

volitelný předmět	ročník	zodpovídá
SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA – FOTBALOVÉ TŘÍDY	9.	ŠULC MARTIN

Výstupy žáka ZŠ Chrudim, U Stadionu	Učivo – obsah	Mezipředmětové vztahy	Metody + formy práce, projekty, pomůcky a učební materiály ad.	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> • Aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně. • Samostatně využívá osvojené relaxační techniky ke správnému dýchání, zvyšování pohyblivosti kloubů. 	<ul style="list-style-type: none"> • Průpravná, kompenzační, vyrovnávací a relaxační cvičení 	PŘ-anatomie	Ukázky, diskuse, cvičení v přírodě.	
<ul style="list-style-type: none"> • Usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti, vybírá si pro sebe vhodná cvičení. 	<ul style="list-style-type: none"> • Posilování svalového aparátu. • Rozvoj rychlosti, vytrvalosti, síly, pohyblivosti a koordinace pohybu. • 	PŘ-anatomie	Ukázky, diskuse, použití literatury	
<ul style="list-style-type: none"> • Umí se samostatně připravit před pohybovou činností a ukončit ji ve shodě s mírou zatěžování svalů při hlavní činnosti. • Zařazuje do pohybového režimu korektivní cvičení v závislosti s vlastním svalovým oslabením. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozcvička, strečink celého těla před zátěží, protažení namáhaných svalových skupin po zátěži - samostatně. 	PŘ-anatomie	Ukázka, diskuse, použití literatury	
<ul style="list-style-type: none"> • Posoudí vlastní provedení pohybové činnosti. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sebehodnocení v dané pohybové činnosti, znalost a dodržování pravidel. • 		Praktické předvedení, videonahrávka pohybu	
<ul style="list-style-type: none"> • Naplňuje v podmínkách školy olympijské myšlenky, jedná v duchu fair play. 	<ul style="list-style-type: none"> • Účast na soutěžích, čestné jednání, pomoc handicapovaným. 	DĚ	Diskuse	

volitelný předmět	ročník	zodpovídá
SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA – FOTBALOVÉ TŘÍDY	9.	ŠULC MARTIN

<ul style="list-style-type: none"> • Pomáhá vytvářet taktiku, spolupracuje při vedení družstva k úspěchu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Týmová hra dle pravidel. 		Ukázka, diskuse	
<ul style="list-style-type: none"> • Posoudí vlastní provedení pohybové činnosti. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sebehodnocení v dané pohybové činnosti, znalost a dodržování pravidel. 		Praktické předvedení, videonahrávka pohybu	
<ul style="list-style-type: none"> • Individuálně řeší herní úkoly během útočné části hry • Volí optimální způsob řešení herní situace naběhnutím, uvolněním nebo únikem 	<ul style="list-style-type: none"> • Útočné činnosti jednotlivce – hra bez míče (výběr místa) naběhnutím a únikem 		Praktické předvedení, videoprojekce	
<ul style="list-style-type: none"> • Na základě zhodnocení herní situace vybírá nejvhodnější moment i způsob přihrávky a přihrávku uskutečňuje 	<ul style="list-style-type: none"> • Útočné činnosti jednotlivce – technika přihrávky; přihrávka na krátkou, střední a dlouhou vzdálenost, přihrávka po vedení míče a po obejití soupeře, přihrávka hlavou 		Praktické předvedení	
<ul style="list-style-type: none"> • Zpracováním míče se míče zmocňuje a dostává jej pod kontrolu, způsob zpracování volí podle konkrétní herní situace 	<ul style="list-style-type: none"> • Útočné činnosti jednotlivce – zpracování míče stahováním – vnitřní stranou nohy a hrudníkem; na místě, v pohybu a do pohybu 		Praktické předvedení	
<ul style="list-style-type: none"> • S míčem se pohybuje zvoleným směrem, přičemž má míč neustále pod kontrolou 	<ul style="list-style-type: none"> • Útočné činnosti jednotlivce – vedení míče vnitřní stranou nohy a nártem 		Praktické předvedení	
<ul style="list-style-type: none"> • Překoná hráče, který se snaží zabránit vedení míče; konkrétní způsob obcházení volí podle postavení a pohybu protihráče 	<ul style="list-style-type: none"> • Útočné činnosti jednotlivce – obcházení soupeře v závislosti na jeho pohybu a postavení 		Praktické předvedení	
<ul style="list-style-type: none"> • Usměrní míč do branky tak, aby jej brankář nebo ostatní protihráči nemohli zneškodnit 	<ul style="list-style-type: none"> • Útočné činnosti jednotlivce – střelba z místa, po vedení nebo zpracování míče, střelba po obejití soupeře 		Praktické předvedení	

