**Základná škola, Jedľové Kostoľany 75**

**ŠKOLSKÝ VZDELÁVACÍ PROGRAM**

|  |  |
| --- | --- |
| **Vzdelávacia oblasť:** | **Zdravie a šport** |
| **Názov predmetov:** | **Telesná a športová výchova** |
| **Časový rozsah výučby:** | **1. roč. – 2 h / týždeň 66 h / rok****2. roč. – 2 h / týždeň 66 h / rok****3. roč. – 2 h / týždeň 66 h / rok****4. roč. – 2 h / týždeň 66 h / rok** |
| **Ročník:** | **prvý, druhý, tretí, štvrtý** |
| **Stupeň vzdelania:** | **ISCED 1** |
| **Dĺžka štúdia:** | **4 roky** |
| **Forma štúdia:** | **denná** |
| **Vyučovací jazyk:** | **slovenský** |

**CHARAKTERISTIKA 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.

**CIELE 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.

**HODNOTENIE PREDMETU**

# Žiaci sú hodnotení podľa Metodického pokynu č. 22 / 2011 na hodnotenie žiakov základnej školy.

Pri hodnotení výsledkov sa v súlade s požiadavkami učebných osnov a vzdelávacích štandardov hodnotí:

a) aktívny vzťah k predmetu,

b) využívanie osobných predpokladov,

c) autentickosť, kreativita a originalita pri riešení úloh,

d) nachádzanie a používanie medzipredmetových vzťahov a súvislostí,

 e) záujem a snaha o zlepšovanie telesnej a duševnej zdatnosti,

f) schopnosť zaujať postoj a vyjadriť vlastný názor.

