

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ
KATEDRA TĚLESNÉ A SPORTOVNÍ VÝCHOVY

**VYUŽITÍ POHYBOVÝCH HER VE SPORTOVNÍ PŘÍPRAVĚ U
KATEGORIE MLADŠÍCH PŘÍPRAVEK VE FOTBALE**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Jan Veszprémi

Vedoucí práce: PaedDr. Jaromír Votík, CSc.

Plzeň, 2016

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně
s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni, 14. dubna 2016

.....
vlastnoruční podpis

CHTĚL BYCH PODĚKOVAT PANU PAEDDR. JAROMÍRU VOTÍKOVÍ, CSc. ZA ODBORNÉ
VEDENÍ PRÁCE A CENNÉ RADY, KTERÉ MI POMOHLY TUTO PRÁCI ZKOMPLETOVAT.

ZDE SE NACHÁZÍ ORIGINÁL ZADÁNÍ KVALIFIKAČNÍ PRÁCE.

OBSAH

1 ÚVOD	2
2 CÍL A ÚKOLY PRÁCE	3
3 TEORETICKÁ ČÁST	4
3.1 NÁZORY NA POHYBOVOU HRU.....	4
3.2 DĚLENÍ POHYBOVÝCH HER	4
3.3 VÝZNAM POHYBOVÝCH HER	6
3.3.1 Biologická hodnota pohybových her	6
3.3.2 Psychologická hodnota pohybových her	6
3.4 CHARAKTERISTIKA MLADŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU	7
3.4.1 Tělesný vývoj v mladším školním věku	7
3.4.2 Psychický vývoj v mladším školním věku.....	8
3.4.3. Pohybový vývoj v mladším školním věku	8
3.4.3 Sociální vývoj v mladším školním věku	9
3.5 POHYBOVÉ SCHOPNOSTI A DOVEDNOSTI	9
3.5.1 Pohybové schopnosti.....	9
3.5.2 Pohybové dovednosti	10
4 PRAKTICKÁ ČÁST	12
4.1 INFORMACE O INTERAKTIVNÍM DVD	12
4.2 OBSAH INTERAKTIVNÍHO DVD	13
5 DISKUSE	15
ZÁVĚR.....	16
RESUMÉ	17
SEZNAM LITERATURY	18

1 ÚVOD

Pohybové hry od nepaměti patří do sportovní přípravy dětí. Jelikož malé děti mají potřebu hrát si, pohybová hra jim to sama o sobě umožňuje. Zahrnuje spoustu aspektů, které mají na děti vesměs pozitivní vliv a to z hlediska fyziologického, psychického a sociálního. Hrou se děti učí novým dovednostem a zároveň rozvíjí své pohybové schopnosti, aniž by si to sami uvědomovaly. Převažují u nich pocity radosti, veselí, nadšení ze hry při níž si neuvědomují, že se zároveň učí. Pohybová hra je ideální prostředek pro učení se novým dovednostem a k rozvoji pohybových schopností. Také napomáhá k integraci do sociální skupiny a získání si určité role v ní. Učí děti dodržovat určitá pravidla na kterých se společně dohodnou.

Toto téma jsem si vybral, jelikož působím jako asistent trenéra u týmu FC Viktoria Plzeň kategorie U7. Práce je zaměřená na pohybové hry, které běžně používáme v tréninkovém procesu. Hry budou zaměřeny na nácvik a osvojování si pohybových dovedností. . Už v této kategorii je důležité, aby se hráči správně naučili novým dovednostem, proto je potřeba dbát na správné provedení. Snažíme se, aby si hráči osvojili základní dovednosti s fotbalovým míčem. Pohybové hry nám toto skvěle umožňují a přidávají něco navíc. Na hráčích je vidět jak jsou pro hru zapálení, míč je pro ně dobrým zdrojem zábavy. Tím upevňujeme jak jejich lásku pro fotbal, tak i pro sport jako takový

