

METODIKA SNOWBOARDINGU



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Autor: Mgr. Luboš Veselý

Číslo projektu školy	CZ.1.07/1.5.00/34.0963
Číslo a název šablony klíčové aktivity	III/2 Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT
Číslo materiálu	VY_32_INOVACE_TV_S1_09
Popis výukového materiálu	

Název: Jízda na vleku

Autor: Mgr. Luboš Veselý

Datum: 4.9.2012

Obor: 65-51-H/01 Kuchař, kuchařka; **65-51-H/01** Číšník, servírka; 66-41-L/01 Obchodník; 65-41-L/01 Gastronomie; 65-41-L/504 Společné stravování

Ročník: 1. a 2. ročník

Předmět: TV

Anotace výukového materiálu

1. Metodický materiál zahrnuje metodiku nácviku jednotlivých základních pohybových činností při výuce snowboardingu a jízdy na sjezdových lyžích. K slovnímu popisu je přiložen filmově zpracovaný výukový materiál, v případech kde je to nutné se slovním doprovodem. Cílem materiálu je správným způsobem naučit studenta využívat filmového záběru pro vlastní zdokonalení pohybových dovedností. Zároveň se naučí zpracovat filmový materiál a následně s ním pracovat v dalších programech. Tímto je zajištěna výuková nadstavba v rámci ICT.

2. Celý projekt proběhne v rámci lyžařského a SNB kurzu pořádaného školou. Žáci dostanou na začátku kurzu přidělen jeden nebo více výukových materiálů, který budou mít ve dvojicích za úkol samostatně zpracovat. Při výběru úkolu se bude přihlížet k úrovni dovedností studentů. Z tohoto přiděleného materiálu potom vytvoří filmový záznam, který s nimi bude každý večer z metodického hlediska rozebrán a bude upozorněno na chyby a způsob jejich odstraňování. Následně bude tento materiál sestřihán ve škole na hodinách ICT a vložen do prezentace vytvořené autorem výukového materiálu.

Studenti si tímto způsobem prakticky osvojí základní i pokročilé dovednosti při jízdě na lyžích či SNB. Uvidí sami sebe na filmovém záznamu a budou s nimi rozebrány chyby, kterých se dopustí a doporučen způsob jejich odstranění. Druhý den si mohou sami prakticky ověřit získané poznatky.

3.K realizaci daného výukového materiálu bude zapotřebí tohoto vybavení:

digitální kamera alespoň 2 ks

notebook využívaný na kurzu 3ks

datapojektor

nové programové vybavení (stříhací program)

