

OBSAH

UČEBNÍ TEXTY PRO STUDENTY PŘEDMĚTU SPECIALIZACE VOLEJBAL

1. Historie volejbalu

- 1. 1 Rozvoj volejbalu ve světě
- 1. 2 Rozvoj volejbalu v našich zemích

2. Mezinárodní a národní volejbalové organizace

3. Analýza obsahu hry

- 3. 1 Rozbor obsahu hry
- 3. 2 Schéma hry ve volejbale

4. Systematika individuálních herních činností

- 4. 1 Pohybové dovednosti
 - 4.1.1 Odbití obouruč vrchem
 - 4.1.2 Odbití obouruč spodem
- 4. 2 Individuální herní činnosti
 - 4.2.1 Útočné herní činnosti
 - 4.2.2 Obranné herní činnosti
- 4. 3 Organizace hry družstva
 - 4.3.1 Herní systémy
 - 4.3.2 Obsah herních systémů

Použitá literatura

1. Historie volejbalu

Z důvodu významného postavení volejbalu v rodině kolektivních sportů je nezbytné si uvést historický vznik a vývoj volejbalu ve světě a u nás.

Podle teorie sportovních her je za dobu vzniku většiny novodobých her považováno především období konce 19. století. Dochází k tomu především díky vzniku základních pravidel většiny her. Období konce 19. století náleží vzniku nových sportovních her basketbalu (1891) a volejbalu. Jedna z nejpůvodnějších her na světě – volejbal – vzniká v roce 1895.

Dostupné písemné prameny, především z Jižní a Severní Ameriky, Asie a Evropy udávají jako autora vzniku volejbalu prof. tělesné výchovy a ředitele holyokské kolejě W. G. Morgana. Vyučoval na gymnáziu křesťanské společnosti mladých (YMCA) ve Springfieldu v Massachusets (USA). První název byl „minonette“, ale ten byl v roce 1896 přejmenován prof. A. T. Halstetem při předvedení této nové hry, na konferenci ředitelů YMCY, na „to volley the ball“ („odrážení míče“).



Obr. 1 W. G. Morgan

Základním motivem vzniku nové hry bylo zpestřit žákům a sportovcům jiných odvětví pobyt v tělocvičně v zimním období a nahradit tak méně emocionální gymnastiku a jiné hry. Základní pomůckou byla síť, kterou přepůlil tělocvičnu na dvě poloviny, ve výši asi 183 cm a basketbalový míč. Vlastní hra spočívala v odražení basketbalového míče hráči z jedné poloviny na druhou. Ovšem basketbalový míč pro způsob odbíjení nevyhovoval, jelikož byl příliš těžký a tvrdý a vyvracel prsty hráčů. Ve zkoušce neobstála ani gumová duše basketbalového míče. Proto dal Morgan zhotovit podle speciálních propočtů v domě sportovních potřeb – Spalding – první volejbalový míč. Tím se odstranila velmi důležitá překážka k dalšímu rozvoji volejbalu. Brzy se volejbal přestěhoval z tělocvičny i do přírody a zařadil se spolu s basketbalem a handbalem mezi náruživě pěstované hry v Morganově škole.

Další významnou osobou v posunu vývoje volejbalu byl J. J. Cameron, který uveřejnil první písemnou zprávu o volejbale v časopise Physical Education, kde píše „Volejbal je nová hra, kterou je možno hrát v tělocvičnách a sálech, může se však hrát i venku. Počet hráčů se neomezuje. Ve hře se míč uvádí v pohyb odbíjením přes síť z jedné poloviny na druhou, využívá se podílu ze dvou her tenisu a handbalu“.

Od roku 1896 dostává volejbal svá první pravidla vydaná v témže časopise Cameronem.

- hra sestává z deseti směn, hráč podává tak dlouho, než je vyřazen ztrátou míče
- hřiště je 25 stop široké a 50 stop dlouhé (7,65 m x 15,33 m)
- výška sítě je 6 stop a 6 palců od země (1,98 m)
- hraje se na ztráty
- míč, který narazí na síť (dotkne se sítě), s výjimkou prvního podání, se počítá jako mrtvý míč.
- míč na čáře se počítá jako mimo hřiště.

Podání. Podávající stojí jednou nohou na zadní čáře, míč musí být udeřen rukou, k podání jsou určeny dva pokusy. Při podání musí míč letět alespoň 10 stop (3,05 m), driblink není dovolen. Míč je gumová duše pokrytá kůží nebo plátnem. Obvod nemá být menší než 25 palců a větší než 27 palců (63,5 – 68,58 cm) a nesmí vážit méně než 9 a více než 12 uncí (255,15 g – 340,2 g).

Může hrát libovolný počet hráčů. Dotkne-li se hráč sítě, je míč mrtvý. Držení míče je zakázáno. Míč, který se odrazí od jakéhokoliv předmětu vně hřiště zpět do hřiště, je dobrý (je ve hře). Driblink je dovolen na 4 stopy (1,2 m) od sítě.

Pro malou náročnost na plochu i vybavení, jednoduchost pravidel, kolektivní charakter umožňující účast osob různého pohlaví a věku se volejbal brzy stal jednou z nejrozšířenějších rekreačních her v amerických školách, v organizaci YMCA, na plážích apod.

