

OBSAH

Předmluva	5
---------------------	---

Část I — Trenér a jeho činnost

Význam trenérské práce (doc. PhDr. Lubomír Dobrý, CSc.)	9
Politickovýchovné působení trenéra (doc. PhDr. Emil Velenský, CSc.)	12
Diagnostická činnost trenéra (doc. PhDr. Lubomír Dobrý, CSc.) . .	26
Činnost trenéra při organizaci a řízení tréninku (doc. PhDr. Lubomír Dobrý, CSc.)	32
Činnost trenéra při řízení družstva a jednotlivců v utkání (doc. PhDr. Lubomír Dobrý, CSc.)	62
Psychická regulace z hlediska trenéra (doc. PhDr. Miroslav Vaněk a PhDr. Pavel Slepíčka, CSc.)	68

Část II — Útok (doc. PhDr. Lubomír Dobrý, CSc.)

Útočné činnosti jednotlivce	85
Uvolňování bez míče	86
Uvolňování s míčem na místě	100
Uvolňování s míčem v pohybu	104
Přihrávání	116
Střelba	126
Dokakování	135
Clonění	137
Útočné kombinace	142
Útočné kombinace založené na akci »hoď a běž«	142
Útočné kombinace založené na početní převaze	145
Útočné kombinace založené na clonění	147
Útočné kombinace založené na jiných akcích	152
Útočné systémy	155
Kritéria dobrého útočného systému	155
Požadavky na hráče	158
Klasifikace útočných systémů	161
Systémy rychlého protiútku	164

Systémy postupného útoku	174
Útočné systémy proti osobním obranným systémům	174
Útočné systémy proti zónovým obranným systémům	192
Útočné systémy proti kombinovaným obranným systémům	199
Útočné systémy proti presinkovým obranným systémům	202
Postup při nácviu útočných činností jednotlivce, útočných kom- binací a útočných systémů hry družstva	208
Postupné osvojování základů útočných činností jednotlivce	208
Rozvoj základů útočného systému hry družstva	213
 Část III — Obrana (doc. PhDr. Emil Velenský, CSc.)	
Obranné činnosti jednotlivce	225
Krytí hráče bez míče	225
Krytí hráče s míčem na místě	232
Krytí hráče s míčem v pohybu	238
Krytí hráče po střelbě a stahování míčů v obraně	242
Obranná činnost jednotlivce proti dvěma útočníkům	253
Obranné kombinace	257
Proklouzávání	258
Přebírání	260
Obranné kombinace při zesíleném krytí	265
Obranné kombinace při početní přesile soupeřů	269
Obranný trojúhelník	273
Obranné systémy	276
Klasifikace obranných systémů	278
Osobní obranné systémy	279
Zónové obranné systémy	291
Klasické zónové obranné systémy	291
Systémy presinkových zónových obran	302
Systémy zónového presinku	310
Kombinované obranné systémy	334
Kombinované obranné systémy, v nichž část družstva brání osobně a část zónově	335
Proměnlivé kombinované obranné systémy, při nichž se mění způsob obsazování během jedné útočné akce soupeře	339
Kombinované obranné systémy, v nichž jeden hráč brání osobně či volně, ostatní čtyři zónově	346
Použití obranných systémů v utkání	352
Postup při nácviu obranného systému	356
Literatura	380