

Vzdělávací obor: **Tělesná výchova**

Očekávaný výsledek učení: CZB-TEV-001-ZV5-001

Zvládá v souladu s individuálními možnostmi osvojované pohybové dovednosti a uplatňuje je v individuálních a týmových pohybových činnostech.

Popis úrovně Splněno

- Předvede pohybovou dovednost podle stanovených kritérií.
- Uplatňuje pohybovou dovednost v dané individuální či týmové pohybové činnosti.

Psychomotorické aktivity – Drobné cílové hry s házecími sáčky

Autor materiálu: Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.

Anotace

Aktivita je zaměřena na objevení vlastního přínosu pro skupinu, jejíž je žák součástí. Žák si v průběhu činností zaměřených na rozvoj senzomotoriky uvědomuje, že může být úspěšný ve svém pohybovém snažení. Bezprostřední zpětná vazba o zvládnutí nebo nezvládnutí úkolu dává šanci pochopit osobní zodpovědnost za případný úspěch/neúspěch. Proměnlivost jednoduchých pohybových zadání a úkolů dává šanci i na pochopení střídání vlastního úspěchu s méně úspěšným působením. Pomáhá to rozvíjet aspirační úroveň, frustrační toleranci, trpělivost, pozitivní přijímání chyby své i spolužáků, respekt sama sebe i ostatních spolužáků.

Tyto hry představují jednu z možných oblastí soutěživých, ale častěji nesoutěživých her s převažujícím pohybovým prvkem. Jsou výborným nástrojem pro pedagogickou činnost a formování osobnosti žáka nebo rozvoj jeho sociálních dovedností. S ohledem na svoji relativní materiální nenáročnost a zároveň možnost flexibilního upůsobení potřebám osob se zdravotním postižením skýtá obrovský potenciál pro využití ve školním i mimoškolním prostředí integrovaném, paralelním i segregovaném.

Zadání pro žáky

Žák...

- se účastní některých soutěží dle zadání individuálně, postupně jako součást skupiny,
- ohodnotí své provedení a stanoví si další cíle pro zlepšení,
- mění v průběhu jednotlivých zadání svou roli zahajujícího, zakončovacího nebo v průběhu soutěže se účastnícího hráče, mění i své působení v proměnlivých skupinách, vždy si individuálně počítá body dle zadání učitele,
- na závěr ohodnotí své působení a přínos pro skupinu.

Instrukce pro žáka:

1. Vyber si na základě vlastní preference různě barevné házecí sáčky a seznam se s nimi, objevuj jejich

hmotnost, tvar, strukturu a další vlastnosti (schopnost klouzat po povrchu) aj.

2. Rozvíjej svou kreativitu při vlastním chytání a házení v různých pozicích, střídavě levou a pravou rukou, postupně i vyhazováním a chytáním s využitím většiny částí těla.

3. Navrhni, k čemu dalšímu se dají házečí sáčky využít, a demonstrovuj své nápady.

4. Nyní budou následovat jednotlivé soutěže dle zadání. V některých budeš soutěžit za sebe, v jiných jako součást týmu, někdy budeš společně s ostatními hrát proti mně, někdy proti sobě, jindy jako součást týmu proti dalšímu týmu, někdy i ve dvojicích.

- Variace konkrétních úkolů (vždy min. jednou opakujeme, aby mohli žáci vyhodnotit a realizovat znovu):
 - „Čára“ – kdo bude nejbližší, případně se hodem dotýká vymezené zóny či jedné lajny. Opakujeme zadání. Dle rozhodnutí učitele si úspěšnější počítají individuálně body.
 - „Hrajete pro mě“ – učitel má dva pokusy a ostatní hráči se snaží mít blíže určenému cíli své vlastní sáčky.
 - „Týmová čára“ – na základě úspěšnosti stanoví skupina žáků počet anticipovaných úspěšných pokusů. Pokud jich dosáhnou jako tým, započítá si každý z nich své body. Pokud ne, body propadají ve prospěch učitele. V případě, že se hráči dohodnou na nepřiměřeně málo anticipovaných úspěšných pokusech, pak má učitel stejně pokusů jako všichni hráči dohromady a ostatní jej musí překonat.
 - „Týmové soupeření“: dva, případně čtyři nebo šest týmů se postaví do zástupu, týmy proti sobě do vzdálenosti cca 8 m od sebe se středovou lajnou. Vždy při opakování zadání mohou vyměnit své pořadí nebo jej mohou měnit i v průběhu hry.
 - A) Hráči se snaží hodit co nejvíce sáčků tak, aby se dotýkaly středové lajny.
 - B) Uprostřed učitel umístí předmět a úkolem je trefovat tento předmět, posouvat jej tak, aby po posledním pokusu byl předmět na polovině soupeře.
 - C) Do středu mezi týmy umístím obruč a počítají se každému z protějších týmů jen sáčky vhozené do obruče.
 - D) Na hrací plochu umístí učitel různé velikosti obručí v různých vzdálenostech od hrajících týmů. Dle vzdálenosti a velikosti určí rozdílný počet bodů, případně může i určit koeficienty pro jednotlivé hráče, které mohou znamenat přepočtení celkového bodového přínosu pro tým. Tým vytvoří svoji vlastní strategii na začátku, ale může ji flexibilně měnit i v průběhu hry.
 - E) Hráči si individuálně nastavují vzdálenost cílů (obručí), měří si vzdálenost krokováním, metrovou mírou nebo využívají předlepených lajn. Čím vzdálenější, tím roste množství možných bodů. Pokud neuspějí ani jedním ze dvou pokusů, přesouvají svůj cíl vždy o jeden stupeň blíže. Mohou stupně i přeskakovat dle svého uvážení.
 - F) Průběh jako v předchozím bodu, jen pracují ve dvojici a vždy se musí ve dvojici dohodnout na posouvání cíle. Hráči bodují společně. Množství bodů a konkrétní modifikace pravidel určuje učitel dle pedagogického vnímání skupinové dynamiky ve třídě a plynulosti soutěže. Učitel zadává počet pokusů, společné tempo pro jednotlivé pokusy nebo nechává organizaci na samostatných žácích/hráčích dle svého uvážení.