**VZDELÁVACÍ ŠTANDARD**

**1. ročník**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tematický celok** | **Počet hodín** | **Obsahový štandard** | **Výkonový štandard** | **Prierezové témy** |
| **Základné pohybové zručnosti** | **19** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné povely, postoje, obraty a pochodové útvary – pozor, pohov, vpravo vbok, vľavo vbok, čelom vzad rad , zástup (dvojstup, kruh, polkruh jednotlivec, dvojica, trojica, družstvo na značky, čiara, priestor, ihrisko cvičenia a hry s prvkami poradovej prípravy úloha rozcvičenia pred vykonávaním pohybových činností ako prevencia pred zranením rôzne spôsoby rozcvičení bez náčinia, s náčiním, s hudobným doprovodom a pod. bežecká abeceda, beh rýchly, beh z rôznych polôh, beh so zmenami smeru hod loptičkou, hod plnou loptou skok do diaľky, skok do diaľky znožmo z miesta, pojmy – štart, cieľ, súťaž, pravidlá, dráha cvičenia základnej gymnastiky, cvičenia spevňovacie, odrazové, rotačné cvičenia okolo rôznych osí tela cvičiaceho (prevaly, obraty, kotúle) stojka na lopatkách, cvičenie a manipulácia s náčiním a pomôckami – gymnastickým náčiním (lopta, stuha, obruč, krátka tyč, švihadlo, lano ap.) cvičenie na náradí (lavičky, rebriny, debna, preliezky, a skoky na švihadle, trampolínke úpolové cvičenia a hry **Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť**poznatky o rozvoji a diagnostikovaní pohybovej výkonnosti, zdravotne orientovaná zdatnosť skok do diaľky z miesta, pohybové prostriedky na rozvoj kondičných a koordinačných schopností  | * pomenovať základné povely a útvary poradových cvičení realizovaných vo výučbe,
* používať základné povely a správne na ne reagovať pohybom,
* vysvetliť význam a potrebu rozcvičenia pred vykonávaním pohybovej činnosti,
* pomenovať základné pohybové zručnosti,
* zvládnuť techniku behu, skoku do diaľky a hodu tenisovou loptičkou,
* pomenovať a vykonať základné polohy tela a jeho častí,
* zvládnuť techniku základných akrobatických cvičení v rôznych obmenách a väzbách a skokov,
* vykonať ukážku z úpolových cvičení,
* vysvetliť význam diagnostiky pohybovej výkonnosti pre zdravie a osobný telesný, motorický a funkčný vývin,
* rozpoznať základné prejavy únavy pri fyzickej záťaži,
* využívať prostriedky na rozvoj pohybových schopností,
 | OSRMUVMEV |
| **Manipulačné, prípravné a športové hry** | **19** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy – pohybová hra, športová hra, hráč, spoluhráč, súper, kapitán, rozhodca, útočník – útok, útočná činnosť, obranca – obrana, obranná činnosť ihrisko (hrací priestor, hracia plocha), stredová čiara, gól, bod, prihrávka, hod, streľba,hry so zameraním na manipuláciu s rôznym tradičným, ale aj netradičným náčiním a s inými pomôckami pravidlá realizovaných hier, ich význam a sankcie za porušenie, pravidlá fair-play pohybové hry zamerané na rozvoj pohybových schopností (kondičných, koordinačných a hybridných), prípravné športové hry zamerané na futbal, pohybové hry zamerané na precvičovanie osvojovaných pohybových zručností rôzneho charakteru (gymnastického, atletického)  | * charakterizovať základné pojmy súvisiace s hrami,
* pomenovať základné herné činnosti jednotlivca,
* vymenovať názvy hier realizovaných vo výučbe,
* aplikovať v hre dohodnuté pravidlá a rešpektovať ich,
* zvládnuť techniku manipulácie s náčiním,
* uplatniť manipuláciu s náčiním v pohybovej alebo prípravnej športovej hre,
* zvládnuť herné činnosti jednotlivca v hrách realizovaných vo výučbe,
* využívať naučené zručnosti z hier v rôznom prostredí (telocvičňa, príroda, voda),
 | OSRMUVMEV |
| **Hudobno - pohybové a tanečné činnosti** | **10** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy a poznatky – rytmická gymnastika (rytmus, takt, tempo, dynamika), moderná gymnastika – náčinie a cvičenia s ním (lopta, švihadlo), rovnovážne výdrže – pózy, poskoky a skoky rytmické cvičenia spojené s vytlieskavaním, vydupávaním, hrou na telo cvičenia a hry na rozvoj rytmickej schopnosti tanečná a štylizovaná chôdza, beh, skoky, poskoky, so zameraním na správne a estetické držanie tela ako celku i jeho častí v rôznych polohách tanečné kroky a motívy regionálnych ľudových tancov 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  | * vymenovať základné pojmy rytmickej a modernej gymnastiky,
* pomenovať tanečné kroky realizované vo výučbe,
* vykonať ukážku rytmických cvičení,
* zladiť pohyby tela, chôdzu, skoky a beh s rytmom navodeným potleskom, zvukovým signálom, hudbou,
* zvládnuť základné tanečné kroky, tanečné motívy v rôznych obmenách realizovaných vo výučbe,
* vytvoriť krátke väzby a motívy z naučených tanečných krokov
* uplatniť prvky rytmiky a tanca v hudobno-pohybových, tanečných a dramatických hrách,
* improvizovať na zadanú tému alebo hudobný motív,
 | OSRDOVMUVMEV |
| **Psychomotorické a zdravotne orientované cvičenia a hry** | **8** | **Športové činnosti pohybového režimu**relaxačné (uvoľňovacie) cvičenia a hry cvičenia so zameraním na riadené spevňovanie 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 kompenzačné (vyrovnávajúce) cvičenia cvičenia na rozvoj flexibility(ohybnosť, pohyblivosť) rozvoj rovnováhových schopnostícvičenia telesnej schémy zamerané na uvedomovanie si vlastného tela – pohybových možností jeho jednotlivých častí psychomotorické hry, cvičenia a hry s neštandardným náčiním (balóny, štipce, noviny a pod.)**Zdravie a zdravý životný štýl**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) negatívne vplyvy fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí na zdravie človeka význam pohybu pre zdravie človeka, adaptácia organizmu na zaťaženie, dôležité fyziologické zmeny vplyvom telesného zaťaženia spôsoby otužovania – vzduchom, vodou, slnkom hygienické zásady pred, pri a po cvičení hygiena úborov, význam dodržiavania základných hygienických zásad organizácia cvičenia, dopomoc a záchrana pri cvičení, prvá pomoc pri drobných poraneniach, zásady správneho držania tela, správne držanie tela v stoji, v sede, v ľahu, chybné držanie tela, odchýlky v držaní tela, cvičenia pre správne držanie tela pohybový režim, aktívny odpočinok, základné poznatky o formách  | * postupne uvoľniť pri slovnom doprovode svalstvo končatín i celého tela,
* vykonať jednoduché strečingové cvičenia,
* charakterizovať cvičenia z psychomotoriky,
* vysvetliť podstatu psychomotorických cvičení a ich význam,
* aplikovať naučené zručnosti v cvičeniach a hrách,
* identifikovať znaky zdravého životného štýlu,
* rozlišovať zdravú a nezdravú výživu,
* rozpoznať nebezpečenstvo návykových látok a ich negatívny vplyv na zdravie človeka,
* vysvetliť význam pohybovej aktivity pre zdravie človeka,
* rozpoznať základné spôsoby a význam otužovania organizmu,
* dodržiavať hygienické požiadavky pri vykonávaní pohybové činností
* popísať znaky správneho držania tela v rôznych polohách,
* aplikovať osvojené pohybové zručnosti v režime dňa,
 | MUVENVOSR |
| **Aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti** | **10** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy a poznatky zo sezónnych aktivít realizovaných vo výučbe ,chôdza a jej rôzne druhy a spôsoby vzhľadom na povrch a terén  | * zvládnuť pohybové zručnosti vybraných sezónnych aktivít,
* uplatniť prvky sezónnych pohybových činností v hrách, súťažiach, v škole i vo voľnom čase,
* bezpečne sa pohybovať v rôznom priestore a v rôznych podmienkach
 | ENVDOVOSR |

**ZÁVER**

Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacím štandardom iŠVP pre príslušný predmet.

