

## POUŽITÁ A DOPORUČENÁ LITERATURA

1. Belšan, P.: Tělesná výchova pro 5.-8. ročník základní školy. Praha, SPN 1980.
2. Beran, P. a kol.: Skoky. Praha, Olympia 1987.
3. Dostál, E. a kol.: Didaktika školní atletiky. Praha, SPN 1983.
4. Dostál, E. a kol.: Sprinty. Praha, Olympia 1985.
5. Dostálová, M. a kol.: Zlatá kniha rekordů. Praha, Olympia 1987.
6. Dovalil, J.-Choutková, B.: Abeceda tréninku chlapců a děvčat. Praha, Olympia 1988.
7. Dovalil, J.: Malá encyklopedie sportovního tréninku. Praha, Olympia 1982.
8. Fejtek, M.: Celoroční program sportovní přípravy žactva v oddílech TJ. Praha, VMO ČÚV ČSTV 1983.
9. Folprecht, V.: Světová atletika v obrazech. Praha, Olympia 1988.
10. Choutka, M. - Dovalil, J.: Základy sportovního tréninku. Praha, Univerzita Karlova 1982.
11. Choutka, M. - Dovalil, J.: Sportovní trénink. Praha, Olympia 1988, 1991.
12. Choutková, B. - Sušanka, P. - Beran, P.: Běhej, skákej, házej. Praha, Olympia 1977.
13. Choutková, B.: Vybrané kapitoly ze školní atletiky. Praha, Olympia 1984.
14. Choutková, B. - Fejtek, M.: Malá škola atletiky. Praha, Olympia 1989.
15. Jirka, J. - Popper, J. a kol.: Malá encyklopedie atletiky. Praha, Olympia 1990.
16. Jurečka, J. a kol.: Atletika. 1.díl, učební texty. Praha, Olympia 1979.
17. Kervitcer, J. - Bláha, K.: Běhy na střední a dlouhé tratě a chůze. Praha, Olympia 1981.
18. Kervitcer, J.: Programy činnosti zájmových tělovýchovných útvarů 5. - 8. tříd základních škol - Atletika. Praha, MO ČÚV ČSTV 1987.
19. Kněnický, K.: Technika lehkooatletických disciplín. Praha, SPN 1974.
20. Kostková, J. a kol.: Didaktika školní tělesné výchovy. Praha, SPN 1981.
21. Kuchen, A. a kol.: Atletika. Encyklopedia. Bratislava, Šport 1985.
22. Pravidla atletiky. Praha, Olympia 1985.
23. Riess, L.W.: Lehká atletika. Praha, Ymcatisk 1923.

|   |            |
|---|------------|
| <b>SKOK VYSOKÝ .....</b>                    | <b>111</b> |
| Charakteristika.....                        | 111        |
| Historie.....                               | 113        |
| Technika.....                               | 116        |
| Didaktika.....                              | 119        |
| Trénink.....                                | 126        |
| <br>  |            |
| <b>SKOK O TYČI .....</b>                    | <b>131</b> |
| Charakteristika.....                        | 131        |
| Historie.....                               | 133        |
| Technika.....                               | 136        |
| Didaktika.....                              | 140        |
| Trénink.....                                | 150        |
| <br>  |            |
| <b>VRH KOULÍ .....</b>                      | <b>155</b> |
| Charakteristika.....                        | 155        |
| Historie.....                               | 157        |
| Technika.....                               | 160        |
| Didaktika.....                              | 162        |
| Trénink.....                                | 167        |
| <br>  |            |
| <b>HOD DISKEM .....</b>                     | <b>172</b> |
| Charakteristika.....                        | 172        |
| Historie.....                               | 174        |
| Technika.....                               | 177        |
| Didaktika.....                              | 180        |
| Trénink.....                                | 187        |
| <br>  |            |
| <b>HOD MÍČKEM A OŠTĚPEM .....</b>           | <b>190</b> |
| Charakteristika.....                        | 190        |
| Historie.....                               | 192        |
| Technika.....                               | 196        |
| Didaktika.....                              | 199        |
| Trénink.....                                | 206        |
| <br>  |            |
| <b>Použitá a doporučená literatura.....</b> | <b>211</b> |
| <b>Obsah.....</b>                           | <b>213</b> |