

|                                                                 |     |
|-----------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Předmluva</b> .....                                          | 6   |
| <b>Úvod</b> .....                                               | 7   |
| <b>Několik rad na začátek</b> .....                             | 8   |
| <b>Nábor – ano či ne?</b> .....                                 | 11  |
| <b>Věkové zvláštnosti dětí předškolního věku</b> .....          | 14  |
| Tělesný vývoj .....                                             | 14  |
| Psychosociální vývoj .....                                      | 15  |
| Vybrané aspekty pohybových aktivit dětí předškolního věku ..... | 16  |
| Pohybové schopnosti .....                                       | 16  |
| <b>Didaktické formy</b> .....                                   | 18  |
| Organizační formy .....                                         | 18  |
| Sociálně-interakční formy .....                                 | 19  |
| Metodicko-organizační formy .....                               | 19  |
| Způsob komunikace s dětmi .....                                 | 20  |
| <b>Příprava, organizace a skladba tréninku</b> .....            | 22  |
| Kroky pro přípravu tréninku .....                               | 22  |
| Skladba tréninku .....                                          | 24  |
| Skladba tréninkové jednotky ve fotbalové školičce .....         | 25  |
| <b>Kouzelné slovo – míč</b> .....                               | 27  |
| Manipulace s míčem .....                                        | 27  |
| Nácvik základních činností s míčem .....                        | 29  |
| Spontánní hra .....                                             | 36  |
| <b>Průběh a obsah tréninkové jednotky</b> .....                 | 37  |
| Úvodní část tréninkové jednotky .....                           | 37  |
| Příklady pohybových her .....                                   | 38  |
| Rozcvičení .....                                                | 47  |
| Hlavní část tréninkové jednotky .....                           | 76  |
| Fotbalové dovednosti .....                                      | 76  |
| Příklady koordinačních a rychlostně-koordinačních cvičení ..... | 78  |
| Příklady pohybových her .....                                   | 97  |
| Průpravné hry .....                                             | 104 |
| Manipulace s míčem rukama .....                                 | 105 |
| Závěrečná část tréninkové jednotky .....                        | 108 |
| Příklady her a cvičení .....                                    | 108 |
| Zklidňující cviky .....                                         | 110 |
| <b>Materiální vybavení fotbalové školičky</b> .....             | 113 |
| <b>Závěr</b> .....                                              | 116 |
| <b>Literatura</b> .....                                         | 117 |