K vytvoření tohoto interaktivního DVD mě inspirovalo několik mých trenérských kolegů. Většinou se jedná o trenéry z řad rodičů. Když tým nemá bohužel kdo trénovat, většinou se toho ujme nějaký rodič. V mnoha případech se stává, že k tréninku malých fotbalistů přistupuje jako tréninku dospělých jedinců, což je špatně. Práce s malými fotbalisty májí svá jistá specifika a ty by se měli dodržovat. Herní forma je pro tuto kategorii velmi vhodná a proto jsem rozhodl k natočení pohybových her v našem tréninkovém procesu. Tyto hry by mohli inspirovat trenéry malých fotbalistů. Jsou plné zábavy a jak už jsem zmiňoval, děti si vytvářejí vztah k fotbalu a sportu. Trénink by měl být pro malé hráče především zdrojem dobré zábavy.

2 CÍL A ÚKOLY PRÁCE

Cílem mé bakalářské práce je vytvoření interaktivního programu, zaměřeného na využití pohybových her ve sportovní přípravě u kategorie mladších přípravek.

Pro dosažení tohoto mnou stanoveného cíle jsem si zvolil tyto úkoly:

1. vytvořit seznam pohybových her
2. naplánování her v tréninkovém procesu
3. natočení a zpracování videozáznamů
4. tvorba interaktivního programu

3 TEORETICKÁ ČÁST

3.1 NÁZORY NA POHYBOVOU HRU

O pohybové hře Ferdinand Mazal napsal: „*Pohybovou hru chápeme jako záměrnou, uvědoměle organizovanou pohybovou aktivitu dvou a více lidí, v prostoru a čase, s předem dohodnutými s bezpodmínečně dodržovanými pravidly. Hra má účelný a souvislý uzavřený děj. Je charakterizována napětím, radostí, veselím, vysokou motivací k činnosti, uplatněním známých dovedností, pohodou a často soutěživostí*“ (Mazal, 2000)

Rubáš se zmiňuje o pohybových hrách jako o jednom ze základních prostředků pohybových činností dětí a mládeže. Minimálně ve dvou podobách, které se objevují ve sportovní přípravě a v tělesné výchově. V rámci sportovní přípravy uvádí jednu z nich jako obecnou, kdy se využívá drobných a průpravných her a sportovní jako prostředek všestranného rozvoje v počátečních etapách tréninku. (Rubáš, 1997)

Votík o pohybových hrách užívaných ve fotbale napsal, že jsou často používané především pro nácvik pohybu hráčů bez míče a pohybů napomáhajících oklamání soupeře. Dále také k rozvoji pohybových schopností i rychlosti reakce a k nácviku manipulace s balónem na základní úrovni. (Votík, 2011)

Autoři Plachý a Procházka píší o pohybové hře: „*Pohybové hry, ať již s míčem či bez něj, pomáhají orientaci v prostoru a vytváří vnímání hry u dětí a pěstování hravosti, tvořivosti, ale i pozdější soutěživosti, která však stojí na pochopení souvislosti hry, ve které se samostatně rozhodují.* (Plachý, Procházka, 2014)

3.2 DĚLENÍ POHYBOVÝCH HER

Z hlediska dělení pohybových her se v publikacích dá najít spousta rozdělení, která se mohou od sebe často lišit. V této kapitole jsem uvedl některé z nich.

Jan Amos Komenský hry rozdělil už více než před třemi stoletími a to následovně(Rubáš, 1997):

1. Národní hry, přiměřené věku a zvyklostem
2. Hry vedené učitelem
3. Slušné zábavy
4. Hry na zotavení
5. Soutěživé hry
6. Hry bez nebezpečství
7. Hry v souladu s náboženskou tematikou

Autoři Rovný a Zdeněk rozdělují hry následovně(Rovný, Zdeněk, 1982, Rubáš, 1997):

