

Pokyny k úspěšnému ukončení předmětu Kompenzační cvičení pro RVS

Pro zdárné ukončení předmětu kompenzační cvičení je třeba splnit tyto požadavky:

- Docházka 2 h/semestr (2x50 minut). Je možnost náhrady v semináři denních studentů (úterky), po domluvě.
- Absolvovat v semináři metodický výstup (A-F)
- Aktivně se podílet na výuce v seminářích
- Odevzdat seminární práci → odevzdávárna.

METODICKÝ VÝSTUP:

Ve dvojicích-každý hodnocen za svou aktivitu individuálně.

Celková časová dotace na 1 metodický výstup je max 40 minut a skládá se ze dvou částí (5 + 35 minut). 5 minut – úvod do problematiky, 35 minut – samotné kompenzační cvičení

1. Studenti si vyberou sportovní disciplínu. Připraví seminární práci na dané téma, tu v rámci metodického výstupu prezentuje na semináři.
2. Studenti prakticky vedou připravenou cvičební jednotku pro vybranou sportovní disciplínu, dle výše zmíněného časového rozvrhu.

Cvičební jednotka musí obsahovat všechny předepsané části a musí být vedena dle pedagogicko – didaktických zásad a zásad vyrovnávacího procesu.

HODNOCENÍ - Vyučující společně s ostatními studenty hodnotí:

- Výběr jednotlivých cvičení vzhledem k danému sportu a onemocnění (nejvíce důležité)
- Dodržení didaktických zásad
- Využití cvičebních pomůcek
- Využití hudby
- Organizace hodiny
- Vedení hodiny
- Originalitu a nápaditost

SEMINÁRNÍ PRÁCE:

Písemně zpracovaný metodický výstup musí obsahovat minimálně 3 části:

1. Analýza problému (viz. Obsah seminární práce níže)
2. Vlastní cvičební jednotka – slovní popis metodického výstupu, obrázky nejsou povinné, pokud je použijete, je nutno je řádně odcitovat!
3. Seznam použité literatury (dle normy ISO 690) – max. podobnost 10%

Obsah seminární práce:

- Charakteristika sportovní disciplíny
- Kineziologický rozbor dané disciplíny
- Nejčastější úrazy/onemocnění vyskytující se k dané disciplíně
- Kompenzační cvičení vhodná pro danou disciplínu

Odevzdat před metodickým výstupem!

Rozsah alespoň 3xA4 bez titulní strany a seznamu literatury.

METODICKÝ VÝSTUP A SEMINÁRNÍ PRÁCE JE OHODNOCENA ZNÁMKAMI A-F + je hodnocena aktivita