo utváření českého novodobého národa v tomto procesu, včetně jeho specifických rysů		
charakterizuje proces modernizace, vysvětlí průběh industrializace a její ekonomické, sociální a politické důsledky; rozpozná její ekologická rizika; určí základní příčiny asymetrického vývoje Evropy a světa v důsledku rozdílného tempa modernizace	- charakterizuje proces modernizace, vysvětlí průběh industrializace a její ekonomické, sociální a politické důsledky; rozpozná její ekologická rizika; určí základní příčiny asymetrického vývoje Evropy a světa v důsledku rozdílného tempa modernizace	Evropské velmoci a jejich soupeření v 19. století; USA v 19. století
vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie; objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	- vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie	První světová válka

Seminář z dějepisu	4. ročník	
vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie; objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	- objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	Ruské revoluce
vysvětlí souvislost mezi světovou hospodářskou krizí a vyhocením politických problémů, které byly provázeny radikalizací pravicových i levicových protidemokratických sil	- vysvětlí souvislost mezi světovou hospodářskou krizí a vyhocením politických problémů, které byly provázeny radikalizací pravicových i levicových protidemokratických sil	Poválečná Evropa
popíše a zhodnotí způsob života v moderní evropské společnosti, zhodnotí význam masové kultury	- popíše a zhodnotí způsob života v moderní evropské společnosti, zhodnotí význam masové kultury	Československo 1918-1938
charakterizuje vznik, vývoj a rozpad bipolárního světa, jeho vojenská, politická a hospodářská seskupení, vzájemné vztahy a nejvýznamnější konflikty	- charakterizuje vznik, vývoj a rozpad bipolárního světa, jeho vojenská, politická a hospodářská seskupení, vzájemné vztahy a nejvýznamnější konflikty	Meziválečné totalitní systémy a autoritativní režimy; demokratické velmoci; světová hospodářská krize
charakterizuje vznik, vývoj a rozpad bipolárního světa, jeho vojenská, politická a hospodářská seskupení, vzájemné vztahy a nejvýznamnější konflikty	- vysvětlí základní problémy vnitřního vývoje zemí západního a východního bloku; zejména se zaměří na pochopení vnitřního vývoje a vzájemných vztahů supervelmocí USA, SSSR a na situaci ve střední Evropě a v naší zemi	Rozpad versailleského systému, úsilí o kolektivní bezpečnost, válečné konflikty 30. let
porovná a vysvětlí způsob života a chování v nedemokratických společnostech a v demokraciích	- porovná a vysvětlí způsob života a chování v nedemokratických společnostech a v demokraciích	Prohlubování učiva 1. - 3.ročníku s důrazem na dějiny 20. století; Exkurz do regionálních dějin
popíše mechanismy a prostředky postupného sjednocování Evropy na demokratických principech, vysvětlí lidská práva v souvislosti s evropskou kulturní tradicí; zná základní instituce sjednocující se Evropy, jejich úlohu a fungování	- popíše mechanismy a prostředky postupného sjednocování Evropy na demokratických principech, vysvětlí lidská práva v souvislosti s evropskou kulturní tradicí; zná základní instituce sjednocující se Evropy, jejich úlohu a fungování	Hledání národní identity
charakterizuje dvě světové války, dokumentuje sociální, hospodářské a politické důsledky	- porovná a vysvětlí způsob života a chování v nedemokratických společnostech a v demokraciích během 2. sv. války	Druhá světová válka
vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie; objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	- vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie; objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	Poválečné Československo 1945-48

Seminář z dějepisu	4. ročník	
vysvětlí základní problémy vnitřního vývoje zemí západního a východního bloku; zejména se zaměří na pochopení vnitřního vývoje a vzájemných vztahů supervelmocí USA, SSSR a na situaci ve střední Evropě a v naší zemi	- vymezí pojmy studená válka, vyspělé demokracie ve 2. pol. 20. století, včetně procesu uvolnění a úsilí o sociální stát	Studená válka, vyspělé demokracie ve 2. pol. 20. století, včetně procesu uvolnění a úsilí o sociální stát
vysvětlí základní problémy vnitřního vývoje zemí západního a východního bloku; zejména se zaměří na pochopení vnitřního vývoje a vzájemných vztahů supervelmocí USA, SSSR a na situaci ve střední Evropě a v naší zemi	- objasní podstatu zřízení SSSR a komunistického bloku - charakterizuje Československo pod komunistickou mocí	SSSR a komunistický blok, Československo pod komunistickou mocí
objasní hlavní problémy specifické cesty vývoje významných postkoloniálních rozvojových zemí; objasní význam islámské, židovské a některé další neevropské kultury v moderním světě	- objasní hlavní problémy specifické cesty vývoje významných postkoloniálních rozvojových zemí; objasní význam islámské, židovské a některé další neevropské kultury v moderním světě	Proces dekolonizace a problém modernizace a chudoby v rozvojových zemích
popíše mechanismy a prostředky postupného sjednocování Evropy na demokratických principech, vysvětlí lidská práva v souvislosti s evropskou kulturní tradicí; zná základní instituce sjednocující se Evropy, jejich úlohu a fungování	- popíše mechanismy a prostředky postupného sjednocování Evropy na demokratických principech, vysvětlí lidská práva v souvislosti s evropskou kulturní tradicí; zná základní instituce sjednocující se Evropy, jejich úlohu a fungování v moderních dějinách	Rozklad komunistických režimů a rozpad sovětského mocenského bloku
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		

### 5.15.11 Seminář z geografie

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z geografie
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Seminář z geografie je směřován k prohloubení a rozšíření znalostí již získaných, zároveň je kladen důraz na praktickou aplikaci nabytých vědomostí, využití moderních informačních technologií.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Žáci se důkladněji seznamují se svým regionem a porovnávají sociokulturní situaci různých částí světa. Seminář je vypisován ve dvou variantách - roční a dvouleté. V prvním případě je látka z chybějícího (třetího) ročníku probírána na začátku čtvrtého ročníku.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Biologie</li> <li>• Chemie</li> <li>• Fyzika</li> <li>• Dějepis</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<b>Kompetence občanská:</b> <b>Kompetence komunikativní :</b> <b>Kompetence sociální a personální :</b>
Způsob hodnocení žáků	Žák získá minimálně 1 známku z ústního zkoušení, 3 známky z písemného, hodnocení alespoň 1x za pol. z referátů a obhajoby práce. Studenti, kteří přestupují ve 4. roč. do dvouletého semináře, mají povinnost si doplnit látku z předchozího roku do konce listopadu - forma: písemný test.

Seminář z geografie	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
identifikuje obecné základní geografické znaky a funkce sídel a aktuální tendence ve vývoji osídlení	- zhodnotí význam a postavení geografie v minulosti a v dnešní společnosti	Geografie jako věda - vývoj geografie s důrazem na: a) starověkou geografii; b) geografii 15. – 16. století; c) rozvoj geografie jako vědy od 18. století; geografická pracoviště, instituce; významní geografové světoví i čeští ; geografická prognóza
analyzuje na konkrétních příkladech přírodní a kulturní (společenské) krajinné složky a prvky krajiny	- posoudí význam krajinné sféry jako systému na život člověka	Krajinná sféra jako systém
porovná postavení Země ve vesmíru a podstatné vlastnosti Země s ostatními tělesy sluneční soustavy	- analyzuje jednotlivé teorie o vzniku vesmíru - porovná postavení Země ve vesmíru a podstatné vlastnosti Země s ostatními tělesy sluneční soustavy - na konkrétních příkladech vysvětlí důsledky pohybu Země	Planetární geografie: Vesmír – vznik, vývoj, složení, vzdálenosti ve vesmíru, mapa hvězdné oblohy; Hvězdy jako vesmírná tělesa; Země jako vesmírné těleso – tvar, velikost, pohyby a jejich důsledky, vztah k ostatním vesmírným objektům
používá s porozuměním vybranou geografickou, topografickou a kartografickou terminologii	- zhodnotí vývoj kartografie - používá dostupné kartografické produkty a další geografické zdroje dat a informací v tištěné i elektronické podobě pro řešení geografických problémů - orientuje se s pomocí map v krajině - posoudí význam GIS pro dnešní společnost	Kartografie: vývoj kartografie jako vědní disciplíny; historie mapování českého území; druhy kartografických zobrazení; GIS a jeho využití v praxi
porovná složení a strukturu jednotlivých zemských sfér a objasní jejich vzájemné vztahy	- analyzuje podrobněji jednotlivé části pevného zemského tělesa z chemického a fyzikálního hlediska	Geologie a geomorfologie: Bullenův model zemského tělesa – pásma diskontinuit;
využívá vybrané metody identifikace minerálů	- posoudí vliv evropského vrásnění na tvar reliéfu ČR - porovná na příkladech tvary reliéfu a jejich činitele v jednotlivých částech světa	vznik a vývoj horninového složení Země; Wegenerova teorie kontinentálního driftu; evropská vrásnění; epeirogeneze a orogeneze;

Seminář z geografie	3. ročník	
		tvary reliéfu v důsledku působení endogenních a exogenních činitelů na konkrétních příkladech ze světa a z ČR
<p>analyzuje na konkrétních příkladech přírodní a kulturní (společenské) krajinné složky a prvky krajiny</p> <p>hodnotí vodstvo a půdní obal Země jako základ života a zdroje rozvoje společnosti</p>	<p>- zhodnotí význam jednotlivých klimatogeografických činitelů na utváření klimatických pásů</p> <p>- pracuje se synoptickou mapou</p> <p>- posoudí význam vody v krajině</p>	<p>Atmosféra a hydrosféra: klimatogeografičtí činitelé; meteorologické prvky; synoptická mapa - předpověď počasí; atmosférické poruchy – El Nino; globální oteplování; malý a velký koloběh vody v krajině; pohyby oceánské vody; chemické a fyzikální vlastnosti vody a jejich vliv na ostatní složky krajinné sféry</p>
<p>hodnotí vodstvo a půdní obal Země jako základ života a zdroje rozvoje společnosti</p>	<p>- analyzuje význam jednotlivých půdních typů a druhů na zemědělskou činnost člověka</p> <p>- rozliší hlavní biomy světa a posoudí jejich složení na základě působení dalších složek FG sféry</p>	<p>Pedosféra a biosféra: degradace půd; utváření typů a druhů půd; biodiverzita; evoluce; biomy a jejich závislost na ostatních složkách krajinné sféry</p>
<p>identifikuje obecné základní geografické znaky a funkce sídel a aktuální tendence ve vývoji osídlení</p>	<p>- posoudí a analyzuje problémy spojené s existencí lidstva</p> <p>- posoudí rozsah globálních problémů v dnešním světě vzhledem k vývoji ve 20. století</p> <p>- zhodnotí možný dopad globálních problémů dnes a v budoucnosti</p>	<p>Sociopatologické jevy ve společnosti - projekty studentů - témata: Kácení lesů; Postavení ženy ve společnosti; Práce dětí; Konfliktní oblasti</p>
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		

Seminář z geografie	3. ročník	
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		

Seminář z geografie	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
identifikuje obecné základní geografické znaky a funkce sídel a aktuální tendence ve vývoji osídlení	- posoudí rozsah globálních problémů v dnešním světě vzhledem k vývoji ve 20. století	Globální problémy; Historie a vývoj: ekologický problém, problém výživy; Obyvatelstvo a sídla: vývoj lidské populace, demografické revoluce;
zhodnotí na příkladech dynamiku vývoje obyvatelstva na Zemi, geografické, demografické a hospodářské aspekty působící na chování, pohyb, rozmístění a zaměstnanost obyvatelstva	- zhodnotí možný dopad globálních problémů dnes a v budoucnosti - zhodnotí na příkladech dynamiku vývoje obyvatelstva na Zemi, geografické, demografické a hospodářské aspekty působící na chování, pohyb, rozmístění a zaměstnanost obyvatelstva	demografické ukazatele a jejich vliv na rozmístění lidské populace; demografický globální problém - suburbanizace, pseudourbanizace
zhodnotí nerovnoměrné rozmístění, objem a distribuci světových surovinových a energetických zdrojů	- objasní význam zelené revoluce pro vývoj lidstva ve 20. století - porovná zemědělské systémy v rozvojových a rozvinutých státech světa - posoudí důsledky surovinové a energetické krize v 70. letech 20. století	Světové hospodářství; Zemědělství a rybolov; vnik a vývoj zemědělství – zemědělské revoluce; zelená revoluce a její důsledky pro lidstvo; agroprůmyslový komplex, plantážní zemědělství; potravinová pomoc; problematika nadměrného rybolovu; Těžební průmysl: historie těžby ve světě a na území ČR; surovinová a energetická krize v 70. letech 20. století a její důsledky
zhodnotí na příkladech dynamiku vývoje obyvatelstva na Zemi, geografické, demografické a hospodářské	- zhodnotí význam lokalizačních faktorů pro rozmístění průmyslových odvětví ve světě	Zpracovatelský průmysl: FG, SG a aglomerační lokalizační faktory;

Seminář z geografie	4. ročník	
<p>aspekty působící na chování, pohyb, rozmístění a zaměstnanost obyvatelstva</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- porovná průmyslovou produkci v rozvojovém a rozvinutém světě</li> <li>- posoudí závislost dopravních systémů v jednotlivých částech světa na ekonomické vyspělosti dané oblasti</li> <li>- objasní závislost dopravy na primární a sekundární složce světového hospodářství</li> </ul>	<p>porovnání zpracovatelského průmyslu - regionu Severní Amerika a Afrika, Evropa, Asie; Doprava: pasiva a aktiva jednotlivých druhů dopravy, dopravní systémy světa</p>
<p>lokalizuje na mapách hlavní rozvojová jádra a periferní oblasti České republiky, rozlišuje jejich specifika</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zhodnotí význam terciéru a kvartéru v současném světovém hospodářském systému</li> <li>- rozliší a porovnává státy světa a mezinárodní integrační uskupení a organizace podle kritérií vzájemné podobnosti a odlišnosti</li> <li>- lokalizuje na mapách hlavní sídelní a hospodářské jádrové a periferní oblasti světa, zdůvodní příčiny perifernosti v konkrétních regionech</li> <li>- lokalizuje na politické mapě světa hlavní aktuální geopolitické změny s přihlédnutím k historickému vývoji s důrazem na 20. století; posoudí změny ve vývoji na současný stav</li> <li>- lokalizuje nejvyspělejší a nejméně vyspělé regiony světa</li> </ul>	<p>Terciér a kvartér: druhy a formy cestovního ruchu, faktory ovlivňující jeho rozmístění; mezinárodní obchod – historie a současnost svobodné ekonomické zóny; inkubační jádra, technopark, technopolis; Světová integrace; Globalizace; Jádrové a periferní oblasti světa: vývoj politické a hospodářské mapy světa, regionální politika</p>
<p>lokalizuje na mapách hlavní rozvojová jádra a periferní oblasti České republiky, rozlišuje jejich specifika</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozlišuje na konkrétních územních příkladech mikroregionální, regionální, státní, makroregionální a globální geografickou dimenzi</li> <li>- analyzuje význam jednotlivých regionů světa v globálním měřítku</li> <li>- na příkladech posoudí problematiku spojenou s daným regionem</li> <li>- lokalizuje na mapách hlavní sídelní a hospodářské jádrové a periferní oblasti jednotlivých kontinentů, zdůvodní příčiny perifernosti v konkrétních regionech</li> </ul>	<p>Regionální geografie; Region: vývoj regionálního uspořádání světa v minulosti a dnes, porovnání jednotlivých regionů světa a ČR z hlediska FG a SG geografie; toponomika světa a ČR</p>
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		