1. 1 Rozvoj volejbalu ve světě

S velkou rychlostí se volejbal šíří z USA nejprve do Kanady (1900). Ve stejném roce se začíná hrát i v Indii. Ve Střední Americe se volejbal rozvíjí hlavně na Kubě (1905) a v Peru (1910), do Uruguaye přináší volejbal v roce 1912 pan Hopkána a už v roce 1915 je zde založena první národní volejbalová federace.

V Japonsku zavedl volejbal roku 1908 pan Ohmori. Dále se volejbal dostává až na Filipíny a v roce 1913 i do Číny. Postupně se s rozvojem a tudíž i vývojem volejbalu mění pravidla

hry, kam se přenáší různé odlišnosti. Hraje se s větším počtem hráčů (16, 12, 9), není omezen pohyb hráčů po hřišti, každá chyba se trestá bodem a je možnost dvou podání.

Do Evropy se volejbal dostal v roce 1917 díky vojákům bojujícím v 1. světové válce ve Francii. Zasluhou amerických přistěhovalců se volejbal objevuje v Litvě, Estonsku, Lotyšsku a postupně se šíří do celé Evropy. V Rusku se objevuje volejbal v letech 1915 - 1916 a rychle se rozvíjí. Historickým datem se stává červenec 1923, kdy je v Moskvě odehráno první utkání řízené rozhodčím.

1. 2 Rozvoj volejbalu v našich zemích

U nás se volejbal začíná rozvíjet po 1. světové válce. Hlavním propagátorem volejbalu byl J. A. Pipal, který od roku 1919 působil v Praze jako ředitel YMCA. Zde se také ustanovila v roce 1921 první volejbalová organizace u nás – Volejbalový svaz. Rozvoj volejbalu podpořila československá armáda. Ministerstvo národní obrany organizuje první kurzy pro tělovýchovné instruktory pod vedením profesora Pipala. Program kurzu byl zaměřen na přípravu našich sportovců v atletice na OH v Antverpách, ovšem seznámili se zde s novými hrami – volejbalem a basketbalem. Volejbal si rychle získal příznivce a šířil se do všech tehdejších středisek YMCA, vysokých škol, na střední školy, Sokola, Orla apod. Velmi rychle se o kvalitní rozvoj volejbalu zasadili vysokoškolští studenti, mezi kterými měl velkou oblibu. Hlavně v Praze, Klatovech, Brně a Jičíně.

Významným mezníkem se stal rok 1921, kdy byl založen Československý volejbalový a basketbalový svaz (ČVBS), který je nejstarším evropským svazem na světě. V tomto roce bylo pořádáno i první mistrovství České republiky. Nezapomenutelný přínos pro rozvoj volejbalu mělo v letech 1930 - 1936 trampské hnutí. V roce 1932 je vytvořena Trampská volejbalová liga, která má velký počet aktivních hráčů a řadu obdivovatelů. V roce 1936 se slučuje Trampská volejbalová liga se soutěží svazovou.

Na mezinárodním poli patříme mezi zakladatele Mezinárodní volejbalové federace. V roce 1928 proběhl první neúspěšný pokus. Po šesti letech v roce 1934 proběhl druhý pokus a návrh zástupců Polska aby při Mezinárodní amatérské federaci házené, byla ustavena komise pro volejbal, tento pokus byl úspěšný. Členství v komisi mělo 12 evropských států, 5 států Severní a Jižní Ameriky a 4 státy z Asie.

V poválečných letech se otevírají možnosti mezinárodních sportovních styků. Čeští zástupci měli velkou možnost kontaktů hlavně s francouzskými a polskými hráči. Při těchto setkáních také vznikají první přípravy na možnost ustanovení mezinárodní volejbalové federace. Založení FIVB se konalo v roce 1947 v Paříži, kde se konal ustavující kongres. Kongresu se

účastnilo 14 národních federací a předsedou byl zvolen Paul Libaud z Francie. Ustanovením FIVB byly vytvořeny podmínky pro všestranný rozvoj světového volejbalu. Základním úkolem bylo sjednocení pravidel. Rozhodlo se také o uspořádání prvního mistrovství Evropy roku 1948 v Itálii.

V dalších letech následovalo pravidelné uspořádávání jak evropských tak světových soutěží. Od roku 1964 je volejbal mužů a žen zařazen do programu olympijských her.

V roce 1946 byl ustaven samostatný volejbalový svaz. Český volejbal se rozvíjel všestranně jak po stránce výkonnostní, metodické a pedagogické, tak i po stránce organizační a materiálně technické. Velmi úspěšná éra byla pro náš volejbal v 50. letech, kde jsme získávali ty nejvyšší mety na většině akcí a popularita stále rostla. V 60. letech rozvoj volejbalu rychlým tempem pokračoval a získal množství adeptů v mládežnických kategoriích. Začíná se objevovat pojem bagr – odbití obouruč spodem, který přinesli právě naši hráči. Mezi odborníky se začali vést diskuse, zda volejbal patří na venkovní hřiště či do hal. 70. léta jsou charakteristická množstvím novinek v pravidlech – anténky, nové míče a soutěže se přesunuly do hal. 90. léta přinesla novou vlnu a nástup popularity světového volejbalu. S tím souvisela i značná komercializace. Což nedalo dlouho čekat na změny v pravidlech, která provází většinu sportů. Hlavní důraz byl kladen na zkrácení hry – nástup počítání bez ztrát, větší specializace jednotlivých hráčů – libero, technické oddechové časy – zařazení reklam aj.

V roce 1990 vznikl nový orgán, který řídil volejbal u nás pod názvem Česká a Slovenská federace volejbalu (ČSFV). Se vznikem samostatné České republiky byl nahrazen ČSFV v roce 1993 Českým volejbalovým svazem (ČVS). Předsedou byl zvolen P. Kučera a nastala nová epocha českého volejbalu.

Nejvýznamnější úspěchy Československého a později Českého volejbalu:

Mistrovství světa

Muži

1949 – 1. mistrovství světa v Praze, naši skončili na 2. místě za SSSR.

1956 – v Paříži získali titul mistrů světa.

1966 – v Praze získali druhý titul mistrů světa.

Na dalších mistrovství světa až dodnes jsme žádného medailové umístění nezískali.

Nejpronikavějšího výsledku v „nové“ éře volejbalu dosáhli naši muži ve Světové lize 2003 v Argentíně, kde skončili po finálové účasti na 4. místě.

O rok později úspěšně muži zvládli finálový zápas Evropské ligy proti Rusku a vítězstvím 3:1 před domácím publikem dosáhli zatím největšího úspěchu.

Ženy

1952 – 1. mistrovství světa, získaly jsme bronzové medaile.

1960 – opět získaly bronzových medailí.

Mistrovství Evropy

Muži

1948 – 1. mistrovství Evropy v Římě, naši získali mistrovský titul

Až do roku 1971, naše družstvo neskončilo hůře než druhé, pouze jednou skončilo na 5. místě v Bukurešti 1963. Medailové umístění se nám podařilo získat ještě v letech 1985 v Holandsku a 2001 v Česku.

Ženy

1950 – 1. mistrovství Evropy v Praze, získaly stříbrných medailí

1955 – získaly mistrovského titulu

Potom až do roku 1971 získaly ženy pouze tři medailová umístění:

1983 – získaly bronzových medailí

1993 – získaly stříbrných medailí

1997 – získaly bronzových medailí

Olympijské hry

Naši muži byli ve „zlaté éře“ dvakrát úspěšní a to na OH 1964 v Tokiu – 2. místo, na OH 1968 v Mexiku – 3. místo a na OH 1980 v Moskvě – 8. místo. Od té doby jsme se na olympijský volejbalový turnaj nekvalifikovali. Ženy se na olympijském volejbalovém turnaji objevily pouze jednou v roce 1968 v Mexiku, kde obsadily 6. místo.

V novodobé éře se na beach volejbalovém olympijském turnaji dvakrát představila dvojice Celbová – Dosoudilová, 2000 v Sydney a 2004 v Aténách. Na posledních OH 2012 v Londýně se úspěšně prezentovaly dva ženské české páry Kolocová – Sluková a Klapalová – Háječková. V kategorii mužů se neztratila česká dvojice Kubala – Beneš.

Kontrolní otázky

1. V kterém roce a kde vznikl volejbal:
 - a) 1900, UCLA Pensylvanie
 - b) 1895, YMCA Springfield**
 - c) 1860, Harvardská univerzita
2. Zakladatelem volejbalu byl:
 - a) Doug Bill
 - b) W.G.Morgan**
 - c) J. J. Cameron
3. Hlavním propagátorem volejbalu v Čechách a na Slovensku byl:
 - a) Karel Láznička
 - b) J. A. Pipal**
 - c) Dr. Miroslav Tyrš
4. Kolikrát byli volejbalisté Československa mistři světa:
 - a) Nikdy
 - b) 2**
 - c) 3

2. Mezinárodní a národní federace

Hlavní Světovou mezinárodní volejbalovou organizací je **FIVB** (The Fédération Internationale de Volleyball). FIVB je sdružením podle švýcarského práva a byla založena v roce 1947 v Paříži a sídlí v Lausanne. Československo bylo jednou ze 14 zakládajících zemí, které se zúčastnily ustavujícího sjezdu v Paříži.



Obr. 2 Nové logo FIVB, 2010

V roce 2010 se FIVB skládá z 220 členských federací a předsedá pěti kontinentálním konfederacím: AVC (Asie), CAVB (Afrika), CEV (Evropa), CSV (Jižní Amerika) a NORCECA (Severní a Střední Amerika).



Obr. 3 Asian Volleyball Confederation



Obr. 4 African Volleyball Confederation



Obr. 5 European Volleyball Confederation



Obr. 6 South American Volleyball Confederation



Obr. 7 North, Central America and Caribbean Volleyball Confederation

Struktura FIVB

Základní platforma FIVB zahrnuje všechny přidružené národní federace. **World Congress** je nejvyšší autorita. Svolává se každé dva roky a kongres volí předsedu a členy představenstva. **Správní rada** je odpovědná za celkové řízení FIVB, má na starosti dohled nad prací národních federací, konfederací, komisí a rad a jmenuje úředníky, včetně členů výkonného výboru. **Výkonný výbor** se skládá z členů Rady a každý člen je pověřen významnou a konkrétní odpovědností. **Prezident FIVB** je osobně odpovědný před Kongresem a správní radou a je podporován členy výkonného výboru a sekretariátu FIVB.

