

POZNÁMKY k metodickému výstupu

- Odevzdat SP v tištěné podobě - jako podklad pro praktický metodický výstup (každý svou verzi, zpracovanou i diagnostiku i rozvoj funkčního stavu - dle zadání viz. IS).
- praktické předvedení metodického výstupu na zadané téma (rozdělit dle skupinek diagnostika cca 10 minut, rozvoj funkčního stavu cca 10-15 minut – celkem tedy cca 35-40 minut max. na jedno téma).
- metodické výstupy
 - na úvod sdělte základní informace a důležité didaktické zásady - z pohledu cvičitele
 - jasně stanovte cíl, skupinu, vypslost cvičenců
 - praktická ukázka diagnostiky a následně ukázka rozvoje funkčního stavu základních pohybových schopností (viz. rozpis).

Při zpracování dbejte na :

- volbu vhodných diagnostických metod (standardizované testy)
- následný vhodný výběr cviků (nejvíce prospěšné) a jejich logickou návaznost
- ukázku - správné vysvětlení a provedení vybraných cvičení
- dodržování didaktických zásad při práci se seniory
- správné vedení a organizaci hodiny, vyjadřování – způsob mluvy
- pestrost, využití pomůcek při cvičení, volbu vhodné hudby ad.