

Koordináčné schopnosti

Autor *Michal Bábela*

Vytvorené 02/01/2011 - 17:01

Definícia

Schopnosti umožňujúce vykonávať pohybovú činnosť, tak aby priebeh pohybov tela alebo jeho častí mal z hľadiska pohybovej úlohy čo najučelnejšiu časovú, priestorovú a dynamickú štruktúru. Medzi koordináčné schopnosti zaraďujeme reakčnú, orientačnú, rytmickú, kinesteticko-diferenciačnú a rovnovážnu schopnosť.

Pri koordináčnych schopnostiach určujeme mieru koordinácie na základe koordináčnej zložitosti pohybu, presnosti pohybu, dĺžky trvania pohybu a ekonomickosti pohybu.

URL adresa zdroja:

<https://sportency.sk/encyclopedy/?q=content/koordina%C4%8Dn%C3%A9-schopnosti>