volitelný předmět	ročník	zodpovídá
SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA – FOTBALOVÉ TŘÍDY	9.	ŠULC MARTIN

<ul style="list-style-type: none"> • Obsadí odpovídajícím způsobem prostor tak, že zpomalí akci soupeře v závislosti na vývoji herní situace 	<ul style="list-style-type: none"> • Obranné činnosti jednotlivce – obsazování prostoru 		Praktické předvedení, videoprojekce	
<ul style="list-style-type: none"> • Odebráním získá míč pod kontrolu a plynule zahajuje přechod z obranné do útočné fáze 	<ul style="list-style-type: none"> • Obranné činnosti jednotlivce – odebrání míče skluzem a odebrání míčů letících vzduchem 		Praktické předvedení	
<ul style="list-style-type: none"> • Uvolní se z osobní obrany soupeře, vytvoří si prostor a pozici pro střelbu nebo přihrávku 	<ul style="list-style-type: none"> • Útočné herní kombinace založené na přihrávce, na přihrávce a nabíhání – tzv. přihráj a běž a na výměně místa 		Praktické předvedení, videoprojekce	
<ul style="list-style-type: none"> • Přebírá hráče s míčem i bez míče, vnímá prostor, předvídá vývoj hry a spolupracuje s využitím komunikace 	<ul style="list-style-type: none"> • Obranné herní kombinace založené na zesíleném obsazování hráčů s míčem a na součinnosti při vystavení soupeře do postavení mimo hru 		Praktické předvedení, videoprojekce	
<ul style="list-style-type: none"> • Individuálně i skupinově řeší kombinace pro vytváření střeleckých situací na základě postavení spoluhráčů soupeřových hráčů 	<ul style="list-style-type: none"> • Útočné herní systémy – systém rychlého protiútoku 		Praktické předvedení, videoprojekce, diskuse	
<ul style="list-style-type: none"> • Ihned po ztrátě míče se zapojuje do obranné činnosti družstva 	<ul style="list-style-type: none"> • Obranné herní systémy – systém zónové (územní) obrany 		Praktické předvedení, videoprojekce, diskuse	
<ul style="list-style-type: none"> • Má osvojenou technickou stránku provedení standardních situací, respektuje daná pravidla 	<ul style="list-style-type: none"> • Standardní situace – zahájení hry; míč rozhodčího; vhazování míče; kop od branky; přímý volný kop; nepřímý volný kop; kop z rohu; pokutový kop 		Praktické předvedení	

volitelný předmět	ročník	zodpovídá
SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA – FOTBALOVÉ TŘÍDY	9.	ŠULC MARTIN

<ul style="list-style-type: none"> • Zvládá hru v roli brankáře v útočné i obranné fázi, uplatňuje znalost taktické stránky herních činností 	<ul style="list-style-type: none"> • Hra brankáře – taktické dovednosti - řízení hry; výběr místa, volba optimálního rozestavění 		Praktické předvedení, diskuse	
<ul style="list-style-type: none"> • Zvládá hru v roli brankáře v útočné i obranné fázi, uplatňuje znalost technické stránky herních činností 	<ul style="list-style-type: none"> • Hra brankáře – technické dovednosti – chytání, vyrážení a odebrání míče 		Praktické předvedení, diskuse	

volitelný předmět	ročník	zodpovídá
SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA – FOTBALOVÉ TŘÍDY	9.	ŠULC MARTIN