JÍZDA NA VLEKU

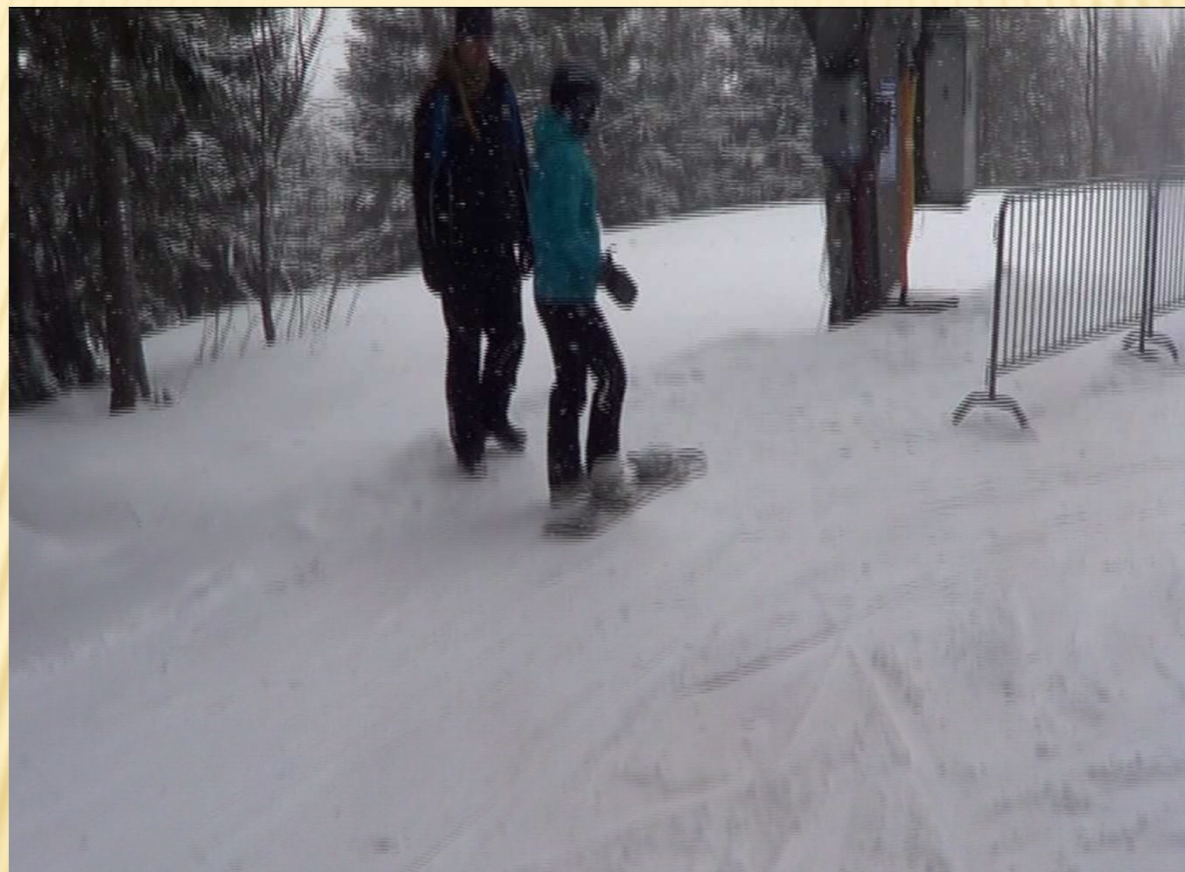
× Jízda na kotvě nebo pomě

- × Podmínkou jízdy na vleku je vždy odepnutá zadní noha, ta pomáhá při vyrovnávání rovnováhy
- × Kotvu nebo pomu si zasunu vždy za přední nohu
- × Při rozjezdu si pomáhám odrazem(odšlapem) volné nohy
- × Při jízdě dávám volnou nohu mezi vázání, dobrá je antismyková podložka
- × Při vystupování vyndám unašeč kotvy nebo pomy ze stojné nohy a pomalu jej pustím před sebe
- × Doporučuji vyzkoušet jízdu na rovině pomocí hůlky, kterou simuluji unašeč kotvy

× Jízda na sedačce

- × Podstatně snadnější způsob jak se dostat na kopec
- × SNB máte buď sundaný nebo na jedné noze (dle druhu sedačkové lanovky)

UKÁZKA JÍZDA NA VLEKU



OVĚŘENÍ ZA POMOCI NÁSLEDUJÍCÍCH POKYNŮ

- ✖ Žáci dostanou od instruktora jedno nebo několik témat, která zpracují dle následující pomocné osnovy
 - + Natočit jeden nebo více filmových klipů
 - + Filmový klip rozebrat s instruktorem večer na chatě
 - + Filmové klipy upravit ve škole při hodinách IKT v programu Pinnacle
 - + Při úpravě využívat zejména funkcí: střihání, efekty - zpomalování filmu, podmalování hudbou, opakování pohybu, obraz v obraze....
 - + Výsledný film vložit do připravené složky na počítačovém serveru školy jako PowerPointová prezentace
 - + Výstupem je vytvořen krátkého filmu, při jehož tvorbě si žáci osvojili základy práce s kamerou, práce se střihacím programem a práce s PowerPointovou prezentací

POUŽITÉ ZDROJE

- ✕ Autor videoklipů: Mgr. Luboš Veselý