



## **Telesná a športová výchova**

*Inovovaný školský vzdelávací program Vzdelanie pre život*

### **Hodinová dotácia:**

<b>Telesná výchova</b>	<b>1. ročník</b>	<b>2. ročník</b>	<b>3. ročník</b>	<b>4. ročník</b>	<b>Spolu</b>
Štátny vzdelávací program	2	2	2	2	8
Školský vzdelávací program	0	0	0	0	0
Spolu	2	2	2	2	8

### **1. Charakteristika učebného predmetu**

Zameranie telesnej a športovej výchovy v primárnom vzdelávaní je dominantne upriamené na telesné, funkčné a pohybové zdokonaľovanie, čím prispieva k upevňovaniu zdravia, zdravotne orientovanej zdatnosti a pohybovej výkonnosti. Telesná a športová výchova poskytuje elementárne teoretické a praktické vzdelanie z oblasti pohybových aktivít a športu, významne prispieva k psychickému, sociálnemu a morálnemu vývinu žiakov, k formovaniu kladného vzťahu k pohybovej aktivite a plní aj dôležitú kompenzačnú funkciu v procese edukácie. Svojím zameraním má telesná a športová výchova výnimočné a špecifické postavenie v rámci vzdelávania žiakov mladšieho školského veku. Využíva predovšetkým široké spektrum pohybových prostriedkov, ktoré prispievajú k celkovému formovaniu osobnosti s akcentom na hrubú i jemnú motoriku. Prostredníctvom pohybových cvičení, hier a súťaží pozitívne ovplyvňuje zdravotný stav žiakov.

Vzdelávací štandard má tri základné časti: Zdravie a zdravý životný štýl, Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť a Športové činnosti pohybového režimu. Tieto časti zohľadňujú pohybovo a zdravotne orientovanú koncepciu telesnej a športovej výchovy. Časť s názvom Športové činnosti pohybového režimu je členená na základné tematické celky a pre jednoduchšiu orientáciu učiteľa je navrhnutá odporúčaná časová dotácia pre základné pohybové zručnosti (30 %), manipulačné, prípravné a športové hry (30 %), hudobno-pohybové a tanečné činnosti (15 %), psychomotorické a zdravotne orientované cvičenia (10 %) a aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti (15 %).

Základnou organizačnou formou je 45 minútová vyučovacia hodina a zúčastňujú sa jej všetci žiaci zaradení do I. a II. zdravotnej skupiny, prípadne III. zdravotnej skupiny (integrované vyučovanie). Žiaci so zdravotným oslabením, zdravotným postihnutím (III. zdravotná skupina) sa môžu vyučovať samostatne v oddelení zdravotnej telesnej výchovy, pričom obsah vyučovania sa realizuje podľa samostatných vzdelávacích programov.



## **2. Ciele učebného predmetu**

Žiaci:

- získajú poznatky o vplyve pohybu na zdravie a vnímajú pohybovú aktivitu ako prostriedok upevňovania zdravia,
- osvoja si základné vedomosti a poznatky z telesnej výchovy a športu,
- majú vytvorenú elementárnu veku primeranú predstavu o vlastných pohybových možnostiach,
- nadobudnú pozitívny vzťah k telesnej výchove, pohybovým aktivitám a športu,
- uplatňujú zásady hygieny a bezpečnosti pri pohybovej činnosti,
- majú kultivovaný pohybový prejav s akcentom na správne držanie tela,
- osvoja si základné pohybové zručnosti súvisiace s vykonávaním základných lokomócií, nelokomočných pohybových zručností a vybraných športov,
- prostredníctvom vhodných telesných cvičení si rozvíjajú pohybové schopnosti pre optimálny rozvoj zdravotne orientovanej telesnej zdatnosti,
- chápu význam diagnostiky v telesnej výchove ako prostriedku pre získanie informácií o úrovni vlastnej telesnej zdatnosti.

**Hlavným cieľom telesnej výchovy** v primárnej edukácii je pozitívna stimulácia vývinu kultúrne gramotnej osobnosti prostredníctvom pohybu s akcentom na zdravotne orientovanú zdatnosť a radostné prežívanie pohybovej činnosti.

**Ďalšie ciele sú:**

**Cieľ zameraný na osobnostný rozvoj:**

Mať vytvorenú elementárnu veku primeranú predstavu o vlastných pohybových možnostiach a pohybovou činnosťou prispievať k optimálnemu stupňu rozvoja osobnosti ako celku i po stránke kognitívnej, emocionálnej, sociálnej, morálnej.