1. Hry společenské
2. Hry tělovýchovné
 - 2.1 Základní hry
 - 2.2 Pohybové
 - 2.3 Sportovní hry

Ve své publikaci rozděluje Perič s ohledem na sportovní přípravu a hry v ní nejčastěji využívané jako:

1. Drobné hry
2. Závody
3. Turnaje
4. Terénní hry
5. Bojové hry (Perič, 2004)

3.3 VÝZNAM POHYBOVÝCH HER

Role hraní a hry v životě jedince je prakticky zmiňovaná v každé publikaci souvisí s kultivací lidského druhu. Zaujímá významné postavení v tělesné výchově, kdy se hry prezentují jako jeden z nejvýznamnějších prostředků pohybových aktivit dětí a mládeže. Jsou také nedílnou součástí sportovní přípravy. V počátečních etapách tréninku dětí slouží jako prostředek všestranného rozvoje (Rubáš, 1997)

3.3.1 BIOLOGICKÁ HODNOTA POHYBOVÝCH HER

V dnešní době, kdy pohybová aktivita soupeří s alternativní zábavou pro děti, která se objevuje v podobě televize, počítačů, tabletu, kdy je dítě pouhým divákem. Dítě se při této zábavě nehýbe a obdobně je tomu tak i při hodinách ve škole (mimo TV). Z života dětí se zcela vytrácí spontánní a dříve již zcela běžné pohybové aktivity. A proto v dnešní době vzrůstá význam pohybových her.

Kultivace jedince by se měla zabývat rozvojem celého organismu, což sezení u televize či počítače rozhodně neplní. Správně zvolené pohybové hry nám pomáhají s rozvojem všech funkčních systémů např. s rozvojem centrální nervové soustavy, myšlení, rozumový vývoj, nervosvalový, oběhový, dýchací systém a také rozvoj všech analyzátorů. (Rubáš, 1997)

3.3.2 PSYCHOLOGICKÁ HODNOTA POHYBOVÝCH HER

Člověk od nepaměti vykonává nejraději ty činnosti při kterých se cítí dobře. Pohybové hry pro děti toto všechno naplňují. Skrývají v sobě spousty psychických faktorů. Jelikož jich je značné množství, uvedu jen ty nejzákladnější, které herní formy obsahují:

- motivace, která se objevuje v mnoha podobách
- prožitek
- svoboda a možnost vlastního rozhodování
- role hráče, hra nabízí spoustu variant
- emoce
- kooperace s dalšími účastníky hry
 - pestrost a proměnlivost herních situací (Rubáš, 1997)

3.4 CHARAKTERISTIKA MLADŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU

Naše kategorie U7(under 7-do 7 let) obsahuje hráče nar. roč. 2008. Má práce se zaměřuje na tuto kategorii a nejenom na ni. Jelikož jiné týmy nemají možnost poskládat tým z hráčů jednoho ročníku. Většinou jsou poskládány z 2 až 3 ročníku dohromady. Toto období dětství spadá do etapy mladšího školního věku, jehož rozmezí je 6-11 let. V tomto období dochází u dětí k intenzivním změnám a to biologicko-psycho-sociálním.

Ohledně herní metodiky by se v této kategorii měla respektovat především tato pravidla:

- všestranné působení jako základní princip
- přirozenost dětské motoriky
- prožitkovost veškerého konání
- senzitivní zóny rozvoje pohybových schopností
- zadání hry přiměřené chápání a zkušenostem
- menší schopnost udržet pozornost= obměňovat
- jednoduchost pravidel
- soutěživost
- námětové a konstruktivní hry

(Rubáš, 1997)

3.4.1 TĚLESNÝ VÝVOJ V MLADŠÍM ŠKOLNÍM VĚKU

Tělesný vývoj je v tomto období charakterizován rovnoměrným růstem výšky i hmotnosti. Společně s tímto vývojem dochází také k plynulému rozvoji vnitřních orgánů, krevního oběhu a průběžně se zvětšuje vitální kapacita plic. Dochází k osifikaci kostí, i když není ještě zcela dokončena, proto je dobré přikládat velký význam na správné držení těla.