**2. ročník**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tematický celok** | **Počet hodín** | **Obsahový štandard** | **Výkonový štandard** | **Prierezové témy** |
| **Základné pohybové zručnosti** | **19** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné povely, postoje, obraty a pochodové útvary – pozor, pohov, vpravo vbok, vľavo vbok, čelom vzad rad (dvojrad, 3–rad ap.), zástup (dvojstup, 3-stup ap.) kruh, polkruh jednotlivec, dvojica, trojica, družstvo, skupina, kolektív na značky, čiara, priestor, ihrisko cvičenia a hry s prvkami poradovej prípravy ako prostriedky účelnej organizácie činností v priestore úloha rozcvičenia pred vykonávaním pohybových činností ako prevencia pred zranením rôzne spôsoby rozcvičení bez náčinia, s náčiním, s hudobným doprovodom a pod. bežecká abeceda, beh rýchly, beh vytrvalostný, beh akceleračný, beh z rôznych polôh, beh so zmenami smeru hod loptičkou, hod plnou loptou skok do diaľky, skok do diaľky znožmo z miesta, pojmy – štart, cieľ, súťaž, pravidlá, dráha cvičenia základnej gymnastiky, cvičenia spevňovacie, odrazové, rotačné cvičenia okolo rôznych osí tela cvičiaceho (prevaly, obraty, kotúle) stojka na lopatkách, cvičenie a manipulácia s náčiním a pomôckami – gymnastickým náčiním (lopta, stuha, obruč, krátka tyč, švihadlo, lano ap.) cvičenie na náradí (lavičky, rebriny, debna, preliezky, lezecké preskoky a skoky na švihadle, skoky na pružnom mostíku a trampolínke úpolové cvičenia a hry **Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť**poznatky o rozvoji a diagnostikovaní pohybovej výkonnosti, zdravotne orientovaná zdatnosť odporúčané testy pre posudzovanie individuálnych výkonov: skok do diaľky z miesta, poznatky o vonkajších prejavoch únavy pri zaťažení (potenie, dýchanie, farba pokožky, koordinácia pohybov) pohybové prostriedky na rozvoj kondičných a koordinačných schopností  | * pomenovať základné povely a útvary poradových cvičení realizovaných vo výučbe,
* používať základné povely a správne na ne reagovať pohybom,
* vysvetliť význam a potrebu rozcvičenia pred vykonávaním pohybovej činnosti,
* pomenovať základné pohybové zručnosti,
* zvládnuť techniku behu, skoku do diaľky a hodu tenisovou loptičkou,
* pomenovať a vykonať základné polohy tela a jeho častí,
* zvládnuť techniku základných akrobatických cvičení v rôznych obmenách a väzbách a skokov,
* vykonať ukážku z úpolových cvičení,
* vysvetliť význam diagnostiky pohybovej výkonnosti pre zdravie a osobný telesný, motorický a funkčný vývin,
* individuálne sa zlepšiť v stanovených ukazovateľoch vybraných testov
* rozpoznať základné prejavy únavy pri fyzickej záťaži,
* využívať prostriedky na rozvoj pohybových schopností,
 | OSRMUVMEV |
| **Manipulačné, prípravné a športové hry** | **19** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy – pohybová hra, športová hra, hráč, spoluhráč, súper, kapitán, rozhodca, útočník – útok, útočná činnosť, obranca – obrana, obranná činnosť ihrisko (hrací priestor, hracia plocha), stredová čiara, bránka, kôš, hracie náčinie (lopta, hokejka a pod.) gól, bod, prihrávka, hod, streľba, dribling hry so zameraním na manipuláciu s rôznym tradičným, ale aj netradičným náčiním a s inými pomôckami pravidlá realizovaných hier, ich význam a sankcie za porušenie, pravidlá fair-play pohybové hry zamerané na rozvoj pohybových schopností (kondičných, koordinačných a hybridných), prípravné športové hry zamerané na futbal, pohybové hry zamerané na precvičovanie osvojovaných pohybových zručností rôzneho charakteru (gymnastického, atletického)  | * charakterizovať základné pojmy súvisiace s hrami,
* pomenovať základné herné činnosti jednotlivca,
* vymenovať názvy hier realizovaných vo výučbe,
* aplikovať v hre dohodnuté pravidlá a rešpektovať ich,
* zvládnuť techniku manipulácie s náčiním,
* uplatniť manipuláciu s náčiním v pohybovej alebo prípravnej športovej hre,
* zvládnuť herné činnosti jednotlivca v hrách realizovaných vo výučbe,
* využívať naučené zručnosti z hier v rôznom prostredí (telocvičňa, príroda, voda),
 | OSRMUVMEV |