**Cieľ zameraný na zdravie:**

Vnímať zdravie a pohybovú aktivitu ako jeho nevyhnutnú súčasť pri formovaní vlastného zdravého životného štýlu a jeho uplatňovaní v každodennom živote. Formovať osobnú zodpovednosť za vlastné zdravie.

**Cieľ zameraný na motoriku:**

Mať osvojené elementárne pohybové zručnosti a vytvorené pohybové návyky súvisiace so základnými lokomóciami, mať optimálne primerane veku rozvinuté pohybové schopnosti, preukazovať elementárne vedomosti a poznatky z telesnej výchovy a športu pri realizácii pohybových činností.



### **Cieľ zameraný na postoje:**

Prejavovať záujem o pohybové činnosti, prezentovať pozitívny vzťah k ich pravidelnej realizácii, aplikovať ich v každodennom živote.

## **3. Obsah**

Vid' : Charakteristika predmetu

## **4. Vzdelávací štandard predmetu**

**Zdravie a zdravý životný štýl**

<b>Výkonový štandard</b>	<b>Obsahový štandard</b>
<b>Žiak na konci 1. stupňa základnej školy vie/dokáže:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- identifikovať znaky zdravého životného štýlu</li><li>- rozlišovať zdravú a nezdravú výživu</li><li>- opísať zásady poskytovania prvej pomoci v rôznom prostredí</li><li>- rozpoznať nebezpečenstvo návykových látok a ich negatívny vplyv na zdravie človeka</li><li>- vysvetliť význam pohybovej aktivity pre zdravie človeka</li><li>- rozpoznať základné spôsoby a význam otužovanie organizmu</li><li>- dodržiavať hygienické požiadavky pri vykonávaní pohybovej činnosti</li><li>- popísať znaky správneho držania tela v rôznych polohách</li><li>- aplikovať osvojené pohybové zručnosti v režime dňa</li><li>- aplikovať zásady bezpečnosti pri cvičení</li></ul>	<p>Zásady zdravého životného štýlu ( pravidelný pohyb v dennom režime, pitný režim, zdravé a nezdravé potraviny, stravovanie pri zvýšenej telesnej záťaži, práca a odpočinok v dennom režime)</p> <p>Význam príjmu a výdaja energie, zachovanie rovnováhy pre udržanie hmotnosti</p> <p>Negatívne vplyvy fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí na zdravie človeka</p> <p>Význam pohybu pre zdravie človeka, adaptácia organizmu na zaťaženie, dôležité fyziologické zmeny vplyvom telesného zaťaženia</p> <p>Spôsoby otužovania – vzduchom, vodou, slnkom</p> <p>Hygienické zásady pred, pri a po cvičení, hygiena úborov, význam dodržiavania základných hygienických zásad</p> <p>Organizácia cvičenia, dopomoc a záchrana pri cvičení</p> <p>Prvá pomoc pri drobných poraneniach, praktické poskytnutie prvej pomoci</p> <p>Zásady správneho držania tela, správne držanie tela v stoj, v sede, v ľahu, chybné držanie tela, odchýlky v držaní tela, cvičenia pre správne držanie tela</p> <p>Pohybový režim, aktívny odpočinok, základné poznatky o formách pohybovej aktivity v režime dňa ( ranné</p>



	cvičenie, spontánna pohybová aktivita, racionálne využívanie voľného času a pod. )
--	--

### **Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť**

<b>Výkonový štandard</b>	<b>Obsahový štandard</b>
<p>Vysvetliť význam diagnostiky pohybovej výkonnosti pre zdravie a osobný telesný , motorický a funkčný vývin</p> <p>Individuálne sa zlepšiť v stanovených ukazovateľoch vybraných testov</p> <p>Odmerať pulzovú frekvenciu na krčnej tepne</p> <p>Rozpoznať základné prejavy únavy pri fyzickej záťaži</p> <p>Využívať prostriedky na rozvoj pohybových schopností</p>	<p>Poznatky o rozvoji a diagnostikovaní pohybovej výkonnosti, zdravotne orientovaná zdatnosť</p> <p>Odporúčané testy pre posudzovanie individuálnych výkonov: skok do diaľky z miesta, člnkový beh, 10 x 5 m, výdrž v zhybe, ľah – sed za 30 sek., vytrvalostný člnkový beh</p> <p>Meranie pulzovej frekvencie na krčnej tepne pred zaťažením a po zaťažení , vysvetlenie rozdielov v pulzovej frekvencií, príčiny zmien, poznatky o vonkajších prejavoch únavy pri zaťažení ( potenie, dýchanie, farba pokožky, koordinácia pohybov)</p> <p>Pohybové prostriedky na rozvoj kondičných a koordinačných schopností</p>

