**předmět Drobné pohybové hry**

*seznam témat metodických výstupů*

1. Honičky a drobné pohybové činnosti (dále jen DPČ) pro úvodní část hodiny
2. DPČ pro rozvoj obratnostních schopností bez míče
3. DPČ trefovací a terčové
4. DPČ pro rozvoj vytrvalostních schop.
5. DPČ pro uklidnění a závěr hodiny
6. DPČ s použitím neobvykl. pomůcek
7. Interakční, seznamovací DPČ a zábavy
8. Hrátky a zábavné soutěžení (DPČ)
9. DPČ na rozvoj sluchových a hmatových smyslů
10. Zábavy a DPČ s použitím míčů, beden a laviček
11. DPČ kreativní a spojené s řešením problémů
12. DPČ s prvky odvahy, důvěry a odpovědnosti
13. DPČ a zábavy s použitím lan a švihadel
14. DPČ a zábavy na otevření komunikace a vytvoření atm. kontaktu a spolupráce
15. DPČ pro rozvoj rychlostních schopností (ne štafety)
16. DPČ s použitím duchen, žíněnek a na přenášení předmětů
17. DPH pro r. obratnosti s míčem
18. Překážkové a “opičí” dráhy (DPZ)
19. DPÚ na rozvoj rovnovážných schop.
20. Zahřívací a kontaktní DPČ
21. Iniciativní a týmové DPČ
22. DPČ – kooperace a spolupráce
23. Psychomotorické DPČ

*Zkratky:*

*DPČ - drobné pohybové činnosti (tj. hry, závody, úpoly)*

*DPH - drobné pohybové hry*

*DPÚ - drobné pohybové úpoly*

*DPZ - drobné pohybové závody*

***Rozcvičení:***

* ***bude mít připraven student na lekci, ve které má svůj metodický výstup;***
* ***rozcvičení bude max na 10 min;***
* ***student využije např. tyto odborné zdroje pro přípravu rozcvičení;***
	+ [***https://www.fsps.muni.cz/frvs/2012/zakladni-gymnastika/rozcviceni.html***](https://www.fsps.muni.cz/frvs/2012/zakladni-gymnastika/rozcviceni.html)
	+ [***https://is.muni.cz/do/rect/el/estud/pedf/ps16/pruprava\_tv/web/pages/04-ukazky.html***](https://is.muni.cz/do/rect/el/estud/pedf/ps16/pruprava_tv/web/pages/04-ukazky.html)
* ***Písemná příprava na rozcvičení nebude požadována – důležitý je praktické provedení rozcvičení;***
* ***v případě nedostatečné přípravy nebo špatného provedení nebude uznáno.***