



Mini volejbal v barvách

**SOUTĚŽNÍ FORMY MINIVOLEJBALU PRO 1. – 6. TŘÍDU ZŠ
S MANUÁLEM PRO TRENÉRY A UČITELE
ČÁST 1: PRAVIDLA A METODICKÁ DOPORUČENÍ**

OBSAH:

1 PREAMBULE

1-1 CO JE TO MINIVOLEJBAL?

1-2 PROČ MINIVOLEJBAL?

1-3 MINIVOLEJBAL: MALÝ VOLEJBAL A PERSPEKTIVY VELKÉHO VOLEJBALU

1-4 MINIVOLEJBAL: ŠANCE BEZ KLAPEK NA OČÍCH

2 PODOBY MINIVOLEJBALU PODLE JEDNOTLIVÝCH ROČNÍKŮ

2-1 ŽLUTÝ MINIVOLEJBAL („PŘEHAZOVANÁ“)

2-2 ORANŽOVÝ MINIVOLEJBAL („NEPLYNULÝ“)

2-3 ČERVENÝ MINIVOLEJBAL („PRSTOVÝ 1“)

2-4 ZELENÝ MINIVOLEJBAL („PRSTOVÝ 2“)

2-5 MODRÝ MINIVOLEJBAL

3 ZÁVĚREČNÁ DOPORUČENÍ METODICKÉHO ÚSEKU ČVS

1. PREAMBULE:

1.1. Co je to minivolejbal?

Minivolejbal je věkově modifikovaná forma volejbalu, která je určená pro děti ve věku 6 – 12 let. Podoba i pravidla hry jsou uzpůsobeny věku. Minivolejbal je tréninkový a motivační prostředek pro děti, které ještě nejsou schopny hrát šestkový volejbal (technické, zdravotní, kondiční a prostorové nároky), ale které nechceme ztratit v souboji s ostatními míčovými hrami. Z tohoto důvodu není tolik důležité, která forma bude zvolena. Důležité je „HRÁT“ od první třídy základní školy a zaujmout děti (zejména kluky) pro náš sport. Minivolejbal je v podstatě "zmenšený volejbal" v několika formách od přehazované až po finální podobu minivolejbalu pro 4. – 6. třídu, umožňující dětem ve věku od šesti let „hrát“ volejbal podobně jako hrají dospělí na normálním hřišti. Hřiště na minivolejbal je menší a má nižší síť (viz pravidla jednotlivých forem). Míče pro některé z forem minivolejbalu jsou lehčí. Všechny návrhy pravidel i forem jednotlivých her je nutno brát jako doporučené. Výjimkou je finální podoba minivolejbalu pro 4. – 6(7). třídu, kde potřebujeme sjednocená pravidla kvůli celostátním turnajům, i modelu podpory AŠSK. Rozhodujícím kritériem pro určení formy minivolejbalu, která má být v příslušném věkovém období hráčů provozována, je především **biologický a herní**, nikoliv pouze **kalendářní věk**.

1.2. Proč minivolejbal?

- **Šance pro žáky prvního stupně**
 - Minivolejbal umožňuje dětem ve věku 6 – 12 let postupně (podle talentu, biologického a herního věku) trénink prakticky všech odbití a základů herních činností, což by bylo na "normálním" hřišti a zpočátku i s "normálními míči" vyloučeno.
- **Šance vidět volejbal ze zorného úhlu dospělého**
 - Zásadní předností těchto forem je, že děti mají ze své tělesné výšky a se svou omezenou schopností vnímat a zvnitřnit velký herní prostor podobnou perspektivu pohledu na minivolejbalové hřiště a trajektorii dráhy letu míče jako dospělí na normálním hřišti.
- **Šance pro rychlý nárůst úrovně volejbalových dovedností**
 - Většina dětí je tak po několika týdnech, eventuelně tréninku schopna hrát cvičné minivolejbalové zápasy v příslušné formě.
- **Šance konkurovat fotbalu**
 - Rychlý nárůst úrovně volejbalových dovedností a emocionální prožitek je zejména pro chlapce velkou motivační pobídkou a zvětšuje to šanci, že je udržíme u volejbalu. Zároveň si tím automaticky začínají osvojovat základní taktické návyky.
- **Šance pro rozvoj chování v týmu**
 - Volejbal je „nejkolektivnější“ sportovní hra. Individuální akce jsou díky charakteru hry téměř vyloučeny a závislost jednoho hráče na druhém je tak vysoká, že týmové chování je téměř nezbytným předpokladem pro účast ve hře. Minivolejbal rozvíjí zárodek této důležité sociální kvality již v mladším školním věku. Citlivě, nenásilně, nenápadně a bez moralizování.
- **Šance pro učení hrou**
 - I matematika a angličtina hledá hravé (herní) formy učení pro děti velmi útlého věku, proč by je neměla najít sportovní hra volejbal
- **Šance pro učitele**
 - Formy minivolejbalu dávají učitelům do ruky nástroj, jak děti zabavit jednoduchou a na pravidla nenáročnou hrou. Šestkový volejbal pro děti tohoto věku tímto nástrojem není.