Variace se dají opakovat, způsoby házení nemusí být jen čelem do hry apod. Důraz je kladen na podporu pozitivní komunikace mezi hráči/spolužáky. Házečí sáčky mohou být v dalších variantách a VJ nahrazeny jinými pomůckami/náčiním, včetně frisbee aj. Učitel může zařadit dynamicky a flexibilně různé pohybové úkoly a tím nejen zpestřit výuku, ale i zvýšit míru zatížení jednotlivých hráčů. Může zařadit i silové prvky a následné pokusy společně s žáky hodnotit na základě porovnání s bezprostřední únavou a bez únavy.

5. Zhodnoťte, jak se vám v průběhu činností dařilo, kde jste viděli své rezervy, přínos, co se vám podařilo? Co byste příště udělali jinak, abyste zvýšili šanci na úspěch svůj i týmu? Hrál se vám lépe, když jste získali body jen pro sebe, nebo pro tým? Co vás na hrách a drobných soutěžích nejvíce bavilo?

Vazba na klíčové kompetence

Název KK Složka KK Kód OVU	Znění OVU	Vzdělávací strategie
KK k učení Smysl a cíl učení, celoživotní učení KKU-SMU-000-ZV5-001	<i>Uvědomuje si význam, důležitost a smysl svého učení.</i>	– propojuji výuku se zkušeností žáků a zprostředkovávám jim smysl vyučovaného obsahu (proč se konkrétní obsah či kompetenci učí) – podporuji žáky k dalšímu učení tím, že oceňuji jejich silné stránky, jejich snahu, pokrok a úspěchy – podporuji u žáků postoje (nastavení mysli), které jim pomáhají rozvinout a udržet motivaci (např. Mé schopnosti nejsou fixní, ale mohu je rozvinout a rostou s mým úsilím; Mohu uspět a už jsem v minulosti mnohokrát uspěl; Překonávám překážky a to mě posiluje) – podporuji žáky v tom, aby projevovali své názory a potřeby a nebáli se při svém učení chybovat, o chybách přemýšleli a dále se z nich učili, odkřívám žákům vlastní chyby jako příležitosti k učení – dlouhodobě pozoruji snahu a vůli – poskytuji zpětnou vazbu, která je konkrétní a umožňuje žákům cíleně zlepšovat jejich dovednosti – vedu žáky k sebehodnocení na základě kritérií, kterým rozumějí, a podporuji tím jejich odpovědnost za vlastní učení – vedu žáky ke vzájemnému hodnocení pokroku v učení (vrstevnické hodnocení) na základě jim srozumitelných kritérií, a to za předpokladu, že se při tom daří zachovávat bezpečné prostředí – poskytuji zpětnou vazbu tak, aby byla efektivně využitelná pro další učení žáků (ukazuje další krok ke zlepšení, je respektující, konkrétní, včasná a konstruktivní) – preferuji pozitivní zpětnou vazbu – rozlišuji mezi popisným a hodnotícím jazykem, využívám popisný jazyk jako podstatnou součást zpětné vazby a vedu k tomu žáky – využívám různé způsoby poskytování zpětné vazby žákům a jejich práci (rychlejší zpětná vazba: ústní ocenění, palec nahoru, úsměv / časově náročnější zpětná vazba: písemná zpětná vazba, slovní hodnocení apod.) – inspiroji žáky tím, že se sám neustále učím, a to i od žáků a spolu s nimi
KK osobnostní a sociální Identita KOS-SEB-000-ZV5-001	<i>Poznává jedinečnost vlastní osobnosti.</i>	– začleňuji pravidelné aktivity na sebereflexi, kde si žáci mohou uvědomovat své úspěchy, výzvy a osobní růst (umožním žákům psát deníky, reflektovat své zkušenosti a sdílet své myšlenky v diskusích ve třídě, zaznamenávat seberozvoj do kompetenčních kruhů, map pokroku) – nabízím aktivity, které posilují sebevědomí žáků (umožnění prezentace jejich prací před třídou, zapojení do projektů nebo získávání nových dovedností, možnost nahlížet na téma nadoborově, různými metodami ho poznávat)

