

## POHYBOVÁ PŘÍPRAVKA – 1. třídy

**Pohybová příprava** (pro děti často Pohybovky), bude na ZŠ Švermova probíhat jednou týdně od druhé poloviny září. Hlavní myšlenkou cvičení v Pohybové přípravce je radost z pohybu, hra a učení se základním pohybovým dovednostem zábavnou formou. V rámci cvičení v přípravce nabízíme dětem **pohybovou aktivitu, hry, zábavu, nové zážitky a zkušenosti nad rámec školního vyučování, přitom stále ve známém prostředí areálu školy v návaznosti na školní vyučování resp. školní družinu**. Pohybová příprava probíhá pod odborným vedením Mgr. Erika Bergera a Mgr. Romana Bednáře, metodika České Basketbalové Federace (ČBF) a lektora projektu MŠMT – „Sportuj ve škole“.

Přestože Pohybová příprava probíhá ve spolupráci s basketbalovým klubem BK VLČI Žďár, je její primární a hlavní náplní rozvoj všeobecných pohybových dovedností dětí a to především formou her a soutěží. **Pohybové hry** v sobě mj. nesou i paralelu k reálnému světu. **U dětí rozvíjejí samostatnost, rozhodování, tvořivost, zodpovědnost, smysl pro fair play a další vlastnosti, které u nich chceme v rámci pohybové přípravy cíleně rozvíjet i pro běžný život.**

### Co pohybová příprava nabízí?

- Zábavu, hry, akce, soutěže
- Nové kamarády, přátelství, legraci, nové zážitky
- seznámení se s novými pohybovými aktivitami a sporty

### Co si mám vzít na sebe, s sebou do basketbalové školky?

- Pevnou sportovní obuv + sportovní oblečení (tričko, tepláky, trenky, legíny, ponožky)
- Pití (malá láhev vodou případně s nápojem podle chutě dítěte)
- Dobrou náladu, chuť se bavit a soutěžit

### Jak Pohybová příprava funguje? Kdy a kam mají děti přijít?

- „Pohybovky“ probíhají v tělocvičnách ZŠ Švermova v návaznosti na vyučování resp. na družinové aktivity vždy **ve STŘEDU do 1330 – 1500 hod.**
- **Cvičení zahajujeme od středy 16.9. 2020.** Děti se mohou do cvičení zapojit kdykoliv od tohoto data. Info o kroužku najdete také na webových stránkách klubu BK Vlci Žďár - [www.basketzdarns.cz](http://www.basketzdarns.cz) - v sekci Kroužky.
- Děti vyzvedává se souhlasem rodičů z družiny vedoucí trenér a po skončení se děti vracejí zpět do družiny. Děti také mohou dorazit přímo ke vchodu do tělocvičny resp. je může přímo po cvičení u vchodu do tělocvičen vyzvednout určená osoba.
- Několik prvních cvičení je pro děti i rodiče bezplatných, aby se děti seznámily s trenéry, prostředím a novými kamarády.

*S dotazy na možnosti zapojení se do pohybových kroužků na vaší škole a pro podrobnější informace kontaktujte hlavního trenéra BK Vlci Žďár a koordinátora pohybových kroužků:*

Mgr. Roman Bednář - 776 286 428

[rombed1@gmail.com](mailto:rombed1@gmail.com)

[www.basketzdarns.cz](http://www.basketzdarns.cz)

## SPORTOVNÍ A BASKETBALOVÝ KROUŽEK – 2. a 3. třídy

**Sportovní a Basketbalový kroužek** (pro děti často Sportovky nebo Basketbalový kroužek), volně navazuje na Pohybovky. Je určen pro děti z 2. a 3. tříd a na ZŠ Švermova bude ve školním roce 2020/21 probíhat dvakrát týdně od druhé poloviny září. Hlavní myšlenkou cvičení ve Sportovkách je pokračovat v rozvoji dovednostního potenciálu dětí v jim známém prostředí školy, což mj. znamená minimální náročnost na logistiku pro vás rodiče. Sportovní a basketbalový kroužek bude ve školním roce 2020/21 probíhat pod odborným vedením Mgr. Romana Bednáře, metodika České Basketbalové Federace (ČBF) a lektora projektu MŠMT – „Sportuj ve škole“.

Cvičení ve Sportovkách opět především formou her a soutěží dále rozvíjí pohybový a dovedností potenciál dětí. Do aktivit v rámci cvičení jsou častěji (než u Pohybovek) zařazeny aktivity s různými míči a různé formy týmových her a soutěží, které již děti v 2. a 3. třídách zvládají. Děti si mj. vyzkouší zjednodušené formy míčových her jako je basketbal, fotbal, házená, rugby, přehazovaná a další. **U dětí i nadále rozvíjím samostatnost, rozhodování, tvořivost, zodpovědnost, smysl pro fair play, ale i soutěživost a další vlastnosti důležité pro běžný život.**

Do Sportovek mohou naprosto bez problémů chodit i děti, které nenavštěvovali Pohybovou přípravku mj. i proto, že aktivity v rámci cvičení vždy zohledňují dovednostní úroveň jednotlivých kluků a holek.

### Co si mám vzít na sebe, s sebou do Sportovního a Basketbalového kroužku?

- Pevnou sportovní obuv + sportovní oblečení (tričko, tepláky, trenky, legíny, ponožky)
- Pití (malá láhev vodou případně s nápojem podle chutě dětí)
- Dobrou náladu, chuť se bavit a soutěžit

### Jak Sportovní a basketbalový kroužek funguje? Kdy a kam mají děti přijít?

- Sportovky probíhají v tělocvičnách ZŠ Švermova v návaznosti na vyučování resp. na družinové aktivity vždy v **PONDĚLÍ 1430 – 1530 hod. a v PÁTEK 1330 – 1500 hod.**
- Cvičení zahajujeme od pátku 18.9.2020 Děti se mohou do cvičení zapojit kdykoliv od tohoto data. Info o kroužku najdete také na webových stránkách klubu BK Vlci Žďár - [www.basketzdarns.cz](http://www.basketzdarns.cz) - v sekci Kroužky.
- Děti vyzvedává se souhlasem rodičů z družiny vedoucí trenér a po skončení se děti vracejí zpět do družiny. Děti také mohou dorazit přímo ke vchodu do tělocvičny resp. je může přímo po cvičení u vchodu do tělocvičen vyzvednout určená osoba.
- Několik prvních cvičení je pro děti i rodiče bezplatných, aby se děti seznámily s trenéry, prostředím a novými kamarády.

*S dotazy na možnosti zapojení se do pohybových kroužků na vaší škole a pro podrobnější informace kontaktujte hlavního trenéra BK Vlci Žďár a koordinátora pohybových kroužků:*

Mgr. Roman Bednář - 776 286 428

[rombed1@gmail.com](mailto:rombed1@gmail.com)

[www.basketdarns.cz](http://www.basketdarns.cz)