



# 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.

Informace a přihlášky na [www.rinosport.cz](http://www.rinosport.cz)



Seminář se koná pod záštitou náměstkyně hejtmana Královéhradeckého kraje Martiny Berdychové a primátora města Hradce Králové Alexandra Hrabálka

**29.8.2019, Sportovní hala ZŠ Kukleny,  
Pražská 198, Hradec Králové**

**Pořadatel: Akademie Rinosport z.s.**

Vážní 400/2, Hradec Králové, e-mail: [akademie@rinosport.cz](mailto:akademie@rinosport.cz)

**Partneři:** Česká asociace Sport pro všechny, Královéhradecký kraj, město Hradec Králové, KTV- PdF UHK

**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 I. stupeň ZŠ: gymnastika, pohybové hry, atletika

Téma II. - Programy na rozvoj pohybové gramotnosti (praktické ukázky): Kin-Ball, Minivojbal v barvách, ukázky moderních síťových her

**Další informace:** Výuka probíhá v dopoledních a odpoledních blocích v rozsahu 2x1,5 hodiny (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 tří lekcí obdrží certifikát DVPP. Další podrobné informace a harmonogram lekcí najdete na webových stránkách [www.rinosport.cz](http://www.rinosport.cz)

**Rámcový program:**

**Čtvrtek 29.8.**

8.30 – 9.15	Prezence účastníků
9.15 – 9.30	Slavnostní zahájení
9.30 – 13.00	I. Blok výuky
13.00 – 14.00	Oběd
14.00 – 17.30	II. Blok výuky
17.30	Ukončení semináře



**Účastnický poplatek:** 600,- Kč na osobu a den. Platba fakturou na účet, nebo při prezenci v hotovosti.

**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). Pro účastníky semináře je pořadatelem zajištěn pitný režim.

**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 **26.8.2019**, Pořadí účastníků bude určeno podle data přihlášky, kapacita každé lekce je maximálně 20 osob. Konkrétní osobní program obdrží každý účastník po vyplnění elektronické přihlášky e-mailem na uvedenou adresu., 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. Témata prezentace a diskuse: Proč (ne)potřebujeme pohybovou gramotnost, základy pohybové gramotnosti, zkušenosti s pohybovými aktivitami z Kanady (Martin Paur)



■ **Gymnastika pro děti - Mgr. Miroslav Zítko** - 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, bezpečností cvičení a filosofií gymnastiky pro všechny.

■ **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. Skáče, 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 agresí. V obou blocích jsou prezentovány přístupy pro jedince i týmy, druhý blok naváže na první a bude mít i jiný obsah.



- 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!
- 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 - 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).



Sportovní hala ZŠ Kukleny



**Akademie Rinosport**  
Alice Paurová

e-mail: [akademie@rinosport.cz](mailto:akademie@rinosport.cz)  
tel.: +420 777 197 080