1.3. Minivolejbal: malý volejbal a perspektivy „velkého“ volejbalu

Minivolejbal je předstupněm volejbalu. O ten nám jde především. Kromě pozvednutí úrovně vrcholového volejbalu a dosažení mezinárodních úspěchů, které přináší zvýšení zájmu o volejbal, nabízí volejbal další šance

- **Šancí pro mladé i dospělé**
 - Volejbal je šancí pro sportovní program na celý život. Dá se hrát od 6 do 60 (i dále) a navíc poskytuje možnost zástupce různých věkových skupin v rámci hry spojovat, což neumožňuje každý týmový sport
- **Šance pro muže i ženy**
 - Volejbal je sportem pro muže i ženy, ale především jeho pravidla a síťový charakter přímo vybízí ke smíšené variantě, což nemůže (kromě korfbalu, který zatím není masově rozšířen) smysluplně žádný jiný týmový sport
- **Šance pro vhodné rozšíření životního stylu**
 - Volejbal je sportem, který nabízí svým nekontaktním a společenským charakterem jeho zařazení do životního stylu moderního člověka

1.4. Minivolejbal: šance bez klapek na očích

Různé formy volejbalu, pro něž se v poslední době vžil termín minivolejbal, se provozovaly již před dvaceti, třiceti lety. Jak empiričtí vizionáři jako „starý dobrý“ Matěj v Olomouci, tak „velcí volejbaloví myslitelé“ jako docent Vojík v Plzni, si dobře uvědomovali důležitost těchto forem. Takže nic nového pod sluncem. K pokusu o systematizaci a sjednocení jak pravidel, tak tréninkových postupů nás v podstatě vede nouzový stav volejbalu. Všechny týmové sporty se do staly do podobného stavu. Absence výraznějšího úspěchu na mezinárodní scéně, pokles zájmu o sport obecně, úbytek dětí. Kdo ze všech těchto sportů dříve přestane plakat a začne činit, má šanci. Volejbalisté chtějí být na špici, takže zanechme nářků a jedeme. V následujícím textu představíme různé soutěžní formy minivolejbalu. Minivolejbal nemá znamenat samospasitelný mechanismus. Rozhodně platí, že jestliže někdo začne například po atletické či tenisové přípravě hrát volejbal řekněme v 7. nebo 8. třídě, může dosáhnout stejných (i lepších) výsledků jako jiný, jenž má za sebou 4 roky minivolejbalu. Nemáme žádná exaktní data, která by dokazovala, že jediná cesta přes minivolejbal je správná. Nemůžeme tedy čekat od minivolejbalu více, než je možné. Zkušenosti však naznačují, že hraní minivolejbalu má kromě předpokládaných efektů, jako jsou pravidelný pohybový režim v životě dítěte, rozvoj základů potřebných volejbalových dovedností, rozvoj koordinačních a pohybových schopností, rozvoj týmového citění a konání ..., dva zásadní důvody, pro něž je provozování minivolejbalu jednoznačně správnou cestou:

1. Jestliže získáme talentované prvňáky, druháky či třetáky a udržíme je u minivolejbalu do 5. – 6. třídy. Máme je nadále MY a nikoliv basket, florbal, fotbal nebo hokej)
2. Pokud budeme s dětmi prvního stupně základní školy zacházet přiměřeně, postupně a metodicky správně, získáme na ně vliv v nejcitlivějším období pro rozvoj jak obecných koordinačních schopností a tak specifické volejbalové techniky. Právě toto věkové období nám umožňuje vybudovat solidní základy volejbalového řemesla pro další dobu. Proto zacilme svůj zrak ještě níže, než jsme byli dosud zvyklí, tedy níže, než do 5. třídy JEDEME NA TO.

ŽLUTÝ MINIVOLEJBAL (PŘEHAZOVANÁ)

ŽLUTÝ MINIVOLEJBAL

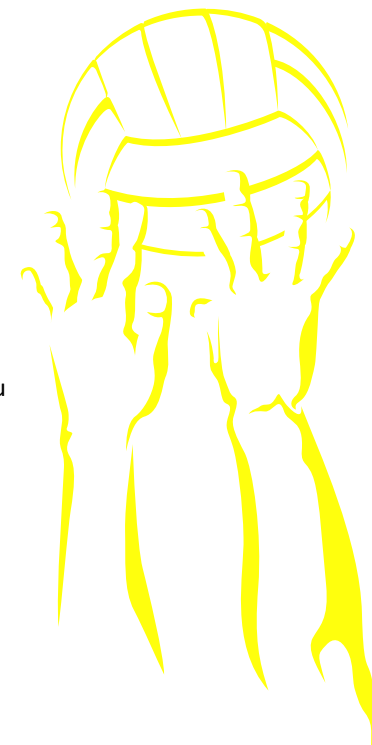
Přehazovaná je vhodnou formou průpravny hry pro volejbal. Je hojně používána v tréninku tzv. volejbalových přípravků nebo školní tělesné výchově. Její používání se liší v následujících parametrech:

