

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