<b>Seminář z geografie</b>	<b>4. ročník</b>	
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		

### 5.15.12 Seminář z informatiky

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z informatiky
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	<p>Seminář z informatiky je povinně volitelný předmět, který vychází ze vzdělávacího oboru <b>Informační a komunikační technologie</b>.</p> <p>Rozšiřuje a prohlubuje znalosti a dovednosti žáků získané v povinné výuce informatiky a umožňuje jim dosáhnout vyšší úrovně digitální a informační gramotnosti.</p> <p>Výuka je zaměřena na praktické a tvořivé využívání moderních digitálních technologií, algoritmické a logické myšlení, práci s daty, základy programování.</p> <p>Žáci se učí efektivně vyhledávat, zpracovávat a prezentovat informace, využívat digitální nástroje při řešení problémů..</p> <p>Předmět rozvíjí samostatnost, tvořivost, kritické myšlení a schopnost spolupráce při řešení komplexních úloh.</p> <p>Získané kompetence jsou významné pro úspěšné uplatnění žáků v informační společnosti, pro jejich další studium na vysokých školách i pro budoucí profesní život.</p> <p>Seminář zároveň poskytuje vhodnou přípravu k maturitní zkoušce z informatiky.</p>

Název předmětu	Seminář z informatiky
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Předmět seminář z informatiky je určen žákům 3. a 4. ročníku čtyřletého gymnázia v rozsahu 2 (ve 3. ročníku) a 3 (ve 4. ročníku) vyučovacích hodin týdně. Vyučování probíhá ve specializovaných počítačových učebnách. Učební osnovy jsou zpracovány jednotně pro všechny skupiny čtyřletého, sportovního i vyššího osmiletého gymnázia.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informatika</li> <li>• Český jazyk a literatura</li> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Matematika</li> <li>• Fyzika</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Výtvarná výchova</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b> Žák formuluje problém, navrhuje algoritmus a zkoumá různé možnosti řešení. Je motivován k experimentování, testování a ladění postupu. Učí se využívat digitální technologie k automatizaci opakovaných činností a aplikovat poznatky na reálné situace. Zadáváním úloh vedeme žáky k tvořivému přístupu při jejich řešení. Učíme žáky chápat, že v životě se při práci s informačními a komunikačními technologiemi budou často setkávat s problémy, které nemají jen jedno správné řešení. Probíráme s žáky různé způsoby řešení, praktické provedení a dotažení úkolu do konce.</p> <p><b>Kompetence k podnikavosti:</b> Žák je motivován k tvořivému využívání digitálních nástrojů, organizaci vlastní práce a realizaci vlastních nápadů (úlohy, prezentace). Je veden k posuzování rizik, plánování kroků a dokončování úkolů. Dosažení schopnosti algoritmického myšlení umožňuje žákovi aplikovat své znalosti a dovednosti na libovolném příbuzném sw a hw a dosáhnout schopnosti tvořivě přistupovat k ovládnutí dynamicky se vyvíjejících digitálních technologií a zařízení.</p> <p><b>Kompetence komunikativní :</b> Žák využívá digitální nástroje ke sdílení informací a výsledků práce. Je veden k přesnému a zdvořilému vyjadřování v online prostředí, prezentaci vlastních projektů. Při komunikaci je žák veden k dodržování vžitých konvencí a pravidel, používání vhodných forem pro danou technologii.</p> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p>

Název předmětu	Seminář z informatiky
	<p>Při práci vedeme žáky k vzájemné radě či pomoci, případně je při úlohách a projektech učíme pracovat v týmu, rozdělit a naplánovat si práci, hlídat časový harmonogram apod. Učíme žáky hodnotit svoji práci i práci ostatních, při vzájemné komunikaci je vedeme k ohleduplnosti a taktu, k toleranci individuálních odlišností ve zručnosti a v rychlosti pochopení problému.</p> <p><b>Kompetence k učení:</b>                  Žák je veden k samostatnému vyhledávání a ověřování informací, plánování vlastního postupu a sledování pokroku v učení. Pracuje s digitálními zdroji, využívá zpětnou vazbu a reflektuje vlastní chyby jako příležitost ke zlepšení.</p> <p><b>Kompetence občanská:</b>                  Žák je veden k odpovědnému chování v digitálním prostředí, k ochraně osobních dat a k posuzování důvěryhodnosti informací. Při zpracovávání informací vedeme žáky ke kritickému myšlení nad obsahy sdělení, ke kterým se mohou dostat prostřednictvím Internetu i jinými cestami. Učí se chápat dopad technologií na společnost i životní prostředí. Žáky seznamujeme s vazbami na legislativu a obecné morální zákony (SW pirátství, autorský zákon, ochrana osobních údajů, bezpečnost, hesla ...) a vyžadujeme jejich dodržování (citace použitého pramene, ve škole není žádný nelegální SW, žáci si chrání své heslo...).</p> <p><b>Kompetence digitální:</b>                  Žák je veden k samostatnému, tvořivému a přesto bezpečnému, etickému a efektivnímu využívání digitálních technologií, softwaru a online služeb v praktickém i osobním životě. Vedeme žáky k pochopení principů fungování digitálních technologií a k uvědomění si jejich přínosů i rizik. Učí se tvořit digitální obsah, programovat volbou vhodných digitálních nástrojů podle povahy úkolu a efektivně je využít. Učíme žáky kriticky pracovat s informacemi i médii včetně sociálních sítí (podporujeme žáky v kritickém vyhledávání, třídění a vyhodnocování informací z různých zdrojů). Vedeme žáky k bezpečnému, etickému a odpovědnému chování v digitálním prostředí, respektování autorských práv a ochraně osobních údajů. Podporujeme spolupráci žáků v online prostředí a rozvíjíme jejich schopnost sdílet a prezentovat digitální obsah. Motivujeme žáky k sebereflexi a uvědomění si vlastního pokroku v digitálních dovednostech.</p>
Způsob hodnocení žáků	<p>V hodnocení žáků uplatňujeme prvky pozitivní motivace, zachováme stupnici známek 1 až 5.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• minimální počet známek odpovídá dvojnásobku týdenní hodinové dotace</li> <li>• tematické testy se obvykle skládají z teoretické i praktické části (z každé části známka s vahou 4 až 6), oznamují se předem</li> <li>• drobné desetiminutovky a aktivity (známka s vahou 1 až 3), bez ohlášení</li> </ul>

Název předmětu	Seminář z informatiky
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• hodnocení předmětových soutěží, korespondenčních seminářů (známka s vahou dle náročnosti a úspěšnosti)</li> <li>• vypracovat a prezentovat zadané téma (známka s vahou 8) u maturitního ročníku</li> </ul> <p>Je nutné, aby žák byl klasifikován v každém probíraném celku a ze souhrnných testů (maturitní ročník). Minimální počet známek za pololetí je stanoven na dvojnásobek hodinové týdenní dotace vyučovaného předmětu. Výjimkou je druhé pololetí u maturitního ročníku, zde je nutností získat minimálně 4 známky.</p>

Seminář z informatiky	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
<p>analyzuje problém, rozdělí problém na menší části, rozhodne, které je vhodné řešit algoritmicky, své rozhodnutí zdůvodní; sestaví a zapíše algoritmy pro řešení problému</p> <p>vysvětlí daný algoritmus, program; určí, zda je daný postup algoritmem</p> <p>vytvoří přehledný program pro vyřešení konkrétního problému s ohledem na jeho možné důsledky a svou odpovědnost za ně; používá opakování, větvení programu se složenými podmínkami, proměnné, seznamy, podprogramy s parametry a návratovými hodnotami; ve snaze o vyšší efektivitu navrhuje, řídí a hodnotí souběh procesů</p>	<p>vysvětlí princip algoritmu a popíše jeho vlastnosti; používá vývojový diagram nebo slovní popis k zápisu algoritmu</p> <p>vytváří jednoduché programy v Pythonu s použitím sekvencí, větvení a cyklů</p>	<p>Algoritmus – pojem, vlastnosti; různé formy zápisu (přirozený jazyk, vývojový diagram);</p> <p>Základní algoritmické struktury – sekvence, větvení, cykly, vstup a výstup dat; operátory; Proměnná, datové typy, knihovny math, random, tkinter</p>

Seminář z informatiky	3. ročník	
<p>analyzuje problém, rozdělí problém na menší části, rozhodne, které je vhodné řešit algoritmicky, své rozhodnutí zdůvodní; sestaví a zapíše algoritmy pro řešení problému</p>	<p>rolišuje základní a složené datové typy v Pythonu (int, float, string, tuple) a používá je při tvorbě programů používá vhodné datové typy a struktury podle charakteru úlohy</p>	<p>Datové typy – základní a složené Řetězce - přístup k prvkům a částem řetězce (slice), příslušné operace, funkce N-tice - přístup k prvkům n-tice, příslušné operace, funkce</p>
<p>ověří správnost, najde a opraví případnou chybu v algoritmu, otestuje, odladí a optimalizuje program</p>		
<p>ve vztahu k charakteru a velikosti vstupu hodnotí nároky algoritmů; porovná algoritmy podle různých hledisek, vybere pro řešený problém ten nejvhodnější; vylepší algoritmus podle zvoleného hlediska; zobecní řešení pro širší třídu problémů</p>		
<p>vytvoří přehledný program pro vyřešení konkrétního problému s ohledem na jeho možné důsledky a svou odpovědnost za ně; používá opakování, větvení programu se složenými podmínkami, proměnné, seznamy, podprogramy s parametry a návratovými hodnotami; ve snaze o vyšší efektivitu navrhuje, řídí a hodnotí souběh procesů</p>		
<p>analyzuje problém, rozdělí problém na menší části, rozhodne, které je vhodné řešit algoritmicky, své rozhodnutí zdůvodní; sestaví a zapíše algoritmy pro řešení problému</p>	<p>definuje a používá podprogramy (procedury, funkce), předává parametry a využívá návratové hodnoty; využívá dostupné knihovny; vysvětlí princip rekurze a rozezná přímou a nepřímou rekurzi, vytváří programy s rekurzí; vytváří jednoduché programy s využitím grafického uživatelského rozhraní (GUI), využívá časování</p>	<p>Podprogramy – definice a využití, parametry a návratové hodnoty, události (events), Rekurze – definice, pravidla, typy rekurze, programy využívající rekurzi GUI – grafické rozhraní, časování (timer), jednoduché animace</p>
<p>ověří správnost, najde a opraví případnou chybu v algoritmu, otestuje, odladí a optimalizuje program</p>		
<p>vytvoří přehledný program pro vyřešení konkrétního problému s ohledem na jeho možné důsledky a svou odpovědnost za ně; používá opakování, větvení programu se složenými podmínkami, proměnné, seznamy, podprogramy s parametry a návratovými hodnotami; ve snaze o vyšší efektivitu navrhuje, řídí a hodnotí souběh procesů</p>		
<p>analyzuje problém, rozdělí problém na menší části, rozhodne, které je vhodné řešit algoritmicky, své</p>	<p>pracuje s textovými soubory v Pythonu, vytváří, čte a zapisuje data, využívá je v úlohách pro komunikaci s</p>	<p>Textové soubory – vytvoření, zápis, čtení, umístění souboru, otevření a zavření souboru, zpracování dat</p>

Seminář z informatiky	3. ročník	
rozhodnutí zdůvodní; sestaví a zapíše algoritmy pro řešení problému	uživatel, ukládání dat samostatně navrhuje a realizuje menší programátorský projekt, testuje funkčnost a prezentuje výsledek	souboru Projektová výuka – práce na menších projektech; testování a ladění programu
ověří správnost, najde a opraví případnou chybu v algoritmu, otestuje, odladí a optimalizuje program		
ve vztahu k charakteru a velikosti vstupu hodnotí nároky algoritmů; porovná algoritmy podle různých hledisek, vybere pro řešený problém ten nejvhodnější; vylepší algoritmus podle zvoleného hlediska; zobecní řešení pro širší třídu problémů		
vytvoří přehledný program pro vyřešení konkrétního problému s ohledem na jeho možné důsledky a svou odpovědnost za ně; používá opakování, větvení programu se složenými podmínkami, proměnné, seznamy, podprogramy s parametry a návratovými hodnotami; ve snaze o vyšší efektivitu navrhuje, řídí a hodnotí souběh procesů		
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Plánování postupu při práci na úlohách, řízení času, odpovědnost za dokončení úkolů a reflexe vlastního pokroku.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
Žák dodržuje pravidla bezpečného chování online, respektuje práci ostatních, nešíří škodlivý obsah ani osobní údaje.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák komunikuje při týmové práci prostřednictvím digitálních nástrojů, diskutuje nad řešením a zdůvodňuje návrhy.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák pracuje v týmu na úlohách, soutěží v programátorských a logických aktivitách, respektuje pravidla.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
Žák vytváří vlastní digitální obsah (obrázky, web, programy), chápe principy digitální tvorby a publikace.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
Žák analyzuje obsah, design a účel digitálních produktů, hledá skryté významy a hodnotí dopad na uživatele.		

