

ANOTACE SEMINÁŘE VŠEOBECNÁ SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA

Doba trvání: jeden školní rok

Navazovat bude nabídka jednoletého seminářů pro následující školní roky (VSP I; VSP II):

Třída: 2. ročník, VI

Hodinová dotace: 2 hodiny týdně

Seminář je určen studentům, kteří v předchozím ročníku navštěvovali volitelný předmět Všeobecnou sportovní přípravu. Jedná se o studenty sportovně zaměřené, pravidelně trénující, kteří uvažují o studiu sportu na vysokých školách.

Obsahem semináře je rozvoj pohybových schopností a dovedností. Součástí semináře je i sportovní teorie. Pouze pro žáky VSP bude v letním období připraven pětidenní cyklistický kurz.

Tematické okruhy (VSP I):

1. Rozšíření učiva z oblasti atletiky.
2. Rozšíření učiva z oblasti gymnastiky.
3. Rozšíření učiva z oblasti míčových sportů.
4. Rozšíření učiva z oblasti netradičních sportů
5. Rozšíření učiva z oblasti sportovní teorie
6. Rozvoj kondičních schopností.

Bližší informace poskytne Mgr. Jiří Štefek