- Počet hráčů
- Věk hráčů
- Velikost hřiště
- Druh míče
- Pravidla

Z hlediska volejbalové metodiky ani tak nezáleží na tom, jaká forma je zvolena. Důležitější je, aby byla hrána pravidelně a se zaujetím. Metodický úsek ČVS doporučuje v rámci „boje o talenty“ zařazovat tuto hru již v první a ve druhé třídě ZŠ. Existují i zkušenosti některých oddílů s přehazovanou této věkové skupiny, ale bohužel jsou spíše výjimečné. Proto je i následující doporučení nutno brát jako otevřená a v případě úspěšné realizace optimalizovat zkušenosti. Předpokládá se, že i případné turnaje v přehazované věkové skupiny 6 – 8 let, mohou mít pouze motivační, popularizační, zřídka i náborový charakter. Rozhodně však lze těžko počítat s plošným zařazením této věkové skupiny do systému přípravy mládeže. Dá se ovšem počítat s tím, že se to podaří některým klubům. Komplikované bude jistě i pořádat turnaje celostátního charakteru. Přesto vidí MeÚ ČVS jako smysluplné vydat určitá doporučení v souvislosti s nashromážděnými zkušenostmi a požadovanými postupy ve volejbalu mládeže.

PRAVIDLA A PRŮBĚH HRY

- **Administrativní náležitosti:**
 - Bez podmínek (bez průkazek, bez soupisky, příležitostně sestavované pro turnaj)
- **Věkové omezení a pohlaví:**
 - Klubový volejbal: 1.-2. třída (6-8 let)
 - Školní volejbal (AŠSK): 1. třída, kategorie I (6let)
 - Starší děti: absolutní začátečníci
 - hlapci, děvčata i smíšená družstva
- **Počet hráčů:**
 - Jednotlivci
 - Dvojice
- **Rozměry hřiště:**
 - Jednotlivci: hřiště: 3 x 9 m, rozdělené sítí
 - Dvojice: hřiště: 4,5 x 9 m, rozdělené sítí
 - Hřiště je zřetelně vyznačeno lepicí páskou (v případě technických obtíží nebo potřeby časové úspory je možno použít 3-4 cm širokou barevnou stuhu, vyznačení křídou, v krajním případě vyznačení plastovými kloboučky v rozích hřiště)
- **Výška sítě:**
 - 195 cm, postranní anténky
- **Míč:**
 - Odlehčený volejbalový míč velikosti 4 (Gala Pro-Line Mini BV 4051 S váha 180-200 g, obvod 600-610 mm)



ŽLUTÝ MINIVOLEJBAL

- **Trvání:**
 - Lze určit dle potřeby
 - Pro turnaje a hodiny TV se doporučuje hrát na čas: 5 minut. V jiných případech je možno hrát na jeden set do 7 bodů.
- **Průběh roze hry:**
 - Zahajovací postavení (forma 2 - 2):
 - Přijímající družstvo: hráči stojí vedle sebe
 - Podávající družstvo: jeden hráč na podání, druhý ve hřišti v pravé nebo levé polovině hřiště a podávající hráč se přesouvá po podání do neobsazené poloviny hřiště
 - Podání:
 - Vhození míče jednoruč vrchním způsobem
 - U nejmladších se povoluje vhození míče z třímetrové čáry
 - Manipulace s míčem v průběhu roze hry (forma 2 – 2):
 - První kontakt: míč je chytán a nahráván hodem obouřuč (spodem nebo vrchem) ke spoluhráči
 - Druhý kontakt: míč je chytán a jednoruč přehazován vrchním způsobem přes síť
 - Tento sled činností je vyžadován, jiný (například: okamžité přehození) se pokládá za chybu
- **Další pravidla**
 - Není povoleno chodit (běhat) s míčem, jeden krok s charakterem výkroku, resp. výskok jsou povoleny
 - Dotek sítě je posuzován podle oficiálních pravidel volejbalu
 - Poznámka



ORANŽOVÝ MINIVOLEJBAL (NEPLYNULÝ)

