

O B S A H	Str.
Předmluva	5
1. Sportovní hry v období mladšího školního věku (F.Mazal)	6
1.1. Charakteristika věkového období 6-8 let	7
1.1.1. Rozvoj pohybových schopností	9
1.2. Charakteristika věkového období 8-11 let	10
1.2.1. Rozvoj pohybových schopností	11
2. Poznámky k systematice a klasifikace her na 1. stupni ZŠ (F. Mazal)	11
3. Místo sportovních her na 1. stupni ZŠ (T.Dohnal)	13
3.1. Sportovní hry a pohybové schopnosti	14
3.2. Sportovní hry a pohybové dovednosti	14
3.3. Sportovní hry a zdraví	15
3.4. Sportovní hry a rozvoj vědomostí	16
3.5. Faktory ovlivňující realizaci sportovních her na 1. stupni ZŠ	17
3.6. Bezpečnost ve sportovních hrách	19
3.7. Grafické značení ve sportovních hrách	20
3.8. Sportovní hry v osnovách ZŠ	21
3.8.1. Osnovy pro 1. a 2. ročník ZŠ	22
3.8.2. Osnovy pro 3. a 4. ročník ZŠ	22
4. Základní herní činnosti jednotlivce v košíkové a házené (T. Dohnal)	24
4.1. Uvolňování bez míče - hráčský střeh	24
4.2. Manipulace s míčem	26
4.3. Chytání míče	27
4.3.1. Průpravné hry pro uchopování, držení a chytání míče ...	29
4.4. Uvolňování hráče s míčem na místě a v pohybu	30
4.4.1. Obrátka	33
4.5. Přihrávání	34
4.5.1. Příklady průpravných her	36
4.6. Střelba	40
4.6.1. Střelba v košíkové	40
4.6.2. Střelba v házené	42
4.7. Některé didaktické a organizační zásady výuky košíkové a házené	43
5. Netradiční činnosti a jejich využití v obsahu sportovních her (T. Dohnal)	44
5.1. Létající talíře	44
5.2. Ringo	45
5.3. Hry a hrátky s pálkou	46
5.4. Hrátky s míči	48
6. Volejbal na 1. stupni ZŠ (F. Mazal)	50
6.1. Několik cvičení pro rozvoj pohybových schopností	51
6.2. Nácvik herních činností jednotlivce	51
6.2.1. Nácvik odbití oběma spodem (bagr)	52
6.2.2. Nácvik odbití oběma vrchem	52

7.	Kopaná na 1. stupni ZŠ (D. Kříž)	53
7.1.	Rozbor obsahu hry	54
7.2.	Zásobník průpravných cvičení	59
7.3.	Zásobník průpravných her	61
7.4.	Metodické poznámky k organizaci a obsahu výuky kopané ..	64
Literatura		64
Příloha 1: Pravidla miniházené		67
Příloha 2: Pravidla minibasketbalu		72
Příloha 3: Pravidla minivolejbalu		80
Příloha 4: Materiální vybavení pro výuku kopané		81