Seminář z informatiky	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kompetence k řešení problémů</li> <li>● Kompetence k podnikavosti</li> <li>● Kompetence komunikativní</li> <li>● Kompetence sociální a personální</li> <li>● Kompetence k učení</li> <li>● Kompetence občanská</li> <li>● Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
	formátuje text a stránku, vkládá objekty, tabulky, odkazy a generovaná pole, využívá styly, hromadnou korespondenci a grafické prvky	Textový editor – formátování textu a stránky, tabulky, styly, hromadná korespondence, objekty a pole Prohloubení učiva z předchozích ročníků, pokročilá nastavení textového dokumentu i editoru.
nastavuje účelné zobrazení dat, filtruje a řadí data úpravou databázového dotazu  rozlišuje a používá různé datové typy; navrhuje a porovnává různé způsoby kódování z různých hledisek a vysvětlí proces a úskalí digitalizace	vytváří tabulky a grafy, používá funkce, podmíněné formátování, relativní a absolutní adresování a kontingenční tabulky	Tabulkový procesor – adresování, funkce, grafy, řazení, kontingenční tabulky
	vytváří a prezentuje digitální prezentace, využívá animace, přechody a multimediální prvky uplatňuje základní typografická a grafická pravidla při tvorbě textových a prezentačních dokumentů	Tvorba prezentací – struktura, objekty, animace, přechody, multimedia, šablony, pravidla prezentování Typografická pravidla, estetika dokumentu a prezentace
identifikuje a řeší problémy a výzvy vznikající při práci s digitálními zařízeními a poradí s nimi druhým  rozlišuje a používá různé datové typy; navrhuje a porovnává různé způsoby kódování z různých hledisek a vysvětlí proces a úskalí digitalizace	rozumí pojmům z oblasti počítačové grafiky a dokáže je vysvětlit, chápe rozdíl mezi rastrovou a vektorovou grafikou, použití v praxi orientuje se v prostředí grafického editoru, ovládá základní úpravy fotografií umí nakreslit obrázek ve vektorové grafice využívá vrstvy, masky, křivky a barevné modely při tvorbě a úpravě obrázků a fotografií	Grafika – teorie počítačové grafiky, DPI, barevná hloubka, barevné modely, rozlišení, komprese Rastrová a vektorová grafika, formáty souborů, grafický software Výběry, vrstvy, filtry, masky, fotomontáže, skládání vektorové kresby, práce s objekty
identifikuje a řeší problémy a výzvy vznikající při práci s digitálními zařízeními a poradí s nimi druhým	používá HTML a CSS pro tvorbu a úpravu webových stránek,	Tvorba webových stránek- značkovací jazyk HTML, struktura dokumentu, syntax a sémantika HTML

Seminář z informatiky	4. ročník	
	rozlišuje selektory, třídy a identifikátory, umí vytvořit HTML dokument dle navržené struktury, dokáže využít (CSS) stylů a použít je ve vlastním HTML dokumentu,	značek, jejich parametry (texty, seznamy, odkazy, obrázky, tabulky). Kaskádové (CSS) styly – využití, inline, globální a externí styly, selektory, třídy a identifikátory. Prohloubení učiva z předchozích ročníků.
chrání digitální zařízení, digitální obsah i osobní údaje před poškozením či zneužitím s vědomím změn v technologiích, které ovlivňují bezpečnost	popíše části počítače podle von Neumannova schématu a vysvětlí funkci základních komponent a periférií	Hardware – historie PC, základní jednotky, komponenty, I/O zařízení
identifikuje a řeší problémy a výzvy vznikající při práci s digitálními zařízeními a poradí s nimi druhým		
chrání digitální zařízení, digitální obsah i osobní údaje před poškozením či zneužitím s vědomím změn v technologiích, které ovlivňují bezpečnost	rozlišuje systémový, aplikační a uživatelský software, vysvětlí princip operačního systému a souborového systému	Software – pojem, BIOS, OS, rozdělení softwaru, souborový systém
identifikuje a řeší problémy a výzvy vznikající při práci s digitálními zařízeními a poradí s nimi druhým		
porovná jednotlivé způsoby propojení počítačů, charakterizuje počítačové sítě a internet; vysvětlí, pomocí čeho a jak je zajištěna komunikace mezi jednotlivými zařízeními v síti		
rozlišuje jednotlivé operační systémy a vysvětlí rozdíly mezi nimi z uživatelského hlediska		
interpretuje získané výsledky a závěry, vyslovuje předpovědi na základě dat, uvažuje při tom omezení použitých modelů; posuzuje množství informace podle počtu možností, které jsou díky informaci vyloučeny; odhaluje chyby a manipulace v cizích interpretacích a závěrech	rozumí pojmu informace, chápe způsob toku dat uvnitř počítače chápe vztahy mezi číselnými soustavami a umí je převádět mezi sebou	Informace a data – pojem informace, princip digitalizace, kódování dat, číselné soustavy a převody mezi nimi, záznamová média
nastavuje účelné zobrazení dat, filtruje a řadí data úpravou databázového dotazu	vytváří jednoduchou databázi, definuje tabulky a datové typy, propojuje je relacemi a vytváří formuláře, sestavy a dotazy	Databáze – pojem, prostředí databázového programu, návrh tabulek, datové typy, formuláře, sestavy, dotazy
navrhne a vytvoří strukturu vzájemného propojení tabulek; navrhne procesy zpracování dat		
otestuje správnost a použitelnost svého řešení, navrhne a realizuje potřebná vylepšení; během		

Seminář z informatiky	4. ročník	
<p>provozu informačního systému rozpozná funkčně či věcně nesprávný stav, zjistí jeho příčinu a navrhne způsob jeho odstranění</p>		
<p>rozpozná informační toky v systémech; analyzuje a hodnotí informační systémy z různých hledisek; zvažuje i nepřímé a nezamýšlené dopady informačního systému na různé skupiny</p>		
<p>určí cílovou skupinu, formuluje problém, validuje potřeby, určí a prioritizuje požadavky na řešení</p>		
<p>určí jednotlivé uživatelské role, specifikuje jejich činnosti, navrhne, otestuje a přizpůsobí rozhraní uživatelům</p>		
<p>analyzuje problém, rozdělí problém na menší části, rozhodne, které je vhodné řešit algoritmicky, své rozhodnutí zdůvodní; sestaví a zapíše algoritmy pro řešení problému</p>	<p>rozumí pojmům algoritmus, jeho vlastnosti, program, vývojový diagram a dokáže je využívat vytváří algoritmy a programy v jazyce Python s použitím sekvence, cyklů, podmínek, a podprogramů, dokáže využít rekurzi využívá proměnnou, vhodně volí datové typy a pracuje s nimi chápe princip základních algoritmů vyhledávání a třídění, umí sestavit algoritmus vhodný pro vyhledávání v konkrétní množině či její setřídění, dokáže odhadnout časovou náročnost algoritmu, vytváří programy s grafickým rozhraním (GUI) a využívá události a grafické příkazy,</p>	<p>Algoritmy a programování - pojem algoritmus a jeho vlastnosti, Python Datové typy a kolekce (pole, seznam), vývojové diagramy, cykly Základní algoritmické struktury - podmíněné příkazy a výrazy, Podprogramy - procedury a funkce, rekurze a její užití Knihovny a jejich využití, události (events), grafické rozhraní tkinter Základní algoritmy vyhledávání a třídění, časová náročnost</p>
<p>ověří správnost, najde a opraví případnou chybu v algoritmu, otestuje, odladí a optimalizuje program</p>		
<p>ve vztahu k charakteru a velikosti vstupu hodnotí nároky algoritmů; porovná algoritmy podle různých hledisek, vybere pro řešený problém ten nejvhodnější; vylepší algoritmus podle zvoleného hlediska; zobecní řešení pro širší třídu problémů</p>		
<p>vysvětlí daný algoritmus, program; určí, zda je daný postup algoritmem</p>		
<p>vytvoří přehledný program pro vyřešení konkrétního problému s ohledem na jeho možné důsledky a svou odpovědnost za ně; používá opakování, větvení programu se složenými podmínkami, proměnné, seznamy, podprogramy s parametry a návratovými hodnotami; ve snaze o vyšší efektivitu navrhuje, řídí a hodnotí souběh procesů</p>		

Seminář z informatiky	4. ročník	
chrání digitální zařízení, digitální obsah i osobní údaje před poškozením či zneužitím s vědomím změn v technologiích, které ovlivňují bezpečnost	dokáže rozlišit pojem lokální a globální počítačová síť, zná základní pojmy z oblasti počítačových sítí, rozumí základní hardwarové logistice počítačových sítí, systemizuje data na svých úložištích, efektivně je spravuje a chrání	Bezpečnost na internetu a sociálních sítích, relevance zdrojů, vyhledávání na internetu, autorský zákon, zabezpečení zařízení a dat, zálohování, bezpečná práce s hesly, typy virů, antivirové programy, prevence, kyberšikana
porovná jednotlivé způsoby propojení počítačů, charakterizuje počítačové sítě a internet; vysvětlí, pomocí čeho a jak je zajištěna komunikace mezi jednotlivými zařízeními v síti	rozpozná sociotechnické útoky a umí se proti nim bránit	Počítačové sítě – LAN, WAN, internet, IP adresace, připojení, protokoly, HW nutný pro provoz počítačových sítí. Prohloubení učiva z předchozích ročníků.
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák pracuje v týmu na úlohách, soutěží v programátorských a logických aktivitách, respektuje pravidla.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák komunikuje při týmové práci prostřednictvím digitálních nástrojů, diskutuje nad řešením a zdůvodňuje návrhy.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Morálka všedního dne		
Žák dodržuje pravidla bezpečného chování online, respektuje práci ostatních, nešíří škodlivý obsah ani osobní údaje.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
Žák analyzuje obsah, design a účel digitálních produktů, hledá skryté významy a hodnotí dopad na uživatele.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Plánování postupu při práci na úlohách, řízení času, odpovědnost za dokončení úkolů a reflexe vlastního pokroku.		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
Žák vytváří vlastní digitální obsah (obrázky, web, programy), chápe principy digitální tvorby a publikace.		

**5.15.13 Seminář z estetické výchovy hudební**

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	0	3	3
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z estetické výchovy hudební
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Seminář hudební výchovy slouží k rozšíření teoretických znalostí – dějin hudby a pochopení a uvědomění si tvůrčích principů – a k přípravě ke studiu na vysoké škole. S především praktickou výukou na středních školách paralelně fungují i umělecké školy, proto připravuje seminář žáky právě na teorii.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Předešlá výuka je prakticky i teoreticky vyrovnaná, semináře jsou proto teoretické. Je jim ale také ponechána jistá volnost ve výběru témat, vyplývající z možných budoucích potřeb žáků.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Výtvarná výchova</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<b>Kompetence k učení:</b> <b>Kompetence komunikativní :</b> <b>Kompetence sociální a personální :</b>
Způsob hodnocení žáků	Počet známek za pololetí - minimálně 6, v druhém pololetí 3. Žák je hodnocen pětibodovou škálou známek. 1 - Žákův projev je samostatný, má znalost prvků jednotlivých stylů a orientuje se v časové ose jednotlivých stylů / porovnává, specifikuje/ 2 - Žák má celkový přehled jednotlivých stylů, rozeznává znaky, zařadí hlavní představitele s drobnými nepřesnostmi. 3 - Žák má základní přehled jednotlivých stylů a jejich znaků, v podrobnějších souvislostech se neorientuje. 4-Znalosti nejsou souvisle uspořádány, bez propojení. 5 - Žák nemá základní znalosti v dějinách umění a neorientuje se v nich.

Seminář z estetické výchovy hudební	4. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
na příkladech vysvětlí umělecký výraz jako neukončený a nedefinitivní ve svém významu; uvědomuje si vztah mezi subjektivním obsahem znaku a významem získaným v komunikaci	- vyděluje podstatné hudební znaky z proudu znějící hudby, rozpoznává hudebně výrazové prostředky užitě ve skladbě, uvědomuje si hudební formu díla a k dílu přistupuje jako k logicky utvářenému celku	Komplexní přehled základů: hudební nauka, harmonie, hudební formy, hudební nástroje v rámci jednotlivých hudebních etap
vysvětlí umělecký znakový systém jako systém vnitřně diferencovaný a dokáže v něm rozpoznat a nalézt umělecké znaky od objevných až po konvenční	- popíše a na vybraných hudebních dílech (částech hudebního díla) - ukáže důležité znaky tvorby a interpretace, vysvětlí, v čem tkví originální a nezaměnitelný přínos skladatele a interpreta, možná poselství sdělovaná prostřednictvím hudby na základě svých schopností, znalostí i získaných zkušeností dešifruje a interpretuje	Komplexní přehled základů: kompoziční principy
objasní podstatné rysy aktuálního (pluralitního, postmodernistického) přístupu k uměleckému procesu a na základě toho vysvětlí proces vzniku „obecného vkusu“ a „estetických norem“	- interpretuje hudbu na základě vědomostí a individuálních hudebních schopností; vytváří vlastní soudy a preference, které dokáže v diskusi obhájit	Referáty na libovolné téma umělecké i nonumělecké hudby 20.století
dokáže vystihnout nejpodstatnější rysy dnešních proměn a na příkladech uvést jejich vliv na proměnu komunikace v uměleckém procesu	- orientuje se ve vývoji hudebního umění - uvědomuje si rozdílnost hudebního myšlení v jednotlivých etapách - rozlišuje hudební slohy podle charakteristických hudebních znaků - na základě historických, společenských a kulturních kontextů popíše podmínky a okolnosti vzniku hudebního díla	Lidová hudba; Vývoj opery; Umělecká hudba 20.století - přehled hlavních stylů: Muzikál (x opereta); Vývoj jazzu; Neofolklorismus, neoklasicismus, neobaroko atd. Pařížská šestka; Mladá Francie - Olivier Messiaen; Elektronická, konkrétní, počítačová hudba, music for tape; Minimalismus; Multimediální produkce, hudba grafická, instrumentální divadlo, projektová kompozice; Aleatorika; Mikrointervalová hudba
vysvětlí, jaké předpoklady jsou zapotřebí k recepci uměleckého díla a zejména k porozumění uměleckým dílům současnosti	- odliší hudbu podle jejího stylového zařazení, významu a funkce, rozpozná vhodnost či nevhodnost využití určité hudby v konkrétních situacích Moderní populární hudba 20.století - se zaměřením na 60., 70. a 80.léta -	Moderní populární hudba 20. století - se zaměřením na 60., 70. a 80.léta; Nejnovější styly a tendence moderní populární hudby

Seminář z estetické výchovy hudební	4. ročník	
	rozpozná nejnovější styly a tendence moderní populární hudby	
vědomě uplatňuje tvořivost při vlastních aktivitách a chápe ji jako základní faktor rozvoje své osobnosti; dokáže objasnit její význam v procesu umělecké tvorby i v životě	- uvědomuje si roli hudebního průmyslu v současném světě; popíše možnosti využití hudby v „mimohudební“ oblasti a je schopen poukázat na příklady jejího zneužívání	Elektronická, konkrétní, počítačová hudba, music for tape, filmová hudba
objasní podstatné rysy aktuálního (pluralitního, postmodernistického) přístupu k uměleckému procesu a na základě toho vysvětlí proces vzniku „obecného vkusu“ a „estetických norem“	- uvědomuje si rozdílnost přístupů jednotlivých lidí k hudbě a hudební tvorbě, vnímá hudbu jako způsob prezentace vlastních idejí a názorů i idejí, pocitů a názorů ostatních lidí a na základě toho je schopen se s hudbou ztotožnit, či ji odmítnout	Některé osobnosti moderní hudby 20. a 21. století
dokáže vystihnout nejpodstatnější rysy dnešních proměn a na příkladech uvést jejich vliv na proměnu komunikace v uměleckém procesu	- upozorní na ty znaky hudební tvorby, které s sebou nesou netoleranci, rasismus a xenofobii, a dokáže se od takové hudby distancovat	Některé hudební styly moderní hudby 20. a 21. století
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		

### 5.15.14 Seminář z fyziky lékařských věd

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z fyziky lékařských věd
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity

Název předmětu	Seminář z fyziky lékařských věd
Charakteristika předmětu	Volitelný vyučovací předmět seminář z fyziky navazuje na vzdělávací obsah oboru Fyzika ze vzdělávací oblasti Člověk a příroda.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Cílem výuky vyučovacího předmětu seminář z fyziky je systematizovat, prohloubit a rozšířit vědomosti a dovednosti získané v povinné výuce. Je určen pro žáky s větším zájmem o fyziku, především pro ty, kteří se chtějí dále věnovat studiu lékařských věd.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matematika</li> <li>• Fyzika</li> <li>• Chemie</li> <li>• Biologie</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k řešení problémů:</b> Žák je veden k pochopení podstaty fyzikálního problému, formulování hypotézy a navržení vhodného postupu řešení. Je motivován k využívání různých metod – výpočtů, experimentů, modelů a simulací. Je podporován při ověřování výsledků měření, při porovnávání teoretických a praktických dat a při zhodnocení jejich přesnosti.</p>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b> Žák je veden k samostatnému řešení praktických problémů prostřednictvím fyzikálních principů. Je podporován v tvořivosti, iniciativě a v uplatňování získaných poznatků v praxi. Je motivován k rozvíjení přesnosti, důslednosti a vytrvalosti při práci na úkolech a projektech.</p>
	<p><b>Kompetence digitální:</b> Žák je veden k používání digitálních technologií při zpracování a vyhodnocování experimentálních dat. Je podporován v práci s měřicími senzory, simulačními programy a tabulkovými procesory. Je motivován k prezentaci výsledků pomocí digitálních nástrojů a k etickému a bezpečnému zacházení s daty.</p>
Způsob hodnocení žáků	<p>Způsoby hodnocení – klasifikační stupnicí 1-5, vychází z klasifikačního řádu školy. Při klasifikaci se v souladu s požadavky učebních osnov hodnotí:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• minimální počet známek odpovídá dvojnásobku týdenní hodinové dotace (výjimkou je druhé pololetí maturitního ročníku, kdy stačí získat minimálně 2 známky)</li> <li>• dílčí tematické testy cca 20 min (známka s váhou 4 až 5), oznamují se předem</li> <li>• drobné desetiminutovky (známka s váhou 1 až 3), bez ohlášení</li> <li>• hodnocení předmětových soutěží (známka s váhou dle náročnosti a úspěšnosti)</li> </ul>

Název předmětu	Seminář z fyziky lékařských věd
	Je nutné, aby žák byl klasifikován v každém probíraném celku.

Seminář z fyziky lékařských věd	3. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
objasní procesy vzniku, šíření, odrazu a interference mechanického vlnění	- využívá kinematické a dynamické vztahy k řešení jednoduchých praktických problémů o pohybech v různých situacích (doprava, sport, technika)	Pohyb těles a jejich vzájemné působení: Kinematika hmotného bodu; Dynamika hmotného bodu;
určí v konkrétních situacích síly a jejich momenty působící na těleso a určí výslednici sil	- orientuje se v grafech závislosti kinematických veličin na čase a používá je při řešení úloh	Práce; Výkon; Mechanická energie; Gravitační pole;
využívá zákony zachování některých důležitých fyzikálních veličin při řešení problémů a úloh	- popíše a využívá souvislost změny mechanické energie s mechanickou prací v praktických příkladech - řeší úlohy a jednoduché praktické problémy na pohyb těles v homogenním a centrálním gravitačním poli - využívá momentovou větu pro řešení problémů z běžného života - fyzikálně objasní podmínky rovnováhy a stability těles - řeší úlohy s použitím Pascalova nebo Archimédova zákona - objasní chování tělesa z dané látky v kapalině - využívá rovnici spojitosti toku a Bernoulliho rovnici při řešení praktických problémů	Mechanika tuhého tělesa; Mechanika tekutin
	- vyvodí z principu relativity a principu konstantní rychlosti světla některé jednoduché důsledky - používá vztahy pro dilataci času, kontrakci délek a skládání rychlostí při řešení konkrétních situací - určí ze změny energie soustavy změnu její hmotnosti a naopak	Speciální teorie relativity: Vznik speciální teorie relativity; Důsledky speciální teorie relativity
analyzuje vznik a průběh procesu pružné deformace pevných těles	- objasní souvislost mezi vlastnostmi látek různých skupenství a jejich vnitřní strukturou	Stavba a vlastnosti látek: Kinetická teorie látek;

Seminář z fyziky lékařských věd	3. ročník	
aplikuje s porozuměním termodynamické zákony při řešení konkrétních fyzikálních úloh	- řeší jednoduché úlohy s využitím prvního termodynamického zákona	Vnitřní energie, práce, teplo;
objasní souvislost mezi vlastnostmi látek různých skupenství a jejich vnitřní strukturou	- sestaví kalorimetrickou rovnici v konkrétních případech a řeší úlohy využitím této rovnice	Struktura a vlastnosti plynů;
porovná zákonitosti teplotní roztažnosti pevných těles a kapalin a využívá je k řešení praktických problémů	- řeší jednoduché úlohy na změnu stavu ideálního plynu pomocí stavové rovnice	Práce plynu;
využívá stavovou rovnici ideálního plynu stálé hmotnosti při předvídání stavových změn plynu	- znázorní průběh jednoduchých dějů s ideálním plynem v p-V diagramu - charakterizuje kruhový děj a znázorní jej v p-V diagramu - používá Hookův zákon pro pružnou deformaci tahem a tlakem - řeší úlohy na délkovou a objemovou teplotní roztažnost pevných a kapalných těles - sestaví a řeší kalorimetrickou rovnici v případech, kdy dochází ke změnám skupenství	Kruhový děj; Struktura a vlastnosti pevných látek a kapalin; Změny skupenství
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
Žák využívá fyzikální znalosti k pochopení vlivu lidské činnosti na prostředí (energie, hluk, teplo, záření). Získává odpovědný postoj k využívání přírodních zdrojů a k udržitelnému rozvoji.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
Žák je veden ke srozumitelnému a kultivovanému vyjadřování výsledků měření, k obhajobě závěrů a ke spolupráci při řešení úloh. Učí se diskutovat a respektovat odlišné názory.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
Žák je veden k plánování a organizaci práce při experimentálních a laboratorních činnostech. Učí se vytrvalosti, pečlivosti, sebekontrolě a zvládání chyb při měření a vyhodnocování dat.		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž		
Žák spolupracuje v laboratoři i při projektových úkolech, respektuje rozdělení rolí a pravidla bezpečnosti. Soutěžní a týmové formy práce rozvíjejí zodpovědnost, spolupráci a férové jednání.		

Seminář z fyziky lékařských věd	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
objasní procesy vzniku, šíření, odrazu a interference mechanického vlnění	- využívá zákona odrazu a zákona lomu při řešení úloh - vypočítá mezní úhel dopadu	Optika: Zákon odrazu; Zákon lomu, úplný odraz; Vlnová optika; Zobrazování optickými soustavami
využívá zákony šíření světla v prostředí k určení vlastností zobrazení předmětů jednoduchými optickými systémy	- řeší jednoduché úlohy na ohyb a interferenci světla - používá principy paprskové optiky ke konstrukci obrazu vzniklého zobrazením rovinným a kulovým zrcadlem, tenkou spojkou a tenkou rozptylkou - řeší úlohy pomocí zobrazovací rovnice kulového zrcadla a čočky s uplatněním znaménkové konvence - řeší jednoduché praktické problémy týkající se optického zobrazování	
posoudí jadernou přeměnu z hlediska vstupních a výstupních částic i energetické bilance	- vypočítá energii fotonů - používá Einsteinovu rovnici pro vnější fotoelektrický jev při řešení úloh	Fyzika mikrosvěta: Základní poznatky kvantové fyziky; Elektronový obal atomu; Jaderná a částicová fyzika
využívá poznatky o kvantování energie záření a mikročástic k řešení fyzikálních problémů	- charakterizuje vývoj názorů na stavbu atomu - určí frekvenci a vlnovou délku emitovaného či absorbovaného záření při přechodu elektronu z jednoho energetického stavu do druhého - popíše princip laseru - posoudí stabilitu jader podle vazebné energie na jeden nukleon - rozliší různé druhy radioaktivního záření - používá zákony zachování elektrického náboje a počtu nukleonů při zápisu jaderných reakcí - objasní jadernou syntézu a štěpení těžkých jader a posoudí jejich využití - navrhne možné způsoby ochrany člověka před nebezpečnými druhy záření	
aplikuje poznatky o mechanismech vedení elektrického proudu v kovech, polovodičích,	- vypočítá velikost intenzity elektrického pole v okolí bodového náboje	Elektromagnetické jevy: Elektrický náboj a elektrické pole;

Seminář z fyziky lékařských věd	4. ročník	
kapalinách a plynech při analýze chování těles z těchto látek v elektrických obvodech	- vypočítá celkovou kapacitu kondenzátorů spojených vedle sebe a za sebou	Elektrický proud v kovech, polovodičích, kapalinách a plynech;
porovná účinky elektrického pole na vodič a izolant	- využívá Ohmův zákon při řešení elektrických obvodů	Magnetické pole;
využívá Ohmův zákon při řešení praktických problémů	- nakreslí normalizovanými elektrotechnickými značkami elektrické obvody, včetně obvodů s	Elektromagnetická indukce;
využívá zákon elektromagnetické indukce k řešení problémů a k objasnění funkce elektrických zařízení	polovodičovou diodou, tranzistorem, měřicími přístroji - aplikuje poznatky o mechanismech vedení elektrického proudu v kovech, polovodičích, kapalinách a plynech při analýze chování těles z těchto látek v elektrických obvodech - vypočítá velikost a určí směr magnetické síly působící v homogenním magnetickém poli na vodič s proudem a na částici s nábojem - využívá zákon elektromagnetické indukce při určování indukovaného napětí - vyjádří rovnicí okamžitou hodnotu střídavého napětí a proudu v jednoduchém obvodu střídavého proudu - vypočítá rezistanci, induktanci, kapacitanci jednoduchého obvodu střídavého proudu s R, s L, s C. - nakreslí schéma oscilačního obvodu LC a popíše kmitání tohoto oscilátoru - vypočítá vlnovou délku elektromagnetického vlnění a řeší jednoduché praktické problémy související s elektromagnetickým vlněním	Střídavý proud; Elektromagnetické kmitání a vlnění
objasní procesy vzniku, šíření, odrazu a interference mechanického vlnění	- určí z časového diagramu nebo z rovnice pro okamžitou výchylku harmonického kmitání periodu, frekvenci a počáteční fázi kmitání - objasní pojmy rezonance mechanického oscilátoru, odraz a interference mechanického vlnění - odliší základní druhy mechanického vlnění (postupné, stojaté, podélné, příčné) - objasní základní charakteristiky zvuku	Mechanické kmitání a vlnění: Mechanické kmitání; Mechanické vlnění; Zvukové vlnění
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		

Seminář z fyziky lékařských věd	4. ročník
Žák je veden k plánování a organizaci práce při experimentálních a laboratorních činnostech. Učí se vytrvalosti, pečlivosti, sebekontrolě a zvládání chyb při měření a vyhodnocování dat.	
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí	
Žák využívá fyzikální znalosti k pochopení vlivu lidské činnosti na prostředí (energie, hluk, teplo, záření). Získává odpovědný postoj k využívání přírodních zdrojů a k udržitelnému rozvoji.	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace	
Žák je veden ke srozumitelnému a kultivovanému vyjadřování výsledků měření, k obhajobě závěrů a ke spolupráci při řešení úloh. Učí se diskutovat a respektovat odlišné názory.	
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Spolupráce a soutěž	
Žák spolupracuje v laboratoři i při projektových úkolech, respektuje rozdělení rolí a pravidla bezpečnosti. Soutěžní a týmové formy práce rozvíjejí zodpovědnost, spolupráci a férové jednání.	

### 5.15.15 Seminář z estetické výchovy

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	0	3	3
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z estetické výchovy
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Seminář výtvarné výchovy slouží k rozšíření teoretických znalostí – dějin oboru a pochopení a uvědomění si základních tvůrčích principů – a k přípravě ke studiu na vysoké škole. S výukou na středních školách paralelně fungují i umělecké školy, proto připravuje gymnázium žáky právě na teorii.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Předešlá výuka je prakticky i teoreticky vyrovnaná, semináře jsou proto teoretické. Je jim ale také ponechána jistá volnost ve výběru témat, vyplývající z možných budoucích potřeb žáků.

Název předmětu	Seminář z estetické výchovy
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<b>Kompetence k učení:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• snažíme se vést žáka k tomu, aby vybíral a využíval pro efektivní učení vhodné způsoby a metody, operoval s obecně užívanými pojmy, termíny a symboly, samostatně pozoroval a experimentoval</li> </ul>
	<b>Kompetence komunikativní :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• učíme žáka různým typům obrazových materiálů, gest a jejich tvořivému využití</li> </ul>
	<b>Kompetence sociální a personální :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme také žáka k tomu, aby účinně spolupracoval ve skupině, podílel se společně s pedagogy na vytváření pravidel práce v týmu, podílel se na vytváření příjemné atmosféry ve třídě</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	Minimální počet známek za pololetí je stanoven na dvojnásobek hodinové týdenní dotace vyučovaného předmětu. Výjimkou je druhé pololetí u maturitního ročníku, zde je nutností získat minimálně 4 známky. Žák je hodnocen pětibodovou škálou známek. 1 - Žákův projev je samostatný, má znalost prvků jednotlivých stylů a orientuje se v časové ose jednotlivých stylů / porovnává, specifikuje/ 2 - Žák má celkový přehled jednotlivých stylů, rozeznává znaky, zařadí hlavní představitele s drobnými nepřesnostmi. 3 - Žák má základní přehled jednotlivých stylů a jejich znaků, v podrobnějších souvislostech se neorientuje. 4-Znalosti nejsou souvisle uspořádány, bez propojení. 5 - Žák nemá základní znalosti v dějinách umění a neorientuje se v nich.

