

**PŘÍLOHA**

**K INDIVIDUÁLNÍMU VZDĚLÁVACÍMU PLÁNU - TĚLESNÁ VÝCHOVA**

|  |
| --- |
| **OBECNÉ INFORMACE** |
| **Jméno a příjmení žáka** | Matěj Novák | **Datum narození** |  |
| **Škola** |  |
| **Třída / ročník** | 1. Stupeň ZŠ
 | **Školní rok** | 2019/2020 |

|  |
| --- |
| **PORADENSKÁ ZAŘÍZENÍ** |
| **ŠPZ, které vydalo doporučení pro IVP** | SPC pro ZŠ a MŠ pro TP, Liberec |
| **Školská poradenská zařízení, poskytovatelé zdravotních služeb a jiné subjekty, které se podílejí na péči o žáka** | FTK UP v Olomouci |

|  |
| --- |
| **DIAGNOSTIKA** |
| **Diagnóza zdravotního postižení:** | Dětská mozková obrna – levostranná hemiparéza s přidruženým Aspergerovým syndromem. |
| **Vnější podmínky:** | Žák je velmi dobře přijatý kolektivem spolužáků, má velmi dobrou podporu ze strany pedagogických pracovníků a rodiny.  |
| **Diagnostika pohybových dovedností:** | Žák zvládá bez výrazných problémů samostatnou chůzi i běh. Občas problémy s rovnováhou. Při cvičení je vyžadována opora a stabilita asistentky pedagoga. Zvládá základní dovednosti s míčem a manipulaci s předměty v mírně modifikované formě – vytvoření vlastního systému chytání a házení míče.Při výuce plavání zvládá jednotlivé plavecké způsoby pomocí modifikací. |
| **Diagnostika vědomostí a poznatků ohledně pohybového učení a zdraví:** | Žák si je vědom informací o pravidelném pohybu, zná zásady hygieny v tělesné výchově a při pohybových aktivitách, včetně hygieny při výuce plavání. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Priority vzdělávání a dalšího rozvoje žáka (cíle IVP)****/****Cíle v TV dle tematického plánu pro TV:** | *Vzdělávací*: Výuka plavání, znalost zásad bezpečného chování v tělesné výchově, atletické dovednosti – krátký a dlouhý běh, skok daleký, hod míčkem. Znalost zásad pohybu v přírodě, kondiční a posilovací cvičení. Uplatnění učiva při praktických činnostech, užívání znalostí a vědomostí v mezipředmětových vztazích.*Výchovný*: Uplatňování pravidel her a aktivit, uplatňování hygieny v TV a při výuce plavání, respektování nastavených pravidel při vyučovacích jednotkách, rozvoj fair-play, získání kladného vztahu ke sportu a pohybovým aktivitám.*Zdravotní*: Posílení svalových skupin, zejména hrudníku a dolních končetin, rozvoj koordinační schopnosti a udržení rovnováhy. Prevence proti civilizačním onemocněním, rozvoj duševní pohody a radosti z pohybu.*Specifický (individuální):* Zlepšení manipulační schopnosti s předměty, zvládnutí nácviku plavání a vytvoření vlastního způsobu samotného pohybu ve vodním prostředí. |
| **Předměty, jejichž výuka je realizována podle IVP:** | Tělesná výchova |
| **Kontraindikace:** | Výrazné přetěžování, tvrdé dopady z výšek |
| **Učební osnovy:** | Dle tematického plánu pro tělesnou výchovu 3. třídy |
| **Učivo dle RVP ZV:** | V souladu se schváleným ŠVP pro 3. tříduIndividuální zařazování balančních a koordinačních cvičení s asistentkou pedagoga při nevhodných aktivitách. |
| **Výstupy dle RVP ZV:** | V souladu s ŠVP. |

|  |
| --- |
| **PODPŮRNÁ OPATŘENÍ****(specifikace stupňů podpůrných opatření)** |
| **Úprava očekávaných výstupů vzdělávání** | Nejsou specifikována díky tomu, že žák nevyžaduje v klíčových výstupech vzdělávání výrazné úpravy při jejich naplňování. |
| **Organizace výuky** | Společně s celou třídou, v nezbytně nutných případech žák pracuje individuálně s AP či peer tutorem. |
| **Způsob zadávání a plnění úkolů** | Motivace při plnění cvičení, slovní popis a ukázky činností, metoda opakování a plnění pohybového úkolu, metody herních činností a výcviku – zejména při nácviku plaveckých způsobů. |
| **Hodnocení žáka** | Průběžné slovní hodnocení, závěrečné numerické hodnocení žáka na základě projevovaného zájmu, snahy a dosahovaného pokroku. |
| **Pomůcky a učební materiály** | Různé druhy míčů: Grabball, overball, Psychomotorický padák, pomůcky pro výuku plavání |
| **Podpůrná opatření jiného druhu** |  |
| **Personální zajištění úprav průběhu vzdělávání (asistent pedagoga, další pedagogický pracovník)** | Asistentka pedagoga |
| **Další subjekty, které se podílejí na vzdělávání žáka** | Konzultant APA za FTK UP v Olomouci – metodická a didaktická podpora pedagogických pracovníků školy. |
| **Další ujednání mezi vyučujícím, žákem a zákonným zástupcem** | Žák informuje učitelku TV a asistentku pedagoga o náhlé změně zdravotního stavu, který by omezil další průběh vyučovací jednotky. |

|  |
| --- |
| **VÝUKA TĚLESNÉ VÝCHOVY** |
| **Časový plán:** | **Modifikace činností:** |
| **Září – leden: Plavecký výcvik** | Individualizovaná výuka plavání dle aktuálního zdravotního stavu a respektování aktuálního fyzického stavu žáka. Výuka probíhá společně s třídou pod vedením pracovnice plavecké školy – Roman v potřebných případech využívá pomůcky či personální podporu při polohování na vodní hladině pro správné provedení daného plaveckého stylu. Nácvik: dýchání do vody, splývání, prsa, kraul, znak, regenerační cvičení. |
| **Únor: Zdravotní TV - Protahovací cvičení*** **Relaxační cvičení**

 **Posilování – na žebřinách** **Kondiční cvičení** **Bezpečnost při sportu, význam pohybu pro zdraví, nácvik orientace v prostoru** | Protahovací a relaxační cvičení v rozsahu umožněném zdravotním stavem, při balančních aktivitách dopomoc AP či spolužáka s udržením rovnováhy**Využití cvičení ze zdravotní TV**: (Dostálová,2013):str. 133-142 - protahovací cviky (kromě cvik 4 str. 140 a cvik 5,6 ze str. 141)str. 156-159 - protahování ADDuktorů - velmi opatrně, šetrně!, nesnažit se dostat co nejdál, postupně přidávatstr. 163 cvik 9str. 169str. 175 cvik 5, 177 cvik 12str. 178Další doporučené cviky v příloze tohoto dokumentu.Využití overballů pro kondiční a balanční cvičení.**Posilování na žebřinách**: pouze v podobě ručkováníči posilování DK s pomocí žebřin.Úpravy pro posilování – možnost využití gymnastického míče, posilovací gumy, prvků workoutu (posilování bez pomůcek)**Kondiční cvičení** – nutno brát ohled na nebezpečí přílišného unavení a vyčerpání, cvičení v podobě kruhových tréninků s ohledem na zdravotní stav a rovnovážných cvičení. Relaxační cvičení – nácvik správného dýchání, uklidnění organismu s využitím pomůcek |
| **Březen – gymnastika (kotoul, obratnostní cvičení, cvičení na lavičkách a žebřinách, rovnovážná cvičení).** | **Gymnastika**: Kotoul vpřed, nácvik kolébky pro kotoul vzad z důvodu bezpečnosti.**Obratnostní a rovnovážná cvičení** s využitím balančních čoček a dalších pomůcek – např. lana, čáry v tělocvičně, kladinka.**Překážkové a opičí dráhy**, nácvik rovnováhy při stoji na jedné noze s oporou i bez opory. **Cvičení na lavičkách** – přechody, přeskoky, přítahy na lavičce s oporou či na kratší vzdálenost, lezení po čtyřech na lavičce.Posilování s využitím lavičky. |
| **Duben – cvičení se švihadly; - rytmická cvičení*** **Tanec**
* **Míčové hry – přihrávka,hod**
 | **Švihadla** – rytmická cvičení, využití k rozcvičkám a protahovacím cvikům, přeskoky přes švihadlo – nejprve na zemi. Přeskoky přes švihadlo (spíše lano), se kterým pedagogové točí. **Rytmická cvičení** – poskoky s využitím označených míst na podlaze pro přesnost pohybu, hudební rozcvička, prvky aerobiku.**Tanec** – prvky tanečního kroku na polku a valčík, rytmizace pohybů, cvičení s hudbou. Vyjádření aktuální nálady pomocí pohybů těla za doprovodu hudby.**Přihrávka a hody míčem** – Nácvik metodiky při hodu vrchem, spodem, přihrávka obouruč a chytání (možnost využití nejprve overballu pro lepší nácvik správného chytání a přihrávky) |
| **Květen: Míčové hry (průpravná cvičení, vybíjená, basketbal) krátké běhy** | **Průpravná cvičení** – nácvik hodu jednoruč – pro slabší ruku možnost využití grabbalu. Nácvik hodu na cíl – zaměření a vedení pohybu.**Míčové hry – pravidla a hra vybíjená** s různými modifikacemi a různými druhy míčů.**Basketbal** – nácvik driblingu, vedení míče, přihrávka, hod na cíl a koš – doporučení na hru s volejbalovým míčem, hody možné cílit i na švédskou bednu bez vrchního dílu**Běh** – nácvik různých startovních poloh, sprinty na krátké tratě, štafetové a týmové závody. |
| **Červen: Atletika (skok daleký, hod míčkem, běhy)** **Pobyt v přírodě** | **Skok do dálky z místa** – nácvik správného dopadu, odrazová cvičení na měkké ploše (pozor na příliš tvrdé dopady) Dopomoc při měření vzdáleností a úpravy písku v dopadové části.**Skok do dálky s rozběhem** – viditelně označit místo odrazu.**Hod míčkem** – nácvik zamíření, odhodové fáze a vedení pohybu – pozor na stabilitu při samotném odhodu – hrozí riziko přepadnutí**Běhy** – nácvik vytrvalosti, rozvržení sil, indiánský běh. **Pobyt v přírodě** – chůze a pohyb v přírodě a v různém terénu, pro dlouhé vzdálenosti využití vozíku – plánování vhodné trasy. Znalost bezpečnosti při pohybu v přírodě, základy první pomoci, aktivity v přírodě – lana, míčové hry, týmové soutěže. |
| **Míčové, týmové, pohybové hry, netradiční hryringo, frisbee,..)** | Možnost konzultace zapojení a úprav jednotlivých her s konzultantem APA. Využít lze herní karty z Centra APA – sportovní a pohybové hry v integrované tělesné výchově a další zásobníky her dle doporučení.  |
| **Kontrola plnění IVP v rámci TV:** | Průběžná kontrola pozorováním, závěrečné písemné vyhodnocení naplnění cílů v tělesné výchově a případného dosaženého pokroku v jemné i hrubé motorice u žáka a získání znalostí z tematických okruhů TV. |
| **Časové období plnění IVP:** | Září 2019 – červen 2020 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Osoby zodpovědné za vzdělávání a odbornou péči o žáka** | **Jméno a příjmení** | **Podpis** |
| **Třídní učitel/ka** |  |  |
| **Učitel/ka TV** |  |  |
| **Ředitel/ka** |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Osoby podílející se na vzdělávání žáka** | **Jméno a příjmení** | **Podpis** |
| **Zákonný zástupce žáka** |  |  |
| **Pracovník SPC** |  |  |
| **Konzultant APA** |  |  |

**V dne**

**Příloha: Doporučené cviky Zdravotní TV:**

****

****

****

****

****

****

****

****

****

****