



Základy pohybové gramotnosti

Pohyb a sport pro život



Akreditovaný odborný seminář

na rozvoj pohybové gramotnosti pro učitele mateřských a základních škol, tělovýchovné pracovníky, trenéry, cvičitele a pedagogy volného času.

30. a 31. 8. 2018, areál TJ Slavia Hradec Králové

Seminář se koná pod záštitou primátora Hradce Králové Zdeňka Finka a náměstkyně hejtmana Královéhradeckého kraje Marty Berdychové.

Partneři: Královéhradecký kraj,
Město Hradec Králové, KTV- PdF UHK,

ČOS, ČASPV, FISAF.cz, FTK UP Olomouc.



Pořadatel: Akademie Rinosport z.s., Vážní 400/2, Hradec Králové
e-mail: akademie@rinosport.cz

Charakteristika semináře. Cílem semináře je přiblížit odborné veřejnosti moderní výukové trendy s využitím atraktivních prostředků a pomůcek. Témata vychází z programů na rozvoj pohybové gramotnosti Akademie Rinosport (RinoGym, RinoGym Air, Rinoset) a ze spolupráce s našimi odbornými partnery. Profilovými tématy jsou gymnastika, pohybové hry a atletika, doplněné dalšími atraktivními programy. Účastníci obdrží také metodické materiály pro dané lekce, zpracované přednášejícími autory. Po absolvování tohoto semináře lze navázat na další kurzy DVPP dle programů Akademie Rinosport, které budou na semináři rovněž představeny.

Obsah semináře:

Téma I. - Vzdělávání předškolních dětí: gymnastika, pohybové hry, atletika

Téma II. - Vzdělávání I. stupeň ZŠ: gymnastika, pohybové hry, atletika

Téma III. - Programy na rozvoj pohybové gramotnosti (praktické ukázky): Děti na startu, Kin-Ball, Frisbee-Ultimate, Minivolejbal v barvách, ukázky moderních síťových her, orientační běh, aplikovaná tělesná výchova.

Další informace: Výuka probíhá v dopoledních a odpoledních blocích v rozsahu 2x1,5 hodiny (maximálně lze stihnout 4 lekce denně). Seminář je koncipován tak, aby si každý účastník mohl vybrat z nabídky nejméně dvě povinné lekce a následně z několika ukázek dalších lekcí pohybových aktivit dle vlastního zájmu a zaměření. Akademie Rinosport z.s. je akreditovanou institucí pro DVPP (č.j.: MSMT- 4503/2018-1). Každý absolvent alespoň tři lekcí obdrží certifikát DVPP. Další podrobné informace a harmonogram lekcí najdete na webových stránkách www.rinosport.cz

Rámcový program:

Čtvrtek 30.8.

8.30 – 9.30	Prezence účastníků
9.30 – 13.00	I. Blok výuky
13.00 – 14.00	oběd
14.00 – 17.30	II. Blok výuky
18.30 – 20.00	Workshop „Pohybová gramotnost“, výměna zkušeností

Pátek 31.8.

8.30 – 9.30	Prezence účastníků
9.30 – 13.00	I. Blok výuky
13.00 – 14.00	oběd
14.00 – 17.30	II. Blok výuky



Účastnický poplatek: 900,- Kč / oba dva dny. Platba fakturou na účet, nebo při prezenci v hotovosti. Po dohodě s pořadatelem je možná účast pouze jeden den za částku 600,- Kč.

Doprava účastníků: Každý účastník se dopravuje na vlastní náklady, lektorům je doprava hrazena.

Stravování: Pro všechny účastníky semináře je pořadatelem zajištěn oběd v pauze mezi výukou (13.00 – 14.00). Ostatní stravování zajištěno formou bufetu v hale na vlastní náklady účastníků.

Ubytování: pro účastníky je zajištěno na vyžádání ve VŠ kolejích UHK, ACADEMIC hotelový dům cena ubytování cca 300 - 400,-/noc, náklady si hradí účastníci.

Zdravotní služba: Po celou dobu semináře zajišťuje pořadatel zdravotní službu přímo v hale TJ Slavia.

Prezentace partnerů: V průběhu semináře budou v ochozech haly probíhat prezentační akce partnerů Akademie Rinosport s nabídkami metodických materiálů a výrobků a služeb pro pohybové aktivity.

Přihlášky: Vyplňte na webových stránkách Akademie Rinosport **FORMULÁŘ PŘIHLÁŠKY** Termín uzavření přihlášek je **31.7.2018**, Pořadí účastníků bude určeno podle data přihlášky, kapacita každé lekce je maximálně 20 osob. Konkrétní osobní program obdrží každý účastník nejpozději při prezenci, v průběhu akce bude zřízena v hale informační kancelář.



Pohyb a sport pro život



Přehled témat a lektorů:

Pohybová gramotnost - PaedDr. Ladislav Petera, CSc., odborný garant semináře, absolvent UK FTVS, odborný vědecký pracovník FTVS UK, působil také jako metodik sportovních programů AŠSK, spoluautor programů na rozvoj pohybové gramotnosti. Téma prezentace a diskuse: Proč (ne)potřebujeme pohybovou gramotnost, základy pohybové gramotnosti, zkušenosti s pohybovými aktivitami z Kanady (Martin Paur).