FIVB řídí a podporuje všechny formy volejbalu po celém světě prostřednictvím turnajů, jako je World Championships, World League, World Grand Prix, World Cup, Grand Champions Cup, Club World Championships, FIVB Swatch World Tour, FIVB Swatch Championships, Beach Volleyball Continental, Cup and Beach Volleyball World Cup, juniorské a mládežnické turnaje a samozřejmě olympijské hry.

CEV (Confédération Européenne de Volleyball)

CEV je kontinentální řídicí orgán pro volejbal a plážový volejbal v Evropě. Sídlo mezinárodní volejbalové společnosti se nachází v Lucemburku a sdružuje 55 národních svazů. Ačkoliv tzv. "Evropská komise sportu" - předchůdce CEV - byla zřízena teprve dne 21. října 1963, v Bukurešti a Max Wasterlain z Belgie byl zvolený prezident této instituce.

Úplně první mužský evropský šampionát byl představen v Římě v roce 1948 za účasti 6 týmů a Československo „bralo“ zlato, zatímco Francie a Itálie skončily druhá a třetí. Premiéra pro evropské ženské mistrovství následovala v roce 1949 v Praze s celkem 7 týmy. První byl Sovětský svaz, druhé Československo a třetí Polsko.



Obr. 8 Czechoslovakia Gold Medal Team

V současné době pořádá CEV dvě nejvýznamnější klubové evropské soutěže ve volejbale mužů a žen - CEV Champions League a Indesit European Champions League, které se pořádají každý rok.

ČVS (Český volejbalový svaz)

Český volejbalový svaz byl založen v roce 1921 spolu s basketbalovým svazem (Československý volejbalový a basketbalový svaz), až v roce 1946 byl osamostatněn. V současné době má přes 50 tisíc členů v celé České republice.



Obr. 9 Logo ČVS

Kontrolní otázky

1. Kdy byla založena FIVB:
 - a) **1947**
 - b) 1946
 - c) 1949

2. Kde leží sídlo FIVB:
 - a) v Paříži
 - b) **v Lausanne**
 - c) v Bruselu

3. Kolik národních federací je v současnosti je členem FIVB:
 - a) 120
 - b) **220**
 - c) 250

4. V kterém roce byl založen Český volejbalový svaz:
 - a) 1918
 - b) **1921**
 - c) 1924

3. Analýza obsahu hry

3.1 Rozbor obsahu hry

Volejbal je kolektivní sportovní hra, která se řadí mezi síťové sportovní hry. Hráč musí ve hře spolupracovat se spoluhráči a nepřichází do přímého kontaktu se soupeřem.

Cílem hry je v souladu s pravidly odbít míč nad sítí do pole soupeře, tak aby dopadl na zem do jeho hřiště. Tato činnost se realizuje v zápase. Zápas se dělí na jednotlivé sety. Zápasy se hrají na tři vítězné sety. Rozhodující set je zkrácený. Jednotlivé části hry, které začínají podáním a končí chybou některého z družstev, nazýváme rozehrů. V průběhu zápasu se neustále střídá útok a obrana. Jedno družstvo útočí, druhé se brání, resp. přechází do protiútoků. Tyto ucelené části hry nazýváme fáze hry. Obě základní fáze ve hře, útok a obrana, mají stejný význam.

Základní fáze hry se dělí na menší části, úseky hry, za které považujeme prostorově a časově ohraničené části hry v útoku nebo v obraně:

- přechod z obrany do útoku (zakládání útoku) - přihrávka
- vedení a zakončení útoku – nahrávka a útočný úder
- přechod z útoku do obrany – obranné postavení
- vlastní obrana – blok a obrana v poli

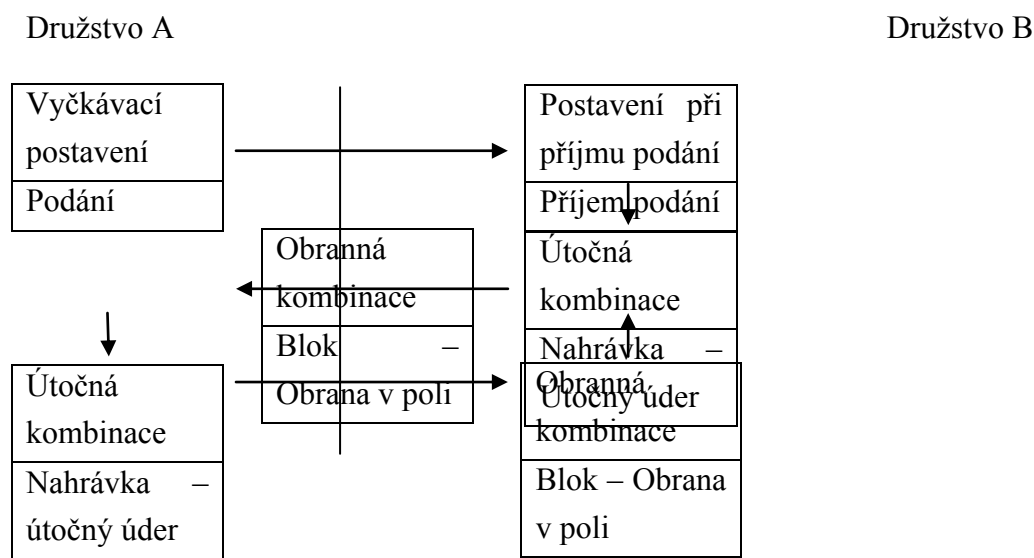
Ve volejbalu se těžko rozlišuje, zda družstvo ještě brání, nebo již zakládá útok. Z tohoto důvodu rozlišujeme hru družstva po podání soupeře, která se skládá z přihrávky, nahrávky a následného útoku (družstvo má míč pod kontrolou) a hry družstva po vlastním podání, kterého součástí je podání a následné bránění na síti a v poli (družstvo nemá míč pod kontrolou) s případným protiútokem – hra družstva po obraně v poli (družstvo má míč pod kontrolou). (Haník, 2008, Zapletalová, 2007).