PRAVIDLA A PRŮBĚH HRY

- **Administrativní náležitosti:**
 - Bez podmínek (bez průkazek, příležitostně sestavované pro turnaj, zvážit možnost soupisky)
- **Věkové omezení a pohlaví:**
 - Klubový volejbal: 2.-3. třída (7-9 let)
 - Školní volejbal (AŠSK): 2.-3. třída, kategorie I (7-9 let)
 - Starší začátečníci (doporučuje se povolit start max. jednoho staršího hráče, začátečníka v družstvu)
 - Chlapci, děvčata i smíšená družstva
- **Počet hráčů:**
 - Dvojice
- **Rozměry hřiště:**
 - Hřiště: 4,5 x 9 m, rozdělené sítí
 - Hřiště je zřetelně vyznačeno lepicí páskou (v případě technických obtíží nebo potřeby časové úspory je možno použít 3-4 cm širokou barevnou stuhu, vyznačení křídou, v krajním případě vyznačení plastovými kloboučky v rozích hřiště)
- **Výška sítě:**
 - 195 cm, postranní anténky po 4,5 m (tj. na klasickém volejbalovém hřišti je prostřední anténa společná pro obě hřiště)
- **Míč:**
 - Odlehčený volejbalový míč klasické velikosti 5 (váha 210 g, obvod 650-670 mm, např: molten VP5XC-L, Gala Light - BV 5451 S, Gala BV 5221)
- **Trvání:**
 - Utkání probíhá na hrané dva sety 2x5 minut s krátkou přestávkou na výměnou stran.
 - Hodnocení výsledku utkání: každý vítězný set znamená bod.
 - V případě potřeby se dá hrát pouze na jeden set
- **Průběh rozehry:**
 - Zahajovací postavení:
 - Přijímající družstvo: hráči stojí vedle sebe
 - Podávající družstvo: jeden hráč na podání, druhý ve hřišti v pravé nebo levé polovině hřiště a podávající hráč se přesouvá po podání do neobsazené poloviny hřiště
 - Podání:
 - Vhození míče vrchním způsobem jednoruč nebo vrchním odbitím obouruč – prsty (možno z 3m čáry)
 - Manipulace s míčem v průběhu rozehry:
 - Dva povinné kontakty s míčem
 - První kontakt: první míč je chycen a nahráván spoluhráči odbitím prsty po vlastním nadhozu
 - Druhý kontakt: míč od spoluhráče je chycen (v pokročilejším stádiu vyžadovat chycení do košíčku) a následně odbití prsty přes síť po vlastním nadhozu
 - Tento sled činností je vyžadován, jiný (například: absence odbití) se pokládá za chybu
- **Další pravidla**
 - Není povoleno chodit (běhat) s míčem, jeden krok s charakterem výkroku, resp. výskok jsou povoleny

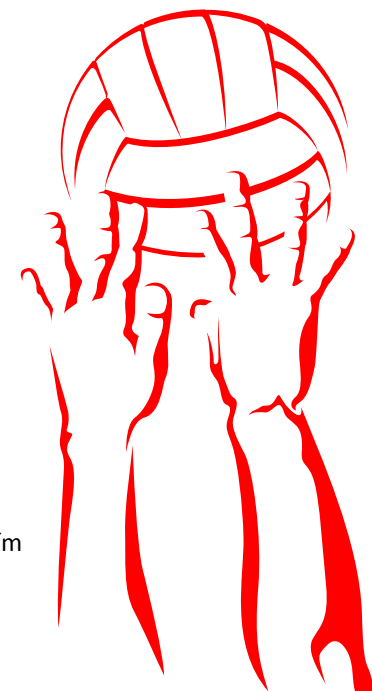


ČERVENÝ MINIVOLEJBAL (PRSTOVÝ 1)

ČERVENÝ MINIVOLEJBAL

PRAVIDLA A PRŮBĚH HRY

- **Administrativní náležitosti:**
 - Předkládá se soupiska pro potřeby příslušného turnaje
- **Věkové omezení a pohlaví:**
 - Klubový volejbal: 3.-4. třída (8-10 let)
 - Školní volejbal (AŠSK): 4.-5. třída, kategorie II (9-11 let)
 - Starší začátečníci (doporučuje se povolit start max. jednoho staršího hráče, začátečníka v družstvu)
 - Chlapci, děvčata i smíšená družstva
- **Počet hráčů:**
 - Jednotlivci
 - Dvojice
- **Rozměry hřiště:**
 - Hřiště: 4,5 x 9 m, rozdělené sítí (jednotlivci, dvojice)
 - Hřiště je vyznačeno zřetelně lepící páskou, v případě technických obtíží nebo potřeby časové úspory může být vymezeno plastovými kloboučky v rozích hřiště
- **Výška sítě:**
 - 195 cm, postranní anténky
- **Míč:**
 - Odlehčený volejbalový míč klasické velikosti 5 (váha 210 g, obvod 650-670 mm, př: Molten VP5XC-L, Gala Light - BV 5451 S, Gala BV 5221)
- **Trvání:**
 - Utkání probíhá na hrané dva sety 2x5 minut s krátkou přestávkou na výměnu stran.
 - Hodnocení výsledku utkání: každý vítězný set znamená bod.
- **Průběh utkání:**
 - Zahajovací postavení (forma 2 - 2):
 - Přijímající družstvo: dva hráči stojí vedle sebe
 - Podávající družstvo: jeden podává, jeden stojí ve hřišti, druhý nabíhá po podání do uvolněného prostoru
 - Podání:
 - Odbití prsty (je povoleno začít odbitím z 3m čáry) nebo jednoruč spodem
 - Hráči se na podání pravidelně střídají
 - Sled odbití v průběhu roze hry:
 - Forma 1-1: první odbití hráče je vždy nad sebe, druhé odbití směřuje přes síť
 - Forma 2-2: oba spoluhráči se musí jedenkrát zapojit do roze hry, každý může přidat jedno (v počátečních stádiích, především v tréninkových utkáních i dvě odbití) odbití nad sebe
 - Všechna odbití jsou realizována prsty, pouze u prvního kontaktu po přeletu míč přes síť, lze použít jakýkoliv úder jednoruč
 - Odbití prsty ve výskoku je povoleno
 - **Další pravidla:**

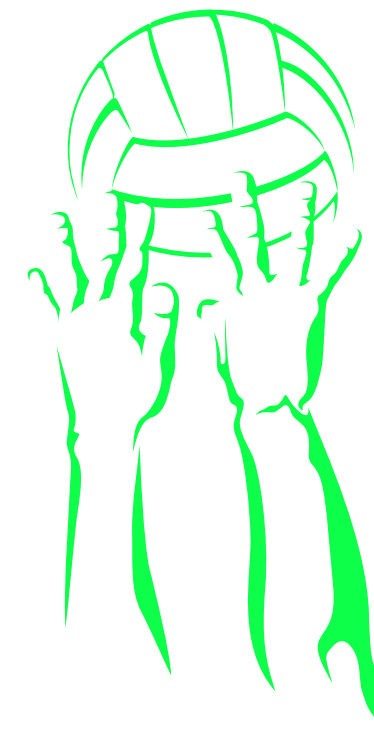


ZELENÝ MINIVOLEJBAL (PRSTOVÝ 2)

ZELENÝ MINIVOLEJBAL

PRAVIDLA A PRŮBĚH HRY

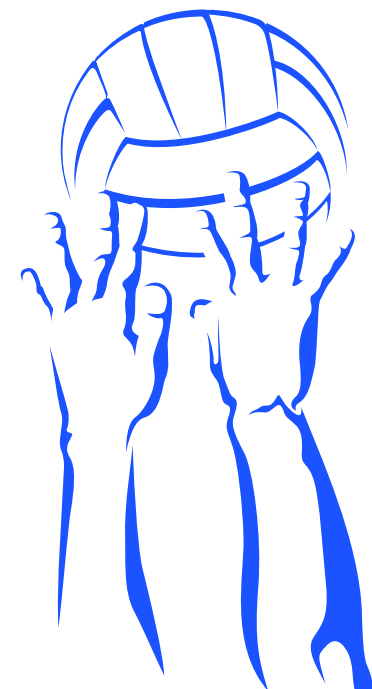
- **Administrativní náležitosti:**
 - Předkládá se soupiska pro potřeby příslušného turnaje
- **Věkové omezení a pohlaví:**
 - Klubový volejbal: 4.-5. třída (9-11 let)
 - Školní volejbal (AŠSK): doporučuje se provozovat pouze jako průpravnou hru
 - Chlapci, děvčata i smíšená družstva
- **Počet hráčů:**
 - Dvojice
 - Trojice
- **Rozměry hřiště:**
 - Hřiště: 4,5 x 9 m, rozdělené sítí (dvojice)
 - Hřiště: 4,5 x 12 m, rozdělené sítí (trojice)
 - Hřiště je vyznačeno zřetelně lepicí páskou, v případě technických obtíží nebo potřeby časové úspory může být vymezeno plastovými kloboučky v rozích hřiště
- **Výška sítě:**
 - 210 cm, postranní anténky
- **Míč:**
 - Normální volejbalový míč (260-280 g, 650-670 mm)
 - Pro průpravné hry a zejména v počátcích lze používat odlehčený volejbalový míč klasické velikosti 5
- **Trvání:**
 - Utkání probíhá na hrané dva sety 2x5 minut s krátkou přestávkou na výměnou stran.
 - Hodnocení výsledku utkání: každý vítězný set znamená bod
- **Průběh utkání:**
 - Zahajovací postavení (forma 2 - 2):
 - Přijímající družstvo: dva hráči stojí vedle sebe
 - Podávající družstvo: jeden podává, jeden stojí ve hřišti, druhý nabíhá po podání do uvolněného prostoru
 - Zahajovací postavení (forma 3 - 3):
 - Přijímající družstvo: dva vzadu, jeden vpředu uprostřed
 - Podávající družstvo: jeden hráč stojí uprostřed pod sítí, druhý vzadu vpravo nebo vlevo, třetí hráč nabíhá po podání do uvolněného prostoru
 - Podání:
 - Vrchní odbití obouruč ze 4,5 m, vrchní nebo spodní odbití jednoruč (z místa za koncovou čarou)
 - Sled odbití v průběhu roze hry:
 - Povinná minimálně dvě (maximálně tři) odbití na jedné straně
 - Používá se pouze dvou základních odbití: prsty a odbití jednoruč vrchem nebo spodem (bez výskoku)



