

POHYBOVÁ GRAMOTNOST



**Zdravotně
orientovaná
zdatnost**

Základem je pohybová gramotnost

Pohybová gramotnost

„Aktuální dosažená úroveň rozvoje pohybových dovedností a vědomostí“.

Každý jedinec dosáhne určité úrovně pohybové gramotnosti. V průběhu života se tato úroveň mění v čase i kvalitě (co umí, jak to umí)

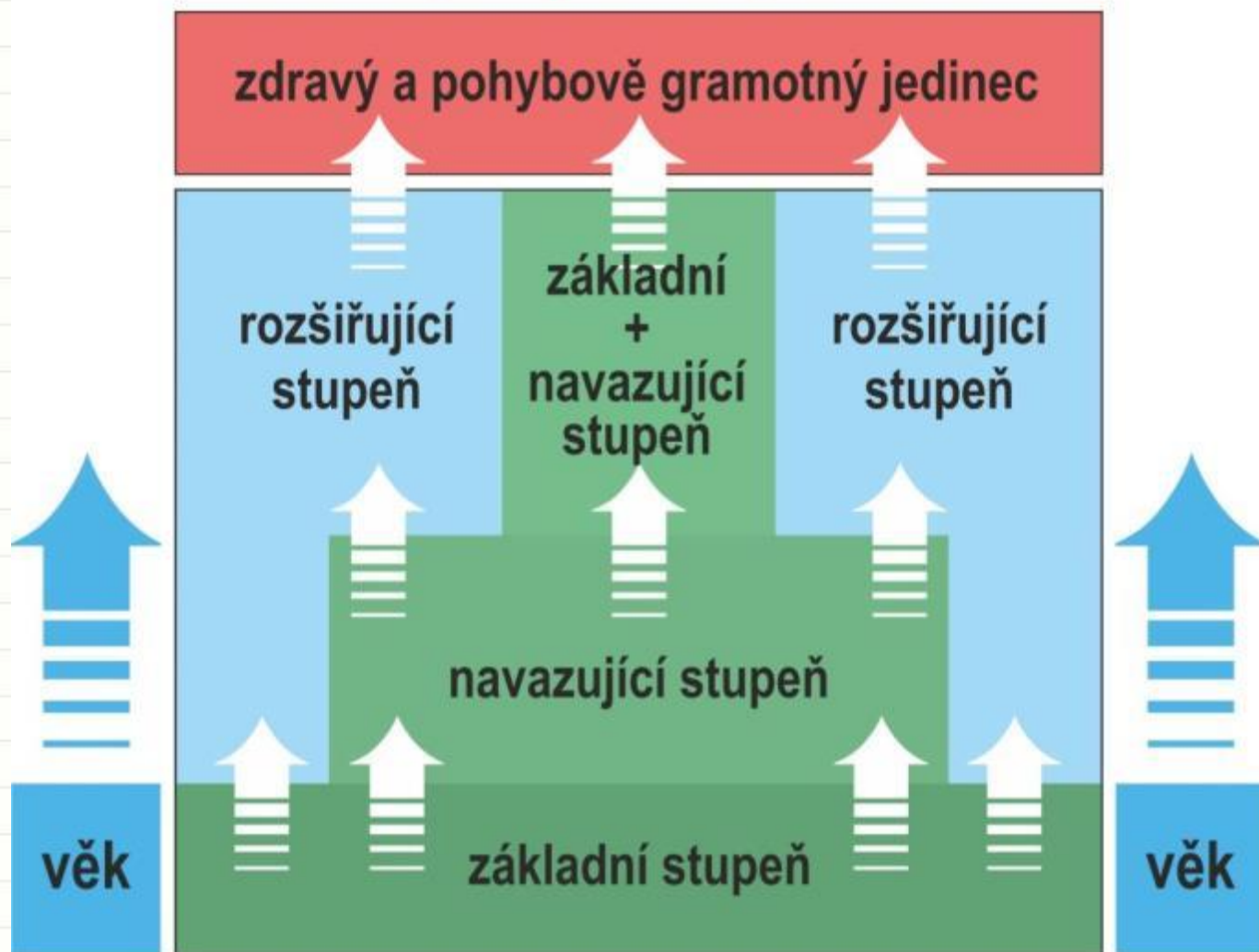
Současně můžeme my, nebo instituce (stát) definovat, co by jedinec vzhledem ke svému věku měl vlastně znát a umět, tak jako obdobně třeba v matematice, češtině, angličtině, či v jiných činnostech.

„Cílem vzdělávání ve školní i mimoškolní tělesné výchově a sportu by se měla stát zřetelně vymezená pohybová gramotnost, která by plynula ze zvolené a obecně akceptovatelné koncepce tělesné výchovy a sportu v České republice.“ (Usnesení 23. schůze Senátu PČR z 5.6.2014)

Pohybová
gramotnost.