| **Hudobno - pohybové a tanečné činnosti** | **10** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy a poznatky – rytmická gymnastika (rytmus, takt, tempo, dynamika), moderná gymnastika – náčinie a cvičenia s ním (lopta, švihadlo, stuha, kužele, obruč), rovnovážne výdrže – pózy, poskoky a skoky tanec – ľudový, moderný, tanečný krok (prísunný, cval, poskočný, polkový, valčíkový, mazurkový), tanečný motív, tanečná väzba, pohybová skladba rytmické cvičenia spojené s vytlieskavaním, vydupávaním, hrou na telo cvičenia a hry na rozvoj rytmickej schopnosti tanečná a štylizovaná chôdza, beh, skoky, poskoky, so zameraním na správne a estetické držanie tela ako celku 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  | * vymenovať základné pojmy rytmickej a modernej gymnastiky,
* pomenovať tanečné kroky realizované vo výučbe,
* vykonať ukážku rytmických cvičení,
* zladiť pohyby tela, chôdzu, skoky a beh s rytmom navodeným potleskom, zvukovým signálom, hudbou,
* zvládnuť základné tanečné kroky, tanečné motívy v rôznych obmenách realizovaných vo výučbe,
* vytvoriť krátke väzby a motívy z naučených tanečných krokov ľudových i moderných tancov,
* uplatniť prvky rytmiky a tanca v hudobno-pohybových, tanečných a dramatických hrách,
* improvizovať na zadanú tému alebo hudobný motív,
 | OSRDOVMUVMEV |
| **Psychomotorické a zdravotne orientované cvičenia a hry** | **8** | **Športové činnosti pohybového režimu**relaxačné (uvoľňovacie) cvičenia a hry (vyklepávanie, vytriasanie, automasáž a pod.) cvičenia so zameraním na riadené spevňovanie 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 kompenzačné (vyrovnávajúce) cvičenia cvičenia na rozvoj flexibility(ohybnosť, pohyblivosť) 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-go šliapadlo a pod.) balansovanie s predmetmi (žonglovanie, prenášanie predmetov rôznym spôsobom a pod.) cvičenia telesnej schémy zamerané na uvedomovanie si vlastného tela – pohybových možností jeho jednotlivých častí cvičenia spájajúce zmyslové vnímanie s pohybovým (napr. pohybové reakcie na zmyslové podnety) psychomotorické hry, cvičenia a hry s neštandardným náčiním (balóny, štipce, noviny a pod.) **Zdravie a zdravý životný štýl**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) význam príjmu a výdaja energie, zachovanie rovnováhy pre udržanie hmotnosti negatívne vplyvy fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí na zdravie človeka význam pohybu pre zdravie človeka, adaptácia organizmu na zaťaženie, dôležité fyziologické zmeny vplyvom telesného zaťaženia spôsoby otužovania – vzduchom, vodou, slnkom hygienické zásady pred, pri a po cvičení hygiena úborov, význam dodržiavania základných hygienických zásad organizácia cvičenia, dopomoc a záchrana pri cvičení, prvá pomoc pri drobných poraneniach, praktické poskytnutie prvej pomoci zásady správneho držania tela, správne držanie tela v stoji, v sede, v ľahu, chybné držanie tela, odchýlky v držaní tela, cvičenia pre správne držanie tela pohybový režim, aktívny odpočinok, základné poznatky o formách pohybovej aktivity v režime dňa (ranné cvičenie, spontánna pohybová aktivita, racionálne využívanie voľného času a pod.)  | * 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,
* aplikovať naučené zručnosti v cvičeniach a hrách,
* identifikovať znaky zdravého životného štýlu,
* rozlišovať zdravú a nezdravú výživu,
* rozpoznať nebezpečenstvo návykových látok a ich negatívny vplyv na zdravie človeka,
* vysvetliť význam pohybovej aktivity pre zdravie človeka,
* rozpoznať základné spôsoby a význam otužovania organizmu,
* dodržiavať hygienické požiadavky pri vykonávaní pohybové činnosti,
* aplikovať zásady bezpečnosti pri cvičení,
* opísať zásady poskytovania prvej pomoci v rôznom prostredí,
* popísať znaky správneho držania tela v rôznych polohách,
* aplikovať osvojené pohybové zručnosti v režime dňa,
 | MUVENVOSR |
| **Aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti** | **10** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy a poznatky zo sezónnych aktivít realizovaných vo výučbe ,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  | * vymenovať základné druhy realizovaných sezónnych pohybových aktivít,
* zvládnuť pohybové zručnosti vybraných sezónnych aktivít,
* uplatniť prvky sezónnych pohybových činností v hrách, súťažiach, v škole i vo voľnom čase,
* 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.
 | ENVDOVOSR |