Toto období je vhodné pro rozvoj koordinačně rychlostních schopností. Vývoj mozku je již zcela dokončen. Jako orgán centrální nervové soustavy svůj vývoj ukončuje před obdobím mladšího školního věku. Po 6 roce je nervový systém dostatečně zralý a přichází období

vhodné ke vzniku nových podmíněných reflexů. Děti zvládají i složitější koordinačně náročné pohyby. (Perič, 2008)

3.4.2 PSYCHICKÝ VÝVOJ V MLADŠÍM ŠKOLNÍM VĚKU

V tomto období se u dětí rozvíjí paměť a představivost. Dochází k nabývání nových vědomostí. Při poznávání a myšlení je pozornost dítěte upřena spíše na jednotlivosti a širší souvislosti mu unikají. Pozornost nedokáže udržet delší dobu a vnímavost okolního prostředí dokáže narušit již získané dovednosti a provedení s nimi spjaté.

Hovoří se o období konkrétního nazírání, které se opírá o názorné vlastnosti předmětů a jevů. Na konci tohoto období se vyskytují abstraktní myšlenkové procesy, které zprvu dítě neovládá a schopnost porozumět abstraktním pojmům je velmi malá.

Vlastnosti osobnosti nelze zcela určit, jelikož nejsou ustáleny. Děti jsou velmi často impulzivní. V jednu chvíli dokážou projevit pocity radosti a následně se jejich nálada změní v pocity smutku a naopak. Vůle a koncentrace jsou na nízké úrovni. Pozornost dokážou udržet jen krátkou chvíli, zhruba 4-5 minut, pak bývají často roztěkané a v útlumu. Většinu činností velmi silně prožívají a je zde patrná zvýšená vnímavost k okolnímu prostředí. Co se týče vůle, nedokážou sledovat dlouhodobé cíle. Při překonávání nezdarů ztrácí svůj cíl z dohledu. (Perič, 2008)

3.4.3. POHYBOVÝ VÝVOJ V MLADŠÍM ŠKOLNÍM VĚKU

Nové dovednosti si děti osvojují velice rychle. Je nutné, aby byly tyto nově nabyté dovednosti opakovány. Je totiž možné, že při méně častém opakování mohou být také zapomenuty. K učení nových pohybových dovedností používáme zpočátku herní formu, při které využíváme učení se nápodobou. V podstatě stačí dokonalá ukázka a děti jsou schopny daný pohyb po několika málo pokusech napodobit.

Ze začátku období mladšího školního věku můžou dětem složitější koordinační pohyby dělat určitý problém, ale ty v průběhu postupně mizí a na konci už jsou schopny provádět složitější koordinačně náročná cvičení. (Perič, 2008)

3.4.3 SOCIÁLNÍ VÝVOJ V MLADŠÍM ŠKOLNÍM VĚKU

Z hlediska sociálního vývoje můžeme mluvit o dvou významných obdobích. A to o období nástupu do školy a období kritičnosti. Při nástupu do školy se dítě stává členem kolektivu a podřizuje se určitým pravidlům. Hry na které bylo dítě doposud zvyklé přechází k vážnějším činnostem (učení, trénink). Dítě přestává být středem pozornosti rodičů a do vztahu dítě-autorita se svým vlivem přichází např. trenér nebo učitel. Dítě se ve školním prostředí setkává se svými vrstevníky, buduje si své vztahy a postavení v kolektivu. Vznikají první kamarádské vztahy.

