

Výstupy	Učivo	Průřezová témata
Rozvíjí základní atletické pohybové schopnosti, zvládá osvojované dovednosti s ohledem na věk a individuální předpoklady, seznamuje se s technickými disciplínami	Atletika - rychlý běh, vytrvalý běh na dráze a v terénu, štafetový běh, skok do dálky a do výšky, hod míčkem	
Získává nové pohybové dovednosti s ohledem na individuální předpoklady, provádí cvičení s dopomocí	Gymnastika - akrobacie, přeskoky, cvičení na nářadí	
Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech Naplnuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky	Sportovní hry - košíková, odbíjená, přehazovaná, florbal, doplňkové sporty, herní činnosti jednotlivce, kopaná	OSV - Kooperace a kompetice
Soustředí se na správné a přesné provedení pohybu Samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností	Průpravná, koordinační, kompenzační, kondiční a tvořivá cvičení	
Uplatňuje bezpečné chování při hodinách TV, předchází možným poraněním a úrazům vhodným vybavením a dodržováním pravidel Uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost	Bezpečnost a hygiena při pohybových činnostech Turistika a pobyt v přírodě (přežití v přírodě, orientaci v terénu, ukrytí, zbudování nouzového přístřešku, zajištění vody, potravy a tepla)	OSV - Sebepoznání a sebepojetí
Aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem Usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program Odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím	Význam pohybu pro zdraví	