

Sport a pohyb

Pohybová školička s tetou Editou

Cílem kroužku je rozvíjení řečových schopností a jazykových dovedností receptivních i produktivních, osvojení praktických dovedností přiměřeně věku, podporovat rozvoj talentu hravou formou, všestranný rozvoj dětí a podpora jejich duševní podpory i psychické zdatnosti.

Aerobic I. a II.

Během roku se děti naučí základní prvky aerobiku. Každá hodina je započata rozcvičkou, následují taneční sestavy s prvky aerobiku, ukončena je protahováním nebo hrou. Prvky budou postupně doplňovány točkami, výskoky a jinými sportovními prvky.

Disco Dance I. a II.

Děti se naučí základnímu tanečnímu názvosloví, rytmu, zlepší svou koordinaci a flexibilitu. Cílem skupiny pokročilých je zvládnout sestavy s obtížnějšími tanečními prvky a zúčastnit se amatérské taneční soutěže Hlučínský talent 2018.

Stolní tenis

Začátečníci se učí základní údery pálkou, nácviky podání, bekhend, forhend. Kromě tréninků u stolu se používá k nácviku podání robot.

Pokročilí se zaměřují na zlepšení úderů a herní taktiku, účastní se turnajů a okresního přeboru.

Šachy

Cílem je zlepšení taktického i strategického myšlení hráčů. Během roku se naučí jak správně rozehrát partii, jednoduché útočné plány ve střední hře a základní pochopení koncovek. Po absolvování kroužku by měl každý žák odcházet s větší šachovou sebejistotou a lepším taktickým i strategickým uvažováním.

Rybářský kroužek

Sportovní rybolov a rybářství patří i v dnešní moderní době plné počítačů stále k velmi oblíbeným sportům a koníčkům. Není totiž jen o rybářském sportu, ale také o lásce k přírodě, o učení se správnému chování v přírodě, o trpělivosti, šikovnosti a o mnoha dalších lidských vlastnostech. To je přece dobrý důvod navštěvovat rybářský kroužek, kde se děti rovněž seznámí s životním prostředím ryb, naučí se poznávat jednotlivé ryby. Čím více toho budou vědět, tím větší šanci na dobrý úlovek budou mít.

Pohádková jóga

Jóga napomáhá lepšímu držení těla, koncentraci, uvolnění a protáhnutí svalů. Při cvičení v tomto kroužku je vyprávěna pohádka, příběh, při kterém děti napodobují např. psa, horu pomocí naučených cviků.

JUDO

Cílem kroužku juda je dát možnost dětem co nejvíce si skvěle zasportovat a naučit se všem přednostem, které trénink juda přináší.

- judo podporuje všeobecný rozvoj dítěte
- judo bylo organizací UNESCO doporučeno jako nejvhodnější sport pro děti
- judo učí děti vzájemnému respektu a sebeovládání
- harmonicky se během tréninku doplňuje složka fyzická a výchovná
- judo učí děti trpělivosti a bojovnosti
- děti se naučí vítězit i přijímat prohru
- děti se naučí úctě k soupeři

Pohybové hry (ZŠ Hornická)

Rozvíjení pohybové zdatnosti dětí formou zábavných pohybových her, využití různých druhů míčů, sportovního nářadí a dalších i netradičních sportovních pomůcek.