Seminář z estetické výchovy	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
objasní podstatné rysy aktuálního (pluralitního, postmodernistického) přístupu k uměleckému procesu a na základě toho vysvětlí proces vzniku „obecného vkusu“ a „estetických norem“	- porovnává různé znakové systémy, např. mluveného i psaného jazyka, hudby, dramatického umění	Techniky výtvarného umění
objasní podstatné rysy magického, mytického, univerzalistického, modernistického přístupu k uměleckému procesu, dokáže je rozpoznat v		

Seminář z estetické výchovy	4. ročník	
současném umění a na příkladech vysvětlí posun v jejich obsahu		
vědomě uplatňuje tvořivost při vlastních aktivitách a chápe ji jako základní faktor rozvoje své osobnosti; dokáže objasnit její význam v procesu umělecké tvorby i v životě	- rozpoznává specifičnosti různých vizuálně obrazných znakových systémů a zároveň vědomě uplatňuje jejich prostředky k vytváření obsahu při vlastní tvorbě a interpretaci v konkrétních příkladech vizuálně obrazných vyjádření vlastní i umělecké tvorby identifikuje pro ně charakteristické prostředky	Vývoj námětu v dějinách výtvarné kultury (od počátků do 21. století)
vysvětlí, jaké předpoklady jsou zapotřebí k recepci uměleckého díla a zejména k porozumění uměleckým dílům současnosti	- objasní roli autora, příjemce a interpreta při utváření obsahu a komunikačního účinku vizuálně obrazného vyjádření na příkladech vizuálně obrazných vyjádření uvede, rozliší a porovná osobní a společenské zdroje tvorby, identifikuje je při vlastní tvorbě	Představitelé jednotlivých etap v dějinách výtvarné kultury (od počátků do 21. století)
na příkladech vysvětlí umělecký výraz jako neukončený a nedefinitivní ve svém významu; uvědomuje si vztah mezi subjektivním obsahem znaku a významem získaným v komunikaci	- na příkladech uvede vliv společenských kontextů a jejich proměn na interpretaci obsahu vizuálně obrazného vyjádření a jeho účinku v procesu komunikace	Dějiny výtvarného umění od nejstarších projevů v pravěku, antické umění, románské umění gotiku, renesanci, baroko, klasicismus a empír, romantismus, realismus.

### 5.15.16 Seminář z dějepisu 20. století

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Seminář z dějepisu 20. století
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Seminář z dějepisu je na naší škole vyučován ve čtvrtém ročníku s časovou dotací tři hodiny týdně.

Název předmětu	Seminář z dějepisu 20. století
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	<p>Ve čtvrtém ročníku vyššího gymnázia se nový dějepisný seminář k dějinám 20. století zaměřuje nejen na opakování maturitních témat z 20. století, ale především na seznamování s dalším, rozšiřujícím učivem světových, převážně mimoevropských dějin 20. století. Se zvláštním aspektem na pochopení dějin 20. století v širších souvislostech. Seminář se soustředí na rozšíření a prohloubení témat, jako je například dekolonizace, dějiny zemí Dálného, Středního a Blízkého východu, vybraných afrických zemí, USA a některých států Latinské Ameriky. Volba témat je pružná, tzn. na základě domluvy / požadavků studentů, které vnesou na začátku školního roku.</p> <p>Žáci by měli být schopni rozvíjet takové hodnotové postoje, jakými jsou: úcta ke kulturnímu dědictví lidstva i vlastního národa a mít smysl pro civilizační odlišnosti. Žáci na základě získaných znalostí zaujmou k tématu svůj postoj, vyjádří vlastní názor, racionálně argumentují a kultivovaně diskutují.</p>
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anglický jazyk</li> <li>• Geografie</li> <li>• Základy společenských věd</li> <li>• Hudební výchova</li> <li>• Německý jazyk</li> <li>• Výtvarná výchova</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• prohlubujeme schopnost žáků vybírat a využívat z množství informací ty podstatné, které povedou k dalšímu zájmu o problematiku historie v celoživotním učení a dovedou je ke schopnosti odhalovat kořeny společenských jevů, dějů a změn</li> <li>• klademe důraz na částečně samostatnou práci, projekty, uplatnění vlastního názoru na danou problematiku</li> <li>• směřujeme žáky k tomu, aby své dovednosti a vědomosti dovedli uplatnit i v praktickém životě</li> </ul> <p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby dokázali jasně formulovat své názory, uměli vyslechnout protistranu, vhodně se zapojit do diskuzí na dané téma, a tak se vhodně prosadit mezi ostatními lidmi</li> </ul> <p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• skrze poznávání historie lidstva vedeme žáky k jejich silnějšímu sebeuvědomování a vědomí pospolitosti globálního obyvatelstva</li> </ul> <p><b>Kompetence občanská:</b></p>

Název předmětu	Seminář z dějepisu 20. století	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zdůrazňujeme schopnost žáka v zaujímání a obhajování vlastních postojů, přiměřeného prosazování svých práv a zvyšování odolnosti vůči myšlenkové manipulaci</li> <li>• vedeme žáky k osvojení si základních principů demokratického soužití, rozpoznání názorů a postojů ohrožujících lidskou důstojnost a škodlivých předsudků v nazírání na roli žen ve společnosti</li> <li>• snažíme se utvářet u žáků vědomí vlastní identity a identity druhých lidí, naučit žáky úctě k vlastnímu národu, jiným národům a etnikům</li> </ul> <p><b>Kompetence digitální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému a zodpovědnému využívání digitálních technologií a online zdrojů při poznávání a zpracování historických témat</li> <li>• vedeme žáky k vyhledávání, třídění a kritickému hodnocení historických informací z digitálního prostředí a k rozlišování důvěryhodných a nedůvěryhodných zdrojů</li> <li>• učíme žáky chápat rizika dezinformací a ověřovat správnost a původ informací z různých digitálních médií</li> <li>• podporujeme žáky v používání digitálních nástrojů při zpracování úkolů a projektů (např. pro tvorbu prezentací, časových os, map a infografik)</li> <li>• vedeme žáky k respektování autorských práv, správnému citování použitých zdrojů a k etickému chování v digitálním prostředí</li> <li>• podporujeme žáky ve spolupráci a sdílení výsledků své práce prostřednictvím digitálních platforem, čímž rozvíjejí schopnost efektivní komunikace a týmové spolupráce</li> </ul>	
Způsob hodnocení žáků	Alespoň 3 známky za pololetí, průběžné písemné zkoušky tematicky zaměřené.	

Seminář z dějepisu 20. století	4. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo

Seminář z dějepisu 20. století	4. ročník	
vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie; objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	- charakterizuje smysl historického poznání a jeho povahu jako poznání neuzavřeného a proměnlivého vymezí pojmy studená válka, vyspělá demokracie ve 2. pol. 20. století - objasní hlavní problémy specifické cesty vývoje významných postkoloniálních rozvojových zemí	Opakování milníků 20. století; Významné archeologické nálezy 20. století, úvod do dekolonizace Proces dekolonizace a problém modernizace a chudoby v rozvojových zemích
objasní hlavní problémy specifické cesty vývoje významných postkoloniálních rozvojových zemí; objasní význam islámské, židovské a některé další neevropské kultury v moderním světě	- rozlišuje různé zdroje historických informací, způsob jejich získávání a úskalí jejich interpretace	1. fáze dekolonizace; oblast Dálného východu
objasní hlavní problémy specifické cesty vývoje významných postkoloniálních rozvojových zemí; objasní význam islámské, židovské a některé další neevropské kultury v moderním světě	- objasní ve shodě s aktuálními vědeckými poznatky mimoevropský vývoj ve 2. polovině 20. století	Střední východ (Afghánistán)
objasní hlavní problémy specifické cesty vývoje významných postkoloniálních rozvojových zemí; objasní význam islámské, židovské a některé další neevropské kultury v moderním světě	- objasní mimoevropský vývoj ve 2. polovině 20. století na území Afriky, dopady dekolonizace a vliv studené války na tomto kontinentu; charakterizuje vzájemné vztahy mezi africkými státy a nejvýznamnější vnitřní i zahraniční konflikty	2. fáze dekolonizace – Afrika
objasní hlavní problémy specifické cesty vývoje významných postkoloniálních rozvojových zemí; objasní význam islámské, židovské a některé další neevropské kultury v moderním světě	- vysvětlí základní problémy vnitřního vývoje zemí Blízkého východu; zejména se zaměří na pochopení vnitřního vývoje a vzájemných vztahů Izraele a arabských zemí a vlivu supervelmocí USA a SSSR na situaci na Blízkém východě během studené války	Blízký východ
porovná a vysvětlí způsob života a chování v nedemokratických společnostech a v demokraciích	- dokáže pochopit odlišnosti vývoje v zemích Východního bloku a Západu – porovná a vysvětlí způsob života a chování v nedemokratických společnostech a v demokraciích	Dějiny USA a Ruska ve 20. století; SSSR a komunistický blok
vysvětlí základní problémy vnitřního vývoje zemí západního a východního bloku; zejména se zaměří na pochopení vnitřního vývoje a vzájemných vztahů supervelmocí USA, SSSR a na situaci ve střední Evropě a v naší zemi	- objasní podstatu zřízení SSSR a komunistického bloku	

Seminář z dějepisu 20. století	4. ročník	
	- objasní hlavní problémy specifické cesty vývoje významných států Latinské Ameriky a důsledky studené války v této zeměpisné oblasti	Vybrané státy Latinské Ameriky
charakterizuje vznik, vývoj a rozpad bipolárního světa, jeho vojenská, politická a hospodářská seskupení, vzájemné vztahy a nejvýznamnější konflikty	- porovná a vysvětlí způsob života a chování v nedemokratických společnostech a v demokraciích během 2. poloviny 20. stol.	Rozklad komunistických režimů a rozpad sovětského mocenského bloku Studená válka, vyspělé demokracie ve 2. pol. 20. století, včetně procesu uvolnění a úsilí o sociální stát
vymezí základní znaky hlavních totalitních ideologií a dovede je srovnat se zásadami demokracie; objasní příčiny a podstatu agresivní politiky a neschopnosti potenciálních obětí jí čelit	- charakterizuje Československo pod komunistickou mocí a vývoj po Sametové revoluci	Československo ve 2. polovině 20. století Československo pod komunistickou mocí ve světle významných dokumentů a „devadesátky“
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Vztah k multilingvní situaci a ke spolupráci mezi lidmi z různého kulturního prostředí		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Účinky mediální produkce a vliv médií		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		

### 5.15.17 Příprava na zkoušky v anglickém jazyce

Počet vyučovacích hodin za týden				Celkem
1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
0	0	2	3	5
		Volitelný	Volitelný	

Název předmětu	Příprava na zkoušky v anglickém jazyce
Oblast	Volitelné vzdělávací aktivity
Charakteristika předmětu	Volitelný předmět od třetího ročníku s týdenní dotací 2 vyučovací hodiny, s pokračováním ve 4. ročníku 3 hodinami týdně. Výuka probíhá ve skupinách.
Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci)	Pro vyučování se používají učebnice angličtiny zaměřené na rozvíjení komunikace, řečových dovedností a schopnosti prezentovat výsledky své práce, rozšiřování slovní zásoby a prohlubování všech základních dovedností vedoucích k úspěšnému zvládnutí mezinárodní jazykové zkoušky. Žáci jsou vedeni k soustavné práci na rozšiřování slovní zásoby i formou práce s jednojazyčným slovníkem, s výukovými programy dostupnými online a na stránkách některých nakladatelství. V hodinách jsou probírána obecná konverzační témata mezinárodních jazykových zkoušek, lexikální a gramatická cvičení typu multiple choice close, open close, word formation a key word transformation. Žáci jsou vedeni k porozumění textům odpovídajícím základním typům textů předkládaných mezinárodními zkouškami a k správnému porozumění požadovaným typům poslechových cvičení. Soustavně procvičují stylistiku, výstavbu uceleného psaného textu, použití vhodných spojek a spojovacích výrazů, správný pravopis a interpunkci, vhodné použití gramatických struktur.
Mezipředmětové vztahy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anglický jazyk</li> </ul>
Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků	<p><b>Kompetence k učení:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k tomu, aby si osvojili správné a efektivní postupy při studiu ve škole i doma a aby si uvědomili význam studia pro rozvoj své osobnosti i své budoucí profese</li> <li>• žáci se učí kritickému výběru informací namísto pasivnímu či reproduktivnímu a důvěře k vlastní úvaze a týmové práci</li> <li>• žáci jsou vedeni ke kritické analýze chyb vlastních, k uvědomění si vlastních kvalit a ke schopnosti spravedlivě ohodnotit postupy a výsledky práce ostatních žáků ve skupině</li> </ul> <p><b>Kompetence k řešení problémů:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci jsou vedeni k rozpoznání problému, jeho analýze, vyhodnocení pozitiv a negativ, porovnání a vyhodnocení důsledků, k zaujetí vlastního stanoviska a přijetí ideálních závěrů</li> <li>• žáci jsou podněcováni k rozvíjení představivosti, intuice a invence, k oproštění se stereotypních postojů a k hledání nových, životaschopných cest v řešení problémových situací</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby se nebáli vlastních, ani jiných názorů a postojů a dovedli o nich smysluplně diskutovat a dospívat k řešení</li> </ul>