Fáze a úseky hry se vytváří řetězci herních situací. Herní situace je okamžitý stav ve hře, který je určený souhrnem činitelů a představuje pro hráče taktickou úlohu, kterou řeší příslušnou herní činností. Herní situace mají tendenci se opakovat. Opakování herních situací je jednou ze zákonitostí volejbalové hry.

Herní situace přecházejí plynule jedna do druhé. Každá z nich představuje pro jednotlivého hráče úlohu, kterou musí vyřešit výběrem a realizací jednoho z mnoha možných individuálních nebo kolektivních způsobů řešení.

Pro vyučovací proces je velmi důležité poznat, které herní situace se ve fázích a úsecích hry opakují, jakými herními činnostmi se realizují, abychom jejich řešení nacvičili a družstvu přiblížili konkrétní cvičení v rámci předem určené složitosti zatížení podmínkám samotné hry. (Zapletalová, 2007)

3. 2 Schéma hry ve volejbale



Typicky herní situace můžeme charakterizovat takto:

- hra začíná podáním do pole soupeře
- následuje příjem podání se snahou přihrát míč k síti
- po příjmu podání následuje nahrávka, kde nahrávač rozhoduje o místě vedení útoku a druhu útoku
- útočník odbíjí míč do pole soupeře s cílem rozehru ukončit
- blok hráčů nad sítí brání proniknutí míče do vlastního hřiště
- hráči, kteří vykrývají útočícího hráče na jedné straně a blokující hráči na druhé straně, očekávají od bloku odražené míče
- podle vzniklé situace hráči v poli na straně útočícího nebo bránícího družstva přihrávají míč k síti na nahrávače s cílem založit nový útok

Herní situace hráči řeší herními činnostmi individuálně nebo týmově. Individuální řešení se uskutečňuje individuálními činnostmi jednotlivce. Týmové řešení herních situací se realizuje herními kombinacemi v daném herním systému.

Individuální herní činnost je promyšlený komplex pohybové činnosti, kterou hráč řeší herní situaci. (Zapletalová, 2007)

Herní situaci v souladu s Dobrým a Velenským (1987) pojímáme jako okamžitý stav rozehry nebo její části, v níž nedochází ke změně vztahů mezi podstatnými faktory herní situace, tj. nedochází ke změně struktury herní situace (podobně Táborský 2007). (Haník, 2008)

Individuální herní činnost je promyšlený komplex pohybové činnosti, kterou hráč řeší herní situaci. Individuální herní činnost má technickou a taktickou stránku. Technická stránka představuje racionální způsob uskutečnění IHČ. Taktickou stránkou rozumíme psychické procesy a myšlenkové operace, kterým předmětem je pochopení herní situace a výsledkem výběr nejúčinnějších způsobů řešení. Tyto dvě stránky individuálních herních činností tvoří celek, jsou neoddelitelně spojené a podmiňují úroveň hry hráče. Některými IHČ je možné dosáhnou přímo bodu. Jedná se o podání a herní činnosti, které se realizují nad sítí, kde se soupeři přímo setkávají – útočný úder a blok. Další IHČ se realizují v rámci vlastního družstva a jejich hlavní úlohou je zabránit dopadu míče na zem a připravit vhodné podmínky na jeho zakončení – přihrávka a nahrávka.

Herní kombinaci chápeme jako vědomou spolupráci dvou až šesti hráčů družstva sladěnou v prostoru a čase, pomocí které uskutečňují společný taktický záměr při řešení konkrétní herní situace.

Řešení individuálních a kolektivních úloh se uskutečňuje v rámci systému hry.

Herní systém představuje organizaci individuálních a kolektivních činností družstva zaměřenou na splnění herních úloh v průběhu zápasu. Je charakterizován složením družstva vzhledem ke specializaci hráčů, které do určité míry určují výběr některých herních kombinací.

Herní činnosti z hlediska jejich uplatnění v jednotlivých fázích hry rozdělujeme na útočné a obranné. Při vymezení individuálních herních činností na útočné a obranné vycházíme z řetězce IHČ. První odbití míče na vlastní straně (blok, vybírání, přihrávka podání) zařazujeme mezi obranné IHČ, protože jejich hlavní úlohou je zamezit dopadu míče na zem. Další odbití v rámci družstva – nahrávka a třetí odbití – útočný úder, taktéž podání, zařazujeme mezi útočné IHČ.

Z tohoto členění IHČ logicky vyplývá rozdělení herních kombinací na útočné a obranné. Systémy hry nerozlišujeme z hlediska realizace v jednotlivých fázích hry na útočné nebo obranné, ale z hlediska specializace hráčů. (Zapletalová 2007)

Kontrolní otázky

1. Kterou individuální herní činností můžeme dosáhnout přímého bodu:
 - a) nahrávkou
 - b) blokem**
 - c) vybíráním

2. Individuální herní činností je:
 - a) je promyšlený komplex pohybové činnosti, kterou hráč řeší herní situaci**
 - b) je nahodilý komplex pohybové činnosti, kterou hráč řeší herní situaci
 - c) jedná se o taktiku, kterou hráč řeší herní situaci

3. Přihrávka je:
 - a) zakládání útoku**
 - b) zakončování útoku
 - c) vlastní obrana

4. Co je vlastní obrana:
 - a) blok a obrana v poli**
 - b) blok
 - c) obrana v poli

4. Systematika individuálních herních činností

V současné volejbalové teorii rozlišujeme dva klíčové termíny:

- pohybová dovednost – odbití obouruč spodem/vrchem
- individuální herní činnosti

4. 1 Pohybové dovednosti

4. 1. 1 Odbití obouruč vrchem

Odbití obouruč vrchem je pohybová dovednost, jejíž zvládnutí je předpokladem pro individuální herní činnost nahrávku a přihrávku.

Odbití obouruč vrchem je způsob odbití, kterým se při výuce volejbalu, konkrétně při osvojování si individuálních činností jednotlivce (nahrávka, přihrávka), začíná. Je to proto, že ve hře začátečníků můžeme tímto druhem odbití realizovat všechny individuální činnosti – podání, příjem, nahrávku, útok i obranu v poli a tak můžeme od začátku zařazovat hru v upravené formě.

Ve hře vyspělých družstev představuje odbití obouruč vrchem optimální způsob realizace všech druhů nahrávek. Žádným jiným způsobem odbití není možné dosáhnout tak přesnou výšku, délku a rychlost odbití jako odbitím obouruč vrchem.(Zapletalová 2007)

4. 1. 2 Odbití obouruč spodem

Odbití obouruč spodem je pohybová dovednost, jejíž zvládnutí je předpokladem pro individuální herní činnost přihrávku. Odbití obouruč spodem se nejvíce využívá při přihrávce, tj. při příjmu podání a při obraně v poli. Při nácviku, resp. zdokonalování postupujeme podobně jako při nácviku odbíjení obouruč vrchem.

Zatímco při odbití obouruč vrchem se snažíme odbít v ose těla, při odbití obouruč spodem se neomezujeme pouze na odbití v ose těla, ale učíme současně odbíjení mimo osu těla. Variabilnost hry to vyžaduje.

4. 2 Individuální herní činnosti

4. 2. 1 Útočné herní činnosti

Podání

Podání je odbití míče do pole soupeře, kterým začíná každá rozehra. Hráči se na podání střídají, tudíž musí každý hráč tuto činnost ovládat. Nejjednodušší je spodní podání. Každý začátečník by měl toto podání zvládnout. Podání musí být uskutečněno pouze jednou rukou.

- s rotací, bez rotace
- spodní, vrchní
- v čelném postavení, v bočním postavení
- ve výskoku, z místa

Nahrávka

Nahrávka je usměrněné odbití přihraného míče na některého spoluhráče, s cílem možnosti co nejkvalitnějšího útoku. Je to vždy druhé odbití míče. Pro nahrávku je charakteristické to, že se vždy jedná o odbití pod úhlem. Nejčastější a nejpřesnější technikou uskutečnění nahrávky je odbití obouruč vrchem. V začátečnickém volejbale se používá vysoká nahrávka před sebe a za sebe, realizovaná pokud možno odbitím obouruč vrchem. Rozhodující je přesnost, taktika je druhořadá.

- obouruč vrchem, obouruč spodem, jednoruč vrchem
- před sebe, za sebe, nad sebe
- z místa, po pohybu, ve výskoku
- dlouhá, střední, krátká
- z pole, podél sítě

Útočný úder

Pravidla definují útočný úder jako jakékoliv odbití míče na stranu soupeře s výjimkou podání a bloku. Z hlediska systematiky považujeme za útočný úder odbití míče do pole soupeře uskutečněné většinou jednou rukou ve výskoku, s cílem znemožnit soupeřovi udržet míč ve hře. Nejčastěji používanými a nejefektivnějšími útočnými údery jsou různé varianty smeče. Z hlediska taktiky útočného úderu v začátečnickém volejbale usilujeme nejdřív o přesnost a potom o razanci. (Zapletalová, 2007)

- smeč, lob, drajv, ulívka
- po čáře, diagonálou
- po odraze ze dvou noh, po odraze z jedné

4. 2. 2 Obranné herní činnosti

Blok

Blokování je herní činnost, při které jeden hráč, nebo skupina hráčů – dvojblok, trojblok, přehradí rukama určitý prostor, s cílem zabránit přeletu míče a zakončit úder, nebo pokrýt určitý prostor. (Haník, 2004)

- útočný, obranný
- z místa po pohybu
- otevřený, polootevřený, zavřený

Příhrávka

Příhrávka je odbití míče letícího od soupeře, záměrně usměrněného některému spoluhráči – nahrávačovi k síti, aby mohl nahrát či zaútočit. Je to první odbití družstva. Pro příhrávku je charakteristické, že jde většinou o odbití pod úhlem se snahou odbit míč do určitého prostoru, který je nejvýhodnější pro založení útoku.