Dětská gymnastika pro školky - Věra Smejkalová, vedoucí Ústředního cvičitelského sboru RDPD OV ČOS. Prezentace projektu ČOS pro předškolní děti „Svět nekončí za vratky - cvičíme se zvířátky“. Celoroční aktivity pro předškolní děti s využitím pohybových dovedností (přirozená cvičení, obratnost, manipulace s míčem), rozvíjením poznání a netradičních činností (akce nad rámec běžných hodin). Projekt je inspirován především obsahem pravidelné činnosti v tělocvičných jednotkách, školkách, jeho záměrem je prezentovat pohyb jako každodenní přirozenou potřebu dětí. Praktická ukázka využití kolekce molitanového nářadí RinoGym a metodiky zpracované ÚCS RDPD (Markéta Rohanová, Jaroslava Dudková).

Gymnastika pro děti - Mgr. Miroslav Zítka - předseda České asociace Sport pro všechny a vedoucí lektor komise gymnastiky. Absolvent FTVS UK, autor učebních skript pro posluchače FTVS UK, autor několika Metodických gymnastických publikací pro cvičitele a trenéry. Absolvent mezinárodního kurzu „Foundation of Gymnastics“, kterou pořádala

akademie FIG. Cílem lekce je představení projektu Gymnastika pro děti a propagace gymnastiky, která má nezastupitelný vliv na rozvoj zdravotně orientované zdatnosti a pohybové gramotnosti. Obsah předkládaného pohybového programu vychází ze standardního vybavení školní tělocvičny obohaceného novými prvky, které svou konstrukcí lépe vyhovují dětem, bezpečnosti cvičení a filosofií gymnastiky pro všechny.

Atletika pro předškoláky - Mgr. Taťána Metelková, Ph.D., vedoucí učitelka ZŠ a MŠ Štefcova Hradec Králové, absolventka FTVS UK Praha, kde také působila jako odborná asistentka na katedře atletiky a dále i na UHK katedře tělesné výchovy. Všestranná běžkyňe účastnice mnoha mistrovství ČR, ME a MS v běhu do vrchu. Tyto bohaté zkušenosti s atletikou naplňuje i v programech pro nejmenší, kdy formou zábavných her se snaží zasvětit své svěřence do základů atletických disciplín. Důraz je kladen na všestrannosti. Běh, skok, hod, to jsou pohybové aktivity, které jsou základem nejen pro jednotlivé budoucí disciplíny v atletice, ale i v jiných sportech. Vždyť atletika je jedním ze základů pohybové gramotnosti.

Atletika ve škole - PhDr. Aleš Kaplan, Ph.D. - odborný asistent katedry atletiky UK FTVS Praha, kondiční atletický trenér reprezentačních týmů ČR, lektor atletických programů pro základní školy, autor publikací (mj. Skáčeme, běháme a hrajeme si na hřišti i pod střechem) a metodiky atletiky pro první stupeň ZŠ (Atletika pro děti a jejich rodiče, učitele a trenéry). Praktická lekce vychází zejména z programu Atletiky pro děti do škol, která je součástí programů Českého atletického svazu. Účastníci lekce se seznámí s praktickým využitím jednotlivých atletických pomůcek, které jsou vytvářeny na základě připomínek a námětů učitelů TV. Nabídka atletických cvičení potvrzuje skutečnost, že při atletice se mohou děti cítit dobře, bavit se a získat tak další podněty pro rozvoj základní pohybové gramotnosti.

Pohybové hry - PhDr. Ferdinand Mazal, CSc. – dlouholetý pracovník a řešitel projektů v oblasti Tv a sportu, (Kombinované studium tělesné výchovy a sportu), známý propagátor pohybových her u mládeže doc. Ferdinand Mazal působil na katedře tělesné kultury UP v Olomouci má za sebou nespočet praktik s mládeží z mnoha zemí světa, autor publikací o pohybových hrách (Hry a hraní pohledem ŠVP, Pohybové hry...), autor a lektor semináře Pohybové hry s Ferdou. Po začátku lekce se hned po pár úvodních minutách přejde rovnou k praxi, kde se vyzkouší několik her a současně vás autor vtáhne ihned do spolupráce na hře. Svým nezaměnitelným přístupem následně lektor odhalí v týmu přirozeného vedoucího hry (lídra), předvede vám jak jej povzbudit a využít pro efektivitu hry. Lekce vás naučí hernímu myšlení, možnostem jak upravit hru pro mladší či starší děti, nacvičíte si anticipaci flexibility a další herní charakteristiky. Naučí vás prostřednictvím her zvládat agresi. V obou blocích jsou prezentovány přístupy pro jedince i týmy, druhý blok naváže na první a bude mít i jiný obsah.