**ZÁVER**

Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacím štandardom iŠVP pre príslušný predmet.

**3. ročník**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tematický celok** | **Počet hodín** | **Obsahový štandard** | **Výkonový štandard** | **Prierezové témy** |
| **Základné pohybové zručnosti** | **19** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné povely, postoje, obraty a pochodové útvary – pozor, pohov, vpravo vbok, vľavo vbok, čelom vzad rad (dvojrad, 3–rad ap.), zástup (dvojstup, 3-stup ap.) kruh, polkruh jednotlivec, dvojica, trojica, družstvo, skupina, kolektív na značky, čiara, priestor, ihrisko cvičenia a hry s prvkami poradovej prípravy ako prostriedky účelnej organizácie činností v priestore úloha rozcvičenia pred vykonávaním pohybových činností ako prevencia pred zranením rôzne spôsoby rozcvičení bez náčinia, s náčiním, s hudobným doprovodom a pod. bežecká abeceda, beh rýchly, beh vytrvalostný, beh akceleračný, beh z rôznych polôh, beh so zmenami smeru hod loptičkou, hod plnou loptou skok do diaľky, skok do diaľky znožmo z miesta, pojmy – štart, cieľ, súťaž, pravidlá, dráha cvičenia základnej gymnastiky, cvičenia spevňovacie, odrazové, rotačné cvičenia okolo rôznych osí tela cvičiaceho (prevaly, obraty, kotúle) stojka na lopatkách, cvičenie a manipulácia s náčiním a pomôckami – gymnastickým náčiním (lopta, stuha, obruč, krátka tyč, švihadlo, lano ap.) cvičenie na náradí (lavičky, rebriny, debna, preliezky, lezecké preskoky a skoky na švihadle, skoky na pružnom mostíku a trampolínke úpolové cvičenia a hry **Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť**poznatky o rozvoji a diagnostikovaní pohybovej výkonnosti, zdravotne orientovaná zdatnosť odporúčané testy pre posudzovanie individuálnych výkonov: skok do diaľky z miesta, poznatky o vonkajších prejavoch únavy pri zaťažení (potenie, dýchanie, farba pokožky, koordinácia pohybov) pohybové prostriedky na rozvoj kondičných a koordinačných schopností  | * pomenovať základné povely a útvary poradových cvičení realizovaných vo výučbe,
* používať základné povely a správne na ne reagovať pohybom,
* vysvetliť význam a potrebu rozcvičenia pred vykonávaním pohybovej činnosti,
* pomenovať základné pohybové zručnosti,
* zvládnuť techniku behu, skoku do diaľky a hodu tenisovou loptičkou,
* pomenovať a vykonať základné polohy tela a jeho častí,
* zvládnuť techniku základných akrobatických cvičení v rôznych obmenách a väzbách a skokov,
* vykonať ukážku z úpolových cvičení,
* vysvetliť význam diagnostiky pohybovej výkonnosti pre zdravie a osobný telesný, motorický a funkčný vývin,
* individuálne sa zlepšiť v stanovených ukazovateľoch vybraných testov
* rozpoznať základné prejavy únavy pri fyzickej záťaži,
* využívať prostriedky na rozvoj pohybových schopností,
 | OSRMUVMEV |
| **Manipulačné, prípravné a športové hry** | **19** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy – pohybová hra, športová hra, hráč, spoluhráč, súper, kapitán, rozhodca, útočník – útok, útočná činnosť, obranca – obrana, obranná činnosť ihrisko (hrací priestor, hracia plocha), stredová čiara, bránka, kôš, hracie náčinie (lopta, hokejka a pod.) gól, bod, prihrávka, hod, streľba, dribling hry so zameraním na manipuláciu s rôznym tradičným, ale aj netradičným náčiním a s inými pomôckami pravidlá realizovaných hier, ich význam a sankcie za porušenie, pravidlá fair-play pohybové hry zamerané na rozvoj pohybových schopností (kondičných, koordinačných a hybridných), prípravné športové hry zamerané na futbal, pohybové hry zamerané na precvičovanie osvojovaných pohybových zručností rôzneho charakteru (gymnastického, atletického)  | * charakterizovať základné pojmy súvisiace s hrami,
* pomenovať základné herné činnosti jednotlivca,
* vymenovať názvy hier realizovaných vo výučbe,
* aplikovať v hre dohodnuté pravidlá a rešpektovať ich,
* zvládnuť techniku manipulácie s náčiním,
* uplatniť manipuláciu s náčiním v pohybovej alebo prípravnej športovej hre,
* zvládnuť herné činnosti jednotlivca v hrách realizovaných vo výučbe,
* využívať naučené zručnosti z hier v rôznom prostredí (telocvičňa, príroda, voda),
 | OSRMUVMEV |
