

Systematika volejbalu – 2. Část

I v dnešním díle našeho průvodce zůstaneme ve světě volejbalové teorie, věřím však, že i dnešní téma Vám nabídne vhled do volejbalové praxe. To, že je volejbal sportem netřeba psát a zdůrazňovat. V dnešním článku zařadíme volejbal do konkrétních skupin sportu, dá se říci, že jej budeme kategorizovat. Čtenář jistě namítne, že kategorizace volejbalu mezi ostatní sporty je pro praxi věcí málo využitelnou, avšak je tomu zcela jinak. Uvědomíme-li si, jakým je volejbal sportem, můžeme záhy získat praktické poznámky pro vlastní trenérskou praxi.

Volejbal se dá dělit dle nejrozličnějších kritérií do nekonečných kategorií, v dnešním článku uvedu ty, které považuji za nosné a důležité a to především z pohledu volejbalové praxe. Jinými slovy si řekneme, jakým sportem volejbal je a jak se tato fakta promítají do tréninkového procesu. Pozorný čtenář by našel další a další dělení a zcela určitě i jiná, než která se objeví zde, já však považuji tato za důležitá a přednostní. Volejbal je sportem:

- 1.) **Míčový sport:** zdánlivě banální věta, nad kterou každý z trenérů všech úrovní pouze povytáhne obočí. Co ale znamená fakt, že je volejbal míčovým sportem pro volejbalovou praxi? Znamená to především potřebu rozvíjet obecnou míčovou gramotnost hráče a to již od nejmladšího věku. Chceme-li vychovat ze začínajícího adepta budoucího špičkového volejbalistu, je třeba, aby se ovládnutí míče stalo samozřejmou součástí jeho obecné pohybové kultury. Doporučuji proto již od kategorií minivolejbalu dbát na důsledné ovládnutí míče. Zařazovat do tréninkového procesu dribling, hod na cíl, průpravné hry s míčem a podobně
- 2.) **Kolektivní sport:** říká se, že volejbal je nejkolektivnějším sportem ze všech. Úspěch v kolektivním sportu závisí na schopnosti součinností mezi jednotlivými hráči a na interpersonálních vazbách uvnitř družstva. Mezitímco součinnosti jednotlivých hráčů patří do herního tréninku a jsou budovány systematickou, cílenou a dlouhodobou prací, budování interpersonálních vazeb uvnitř družstva patří především do kategorie sportovní psychologie. S těmito obsáhlými kapitolami, které nezbytně patří do základní výbavy volejbalového trenéra, se seznámíme v dalších dílech tohoto seriálu.
- 3.) **Odrážecí sport:** pro tréninkový proces je pojem odrážecí sport naprosto zásadním. Mezitímco například při fotbale, či basketbale znamená neúspěšný dotyk s míčem pouze jeho ztrátu, kterou však lze napravit v dalším průběhu rozehry, v odrážecích sportech znamená nezvládnutý kontakt s míčem ukončení rozehry. Nezpracuje-li jeden z hráčů míč během volejbalové rozehry (vyprodukuje-li chybu) ostatní hráči se do rozehry ani nemohou zapojit. Pro tréninkový proces je tento fakt enormně důležitý ze dvou důvodů:
 - a) musíme po hráčích vyžadovat precizní zpracování a ovládnutí míče, jinými slovy musíme po hráčích požadovat dokonalé zvládnutí individuálních herních činností. (ve fotbale se může prosadit hráč, který soupeře uběhne a unaví svým důrazem, přestože jeho technika individuálních činností není dokonalá, ve volejbale je toto prakticky vyloučeno)
 - b) musíme (především mladým hráčům) nabízet takovou foršportovce mu hry, kterou jsou schopni zvládnout tak, aby hra byla v rámci možností plynulá. Neplynulá a statická hra vede k nechuti hráčů a k jejich neochotě dále se danému sportu věnovat. V tomto mají odrážecí sporty velkou nevýhodu.
- 4.) **Síťový (bezkontaktní) sport:** kromě faktu, že bezkontaktnost volejbalu přitahuje některé mladé sportovce právě k tomuto sportu, je zde ještě jeden fakt důležitý pro volejbalovou

praxi. Při realizaci kontaktu s míčem nedochází k atakování hráče ze strany soupeře. Mezitímco hokejista je při vyvážení kotouče atakován a fotbalista svádí o míč souboje tělo na tělo, přihrávající smečář při volejbale se nemusí soustředit na atak ze strany protivníka v průběhu realizace přihrávky. Hráč ovládá svůj herní prostor a může svou pozornost soustředit na konkrétní herní situaci.

- 5.) Sport vymezený somatotypem hráčů:** tato kategorie se zcela nehodí do systematického dělení volejbalu mezi ostatní sporty, přesto ji však zmiňuji a to především proto, že někteří trenéři ve snaze o momentální úspěch nepracují s vysokými (a tedy pohybově omezenými) typy hráčů. Volejbalová pravda je však prostá – vysocí hráči jsou ti nejcennější.

A příště již o základních volejbalových pojmech.....