EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

VSTUPNÍ ČÁST

Název modulu

Gymnastika, úpoly, tanec (E)

Kód modulu

ZD-m-2/AD41

Typ vzdělávání

Všeobecné vzdělávání

Typ modulu

všeobecně vzdělávací

Využitelnost vzdělávacího modulu

Kategorie dosaženého vzdělání

E (dvouleté, EQF úroveň 2)

Vzdělávací oblasti

ZD - Člověk, jeho osobnost, zdraví a bezpečí

Komplexní úloha

Obory vzdělání - poznámky

Délka modulu (počet hodin)

12

Poznámka k délce modulu

Platnost modulu od

30. 04. 2020

Platnost modulu do

Vstupní předpoklady

Modul je bez nároku na předchozí znalosti a dovednosti.

JÁDRO MODULU

Charakteristika modulu

Obsahový okruh: Tělesná výchova

Obsahový podokruh: Gymnastika, tance a úpoly

Cílem modulu je seznámit žáky se základy gymnastiky, rytmické gymnastiky, tance a úpolů. Žáci by si měli osvojit hlavní

gymnastické disciplíny, cvičení na nářadí, cvičení s náčiním, cvičení na hudbu, tanec a základy úpolových sportů. Kromě samotného cvičení je součástí i osvojení si základních pravidel, základy názvosloví základních poloh a pohybů, typických rozcvičovacích cviků a průpravných her.

Očekávané výsledky učení

a) rozcvičí se před hlavní pohybovou činností a ukončí ji v souladu s hlavní pohybovou činností

b) zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti

c) posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky

d) užívá základy názvosloví základních poloh a pohybů

Obsah vzdělávání (rozpis učiva)

a) gymnastická cvičení bez náčiní, cvičení s náčiním, cvičení na nářadí, dopomoc

b) rytmická gymnastika, cvičení s hudbou, tanec, aerobic

c) základy úpolových sportů a sebeobrany

Učební činnosti žáků a strategie výuky

Osvojí si (v rámci svých fyzických možností samostatně či s dopomocí) gymnastická cvičení bez náčiní, cvičení s náčiním, cvičení na nářadí a základy dopomoci.

Osvojí si (v rámci svých fyzických možností) cvičení na hudbu, tanec, aerobic, úpolové sporty a sebeobranu.

Osvojí si přípravu na tuto pohybovou činnost a její ukončení, základy názvosloví základních poloh a pohybů, dodržování pravidel a základních myšlenek fair-play.

Zařazení do učebního plánu, ročník

ideální rozvržení 6 hodin v ročníku v řadě, vždy ve 3 navazujících týdnech;

lze rozvrhnout podle potřeb školy i jinak;

VÝSTUPNÍ ČÁST

Způsob ověřování dosažených výsledků

Ad Očekávané výsledky učení

a) rozcvičí se před hlavní pohybovou činností a ukončí ji v souladu s hlavní pohybovou činností

praktické předvedení, subjektivní posouzení učitelem;

b) zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti

praktické předvedení, subjektivní posouzení učitelem;

c) posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky

praktické předvedení, subjektivní posouzení učitelem;

d) užívá základy názvosloví základních poloh a pohybů

praktické předvedení, subjektivní posouzení učitelem;

Kritéria hodnocení

Ad očekávané výsledky učení

a) rozcvičí se před hlavní pohybovou činností a ukončí ji v souladu s hlavní pohybovou činností

předvede alespoň 6 rozcvičovacích cviků (průpravných her), které jsou v souladu s náplní hlavní činnosti;

b) zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti

předvede různé cviky v dostatečně správném provedení v souladu s individuálními předpoklady;

doporučí správné využívání dopomoci pro eliminaci zranění;

c) posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky svoje i ostatních cvičenců

dokáže rozlišit dobré a špatné provedení pohybové činnosti a dokáže popsat, kde jsou zjevné nedostatky v provedení;

chápe možné následky špatného provádění;

d) užívá základy názvosloví základních poloh a pohybů

správně používá názvosloví;

Doporučená literatura

Poznámky

Obsahové upřesnění

VV - Všeobecné vzdělávání

Materiál vznikl v rámci projektu Modernizace odborného vzdělávání (MOV), který byl spolufinancován z Evropských strukturálních a investičních fondů a jehož realizaci zajišťoval Národní pedagogický institut České republiky. Autorem materiálu a všech jeho částí, není-li uvedeno jinak, je Petr Polívka. Creative Commons CC BY SA 4.0 – Uveďte původ – Zachovejte licenci 4.0 Mezinárodní.