

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

UNIVERZITA J. E. PURKYNĚ V ÚSTÍ NAD LABEM



**Teorie a organizace 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](http://www.fsps.muni.cz/~petivlas/Basketbal/Method_materialy/nacvik%20hernich%20cviceni%20v%20basketbalu.pdf). (nedatováno).  
<https://publi.cz/books/115/12.html>. (nedatováno).