### **Športové činnosti pohybového režimu**

#### **TC: Základné pohybové zručnosti**

<b>Výkonový štandard</b>	<b>Obsahový štandard</b>
<p>Pomenovať základné povely a útvary poradových cvičení realizovaných vo výučbe</p> <p>Používať základné povely a správne na ne reagovať pohybom</p> <p>Vysvetliť význam a potrebu rozcvičenia pred vykonávaním pohybovej činnosti</p> <p>Pomenovať základné pohybové zručnosti</p> <p>Zvládnuť techniku behu, skoku do diaľky a hodu tenisovou loptičkou</p>	<p>Základné povely, postoje, obraty a pochodové útvary – pozor, pohov, vpravovbok, vľavovbok, čelomvzad</p> <p>Rad ( dvorad, 3 – rad a pod.) zástup ( dvojstup, alebo 3 – stup a pod. ) kruh , pokruh, jednotliviec, dvojica, trojica, družstvo , skupina, kolektív</p> <p>Na značky, čiara, priestor, ihrisko</p> <p>Cvičenia a hry s prvkami poradovej prípravy ako prostriedky účelnej organizácie činností v priestore</p> <p>Úloha rozcvičenia pred vykonávaním pohybových činností ako prevencia pred zranením</p>



<p>Pomenovať a vykonať základné polohy tela a jeho častí</p> <p>Zvládnuť techniku základných akrobatických cvičení v rôznych obmenách a väzbách a skokov</p> <p>Vykonať ukážku z úpolových cvičení</p>	<p>Rôzne spôsoby rozcvičení bez náčinia, s náčiním, s hudobným doprovodom a pod.</p> <p>Bežecká abeceda, beh rýchly, beh vytrvalostný, beh akceleračný, beh z rôznych polôh, beh so zmenami smeru</p> <p>Hod loptičkou, hod plnou loptou</p> <p>skok do diaľky, skok do diaľky znožmo z miesta, pojmy – štart, cieľ, súťaž, pravidlá, dráha</p> <p>cvičenia základnej gymnastiky, cvičenia spevňovacie, odrazové, rotačné</p> <p>cvičenia okolo rôznych osí tela cvičiaceho (prevaly, obraty, kotúle)</p> <p>stojka na lopatkách, stojka na hlave</p> <p>cvičenie a manipulácia s náčiním a pomôckami – gymnastickým náčiním (lopta, stuha, obruč, krátka tyč, overbal, fúbal, švihadlo, lano, expander ap.)</p> <p>cvičenie na náradí (lavičky, rebriny, debna, preliezky, lezecké a prekážkové dráhy)</p> <p>preskoky a skoky na švihadle, skoky na pružnom mostíku a trampolíne</p> <p>úpolové cvičenia a hry zamerané na:</p> <p>odpory</p> <p>pretláčanie</p> <p>preťahovanie</p>
--	--

### Športové činnosti pohybového režimu

#### TC: Manipulačné, prípravné a športové hry

Výkonový štandard	Obsahový štandard
✓ charakterizovať základné pojmy súvisiace s hrami,	základné pojmy – pohybová hra, športová hra, hráč, spoluhráč, súper,
	kapitán, rozhodca, útočník – útok, útočná činnosť, obranca – obrana,