Děti na startu – Jana Boučková – autorka projektu Děti na startu, hlavní koordinátorka projektu FISAF.cz, ve kterém je metodicky zpracován postup všeobecné pohybové přípravy s cílem vytvořit základy pohybové gramotnosti jejímž obsahem jsou atletika, gymnastika, míčové dovednosti a motorická cvičení. Cvičení probíhá v rámci výuky MŠ proškolenými lektory z oddílů v rámci svazové aktivity FISAF.cz. Absolventi kurzu absolvují praktickou ukázkou průběhu tréninkové jednotky s využitím moderních pomůcek a metod pro práci s touto věkovou kategorií dětí od 4 do 9 let.



Kin-ball - Mgr. Alice Paurová - lektorka, absolventka PF Univerzity Karlovy, spoluautorka metodických publikací, lektorka ČSK, rozhodčí, trenérka národní reprezentace mužů, tři roky praxe kin-ballu, 5. nejvyšší stupeň podle kanadské kvalifikace – dnes v ČR nejvyšší stupeň kin-balového vzdělání. Kin-ball je akční, moderní a zcela netradiční míčová hra, původem z Kanady. Netradiční je náčiní – velký, lehký míč o průměru cca 1,2m, netradiční je počet družstev ve hře – 3 čtyřčlenná družstva hrají současně, netradiční je pohybový obsah. Jako herní plocha vyhovuje běžná tělocvična či venkovní hřiště. Zcela přirozeně a spontánně rozvíjí základní pohybové dovednosti, zvyšuje celkovou zdatnost, zlepšuje pohybovou koordinaci, rozvíjí taktické myšlení, týmovou spolupráci a silně preferuje myšlenku fair-play. Kin-ball motivuje, baví, provokuje, pomáhá!

Frisbee-Ultimate - Mgr. Tomáš Veselý - absolvent UK FTVS učitelství TV, reprezentační trenér a školitel Ultimate -Frisbee, lektor semináře učitelů TV – Tělo Praha 2006; 2008; 2010; 2012; 2014, 2016; spoluautor publikace „Frisbee: Létat je tak snadné, Pravidla a metodika sportů s létajícím diskem, ČALD 2007. Frisbee je hra s létajícím diskem, hraje se bez rozhodčích, hráči rozhodují o průběhu hry samostatně na základě pravidel. V průběhu lekce se účastníci seznámí se s základy hry, výkladem nejdůležitějších pravidel a jejich aplikací při hře v hodinách školní TV. Dále se seznámí s různými průpravnými cvičeními ve skupinkách, průpravnými hrami a tipy na zlepšení herního projevu.

Minivolejbal v barvách - Jakub Lejsek – koordinátor minivolejbalu Českého volejbalového svazu, trenér TJ Slavia HK. Minivolejbal je hra, která zjednodušuje a upravuje pravidla klasického šestkového volejbalu, aby jej mohly hrát děti 1. stupně ZŠ. Jednotlivé věkové skupiny mají svá specifická pravidla, počet hráčů a rozměry hřiště. Nároky přímo úměrně rostou s věkem a schopnostmi dětí, odlišují se barvami a odtud je termín Barevný minivolejbal. Lekce vás připraví na tuto modifikovanou hru, naučíte se jí organizovat a metodicky následně správně vést vlastní hodinu se svými žáky.

Atypické sportovní hry a orientační běh - PhDr. Ivan Růžička, Ph.D. – Odborný asistent na Katedře TV a sportu PdF UHK (Sledování motivačních faktorů a preferencí v pohybovém režimu dětí a mládeže v ČR; Teorie a didaktika TVS, Zájmové pohybové aktivity, Atypické sportovní hry, Kinantropologie, Psychologie TVS, kurzy sportovních her, didaktiky lyžování a letních outdoorových aktivit). Atypické sportovní hry síťové. Seznámení se základními herními pravidly, organizačním pojetím a praktická realizace síťových netradičních sportovních her: Faustbal, Indiaca, Ringo, Nohejbal a Double Disc Court (dle počtu účastníků). Oriační běh. Teoretické a praktické seznámení se základními principy a organizací orientačních aktivit: Parkový orientační běh, příp. Městská orientační hra (dle počtu účastníků).

Aplikovaná tělesná výchova – Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D. - Centrum APA, Fakulta tělesné kultury UP v Olomouci, vysokoškolský odborný asistent a dlouholetý pracovník v oblasti volnočasových aktivit pro všechny (včetně osob s postižením a znevýhodněním). Působí také jako hlavní metodik pro implementaci individuálních vzdělávacích plánů do školní tělesné výchovy. Více než 10 let působí na zahraničních univerzitách zejména ve Finsku. Aplikovaná tělesná výchova (zdaleka nejen pro žáky se zdravotním postižením) naplňuje jako obor potřebu rozvoje a modernizace přístupů v oblasti školní tělesné výchovy a týká se VŠECH žáků, tedy i těch se speciálními vzdělávacími potřebami. Společně realizované aktivity v rámci semináře Pohyb a sport pro život mají za cíl představit základní způsoby modifikací, principů a postupů při začleňování žáků se znevýhodněním a postižením do kolektivu spolužáků na běžných školách.