MODRÝ MINIVOLEJBAL (TROJIC)

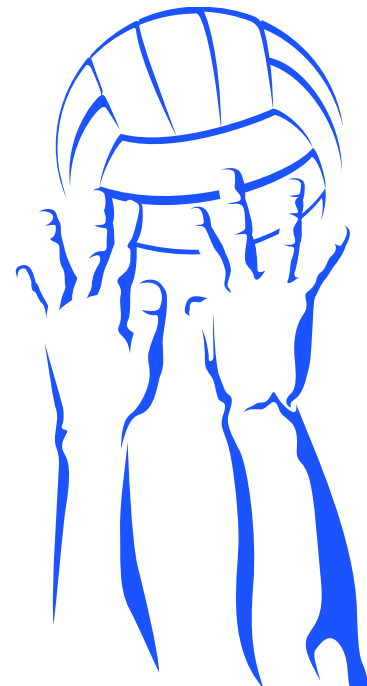
PRAVIDLA A PRŮBĚH HRY

- **Administrativní náležitosti:**
 - Předkládá se soupiska, pro potřeby příslušného turnaje
 - Družstvo nastupuje v jednotném úboru
 - Družstvo je povinno mít vlastní míče na rozcvičení
- **Věkové omezení a pohlaví:**
 - Klubový volejbal: kategorie mladších žáků
 - Školní volejbal (AŠSK): 6.-7. třída, kategorie III (9-13 let)
 - Soutěž se hraje jako otevřená pro všechny typy družstev: chlapci, dívky i smíšená družstva
 - U smíšených družstev na hřišti musí být zastoupena obě pohlaví
- **Počet hráčů:**
 - Trojice
 - Družstvo tvoří maximálně 6 hráčů (3 hráči + 3 náhradníci)
 - Funkce libera není povolena
- **Rozměry hřiště:**
 - Hřiště: 4,5 x 12 m, rozdělené sítí, na normálním volejbalovém hřišti tak vznikají dvě menší hřiště na minivolejbal
 - Pro vybrané turnaje 6 x 12 m, rozdělené sítí
 - Hřiště je vyznačeno zřetelně lepící páskou, nebo jinak nalajnováno
- **Výška sítě:**
 - 210 cm, postranní anténky (na obou vzniklých hřištích v rámci jednoho klasického volejbalového hřiště)
- **Míč:**
 - Normální volejbalový míč (260-280g, 650-670 mm)
- **Trvání:**
 - Na dva sety 2x7 minut (minuta přestávka)
 - Závěrečný hvizd znamená oznámení uplynutí hracího času nikoliv ukončení roze hry. Ta musí být dohrána do konce. Pokud skončí utkání nerozhodným výsledkem, hraje se poslední rozhodující roze hra, v níž podává družstvo, které vyhrálo předcházející roze hru.
 - Varianta: na dva hrané sety do 15 bodů. Tato varianta nabízí motivaci po prvním prohraném prvním setu vyhrát druhý.
- **Střídání:**
 - Jsou povolena pouze tři střídání (3 hráči: tři střídání), v jednom setu.
 - Nesmí být opakovaně střídán hráč na podání
 - U smíšených družstev musí být na hřišti vždy zástupci jak chlapců, tak dívek
- **Průběh utkání:**
 - Zahajovací postavení:
 - Přijímající družstvo: dva vzadu, jeden vpředu
 - Podávající družstvo: libovolné
 - Hráči se točí podle volejbalových pravidel ve směru hodinových ručiček



MODRÝ MINIVOLEJBAL

- Podání:
 - Vrchní nebo spodní odbití jednoruč
 - V počátečních stádiích umožnit odbití prsty ze 4,5 m
 - Hráči se pravidelně a postupně točí na podání
 - Při spodním podání není odbití „z ruky“ pokládáno za chybu
- Sled odbití v průběhu roze hry:
 - Minimálně dvě (maximálně tři) odbití na jedné straně
 - Používá se všech herních činností
 - Blokování je povoleno (dotek míče blokem není posuzován jako první úder)
- Způsoby odbití:
 - Je dovoleno odbítet kteroukoliv částí těla
 - Míč musí být odbit, nikoliv hozen nebo potažen (nečisté odbití je tolerováno)
- **Další pravidla:**
 - Dotek sítě a přešlap čáry pod sítí je posuzován podle oficiálních pravidel volejbalu
 - Střídání probíhá mezi roze hrami, s vědomím rozhodčího bez jiných omezení