Název předmětu	Příprava na zkoušky v anglickém jazyce
	<p><b>Kompetence komunikativní :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci se učí účinně rozvíjet prostředky komunikace mluvené i písemné, verbální i mimoverbální, včetně způsobů symbolických a grafických, běžné i odborné</li> <li>• žáci jsou vedeni k tomu, aby těchto prostředků v mluveném i písemném projevu užívali přehledně, jasně, srozumitelně, jazykově správně, přiměřeně ke svým dovednostem a zkušenostem, ale též inovativně a citlivě</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby přejímané informace předávali s porozuměním, se zájmem a přesvědčením vůči zkoumanému jevu i vůči posluchačům / čtenářům</li> </ul>
	<p><b>Kompetence sociální a personální :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci se učí posuzovat své fyzické a duševní schopnosti a vzhledem k nim si stanovit cíle a postupy, které je k nim dovedou</li> <li>• žáci jsou vedeni k aktivní spolupráci ve skupině, k vytváření a udržování vztahů podložených vzájemným respektem, tolerancí a odpovědností</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby vzdorovali svévolné manipulaci, pasivnímu přejímání postojů a tlaku průměrnosti</li> </ul>
	<p><b>Kompetence občanská:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• člověk je tvor společenský, proto vedeme žáky k tomu, aby se ve své užší i širší skupině chovali vyváženě, respektovali názory a postoje ostatních a dovedli přijmout řešení</li> <li>• žáci se učí promýšlet souvislosti mezi svými právy a povinnostmi, dbát o rozšiřování svých zájmů a poznatků o duchovních a kulturních tradicích a hodnotách svého kraje, své země i světa</li> <li>• žáci jsou vedeni k potřebě aktivně sledovat události světa, ve kterém žijí, a v případě nouze aktivně pomáhat v rámci svých možností</li> </ul>
	<p><b>Kompetence k podnikavosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• žáci se učí cílevědomě se rozhodovat o svém dalším vzdělávání a budoucím profesním zaměření, zvažovat přitom reálně své předpoklady a možnosti a aktivně je rozvíjet</li> <li>• žáci jsou vedeni k tomu, aby své schopnosti ani nepřeceňovali, ani nepodceňovali a aby výsledky své práce uměli poctivě vyhodnotit, jsou vedeni k pracovitosti a pracovní kázní</li> <li>• vedeme žáky k tomu, aby uměli vyhodnocovat informace o nabídkách vzdělání a práce a aby si uměli naplánovat a realizovat postupy, které k jejich dosažení vedou</li> </ul>
	<p><b>Kompetence digitální:</b></p>

Název předmětu	Příprava na zkoušky v anglickém jazyce
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vedeme žáky k samostatnému využívání digitálních technologií při osvojování, procvičování a rozvíjení jazykových dovedností v anglickém jazyce</li> <li>• vedeme žáky k efektivnímu vyhledávání, zpracování a porovnávání informací v anglickém jazyce s využitím dostupných digitálních zdrojů a nástrojů</li> <li>• podporujeme žáky v používání online slovníků, jazykových korpusů, aplikací a multimediálních materiálů pro rozvoj poslechoových, čtenářských, mluvních a písemných dovedností</li> <li>• vedeme žáky k tvorbě a prezentaci vlastních digitálních výstupů v anglickém jazyce (prezentace, projekty, texty, nahrávky) a k jejich sdílení prostřednictvím vhodných komunikačních platforem</li> <li>• učíme žáky dodržovat zásady bezpečného, etického a kultivovaného chování v digitálním prostředí a respektovat autorská práva při využívání jazykových zdrojů</li> </ul>
Způsob hodnocení žáků	Žáci jsou hodnoceni minimálně čtyřmi známkami v každém pololetí v septimě a šesti známkami za pololetí v oktávě, s výjimkou druhého pololetí – čtyřmi známkami.

Příprava na zkoušky v anglickém jazyce	3. ročník	
Výchovné a vzdělávací strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
RVP výstupy	ŠVP výstupy	Učivo
vyjádří a obhájí své myšlenky, názory a stanoviska vhodnou písemnou i ústní formou	- vyjádří a obhájí své myšlenky, názory a stanoviska vhodnou písemnou i ústní formou - Formuluje argumentačně strukturované eseje, zprávy a dopisy dle zadání (např. opinion essay, formal/informal letter). - Využívá vhodné jazykové prostředky pro vyjádření souhlasu/nesouhlasu, návrhů, doporučení a hodnocení. - V diskusi i písemném projevu uplatňuje logickou	Ústní projev – běžná komunikace, otázky a odpovědi, komparace, vyjádření názoru, prezentace

Příprava na zkoušky v anglickém jazyce	3. ročník	
	<p>návaznost, koherenci a kohezí prostředky (např. linking devices, discourse markers).</p>	
<p>adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů</li> <li>- Interpretuje a porovnává názory autorů v různých typech textů (např. články, recenze, eseje).</li> <li>- Identifikuje hlavní myšlenky, podpůrné argumenty a záměr autora.</li> <li>- Reaguje na texty analyticky a kriticky, využívá jazykové prostředky pro shrnutí, kontrast, hodnocení a vyjádření postoje.</li> </ul>	<p>Gramatické jevy – časy, podmínkové, časové, vztažné, přípustkové věty, spojky a spojovací výrazy</p>
<p>komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích</li> <li>- Aktivně se zapojuje do simulovaných i reálných konverzací na témata jako vzdělání, kultura, technologie, životní prostředí apod.</li> <li>- Využívá širokou škálu slovní zásoby a gramatických struktur pro přesné vyjadřování.</li> <li>- Uplatňuje správnou výslovnost, intonaci a rytmus řeči, včetně schopnosti opravovat se a adaptovat jazyk dle kontextu.</li> </ul>	<p>Fonetika – výslovnost, intonace, větný důraz</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Výslovnost: důraz na správnou artikulaci běžných i méně frekventovaných slov, práce s fonetickým přepisem.</li> <li>- Intonace: rozlišení mezi otázkami, výčtem, důrazem na klíčové informace, vyjádření emocí a postojů.</li> <li>- Větný důraz: práce s rytmem a melodií věty, schopnost zdůraznit klíčové části sdělení v argumentaci nebo prezentaci.</li> </ul>
<p>při setkání s rodilými mluvčími zahájí, vede a zakončí dialog a zapojí se do živé diskuse na různá témata týkající se odbornějších zájmů</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- při setkání s rodilými mluvčími zahájí, vede a zakončí dialog a zapojí se do živé diskuse na různá témata týkající se odbornějších zájmů</li> <li>- Zahajuje a udržuje interakci v různých sociálních a profesních kontextech (např. interview, debata, prezentace).</li> <li>- Reaguje adekvátně na otázky, komentáře a námitky, využívá jazykové prostředky pro vyjednávání, objasnění a shrnutí.</li> <li>- Prokazuje schopnost aktivního naslouchání,</li> </ul>	<p>Mluvení a komunikace – každodenní konverzační situace a témata</p> <p>Slovní zásoba odpovídající úrovni a tématům</p> <p>Komunikační dovednosti – role-play, párová konverzace, rozhovor, diskuse, prezentace atd.)</p>

Příprava na zkoušky v anglickém jazyce	3. ročník	
	navazování na předchozí výpovědi a přirozeného zakončení konverzace.	
formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule	- formuluje svůj názor srozumitelně, gramaticky správně, spontánně a plynule	Písemný projev – esej, dopis/email, návrh, zpráva, recenze
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Vzdělávání v Evropě a ve světě		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Základní problémy sociokulturních rozdílů		
MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Psychosociální aspekty interkulturality		

Příprava na zkoušky v anglickém jazyce	4. ročník	
<b>Výchovné a vzdělávací strategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetence k učení</li> <li>• Kompetence k řešení problémů</li> <li>• Kompetence komunikativní</li> <li>• Kompetence sociální a personální</li> <li>• Kompetence občanská</li> <li>• Kompetence k podnikavosti</li> <li>• Kompetence digitální</li> </ul>	
<b>RVP výstupy</b>	<b>ŠVP výstupy</b>	<b>Učivo</b>
volně a srozumitelně reprodukuje přečtený nebo vyslechnutý autentický text se slovní zásobou a jazykovými strukturami odpovídajícími náročnějšímu textu	- volně a srozumitelně reprodukuje přečtený nebo vyslechnutý autentický text se slovní zásobou a jazykovými strukturami odpovídajícími náročnějšímu textu	Poslechová cvičení (autentické nahrávky rodilých mluvčích)
sestaví souvislý text na širokou škálu témat a vyjádří své stanovisko	- sestaví souvislý text na širokou škálu témat a vyjádří své stanovisko	Gramatika: slovtvorba, syntax, morfologie
porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického ústního projevu složitějšího obsahu na aktuální téma, postihne jeho hlavní a doplňující informace	- porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického ústního projevu složitějšího obsahu na aktuální téma, postihne jeho hlavní a doplňující informace rozliší v mluveném projevu jednotlivé mluvčí, identifikuje různý	Komunikační dovednosti: popis obrázku, interview, komparace, role-play, vyjádření názoru

Příprava na zkoušky v anglickém jazyce	4. ročník	
	styl, citové zabarvení, názory a stanoviska jednotlivých mluvčích	
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích	<ul style="list-style-type: none"> <li>- komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích</li> <li>- Shrne hlavní myšlenky a detaily z článků, reportáží, podcastů nebo rozhovorů.</li> <li>- Používá vhodnou slovní zásobu pro parafrázování a reprodukci obsahu (např. to summarize, to outline, to paraphrase).</li> <li>- Uplatňuje komplexní jazykové struktury: vedlejší věty, pasivum, modální slovesa, spojovací výrazy.</li> <li>- Rozlišuje mezi fakty, názory a záměrem autora.</li> </ul>	Fonetika: výslovnost, intonace, přízvuk, větný důraz
vyhledá a shromáždí informace z různých textů na méně běžné, konkrétní téma a pracuje se získanými informacemi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vyhledá a shromáždí informace z různých textů na méně běžné, konkrétní téma a pracuje se získanými informacemi</li> <li>- Píše strukturované texty (eseje, dopisy, zprávy, recenze) s jasnou argumentací.</li> <li>- Vyjadřuje a obhajuje vlastní názor, porovnává různé pohledy.</li> <li>- Používá jazykové prostředky pro logickou návaznost: however, on the other hand, in contrast, therefore, in conclusion.</li> <li>- Přizpůsobuje styl a tón textu podle účelu a adresáta (formální vs. neformální).</li> </ul>	Rozvoj čtenářské kompetence – cvičení na porozumění textu – multiple choice, cross-text multiple matching, gapped text
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích využívá různé druhy slovníků, informativní literaturu, encyklopedie a média	<ul style="list-style-type: none"> <li>- využívá různé internetové zdroje a informativní literaturu</li> <li>- využívá různé druhy slovníků, informativní literaturu, encyklopedie a média</li> </ul>	Tematické okruhy běžných komunikačních situací

Příprava na zkoušky v anglickém jazyce	4. ročník	
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	- adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	Psaní: esej, recenze, zpráva, formální/neformální dopis
čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce	- čte s porozuměním literaturu ve studovaném jazyce	
adekvátně a gramaticky správně okomentuje a prodiskutuje odlišné názory různých faktografických i imaginativních textů	- komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích	Komunikační dovednosti – collaborative task, interview, discussion
komunikuje plynule a foneticky správně na témata abstraktní i konkrétní v méně běžných i odborných situacích	- porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického ústního projevu složitějšího obsahu na aktuální téma, postihne jeho hlavní a doplňující informace	
porozumí hlavním bodům a myšlenkám autentického ústního projevu složitějšího obsahu na aktuální téma, postihne jeho hlavní a doplňující informace		
postihne zápletku i sled událostí ve filmu či hře	postihne zápletku i sled událostí ve filmu či hře	
<b>Průřezová témata, přesahy, souvislosti</b>		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Sociální komunikace		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globalizační a rozvojové procesy		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Globální problémy, jejich příčiny a důsledky		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti		
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Humanitární pomoc a mezinárodní rozvojová spolupráce		
VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH - Žijeme v Evropě		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Člověk a životní prostředí		
ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Životní prostředí regionu a České republiky		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Média a mediální produkce		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Mediální produkty a jejich významy		
MEDIÁLNÍ VÝCHOVA - Uživatelé		

## 6 Hodnocení žáků a autoevaluace školy

### 6.1 Pravidla pro hodnocení žáků

#### 6.1.1 Způsoby hodnocení

Podrobný způsob klasifikace je popsán v 5. části školního řádu (Pravidla pro hodnocení výsledků vzdělávání žáků).

#### 6.1.2 Kritéria hodnocení

*OBSAH*

1. Pravidla hodnocení a klasifikace žáka
2. Opravné zkoušky
3. Klasifikace ve vyučovacích předmětech s převahou teoretického zaměření
4. Klasifikace ve vyučovacích předmětech s převahou výchovného zaměření
5. Zásady klasifikace
6. Získávání podkladů pro hodnocení a klasifikaci
7. Klasifikace chování
8. Maturitní zkouška

#### **1. Pravidla hodnocení a klasifikace žáka**

##### **1.1. Prospěch žáka v jednotlivých vyučovacích předmětech je klasifikován těmito stupni:**

- 1 - výborný
- 2 - chvalitebný
- 3 - dobrý
- 4 - dostatečný
- 5 - nedostatečný.

##### **1.2. Chování žáka je klasifikováno těmito stupni:**

1 - velmi dobré

2 - uspokojivé

3 - neuspokojivé.

**1.3. Celkové hodnocení žáka se na vysvědčení vyjadřuje stupni:**

a) "**prospěl s vyznamenáním**", není-li v žádném povinném předmětu hodnocen při celkové klasifikaci stupněm horším než "chvalitebný", průměr z povinných předmětů nemá horší než 1,5 a jeho chování je velmi dobré

b) "**prospěl**", není-li v žádném z povinných předmětů hodnocen při celkové klasifikaci stupněm "nedostatečný";

c) "**neprospěl**", je-li v některém povinném předmětu hodnocen při celkové klasifikaci stupněm "nedostatečný".

d) "**nehodnocen**", není – li možné žáka hodnotit z některého z předmětů, uvede se na vysvědčení u příslušného předmětu místo stupně prospěchu slovo „nehodnocen(a)“

**1.4.** Do vyššího ročníku postoupí žák, který na konci druhého pololetí příslušného ročníku prospěl ze všech povinných předmětů stanovených školním vzdělávacím programem.

**1.5.** Nelze-li žáka hodnotit na konci prvního pololetí, určí ředitel školy pro jeho hodnocení náhradní termín, a to tak, aby hodnocení za první pololetí bylo provedeno nejpozději do konce června. Není-li možné žáka hodnotit ani v náhradním termínu, žák se za první pololetí nehodnotí. Není-li žák hodnocen z povinného předmětu vyučovaného pouze v prvním pololetí ani v náhradním termínu, neprospěl.

**1.6.** Nelze-li žáka hodnotit na konci druhého pololetí, určí ředitel školy pro jeho hodnocení náhradní termín, a to tak, aby hodnocení za druhé pololetí bylo provedeno nejpozději do konce září následujícího školního roku. Do doby hodnocení navštěvuje žák nejbližší vyšší ročník. Není-li žák hodnocen ani v tomto termínu, neprospěl.

