

UNIVERSITA J. E. PURKYNĚ V ÚSTÍ NAD LABEM
PEDAGOGICKÁ FAKULTA

UNIVERZITA J. E. PURKYNĚ V ÚSTÍ NAD LABEM



Teorie a didaktika sportovních her

BASKETBAL

Herní činnost jednotlivce – uvolnění hráče s míčem, na místě

Vypracoval:

Obor:

Kód předmětu:

Datum:

Cíl vyučovací/tréninkové jednotky:

- výchovný
- vzdělávací
- zdravotní

Charakteristika (stručná teorie):

Uvolňování hráče s míčem na místě:

Provedení:

VYUČOVACÍ JEDNOTKA

Skupina: dívky 18let, dorostenky, 6 hráček.
Zaměření: zdokonalení herních činností jednotlivce – nácvik otevřeného a zavřeného úniku
Doba trvání: 90 minut
Prostředí: tělocvična/sportovní hala
Materiální zabezpečení: 6 basketbalových míčů, basketbalové koše

čas	obsah	didaktický styl, didaktická forma	grafické znázornění, poznámky
20'	Úvodní část		
50'	Hlavní část		
20'	Hlavní část		

Bibliografie

Bursová, M. (2010). Kompenzační cvičení: uvolňovací, protahovací, posilovací. Praha: Grada.
<http://is.muni.cz/do/rect/el/estud/fsps/js11/pivotman/web/pages/cinnost-pivotmana.html>.
(nedatováno).
http://www.fsps.muni.cz/~petivlas/Basketbal/Method_materialy/nacvik%20hernich%20cviceni%20v%20basketbalu.pdf. (nedatováno).
<https://publi.cz/books/115/12.html>. (nedatováno).