

Učební texty se zabývají problematikou cvičení a her s overballem, které jsou určeny pro děti mladšího školního věku. Primárně slouží jako metodický materiál pro učitele prvního stupně základních škol, který lze využít v hodinách tělesné výchovy. Čerpat z nich mohou také lektori pohybových kroužků, rodiče a studenti.

Texty obsahují část teoretickou a praktickou. Praktická část přináší zásobník třiceti cviků a dvaceti her s využitím overballu, který doprovází fotografie.