Na konci tohoto období se objevuje fáze kritičnosti, začíná se projevovat hodnocení jevů a podnětů ze sociálního prostředí (rodiny, školy, sportovního prostředí). přirozená autorita vůči dospělým se snižuje, jelikož se projevuje negativní hodnocení skutečnosti. Dítě si hledá své idoly ke kterým se přirovnává. Začínají si osvojovat určité kulturní návyky, odpovědnost za svou činnost se stále zvyšuje a prohlubuje se zapojení do sociálních skupin. (Perič, 2008)

3.5 POHYBOVÉ SCHOPNOSTI A DOVEDNOSTI

Sportovní trénink je možné chápat jako složitý proces ve kterém jde o dosažení určitého sportovního výkonu. Jeho základem je rozvíjení techniky a taktiky dané charakteristikou sportovní disciplíny, prostřednictvím rozvoje motorických schopností a dovedností. (Perič, 2008)

U kategorie mladších přípravek nám jde především o rozvoj koordinačně rychlostních schopností a dovedností dané charakteristikou mladšího školního věku. Pohybové hry nám k tomu napomáhají.

3.5.1 POHYBOVÉ SCHOPNOSTI

Jsou to vrozené předpoklady k vykonávání určitých pohybových činností. Souvisí jednak s anatomickými předpoklady, dědičností, dále také s úrovní fyziologických a biochemických

procesů jedince, včetně psychomotorických procesů. Pohybové schopnosti se navzájem podmiňují a proto je dobré soustavně, dlouhodobě a nepřetržitě je rozvíjet. (Rubáš, 1996)

Základní klasifikace pohybových schopností:

- koordinační
- rychlostní
- vytrvalostní
- silové
- pohybové

3.5.2 POHYBOVÉ DOVEDNOSTI

„Je to učením získaný předpoklad účelně, rychle a přesně řešit daný pohybový úkol.“
(Choutka, 1999)

Pohybové dovednosti se od pohybových schopností liší, nerozvíjíme je, ale získáváme je pomocí nácviku neboli tzv. Motorickým učením (pohybové učení). Ve sportovní přípravě bývají označovány pod pojmem technika. (Rubáš, 1996)

je mnoho způsobů kvalifikace pohybových dovedností, záleží pouze na stanovení si kritérií. Zde uvedu nejčastější způsob dělení:

- podle rozsahu zapojených svalových skupin
 - hrubé
 - jemné
- podle časového průběhu:
 - diskrétní
 - sériové
 - kontinuální
 - podle podmínek vnějšího prostředí
 - otevřené

- uzavřené

Jednotlivé typy pohybových dovedností se mohou často překrývat, proto mohou být zařazovány do více druhů.(Choutka, 1999)

4 PRAKTICKÁ ČÁST

4.1 INFORMACE O INTERAKTIVNÍM DVD

Název: Využití pohybových her ve sportovní přípravě u kategorie mladších přípravků ve fotbale. (interaktivní DVD)

DVD určené pro: trenéry fotbalu, studenty TV, učitele TV, širokou veřejnost

Tvorba fotografií a videa: Jan Veszprémi

Figuranti pro videosekvenci:

Bečka Patrik, Beneš Adam, Fremud Jakub, Gaszczyk Adam, Hacaperka Matěj, Hirschner Alex, Novák Adam, Otásek Jáchym, Popule Petr, Porazil Miroslav, Říha Antonín, Škarda Martin, Škorpil Petr, Šmídek Antonín, Vacek Sebastián, Vildomec Radim, Žídek Adam (ročník 2008)

Kouřim Adam, Sidorenko Kristián, Růžička Ondřej, Růžička Filip, Peklo Marek, Koloros Vojtěch, Fink Jakub, Mayr Lukáš, Holík Michael, Hora Jaroslav, Kotrouš Filip, Maxa Michal, Vacek Dominik, Veselák Matyáš, Kadlec Jan (ročník2007)

Program pro vytvoření interaktivního programu: AutoPlay Media Studio 8

Program pro editaci a střih videa: Windows live movie maker

Minimální systémové požadavky:

- OS Windows 2000
- Pentium 120 Mhz
- paměť RAM 256 MB
- DirectX 7:0
- rozlišení obrazovky 1366x768
- myš

4.2 OBSAH INTERAKTIVNÍHO DVD

Obsah DVD:

