

ZÁKLADNÉ VNÚTORNÉ FORMY PRÁCE

Vyjadrujú vzťah medzi učiteľom a žiakmi alebo medzi žiakmi samotnými.

Hromadná forma práce:

- a) *hromadno-frontálna forma* – žiaci vykonávajú pohybovú činnosť naraz.
- b) *hromadno-skupinová forma* – žiaci vykonávajú rovnakú pohybovú činnosť, avšak v skupinách – najprv prvá skupina potom druhá.
- c) *hromadno-individuálna forma* – všetci žiaci sú zapojení do cvičenia súčasne, cvičia rovnaký obsah, ale učia sa individuálne a postupujú vlastným tempom.

Skupinová forma práce:

- a) *skupinovo-hromadná forma* – žiaci cvičia v skupinách, pričom vykonávajú v rámci jednej skupiny tú istú pohybovú činnosť.
- b) *skupinová forma uskutočňovaná vo dvojiciach* – žiaci v rámci skupiny vytvoria dvojice, ktoré vykonávajú tú istú činnosť (alebo dve rôzne pohybové činnosti).
- c) *skupinovo-individuálna forma* – žiaci vykonávajú tú istú pohybovú činnosť v časovom posune za sebou, t.j. jeden po druhom.

Individuálna forma práce:

Žiaci cvičia individuálne a pracujú samostatne – v MŠ sa využíva minimálne.

Forma prúdového cvičenia:

Cieľom je rozvoj pohybových schopností a zdokonalenie pohybových zručností v sťažených podmienkach – „opičie dráhy“.

Vedľajšie vnútorné formy práce:

Kruhové cvičenie, Variabilná prevádzka (postupné cvičenie na stanovištiach)