	obránná činnosť
✓ pomenovať základné herné činnosti jednotlivca,	ihriskó (hrací priestor, hracia plocha), stredová čiara,
	bránka, kôš, hracie náčinie (lopta, páka, hokejka a pod.)
	gól, bod, prihrávka, hod, strelba, dribling
✓ vymenovať názvy hier realizovaných vo výučbe,	
	hry so zameraním na manipuláciu s rôznym tradičným, ale aj
	netradičným náčiním a s inými pomôckami
✓ aplikovať v hre dohodnuté pravidlá a rešpektovať ich,	
	pravidlá realizovaných hier, ich význam a sankcie za porušenie,
✓ zvládnuť techniku manipulácie s náčiním,	pravidlá fair-play
✓ uplatniť manipuláciu s náčiním v pohybovej alebo prípravnej športovej hre,	pohybové hry zamerané na rozvoj pohybových schopností (kondičných, koordinačných a hybridných),
✓ zvládnuť herné činnosti jednotlivca v hrách realizovaných vo výučbe,	prípravné športové hry zamerané na futbal, basketbal, volejbal, hádzanú, tenis
✓ využívať naučené zručnosti z hier v rôznom prostredí (telocvičňa, príroda, voda),	pohybové hry zamerané na precvičovanie osvojovaných pohybových zručností rôzneho charakteru (gymnastického, atletického, plaveckého)

### Športové činnosti pohybového režimu

#### TC: Hudobno – pohybové a tanečné činnosti

Výkonový štandard	Obsahový štandard
Vymenovať základné pojmy rytmickej a modernej gymnastiky	Základné pojmy a poznatky – rytmická gymnastika (rytmus, takt, tempo, dynamika) moderná gymnastika – náčinie a cvičenia sním (lopta, švihadlo, stuha, kuzele, obruč) rovnovážne výdrže – pózy, poskoky a skoky (nožnicový, čertík, kadetkový)
Pomenovať tanečné kroky realizované vo výučbe	tanec – ľudový, moderný, tanečný krok (prísuný, cval, poskočný, polkový, valčíkový, mazurkový)
Vykonať ukážku rytmických cvičení	tanečný motív, tanečná väzba pohybová skladba
Zladiť pohyby tela, chôdzu, skoky a beh s rytmom navodeným potleskom, zvukovým signálom, hudbou	rytmické cvičenia spojené s vytlieskavaním, vydupávaním, hrou na telo
Zvládnuť základné tanečné kroky, tanečné motívy v rôznych obmenách realizovaných vo výučbe	
Vytvoriť krátke väzby a motívy z naučených tanečných	



<p> krokov ľudových i moderných tancov   Uplatniť prvky rytmiky a tanca v hudobno-pohybových, tanečných a dramatických hrách   Improvizovať na zadanú tému alebo hudobný motív </p>	<p> cvičenia a hry na rozvoj rytmickej schopnosti   tanečná a štylizovaná chôdza, beh, skoky, poskoky, so zameraním na správne a estetické držanie tela i jeho častí v rôznych polohách   tanečné kroky a motívy regionálnych ľudových tancov  tanečné kroky a motívy vybraných moderných tancov   aerobik, zumba, brušné tance a iné formy cvičení s hudobným sprievodom   rytmizované pohyby s využitím hudby alebo rôznych jednoduchých hudobných nástrojov   imitačné pohyby so slovným navádzaním, napodobňovacie pohyby ( napr. zvierat, športovcov, činností človeka)   tanečná improvizácia   pohybová improvizácia na hudobné motívy, alebo zadané témy   tanečná improvizácia na základe naučených tanečných krokov, motívov, väzieb   pantomíma </p>
---	---

### Športové činnosti pohybového režimu

#### TC: Psychomotorické a zdravotne orientované cvičenia a hry

Výkonový štandard	Obsahový štandard
<p> Postupne uvoľniť pri slovnom doprovode svalstvo končatín i celého tela   Opísať základné spôsoby dýchania   Vykonať jednoduché strečingové cvičenia   Charakterizovať cvičenia z psychomotoriky   Vysvetliť podstatu psychomotorických cvičení a ich význam </p>	<p> Relaxačné ( uvoľňovacie) cvičenia a hry (vyklepávanie, vytriasanie, automasáž a pod.)   Cvičenia zo zameraním na riadené spävnovanie a uvoľňovanie svalstva ( svalové napätie a uvoľnenie).   Aktivity zamerané na rozvoj dýchania, dýchacie cvičenia – cvičenia zamerané na nácvik, správneho dýchania v rôznych polohách   Naťahovacie (strečingové) cvičenia </p>