| **Hudobno - pohybové a tanečné činnosti** | **9** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy a poznatky – rytmická gymnastika (rytmus, takt, tempo, dynamika), moderná gymnastika – náčinie a cvičenia s ním (lopta, švihadlo, stuha, kužele, obruč), rovnovážne výdrže – pózy, poskoky a skoky tanec – ľudový, moderný, tanečný krok (prísunný, cval, poskočný, polkový, valčíkový, mazurkový), tanečný motív, tanečná väzba, pohybová skladba rytmické cvičenia spojené s vytlieskavaním, vydupávaním, hrou na telo cvičenia a hry na rozvoj rytmickej schopnosti tanečná a štylizovaná chôdza, beh, skoky, poskoky, so zameraním na správne a estetické držanie tela ako celku 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  | * vymenovať základné pojmy rytmickej a modernej gymnastiky,
* pomenovať tanečné kroky realizované vo výučbe,
* vykonať ukážku rytmických cvičení,
* zladiť pohyby tela, chôdzu, skoky a beh s rytmom navodeným potleskom, zvukovým signálom, hudbou,
* zvládnuť základné tanečné kroky, tanečné motívy v rôznych obmenách realizovaných vo výučbe,
* vytvoriť krátke väzby a motívy z naučených tanečných krokov ľudových i moderných tancov,
* uplatniť prvky rytmiky a tanca v hudobno-pohybových, tanečných a dramatických hrách,
* improvizovať na zadanú tému alebo hudobný motív,
 | OSRDOVMUVMEV |
| **Psychomotorické a zdravotne orientované cvičenia a hry** | **9** | **Športové činnosti pohybového režimu**relaxačné (uvoľňovacie) cvičenia a hry (vyklepávanie, vytriasanie, automasáž a pod.) cvičenia so zameraním na riadené spevňovanie 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 kompenzačné (vyrovnávajúce) cvičenia cvičenia na rozvoj flexibility(ohybnosť, pohyblivosť) 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-go šliapadlo a pod.) balansovanie s predmetmi (žonglovanie, prenášanie predmetov rôznym spôsobom a pod.) cvičenia telesnej schémy zamerané na uvedomovanie si vlastného tela – pohybových možností jeho jednotlivých častí cvičenia spájajúce zmyslové vnímanie s pohybovým (napr. pohybové reakcie na zmyslové podnety) psychomotorické hry, cvičenia a hry s neštandardným náčiním (balóny, štipce, noviny a pod.) **Zdravie a zdravý životný štýl**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) význam príjmu a výdaja energie, zachovanie rovnováhy pre udržanie hmotnosti negatívne vplyvy fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí na zdravie človeka význam pohybu pre zdravie človeka, adaptácia organizmu na zaťaženie, dôležité fyziologické zmeny vplyvom telesného zaťaženia spôsoby otužovania – vzduchom, vodou, slnkom hygienické zásady pred, pri a po cvičení hygiena úborov, význam dodržiavania základných hygienických zásad organizácia cvičenia, dopomoc a záchrana pri cvičení, prvá pomoc pri drobných poraneniach, praktické poskytnutie prvej pomoci zásady správneho držania tela, správne držanie tela v stoji, v sede, v ľahu, chybné držanie tela, odchýlky v držaní tela, cvičenia pre správne držanie tela pohybový režim, aktívny odpočinok, základné poznatky o formách pohybovej aktivity v režime dňa (ranné cvičenie, spontánna pohybová aktivita, racionálne využívanie voľného času a pod.)  | * 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,
* aplikovať naučené zručnosti v cvičeniach a hrách,
* identifikovať znaky zdravého životného štýlu,
* rozlišovať zdravú a nezdravú výživu,
* rozpoznať nebezpečenstvo návykových látok a ich negatívny vplyv na zdravie človeka,
* vysvetliť význam pohybovej aktivity pre zdravie človeka,
* rozpoznať základné spôsoby a význam otužovania organizmu,
* dodržiavať hygienické požiadavky pri vykonávaní pohybové činnosti,
* aplikovať zásady bezpečnosti pri cvičení,
* opísať zásady poskytovania prvej pomoci v rôznom prostredí,
* popísať znaky správneho držania tela v rôznych polohách,
* aplikovať osvojené pohybové zručnosti v režime dňa,
 | MUVENVOSR |
| **Aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti** | **10** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy a poznatky zo sezónnych aktivít realizovaných vo výučbe ,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  | * vymenovať základné druhy realizovaných sezónnych pohybových aktivít,
* zvládnuť pohybové zručnosti vybraných sezónnych aktivít,
* uplatniť prvky sezónnych pohybových činností v hrách, súťažiach, v škole i vo voľnom čase,
* 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.
 | ENVDOVOSR |