**1.7** Má-li zletilý žák nebo zákonný zástupce nezletilého žáka pochybnosti o správnosti hodnocení na konci prvního nebo druhého pololetí, může do 3 pracovních dnů ode dne, kdy se o hodnocení prokazatelně dozvěděl, nejpozději však do 3 pracovních dnů od vydání vysvědčení, požádat ředitele školy o přezkoumání výsledků hodnocení žáka; je-li vyučujícím žáka v daném předmětu ředitel školy, krajský úřad. Pokud není dále stanoveno jinak, ředitel školy nebo krajský úřad nařídí komisionální přezkoušení žáka, které se koná nejpozději do 14 dnů od doručení žádosti nebo v termínu dohodnutém se zákonným zástupcem žáka.

**1.8.** Komise pro komisionální zkoušky je nejméně tříčlenná. Jejím předsedou je ředitel školy nebo jím pověřený učitel, zkoušející učitel vyučující žáka danému předmětu a přisedící, který má odbornou kvalifikaci pro výuku téhož nebo příbuzného předmětu. Pokud je ředitel školy zároveň vyučujícím, jmenuje předsedu komise krajský úřad. Členy komise jmenuje ředitel školy. Výsledek zkoušky vyhlásí předseda veřejně v den konání zkoušky.

**1.9.** V případě pochybností o správnosti hodnocení žáka (požádá – li z tohoto důvodu zletilý žák nebo zákonný zástupce nezletilého žáka o jeho komisionální přezkoušení), může být žák v příslušném pololetí z daného předmětu komisionálně přezkoušen pouze jednou.

## **2. Opravné zkoušky**

**2.1.** Opravné zkoušky jsou zkoušky komisionální. Žák může v jednom dni skládat pouze jednu opravnou zkoušku.

**2.2.** Žák, který na konci druhého pololetí neprospěl nejvýše ze 2 povinných předmětů, nebo žák, který neprospěl na konci prvního pololetí nejvýše ze 2 povinných předmětů vyučovaných pouze v prvním pololetí, koná z těchto předmětů opravnou zkoušku nejpozději do konce příslušného školního roku v termínu stanoveném ředitelem školy. Žák, který nevykoná opravnou zkoušku úspěšně nebo se k jejímu konání nedostaví, neprospěl. Ze závažných důvodů může ředitel školy žákovi stanovit náhradní termín opravné zkoušky nejpozději do konce září následujícího školního roku. Do doby náhradního termínu opravné zkoušky navštěvuje žák nejbližší vyšší ročník.

## **3. Klasifikace ve vyučovacích předmětech s převahou teoretického zaměření**

**3.1.** Převahu teoretického zaměření mají jazykové, společenskovední, přírodovědné předměty a matematika.

**3.2.** Při klasifikaci výsledků ve vyučovacích předmětech uvedených v bodu 3.1. se v souladu s požadavky ŠVP hodnotí:

**a)** ucelenost, přesnost a trvalost osvojení požadovaných poznatků, faktů, pojmů, definic, zákonitostí a vztahů,

**b)** kvalita a rozsah získaných dovedností vykonávat požadované intelektuální a motorické činnosti,

**c)** schopnost uplatňovat osvojené poznatky a dovednosti při řešení teoretických a praktických úkolů, při výkladu a hodnocení společenských a přírodních jevů a zákonitostí,

**d)** kvalita myšlení, především jeho logika, samostatnost a tvořivost,

**e)** aktivita v přístupu k činnostem, zájem o ně a vztah k nim,

**f)** přesnost, výstižnost a odborná i jazyková správnost ústního a písemného projevu.

g) kvalita výsledků činností,

h) osvojení účinných metod samostatného studia.

**3.3.** Výchovně vzdělávací výsledky se klasifikují podle těchto kritérií:

**Stupeň 1 (výborný):**

Žák ovládá požadované poznatky, fakta, pojmy, definice a zákonitosti uceleně, přesně a úplně a chápe vztahy mezi nimi. Pohotově vykonává požadované intelektuální a motorické činnosti. Samostatně a tvořivě uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti při řešení teoretických a praktických úkolů, při výkladu a hodnocení jevů a zákonitostí. Myslí logicky správně, zřetelně se u něho projevuje samostatnost a tvořivost. Jeho ústní a písemný projev je správný, přesný a výstižný. Grafický projev je přesný a estetický. Výsledky jeho činnosti jsou kvalitní, pouze s menšími nedostatky. Je schopen samostatně studovat vhodné texty.

**Stupeň 2 (chvalitebný):**

Žák ovládá požadované poznatky, fakta, pojmy, definice a zákonitosti v podstatě uceleně, přesně a úplně. Pohotově vykonává požadované intelektuální a motorické činnosti. Samostatně a produktivně nebo podle menších podnětů učitele uplatňuje osvojené poznatky a dovednosti při řešení teoretických a praktických úkolů, při výkladu a hodnocení jevů a zákonitostí. Myslí správně, v jeho myšlení se projevuje logika a tvořivost. Ústní a písemný projev mívá menší nedostatky ve správnosti, přesnosti a výstižnosti. Kvalita výsledků činnosti je zpravidla bez podstatných nedostatků. Grafický projev je estetický, bez větších nepřesností. Je schopen samostatně nebo s menší pomocí studovat vhodné texty.

**Stupeň 3 (dobrý):**

Žák má v ucelenosti, přesnosti a úplnosti osvojení si požadovaných poznatků, faktů, pojmů, definic a zákonitostí nepodstatné mezery. Při vykonávání požadovaných intelektuálních a motorických činností projevuje nedostatky. Podstatnější nepřesnosti a chyby dovede za pomoci učitele korigovat. V uplatňování osvojených poznatků a dovedností při řešení teoretických a praktických úkolů se dopouští chyb. Uplatňuje poznatky a provádí hodnocení jevů a zákonitostí podle podnětů učitele. Jeho myšlení je vcelku správné, ale málo tvořivé, v jeho logice se vyskytují chyby. V ústním a písemném projevu má nedostatky ve správnosti, přesnosti a výstižnosti. V kvalitě výsledků jeho činnosti se projevují častější nedostatky, grafický projev je méně estetický a má menší nedostatky. Je schopen samostatně studovat podle návodu učitele.

**Stupeň 4 (dostatečný):**

Žák má v ucelenosti, přesnosti a úplnosti osvojení si požadovaných poznatků závažné mezery. Při provádění požadovaných intelektuálních a motorických činností je málo pohotový a má větší

nedostatky. V uplatňování osvojených poznatků a dovedností při řešení teoretických a praktických úkolů se vyskytují závažné chyby. Při využívání poznatků pro výklad a hodnocení jevů je nesamostatný. V logice myšlení se vyskytují závažné chyby, myšlení není tvořivé. Jeho ústní a písemný projev má vážné nedostatky ve správnosti, přesnosti a výstižnosti. V kvalitě výsledků jeho činnosti a v grafickém projevu se projevují nedostatky, grafický projev je málo estetický. Závažné nedostatky a chyby dovede s pomocí učitele opravit. Při samostatném studiu má velké těžkosti.

#### **Stupeň 5 (nedostatečný):**

Žák si požadované poznatky neosvojil uceleně, přesně a úplně, má v nich závažné a značné mezery. Jeho dovednost vykonávat požadované intelektuální a motorické činnosti má velmi podstatné nedostatky. V uplatňování osvojených vědomostí a dovedností při řešení teoretických a praktických úkolů se vyskytují velmi závažné chyby. Při výkladu a hodnocení jevů a zákonitostí nedovede své vědomosti uplatnit ani s podněty učitele. Neprojevuje samostatnost v myšlení, vyskytují se u něho časté logické nedostatky. V ústním a písemném projevu má závažné nedostatky ve správnosti, přesnosti i výstižnosti. Kvalita výsledků jeho činnosti a grafický projev mají vážné nedostatky. Závažné nedostatky a chyby nedovede opravit ani s pomocí učitele. Nedovede samostatně studovat.

#### **4. Klasifikace ve vyučovacích předmětech s převahou výchovného zaměření**

**4.1.** Převahu výchovného zaměření mají: výtvarná výchova, hudební výchova, tělesná výchova a občanská výchova + předměty ŠVP sportovního gymnázia (jednohodinové) (ŠVP ZV).

**4.2.** Při průběžné klasifikaci předmětů uvedených v bodu 4.1. se klasifikuje teoretická část podle bodu 3.

**4.3.** Žák se při částečném uvolnění z tělesné výchovy nebo úlevách doporučených lékařem klasifikuje s přihlédnutím ke zdravotnímu stavu.

**4.4.** Při klasifikaci v předmětech uvedených v bodu 4.1. se v souladu s požadavky učebních osnov hodnotí zejména:

- a) stupeň tvořivosti a samostatnosti projevu,
- b) osvojení potřebných vědomostí, zkušeností, činností a jejich tvořivá aplikace,
- c) poznání zákonitostí daných činností a jejich uplatňování ve vlastní činnosti,
- d) kvalita projevu,
- e) vztah žáka k činnostem a zájem o ně,
- f) estetické vnímání, přístup k uměleckému dílu a k estetice ostatní společnosti,

g) v tělesné výchově s přihlédnutím ke zdravotnímu stavu žáka všeobecná, tělesná zdatnost, výkonnost a jeho péče o vlastní zdraví.

e) projektová činnost – účast, kvalita projektu

4.5. Výchovně vzdělávací výsledky se klasifikují podle těchto kritérií:

**Stupeň 1 (výborný):**

Žák je v činnostech velmi aktivní. Pracuje tvořivě, samostatně, plně využívá své osobní předpoklady a velmi úspěšně podle požadavků osnov je rozvíjí v individuálních a kolektivních projevech. Jeho projev je esteticky působivý, originální, pročitelný, v hudební, výtvarné a tělesné výchově přesný. Osvojené vědomosti, dovednosti a návyky aplikuje tvořivě. Má výrazně aktivní zájem o umění, estetiku a tělesnou kulturu a projevuje k nim aktivní vztah. Úspěšně rozvíjí svůj estetický vkus a tělesnou zdatnost.

**Stupeň 2 (chvalitebný):**

Žák je v činnostech aktivní, tvořivý, převážně samostatný na základě využívání svých osobních předpokladů, které úspěšně rozvíjí v individuální a kolektivním projevu. Jeho projev je esteticky působivý a má jen menší nedostatky z hlediska požadavků osnov. Tvořivě aplikuje osvojené vědomosti, dovednosti a návyky v nových úkolech. Má aktivní zájem o umění, o estetiku a tělesnou zdatnost. Rozvíjí si v požadované míře estetický vkus a tělesnou zdatnost.

**Stupeň 3 (dobrý):**

Žák je v činnostech méně aktivní, tvořivý, samostatný a pohotový. Nevyužívá dostatečně své schopnosti v individuální a kolektivním projevu. Jeho projev je málo působivý, dopouští se v něm chyb. Jeho vědomosti a dovednosti mají četnější mezery a při jejich aplikaci potřebuje pomoc učitele. Nemá dostatečný aktivní zájem o umění, estetiku a tělesnou kulturu. Nerozvíjí v požadované míře svůj estetický vkus a tělesnou zdatnost.

**Stupeň 4 (dostatečný):**

Žák je v činnostech málo aktivní a tvořivý. Rozvoj jeho schopností a jeho projev jsou málo uspokojivé. Úkoly řeší s častými chybami. Vědomosti a dovednosti aplikuje jen se značnou pomocí učitele. Projevuje velmi malou snahu a zájem o činnosti, nerozvíjí dostatečně svůj estetický vkus a tělesnou zdatnost.

**Stupeň 5 (nedostatečný):**

Žák je v činnostech převážně pasivní. Rozvoj jeho schopností je neuspokojivý. Jeho projev je povětšinou chybný a nemá estetickou hodnotu. Minimální osvojené vědomosti a dovednosti

nedovede aplikovat. Neprojevuje zájem o práci a nevyvíjí úsilí rozvíjet svůj estetický vkus a tělesnou zdatnost.

## **5. Zásady klasifikace**

**5.1.** Při celkové klasifikaci přihlíží učitel k věkovým zvláštěnostem žáka i k tomu, že žák mohl v průběhu klasifikačního období zakolísat v učebních výkonech pro určitou indispozici.

**5.2.** Klasifikace zahrnuje ohodnocení píle žáka a jeho přístupu ke vzdělávání i v souvislostech, které ovlivňují jeho výkon.

**5.3.** Při určování klasifikačního stupně posuzuje učitel výsledky práce objektivně, nesmí podléhat žádnému subjektivnímu vlivu.

**5.4.** Přechází-li žák do jiné školy, zašle ředitel dosavadní školy škole, na níž žák přechází dokumentaci a záznam o jeho chování a prospěchu za neukončené klasifikační období.

**5.5.** Ve výsledné známce na vysvědčení jsou zohledněny: domácí příprava, práce v hodině, přístup k předmětu. Výsledná známka nemusí odpovídat průměru z elektronické žákovské knížky.

**5.6.** Vyučující seznámí žáky se zásadami klasifikace ve svém předmětu na začátku školního roku. V tomto případě je možná korekce bodu 6.2a (např. náhrada ústního zkoušení za písemné).

**5.7.** Pokud se žák zúčastní soustředění a je vyučujícím předem informován o písemném testu, je pro něj povinný.

**5.8.** Pokud byl žák během celého víkendu na závodech, zápasech či soustředění a je – li tato skutečnost předem uvedena v třídní knize, nebude následující den zkoušen.

**5.9.** Ředitel školy může s písemným doporučením školského poradenského zařízení povolit nezletilému žákovi se speciálními vzdělávacími potřebami nebo s mimořádným nadáním na žádost jeho zákonného zástupce a zletilému žákovi se speciálními vzdělávacími potřebami nebo s mimořádným nadáním na jeho žádost vzdělávání podle individuálního vzdělávacího plánu. Ve středním vzdělávání může ředitel školy povolit vzdělávání podle individuálního vzdělávacího plánu i z jiných závažných důvodů. Třídám se sportovním zaměřením nebo žákům a studentům vykonávajícím sportovní přípravu může ředitel školy odlišně upravit organizaci vzdělávání. Na žádost zákonného zástupce nezletilého žáka či na žádost zletilého žáka může ředitel školy přiznat dílčí úpravy organizace vzdělávání (příloha klasifikačního řádu – žádost o individuální zkoušení (IZ). Cílem je umožnit žákům zvládnutí všech požadavků na vzdělávání při zachování náročnosti sportovní přípravy a sportovní výkonnosti.

