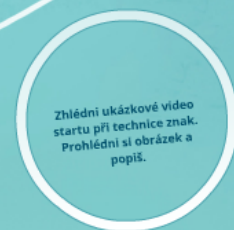


**při plaveckých způsobech prsa, kraul, motýlek
zahajujeme ze startovního bloku střemhlav,
při znaku startujeme z vody...**

Uved' na základě ukázky kritická místa...



Popiš na základě zhlédnuté ukázky:

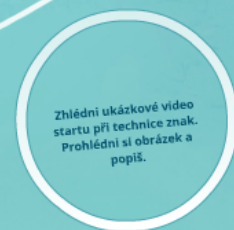
- základní postavení
- odraz
- let vichřicem, zájezd do vody a první pohyby ve vodě

Zhlédni ukázkové video
startu při technice znak.
Prohlédni si obrázek a
popiš.

Literatura:

při plaveckých způsobech prsa, kraul, motýlek
zahajujeme ze startovního bloku střemhlav,
při znaku startujeme z vody...

Uved' na základě ukázky kritická místa...



Popiš na základě zhlédnuté ukázky:

- zvláštní postavení
- odraz
- let v duchovním, zájem do vědy a první polystyry ve vodě

Zhlédni ukázkové video
startu při technice znak.
Prohlédni si obrázek a
popiš.

Literatura:



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

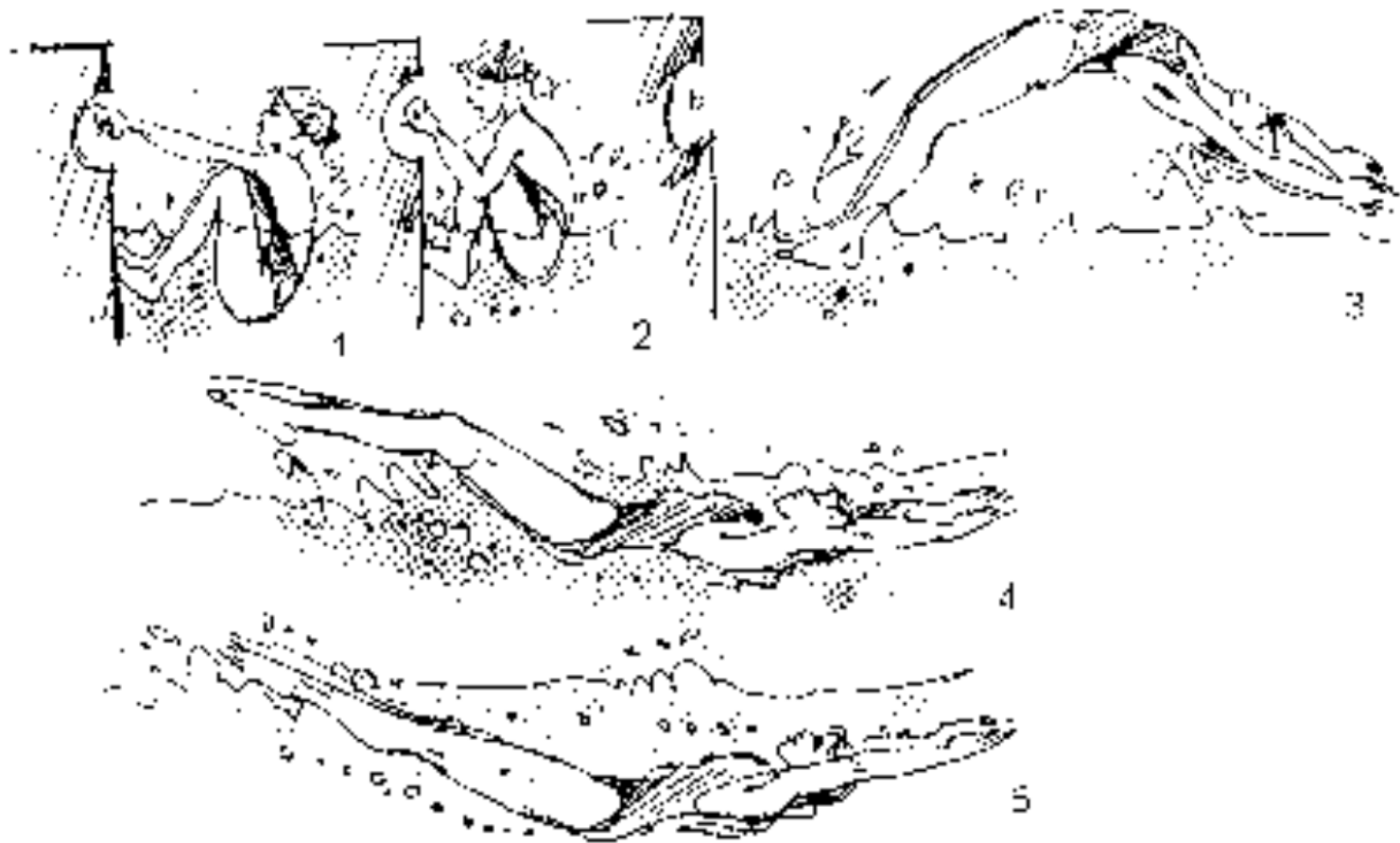
Název školy	Gymnázium Josefa <u>Ressela</u> , Chrudim, Olbrachtova 291
Název a číslo OP	OP Vzdělávání pro konkurenceschopnost, CZ. 1.5, Název projektu: Inovace ve vzdělávání na Gymnáziu Chrudim, <u>reg.č.:CZ.1.07/1.5.00/34.0249</u>
Název šablony klíčové aktivity	III/2 Zvyšování kvality výuky prostřednictvím ICT
Tematická oblast (předmět)	Tělesná výchova
Název sady vzdělávacích materiálů	Prvky plavání ve školní tělesné výchově
Jméno tvůrce vzdělávací sady	Mgr. Jiřina <u>Švihliková</u>
Číslo sady	III/2- 10-3-13 Starty
Anotace	Video, kritická místa.
Ověřeno ve výuce: ročník, třída, dne, předmět	Prima E, tělesná výchova, 24.10.2013

Zhlédni ukázkové video

Popiš na základě zhlédnuté ukázky:

- **základní postavení**
- **odraz**
- **let vzduchem, zjetí do vody a první pohyby ve vodě**

**Zhlédni ukázkové video
startu při technice znak.
Prohlédni si obrázek a
popiš.**



**Uved' na základě ukázky kritická
místa...**

- Hoch, M.: Plavání - teorie a didaktika. Praha, SPN 1983. č. 36-06-20/2
- Hoch, M.: Učte děti plavat. Praha, Olympia 1980. ISBN 80-7033-055-4
- Bělková, T. a kol.: Plavání-zdokonalovací plavecká výuka. Praha, Svoboda 1998. ISBN 80-205-0550-4
- vlastní video