**ZÁVER**

Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacím štandardom iŠVP pre príslušný predmet.

**4. ročník**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tematický celok** | **Počet hodín** | **Obsahový štandard** | **Výkonový štandard** | **Prierezové témy** |
| **Základné pohybové zručnosti** | **19** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné povely, postoje, obraty a pochodové útvary – pozor, pohov, vpravo vbok, vľavo vbok, čelom vzad rad (dvojrad, 3–rad ap.), zástup (dvojstup, 3-stup ap.) kruh, polkruh jednotlivec, dvojica, trojica, družstvo, skupina, kolektív na značky, čiara, priestor, ihrisko cvičenia a hry s prvkami poradovej prípravy ako prostriedky účelnej organizácie činností v priestore úloha rozcvičenia pred vykonávaním pohybových činností ako prevencia pred zranením rôzne spôsoby rozcvičení bez náčinia, s náčiním, s hudobným doprovodom a pod. bežecká abeceda, beh rýchly, beh vytrvalostný, beh akceleračný, beh z rôznych polôh, beh so zmenami smeru hod loptičkou, hod plnou loptou skok do diaľky, skok do diaľky znožmo z miesta, pojmy – štart, cieľ, súťaž, pravidlá, dráha cvičenia základnej gymnastiky, cvičenia spevňovacie, odrazové, rotačné cvičenia okolo rôznych osí tela cvičiaceho (prevaly, obraty, kotúle) stojka na lopatkách, cvičenie a manipulácia s náčiním a pomôckami – gymnastickým náčiním (lopta, stuha, obruč, krátka tyč, švihadlo, lano ap.) cvičenie na náradí (lavičky, rebriny, debna, preliezky, lezecké preskoky a skoky na švihadle, skoky na pružnom mostíku a trampolínke úpolové cvičenia a hry **Telesná zdatnosť a pohybová výkonnosť**poznatky o rozvoji a diagnostikovaní pohybovej výkonnosti, zdravotne orientovaná zdatnosť odporúčané testy pre posudzovanie individuálnych výkonov: skok do diaľky z miesta, poznatky o vonkajších prejavoch únavy pri zaťažení (potenie, dýchanie, farba pokožky, koordinácia pohybov) pohybové prostriedky na rozvoj kondičných a koordinačných schopností  | * pomenovať základné povely a útvary poradových cvičení realizovaných vo výučbe,
* používať základné povely a správne na ne reagovať pohybom,
* vysvetliť význam a potrebu rozcvičenia pred vykonávaním pohybovej činnosti,
* pomenovať základné pohybové zručnosti,
* zvládnuť techniku behu, skoku do diaľky a hodu tenisovou loptičkou,
* pomenovať a vykonať základné polohy tela a jeho častí,
* zvládnuť techniku základných akrobatických cvičení v rôznych obmenách a väzbách a skokov,
* vykonať ukážku z úpolových cvičení,
* vysvetliť význam diagnostiky pohybovej výkonnosti pre zdravie a osobný telesný, motorický a funkčný vývin,
* individuálne sa zlepšiť v stanovených ukazovateľoch vybraných testov
* rozpoznať základné prejavy únavy pri fyzickej záťaži,
* využívať prostriedky na rozvoj pohybových schopností,
 | OSRMUVMEV |
| **Manipulačné, prípravné a športové hry** | **19** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy – pohybová hra, športová hra, hráč, spoluhráč, súper, kapitán, rozhodca, útočník – útok, útočná činnosť, obranca – obrana, obranná činnosť ihrisko (hrací priestor, hracia plocha), stredová čiara, bránka, kôš, hracie náčinie (lopta, hokejka a pod.) gól, bod, prihrávka, hod, streľba, dribling hry so zameraním na manipuláciu s rôznym tradičným, ale aj netradičným náčiním a s inými pomôckami pravidlá realizovaných hier, ich význam a sankcie za porušenie, pravidlá fair-play pohybové hry zamerané na rozvoj pohybových schopností (kondičných, koordinačných a hybridných), prípravné športové hry zamerané na futbal, pohybové hry zamerané na precvičovanie osvojovaných pohybových zručností rôzneho charakteru (gymnastického, atletického)  | * charakterizovať základné pojmy súvisiace s hrami,
* pomenovať základné herné činnosti jednotlivca,
* vymenovať názvy hier realizovaných vo výučbe,
* aplikovať v hre dohodnuté pravidlá a rešpektovať ich,
* zvládnuť techniku manipulácie s náčiním,
* uplatniť manipuláciu s náčiním v pohybovej alebo prípravnej športovej hre,
* zvládnuť herné činnosti jednotlivca v hrách realizovaných vo výučbe,
* využívať naučené zručnosti z hier v rôznom prostredí (telocvičňa, príroda, voda),
 | OSRMUVMEV |