Příhrávka/příjem podání

- obouruč vrchem, obouruč spodem, jednou rukou, jinou částí těla
- v ose těla, mimo osu těla
- z místa, po pohybu
- ve stoji, v kleku, v pádě

Obrana v poli

Mezi herní činnosti jednotlivce, které plní převážně obranné úkoly řadíme **vybírání a vykrývání**.

Vybírání je odrazení míče jakýmkoliv způsobem dovoleným pravidly s cílem zabránit dopadu míče na zem (udržet jej ve hře) a znemožnit tím soupeři dosáhnout pro sebe bod. Může být prvním, druhým, třetím i čtvrtým (v případě teče blokem) odbitím ve vlastním poli. Pokud je třetím nebo čtvrtým odbitím, má ještě další úkol – přehrát míč do pole soupeře. (Buchtel, Ejem, Vorálek, 2011)

Obrana v poli- vybírání lehkých míčů

- obouruč vrchem, obouruč spodem
- v ose těla, mimo osu těla
- z místa, po pohybu

Obrana v poli – vybírání těžkých míčů

- Obouruč spodem, obouruč vrchem, jednou rukou vrchem a spodem, jinou částí těla
- v ose těla, mimo osu těla,
- ve stoji, v kleku, v pádu,
- z místa, po pohybu, v pohybu

Vykrývání vlastního útočníka je nedílnou součástí herních činností jednotlivce - tzv. „hra bez míče“. Při vykrývání se v podstatě jedná o vybírání odražených míčů od bloku soupeře. Zařazujeme do ní výběr místa hráče, pohyb hráče a zaujmutí nejvýhodnějšího postoje pro nejeftivnější zvládnutí herní situace. Podle Haníka (2004) se vyskytují tři druhy herních situací, kdy se míč odrazí po útoku vlastního útočníka od soupeřova bloku:

- míč směřuje rychle k zemi, akce má charakter vybírání prudkého míče
- míč směřuje pomaleji k zemi do prostoru před nebo vedle vykrývajícího hráče, akce má charakter vybírání míče po pohybu nebo v pádu
- míč směřuje nad vykrývajícího hráče nebo za něj, akce má charakter vybírání odražených míčů.

Z hlediska vzdálenosti od bloku soupeře se liší i charakter postoje:

- Vykryvání – v první zóně vykryvání (zhruba do vzdálenosti 3m) je postoj velmi nízký.
- Vykryvání – v druhé zóně vykryvání (dále než 3m) je postoj vyšší.



Zdroj:http://img8.rajanee.idnes.cz/d0802/0/576/576389_83e737f32cf1b48cbcd9a2c8c82abd43/images/IMG_0973.JPG?ver=0

4. 3 Organizace hry družstva

4. 3. 1 Herní systémy

Herní systém zabezpečuje účinnou hru družstva ve všech rotacích po vlastním podání a po podání soupeře. Samotný herní systém vytvářejí ve hře účelně volené obranné a útočné herní kombinace, které hráči realizují individuálními herními činnostmi.

Z hlediska specializace hráčů rozlišujeme herní systémy bez specializovaných hráčů, ve kterých hráči přebírají funkci podle zóny, ve které se momentálně nacházejí a herní systémy se specializovanými hráči, ve kterých se hráči vyměňují do zón, ve kterých uplatňují svoji specializaci.

V současném volejbale rozlišujeme tyto funkce:

Nahrávač – jeho hlavní úkolem je nahrávat, musí zvládnout všechny druhy nahrávek, organizuje hru a tvůrcem útočné hry družstva. Nejčastěji hraje v zóně I a II.

Smečář – jeho hlavní úlohou je přihrávka, tvrdý útok ze zóny IV, II, VI.

Diagonální hráč (protější hráč) – Jeho hlavní úlohou je útok ze zóny II, IV a ze zóny I. Většinou to bývá nejlepší útočník, který dělá pro družstvo nejvíce bodů. Jeho nejčastější postavení je v zóně II a I.

Blokař (středový hráč) – jeho hlavní funkce je obrana na síti, útočí hlavně po rychlých nahrávkách středem sítě. Jeho postavení je v zóně III. V zadních zónách je střídán liberem.

Libero – je výlučně hráčem zadních zón. Jeho hlavním úkolem je přihrávka podání a bránit útok soupeře. Měl by organizovat obranu družstva. Nejčastěji hraje v zóně V nebo VI. (Zapletalová, 2007)

4. 3. 2 Obsah herních systémů

Samotný obsah herních systémů vytvářejí herní kombinace realizované v časové následnosti v rozehře. Můžeme je rozlišit na herní kombinace realizované po podání soupeře a ve hře po vlastním podání.

Hra družstva po podání soupeře je tvořena herními kombinacemi:

- postavení družstva při příjmu podání
- útočné kombinace po příjmu podání
- vykrývání útoku vlastního družstva

Hra družstva po vlastním podání je tvořena herními kombinacemi:

- vyčkávací postavení družstva před útokem soupeře na síti a v poli
- obrana na síti (blok)
- vybírání útoku soupeře
- útočné kombinace po obraně v poli – následný protiútok
- vykrývání útoku vlastního družstva

Při organizaci hry družstva se musí určit, ve kterých konkrétních herních situacích bude družstvo používat konkrétní herní kombinaci:

- při příjmu podání (kdo bude přihrávat, v jakém postavení bude přihrávat apod.)
- v útočných herních kombinacích (kdo bude útočit první sled, kdo bude útočit z okrajů sítě, ze zadních zón, jaké budou útočné údery, směry útoku apod.)
- v obraných kombinacích na síti (kdo bude kde blokovat, postavení blokařů na síti apod.)
- kteří hráči budou v zadních zónách střídání liberem

Nespecializované systémy

Každý přední hráč v zóně III nahrává

V tomto systému se každý přední hráč v zóně III stává nahrávačem a plní jeho funkci. Zůstává v zóně III jak při podání soupeře, tak při vlastním podání. Krajiní hráči se automaticky stávají smečujícími hráči. V průběhu rozehry nepřebíhají do jiné zóny.

