

Základní škola Boskovice

SPORTOVNÍ TŘÍDA



1. třída (2022/2023)

- ▶ Tři hodiny tělesné výchovy týdně,
- ▶ všestranné pohybové zaměření,
- ▶ hodina TV vedena tělocvikářem a třídním učitelem,
- ▶ herní princip,
- ▶ skupinový i individuální přístup,
- ▶ pracoviště Sušilova.



Přínosy

Efektivní doplnění výuky klasické TV o nadstandardní hodiny,

všestranný rozvoj respektující fyzický věk,

zdravotní přínosy,

týmový kolektiv,

tvorba vnitřní motivace k pohybu.

Efektivní doplnění klasické výuky TV

- ▶ Navýšení dotace o jednu hodinu týdně,
- ▶ zaměření se na méně známé pohybové činnosti,
- ▶ rovnováha mezi sportovním zaměřením a zdravým tělesným vývojem.



Všestranný pohybový rozvoj

- ▶ Gymnastika,
- ▶ atletika,
- ▶ míčové hry,
- ▶ pohybové hry,
- ▶ plavání,
- ▶ bruslení,
- ▶ funkční tělesný rozvoj.



Týmový kolektiv

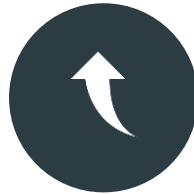
- ▶ Spolupráce a týmový duch,
- ▶ pevné přátelství,
- ▶ společné zájmy,
- ▶ motivace,
- ▶ fair play.



Zdravotní přínosy pohybové aktivity



Zlepšuje kardiovaskulární systém.



Zvyšuje energetický výdej a tím i redukuje nadváhu.



Zlepšuje psychický stav.



Zvyšuje imunitní odolnost organismu.



Zlepšuje metabolismus sacharidů.



Utváří přátelství a sociální status.

Vnitřní motivace

- ▶ Podpora tvorby vnitřní motivace k pohybu,
- ▶ vytvoření vazby k pohybu a zdravému životnímu stylu,
- ▶ emoční vazba k pohybu,
- ▶ vnitřní motivace vychází z potřeby žáka, sám to chce udělat.



Zaměření jednotlivých hodin v rámci týdne

Kompenzace, relaxační cvičení,
funkční rozvoj,

gymnastika, míčové hry,
koordinační cvičení,

atletika, pohybové hry,
netradiční sporty.

Dotazník předběžného zájmu

Pro zjištění předběžného zájmu o sportovní třídu, jsme pro vás připravili krátký dotazník:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScYBPLBqE6NAuGlsWXQzGOd9kyF7dsCcQEnP9axrrnn_nSTGQ/viewform?usp=sf_link



Těšíme se na vás!