- O programu
- Úvod
- Teorie
 - Pohybová hra
 - Průběh tréninkové jednotky
 - Metodika použití pohybových her
 - Charakteristika mladší školní věk
- Pohybové hry
 - Kanonová palba
 - Začarovaný les
 - Hradý
 - Vězení
 - Kličkovaná
 - Tvary
 - Nemocnice
 - Koně
 - Raci
 - Oslavy gólů
 - Indiana Jones
 - Autíčka
- Manipulace s míčem

- Našlapovačka
 - Rolování pata-špička
 - Rolování vnější-vnitřní
 - Pinčes
 - Převalovačka
 - Stažení míče a přímý nárt
 - Věčko
 - Křížné věčko
 - Věčko stažením křížmo
 - Nůžky
 - Přešlapovačka
 - Trojúhelník před tělem
 - Vnější a vnitřní nárt
 - Převalovačka s našlapovačkou
 - Pinčes s převalovačkou
- Použité zdroje

5 DISKUSE

Ve své bakalářské práci jsem se zaměřil na pohybové hry ve sportovní přípravě u mladších přípravek ve fotbale. Tyto pohybové hry jsou zaměřeny na nácvik a osvojování si nových pohybových dovedností. Pohybové hry užíváme jako prostředek k nácviku nových pohybových dovedností s míčem. V našem tréninkovém procesu se nám velice osvědčily a můžu říci, že naši hráči si díky těmto pohybovým hrám osvojili spoustu nových dovedností s míčem. Manipulaci s míčem, která předchází složitějším fotbalovým činnostem, učíme za pomoci jednoduchých cviků. Tyto cviky jsem taktéž natočil a podrobně popsal ve svém interaktivním DVD.

Z her které používáme v našem tréninkovém procesu jsem vybral 12 her, které jsem popsal a aplikoval do tréninkového procesu. Videozáznamy s pohybovými hrami jsem pořídil přímo z probíhajících tréninkových jednotek. Tyto tréninkové jednotky probíhaly v tělocvičně a na venkovním hřišti na 33. Základní škole v Plzni, dále pak u beachvolejbalového hřiště na Štruncových sadech.

Pohybové hry zaujímají ve sportovní přípravě dětí důležitou roli. Byl bych rád kdyby tento interaktivní program sloužil jako inspirace pro začínající trenéry u kategorie mladších přípravek. Jelikož se dnes ve většině případů stává, že týmy těchto kategorií nevedou kvalifikovaní trenéři, ale většinou trenéři z řad rodičů samotných hráčů. Ve většině případu tito trenéři přistupují k tréninku mladých fotbalistů jako k tréninku dospělých. Pracují nesystematicky, nedodržíjí strukturu tréninkové jednotky a nerespektují jisté specifika sportovní přípravy dětí.

ZÁVĚR

Cílem mé bakalářské práce bylo vytvoření interaktivního programu, jehož obsahem jsou pohybové hry ve sportovní přípravě u kategorie mladších přípravků. Tyto pohybové jsem aplikoval a zaznamenával v tréninkovém procesu u kategorie U7 klubu FC Viktoria Plzeň, kde působím jako asistent trenéra. Jednotlivé hry běžně používáme v našem tréninkovém procesu. K vytvoření tohoto interaktivního programu mě inspirovalo pár mých trenérských kolegů, které zajímalo jak s našimi hráči trénujeme a co je v náplni našich tréninkových jednotek. Vybral jsem si jednu ze složek naší z tréninkové osnovy a to jsou pohybové hry.

Bakalářská práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou. V teoretické části se zabývám významem pohybových her v dnešní společnosti, mladším školním věkem a pohybovými schopnostmi a dovednostmi. Praktická část je zdokumentovaná na přiloženém DVD, které obsahuje pohybové hry a základní manipulaci s míčem.

Pohybové hry jsem natáčel od února do konce května 2015.

Toto DVD nechám volně dostupné pro širokou veřejnost, studenty a učitelé TV, trenéry fotbalu. Jako jednu z inspirací pro trénink mladých fotbalistů a sportovců.

