

## **Obsah - podrobný přehled témat výuky a jejich anotace včetně dílčí hodinové dotace:**

Kurz je rozdělen do 10ti bloků. Na začátku kurzu je 2hodinová přednáška, ve které je prezentována teorie. Poté následuje 9 praktických bloků s aktivním zapojení účastníků.

	<b>1.den</b>	<b>hod</b>
1.blok	Teorie – senzitivní období ve vývoji dětské motoriky, fyziologické a psychologické aspekty, specifika všestranné pohybové přípravy dětí, základy sportovního tréninku	2
2.blok	Rozvoj pohybových schopností a dovedností - rozcvičky (obměny s náčiním), varianty zahřátí organismu a protažení, správné držení těla,	1
3.blok	Rozvoj pohybových schopností a dovedností s využitím prvků gymnastiky. Metodiky nácviku základních gymnastických prvků - metodická řada, dopomoc	3
4.blok	Představení netradičních pomůcek a jejich využití při manipulačních dovednostech	1
5.blok	Psychomotorika – souhrn pohybových motorických aktivit (úzké spojení psychiky (duševních procesů) a motoriky (tělesných procesů, pohyb)), využití her jako rozvoj socializačního procesu.	2
	<b>2.den</b>	<b>hod</b>
6.blok	Základy 1.pomoci - KPR dítě, obstrukce dýchacích cest cizím tělesem, zástava, život ohrožujícího krváčení, manipulace s postiženým v bezvědomí (otočení na záda, záklon hlavy, zotavovací poloha a kdy ji použít), ošetření zlomenin horní/dolní končetiny (využití šátku, dlahy), křečové stavy	2
7.blok	Cílové pohybové hry – rozvoj manipulačních dovedností	1
8.blok	Inovativní postupy a didaktické pomůcky pro rozvoj pohybové gramotnosti dětí v mladším školním věku	1
9.blok	Rozvoj pohybových schopností a dovedností - aktivity a postupy pro motivaci dětí k pohybu a ke zdravému životnímu stylu – a jejich zpětné vazby s využitím prvků atletiky - atletická abeceda a vedení hodiny zábavnou formou	2
10.blok	Rozvoj pohybových schopností a dovedností s využitím úpolových her - podpora sociálního vnímání, respekt k pravidlům a soupeři	2