

Roční plán práce 2023/2024

Třída: VI. A, VI. B, VI. C
Vyučující: Kristýna Danielová

Předmět: Sportovní hry
Počet hodin týdně: 1

Učivo	Očekávané výstupy	poznámka
<p>Poučení o bezpečnosti</p> <p>Testování pohybových dovedností Přehled míčových her Pravidla jednotlivých sportovních her</p> <p>Rozvoj speciálních pohybových dovedností – koordinace, obratnost, rovnováha, dynamika, ... Rozvoj obratnosti, rychlosti, vytrvalosti, odrazových schopností, ... Podpůrné hry na techniku, přehled ve hře, spolupráci, na motivaci a aktivaci ve sportovních disciplínách</p> <p>Basketbal-driblink, přihrávka, střelba na koš Florbal - driblink, přihrávka, střelba Malá kopaná – vedení míče, přihrávka, střelba, kombinace, ... Volejbal – HČJ Softbal – pravidla, házení chytání, hra na pálce, hra v poli a na metách, hra skupin Házená – pravidla, chytání, házení, přihrávky, střelba, pohyb po brankovišti i v brance, ...</p> <p>Rozhodování zápasu, jako rozhodčí</p> <p>Netradiční hry – pravidla, hra, speciální dovednosti – freesbee, kan jam, vietnamský badminton, cubb, padák, indiaca, ...</p> <p>Posilování s vlastní vahou, protažení, kompenzační cvičení</p>	<p>Chová se bezpečně při SH, je ohleduplný ke spolužákům</p> <p>Zvládá základní pravidla sportovních her</p> <p>Zvládá speciální obratnostní a rychlostní cvičení</p> <p>Zvládá základní hru jednotlivých SH Ovládá HČJ jednotlivých SH</p> <p>Zvládá rozhodování hry</p> <p>Seznámil s pravidly netradičních sportů</p> <p>Zvládne se rozcvičit, umí cvičení k zahřátí, zpevnění středu těla, protažení, ...</p>	