

VEDENÍ HODINY – 9. třídy – podklady pro přípravu

- Písemnou přípravu je nutno zkontrolovat s vyučujícím a odevzdat týden před vlastní „akcí“. Termín vedení hodiny bude všem žákům udělen v dostatečném předstihu.
- Písemná příprava – popis cvičení na PC nebo kreslené postavy.
- Příprava je podepsána a má formální úroveň odpovídající úrovni žáka 9. třídy.

Struktura vyučovací jednotky

1. ÚVODNÍ ČÁST

- téma hodiny
- rozvíčka – příprava pohybového aparátu na zatížení
 - *rušná část* – zahřátí – **2-3 minuty**, minimálně 2 aktivity
 - *průpravná část* – především protažení zkrácených a posílení ochablých svalů – **5-7 minut**, minimálně 13 cviků

2. HLAVNÍ ČÁST

- **nácvik pohybových dovedností** vybrané sportovní disciplíny – popis nebo nákres jednotlivých aktivit – **25 – 30 minut**

3. ZÁVĚREČNÁ ČÁST

- kompenzační cvičení, **celkové uklidnění organismu** – **2 – 3 minuty**
- **sebereflexe** a celkové **zhodnocení** průběhu vyučovací jednotky – **2 minuty**

KRITERIA HODNOCENÍ

- **příprava vyučovací jednotky před konzultací.....20%**
- **zohlednění připomínek učitele z konzultace.....5%**
- **samostatné vedení hodiny – projev, jistota, splnění všeho připraveného.....55%**
- **schopnost objektivně hodnotit svůj výkon.....20%**

Výsledná známka za vedení hodiny, která se zapisuje do školy online s váhou 1:

- 100 – 75% známka 1
- 74 – 50% známka 2
- 49 – 26% známka 3
- 25 – 20% známka 4
- 19 – 0% známka 5

VEDENÍ HODINY – 9. třídy – podklady pro přípravu

- Písemnou přípravu je nutno konzultovat s vyučujícím a odevzdat týden před vlastní „akcí“. Termín vedení hodiny bude všem žákům udělen v dostatečném předstihu.
- Písemná příprava – popis cvičení na PC nebo kreslené postavy.
- Příprava je podepsána a má formální úroveň odpovídající úrovni žáka 9. třídy.

Struktura vyučovací jednotky

1. ÚVODNÍ ČÁST

- téma hodiny
- rozcvička – příprava pohybového aparátu na zatížení
 - *rušná část* – zahřátí – **2-3 minuty**, minimálně 2 aktivity
 - *průpravná část* – především protažení zkrácených a posílení ochablých svalů – **5-7 minut**, minimálně 13 cviků

2. HLAVNÍ ČÁST

- **nácvik pohybových dovedností** vybrané sportovní disciplíny – popis nebo nákres jednotlivých aktivit – **25 – 30 minut**

3. ZÁVĚREČNÁ ČÁST

- kompenzační cvičení, **celkové uklidnění organismu** – **2 – 3 minuty**
- **sebereflexe** a celkové **zhodnocení** průběhu vyučovací jednotky – **2 minuty**

KRITERIA HODNOCENÍ

- **příprava vyučovací jednotky před konzultací.....20%**
- **zohlednění připomínek učitele z konzultace.....5%**
- **samostatné vedení hodiny – projev, jistota, splnění všeho připraveného.....55%**
- **schopnost objektivně zhodnotit svůj výkon.....20%**

Výsledná známka za vedení hodiny, která se zapisuje do školy online s váhou 1:

- 100 – 75% známka 1
- 74 – 50% známka 2
- 49 – 26% známka 3
- 25 – 20% známka 4
- 19 – 0% známka 5