3. DALŠÍ DOPORUČENÍ METODICKÉHO ÚSEKU ČVS

3.1 Oficiální a neoficiální pravidla

V krajích i oddílech se doporučuje hrát podle oficiálních pravidel ČVS, ale akceptují se jiné formy. Od jednodušších forem na začátku sezóny po cílovou variantu příslušné formy minivolejbalu. Celostátní soutěž v konečné podobě minivolejbalu (modrý, mladší žactvo) se hraje povinně podle oficiálních pravidel ČVS.

3.2 Rozhodčí

Doporučuje se, aby se zvláště na regionálních turnajích do funkce rozhodčích zařazovali starší žáci, dorostenci, trenéři, kteří jsou již obeznámeni s pravidly.

3.3 Další metodická doporučení

- **Kalendářní, biologický a herní věk**
 - Jako základní kritérium dělení jednotlivých kategorií minivolejbalu jsme museli zvolit kalendářní věk, resp. školní věk. Při posuzování, jakou formu minivolejbalu zvolit pro příslušnou skupinu, hraje ovšem roli tzv. biologický věk. Rozdíl mezi kalendářním a biologickým věkem je v odborné literatuře dostatečně vysvětlen. Herním věkem máme na mysli délku hraní volejbalu a zvládnutí adekvátních herních dovedností. Začínající volejbalisté (mladší 11 let) by měly postupně projít doporučovanými stádii hry minivolejbal. Se stoupajícím věkem bude fyzická a mentální vyspělost urychlovat zvládnutí jednotlivých herních forem až začátečník postupně dospěje do svého optimálního stádia hry. Jestliže je tedy někdo úplným začátečníkem, můžeme těžko vyžadovat například ve čtvrté třídě, aby provozoval prstový nebo dokonce neskákavý minivolejbal. Naopak zkušenosti z jiných zemí naznačují, že dítě, které absolvovalo předškolní pohybovou a míčovou přípravu, je schopno v první či druhé třídě odbíjet vrchem s odlehčeným míčem.
- **S omezeními šetřit, ale pravidla vyžadovat**
 - Hlavně v začátcích by omezujících pravidel mělo být co nejméně, ale mělo by se trvat na jejich dodržení (např: jak se míč nahazuje, jaká noha má být vpředu, způsob odhodu)
- **Účast vyspělejších spoluhráčů**
 - Pro pochopení herních souvislostí doporučujeme hru se starším technicky vyspělým spoluhráčem. Začátečníkovi je toto formou umožněn autentický herní prožitek.
- **Plynulost hry**
 - Je třeba bedlivě sledovat úspěšnost prováděné herní formy a v případě, že po delší dobu „hra“ neplyne, musíme ji proložit nácvikem kritických míst nebo se vrátit k nižší herní formě. V žádném případě nenechat hru „uvadnout“ do nezáživnosti díky nezvládnutí individuálních činností.
- **Rozvoj vnímání herního prostoru**
 - Umisťovat do prostorů hřišť i závodivé hry a cvičení, aby děti lépe vnímaly herní prostor příslušné herní formy.
- **Proměnlivost herních forem**
 - Herní formy by se měly měnit, aby děti poznávaly stále něco nového.

3.4 Přejchod od minivolejbalu k šestkovému volejbalu

Pro volejbalové oddíly doporučujeme hrát minivolejbal do 6. třídy a od 7. třídy hrát již šestkový volejbal. Pro školní volejbal doporučujeme kopírovat kategorizaci AŠSK a hrát minivolejbal až do 7. třídy (viz bod 2.5 – kategorie III)

3.5 Školní minivolejbal a soutěže AŠSK

V rámci sjednocených školních soutěží hraných pod hlavičkou AŠSK navrhujeme:

- Kategorie I (1.-3. třída): „oranžový“ neplynulý volejbal (žlutý: průpravná hra)
- Kategorie II (4.-5. třída): „červený“ prstový volejbal (zelený: rozšiřující látka)
- Kategorie III (6.-7. třída): modrý minivolejbal

3.6 Seminář pro trenéry minivolejbalu

Metodický úsek uspořádá seminář k problematice minivolejbalu. Účastníci získají certifikát o proškolení. Seminář bude určen pro:

- Vedoucí komisí mládeže KVS
- Lektory školení trenérů 3. třídy
- Zástupce sportovních středisek -SpS (bývalé ST ZŠ)
- Zájemce z řad volejbalových trenérů a učitelů TV

3.7 Propagace minivolejbalu

Odborné, metodické i propagační materiály o minivolejbalu budou zveřejňovány:

- na webu www.cvf.cz
- při významných volejbalových a sportovně-spoločenských akcích v podobě metodické příručky (viz 3.9), případně metodického DVD

3.8 Pokyny pro soutěže všech forem minivolejbalu

Tento materiál sjednocuje pravidla, nejdůležitější je však hrát minivolejbal v jakékoliv podobě. Důležité je zavedení soutěží (turnajů) minivolejbalových družstev ve všech krajích.

