

OBSAH SEMINÁŘE Č.2 :

- Rozbor sledované pohybové jednotky
- Struktura a obsah pohybových volnoč.aktivit
- Výchovně-vzdělávací cíle pohybových volnoč.aktivit

1. Struktura a obsah pohybových volnočasových aktivit (60 minut)

- Zahájení (úvodní část) – zjištění prezence, vytvoření společné atmosféry, motivace činností (proč má dítě činnost vykonávat) - 10 minut
- Rušná část - zahřátí organismu (hry, běhy, honičky..) 5 m.
- Průpravná část – rozcvičení 10 minut
- Vlastní činnost (hlavní část) – na začátku zařadit nácvik nových pohybových dovedností, potom pohybové činnosti s rychlostně silovými požadavky a nakonec rozvoj vytrvalostních schopností -25 minut
- Závěrečná část – je vhodné zařazovat kompenzační cvičení, která předcházejí vzniku svalových dysbalancí, cílem je celkové uklidnění organismu a zhodnocení pohybové jednotky - 10 minut

Plánování výchovně-vzdělávacího procesu zájmových činností

- Při plánování činností je třeba vycházet z úrovně připravenosti a zdatnosti jedinců
- Důležitý je vhodný výběr metod, forem a způsobu realizace výuky
- Obsah učiva vybírá z ohledem na věk dětí, typ zájmové činnosti

1. Roční plán
2. Plán tematických bloků(celků)
3. Měsíční plán
4. Plán na pohybovou jednotku

2. Výchovně-vzdělávací cíle

Cílem chápeme zamýšlený a očekávaný výsledek, k němuž pedagog ve spolupráci s žáky směřuje. Tento výsledek je vyjádřen ve změnách, jichž se dosahuje ve vědomostech, dovednostech a vytváření hodnotové orientace.

- **Blízké cíle** – specifikujeme většinou na základě krátkodobé činnosti v pohybové jednotce
- **Perspektivní cíle** – realizují se v čase, vyžadují důsledné promyšlení obsahu
- **Vlastní cíle** - čeho chceme dosáhnout a jak toho dosáhneme

Funkce cílů:

- Každá činnost žáka by měla vést k cíli jehož se snaží dosáhnout
- Každý takový cíl by měl být pro žáka dosažitelný
- Menší děti potřebují cíle blízké, brzy dosažitelné (pro starší děti jsou přitažlivější cíle vzdálenější)

Pedagog pracuje s cíli ve všech etapách vyučování:

- V přípravné etapě provádí pedagog vzhledem k cíli didaktickou analýzu učiva (myšlenková činnost, která mu umožní proniknout do obsahu učiva)
- Na počátku edukačního procesu formuluje cíl společné činnosti
- V průběhu výuky s žáky sleduje, jak se přibližují cíli
- Na konci výuky společně s žáky kontroluje, zda bylo cíle dosaženo

Cílem pohybových volnočasových aktivit je :

■ TĚLESNÝ ROZVOJ

- rozvíjet účinný celoživotní pohybový režim, pohybové schopnosti, dovednosti a pozitivní postoje k pohybové činnosti
- rozvoj anatomických a fyziologických funkcí (pohyblivost, aerobní vytrvalost, svalovou sílu a rychlost)

■ POHYBOVÉ SEBEUTVÁŘENÍ

- učit se „pohybem“ (osobnostní rozvoj, umění komunikace, síla vůle, vytrvání)

■ SPORTOVNĚ-SOCIALIZAČNÍ ROZVOJ

- zvládnutí jednotlivých sportovních činností (taktika, strategie)
- příprava pro celoživotní pohybovou aktivitu

VZDĚLÁVACÍ CÍLE

- Osvojení základních pohybových schopností, dovedností a návyků (chůze, běh, skok..)
- Kvalitní pohybový projev (rytmus pohybu, správné držení těla)
- Osvojení činností jednotlivých sportovních aktivit
- Zásady správné životosprávy
- Senzorické a intelektové schopnosti

Úkol na seminář č. 3

1. Provést hospitaci ve vybraném středisku (vyplnit hospitační záznam)
2. Přinést na seminář vyplněný hospitační záznam