POZNÁMKY k metodickému výstupu

* Odevzdat SP v tištěné podobě - jako podklad pro praktický metodický výstup (každý svou verzi, zpracovanou i diagnostiku i rozvoj funkčního stavu - dle zadání viz. IS).
* praktické předvedení metodického výstupu na zadané téma (rozdělit dle skupinek diagnostika cca 10 minut, rozvoj funkčního stavu cca 10-15 minut – celkem tedy

cca 35-40 minut max. na jedno téma).

* metodické výstupy
* na úvod sdělte základní informace a důležité didaktické zásady - z pohledu cvičitele
* jasně stanovte cíl, skupinu, vyspělost cvičenců
* praktická ukázka diagnostiky a následně ukázka rozvoje funkčního stavu základních pohybových schopností (viz. rozpis).

Při zpracování dbejte na :

* volbu vhodných diagnostických metod (standardizované testy)
* následný vhodný výběr cviků (nejvíce prospěšné) a jejich logickou návaznost
* ukázku - správné vysvětlení a provedení vybraných cvičení
* dodržování didaktických zásad při práci se seniory
* správné vedení a organizaci hodiny, vyjadřování – způsob mluvy
* pestrost, využití pomůcek při cvičení, volbu vhodné hudby ad.