Aplikovať naučené zručnosti v cvičeniach a hrách	<p>Kompenzačné (vyrovnávajúce) cvičenia</p> <p>Cvičenia na rozvoj flexibility ( ohybnosť, pohyblivosť)</p> <p>Rozvoj rovnováhových schopností: statickej r. (cvičenia zamerané na stabilitu a labilitu v rôznych polohách), dynamickej r. ( balansovanie na fit lopte, cvičenia na balančných pomôckach – bosu, go – gošliapadlo a pod.)</p> <p>Balansovanie s predmetmi (žonglovanie, prenášanie predmetov rôznym spôsobom a pod.)</p> <p>Cvičenia telesnej schémy zamerané na uvedomovanie si vlastného tela – pohybových možností jeho jednotlivých častí</p> <p>Cvičenia spájajúce zmyslové vnímanie s pohybovým (napr. pohybové reakcie na zmyslové podnety)</p> <p>Psychomotorické hry, cvičenia a hry s neštandardným náčiním ( balóny, štipce, noviny a pod.)</p>
--	---

### Športové činnosti pohybového režimu

#### TC: aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti

Výkonový štandard	Obsahový štandard
Vymenovať základné druhy realizovaných sezónnych pohybových aktivít	Základné pojmy a poznatky zo sezónnych aktivít realizovaných vo výučbe
Zvládnuť pohybové zručnosti vybraných sezónnych aktivít	Korčuľovanie ( in – line a na ľade ) – jazda vpred, vzad, zastavenie, obrat, hry a súťaže na korčuľoch
Uplatniť prvky sezónnych pohybových činností v hrách, súťažiach, v škole i vo voľnom čase	Lyžovanie – lyže zjazdové, bežecké, skokanské, zjazd, slalom, beh na lyžiach, základná manipulácia s lyžami a palicami , chôdza, obraty, výstupy, padanie, zjazdy ( po spádnicí ) brzdenie jazdy, jazda šikomo svahom, prívrat (oboma lyžami, jednou lyžou, v pokoji a v pohybe) odvrat, oblúky
Bezpečne sa pohybovať v rôznom priestore a v rôznych podmienkach	
Prekonať pohybom rôzne terénne nerovnosti	
Vysvetliť význam a zásady ochrany prírody počas pohybových aktivít v nej	Cvičenia a hry zamerané na oboznámenie sa s vodným prostredím, splývanie, dýchanie a orientáciu vo vode, skoky do vody z rôznych polôh, nácvik techniky jedného plaveckého spôsobu , plavecký spôsob ( kraul, znak, prsia) štartový skok, obrátka





	<p>Chôdza a jej rôzne druhy a spôsoby vzhľadom na povrch a terén, turistika – jej druhy a formy, turistický výstroj, turistický chodník, turistická značka, mapa, buzola, zásady a význam otužovania, pohybu a pobytu v prírode v každom ročnom období a počasí</p> <p>Jazda, hra a súťaže na kolobežke, bicykli</p>
--	--

## **5. Proces - metódy a formy práce, stratégie vyučovania**

V primárnej edukácii je úlohou školy zabezpečiť komplexný pohybový režim žiakov j školy. Pre splnenie všetkých cieľov telesnej výchovy je potrebné realizovať tieto organizačné formy:

- ranné cvičenia (denne na začiatku 1. vyučovacej hodiny),
- telovýchovné chvíľky počas vyučovacích hodín (denne niekoľkokrát na všetkých predmetoch, keď učiteľ pozoruje u žiakov únavu resp. nekoncentrovanosť),
- rekreačné využívanie prestávok (denne predovšetkým cez veľkú prestávku využívať možnosti školského dvora, telocviční, voľných priestorov ap.). V prípade nepriaznivého počasia (nedá sa ísť von, v triedach a na chodbách je vydýchaný vzduch) zabezpečiť potrebu oksylichovania organizmu 2 – 3 minútovými aktivizačnými cvičeniami na začiatku vyučovacích hodín,
- vyučovacia hodina telesnej výchovy (hlavná organizačná forma),
- vyučovacia hodina integrovanej telesnej výchovy (so spoluúčasťou žiakov zdravých a zdravotne oslabených v tom istom rozsahu ako riadna telesná výchova),
- pohybové aktivity v školskom klube (ako dôležitá súčasť popoludňajšie činnosti),
- záujmové krúžky na škole s pohybovým zameraním (výberová forma aktivít),
- školské športové súťaže – pravidelné i jednorazové,
- kurz základného plávania,
- škola v prírode (v rôznom ročnom období s aktívnym využitím sezónnych športových aktivít v prírode),
- cvičenia v prírode (2 x ročne v rozsahu po 4 hodiny v každom ročníku).

