

## OBSAH

Úvod .....	11
<b>KAPITOLA 1.</b>	
<b>Základní pojmy .....</b>	<b>13</b>
1.1 Pohybové a sportovní hry .....	13
1.2 Třídění sportovních a pohybových her .....	15
1.3 Systémová teorie .....	19
1.3.1 Základní pojmy v teorii systémů – statické pojetí .....	19
1.3.2 Dynamické pojetí systému .....	21
1.3.3 Systémová analýza .....	21
<b>KAPITOLA 2.</b>	
<b>Herní výkon .....</b>	<b>23</b>
2.1 Vlastnosti družstva ve SH jako systému .....	24
2.1.1 Prvky systému družstva ve SH .....	24
2.1.2 Vlastnosti týmu jako interakčního systému .....	25
2.2 Vlastnosti interakcí (chování) .....	28
2.2.1 Nemožnost nekomunikovat .....	29
2.2.2 Obsahová a vztahová rovina chování .....	29
2.2.3 Historická determinace chování .....	30
2.3 Chování systému v čase .....	30
2.3.1 Stav systému v čase .....	30
2.3.2 Tréninkové jednotky (TJ) a jejich typologie .....	31
2.3.3 Utkání .....	37
2.4 Zpětná vazba (feed back) .....	37
2.5 Definice pojmů IHV a THV .....	39
2.6 Výkonové indikátory .....	39
2.7 Souhrn vlastností týmu jako systému .....	41

## KAPITOLA 3.

<b>Tréninkový proces</b> .....	
<b>3.1 Řízení pohybů</b> .....	
3.1.1 Zpracování informací .....	
3.1.2 Otevřený a uzavřený systém kontroly .....	
3.1.3 Pohybové programy .....	
<b>3.2 Řízení tréninkového procesu</b> .....	
<b>3.3 Diagnostický subsystém</b> .....	
3.3.1 Přehled diagnostických prostředků .....	
3.3.2 Pozorování .....	
3.3.3 Metody hodnocení interakce trenér – hráči .....	
3.3.4 Metody hodnocení intenzity zatížení .....	
3.3.5 Testování .....	
3.3.6 Subjektivní metody .....	
<b>3.4 Řídicí subsystém</b> .....	
3.4.1 Typy řídicích procesů .....	
3.4.2 Struktura řídicího subsystému .....	
3.4.2.1 Systémy ležící v okolí řídicího subsystému .....	
3.4.2.2 Evidence výsledků .....	
3.4.2.3 Zpracování a evaluace informací .....	
3.4.2.4 Rozhodování a plánování .....	
<b>3.5 Význam indikátorů HV v tréninkovém procesu</b> .....	

## KAPITOLA 4.

<b>Charakteristika utkáni</b> .....	
<b>4.1 Utkání jako celek</b> .....	
<b>4.2 Charakter činností v jedné směně</b> .....	
4.2.1 Standardní situace (SS) .....	
4.2.2 Proměnlivá situace (PS) .....	
4.2.2.1 Jednometový odpal na středního polaře s obsazenou první metou .....	
4.2.2.2 Krádež druhé mety .....	
4.2.2.3 Odpal po zemi do levé části vnitřního pole – na spojku .....	
4.2.2.4 Odpal do pravé části vnitřního pole – na druhého metaře .....	
4.2.2.5 Obrana proti ulejkám .....	
<b>4.3 Útočné herní činnosti v softballu</b> .....	
4.3.1 Rozbor výkonu pálkaře indikátory výkonu .....	
4.3.1.1 Na lavičce .....	
4.3.1.2 V přípravném kruhu .....	
4.3.1.3 Při vstupu do pálkařského území .....	
4.3.1.4 Po vstupu do pálkařského území .....	
4.3.1.5 Po zahájení nadhozu .....	
4.3.1.6 Po vypuštění míče .....	

4.3.1.7 Zahájení švihu .....	108
4.3.1.8 Vedení švihu .....	110
4.3.1.9 Po kontaktu s míčem .....	111
4.3.2 Rozbor činnosti běžícího pálkaře .....	112
4.3.2.1 Start po ukončení činnosti pálkaře .....	112
4.3.2.2 Startovní akcelerace, letný úsek běhu a zakončení běhu přímým během ..	113
4.3.3 Rozbor činnosti běžců .....	121
4.3.3.1 Stav před nadhozem .....	123
4.3.3.2 Stav v okamžiku nadhozu – Start z mety .....	128
4.3.3.3 Stav v průběhu proměnlivé situace – výběrová činnost .....	133
4.3.3.4 Zakončení činnosti .....	134
<b>4.4 Obranné herní činnosti v softballu .....</b>	<b>136</b>
4.4.1 Role nadhazovače v obraně .....	136
4.4.2 Nadhazování .....	137
4.4.2.1 Faktory ovlivňující výkon nadhazovače .....	139
4.4.2.2 Indikátory správného provedení .....	139
4.4.2.3 Obecná statistika z utkání – výsledkové indikátory .....	139
4.4.2.4 Indikátory taktiky .....	141
4.4.3 Chytání odpalů po zemi – model herní činnosti .....	148
4.4.3.1 Výběr místa .....	149
4.4.3.2 Základní postavení .....	150
4.4.3.3 Zaujetí střehu .....	150
4.4.3.4 Činnosti během proměnlivé situace .....	151
Výkladový slovník softballových termínů .....	157
Souhrn .....	161
Summary .....	162
Zusammenfassung .....	163
Резюме .....	165
<b>Literatura .....</b>	<b>167</b>