

# METODIKA LYŽOVÁNÍ



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_S2_12

- **Název:** Oblou z přivrátu ke svahu
- **Autor:** Mgr. Luboš Veselý
- **Datum:** 17.2.2013
- **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 filmové 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 sestříhán 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
- dataprojektor
- nové programové vybavení (stříhací program)

# Oblouk z přívratu ke svahu P

- Jízda šikmo svahem
- Oblouk vlevo
- Spodní noha(pravá) do přívratu
- Přenesu na ni váhu – zatočím vlevo, ke svahu
- Na opačnou stranu je postup obráceně

# Oblouk z přívratu ke svahu P



# 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: stříhání, 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 stříhacím programem a práce s PowerPointovou prezentací

# Použité zdroje

- Autorem komentáře a videoklipů:
- Mgr. Luboš Veselý