

# Obsah

---

|                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Pohybem rozvíjíme tělo i mysl .....                                                   | 6  |
| Psychomotorika .....                                                                  | 6  |
| Co je psychomotorika? .....                                                           | 6  |
| Oblasti rozvíjené psychomotorikou .....                                               | 7  |
| Oblast osobní – vlastního těla, "já" .....                                            | 7  |
| Společenská oblast – kompetence sociální .....                                        | 7  |
| Oblast materiální – kompetence interakce s prostředím .....                           | 8  |
| Hlavní didaktické aspekty a principy psychomotoriky .....                             | 8  |
| Klasické pohybové hry vs. psychomotorické hry – v čem spočívají hlavní rozdíly? ..... | 9  |
| Psychomotorické aktivity ve škole .....                                               | 11 |
| Kde a jak zařazovat psychomotorické aktivity .....                                    | 11 |
| Učitel nebo vedoucí psychomotorických aktivit .....                                   | 12 |
| Úkoly učitele v jednotlivých fázích přípravy a vedení programu: .....                 | 12 |
| Plánování a příprava programu .....                                                   | 12 |
| Principy vedení psychomotorických aktivit a činnosti učitele v průběhu .....          | 13 |
| Reflexe v psychomotorice .....                                                        | 14 |
| Aspekty, které učitel sleduje v průběhu aktivit .....                                 | 15 |
| Poznatky, k nimž je směřována reflexe .....                                           | 15 |
| Příklady reflexních technik .....                                                     | 16 |
| Sborník psychomotorických aktivit .....                                               | 18 |
| Hry bez pomůcek .....                                                                 | 19 |
| Hry s padákem .....                                                                   | 31 |
| Hry s nafukovacími balónky .....                                                      | 39 |
| Hry s lany a švihadly .....                                                           | 44 |
| Hry s novinami .....                                                                  | 49 |
| Hry s barevnými kloboučky .....                                                       | 55 |
| Hry s pěnovými nudlemi .....                                                          | 56 |
| Závěrem .....                                                                         | 59 |
| Literatura .....                                                                      | 60 |