

Obsah

Úvodem	5
Motorické kompetence a pohybová gramotnost	6
Děti s PAS a pohyb	7
Zásady komunikace s lidmi s PAS	8
Další specifika a doporučení při práci s dětmi s PAS	11
Vizualizace – příklady piktogramů	13
Literatura k teoretickým východiskům	14
K metodické části publikace	16
Kompenzační cvičení (Knappová Věra, Marešová Lucie)	17
Dovednostní dráhy	18
Uvolňovací a protahovací cvičení	21
Posilovací cvičení	42
Relaxační a dechová cvičení	54
Psychomotorika (Kavalířová Gabriela)	58
Koberečky	60
Vozíky	63
Kometky	64
Šátky	65
Kelímky a míčky	68
Destičky a míčky	70
Tyče a ringo kroužky	72
Psychomotorický padák	74



Pohybové hry (Kalistová Petra)	78
Dirigenti s tyčemi a míči	81
Balančníci na slzičce	82
Skokani v minovém poli	83
Lezci na boulích	84
Lezci ve výškách	85
Bubeníci	86
Chodci s řapíčkami	87
Chodci na nestabilních chodnících	88
Norníci	89
Artisti	90
Hráči s pamětí	91
Hráči s míči	92
Rovnovážníci na BOSU	93
Dvojčata s míčem	94
Rytíři	95
Řidiči autobusu	96
Trosečníci	97
Balancující ostrované	98
Skokani v pohybu	99
Citovaná literatura k praktickým činnostem	100
ProCit	102
Závěrem	106
Summary	107

