

VÝUKOVÝ PROGRAM

Organizace	Středisko volného času, Most, Albrechtická 414, příspěvková organizace
Číslo výukového programu	18.
Oblast	Tělesná výchova a sport
Cílová skupina/ počet žáků	4. až 9. třída ZŠ (16 žáků)
Název výukového programu	VOLEJBAL
Období platnosti výukového programu	Školní rok 2026–2027
Místo konání	Středisko volného času, Most, Albrechtická 414, příspěvková organizace, Albrechtická 414, 434 01
Časová dotace	75 minut
Popis programu	• Osvojení práce s různě velkými míči • Obratnost, rychlost, síla, vytrvalost... • Zábavnou formou přiblížit volejbal dětem
Učební pomůcky	Míče, švihadla, značky, odrážedlo, koš, žíněnky, síť
Lektor/kontakt	Eva Kouřilová – 603 707 246

Blok výuky	Volejbal – hraní s míčem
Prostředí	Tělocvična, hřiště
Velikost skupiny	16 žáků
Časová dotace	90 minut
Obsah výuky	• Zahřátí a rozcvička • Nácvik volejbalových úderů - práce s míči individuálně, ve dvou i skupinách • Hry, soutěže na rozvoj techniky a pohybu ve volejbale
Výukové metody	Zážitková pedagogika
Učební pomůcky	Míče, míčky, overbaly, švihadla, žíněnky, síť, obruče, nudle

V Mostě, dne: 27. 4. 2026

Ředitelka SVČ Most: Danuše Lískovcová