Vytváranie špecializovaných oddelení pre žiakov zdravotne oslabených sa odporúča realizovať samostatné povinné hodiny zdravotnej telesnej výchovy. Obsah vyučovania sa realizuje podľa samostatných učebných osnov. Ak sa samostatné oddelenia nevytvárajú, žiak navštevuje vyučovanie telesnej výchovy spolu s intaktnými žiakmi a realizuje sa integrované vyučovanie. Zásady integrácie na hodinách telesnej výchovy sú uvedené v učebných osnovách zdravotnej telesnej výchovy (UO pre ZTV I. a II. stupeň základnej školy – schválené 9.5.2003, č.526/2003, platné od 1.9.2003).

## **6. Učebné zdroje**

Na podporu a aktiváciu vyučovania a učenia žiakov budeme využívať:



- telocvičné náradie a náčinie,
- video projekcie,
- multimédiá,
- odbornú literatúru, časopisy, encyklopédie.

Telesná a športová výchova ISCED I	Učebné zdroje + metodické pokyny Odporúčaná základná študijná literatúra pre učiteľov telesnej a športovej výchovy na základných a stredných školách
Telesná a športová výchova ISCED I	Metodiky a pravidlá jednotlivých športov – vydavateľstvá športovej literatúry; vysokoškolské študijne texty vydané na FTVŠ UK a jednotlivých katedrách telesnej výchovy na PF.
Telesná a športová výchova ISCED I	Kolektív: Didaktika školskej telesnej výchovy, vydalo FTVŠ UK 2001, ISBN 80-968252-5-9
ISCED2-telesnaasportovavýchova_pv_2014.pdf	

ADAMČÁK, Š. – NEMEC, M. 2010. *Pohybové hry a školská telesná a športová výchova*. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela, Fakulta humanitných vied, Bratia Sabovci s.r.o., 2010.

ADAMČÁK, Š. – NOVOTNÁ, N. 2009. *Hry v telocvični a základná gymnastika*. Žilina: EDIS Žilina, 2009.

ANTALA a kol. 2001. *Didaktika školskej telesnej výchovy*. Bratislava: FTVŠ UK, 2001.

BARTÍK, P. – SLÍŽIK, M. – ADAMČÁK, Š. et.al 2010. *Teória a didaktika úpolov pre základné a stredné školy*. Banská Bystrica: FHV UMB, 2010.

BARTÍK, P. 2005. *Zdravotná telesná výchova I*. Banská Bystrica: PF UMB, 2005.

ČILLÍK, I. a kol. 2009. *Atletika*. Banská Bystrica: FHV UMB, 2009.

Kolektív: *Didaktika školskej telesnej výchovy*, vydalo FTVŠ UK 2001, ISBN 80-968252-5-9

PEREČINSKÁ, K. - ANTOŠOVSKÁ, M. 2000. *Všeobecná gymnastika*. Prešov: FHPV PU, 2000.

SÝKORA, F. et al.: *Didaktika telesnej výchovy*. Bratislava : SPN, 1983.

ŠIMONEK, J. 2005. *Didaktika telesnej výchovy*. Nitra: PF UKF, 2005.

[http://www.statpedu.sk/files/sk/svp/inovovany-statny-vzdelavaci-program/inovovany-svp-1.stupen-zs/zdravie-pohyb/telesna-sportova-vychova\\_pv\\_2014.pdf](http://www.statpedu.sk/files/sk/svp/inovovany-statny-vzdelavaci-program/inovovany-svp-1.stupen-zs/zdravie-pohyb/telesna-sportova-vychova_pv_2014.pdf)

<https://www.telocvikari.sk/>

<https://sutaze.skolskysport.sk/>

<https://www.olympic.sk/>



## **7. Hodnotenie predmetu**

Predmet telesná a športová výchova sa bude v 1., 2., 3. a 4. ročníku klasifikovať známkou.

Hodnotenie žiakov sa bude riadiť platnou legislatívou - Metodickým pokynom č. 22/2011 na hodnotenie žiakov základnej školy s možnosťou využitia rôznej váhy známky podľa stupňa náročnosti zadaných úloh.

**Súhrnné hodnotenie vo vyučovacom predmete v 1. až 4. ročníku budeme vykonávať formou klasifikácie.**