**6.0.** Ředitel školy posoudí žádost o uvolňování z rodinných důvodů, na akce sportovního klubu či reprezentace. Při neuspokojivých výsledcích žáka ve vzdělávání nebude žák na akce sportovního

klubu či reprezentace uvolňován. K žádosti zákonného zástupce nezletilého žáka či zletilého žáka se písemně vyjádří zástupce ředitele, trenér (u oboru „Gymnázium se sportovní přípravou“), třídní učitel.

## **6. Získávání podkladů pro hodnocení a klasifikaci**

**6.1.** Podklady pro hodnocení a klasifikaci získávají vyučující zejména: soustavným diagnostickým pozorováním žáků, sledováním jejich výkonů a připravenosti na vyučování, různými druhy zkoušek (písemné, ústní, grafické, praktické, pohybové,...), kontrolními písemnými pracemi, analýzou výsledků různých činností žáků, konzultacemi s ostatními vyučujícími a podle potřeby i s psychologickými a zdravotnickými pracovníky.

**6.2a** Klasifikace ve vyučovacích předmětech s převahou teoretického zaměření: Žák školy musí mít z každého předmětu alespoň tři známky za každé pololetí, u předmětů s hodinovou dotací tři nebo čtyři hodiny týdně stanovuje minimální počet klasifikace ŠVP. Znamky získávají vyučující průběžně během celého klasifikačního období. Není přípustné ústně přezkušovat žáky koncem klasifikačního období z látky celého tohoto období. Výjimku tvoří vědomosti nutné k zvládnutí zkoušené látky. Zkoušení je prováděno zásadně před kolektivem třídy, nepřípustné je individuální přezkušování po vyučování v kabinetech. Výjimka je možná jen při diagnostikované vývojové poruše, kdy je tento způsob doporučen ve zprávě psychologa.

**6.2.b** Klasifikace ve vyučovacích předmětech s převahou výchovného zaměření: Je vyučující povinen dodržovat stanovené zásady klasifikace viz. článek 5. Hodnocení zohledňuje individuální přístup, potřeby a odlišnosti jednotlivce. Kritéria hodnocení jsou uvedena v odst. 4.5. Klasifikuje se průběžně, s ohledem na specifika a časovou dotaci jednotlivých předmětů. Vyučující seznámí žáky se zásadami klasifikace na začátku školního roku.

**6.3.** Učitel oznamuje žákovi výsledek každé klasifikace, klasifikaci zdůvodňuje a poukazuje na klady a nedostatky hodnocených projevů, výkonů, výtvorů. Po ústním vyzkoušení oznámí učitel žákovi výsledek hodnocení okamžitě. Výsledky hodnocení písemných zkoušek a prací a praktických činností oznámí žákovi nejpozději do 14 dnů. Učitel sděluje všechny známky, které bere v úvahu při celkové klasifikaci, zástupcům žáka zejména prostřednictvím zápisů do elektronické žákovské knížky.

**6.4.** Kontrolní písemné práce a další druhy zkoušek rozvrhne učitel rovnoměrně na celý školní rok, aby se nadměrně nenahromadily v určitých obdobích.

**6.5.** O termínu písemné zkoušky, která má trvat více než 20 minut, informuje vyučující žáky dostatečně dlouhou dobu předem. Ostatní vyučující o tom informuje formou zápisu do třídní knihy. Takové zkoušky může žák absolvovat v jednom dni nejvýše dvě, v primě a sekundě jednu.

**6.6.** Učitel je povinen vést soustavnou evidenci o každé klasifikaci žáka průkazným způsobem tak, aby mohl vždy doložit správnost celkové klasifikace žáka i způsob získání známek (ústní zkoušení, písemné,...). Průkazným způsobem je zveřejnění známek v elektronické žákovské knížce. V případě dlouhodobé nepřítomnosti nebo rozvázání pracovního poměru v průběhu klasifikačního období předá tento klasifikační přehled zastupujícímu učiteli nebo vedení školy.

**6.7.** Klasifikační stupeň určí učitel, který vyučuje příslušnému předmětu. Při dlouhodobějším pobytu žáka mimo školu (lázeňské léčení, léčebné pobyty, dočasné umístění v ústavech, apod.) vyučující respektuje známky žáka, které škole sdělí škola při instituci, kde byl žák umístěn. Žák se znovu nepřezkoušuje.

**6.8.** Při určování stupně prospěchu v jednotlivých předmětech na konci klasifikačního období se hodnotí kvalita práce a učební výsledky, jichž žák dosáhl za celé klasifikační období. Stupeň prospěchu se neurčuje na základě průměru z klasifikace za příslušné období. Výsledná známka za klasifikační období musí odpovídat známám, které žák získal a které byly sděleny rodičům.

**6.9.** Případy zaostávání žáků v učení a nedostatky v jejich chování se projednají v pedagogické radě.

**6.10.** Na konci klasifikačního období, v termínu, který určí ředitel školy, zapíše učitelé příslušných předmětů výsledky celkové klasifikace do třídního výkazu v počítači a připraví návrhy na umožnění opravných zkoušek, na hodnocení v náhradním termínu apod.

**6.11.** Zákonné zástupce žáka informuje o prospěchu a chování žáka třídní učitel a učitelé jednotlivých předmětů.

**6.12.** Informace jsou rodičům předávány převážně při osobním jednání na třídních schůzkách nebo při pohovorech, na které jsou rodiče písemně zváni. Rodičům, kteří se nemohli dostavit na školou určený termín, poskytnou vyučující možnost individuální konzultace.

**6.13.** V případě mimořádného zhoršení prospěchu žáka informuje rodiče vyučující předmětu bezprostředně a prokazatelným způsobem.

**6.14.** Pokud je klasifikace žáka stanovena na základě písemných nebo grafických prací, vyučující tyto práce uschovávají po dobu, během které se klasifikace žáka určuje nebo ve které se k ní mohou zákonní zástupci žáka odvolat - tzn. celý školní rok včetně hlavních prázdnin, v případě žáků s odloženou klasifikací nebo opravnými zkouškami až do 30. 9. dalšího školního roku. Opravené písemné práce musí být předloženy všem žákům a na požádání ve škole také rodičům [1].

**6.15.** Při určování klasifikačního stupně posuzuje učitel výsledky práce objektivně, nesmí podléhat žádnému vlivu subjektivnímu ani vnějšímu.

**6.16.** Vyučující dodržují zásady pedagogického taktu, zejména:

- neklasifikují žáky ihned po jejich návratu do školy po nepřítomnosti delší než jeden týden,
- účelem zkoušení není nacházet mezery ve vědomostech žáka, ale hodnotit to, co umí, rozsah požadovaných znalostí vymezuje ŠVP,
- učitel klasifikuje jen probrané učivo, zadávání nové látky celé třídě formou samostudia a následná klasifikace takové látky bez předchozího výkladu učitele nejsou přípustné,
- před prověřováním znalostí musí mít žáci dostatek času k naučení a procvičení učiva.

**6.17.** Třídní učitelé případně výchovný poradce jsou povinni seznamovat ostatní vyučující s doporučením psychologických vyšetření, které mají vztah ke způsobu hodnocení a klasifikace žáka a způsobu získávání podkladů. Údaje o nových vyšetřeních jsou součástí zpráv učitelů nebo výchovného poradce na pedagogické radě a jsou důvěrné.

**6.18.** Klasifikace u žáků s individuálním vzdělávacím plánem (IVP), úpravou vzdělávacího plánu (ÚVP) a u žáků s individuálním zkoušením (IZ, sportovní gymnázium) probíhá v souladu s navržením harmonogramem vzdělávání stanoveným po dohodě s vyučujícími jednotlivých předmětů

## **7. Zásady pro hodnocení chování ve škole**

**7. 1.** Klasifikaci chování žáků navrhuje třídní učitel po projednání s učiteli, kteří ve třídě vyučují, a s ostatními učiteli a rozhoduje o ní ředitel po projednání v pedagogické radě.

**7.2.** Kritériem pro klasifikaci chování je dodržování pravidel slušného chování a dodržování školního řádu školy během klasifikačního období.

**7.3.** Škola hodnotí a klasifikuje žáky za jejich chování ve škole a při akcích organizovaných školou.

**7.4.** Kritéria pro jednotlivé stupně klasifikace chování jsou následující:

### **Stupeň 1 (velmi dobré):**

Žák uvědoměle dodržuje pravidla chování a ustanovení školního řádu školy. Méně závažných přestupků se dopouští ojedinele, je však přístupný výchovnému působení a snaží se své chyby napravit.

### **Stupeň 2 (uspokojivé):**

Chování žáka je v rozporu s pravidly chování a s ustanoveními školního řádu školy. Dopustí se závažného přestupku proti pravidlům slušného chování nebo vnitřnímu řádu školy; nebo se opakovaně dopustí méně závažných přestupků. Dosavadní kázeňská opatření nebyla účinná, žák se dopouští dalších přestupků, narušuje výchovně vzdělávací činnost školy. Ohrožuje bezpečnost a zdraví svoje nebo jiných osob.

### **Stupeň 3 (neuspokojivé):**

Chování žáka ve škole je v příkrém rozporu s pravidly slušného chování. Dopustí se takových závažných přestupků proti školnímu řádu nebo provinění, že je jimi vážně ohrožena výchova nebo bezpečnost a zdraví jiných osob. Záměrně narušuje hrubým způsobem výchovně vzdělávací činnost školy. Dosavadní kázeňská opatření a udělení sníženého stupně z chování nebyla účinná, žák se opakovaně dopouští dalších přestupků

## **8. Maturitní zkouška**

**8.1.** Organizace, průběh a klasifikace profilové maturitní zkoušky probíhá dle platné legislativy (Vyhláška č. 177/2009 Sb., o bližších podmínkách ukončování vzdělávání ve středních školách maturitní zkouškou, ve znění vyhlášky č. 90/2010 Sb., vyhlášky č. 274/2010 Sb., vyhlášky č. 54/2011 Sb. a vyhlášky č. 273/2011 Sb. (znění účinné od 30. září 2011 s vyznačením změn podle vyhlášky č. 273/2011 Sb. a následných změn).

**8.2.** Výsledná známka profilové maturitní zkoušky odpovídá kritériím uvedených v 3.3., klasifikace státní maturitní zkoušky je dána MŠMT (Sdělení MŠMT čj.: MSMT-10054/2012-23)

## **6.2 Autoevaluace školy**

### **6.2.1 Oblasti autoevaluace**

Projekt Cesta ke kvalitě byl zaměřený na všestrannou podporu škol v oblasti vlastního hodnocení. Partnersky ho realizoval Národní ústav pro vzdělávání, školské poradenské zařízení a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků a Národní institut pro další vzdělávání. Projekt byl financován z Evropského sociálního fondu a ze státního rozpočtu České republiky. Byl ukončen k 31.8.2012. Nyní je portál evaluačních nástrojů zprovozněn na portálu [www.rvp.cz](http://www.rvp.cz).

Základní a střední školy pravidelně hodnotí svou vlastní práci. Podívat se s určitým nadhledem na své vlastní působení není ovšem nic jednoduchého. Přitom jedině dobře provedené vlastní hodnocení (autoevaluace) ukáže klady i zápory dosavadní práce školy a může se stát odrazovým můstkem k pozitivním změnám.

### **6.2.2 Cíle a kritéria autoevaluace**

**Podmínky ke vzdělání:** obsah a průběh vzdělávání – mimovýukové aktivity (ankety pro rodiče),  
obsah a průběh vzdělávání – plánování výuky,  
obsah a průběh vzdělávání – podpůrné výukové materiály,  
obsah a průběh vzdělávání – realizace výuky (interakce učitele a žáků/děti, strategie učení cizímu jazyku, rozvoj kompetencí k učení),  
obsah a průběh vzdělávání – školní vzdělávací program,

podmínky ke vzdělávání bezpečnostní a hygienické,  
podmínky ke vzdělávání ekonomické,  
podmínky ke vzdělávání materiální,  
podmínky ke vzdělávání personální,  
úroveň výsledků práce školy – kvalitativní analýza,  
úroveň výsledků práce školy – kvantitativní analýza,  
vedení a řízení školy, kvalita personální práce a dalšího vzdělávání ped. pracovníků – organizační řízení školy,  
vedení a řízení školy, kvalita personální práce a dalšího vzdělávání ped. pracovníků – partnerství školy a externí vztahy,  
vedení a řízení školy, kvalita personální práce a dalšího vzdělávání ped. pracovníků – pedagogické řízení školy,  
vedení a řízení školy, kvalita personální práce a dalšího vzdělávání ped. pracovníků – strategické řízení,  
výsledky vzdělávání žáků/děti - hodnocení výuky (interakce učitele a žáků/děti),  
výsledky vzdělávání žáků/děti – motivace (motivace žáků),  
výsledky vzdělávání žáků/děti – postoje (postoje žáků ke škole),  
výsledky vzdělávání žáků/děti – úspěšnost absolventů,  
výsledky vzdělávání žáků/děti – znalosti a dovednosti

### 6.2.3 Nástroje autoevaluace

Analýza školní dokumentace, anketa pro rodiče, anketa pro učitele, anketa pro žáky/děti, hospitace vedením (ředitel, zástupce ředitele, zástupce předmětové komise apod.), vzájemné hospitace pedagogů, zjišťování a vyhodnocování výsledků vzdělávání žáků/děti, zpětná vazba absolventů, zpětná vazba externích subjektů.

### 6.2.4 Časové rozvržení autoevaluačních činností

Autoevaluační činnosti jsou prováděny pravidelně každé pololetí.

Časový harmonogram

- ZÁŘÍ: Zahajovací pedagogická porada – naplánování autoevaluačních činností, plán osobního profesního rozvoje
- LISTOPAD: Čtvrtletní pedagogická porada, rodičovské schůzky
- PROSINEC: Kontrola plnění tematických plánů, schůzky předmětových komisí, rekapitulace výsledků soutěží za uplynulé období
- LEDEN: Pololetní pedagogická porada, statistické vyhodnocení prospěchu a chování
- BŘEZEN: Schůzky předmětových komisí, aktuální snímek školy (evaluační nástroj ČŠI)

- DUBEN: Písemné maturitní zkoušky, rodičovské schůzky, čtvrtletní pedagogická porada
- KVĚTEN: Statistika výsledků olympiád, SOČ
- ČERVEN: Závěrečná pedagogická porada, statistické vyhodnocení prospěchu a chování

**Průběžně:**

Hospitační činnost

Vzájemná hospitační činnost učitelů

Schránka důvěry

Portfolio učitele

Vzdělávací kurzy pro učitele