

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 Na cestě

- Aktivně nacvičuje pohybovou dovednost a snaží se ji uplatňovat v pohybových činnostech (z vlastní zkušenosti zjišťuje, co se mu daří a co se mu nedaří a snaží se o postupné zlepšování).

Nácvik házení a chytání

Autor materiálu: doc. PhDr. Marcela Janíková, Ph.D.

Anotace

Aktivitu je vhodné zařadit do 1. ročníku základní školy. Žáci už mají za sebou prvotní manipulaci s různými velikostmi a typy míčů (pěnový, plastový, nafukovací, volejbalový, basketbalový...). V této aktivitě se jedná o rozvoj základních motorických dovedností, je ale zaměřena i na koncentraci a spolupráci, učení aktivně naslouchat učiteli a na respektování úrovně motorických dovedností ostatních žáků, posílení sebepojetí, radost ze hry, pozitivnímu vztahu k pohybové aktivitě, chuti se dále rozvíjet. Navíc dochází ke zlepšování koordinace pohybu očí a rukou, což je u žáků v tomto věku důležité pro další učení (např. psaní, kreslení, střihání). Při samotném házení se žáci učí pracovat s vlastnostmi míče (např. velikost, váha) a tomu pak přizpůsobit samotný hod míče (např. sílu při hodu míčem na cíl). Kromě uvedených benefitů je potřeba zaměřit aktivitu také na postupné osvojování techniky hodu (např. správné držení míče). Samotným cílem však není u takto malých žáků dokonalá technika, ale prožitek ze samotného házení a chytání, motivace ke zlepšení a možnost v bezpečném prostředí se zlepšovat.

Zadání pro žáky

Žák...

- aktivně provádí individuální činnosti, činnosti ve dvojici i skupinové činnosti, které zadává učitel,
- napodobuje způsob házení, který ukazuje učitel,
- komunikuje s učitelem o tom, co se mu daří a co se mu nedaří,
- učí se pojmenovat různé míče a jiné pomůcky správným názvem.

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>	- podporuji žáky k dalšímu učení tím, že oceňuji jejich silné stránky, jejich snahu, pokrok a úspěchy - 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, odkrývám 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 - poskytuji průběžnou zpětnou vazbu nejen k výsledkům, ale také k postupu a přístupu k učení
KK komunikační Aktivní naslouchání KKK-AKN-000- ZV5-001	<i>Během mluvené interakce respektuje základní potřeby komunikačního partnera.</i>	- nechávám žáky reagovat na prožité komunikační situace a s nimi spojené úspěchy a neúspěchy; nechávám je vcítit se do spolužáků, identifikovat komunikační fauly apod.
KK osobnostní a sociální Vlastní wellbeing KOS-WEL-000- ZV5-001	<i>Pojmenovává vlastní potřeby k dosažení všestranné pohody (wellbeing).</i>	- vytvářím prostředí, kde se žáci cítí bezpečně a jsou schopni sdílet své pocity a zkušenosti, mají na práci adekvátní čas - naplňuji základní předpoklady pro vznik pozitivních vztahů a prostředí důvěry (znám žáky jménem, jedním s nimi konzistentně a předvídatelně, dodržuji dohodnutá pravidla, uznávám vlastní chyby)

Metodický komentář pro učitele

Učitel v předchozích hodinách postupně seznamuje žáky s různými typy míčů a připraví jim činnosti, aby si s nimi mohli zkusit manipulovat. Teprve potom doporučujeme realizovat tuto aktivitu, která je naplánována pro 1. ročník základní školy. Řazení těchto aktivit učitel zvažuje s ohledem na psychomotorický vývoj konkrétních žáků.

Aktivita se může realizovat v tělocvičně i ve venkovním prostředí. Učitel se snaží zapojovat míče do všech částí výuky.

V rušné části mohou žáci hrát hru na „veverky a oříšky“. Např. ve velké krabici jsou plastové míčky, učitel je co nejrychleji vyhazuje ven. Úkolem všech žáků je, aby míčky donesli co nejrychleji zase zpět do krabice. Mohou nosit i více míčků najednou, vždy ale jen to, co unesou v rukách. Učitel oceňuje strategii, kterou žáci volí při nošení míčků zpět. Zároveň však poukazuje na to, aby nechávali nějaké míčky i ostatním spolužákům.

V rámci rozcvičky učitel upozorňuje žáky na to, že se budou zabývat házením a chytáním různých míčků, proto se zaměřují důkladně na rozcvičení horních končetin.

V hlavní části učitel vymyslí různé aktivity pro házení a chytání. Příklady činností ve dvojici: učitel může využít kužely (obráceně), kdy jeden žák dá do kuželu pěnový míč vhodné velikosti a i s kuželem ho hodí druhému žákovi. Ten ho musí chytit a zase ho hodí zpět. Dále je možné využít např. mety („kloboučky“). Jeden žák hází

druhému, pokud metu chytne, dá si ji před sebe a počítá si bod, pokud ji nechytne, nic se neděje. Příklady činností jednotlivce: každý žák si vezme míč, který chce, zkouší s ním různé činnosti, jež zadává učitel (např. na zemi leží několik obručí dál od sebe, žák má v chůzi, nebo kdo chce i v mírném poklusu, hodit míč do obruče a chytit ho, potom může žák s míčem běžet, v obruči s míčem udělat dřep / vyhodit míč do vzduchu atd.). Při zadávání činností učitel vysvětluje různé způsoby házení (např. hod obouruč vrchem), které pak hned vyzkouší v nějaké aktivitě. Učitel průběžně sleduje, jak se žákům daří. Poskytuje jim zpětnou vazbu, případně se doptává, proč si myslí, že se jim to daří/nedaří, ptá se, čím se jim házelo líp, co se jim líp chytá, oceňuje domluvu ve dvojici, podporující přístup, dobré naladění u pohybu, pokud někomu padá neustále míč, tak se u něj zastaví atd. Jak u činností individuálních, tak u činností ve dvojicích učitel pobízí žáky, aby si sami navrhli obměnu činností (pokud žáci nejsou na tuto činnost dostatečně vyspělí nebo zvyklí, postupně je k tomu vede tak, že si nachystá tři obměny napsané na kartičkách a žáci si „jen“ vyberou kartičku, případně lze různě variovat).

Popis ověřování

Kritéria

- naslouchání a věnování pozornosti učiteli při zadávání činností, při zadávání činností žák pozorně poslouchá a nevyrušuje,
- aktivní zapojování do jednotlivých činností zadávaných učitelem,
- snaha co nejlépe zopakovat po učiteli uchopení a odhod míče,
- správné pojmenování použitých pomůcek ve výuce,
- ovládání, příp. popsání emocí při nezdarech a chybách.

Aktivita směřuje na postupné osvojování různých způsobů házení a chytání míče. Při ověřování se s ohledem na věk uplatňuje rychlá zpětná vazba, klidně vyjádřena jen jednoslovně, neverbálně. Cílem je především rozvíjet u žáků kladný postoj k pohybovým aktivitám, učit je aktivně naslouchat učiteli, sdílení, podpora, povzbuzení, „co mě nejvíce potěšilo“, „za co jsem rád, že jsem překonal“, navykat je na tělesnou výchovu, postupně jim osvojovat terminologii, ale také spolupracovat a zvládat emoce v různých situacích.