Naše ústřední
téma

Schéma pohybové gramotnosti



**Základy pohybové
gramotnosti:**



- Gymnastika
- Atletika
- Pohybové hry
- Plavání



Naše ústřední téma:

Pohybová gramotnost

**„Aktuální dosažená úroveň rozvoje
pohybových dovedností a vědomostí“.**

Čtyři základní atributy činnosti Akademie Rinosport

<u>Teorie</u>	<u>Monitoring</u>	<u>Programy</u>	<u>Metodika</u>
teorie, metodologie, analýzy, definice	analýza stavu, kritická místa, testovací kritéria, testové baterie	vývoj, prezentace, aplikace, korekce	publikace, vzdělávání semináře DVPP, centra PG

Naše ústřední téma:

Pohybová gramotnost :
pro učitele **volnost** , pro žáka **radost**

Co
pro
to
děláme
MY?

- Spolupráce s institucemi a partnery (vývoj, metodika)
- Programy na rozvoj PG
- Vzdělávání (DVPP)
- Centra pohybové gramotnosti

<https://www.rinosport.cz/metodika-a-vzdelavani>



RinoGym
dětská gymnastika
pro školky



JIPAST

Tel.: 495 215 115, Fax: 495 220 618, e-mail: info@jipast.cz www.jipast.cz



Vážené kolegyně, kolegové,

dovolte mi představit vám k využití zcela novou kolekci molitanového nářadí určeného především do oddílů Rodičů a dětí a Předškolních dětí v tělocvičných a tělovýchovných jednotách, mateřských školách, klubech. Oproti standardním předmětům našich tělocvičen má jednu velkou výhodu. Je příjemné pro manipulaci, lehké a snadno sestavitelné v různých kombinacích, včetně možnosti propojení s klasickým nářadím. Pro předškolní děti představuje soubor, se kterým mohou snadno manipulovat sami a sestavovat si i svoje vlastní překážkové dráhy. Velmi dobře se kombinuje i s dalšími molitanovými výrobky – Rinosetem, molitanovou bednou, kladinkou a rozkládacím klínem.

Cvičitelky Ústředního cvičitelského sboru Rodičů a dětí a Předškolních dětí, které pro vás tento sborník připravily, vám přejí mnoho příjemných chvil strávených se spokojenými a šikovnými dětmi.

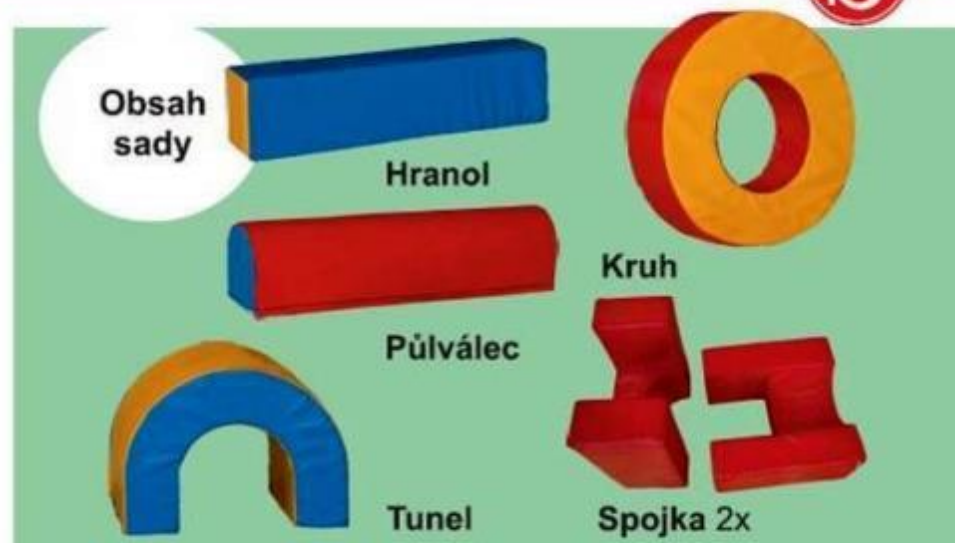
Autorkami sestav jsou: Markéta Rohanová, Jaroslava Dudková

Děkuji i našim dětem - Péťovi Svobodovi, Sofince Glaserové, Markétce Chocové, bez kterých by tato publikace byla nedokonalá. Byly velmi šikovné, hodné a velmi trpělivé, když pomáhaly dotvořit představy našich autorek.

Přeji vám hodně dalších nápadů při cvičení s nejmenšími dětmi a novým šikovným nářadím, které obohatí tělocvičny a rozšíří možnosti našeho cvičení.

