

10.2. Zdravotní tělesná výchova

Charakteristika předmětu

V předmětu Zdravotní tělesná výchova je realizován obsah vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, oboru Zdravotní tělesná výchova.

Zdravotní tělesná výchova je formou tělesné výchovy, která se zřizuje pro žáky s trvale nebo přechodně změněným zdravotním stavem (III. Zdravotní skupina). Využívá činnosti a zátěže, které nejsou kontraindikací zvýšené tělesné námahy. Zařazení žáků do Zdravotní tělesné výchovy se provádí na doporučení lékaře.

V předmětu Zdravotní tělesná výchova je aktivně rozvíjena hybnost žáků, správné držení těla a je zvyšována celková tělesná zdatnost žáků. Zaměření musí odpovídat jejich fyzickým, psychickým a zdravotním možnostem, zdravotnímu stavu a specifické postižení. K osvojení potřebných dovedností a návyků je třeba využívat vhodné motivace a činnosti, které posilují zájem žáka. Cílem je celkové zlepšení zdravotního stavu žáka.

Výuka je organizována v relaxační místnosti školy a na venkovním hřišti v areálu školy s časovou dotací 4 hodiny týdně v každém ročníku.

Cílové zaměření vyučovacího předmětu

Vzdělávání v tomto vyučovacím předmětu směřuje k utváření a rozvíjení klíčových kompetencí tím, že vede žáka k:

- uplatňování preventivních činností podporující žáka
- dodržování zdravého způsobu života a ochrany zdraví, péči o své zdraví a snaze o jeho zlepšení a posílení
- rozvíjení aktivní hybnosti a využívání pohybových schopností a dovedností
- poznávání vlastních fyzických a zdravotních předpokladů pohybových možností a omezení
- odstraňování mimovolných pohybů a stimulaci jednotlivých svalových skupin

Výchovné a vzdělávací strategie k rozvíjení klíčových kompetencí

Kompetence k učení

Vedeme žáka k napodobování různých předvedených pohybů a činností
Názorným předvedením vedeme žáka ke správnému využívání pomůcek

Kompetence k řešení problémů

Používáním jednoduchých pojmů a využíváním zrakové podpory vedeme žáka k pochopení a plnění jednoduchých příkazů

Na základě napodoby či opakování vedeme žáka k pochopení a řešení známých situací

Kompetence komunikativní

Záměrně zařazujeme situace vedoucí ke spontánní komunikaci a tím vedeme žáka ke snaze dorozumívat se s ostatními verbálními nebo neverbálními formami komunikace.

Kompetence sociální a personální

Učitel cvičením podporuje u žáka vnímání jednotlivých částí těla a tím ho vede k uvědomění si své osoby prostřednictvím svého těla

Vedeme žáka ke spolupráci s učiteli a spolužáky

Kompetence pracovní

Při manipulaci s pomůckami vedeme žáka k rozlišování velikosti předmětů, úchopům a účelné manipulaci s nimi

Vedeme žáka ke zvládnutí sebeobslužných činností

Zapojujeme žáka do uklízení pomůcek