		– poskytují žákům prostor pro poznávání sebe sama (kým jsou, kým by chtěli být, kam se mohou posunout, kým by být nechtěli, kam patří, jak působí na ostatní lidi a prostředí) – pomáhám žáků poznávat jejich zájmy, schopnosti a hodnoty (zaměřuji se na propojení témat výuky či dovedností a postojů z učení) – vedu žáky k tomu, aby si uvědomovali emoce a potřeby sebe sama i druhých – vedu žáky k tomu, aby si uvědomovali dopady vlastního chování na sebe, ostatní lidi i přírodu – učím žáky efektivním strategiím sebeorganizace a plánování času (stanovování priorit, vytváření rozvrhu činností, nastavování reálných cílů) – poskytují podporu při organizaci projektů a činností, aby si žáci osvojili dovednosti samostatné i skupinové práce – poskytují uznání a pozitivní zpětnou vazbu, aby žáci pocítili svou hodnotu a úspěchy
--	--	--

Metodický komentář pro učitele

Aktivitu je vhodné zařadit v průběhu implementace aktivit na rozvoj psychomotoriky. Je optimální, aby se spolužáci znali, ale aktivity nevyžadují hlubokou znalost či sociální provázanost. Předpokládá, že žáci již mají osvojené základní návyky spojené s organizací školní TV, zejména jsou schopni udržet pozornost, reagovat na zadání učitele a jsou schopni komunikovat mezi sebou.

Příprava:

- Žáci mají možnost seznámit se s některými cílovými sporty s relevantními odkazy na YouTube:
 - Olympijské cílové sporty, paralympijské cílové sporty
 - Hry cílové nesoutěžní – součást YouTube kanálu Centrum APA
- Piktogramy libých a nelibých pocitů – smajlíci (sebehodnocení a hodnocení učitele).
- V případě žáků s autismem, případně mentálním nebo sluchovým postižením – komunikační karty.
- V případě účasti žáků se zrakovým postižením barevně výraznější sáčky a páska pro nalepování cílů (lajn). V případě zapojení žáka s praktickou nebo úplnou slepotou nutnost využití zvukových majáček a větší individualizace zadávaných úkolů, případně využití základních postupů při implementaci modifikací v TV (např. klapičky na oči pro hráče určeného z druhého týmu apod.) viz zdroje NPI ČR nebo MŠMT.
- Učitel dává žákům instrukce k provedení, aktivně a flexibilně zadává proměnlivá zadání a úkoly, poskytuje zpětnou vazbu, napomáhá s tvorbou sestav, povzbuzuje žáky.

Popis ověřování

Kritéria:

- Reflexe vedená učitelem pro pochopení toho, že chyba či nepřesnost je jen jedním z kroků pro budoucí úspěch v bezpečných podmínkách hry.

- Reflexe vedená učitelem s cílenými otázkami vedoucími k pochopení vlastního vkladu pro úspěch skupiny.
- Reflexe spoluhráčů/spolužáků pro podporu pozitivního sociálního klimatu.
- Závěrečná sebereflexe s uvedením naučených nebo zjištěných benefitů.

Hodnocení je formativní, není nutné zařazovat sumativní. Formativní hodnocení probíhá během aktivit, kdy učitel i ostatní žáci poskytují zpětnou vazbu k vzájemné spolupráci a individuálnímu zapojení každého žáka. Sumativní hodnocení není nezbytnou součástí. Pokud učitel chce, doporučujeme sumativně hodnotit spíše podporu ostatním (fair play, spirit of the game) než pohybový úspěch či neúspěch spojený s participací ve hře.

Cílem je naučit žáky uvědomit si, že chyba je součástí nejen hry, ale jakéhokoliv společného působení. V určitých fázích je vhodné na sebe vzít zodpovědnost za společný úspěch, uvědomit si svou roli v týmu, zvyšovat aspirační úroveň a demonstrovat snahu o zvýšení vlastní self-efficacy. V určitých fázích společné hry je vhodné po dohodě s ostatními plnit dohodnutou roli.