

Abstrakt

- Název:** Pohybová příprava dětí v atletické přípravce.
- Cíle:** Cílem této práce bylo ověření úrovně pohybové gramotnosti ze škol či jiných zájmových kroužků u přípravkových dětí. Dále byl vytvořen soubor cvičení pro testování základních koordinačních schopností vhodný pro děti ve věku 6-8 let.
- Metody:** V této práci byly použity metody: popisná analýza, dotazníky, pozorování a rozbor dat.
- Výsledky:** Pomocí dotazníku jsme zjistili, že se spektrum pohybových aktivit u dětí prvního stupně základních škol rozšiřuje postupně s věkem. Dalším zjištěním bylo, že více než polovina dotazovaných dětí navštěvuje i jiný pohybový kroužek než atletický, z nichž měl nejčetnější zastoupení florbal. V souboru koordinačních cvičení jsme určili tři cvičení jako nevhodná pro věk 6 – 8 let. Byla to cvičení č. 7, 9 a 16. Cvičení tohoto typu by se měla zařazovat do tréninku až v pozdějším věku.
- Klíčová slova:** atletická příprava, pohybová příprava, koordinační schopnosti, trénink, děti, atletika, trenér