**Metodický list**

**Název materiálu: Fotbal – rozcvičení s míčem**

**Autor materiálu: Mgr. Lea Doudová**

**Zařazení materiálu:**

Šablona: Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT (III/2)

Sada: 2. Posilování, rozcvičení Číslo DUM: **19**  Předmět: Tělesná výchova

**Ověření materiálu ve výuce:**

Datum ověření: 17. 5. 2013 Třída: prima Ověřující učitel: L. Doudová

[**Anotace materiálu:**](file:///\\wgt\zpravy$\SABLONY_DUMY\POSTUP\Anotace1.docx)

Průpravná cvičení pro manipulaci s míčem

**Klíčová slova:**

převalování míče, stahování míče, přešlapování kolem míče, nahrávání mezi špičkami nohou

**Metodický popis možností použití materiálu:**

Materiál je určen pro zdokonalení ovládání míče ve fotbale. Jedná se o sadu 5 cviků. Cvičení je vhodné zařadit po protažení. Každý žák může mít svůj pracovní list nebo je možné cvičit na stanovištích. Materiál je vhodný zejména pro chlapce, ale pro zpestření může být využit i v hodinách dívčích.

**Seznam literatury a pramenů:**

VOTÍK, Jaromír. *Fotbal: trénink budoucích hvězd*. 1. vyd. Praha: Grada, 2003. 137 s. ISBN 80-247-0463-3.

**Poznámka:** cvičení je možné zařazovat i v průběhu hry při větším počtu žáků. Žáci, kteří zrovna nehrají, procvičují dovednosti mimo hřiště.