

## OBSAH

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Předmluva . . . . .         | 5  |
| Historie . . . . .          | 5  |
| Hřiště a pravidla . . . . . | 7  |
| Plavecká příprava . . . . . | 11 |
| Míčová technika . . . . .   | 16 |
| Hra brankáře . . . . .      | 26 |
| Taktika hry . . . . .       | 28 |
| Závěr . . . . .             | 32 |
| Literatura . . . . .        | 32 |

zajímavý. Původně to byla jen hra pro starší „vysoce“ plavce a v mladším věku. W. Wilson pravidla, branky byly vymezeny praporky nebo loděmi. První soutěž se hrála v roce 1886 a již o rok později byl založen samostatný svaz vodního póla při plaveckém svazu. Z Anglie se vodní pólo šířilo i do jiných zemí.

V devadesátých letech minulého století se dostalo i do Ameriky. Tam se však hrály dva druhy vodního póla a to „hard ball polo“ hrané tvrdým míčem, tj. hra, která se hrála a hraje v Evropě a „soft ball polo“, kde se hrálo míčem měkkým. Tato druhá varianta byla zpočátku velmi oblíbená, ale stále neúnosně vzrůstající tvrdost hraničící mnohdy s brutalitou a nesportovním chováním způsobila jeho zánik. O nová pravidla se pokusil roku 1897 H. H. Reeder z New Yorku. Cílem bylo vytvořit pravidla založená na rychlosti a míčové technice a především na odstranění surovosti.

Z Anglie se po roce 1894 rozšířilo vodní pólo do dalších zemí, do Německa, Belgie, Rakouska, Francie, Maďarska, Itálie a kolem roku 1910 i k nám. Velký podíl na dalším vylepšování pravidel měli Němci.