

## RÁMCOVÝ PLÁN ZÁJMOVÉHO ÚTVARU

název: **Rošťáci – míčové hry**

zpracoval/a: Miroslav Melichar, Mgr. Michaela Dryjová

### ***Cíle vzdělávání:***

- umožnit rozvoj osobnosti, zvyšování fyzické kondice
- podpořit dovednosti dítěte, rozvoj obratnosti, všestrannosti a spolupráce s ostatními
- vytvořit kladný vztah dítěte ke sportu, získání motivace a přirozeného zájmu o sport
- rozvoj sebekontroly, komunikačních dovedností a podpora soutěživosti v duchu fair play

### ***Klíčové a odborné kompetence:***

- Kompetence sociální a personální – účinně spolupracuje ve skupině, podílí se společně s vedoucími na vytváření pravidel týmu, přijímá role v činnosti, podílí se na vytváření příjemné atmosféry v kolektivu, přispívá k upevňování dobrých mezilidských vztahů, chová se ohleduplně.
- Kompetence k učení – pozoruje, experimentuje, získává nové poznatky, operuje s obecně užívanými termíny, znaky a symboly, samostatně pozoruje a získané výsledky porovnává.
- Kompetence k řešení problémů – vyhledá informace vhodné k řešení problému, využívá získané vědomosti a dovednosti k objevování různých variant řešení, samostatně řeší problémy.
- Kompetence občanská – respektuje přesvědčení druhých lidí, rozhoduje se zodpovědně podle dané situace, poskytne podle svých možností pomoc, chápe základní principy chování v kolektivu.
- Kompetence pracovní – používá bezpečně a účinně nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky, chrání zdraví své i ostatních.
- Kompetence k realizaci zájmové činnosti.
- Kompetence k aktivnímu využívání volného času.

### ***Obsah činnosti:***

- základy sportovních her
- prostorová orientace
- koordinace s míčem
- role ve skupině
- protahovací cviky
- fair play
- vybíjená, přehazovaná
- futsal
- frisbee
- taktika, týmová spolupráce

### ***Očekávané výstupy:***

- spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti,
- podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu; uplatňuje kondičně zaměřené činnosti; projevuje přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení úrovně své zdatnosti

- zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti; vytváří varianty osvojených pohybových her
- uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorech
- jedná v duchu fair play: dodržuje pravidla her a soutěží, pozná a označí zjevné přestupky proti pravidlům a adekvátně na ně reaguje; respektuje při pohybových činnostech opačné pohlaví,
- usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program,

***Metody práce:***

- klasické (vysvětlování, předvádění a pozorování, práce s obrazem, instruktáž, napodobování),
- aktivizující (řešení problému, rozhovor, experiment, hra).