

Gymnastická průprava – zápočtové požadavky

- 1) Rozcvičení – praktická ukázka, písemná příprava
- 2) Aktivní účast v hodinách (povoleny 2 absence)
- 3) Seminární práce – téma: **Využití motoricko-funkční přípravy ve vybraném sportu**

Literatura:

Krištofič, J. *Gymnastická průprava sportovce*. Grada 2004

Krištofič, J. *Nářad'ová gymnastika*. ČOS Praha2008

Zítko, M.; Chrudimský, J. *Akrobacie*. ASPV 2006

Tůma, Z.; Zítko, M.; Libra, M. *Kapitoly o gymnastice*. Praha 2004

Krištofič, J. *Gymnastika pro zdravotní a kondiční účely*.