

Výstupy	Učivo	Průřezová témata
Provádí podle pokynů jednoduchá průpravná a koordinační cvičení	Příprava organismu před pohybovou činností, uklidnění po zátěži Cviky zaměřené k rozvoji pohyblivosti a koordinace pohybu	
Spojuje pravidelnou každodenní činnost se zdravím	Zdravotně zaměřené činnosti, relaxační cvičení	OSV - Sebepoznání a sebezpojetí
Zaujímá správné základní cvičební polohy	Prvky zdravotní TV, prevence svalových oslabení	
Uplatňuje zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech	Hygiena při TV, organizace a bezpečnost v tělocvičně, na hřišti, v plaveckém bazénu, v přírodě	
Cvičí samostatně i ve skupinách, soutěží v družstvu	Cvičení s náčiním, průpravné úpoly - přetahy	
Hraje jednoduché pohybové hry, spolupracuje v týmu, uplatňuje základní pravidla her	Základy sportovních her - vybíjená, přihrávka jednoruč Hry s různým zaměřením	
Provádí jednoduchá gymnastická cvičení, cvičí na nářadí samostatně i s dopomocí	Základy gymnastiky - základy akrobacie, výskok na bednu, odraz na můstku, šplh na tyči	
Rozvíjí základní atletické dovednosti	Základy atletiky - rychlý běh, nízký start, motivovaný vytrvalý běh, skok do dálky, hod míčkem	
Cvičí s hudbou	Rytmická a kondiční cvičení s hudbou	
Reaguje na smluvené povely, pokyny a gesta, používá názvy jednoduchých pohybových činností, tělocvičného nářadí a náčiní	Komunikace v TV, základní tělocvičné názvosloví	OSV - Komunikace
Nacvičuje základní plavecké dovednosti, zvyká si na vodní prostředí	Plavání - hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti	