

**PŘÍLOHA**

**K INDIVIDUÁLNÍMU VZDĚLÁVACÍMU PLÁNU - TĚLESNÁ VÝCHOVA**

|  |
| --- |
| **OBECNÉ INFORMACE** |
| **Jméno a příjmení žáka** | Eliška Nováková | **Datum narození** |  |
| **Škola** |  |
| **Třída / ročník** | II. stupeň | **Školní rok** |  |

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

|  |
| --- |
| **DIAGNOSTIKA** |
| **Diagnóza zdravotního postižení:** | Zrakové postižení – aniridie na levém oku. |
| **Vnější podmínky:** |  |
| **Diagnostika pohybových dovedností:** | Test motorických dovedností (Bartoňová, Kudláček), Česká verze dotazníkuPACES: Škála spokojenosti s tělesnou výchovou. |
| **Diagnostika vědomostí a poznatků ohledně pohybového učení a zdraví:** | Žákyně je vzdělávána společně s ostatními žáky, stěžejní je práce asistentkypedagoga, která dbá na správné provedení tělesných cvičení v závislosti nalimitech žákyně. Důraz by měl být kladen na vnímání poloh jednotlivýchsegmentů těla, orientaci v prostoru a případné korekce. Žákyně má velmi pozitivní vztah k pohybovým aktivitám. |
| **Priority vzdělávání a dalšího rozvoje žáka (cíle IVP)****/****Cíle v TV dle tematického plánu pro TV:** | *Vzdělávací:*Sportovní hry – znalost pravidel a modifikací jednotlivých her, nácvik základních herních dovednostíAtletika – znalost atletických disciplín, rozvoj rychlostních i vytrvalostních schopností*Výchovný:*Kooperace se spolužáky, vzájemná pomoc, uvědomění si a dodržování zásadbezpečnosti ve vyučovacích jednotkách a pohybových aktivitách obecně,péče o své fyzické zdraví.*Zdravotní:*Posílení všech svalových skupin, komplexní protahování svalových skupin, zvýšení fyzické kondice, osvojení relaxačních cvičení*Specifický:*Adaptace na modifikované herní podmínky. Zdokonalení prostorové orientace a pohybu ve vymezeném prostoru. Reakce na změnu/uspořádání prostoru - tvorba prostorové mapy. Transfer osvojených modifikovaných tělesných cvičení/pohybových her do oblasti volného času. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Předměty, jejichž výuka je realizována podle IVP:** | Tělesná výchova |
| **Kontraindikace:** | Dle doporučení lékaře, zejm. otřesy hlavy- přímé (úderem do hlavy, pádem na hlavu)- nepřímé (skokem, pádem apod.) Překrvení hlavy (hluboké předklony, kotouly aj.) |
| **Učební osnovy:** | Dle ŠVP na aktuální školní rok |
| **Učivo dle RVP ZV:** | Dle aktuálního RVP ZV |
| **Výstupy dle RVP ZV:** | Dle aktuálního RVP ZV |

|  |
| --- |
| **PODPŮRNÁ OPATŘENÍ****(specifikace stupňů podpůrných opatření)** |
| **Úprava očekávaných výstupů vzdělávání** | Výstupy dle platného ŠVP bez úprav. |
| **Organizace výuky** | Ve vyučovacích jednotkách TV má žákyně k dispozici asistentku pedagoga. |
| **Způsob zadávání a plnění úkolů** | Verbální zadání, praktické předvedení, poskytování zpětné vazby na konci iv průběhu pohybové aktivity. |
| **Hodnocení žáka** | Numerické |
| **Pomůcky a učební materiály** | Molitanové míče, ozvučený míč – goalbalový-zapůjčen/volejbalový/jiné velikosti, klapičky na oči - zapůjčeny |
| **Podpůrná opatření jiného druhu** |  |
| **Personální zajištění úprav průběhu vzdělávání (asistent pedagoga, další pedagogický pracovník)** | Asistent pedagoga |
| **Další subjekty, které se podílejí na vzdělávání žáka** | Asistent pedagoga, konzultant APA |
| **Další ujednání mezi vyučujícím, žákem a zákonným zástupcem** |  |

|  |
| --- |
| **VÝUKA TĚLESNÉ VÝCHOVY** |
| **Časový plán:** | **Modifikace činností:** |
| **Září**Atletika* atletická abeceda, rovinky
* vysoký a polovysoký start, švihová tech. běhu
* rozvoj vytrvalosti, běh 800m
* rozvoj rychlost. schopností
 | **Bez modifikací**, v případě potřeby **běhy s vodičem - asistentkou** (s vodící gumou nebo provázkem)Ukázka:<https://www.youtube.com/watch?v=neIDdFKGjbM>Možnost zařazení běhu s klapičkami ve dvojicích pro celou skupinu. |
| **Říjen**Atletika* nízký start, šlapavá technika běhu, 60m
* odrazová příprava, skok do dálky (pásmo, hrábě)
* hod granátem (granáty)
* vytrvalostní běh v terénu

Základní gymnastika* rozcvička, test síly a pohyblivosti
 | Nácvik techniky běhu bez modifikací příp. viz výše.**Hod granátem**: úprava vymezeného místa pro odhod viditelná čára ohraničená z každé strany kuželem.Průpravná cvičení bez omezení.**Vytrvalostní běh v terénu pouze s vodičem.****Odrazová průprava** – na změkčené podložce (př. díl, tatami, z místa do písku). Omezit tvrdé nárazy a otřesy vzhledem ke kontraindikacím.Úprava odrazového místa př. reflexní kužely, kloboučky, odraz na akustický signál z místa/z chůze, poklusu/běhuUkázka: <https://www.youtube.com/watch?v=UkTVUnkl9ME>**Základní gymnastika bez omezení**, v silových testech se **vyvarovat statických poloh a izometrických výdrží**, **případně poloh hlavou dolů**. Kontraindikace v podobě vrůstajícího nitroočního tlaku. |
| **Listopad**Atletika* skok do výšky (flop), šplh

Gymnastika * gymnastic. příprava – držení těla, zpevňování, pohyblivost v ramenním a kyčelním kloubu
* stoj na lopatkách

Bruslení | **Skok do výšky** průpravná cvičení – přeskok přes gumu s dopadem do žíněnky. Pozor na dopomoc.Ukázka:<https://www.youtube.com/watch?v=SJc6s2NhlTg>**Gymnastika bez modifikací****Neprovádět stoj na lopatkách****Bruslení s vodičem** – asistentkou v neustálém kontaktu, ideálně z každé strany dopomoc.  |
| **Prosinec**Gymnastika* kotoul vpřed, vzad, letmo, stoj na rukou
* průpravná cvičení – odrazová příprava

Basketbal* HČJ – útočné –uvolňování bez a s míčem, vrchní

přihrávka, střelba - dvojtaktBruslení | Gymnastika – neprovádět kotouly ani stoj na rukou a to včetně průpravných cvičení.Zařadit **cviky na správné držení těla** a posílení posturálně-stabilizačního aparátu.Konkrétně dle Dostálové (2012):<https://apa.upol.cz/images/Dostalova_ZdravotniTelesnaVychovaTisk.pdf>Cviky na protažení vzpřimovače trupu s.139Cviky na protažení svalu trapézového s.133Cviky na protažení velkého prsního svalu s.136Dle Fárové, Filipové, Kratěnová (2003):Kterékoliv cviky kromě cviků ve vzporech (ležmo, klečmo)**Basketbal** – dribling – průpravná cvičení, P,L ruka, za chůze, za běhu, bez zrakové kontroly. Střelba, příp. přihrávka ve dvojici s asistentkou s molitanovým míčem.**Bruslení s vodičem** – asistentkou v neustálém kontaktu, ideálně z každé strany dopomoc. |
| **Leden**Gymnastika* přemet stranou
* hrazda – průprava, sestava, výmyk odrazem obounož, podmet
* posilování všech svalových skupin

Sportovní hry – florbalBruslení – překládání vpřed | **Gymnastika** – přemety, hrazda neprovádět.Do hlavní části zařadit **posilovací cvičení dle uvážení Dostálová (2012)**.**Bruslení s vodičem** – asistentkou v neustálém kontaktu, ideálně z každé strany dopomoc. |
| **Únor**Gymnastika* přeskok, průprava pro gymnast. odraz, skrčka, roznožka

Volejbal* HČJ – odbití obouruč vrchem a spodem, jednoruč (lob), podání spodní, přihrávka, nahrávka

Bruslení* hry na ledě, obraty přeskočením
 | **Gymnastika – přeskoky vzhledem ke kontraindikacím nahradit** kompenzačními a protahovacími cvičeními př. dle Dostálové (2012) Cviky na protažení svalu bedrokyčlostehenního a přímého svalu stehenního s.150 Cviky na protažení napínače povázky stehenní s.154**Volejbal** - nácvik individuálních herních činností dle metodické řady (nadhoz, odbití vrchem/spodem, příjem). Nácvik herních činností ve dvojici – s asistentkou – molitanový míč.**Bruslení s vodičem** – asistentkou v neustálém kontaktu, ideálně z každé strany dopomoc. |
| **Březen**Úpoly* přetahy, přetlaky, odpory, pády

Gymnastika* kladina
* rytmické a kondiční gymnastické činnosti s hudbou

Sportovní hry – volejbal * (HČJ), průpravná hra 3 :3, 6:6, podání vrchem- nácvik
 | **Úpoly** – průpravné úpoly vždy na měkké podložce, žíněnce. Neprovádět pády, vychýlení ve stoji ani statické výdrže a dlouhé přetlaky.Lze využít průpravná cvičení:<https://www.fsps.muni.cz/inovace-SEBS-ASEBS/elearning/prupravne-upoly/zasobnik-cviceni>**Gymnastika –** kladina s dopomocí, průpravná cvičení, jednoduché obraty, eliminovat pády – do dopomoci zapojit i spolužáky.Rytmická gymnastika bez omezení.**Volejbal** - nácvik individuálních herních činností dle metodické řady (nadhoz, odbití vrchem/spodem, příjem). Nácvik herních činností ve dvojici – s asistentkou – molitanový míč. |
| **Duben**Atletika* vytrvalost, fartlek
* rozvoj rychlosti, nízký start, šlapavá technika běhu – dokonalení, skok do dálky

Psychomotorické hry – rozvoj kreativity žáků | Atletika **běhy s vodičem** – asistentkou viz září, říjen**Psychomotorické hry bez omezení**, využití her bez zrakové kontroly pro celou skupinu s klapičkami (zejm. kooperační hry: přenášení předmětů, vytváření obrazců, rozvoj vnímání taktilních vjemů). Pomůcky: houbičky na nádobí, pírka, pingpongové míčky…) |
| **Květen**Atletika* štafetová předávka, štafetový běh 4x50 m
* vrh koulí

Pohyb. hry – rozvoj obratnostiSportovní hry – fotbal, softbal | Atletika **běhy s vodičem** – asistentkou viz září, říjen Vrh koulí neprovádět. Zopakovat hod granátem včetně průpravných cvičení a porovnat naměřené výsledky z předchozího období.**Sportovní hry – rozvoj obratnosti bez omezení.** Vyvarovat se kontraindikacím. **Fotbal**: nácvik herních činností – technika kopu, přihrávka, příjem/zpracování, odkop s ozvučeným míčem/molitanovým míčem/fotbalovým míčem **Softbal:** nácvik základních herních činností nadhoz, odpal. Možno využít měkký ozvučený míč, pálku větších rozměrů (příp. raketu na soft tennis). Kombinovat nadhoz/odpal s přesuny na stanoviště – výrazně označené. Průpravná cvičení – přesun na stanoviště na zvukový signál. Pálkovací hry dle metodiky Janečky a Bláhy (2013) str. 191. |
| **Červen**Pohybové a sportovní hryKompenzační a relaxační cvičeníKontrolní cvičení | **Pohybové a sportovní hry bez omezení.** Vyvarovat se kontraindikacím. **Goalball:**Průpravní cvičení s různými typy míčůUtkání s goalballovým míčem – byl zapůjčenPravidla:<http://www.sport-nevidomych.cz/index.php?dir=sporty&spr=goalball&page=pravidla>Ukázka utkání:<https://www.youtube.com/watch?v=IFXx6CyjzgE>**Kompenzační a relaxační cvičení provádět dle zásad** uvolňovacích cvičení dle Dostálové (2013) str. 123.Zařadit také dechová cvičení brániční/hrudní |
| **Kontrola plnění IVP v rámci TV:** | Vstupní diagnostika, průběžné hodnocení, pozorování a výstupní diagnostikamotorických schopností (Bartoňová, Kudláček) v červnu 2019. |
| **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** |  |  |

**Doporučená literatura:**

Dostálová, I. (2012). *Zdravotní tělesná výchova ve studijních programech Fakulty tělesné kultury*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

Janečka, Z., Bláha, L. (2013). *Motorické kompetence osob se zrakovým postižením.* Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

**Elektronicky zaslané metodické materiály:**

Fárová, H., Filipová, V., Kratěnová, J. (2003). Cvičení pro děti s vadným držením těla. Praha: Státní zdravotní ústav.

**V Olomouci dne**