

Základná škola, Školská 3, Čierna nad Tisou



Čierna nad Tisou, 26.08. 2009

**PaedDr. Ľuba Pavliková**  
riaditeľka školy

(pečiatka školy)

[www.zsskolcnt.edu.sk](http://www.zsskolcnt.edu.sk)  
[gozscnt@zoznam.sk](mailto:gozscnt@zoznam.sk)  
Tel.: 056 63 505 09



**motto : „ Chráň si svoje zdravie“**

**Výchovný program pre Školské športové stredisko pri ZŠ, Školská 3, Čierna nad Tisou**

**Názov programu: Mladý futbalista**

Vyučovací jazyk: **slovenský**

Študijná forma – **denná**

Druh školy: **štátna**

Predkladateľ:

Názov školy: **Základná škola**

Adresa: **Školská 3, Čierna nad Tisou**

IČO: **35541130**

Riaditeľ školy: **PaedDr. Ľuba Pavliková**

Koordinátor pre tvorbu VP ŠŠS: Mgr. Silvia Bacskaiová

Ďalšie kontakty: 056 63 505 09, e-mail: [gozscht@zoznam.sk](mailto:gozscht@zoznam.sk)

Zriaďovateľ:

Názov: **Mesto Čierna nad Tisou**

Adresa: **Námestie pionierov 1, Čierna nad Tisou**

Kontakty:

PaedDr. Ľuba Pavliková

riaditeľka školy

Platnosť dokumentu od 1. septembra 2009

## V Ý C H O V N Ý   P R O G R A M   Š Š S pri ZŠ v Čiernej nad Tisou, Školská 3 školský rok 2009/2010

### Názov programu: Mladý futbalista

#### Analýza výchovno-vzdelávacích výsledkov

Pri hodnotení výchovno-vzdelávacích výsledkov za minulý školský rok môžeme konštatovať, že úlohy, ktoré boli vytýčené plánom práce ŠŠS boli splnené.

V školskom športovom stredisku so zameraním na futbal pracovalo v školskom roku 2008/2009 22 žiakov. Pre žiakov sa realizovala príprava trikrát týždenne. Trénerom žiakov bol vyučujúci telesnej výchovy, ktorý pre žiakov plánoval a realizoval pestré a zaujímavé činnosti. Športové súťaže boli realizované na úrovni školy, obvodu, regiónu. Už tradične piaty rok sa v máji na našej škole organizoval futbalový turnaj O putovný pohár riaditeľa školy.

Výchovno-vzdelávacia činnosť ŠŠS sa zameriavala na športovú prípravu talentovaných žiakov vo futbale, ktorá úzko nadväzuje na povinnú školskú telesnú výchovu.

#### Poslanie a ciele výchovy ŠŠS

Školské športové stredisko je výchovno-vzdelávacie zariadenie, ktoré poskytuje pohybovo nadaným žiakom možnosť rozšírenej telesnej výchovy a športovej prípravy v čase mimo vyučovania. Prispieva k všestrannému, telesnému, pohybovému a duševnému rozvoju osobnosti žiakov. Vytvára základné podmienky na špecializáciu (futbal) a perspektívny výkonnostný rast.

##### Ciele:

- vysvetliť dôvody potreby vykonávania pohybovej činnosti v súvislosti s ochranou zdravia,

- dosiahnuť u talentovaných žiakov úroveň osvojenia herných činností jednotlivca, herných kombinácií a systémov vo futbale so schopnosťou hrať stretnutie podľa pravidiel na úrovni postupových súťaží,
- vytvárať podmienky pre telesný, psychický a sociálny rozvoj žiakov.

### **Cieľová skupina, proces, kritéria výberu**

Žiaci školy, ktorí navštevovali pohybovú prípravu v rámci krúžkovej činnosti na 1. stupni. Žiaci odporúčaní učiteľmi vyučujúcimi TEV na 1. stupni.

### **Proces**

Proces športovej prípravy v ŠŠS sa rozdeľuje na niekoľko na seba nadväzujúcich etáp. Perspektívne zameranie vo futbale prebieha v troch etapách:

1. etapa základnej športovej prípravy,
2. etapa začiatkovej špecializovanej športovej prípravy,
3. etapa prehĺbenej špecializovanej prípravy.

V školskom roku 2009/2010 bude školské športové stredisko zamerané na rozvoj pohybových zručností talentovaných žiakov vo futbale. Práca bude realizovaná:

- pravidelnou činnosťou s dotáciou 6 vyučovacích hodín v popoludňajších hodinách v priebehu týždňa alebo v doobedňajších hodinách v dňoch pracovného pokoja podľa potreby,
- uskutočňovaním jednorázových alebo pravidelných podujatí, súťaží, odborných sústredeń a exkurzií,
- individuálnym prístupom vo vzťahu k talentovaným žiakom,
- prázdninovou činnosťou formou krátkodobých podujatí pre žiakov.

### **Kritériá výberu talentovaných žiakov pre futbal**

- a) zdravotné,
- b) morfológické,
- c) funkčné,

- d) psychologické,
  - e) sociálne,
  - f) pohybové a pedagogické.
- a) **Zdravotný stav** – pri výbere talentovaných žiakov pre šport, dbáme na to, aby každé prijaté dieťa bolo zdravé. Prijatie žiakov, ktorí sa javia ako talentovaní na futbal, ale majú odchýlku zdravotného stavu sa rieši pohovorom s rodičmi. Ich úlohou je spojiť sa s odborným lekárom, ktorý na základe vyšetrenia (ne) odporučí prijatie.
- b) **Morfologické predpoklady** – držanie tela, kostra ( šírka kĺbov, zápästia, hrudníka), postavenie dolných končatín, obezita, celkový vzhľad postavy.
- c) **Funkčné schopnosti** – predpoklady trénovateľnosti, ktorej ukazovateľom je vitálna kapacita.
- d) **Sociálne hľadisko výberu** – pri výbere je potrebné poznať, v akom prostredí sa nachádzajú sledovaní adepti (rodina, škola), aký je vzťah rodičov k športu, tréningu, ako pomáhajú rodičia pri zostavovaní a dodržiavaní denného poriadku mladého športovca.
- e) **Psychologické hľadisko výberu** – základným kritériom, ktoré vyjadruje všeobecné psychologické predpoklady je primeraná motivácia, teda čo chce mladý športovec dosiahnuť, aké má inšpirácie, čo ho zaujíma, alebo prečo sa zaoberá futbalom. Významnými kritériami výberu sú psychologické vlastnosti: agresivita, odvaha riskovať, pocit sily a zodpovednosti, zmysel pre spoluprácu.
- f) **Pohybové a pedagogické kritéria** – pri výbere sa sledujú všeobecné a špecifické prejavy sily, rýchlosti, obratnosti, výkonnosti a pohyblivosti, úroveň pohybových zručností a predpoklady pre ich ďalší rozvoj.

Výber sa vykonáva postupne, etapovite a delí sa na predbežný, základný a špeciálny.

#### 1. predbežný výber

2. základný výber – zameriava sa na všeobecné pohybové schopnosti, ktoré sú overované na základe ukazovateľov:

- beh na 50 m z vysokého štartu – faktor bežeckej rýchlosti,
- beh na 30 m s letným štartom – maximálna rýchlosť pohybu,
- skok do diaľky z malého miesta – faktor výbušnej sily,
- hod plnou loptou 2 kg – faktor absolútnej sily,
- sed- ľah – faktor dynamickej sily,

- 12 minútový beh- faktor všeobecnej vytrvalosti,
- predklon- faktor ohybnosti.

Pri vyhodnocovaní sa berie do úvahy aj prospech žiaka, záujem a postoj žiaka i rodičov.

3. špeciálny výber – na zisťovanie špeciálnych pohybových zručností sa používa nasledovný

test :

- streľba (nohou i hlavou),
- vedenie lopty medzi plnými loptami,
- preberanie lopty,
- prihrávka ( nohou i hlavou).

### **Tematické oblasti športovej prípravy**

Obsah športovej prípravy sa realizuje prostredníctvom zložiek.

- všestranná telesná príprava,
- technicko-taktická príprava,
- psychologická príprava,
- teoretická príprava.

### **Výkonový a obsahový štandard, kompetencie a postoje**

#### **Futbal pre talentovaných žiakov**

#### **KOMPETENCIA:**

Žiak vo futbale dosahuje takú úroveň osvojenia herných činností jednotlivca, herných kombinácií a systémov, že je schopný hrať stretnutie podľa pravidiel.

#### **VÝKONOVÝ ŠTANDARD**

- § vedieť správne pomenovať, popísať, prakticky ukázať, v hre (stretnutí) uplatniť techniku základných herných činností jednotlivca ( útočné, obranné, činnosť brankára) a využiť herné kombinácie a systémy,
- § vedieť pomenovať a popísať funkcie hráčov v obrane i v útoku,
- § vedieť vysvetliť základné pravidlá futbalu,

- § vedieť zostaviť a prakticky viesť rozcvičenie (vlastné, aj skupinu spolužiakov) pred hrou, resp. stretnutím,
- § vykonávať funkciu rozhodcu (pomocného rozhodcu), zapisovateľa, časomerača na hodinách určených na hru (stretnutie) a v záujmovej forme športových hier a viesť jednoduchý pozorovací hárok o hráčskom výkone družstva,
- § vedieť posúdiť reálnu hodnotu svojho individuálneho športového výkonu a aj výkonu svojho družstva.

## OBSAHOVÝ ŠTANDARD

### Vedomosti:

- § systematika herných činností, základná terminológia,
- § technika herných činností jednotlivca,
- § herné kombinácie a herné systémy,
- § herný výkon vo futbale, hodnotenie športového výkonu,
- § funkcie hráčov na jednotlivých postoch,
- § základné pravidlá futbalu,
- § organizácia jednoduchej súťaže vo futbale (rozhodcovia, časomerači, zapisovatelia, pozorovatelia a pod.)
- § zásady fair-play.

Na základe týchto a ďalších vedomostí možno u žiakov rozvíjať schopnosti a nadobudnúť nasledovné zručnosti :

### Zručnosti a schopnosti:

- § kondičná príprava, základné kondičné a koordinačné schopnosti,
- § popísať a prakticky ukázať správnu techniku herných činností jednotlivca:
  - futbal** – prihrávka, tlmenie lopty, strelba, dribling, obsadzovanie hráča bez lopty a s loptou
- § plniť úlohy (funkcie) súvisiace s realizáciou hry v stretnutí: hráčske funkcie, funkcie rozhodcov, jednoduché organizačné funkcie,
- § efektívne plniť taktické úlohy družstva v hre (stretnutí),
- § poznať a vykonávať pohybové činnosti, ktoré pôsobia na rozvoj kondičnej pripravenosti pre dané športové hry.

Za pomoci týchto vedomostí, zručností a schopností v priebehu vyučovacieho procesu predpokladáme vytvorenie postojov u žiakov:

**Postoje:**

- § prejavovať trvalý pozitívny vzťah k športovým hrám ako predpokladu na ich celoživotné uplatňovanie v individuálnej pohybovej aktivite,
- § súťažením vo futbale preukázať pozitívny postoj k telovýchovnému procesu
- § mať pozitívny vzťah k spoluhráčom i k súperovi,
- § dodržiavať prijaté normy a pravidlá,
- § dodržiavať zásady fair-play,
- § prejavovať snahu o sebazdokonaľovanie, húževnatosť, statočnosť, vytrvalosť,
- § mať zážitok z vykonávanej pohybovej činnosti,
- § vedieť zvíťaziť a prijať prehru v športovom stretnutí i v živote, uznať kvality súpera.

## **Výchovný plán štvorročnej prípravy ŠŠS**

### **1. rok prípravy-** etapa základnej športovej prípravy ( výber talentovaných jedincov)

Obsah:

- znalosť pravidiel futbalu,
- vedenie lopty,
- hra hlavou,
- tlmenie lopty,
- strelba z miesta,
- autové vhadzovanie,
- hra brankára,
- strelba po vedení lopty.

### **2. rok prípravy –** dokončovanie výberu, formovanie kolektívu, zdokonaľovanie herných činností jednotlivca

Obsah:

- prihrávky priehlavkom,



- tlmenie lopty chodidlom a priehlavkom,
- vedenie lopty so zmenou smeru,
- strel'ba po vedení lopty, strel'ba hlavou,
- štandardné situácie,
- činnosť brankára – s vybranými žiakmi.

**3. rok prípravy** – herné cvičenia, v ktorých sa hráči učia samostatne riešiť jednoduché i zložitejšie herné situácie

Obsah:

- prihrávky na jeden dotyk,
- tlmenie lopty stehnom a hrudníkom,
- odoberanie lopty, obchádzanie súpera,
- strel'ba priamo z prihrávky,
- systém 4-3-3 a 4-4-2,
- postavenie obrany, zabezpečovanie a križovanie,
- prechodná fáza- z obrany do útoku,
- útočné fázy,
- činnosť brankára- vybiehanie.

**4. rok prípravy** – zdokonaľovanie činnosti z nižších ročníkov a z nových činností s dôrazom na taktiku hry. Hráči sa začínajú špecializovať na jednotlivé posty v hre.

Obsah:

- riešenie herných situácií – obsadzovanie hráča bez lopty,
  - obsadzovanie priestoru,
  - kombinovaná obrana,
  - modelovaná a motivovaná hra.

## **Plán ročnej činnosti ŠŠS**

Plán ročnej činnosti ŠŠS je zostavovaný na základe výchovného plánu štvorročnej prípravy. Rozdeľuje sa na tri obdobia:

**Prípravné obdobie** – hlavnou úlohou tohto obdobia je rozvoj obratnosti, rýchlosti a vytrvalosti. Pravidelne sa nacvičuje technická i taktická stránka herných činností.

**Hlavné obdobie** – hlavný obsah tvorí účasť v súťažiach, preto sú jednotlivé tréningové cykly a tréningové jednotky plánované a prispôsobované kalendáru súťaží. Nacvičujú sa štandardné situácie, zdokonaľujú sa nácvikové činnosti a hrajú sa prípravné stretnutia.

**Prechodné obdobie** – uzatvára a zhodnotí celoročný cyklus. Obsahovo je zamerané na odstránenie únavy a pohybová činnosť je rekreačného charakteru. Pestujú sa doplnkové športy – hlavne volejbal a basketbal.

## **Personálne zabezpečenie**

V ŠŠS pracuje 1 učiteľ na čiastočný úväzok. ŠŠS v školskom roku 2009/10 môže navštevovať maximálne 22 žiakov.

## **Materiálno – technické priestorové podmienky**

Výchovno-vzdelávací proces v ŠŠS prebieha v dvoch telocvičniciach a na školskom ihrisku základnej školy. Telocvične a ihrisko sú z hľadiska priestorovej kapacity vyhovujúce. Priestory sú vybavené potrebným náčiním a náradím, ktoré je v značnej miere opotrebované.. V zlom stave je parketová podlaha v priestoroch malej telocvične. Pomôcky, didaktické pomôcky a dresy zabezpečuje základná škola zo svojich finančných zdrojov.

## **Podmienky na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri výchove**

Žiak sa do školského športového strediska môže prihlásiť na začiatku školského roka so súhlasom vyučujúceho, ktorý urobí výber žiakov na základe kritérií.

Za bezpečnosť žiakov počas výchovnej činnosti v ŠŠS zodpovedá vyučujúci. Poučenie o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci a o vnútornom poriadku sa vykonáva na začiatku školského roka. Prechod žiakov do telocvične a na školské ihrisko zabezpečuje vyučujúci.

Pri činnostiach organizovaných mimo objektu ŠŠS nemožno zveriť vyučujúcemu viac ako 22 žiakov. Ak si to vyžaduje náročnosť prostredia alebo výkon činnosti, určí riaditeľ školy vyšší počet pedagogických pracovníkov alebo nižší počet žiakov.

Pri súťažiach a iných podujatiach ŠŠS zodpovedá za žiakov vyučujúci až do ich rozchodu pred budovou ZŠ. Z miesta konania môže byť žiak uvoľnený len na základe písomného súhlasu rodičov.

V prípade úrazu poskytne vyučujúci prvú pomoc, oznámi ho vedeniu školy a spíše záznam o úraze. Ak zistí vyučujúci u žiaka nevoľnosť, teplotu, zhoršený zdravotný stav, upovedomí ihneď rodičov.

Vyučujúci ŠŠS je povinný priebežne monitorovať zmeny v správaní žiakov a v prípade oprávneného podozrenia zo zanedbávania, fyzického alebo psychického týrania, šikanovania alebo v prípade účasti žiaka oznámiť riaditeľovi školy.

### **Vnútorňý systém kontroly a hodnotenia detí a žiakov**

V práci sa zameriavame na evidenciu dochádzky, športovú výkonnosť, výsledky stretnutí, ako aj na vývoj celého družstva. Pravidelne sa robí kontrola a vyhodnocujú záznamy o stretnutiach. Testovaním sa posudzuje výkonnosť každého hráča.

#### **Ciele hodnotenia:**

- poskytnúť žiakovi spätnú väzbu pri získavaní požadovaných zručností a vedomostí a o tom, ako ich dokáže využiť,
- motivácia žiakov k ďalšiemu sebazdokonaľovaniu,
- pravidelná informovanosť rodičov žiaka o práci a správaní žiaka.

### **Vnútorňý systém kontroly a hodnotenia zamestnancov školského zariadenia**

Vnútroškolská kontrola pomáha pri zabezpečovaní priaznivých materiálnych a sociálnych podmienok pre učiteľov a žiakov, pomáha zabezpečiť chod školského zariadenia, poskytuje obraz, pohľad na prácu vyučujúceho vo vývoji a perspektíve, formuje osobnosť vyučujúceho spätnou väzbou a motiváciou.

#### **Kritériá na hodnotenie zamestnancov:**

- hospitácie,
- pozorovania,
- rozhovor,
- hodnotenie výsledkov vyučujúceho v súťažiach a pri organizovaní podujatí,
- hodnotenie výsledkov vyučujúceho v oblasti ďalšieho vzdelávania, tvorby učebných pomôcok, mimoškolskej činnosti a pod.,
- hodnotenie vyučujúceho manažmentom školy.

## **Požiadavky na kontinuálne vzdelávanie pedagogických zamestnancov**

Vyučujúci ŠŠS si priebežne dopĺňa vzdelanie formou školení v oblasti informačno-komunikačných technológií a trénerských kvalifikácií.

V Čiernej nad Tisou, 26.08.2009

PaedDr. Luba Pavliková  
riaditeľka školy

## Rámcový plán činnosti ŠŠS v šk. roku 2009/2010

Mesiac	Činnosť
September	Rozvoj rýchlosti- prípravné cvičenia
	Rozvoj obratnosti- strečing
	Rozvoj vytrvalosti
Október	Rozvoj sily ( obvodové kolo vo futbale)
	Vedenie lopty - dribling
	Prihrávky- vedenie lopty
November	Prihrávky- vonkajšie- vnútorné
	Tlmenie lopty- prihrávky po zemi
	Vhadzovanie lopty
	Strelba po vedení lopty
December	Strelba po prihrávke ( turnaje)
	Vedenie lopty- zmena smeru
Január	Herné činnosti
	Obchodenie súpera kľučkou
	Obsadzovanie súpera bez lopty
Február	Odoberanie lopty
	Hra brankára- chytanie
	Osobná obrana- osobné bránenie
	Herné kombinácie
Marec	Útočné kombinácie
	Hra brankára
	Spracovanie lopty- hlavou, telom
Apríl	Strelba na bránu
	Prípravné cvičenia
	Vedenie lopty – vnútornou stranou
	Rozvoj obratnosti ( prípravné cvičenia)
Máj	Rozvoj rýchlosti ( prípravné cvičenia)
	Prípravné zápasy na okresné kolá vo futbale
	Prihrávky ( vonkajším priehlavkom)
	Strečing- vytrvalosť
	Prihrávky telom, nohou
Jún	Futbalové zápasy
	Prípravné zápasy
	Futbalové turnaje