



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



## 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.*