

Pohybové aktivity 2019/2020

September 2019	Futbal <ul style="list-style-type: none"> • loptová hra • využívanie futbalovej bránky a vesty s číslami • kopanie lopty do brány, rozoznávanie družstiev podľa farieb a vestičiek s číslami, zápas • skupinová organizačná forma - družstvá
Október 2019	Kriket a softbal <ul style="list-style-type: none"> • loptová hra • využívanie softbalových palíc • posúvanie lopty do bránky pomocou softbalovej palice
November 2019	Basketbal <ul style="list-style-type: none"> • loptová hra • využívanie basketbalového koša, lopty a vesty s číslami na rozoznávanie hráčov • oboznámenie hráčov s pravidlami hry • zdokonalenie techniky hádzania lopty do basketbalového koša rôznymi technikami
December 2019	Cvičenie s fit loptami <ul style="list-style-type: none"> • využívanie fit lopty • manipulácia s fit loptami- nosenie, podávanie, kotúľanie, odrážanie a balans na lopte s udržiavaním rovnováhy
Január 2020	Prekážková dráha <ul style="list-style-type: none"> • pohybová hra • využívanie telovýchovného náčinia (tunel, pišťalka, prekážkové tehly, mech na skákanie...) • zvládanie prekážkovej dráhy na rôzne povely • dbať na bezpečnosť
Február 2020	Hry na spoluprácu <ul style="list-style-type: none"> • spolupráca v skupine • využívanie padáku, obruče a lana • manipulácia s padákom v kruhu s ohľadom na loptu, ktorá nesmie vypadnúť von z padáka • preťahovanie s lanom • prechádzanie slalomu v skupinách s pridržovaním sa obruče
Marec 2020	Tenis <ul style="list-style-type: none"> • hra vo dvojiciach • využívanie tenisovej rakety, loptičky a siete • osvojovanie si techniky manipulácie s tenisovou raketou a loptou • prehadzovanie loptičky cez sieť
Apríl 2020	Hry na rovnováhu <ul style="list-style-type: none"> • využívanie chodúľ a balančnej hry • rozvíjanie schopnosti udržať rovnováhu pri zmenách podmienok (rýchlejšie, pomalšie, doľava...) • udržanie tela v pokojných postojoch na chodúľoch
Máj 2020	Bedminton <ul style="list-style-type: none"> • hra vo dvojiciach • využívanie bedmintonovej rakety, loptičiek a siete • oboznámenie sa s pravidlami hry • osvojovanie si techniky hry s bedmintonovými raketami
Jún 2020	Športové popoludnie „ Deň otcov“ <ul style="list-style-type: none"> • využívanie telovýchovných činností, stanovíšť, pečiatok, medailí • plnenie úloh spolu s rodičmi, zbieranie pečiatok za splnené úlohy • ocenenie medailami

