

OBSAH

ÚVOD (G. Argaj)	5
1. TEÓRIA POHYBOVÝCH HIER (G. Argaj)	6
1.1. Charakteristika pohybových hier	6
1.2. Systematika pohybových hier	8
1.3. Pohybové hry v telesnej výchove	11
1.4. Pohybové hry v športovom tréningu	13
1.5. Pohybové hry v zdravotnej telesnej výchove	14
1.6. Pohybové hry v športe pre všetkých	15
2. VYUČOVANIE POHYBOVÝCH HIER (G. Argaj)	16
2.1. Základné okruhy problémov vyučovania pohybových hier	16
2.2. Plánovanie a príprava na vyučovanie pohybových hier	18
2.3. Realizácia vyučovania pohybových hier	23
2.4. Hodnotenie žiakov pri vyučovaní pohybových hier	24
3. PRÍKLADY POHYBOVÝCH HIER	26
3.1. Pohybové hry na rozvoj pohybových schopností (G. Argaj)	26
3.1.1. Pohybové hry na rozvoj rýchlostných schopností	26
3.1.2. Pohybové hry na rozvoj silových schopností	32
3.1.3. Pohybové hry na rozvoj koordinačných schopností	35
3.1.4. Pohybové hry na rozvoj vytrvalostných schopností	40
3.2. Pohybové hry na nácvik a zdokonaľovanie herných činností v športových hrách	47
3.2.1. Pohybové hry na nácvik a zdokonaľovanie herných činností jednotlivca v basketbale (G. Argaj)	48
3.2.2. Pohybové hry na nácvik a zdokonaľovanie herných činností jednotlivca vo futbale (M. Holienka)	55
3.2.3. Pohybové hry na nácvik a zdokonaľovanie herných činností jednotlivca v hádzanej (P. Streicher)	60
3.2.4. Pohybové hry na nácvik a zdokonaľovanie herných činností jednotlivca v ľadovom hokeji (I. Tóth)	63
3.2.5. Pohybové hry na nácvik a zdokonaľovanie herných činností jednotlivca v tenise (L. Melišová)	75
3.2.6. Pohybové hry na nácvik a zdokonaľovanie herných činností jednotlivca vo volejbale (L. Zapletalová)	77
3.3. Pohybové hry v zdravotnej telesnej výchove (G. Argaj, L. Bláha)	82
3.4. Pohybové hry v športe pre všetkých (G. Argaj)	84
3.4.1. Frisbee	84
3.4.2. Florbal	88
3.4.3. Bedminton	89
3.4.4. Korfbal	90
3.4.5. Softbal	92
LITERATÚRA	94