

CHARAKTERISTIKA ODBÍJENÉ A JEJÍ VÝVOJ JAKO SPORTOVNÍ HRY	strana 3
HERNÍ NÁZVOSLOVÍ	6
TECHNICKO-TAKTICKÁ PŘÍPRAVA	9
1. HERNÍ ČINNOSTI JEDNOTLIVCE	12
1.1. Podání	12
1.2. Přihrávka	22
1.3. Nahrávka	32
1.4. Útočný úder	51
1.5. Blokování	65
1.6. Vybírání míče	73
1.7. Vykryvání	81
2. HERNÍ KOMBINACE	83
2.1. Útočné herní kombinace	84
2.2. Útočně obranné kombinace	92
2.3. Obranné herní kombinace	96
3. SYSTÉMY HRY	108
3.1. Útočné systémy hry	109
3.2. Obranné systémy hry	111
4. GRAFICKÉ ZNAČENÍ V ODBÍJENÉ	114
SEZNAM POUŽITÉ A DOPORUČENÉ LITERATURY	115
HÁZENÁ	119
1. CHARAKTERISTIKA HRY A FUNKCE HÁZENÉ V ČESKOSLOVENSKÉM SYSTÉMU TĚLESNÉ KULTURY	120
2. VÝVOJOVÉ TENDENCE HÁZENÉ	123
2.1. Přehled nejdůležitějších dat v historickém vývoji házené	128

2.2. Základní pravidla házené	131
3. ZÁKLADNÍ DIDAKTIKA SPORTOVNÍ HRY - HÁZENÉ	133
4. TEORIE A DIDAKTIKA TECHNIKY A TAKTIKY HÁZENÉ	139
4.1. Základní didaktika házené	141
4.2. Útočné činnosti jednotlivce	148
4.3. Obranné činnosti jednotlivce	150
4.4. Základy didaktiky taktického výcviku v házené	153
5. PŘEHLED HERNÍ SYSTEMATIKY HÁZENÉ	160
5.1. Přehled a rozbor útočných a obranných herních kombinací	162
5.2. Přehled, rozbor a nácvik základních systémů hry ...	176
5.3. Grafické značení v házené	194
6. PŘÍKLADY CVIČENÍ A PRŮPRAVNÝCH HER	196
7. ORGANIZACE DRUŽSTVA, KOUČOVÁNÍ V HÁZENÉ A JINÝCH SPORTOVNÍCH HRÁCH	214
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	228
OBSAH	229