

Obsah

	strana
Úvod	5
1 CHARAKTERISTIKA PREDŠKOLSKÉHO VEKU (4-6 ROKOV ...	6
2 MOTORIKA DETÍ PREDŠKOLSKÉHO VEKU	10
2.1 Senzitívne obdobia motorického rozvoja detí predškolského veku	10
2.2 Charakteristika a štruktúra pohybových schopností	18
2.3 Diagnostika telesných a pohybových predpokladov detí predškolského veku	22
3 CIEĽ, HYPOTÉZY A ÚLOHY VÝSKUMU	32
3.1 Cieľ výskumu	32
3.2 Hypotézy výskumu	32
3.3 Úlohy výskumu	32
4 METODIKA VÝSKUMU	33
4.1 Charakteristika súboru	33
4.2 Organizácia výskumu	36
4.3 Metódy získavania a spracovania údajov	37
5 TELESNÝ VÝVIN A POHYBOVÁ AKTIVITA DIEŤAŤA	46
6 IDENTIFIKÁCIA A ROZVOJ POHYBOVÝCH SCHOPNOSTÍ DETÍ PREDŠKOLSKÉHO VEKU	55
6.1 Kondičné schopnosti	55
6.1.1 Silové schopnosti	55
6.1.2 Vytrvalostné schopnosti	65
6.1.3 Rýchlostné schopnosti	78
6.2 Koordinačné schopnosti	83
6.2.1 Rovnováhové schopnosti	84
6.2.2 Reakčné schopnosti	87
6.2.3 Kinesteticko-diferenciačné schopnosti	88
6.2.4 Priestorovo-orientačné schopnosti	91
7 POHYBOVÉ SCHOPNOSTI DETÍ Z POHLADU ICH POHYBOVÝCH REŽIMOV	93
Z á v e r	100
Literatúra	102
Menný register	109
Vecný register	111
Prílohy	113