

## **Sekce: Pohyb – Pohybově rekreační přestávky**

### **Název aktivity: Skákání přes švihadlo**

Autoři: kolektiv učitelů

Název školy: ZŠ Nedabyle

Ročník: -

Předmět: přestávky

Tematický okruh: -

Typ vyučované aktivity: -

Cíl aktivity: Smysluplný pohyb o přestávce, žák se naučí skákat přes švihadlo.

Pomůcky: švihadla

Terén: školní třída

Časová dotace: neomezeno

Popis aktivity:

Do každé třídy dáme asi tři švihadla a dovolíme žákům skákat přes ně o přestávkách. Aktivita navazuje na výuku tělesné výchovy, kdy se žáci učí skákat, ale zdaleka ne všichni to umí. Stanovíme určitý počet přeskoků a určíme termín přezkoušení v hodině tělesné výchovy a žáky to velmi motivuje naučit se skákat. Konkrétně v druhé třídě se naučili během dvou až tří měsíců skákat úplně všichni žáci, a to právě díky tréninku o přestávkách.