

ZÁKLADNÍ ŠKOLA, PRAHA 8, ŽERNOSECKÁ 3



ZŠ ŽERNOSECKÁ
základní škola s rozšířenou výukou jazyků

**Školní vzdělávací program pro základní vzdělávání
„Škola pro život“ zpracovaný podle RVP ZV**

ZMĚNY VE ŠKOLNÍM VZDĚLÁVACÍM PROGRAMU



Č. j.: 39-OSD/01/2020

SEZNAM ZMĚN V ŠVP

Změny platné od 1. 9. 2017:

Úprava I - hodinová dotace (tabulka učebního plánu 4. 3. na str. 16)

- 6. ročník – nejazyková skupina – fyzika – 1 hodina místo původních 2 hodin
- volitelný předmět – 3 hodiny místo původních 2 hodin

Úprava II – zavedení povinného plaveckého výcviku (podle rozvojového programu na podporu výuky plavání podle § 171 odstavce 2 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů)

- 2. ročník – celá třída – plavecký výcvik místo tělesné výchovy (2 hodiny)

Změny platné od 1. 9. 2020:

Úprava III – rozdělení povinného plaveckého výcviku (podle rozvojového programu na podporu výuky plavání podle § 171 odstavce 2 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů) do 2. a 3. ročníku

- 2. ročník – celá třída – plavecký výcvik v rámci tělesné výchovy (2. pololetí - 1 hodina TV, 1 hodina - plavání)
- 3. ročník – celá třída – plavecký výcvik v rámci tělesné výchovy (2. pololetí - 1 hodina TV, 1 hodina - plavání)



RNDr. Božena Černanská, Ph. D.

ředitelka školy

Zpracovala koordinátorka tvorby ŠVP PaedDr. Ivana Cesarová

Úprava III. – Plavecký výcvik

Na naší škole probíhá výuka plavání od 1. 9. 2020 z důvodu mimořádného opatření MZDR 10676/2020 – 1/MIN/KAN k ochraně před COVID – 19 rozděleně ve druhém ročníku (2. pololetí) a třetím ročníku (1. pololetí) v rámci předmětu tělesná výchova.

Charakteristika předmětu:

Očekávané výstupy 2. ročník (2. pololetí)

Adaptuje se na vodní prostředí, dodržuje hygienu plavání, zvládá v souladu s individuálními předpoklady základní plavecké dovednosti.

Zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky sebezáchrany a bezpečnosti.

Učivo:

Osobní hygiena, sprchování, otužování, sušení, smluvené signály pro komunikaci v bazénu, nenásilná adaptace na vodní prostředí formou her, orientace ve vodě, splývání na břiše a na zádech s pomůckou a bez pomůcky, plavecké dýchání, skoky a pády, plavecké pohyby jednotlivých plaveckých způsobů (prsa, kraul, znak), plavecký způsob prsa (nohy, ruce, souhra – podle individuálních schopností uplavat s pomůckami nebo bez pomůcek 25 metrů, dovednosti branného plavání (vznášení, splývání, šlapání vody), bezpečnostní zásady při plavání ve volné přírodě

Očekávané výstupy 3. ročník (1. pololetí)

Upevňuje si získané hygienické návyky, uvědomuje si zdravotní význam otužování a plavání, jeho význam pro regeneraci a rehabilitaci a pro zvyšování fyzické zdatnosti, zná smluvené signály v prostředí bazénů a reaguje na ně, dodržuje zásady bezpečnosti při plavání a při pobytu v areálu bazénu a ve volné přírodě. Zvládne plavecký způsob prsa, skočí do vody, seznámí se s dalšími plaveckými způsoby (znak, kraul, delfín), seznámí se s dovednostmi branného a záchranného plavání a s prvky sebezáchrany.

Učivo:

Zdokonalení plaveckého způsobu prsa, prsová obrátka, skoky střemhlav a startovní skok, další plavecký způsob (plavecká technika – prvkové plavání - kraul, znak, delfín), rozvoj plavecké vytrvalosti. Záchranný kraul, plavání pod vodou a lovení předmětů, plavání ve ztížených podmínkách, dopomoc unavenému plavci (jedním plavcem, dvěma plavci a skupinou plavců), bezpečnostní zásady při plavání ve volné přírodě. Účast na třídních a ročníkových závodech v plavání.