

	strana
1. ÚVOD	3
2. SCHEMATICKÝ ZÁZNAM POHYBU V GYMNASITICE	5
2.1. Schéma terminologického systému pohybových činností v gymnastice	5
2.2. Proporce lidského těla a jeho záznam schematickou kresbou	5
2.3. Pokyny pro seminární práce ze záznamu pohybu	8
3. ÚVODNÍ A PRŮPRAVNÁ ČÁST HODINY GYMNASITIKY	11
3.1. Hlavní pedagogické zásady při vedení úvodní a průpravné části hodiny TV	11
3.2. Podklady pro vypracování seminárních prací ze základní gymnastiky	12
4. POŽADAVKY ZÁPOČTŮ ZE ZÁKLADNÍ GYMNASITIKY	17
5. POŽADAVKY ZÁPOČTŮ ZE SPORTOVNÍ GYMNASITIKY	30
5.1. Všeobecné pokyny pro udělení zápočtu ze sportovní gymnastiky	31
5.2. Výkonnostní požadavky - muži	32
5.3. Výkonnostní požadavky - ženy	68
6. SEMINÁRNÍ PRÁCE ZE SPORTOVNÍ GYMNASITIKY	103
6.1. Komplexní analýza cvičebního tvaru	103
6.2. Konspekty vyučovacích hodin gymnastiky	104
7. POŽADAVKY DÍLČÍ ZKOUŠKY Z GYMNASITIKY	106
8. POUŽITÁ LITERATURA	110
9. OBSAH	111