

Obsah

Úvod	4
Tanec	6
Taneční a pohybová výchova (TPV)	8
Současnost a TPV	9
Základní pojmy	10
Pohybové hry vhodné pro TPV	17
Hry seznamovací	17
Hry rušné	19
Hry na rozvoj kontaktů a empatie	22
Hry senzomotorické	28
Hry relaxační	40
Metodika nácviku tanců	43
Waltz	44
Sestava 1 (pro začátečníky, jednoduchá choreografie)	47
Sestava 2 (pro pokročilé, obtížnější choreografie)	51
Valčík	54
Polka	58
Sestava 1 (pro začátečníky, jednoduchá choreografie)	60
Sestava 2 (pro pokročilé, obtížnější choreografie)	63
Chacha	67
Sestava 1 (pro začátečníky, jednoduchá choreografie)	70
Sestava 2 (pro pokročilé, obtížnější choreografie)	75
Jive	79
Sestava 1 (pro začátečníky, jednoduchá choreografie)	81
Sestava 2 (pro pokročilé, obtížnější choreografie)	85
Mazurka	88
Sestava	89
Ukázkové hodiny	92
Seznam informačních zdrojů	99