



Čas přípravy
20 minut



Čas realizace
45 minut



Prostor
tělocvična



Roční období
bez omezení



Počet účastníků
minimálně 2



Věková kategorie
nečte/nepíše

KOŤÁTKO – KOŤÁTKO V TĚLOCVIČNĚ

Obecný cíl: Rozvoj těchto kompetencí: sociální a personální, občanská, pracovní.

Konkrétní cíl: Vyzkoušet si hru s míčem. Podpořit soutěživost. Seznámit se s prostorem tělocvičny a jejím vybavením. Seznámit se s pravidly pobytu v tělocvičně.

Motivace: Děti jsou přirozeně hravé a soutěživé. Zapojením dětí do kolektivních her je učíme spolupráci s ostatními dětmi a fair play. Zároveň si mají osvojit pravidla pro úkony v uzavřených prostorách.

Legenda: Koťátko se vydalo se svými kamarády na výpravu do tělocvičny. I když tak úplně do tělocvičny ne, zvíátka tam totiž nesmějí. Nakukovala otevřeným oknem. Zrovna tam přišel oddíl takových dětí, jako jste vy. Děti se nejprve převlékly do sportovního oblečení a na nohy si vzaly cvičky nebo tenisky. Holčičky si udělaly culíky a sundaly korálky a prstýnky, aby se jim neroztrhly a nepoztrácely. Vašek, tak se jejich oddílový vedoucí jmenoval, řekl dětem, že v tělocvičně se musí dodržovat pravidla. Nesmí se tam s botami, ve kterých se chodí venku. V tělocvičně se také nejí jídlo. Pokud to dětem někdo nedovolí, nesmí lézt a sahat na žádné tělocvičné nářadí.

Koťátko všechno pečlivě poslouchalo. Už vědělo, že pravidla jsou moc důležitá. Samo si vzpomnělo ještě na jedno a chtělo ho dětem říct. Ale to už Vašek pokračoval: „Až si budeme hrát s míčem, buďte pozorní a netrefte někoho do hlavy. A také pozor na okna.“ Teď už bylo koťátko spokojené. Děti už všechno vědí a mohou jít do tělocvičny sportovat a hrát hry.

Potřeby: Pastelky, různé míče, které chceme dětem ukázat, pomůcky pro vyznačení slalomu (můžeme použít např. i čepice), florbalové hole.

K tomuto metodickému listu je pracovní list S2A.

Provedení: Posadte se s dětmi do kruhu a převyprávějte jim úvodní příběh koťátka a jeho přátel. Rozdejte dětem pracovní listy a pastelky. Řekněte, že sportovci zapomněli, s čím si vlastně mají hrát. Stačí, když půjdou po cestičce, která od nich vede. Až děti správně určí cestu, popovídejte si s nimi o tom, jaké sporty jednotliví kluci hrají a jak se jmenují jejich sportovní pomůcky. Po práci s pracovním listem nezapomeňte vybrat od dětí pastelky.

Pracovní list – Míče

1. Sportovci zapomněli, s čím hrají, pomoz jim najít ten správný míček.
2. Do prázdného rámečku namaluj sebe, jak sportuješ.

Hledání míčů

Řekněte dětem, že jste před tělocvičnou potkali sportovce, kterým se ztratily jejich míče. Požádejte děti, zda by jim mohly pomoci je najít. Rozdělte děti do skupinek a odstartujte hru. Děti mají za úkol hledat po tělocvičně míčky (které jste tam rozmístili před schůzkou nebo při práci s pracovním listem) a nosit je na určené místo. Vyhrává ta skupinka, která jich posbírá nejvíce. Hru je možné rozšířit o počítání. Děti nahlásí počet jednotlivých druhů míčů, které nasbíraly (např. 3 florbalové, 1 fotbalový, 2 tenisáky).

Co všechno můžu dělat s míčem

Postavte skupinky dětí do řady tak, aby od sebe měly rozstup cca 1,5 metru. První dostane do ruky míč. Na signál si postupně v řadě začnou míč házet. Komu míč uteče, ten jej musí zvednout a vrátit se s ním na své místo a pokračovat ve hře. Vyhrává družstvo, které dostane jako první míč na konec řady. V dalších kolech si mohou děti například míč posílat po zemi rukama, kopat do něj.

Slalom

Postavte slalomové dráhy podle počtu družstev. Děti v družstvech se postaví na startovní čáru. Mají za úkol zdat slalomovou dráhu s florbalovým míčem a florbalovou holí. Pokud nemáte florbalové vybavení, stačí použít obyčejný míč.

Je-li nutné děti trochu zklidnit, posadte je zase do kruhu, rozdejte pastelky a nechte je na pracovní list namalovat do prázdného okna sebe, jak sportují. Většinou postačí čas cca pět minut. Děti malují velmi rychle a jednoduše.

Kde je koza?

Pokud je v tělocvičně sportovní náradí, můžete si zahrát hru Kde je koza? Řekněte dětem, aby si stouply tam, kde si myslí, že je v tělocvičně koza. Vysvětlete jim, že se tak jmenuje tělocvičné náradí, na kterém se cvičí. Nechte děti chodit po tělocvičně, a až se všichni rozhodnou, řekněte jim, kde koza je. Potom můžete spolu hledat koně, kladinu, žebřiny... Když se děti s názvy seznámí, mohou si stoupnout například doprostřed tělocvičny. Teď budete vyvolávat jednotlivá náčiní a ony mezi nimi budou běhat. Kdo se splete, vypadává.

Tato aktivita přibližuje Ideál Pionýra: Překonání.

Přístup k dětem se specifickými vzdělávacími potřebami:

Hyperaktivní děti mějte stále pod dohledem. Pozor při hrách s míči. Děti, které nejsou příliš sportovně nadané, pochvalte i za slabší výkon.

Naopak tělesně zdatnějším jedincům dejte prostor předvést něco naučeného na sportovním náčiní.

Dbejte při tréninku vizuomotoriky na pracovním listu (koordinace oka a ruky při psaní), aby se děti s SPU snažily vést čáru mezi liniemi – neměly by přetáhnout. Samozřejmě jim to bude dělat problémy, ale buďte trpěliví a opakujte činnost i na dalších příkladech.

Pozor na:

Pokud není tělocvična v blízkosti klubovny, je třeba dodržet všechna pravidla pro bezpečný přesun.

Při příchodu do tělocvičny je třeba dbát na bezpečnost, některé aktivnější děti (hyperaktivní) mohou mít tendenci pobíhat po tělocvičně, házet míči po sobě apod.

V tělocvičně je třeba dodržovat řád tělocvičny, zákaz vstupu do nářadovny. Dopředu vytipovat riziková místa a pokusit se riziko odstranit – např. složené pingpongové stoly opřené o zeď. Je vhodné mít u sebe telefon a lékárničku.

Moje poznámky: