

Spoznaj jednotlivé druhy športov

Cieľ:

- Poznať jednotlivé druhy športov.
- Vedieť, aké športové náradie patrí k akému športu.
- Rozlíšiť letné a zimné športy.
- Spoznať radosť z aktívneho pohybu.
- Spoznať koľko kalórií obsahujú niektoré potraviny.

Aktivity:

- Prezeranie krátkych športových videí
- Športové aktivity na ihrisku
- Pracovný list na tému: Šport a športové náradie

Vyučovaci predmet:

- *SJL a literatúra* – čítanie s porozumením, pravidlá hier.
- *Matematika, Fyzika* – meranie času, dĺžky a počtu drepov.
- *Biológia* – dôležitosť pohybu pre zdravie.
- *Pracovné vyučovanie* – strihanie a lepenie obrázkov športov.
- *Rozvíjanie komunikačných schopností a sociálnych zručností* – Rozhovor o rôznych druhoch športov a o viac a menej kalorických jedlách.
- *Rozvíjanie grafomotorických zručností a písanie* – omaľovánky, strihanie, lepenie.
- *Ergo terapia* – odkladanie športového náradia, umývanie a krájanie ovocia, umývanie a odkladanie riadov.
- *Telesná výchova*-pohybové aktivity v prírode.

Pomôcky: krátke ukážky videí športov, lopty, kuželky, vrece, lyžice, pingpongové loptičky, fľaše naplnené vodou, futbalová lopta a bránka, kriedy, detský fúrik, ovocie, čipsy, sladkosti, pracovný list, farbičky, lepidlo, nožnice.

Príprava: Na internete sme vyhľadali videá z niektorých športov (futbal, hokej, basketbal, gymnastika, plávanie, cyklistika). Na ihrisku sme si pripravili 7 stanovišť, na ktorých deti vykonávali jednotlivé pohybové aktivity.

Pracovné listy boli zamerané na priradzovanie športového náradia k danému športu a tiež na správne poskladanie obrázka z nejakého športu.

Postup / realizácia:

Deti si najskôr mohli prezrieť videá z jednotlivých športov, mohli vidieť, aké športové náradie je potrebné pre jednotlivé športy. Videli, ako sa športovci pripravujú na tréningoch.

Porozprávali sme sa o pravidlách pri futbale, o tom, ako treba byť čestný, nepodvádzať pri hre, navzájom si pomáhať a vedieť zablahoželať víťazovi. Tiež sme sa rozprávali o tom, že nie je dôležité vyhrať, ale zúčastniť sa, vedieť prijať to, že niekto iný môže byť lepší ako ja (vedieť podať ruku).

Medzitým už niektoré učiteľky a asistentky pripravili na ihrisku 7 stanovišť pre aktívny pohyb na čerstvom vzduchu:

- prejsť s detským fúrikom pomedzi prekážky,
- skok vo vreci,
- zhadzovanie kolkov ťažkou loptičkou,
- prechod s pingpongovou loptičkou pomedzi fľaše,
- streľba na bránu (dať gól pánu učiteľovi),
- skákanie škôlky,
- jedz a hýb sa - výber lahôdky za potrebný počet drepov. Pri tomto stanovišti si deti samé vybrali dobrotu (banán, jablko, čokoládu, keksík, čipsy), za ktorý museli urobiť potrebný počet drepov napr. čokoláda= 17 drepov

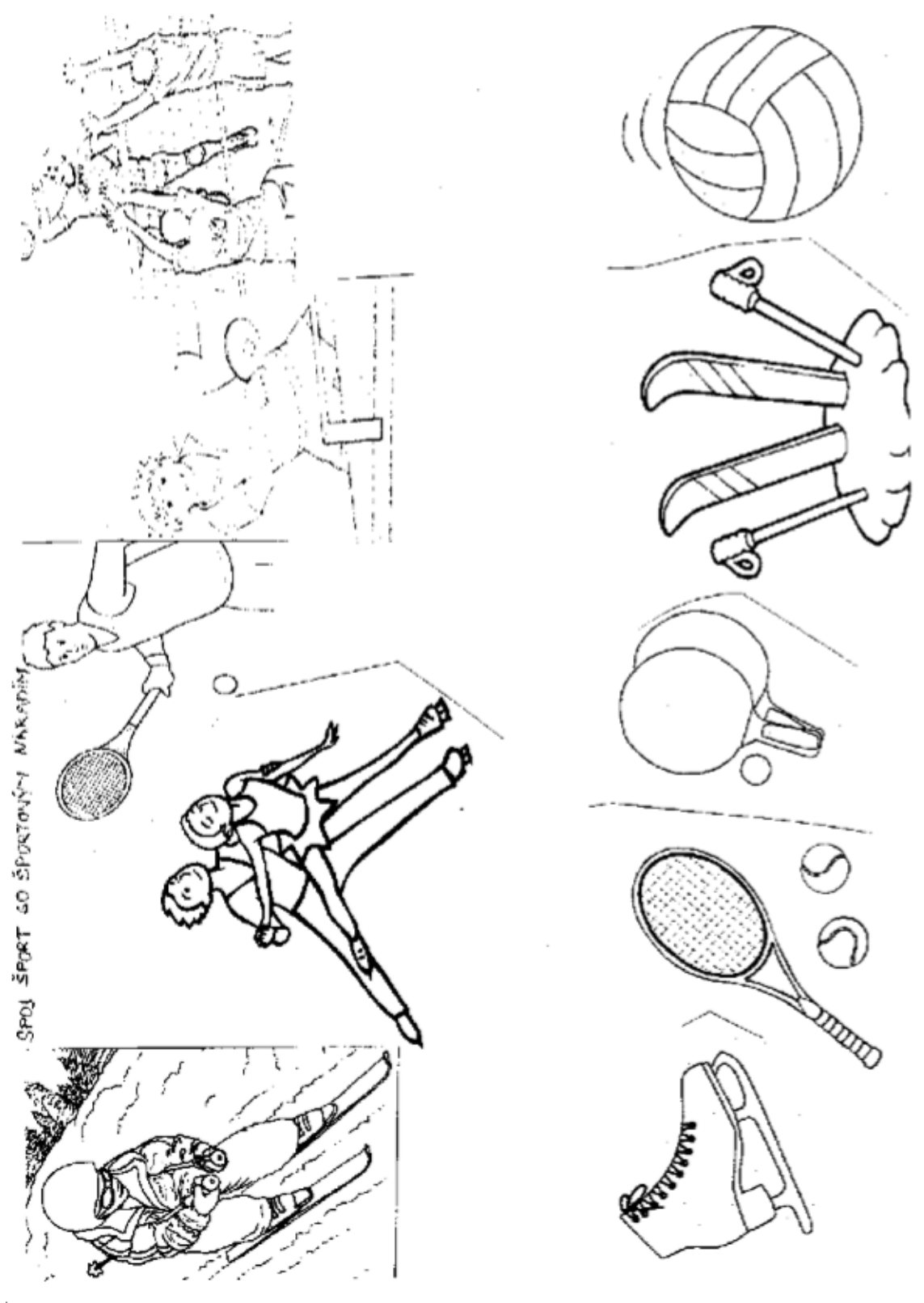
Po aktívnom pohybe sa deti vrátili do tried, kde vypracovávali pracovné listy o športe. Všetky naše aktivity sú zdokumentované v prezentácii.

Zhrnutie: Deti počas dňa mali možnosť nielen porozprávať sa o športe, ale aj aktívne zacvičiť si. Mali možnosť samé si vybrať lahôdku, ktorú majú radi a pritom si vyskúšať koľko námahy je potrebné vynaložiť na spálenie zjedených kalórií. Deti zažili pri tejto činnosti naozaj veľa zábavy. Niektoré deti aj samé zhodnotili, že si nedajú napr. čokoládu, lebo nevládzu urobiť potrebný počet drepov.

Pri jednotlivých pohybových aktivitách sa niektoré deti naučili skákať škôlku, skákať na jednej nohe, tiež si precvičili udržiavať rovnováhu, koordináciu oka a ruky.

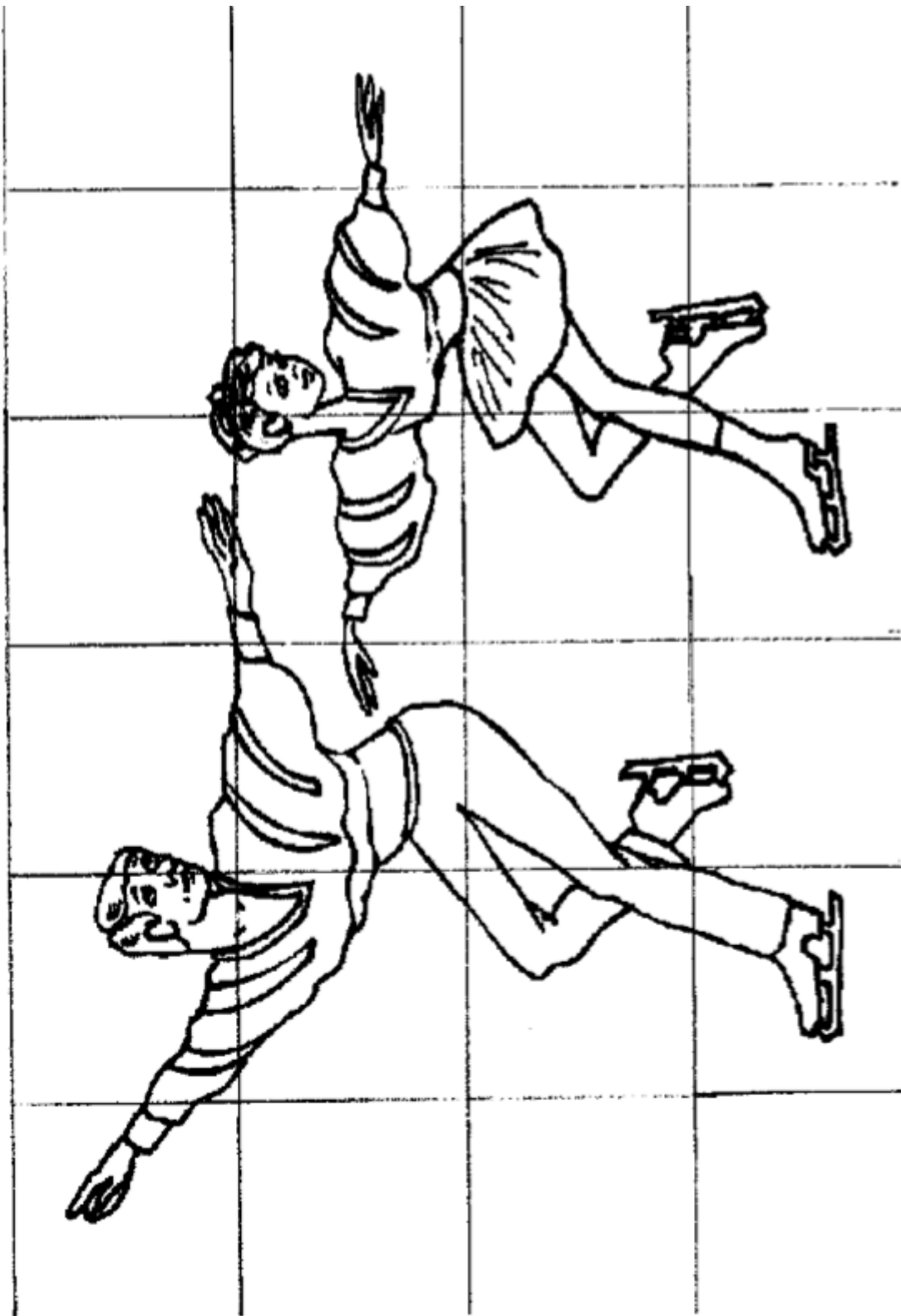
Pri pracovných listoch si upevnili vedomosti o športovom náradí potrebnom k rôznym druhom športov.

Prílohy: pracovné listy



SPOLU ŠPORT SO ŠPORTOVÝM NÁRADÍM







NASEDETECKY.SK
pre deti vo veku 6-12 rokov

Vypracovala: Súkromná spojená škola, Vodárenská 3, 080 01 Prešov