

## **Systematika volejbalu – 10. díl: Shrnutí**

Dnešním, jubilejním desátým, dílem našeho metodického seriálu ukončíme první kapitolu, věnovanou systematice volejbalu. V dnešním díle bych rád shrnul vše, co bylo až dosud řečeno a odrazil se do další kapitoly, věnované individuálním herním činnostem.

Věřím, že důležitost teoretické výbavy trenéra pro jeho trenérskou praxi si čtenář uvědomoval nejen v úvodní stati tomuto tématu věnované, ale celou dobu, kdy „louskal“ volejbalovou teorii a pronikal do jejích tajů.

Na začátku jsme si volejbal rozdělili mezi ostatní sporty, a poté jsme začali kategorizovat již samotnou hru volejbalu. Definovali jsme základní stavební jednotku volejbalu - roze hry, a popsali jsme si její fáze. Pak jsme se věnovali individuálním herním činnostem, tedy tomu, co dělá během volejbalové roze hry každý jednotlivý hráč. Jeho činnost jsme rozdělili na podání, přihrávku, nahrávku, útočný úder, blokování a vybírání.

Volejbal je ale kolektivní sport, a tak jsme rychle přešli ke skupinovým činnostem, tedy těm činnostem, při kterých probíhá součinnost dvou až pěti hráčů na palubovce. Skupinové činnosti jsme pojmenovali jako kombinace a rozdělili je na obranné a útočné.

Poté jsme se již přešli na činnosti týmové - tedy ty, které probíhají zásadně v šesti lidech. Tato dlouhá kapitola nám týmové činnosti nejprve popsala, poté rozdělila a následně jsme si vše rozebrali na příkladech z praxe. Takže dnes už víme, že týmovými činnostmi jsou: zakládání útoku; útok a jeho zajištění; zakládání obrany; obrana; přechod z obrany do protiútku; protiútok; znovu zakládání obrany a tak dále, až do ukončení roze hry.

Na závěr této kapitoly jsme poodhalily pojmy taktika a strategie, stávají se z nás již trenéři, kteří uvažují dopředu, mají svou strategii a umí zvolit správnou taktiku.

Vím, že kapitola věnovaná systematice volejbalu není pro trenéry tou nejoblíbenější, přesto je potřeba začít právě teorií a odrazit se skrz jí do volejbalové praxe. Děkuji proto těm, kteří se kapitolami systematiky „prokousali“. Rád Vás uvítám i na startu další kapitoly, která nás bude provázet určitě mnoho měsíců - do kapitoly věnované **INDIVIDUÁLNÍM HERNÍM ČINNOSTEM**.