Každý přední hráč v zóně II nahrávačem

V tomto systému je princip stejný s tím rozdílem, že nahrávač je každý hráč, který přichází do zóny II. Útočníky se stávají hráči v zóně IV a III.

Specializované systémy

Systém se dvěma nahrávači

Družstvo je složené ze dvou nahrávačů, dvou smečářů a dvou blokařů. Při tomto systému jsou možné dvě varianty základního řazení hráčů. V prvním postavení stojí nahrávač před smečářem, v druhém postavení před blokařem. Výběr jednoho z těchto postavení je podmíněný složením družstva, technicko-taktickou úrovní hráčů.

Systém s jedním nahrávačem

V tomto systému se družstvo skládá z jednoho nahrávače, dvou smečářů, dvou blokařů a jednoho diagonálního hráče. V tomto systému se mohou vyskytnout dvě varianty řazení hráčů: nahrávač hraje před smečářem a druhá varianta, že hraje za smečářem. Ve vrcholovém volejbale platí varianta před smečářem.

Kontrolní otázky:

1. Odbití obouruč je:
 - a) **pohybová dovednost**
 - b) individuální herní činnost
 - c) individuální herní řetězec

2. Přihrávka je:
 - a) útočná herní činnost
 - b) **obranná herní činnost**
 - c) obranná herní kombinace

3. Blok je:
 - a) **obranná herní činnost**
 - b) obranně – útočná činnost
 - c) útočná činnost

4. Mezi individuální herní činnosti nepatří
 - a) podání
 - b) útok
 - c) **odbití obouruč spodem**

5. Herní kombinace chápeme jako spolupráci
 - a) jednoho až šesti hráčů
 - b) **dvou až šesti hráčů**
 - c) pouze dvou hráčů

Použitá literatura

<http://www.asianvolleyball.org/>

Buchtel, J. & Ejem, M. (1981). *Odbíjená. Metodika nácviku a trénink*. Praha.

Buchtel, J. a kolektiv (2006). *Teorie a didaktika volejbalu*. Praha: Karolinum.

Buchtel, J., Ejem, M., Vorálek, R. (2011). *Trénink volejbalu*. Praha: Karolinum.

Buzek, M. & Procházka, L. (1999). *Česká fotbalová škola*. Praha: Olympia.

Císař, V. (2005). *Volejbal*. Praha: Grada.

Dobry, L. & Semiginovský, B. (1988). *Sportovní hry: výkon a trénink*. Praha: Olympia.

Dovalil, J. (1992) *Sportovní trénink. Lexikon základních pojmů*. Praha: UK Karolinum.

Dovalil, J. (2002). *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia.

Hančík, V., Belaj, J. & Horský, L. (1984) *Trénink vo volejbale*. Bratislava: Šport.

Haník, Z. Vlach, J. a kol. (2008). *Volejbal 2. Učební texty pro školení trenérů*. Praha: Olympia.

Haník, Z., Lehnert, M. a kolektiv, (2004). *Volejbal 1. Herní dovednosti a kondice v tréninku mládeže*. Praha: Český volejbalový svaz.

http://en.wikipedia.org/wiki/African_Volleyball_Confederation

http://en.wikipedia.org/wiki/European_Volleyball_Confederation

http://en.wikipedia.org/wiki/North,_Central_America_and_Caribbean_Volleyball_Confederation

http://img8.rajce.idnes.cz/d0802/0/576/576389_83e737f32cf1b48cbcd9a2c8c82abd43/images/IMG_0973.JPG?ver=0

<http://www.cev.lu/CEV-Area/cev.aspx>

<http://www.crwflags.com/fotw/flags/int@csv.html>

<http://www.cvf.cz>

<http://www.cvf.cz/?clanek=247>

<http://www.google.cz/search?q=fivb+new+logo&hl=cs&tbo=u&tbm=isch&source=univ&sa=X&ei=r1HOULv6EJDMsgaAj4GoBg&ved=0CEIQsAQ&biw=1366&bih=618>

Kaplan, O. & Buchtel, J. (1987). *Odbíjená. Teorie a didaktika*. Praha: vydavatelství.

Koberle, J., Buchtel, J. & Kaplan, O. (1975). *Odbíjená III. Organizace, řízení, dějiny a vyučování odbíjené na školách II. cyklu*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Koberle, J. (1974). *Odbíjená I. Základy teorie a učení hry v odbíjené*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Nykodým, J. a kol. (2006). *Teorie a didaktika sportovních her*. Brno: Vydavatelství MU Brno-Kraví hora.

Pavlík, J. (2007). *Nové možnosti sledování herního výkonu ve volejbalu. Diplomová práce, Brno*

Přidal, V. & Zapletalová, L. (2003). *Volejbal herní výkon – trénink – riadenie*. Bratislava: PEEM.