Věra Smejkalová

vedoucí Ústředního cvičitelského sboru RDPD OV ČOS



Cvičení na nářadí

Pro děti v oddílech Rodičů a dětí a Předškolních dětí je cvičení na nářadí zařazováno především do hlavní části cvičební jednotky. Slouží k činnostem zaměřeným na procvičování různých variant pohybů z místa, zdokonalování celkové obratnosti a koordinaci pohybu. Sledujeme přitom nejen výšledek tělesnou, ale i psychickou. Dítě se učí získávat postupně důvěru ve vlastní schopnosti a překonávat strach. Proto sestavy z nářadí slouží především jako překážka, na které je nutné se naučit pohybovat a překonávat ji.

Každé nářadí je pro dítě nejdříve neznámý předmět, který si chce vyzkoušet, proto postupujeme od poznávání možností až po průpravu určitých pohybových návyků. Každé zvýšení podložky je pro dítě psychickou zátěží a to ovlivňuje výsledný pohyb.

Dětem předškolního věku cvičení na nářadí pomáhá rozvíjet a upevňovat přirozené pohyby – chůzi, běh, lezení, plazení a současně umožňuje procvičovat orientaci v prostoru. Dítě se učí vnímat a rozlišovat i různou intenzitu pohybu.

Cvičení má vliv i na formování psychických vlastností, jako je odvaha, odhad vlastních možností, samostatnost. Cvičení na nářadí umožňuje dětem vyzkoušet jejich možnosti, podněcuje jejich aktivitu a radost z pohybu. Zvládnutý pohyb je podnětem k lepšímu sebevědomí.

Při cvičení na nářadí je třeba dodržovat zásady bezpečnosti. Důležitá je volba organizace prostoru – rozestavení nářadí, dostatek místa, zapojení dětí do činnosti a nabídka doplňkového cvičení, které umožní dětem zkrátit čas při čekání. Vhodné je zařadit činnost známou, jednoduchou, bezpečnou, kompenzační k činnosti hlavní.

Naše priority na výuku pohybové gramotnosti:

- Inovace obsahu a struktury zejména hodin Tv ve školách (4F)
- Moderní a bezpečné nářadí a pomůcky
- Akreditovaný systém vzdělávání (např. DVPP MŠMT)

MŠMT – další vzdělávání pedagogických pracovníků

**Akreditační
program:
Pohybová
gramotnost
MŠMT-
7410/2018-
1-208**

- **Teorie** : PG, programy ... 1hod
- **Praxe**:
 - Gymnastika 2 hodiny
 - Atletika ... 2 hodiny
 - */Pohybové hry ... 2 hodiny

Naše ústřední téma:

Pohybová gramotnost :

pro učitele **volnost** , pro žáka **radost**

Naše zásady:

- Jednoduchost
- Názornost
- Praktické osvojení
- Tvořivost
- Flexibilita programů





Naše ústřední téma:
Pohybová gramotnost :
pro učitele **volnost** , pro žáka **radost**

4F

Fun - zábava (Have Fun)

Fitness - zdatnost (Gain Fitness)

Fundamentals - pohybové základy (Acquire good Fundamentals)

Friendship - přátelství (Enjoy Healthy Friendship)

Naučit se učit !

Pohybová gramotnost:

„Aktuální dosažená úroveň rozvoje pohybových dovedností a vědomostí“.



Hlavní příčiny navrhované změny přístupu k tělocviku na školách

Hlavní příčiny navrhované změny přístupu k tělocviku na školách a podle Margaret Whitehead „Physical Literacy Throughout the lifecourse“

- 1) **Důležitost pohybového vývoje v raném dětství byla zapomenuta.**
 - 2) **Stále ubývá pohybová aktivita v našem životě, v našem životním stylu.**
 - 3) **Školní tělesná výchova se v mnoha rozvinutých zemích vydává směrem k vysokým výkonům a elitářství, zanedbává žáky, kteří nemají vynikající schopnosti.**
- Představa, že samotná účast v aktivitě je hodnotou sama o sobě přestává být patrná v mnoha školních činnostech.

Proč potřebujeme pohybovou gramotnost? Pohybovou gramotnost velmi zjednodušeně chápeme jako to, co člověk zvládá v oblasti pohybových aktivit a sportu. Čemu se za svůj život naučí a naučil a jak jednotlivé pohybové dovednosti využívá v běžném životě. Současně můžeme my, nebo instituce (stát) definovat, co by jedinec vzhledem ke svému věku měl vlastně znát a umět, tak jako obdobně třeba v matematice, češtině, angličtině, či jiných činnostech.

Pohyb a sport pro život



**Pohybová
gramotnost.**

**Naše ústřední
téma.**



Děkuji za pozornost

PaedDr. Ladislav Petera, CSc.
E-mail: l.petera@rinosport.cz

www.rinosport.cz