

## II. Odd.

### HRAVÉ LOPTIČKY

**Činnosť :** Telovýchovno - športová

**Metódy :** Názorná ukážka, povzbudenie, vysvetlenie

**Prostriedky :** Tenisky, cvičebný úbor, pišťalka, hádzanárska lopta, tenisová raketa, tenisová loptička, futbalová lopta, basketbalová lopta, kruh

**Prostredie :** multifunkčné ihrisko v objekte školy

**Cieľ :** Súťaživosť, obratnosť, šikovnosť

#### Postup :

1. **Motivácia :** Známe mená slovenských športovcov: Ľubomír Ďuriš / hádzanár /, Dominika Cibul'ková / tenistka /, Škriniar, Hamšík / futbalisti / Radoslav Rančík / basketbalista /
2. **Rozohriatie :** Naháňačka jednotlivo, naháňačka vo dvojiciach
3. **Rozcvička :** Znázorňujeme pohyby zvierat :
  - a, Vysoká chôdza / bocian /
  - b, Ruky na ramená, krúženie / vtáčik /
  - c, Stoj striedavo na Ľ a P nohe / plameniak /
  - d, Vysoký cval / kôň /
  - e, Skoky v drepe / žabka /
4. **Hlavná časť :**
  - a, Upozornenie na bezpečnosť
  - b, Rozdelenie detí do štyroch zmiešaných družstiev
  - c, Prejsť s nimi jednotlivé stanovišťa a oboznámiť ich so zadanými úlohami / názorné ukážky /
  - d, - Hod loptou na cieľ
    - Udržať tenisovú loptičku čo najdlhšie na tenisovej rakete
    - Priamy kop futbalovou loptou na bránu
    - Dribling na mieste basketbalovou loptou
  - e, Žiaci prechádzajú jednotlivými stanovišťami / idú ako skupina /
  - f, Vyhodnotenie skupín i jednotlivcov
  - g, Pochvala deťom, zatlieskanie najlepším
5. **Záver :** Hra – Na jeleňa