| **Hudobno - pohybové a tanečné činnosti** | **9** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy a poznatky – rytmická gymnastika (rytmus, takt, tempo, dynamika), moderná gymnastika – náčinie a cvičenia s ním (lopta, švihadlo, stuha, kužele, obruč), rovnovážne výdrže – pózy, poskoky a skoky tanec – ľudový, moderný, tanečný krok (prísunný, cval, poskočný, polkový, valčíkový, mazurkový), tanečný motív, tanečná väzba, pohybová skladba rytmické cvičenia spojené s vytlieskavaním, vydupávaním, hrou na telo cvičenia a hry na rozvoj rytmickej schopnosti tanečná a štylizovaná chôdza, beh, skoky, poskoky, so zameraním na správne a estetické držanie tela ako celku 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  | * vymenovať základné pojmy rytmickej a modernej gymnastiky,
* pomenovať tanečné kroky realizované vo výučbe,
* vykonať ukážku rytmických cvičení,
* zladiť pohyby tela, chôdzu, skoky a beh s rytmom navodeným potleskom, zvukovým signálom, hudbou,
* zvládnuť základné tanečné kroky, tanečné motívy v rôznych obmenách realizovaných vo výučbe,
* vytvoriť krátke väzby a motívy z naučených tanečných krokov ľudových i moderných tancov,
* uplatniť prvky rytmiky a tanca v hudobno-pohybových, tanečných a dramatických hrách,
* improvizovať na zadanú tému alebo hudobný motív,
 | OSRDOVMUVMEV |
| **Psychomotorické a zdravotne orientované cvičenia a hry** | **9** | **Športové činnosti pohybového režimu**relaxačné (uvoľňovacie) cvičenia a hry (vyklepávanie, vytriasanie, automasáž a pod.) cvičenia so zameraním na riadené spevňovanie 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 kompenzačné (vyrovnávajúce) cvičenia cvičenia na rozvoj flexibility(ohybnosť, pohyblivosť) 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-go šliapadlo a pod.) balansovanie s predmetmi (žonglovanie, prenášanie predmetov rôznym spôsobom a pod.) cvičenia telesnej schémy zamerané na uvedomovanie si vlastného tela – pohybových možností jeho jednotlivých častí cvičenia spájajúce zmyslové vnímanie s pohybovým (napr. pohybové reakcie na zmyslové podnety) psychomotorické hry, cvičenia a hry s neštandardným náčiním (balóny, štipce, noviny a pod.) **Zdravie a zdravý životný štýl**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) význam príjmu a výdaja energie, zachovanie rovnováhy pre udržanie hmotnosti negatívne vplyvy fajčenia, alkoholu, nedovolených látok a iných závislostí na zdravie človeka význam pohybu pre zdravie človeka, adaptácia organizmu na zaťaženie, dôležité fyziologické zmeny vplyvom telesného zaťaženia spôsoby otužovania – vzduchom, vodou, slnkom hygienické zásady pred, pri a po cvičení hygiena úborov, význam dodržiavania základných hygienických zásad organizácia cvičenia, dopomoc a záchrana pri cvičení, prvá pomoc pri drobných poraneniach, praktické poskytnutie prvej pomoci zásady správneho držania tela, správne držanie tela v stoji, v sede, v ľahu, chybné držanie tela, odchýlky v držaní tela, cvičenia pre správne držanie tela pohybový režim, aktívny odpočinok, základné poznatky o formách pohybovej aktivity v režime dňa (ranné cvičenie, spontánna pohybová aktivita, racionálne využívanie voľného času a pod.)  | * 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,
* aplikovať naučené zručnosti v cvičeniach a hrách,
* identifikovať znaky zdravého životného štýlu,
* rozlišovať zdravú a nezdravú výživu,
* rozpoznať nebezpečenstvo návykových látok a ich negatívny vplyv na zdravie človeka,
* vysvetliť význam pohybovej aktivity pre zdravie človeka,
* rozpoznať základné spôsoby a význam otužovania organizmu,
* dodržiavať hygienické požiadavky pri vykonávaní pohybové činnosti,
* aplikovať zásady bezpečnosti pri cvičení,
* opísať zásady poskytovania prvej pomoci v rôznom prostredí,
* popísať znaky správneho držania tela v rôznych polohách,
* aplikovať osvojené pohybové zručnosti v režime dňa,
 | MUVENVOSR |
| **Aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti** | **10** | **Športové činnosti pohybového režimu**základné pojmy a poznatky zo sezónnych aktivít realizovaných vo výučbe ,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  | * vymenovať základné druhy realizovaných sezónnych pohybových aktivít,
* zvládnuť pohybové zručnosti vybraných sezónnych aktivít,
* uplatniť prvky sezónnych pohybových činností v hrách, súťažiach, v škole i vo voľnom čase,
* 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.
 | ENVDOVOSR |

**ZÁVER**

Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacím štandardom iŠVP pre príslušný predmet.

**Poznámka**: Učebné osnovy sú totožné so vzdelávacím štandardom IŠVP pre príslušný predmet.

 Výchovno-vzdelávacie ciele a obsah vzdelávania sú v súlade s cieľmi a obsahovým a výkonovým štandardom vzdelávacieho

 štandardu pre vyučovací predmet telesná a športová výchova, schváleného ako súčasť inovovaného ŠVP pre 1. stupeň základnej

 školy pod číslom 2015-5129/1758:1-10A0.