

## Plán lekce

<b>Jméno:</b>	<b>Daniel Růžička</b>
<b>Datum:</b>	
<b>Zadání:</b>	<b>Děti chtějí do parku a začít skákat, 10-13let</b>

Název lekce:

Hodnocení lektorů: Tato práce nesplňuje požadavky kurzu B

	Fyzická část výuky	Mentální aspect výuky
Hlavní cíl lekce (outcome)	Začít skákat v parku	Odbourávat strach
Vedlejší cíle lekce	Zlepšit stabilitu na prkně Rozhýbat děti na prkně (zlepšit rozsahy)	Problém s jízdou po ploše
Potřebné vstupní dovednosti	Smýkaný oblouk, zvládnout jízdu po ploše	
Úvod lekce	Seznámení s různými typy odrazu (ollie, nollie, pop), nejdříve na místě	problém s načasováním odrazu a koordinací pohybů
Hlavní část lekce	skoky za jízdy z plochy nsb (na mírném kopci).	Strach z pádu
Zakončení lekce	Skoky přes překážku (rukavice, sněhová koule)	Problém načasování odrazu a koordinace pohybu.
Předpokládané problematické momenty	Děti nikdy neskákali Koordinace pohybů problém s jízdou po ploše Zledovatělý sníh	různá mentální úroveň dětí různý věk
Alternativa problematických situací		
Stručný plan navazující lekce	skoky na sjezdovce, větší skoky, skoky přes hranu	strach z rychlosti a většího skoku