

Športový krúžok 2023/2024

Zodpovedný vedúci: Bc. Ivan Maťko

Charakteristika -zameranie krúžku

Športová príprava je zameraná na vytváranie pozitívneho vzťahu k pohybovým aktivitám a športovaniu, získavaniu základných pohybových zručností. Činnosť športovej prípravy podporuje morálny a emocionálny vývin a prehĺbuje u detí postoj k zdravému životnému štýlu, vstúpuje im zdravú súťaživosť, formuje správanie sa v kolektíve.

Cieľ a čiastkové ciele

- Podnecovať deti k záujmu o pohyb a šport a tým spojený zdravý životný štýl.
- Zvládnuť na elementárnej úrovni špeciálne pohybové zručnosti a schopnosti.
- Ovládať základné lokomočné pohyby.
- Dodržiavať zvolené pravidlá, spolupracovať, rešpektovať ostatných.
- Zaujať adekvátne postoje k pohybu a športovým aktivitám.

Prínos krúžku

Deti získajú pohybové schopnosti prostredníctvom športových činností.



Miesto krúžkovej činnosti

Materská škola, priestor telocvične v interiéri materskej školy. V prípade priaznivého počasia v jarnom, jesennom a zimnom období bude športová príprava prebiehať v exteriéri –v školskej záhrade, na dopravnom ihrisku /v prípade prevádzky/, na futbalovom ihrisku, v prírode. Športová príprava bude realizovaná popoludní s dodržaním zásad psychohygieny.

Cieľová skupina

Deti, ktoré navštevujú materskú školu, od 5 –6 rokov – (deti musia mať športové oblečenie a vhodnú obuv).

Harmonogram realizácie športového krúžku

Športový krúžok prebieha od mesiaca október do mesiaca jún, popoludní každý druhý týždeň v pondelok od 14:30 – 15:15. V čase prázdnin sa športový krúžok nevykonáva. Počet detí v skupine sa určí po dohode s vedením materskej školy. Športový krúžok bude realizovaný na základe vopred vypracovaného plánu športovej prípravy, ktorý bude prispôbovaný ročným obdobiam, aktuálnym sviatkom, či rôznym príležitosťami.



Časovo-tematický plán športového kružku 2023/2024:

Október:

- 1.Úvodná hodina poučenie o BOZP pri všetkých aktivitách na krúžku. Rozcvičenie, rozohriatie. Návčik koordinačných cvičení.
- 2.Rozohriatie rušnou časťou. „Kop sem, kop tam“ –dodržiavať pravidlá, kopať do lopty z rôznej vzdialenosti, prihrávky z miesta, triafať loptu do brány, mini futbal v ŠZ.
3. Rozohriatie, mini vybíjaná – osvojenie si základných pravidiel hry, dodržiavanie dohodnutých pravidiel, hra fair – play

November:

- 1.Rozcvičenie, súťaživé hry s loptou cez prekážkovú dráhu
- 2.Rozcvičenie, „ Mini hádzaná“ –dodržiavať pravidlá, zamerať sa na koordináciu, pozornosť, orientáciu v priestore, presné prihrávky, hádzanie mini lopty do brány.

December:

- 1.Rozcvičenie, lopárovanie, sánkovanie v ŠZ, beh do kopca
- 2.„Snehová guľa“ –súťaž, kto vygúľa najväčšiu guľu, spolupráca vo dvojiciach

Január:

- 1.Rozcvičenie, cviky na žinenke –kotúl' vpred, kotúl' vzad, cviky s kruhmi, podliezanie, preliezanie
- 2.Rozcvičenie, „Kto najďalej doskočí“ –skoky z miesta, skoky z diaľky, skoky s rozbehom v telocvični

Február:

- 1.Rozcvičenie, „Minigolf“ –v telocvični, triafanie loptičky cez prekážky
- 2.Rozcvičenie, skok vo vreci v telocvični, na ŠZ, súťaže vo dvojiciach

Marec:

- 1.Rozcvičenie, bežecká abeceda, súťaživé hry v behu na školskom dvore



2. Turistika v prírode, prekonávať náročnejší terén

Apríl:

1. Rozcvičenie, hádzanie kriketovou loptou, súťaž „Kto najďalej dohodí“
2. Rozcvičenie, základy floorballu, dodržiavať pravidlá, práca v skupine,
3. Rozcvičenie, skok do piesku, skok do diaľky –z miesta aj z rozbehu

Máj:

1. Rozcvičenie, „Balónové bomby“ –tríafať balóny naplnené vodou do koša, do vedierka, do nádob –súťaženie
2. Turistická vychádzka –beh do kopca, z kopca, skok cez prekážky

Jún:

1. rozcvičenie, hranie futbalu na školskej záhrade s dbaním na dodržiavanie vopred určených pravidiel
2. Rozlúčka –turistická vychádzka + voľný výber aktivít podľa detí