



# VSTUPNÍ ČÁST

## Název modulu

Atletika (H)

## Kód modulu

ZD-m-3/AG97

## Typ vzdělávání

Všeobecné vzdělávání

## Typ modulu

všeobecně vzdělávací

## Využitelnost vzdělávacího modulu

### Kategorie dosaženého vzdělání

H (EQF úroveň 3)

### Vzdělávací oblasti

ZD - Člověk, jeho osobnost, zdraví a bezpečí

### Komplexní úloha

### Obory vzdělání - poznámky

### Délka modulu (počet hodin)

16

### 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:** Atletika

Cílem modulu je seznámit žáky se základy atletiky. Žáci by si měli osvojit (v rámci svých fyzických možností) vybrané atletické disciplíny. Kromě samotného cvičení je součástí i osvojení si základních pravidel, základy názvosloví základních

poloh a pohybů a typických rozcvičovacích cviků.

## 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
- e) podílí se na organizaci třídních závodů

## Obsah vzdělávání (rozpis učiva)

- a) běhy (sprint, vytrvalostní, štafetový), starty (z bloků, z nízké i vysoké polohy, z různých poloh)
- b) skoky (např. výška, dálka)
- c) vrh a hody (např. koule, míček, granát)

## Učební činnosti žáků a strategie výuky

Osvojí si (v rámci svých fyzických možností) vybrané atletické disciplíny.

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

Zařazení do učebního plánu, ročník

# 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 ostatních cvičenců*  
praktické předvedení, subjektivní posouzení učitelem;
- d) *užívá základy názvosloví základních poloh a pohybů*  
praktické předvedení, subjektivní posouzení učitelem;
- e) *podílí se na organizaci třídních závodů*  
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 8 rozcvičovacích cviků (průpravných her), které jsou v souladu s náplní hlavní činnosti;
- b) *zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti*  
zvládne zvolené disciplíny v dostatečně správném provedení a v souladu s individuálními předpoklady;
- c) *posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky ostatních cvičenců*

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

d) *užívá základy názvosloví základních poloh a pohybů*

správně používá názvosloví;

e) *podílí se na organizaci třídních závodů*

zvládne zorganizovat třídní závody o minimálně třech disciplínách

## Doporučená literatura

## Poznámky

Doporučené rozložení výuky: ideální rozvržení 6 hodin v ročníku v řadě, vždy ve 3 navazujících týdnech; lze rozvrhnout podle potřeb školy i jinak.

## 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 Vít Somr. [Creative Commons CC BY SA 4.0](#) – Uveďte původ – Zachovejte licenci 4.0 Mezinárodní.*