- Při soutěžích se nepoužívají žádné registrační průkazy, startuje se pouze na soupisku družstva pro příslušný turnaj.
- Snahou by mělo být umožnit nejlepším družstvům z krajů účastnit se celostátního finále. Celostátní finále je třeba využít k propagaci minivolejbalu.
- V oblastních i celostátních turnajích se doporučuje hrát nejprve zápasy ve skupinách potom o umístění, tedy žádný K.O. systém
- Základním úkolem ČVS je aktivovat a motivovat učitele TV a především učitele prvního stupně na ZŠ

Doporučení pro jednotlivé turnaje

- Doporučujeme střídat partnery, hlavně u poražených a hledat (jak v dostihu handicap) spoluhráče, ale i soupeře, aby každý hráč čas od času vyhrál.
- Doporučuje se nesestavovat žádné dlouhodobé žebříčky či tabulky, žádné nasazování na turnajích, ale hrát v každém utkání (každé rozeře) na maximum.
- Jestliže dítě pravidelně vyhrává a převyšuje své vrstevníky doporučuji uvažovat o jeho dřívějším přesunu do vyšší formy ke starším dětem.
- Osvědčilo se pravidlo (hlavně při větším počtu dětí, než jsou možnosti kurtu), že vítězové předchozího utkání na kurtu zůstávají a „mají tu čest“ být rozhodčími v dalším zápase (a poražení mají větší možnost získat vítězství).
- Turnaje 2. až 4. tříd (především regionální a meziškolní) doporučujeme hrát ve všední dny.
- Doporučujeme zapojit do organizace pedagogický dohled, včetně rodičů.

3.9 Metodická příručka ČVS pro všechny formy minivolejbalu

Metodický úsek ČVS vytvoří odbornou metodickou příručku určenou trenérům minivolejbalu, začátečnického volejbalu a učitelům tělocviku na základních školách. Bude obsahovat:

- Pravidla „žlutého“ minivolejbalu (přehazované) pro 1. a 2. třídu
- Pravidla „oranžového“ (neplynulého) minivolejbalu pro 3. třídu
- Pravidla „červeného“ (prstového 1) minivolejbalu pro 3. a 4. třídu
- Pravidla zeleného (prstového 2) minivolejbalu pro 4. a 5. třídu
- Pravidla modrého minivolejbalu pro kategorii mladších žáků
- Popis nácviku volejbalových odbití prsty, bagr, úder jednoruč a základů herních činností (útok, blok)
- Didaktická doporučení pro učitele a začínající trenéry zaměřená na:
 - Rozvoj herního pohybu
 - Problematiku komplementarity nácviku techniky vers. hry
 - Rozvoj herního vnímání a rozhodování

Materiál sestavili členové Metodické komise ČVS¹:

PaedDr. **Zdeněk Haník** PhD. (předseda komise)

Dana Vaiglová

MUDr. **Petr Juda**

Mgr. **Radek Krpač**

PhDr. **Radek Častulík**

Aleš Novák

PaedDr. **Jaroslav Vlach**

¹ Písemně připomínkovali:

Richard Wiesner, vedoucí trenérsko-metodického úseku Jihomoravského KVS

RNDr. Jan Trávníček, vedoucí trenérsko-metodického úseku Olomouckého KVS

Ing. Josef Janů, vedoucí komise mládeže Karlovarského KVS

Mgr. Josef Herclík, vedoucí trenérsko-metodického úseku Ústeckého KVS

Libor Tomiška, vedoucí trenérsko-metodického úseku Pardubického KVS

Mgr. Slávek Matěj, člen Rady mládeže ČVS

Pavel Zeman, vedoucí komise rozhodčích

Jan Plichta, vedoucí komise mládeže Královéhradeckého KVS

MVDr. Luboš Moravec, vedoucí trenérsko-metodického úseku Zlínského KVS

Ing. Petr Dostál, vedoucí trenérsko-metodického úseku KVS Vysočina

Ing. Luboš Nový, vedoucí trenérsko-metodického úseku Plzeňského KVS

František Pluhař, vedoucí trenérsko-metodického úseku Královéhradeckého KVS

Ing. Jan Černý, vedoucí trenérsko-metodického úseku KVS Praha

Lída Haraštová, vedoucí komise mládeže Pardubického KVS

Oponovali:

Členové Rady mládeže

