

* Děti na startu

Zařazení projektu do výuky základních škol



Možnosti zařazení projektu

Třetí hodina TV

- výuka v ZŠ
- výuka sportovních ZŠ

45 min blok
1 učitel
hrazeno
1, ze mzdových
prostředků školy
2, z grantu

ZAŘAZENÍ DO ŠVP

- charakteristika předmětu
- učební plán
- učební osnovy
- tematický plán

Zájmový kroužek

- volitelná aktivita

45/60/90 min
možno více trenérů *
hrazeno
z poplatků za kroužky
(zákonný zástupce)

VEDENÍ TŘÍDNÍ KNIHY

- měsíční plán
- dodržování pravidel
družinového provozu

Školní dužina Školní klub

- činnost ŠD, ŠK

45/60/90 min
možno více trenérů*
hrazeno ze mzdových
prostředků školy

ZAŘAZENÍ DO ŠVP ŠD
VEDENÍ TŘÍDNÍ KNIHY

Stavba cvičební jednotky 45 min

<u>Úvodní část</u> <u>3 - 6 min</u>	Uvádí žáky do vyučovací jednotky (VJ) po stránce tělesné i psychické.
<u>Hlavní část</u> <u>20 - 30 min</u>	Příprava stanovišť 5 min Cca 4 x 5min /stanoviště Případně 1 x závěrečná dráha (projít všechna stanoviště za sebou)
<u>Závěrečná část</u> <u>3 - 7 min</u>	Uklidnění žáků po tělesné i psychické stránce a formálně ukončit VJ.

Doporučení

1, Více vyučovacích jednotek zachovat činnost na stanovišti,

jen měnit obtížnost

driblink do obručí obouruč

driblink do obručí obouruč + hod na cíl

driblink do obručí obouruč + hod na cíl + vyhazování a chytání míče při chůzi zpět



2, Zařazovat vždy jen 1 stanoviště vyžadující pomoc

*ATLETIKA: slalom mezi kužely GYMNASTIKA: chůze po lavičce
MÍČOVÉ HRY: driblink do obručí POHYBOVÉ HRY: přelézání překážky s pomocí*

3, Využívat vzájemnou pomoc žáků, nebo necvičících žáků

podávat ruku při chůzi na lavičce apod.

4, Individuální přístup k integrovaným dětem

*Dítě se zrakovou vadou
driblink a házení mimo stanoviště, samostatně v odděleném prostoru*

Ukázka měsíčního plánu

měsíc	stanoviště	aktivita	modifikace
ZÁŘÍ	OBRATNOST	OBRUČ	procházení, proskakování (jednož, snožmo) - na místě proskakování při chůzi, běhu vpřed kutálení ve dvojici, házení na kamaráda
	GYMNASTIKA	LAVIČKY	chůze vpřed, přeskokování snožmo chůze vpřed s překážkami na lavičce chůze pozadu
	ATLETIKA	ČLUNKOVÝ BĚH	od startu k metám a zpět přenášení předmětů z místa na místo klasický člunkový běh
	MÍČOVÉ HRY	DRIBLINK DO OBRUČÍ	driblink obouruč driblink obouruč s oběhnutím vzdálené mety driblink obouruč s hodem na cíl (zavěšený předmět)

Na závěr měsíce razítkovat do deníčku

Úkoly úvodní části

Organizační

- zahájit VJ nástupem, provést evidenci

Výchovný úkol

- ukázat žáky, vytknout výchovný cíl, pro jehož plnění je třeba, aby s ním byli žáci seznámeni

Diagnostický úkol

- zjistit informace nutné pro úspěšný průběh VJ
- podle vnějších příznaků zjistit momentální tělesný a psychický stav žáků
- zkontrolovat splnění případných úkolů z minulé vyučovací hodiny
- zkontrolovat plnění povinností „služby“

Vzdělávací úkol

- vytknout jasný a konkrétní cíl VJ a úkoly z něj vyplývající, zlepšovat pořadovou přípravu žáků
- rozšiřovat zásobník cvičení vhodných pro rušnou část

Zdravotní úkol

- zkontrolovat plnění hygienických a bezpečnostních požadavků, zkontrolovat správné držení těla při nástupu
- připravit žáky po stránce fyziologické na tělesnou zátěž, kompenzovat přecházející jednostranné zamětnání žáků

Psychologický úkol

- odreagovat žáky od předcházejících školních povinností, motivovat žáky
- navodit dobrou náladu, pracovní atmosféru, psychickou připravenost

Úkoly hlavní části

Výchovný úkol

- vypěstovat kladný vztah k tělocvičné aktivitě a tělesné kultuře
- návyky správného a účelného jednání
- rozvoj pozitivních vlastností osobnosti, především morálních a volních
- správný postoj žáků ke zdraví, k vlastnímu všestrannému rozvoji
- vytvoření dobrého sportovního kolektivu, vhodné mezilidské vztahy
- uvědomělé chování, dodržování pravidel
- aktivní uplatňování dovedností, návyků, vědomostí
- schopnost samostatné a tvořivé činnosti

Vzdělávací úkol

- rozvoj pohybových schopností
- nácvik a zdokonalování pohybových dovedností
- schopnost uplatňovat získané vědomosti, dovednosti, pohybové schopnosti v běžném životě

Zdravotní úkol

- rozvoj psychické a fyzické zdatnosti
- odstraňování či omezování „civilizačních vad“
- ochrana a upevňování zdraví, utužování organismu
- ovládání a poskytování dopomoci a záchrany

Psychologický úkol

- dbát na radost z pohybu, emocionálnost, soutěživost, prožitek
- kladně hodnotit, povzbuzovat

Úkoly závěrečné části

Organizační

- ukončení VJ nástupem a pozdravem, ukázněný odchod žáků z tělocvičny, hřiště
- plnění dalších organizačních povinností, úklid

Vzdělávací

- zhodnocení dosažených výsledků a plnění vzdělávacích cílů, zlepšení pořadovosti žáků
- rozšíření zásobníku cvičení pro uklidnění organismu, přispět k rozvoji vědomostí žáků

Výchovný

- adekvátně ukáznit žáky s ohledem na další vyučovací předměty
- zhodnotit plnění vyučovacích cílů, zařadit aktuální výchovný obsah

Zdravotní

- uklidnit organismus z hlediska funkčního zatížení, plnění kompenzačních cílů VJ
- vést žáky k pochopení významu uklidňujících, relaxačních, protahovacích a podobných cvičení
- rozšířit vědomosti o vztahu tělesné aktivity a zdraví
- zkontrolovat plnění hygienických požadavků po ukončení VJ TV

Psychologický

- emotivní zklidnění organismu, relaxace a uvolnění

* Děkuji za pozornost

Kamila Páníková