Pohybové hry jsou pro děti skvělou formou zábavy. O kterou by mělo ve sportovní přípravě malých dětí jít především než před sportovním výkonem. Děti by si měli vyvinout pozitivní vztah k pohybové aktivitě a sportu.

RESUMÉ

Cílem mé bakalářské práce bylo vytvoření interaktivního programu, jehož obsahem jsou pohybové hry ve sportovní přípravě u kategorie mladších přípravků. Tyto pohybové hry jsem aplikoval a zaznamenával v tréninkovém procesu u kategorie U7 klubu FC Viktoria Plzeň. Bakalářská práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou. V teoretické části se zabývám významem pohybových her v tréninkovém procesu v mladším školním věku a také pohybovými hrami jako prostředkem pro rozvoj pohybových schopností a dovedností. Praktická část je zpracována na interaktivním DVD, které obsahuje pohybové hry a základní manipulaci s míčem. Byl bych rád, kdyby toto interaktivní DVD bylo inspirativní pro práci trenérů v kategorii mladších přípravků.

The goal of my thesis was to create an interactive program, whose contents are of physical games in sports preparation for the age of the product. These movement games I applied and recorded in the training process for category U7 club FC Viktoria Plzeň. The thesis is divided into two parts, theoretical and practical. In the theoretical part of the deal with the importance of physical games in the training process in the younger school age and also the motion games as a means for the development of motor abilities and skills. The practical part is processed on an interactive DVD that includes movement games and basic manipulation of the ball. I would love it if this interactive DVD was inspiring for the work of the coaches in the category under preparation.

SEZNAM LITERATURY

1. BRŮNA, V., et al. *Fotbalová školička*. Praha : Grada Publishing, 2007. 120 s. ISBN 978-80-247-1908-5.
2. JANSÁ, P., DOVALIL, J., a Spol, *Sportovní příprava*. Praha, 2007. 267 s. ISBN 80-903280-8-3.
3. CHOUTKA, M., BRKLOVÁ, D. a VOTÍK, J. *Motorické učení v tělovýchovné a sportovní praxi*. Plzeň: Západočeská univerzita, 1999. 70 s. ISBN 80-7082-500-6.
4. MAZAL, F. *Pohybové hry a hraní*. Olomouc: Hanex, 2000. 296 s. ISBN 80-85783-29-0.
5. PERIČ, T. *Hry ve sportovní přípravě dětí*. Praha: Grada Publishing, 2004, 100 s. ISBN 80-247-0908-2.
6. PLACHÝ, A., PROCHÁZKA, I., *Učebnice pro trenéry dětí (4-13 let)*. Praha, 2014. 384 s. ISBN 978-80-204-3477-7.
7. ROVNÝ, M. a ZDENĚK, D. *Pohybové hry*. Bratislava: SPN, 1982.
8. RUBÁŠ, K. *Pohybové hry*. ZČU Plzeň : Západočeská univerzita, 1997. 147 s. ISBN 80-7082-371-2.
9. RUBÁŠ, K., *Sportovní příprava*. ZČU Plzeň, 1997. 142 s. ISBN 80-7082-294-5.
10. VOTÍK, J. *Fotbalová cvičení a hry*. Praha : Grada Publishing, 2005. 128 s. ISBN 80-247-0925-2.
11. VÍSNER, M., *Využití pohybových her a hravých činností v tréninkovém procesu u kategorie mladšího školního věku ve fotbale*. ZČU Plzeň 2012, Bakalářská práce (Bc.). Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta pedagogická. Vedoucí práce Mgr. Ilona Kolovská
12. VÍSNER, M., *Využití cvičení s kognitivními úkoly v tréninkovém procesu u kategorie mladšího školního věku ve fotbale (interaktivní DVD)*. ZČU Plzeň 2014 Diplomová práce (Mgr.). Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta pedagogická. Vedoucí práce Mgr. Luboš Charvát
