

OBSAH

| | |
|--|-----|
| ÚVOD | 7 |
| 1 FOTBALOVÁ HISTORIE | 11 |
| 1.1 Vymezení sportu a jeho funkce | 11 |
| 1.2 Počátky historie fotbalu – od starobylé míčové hry k modernímu fotbalu | 12 |
| 1.3 Evropa | 20 |
| 1.4 Amerika | 31 |
| 1.5 Afrika | 37 |
| 1.6 Asie | 40 |
| 1.7 Fotbal ve 20. a 21. století - asociace, fotbalové osobnosti, soutěže | 41 |
| 1.7.1 Světoví šampióni – světové šampionáty | 43 |
| 1.8 Seznam použité a doporučené literatury | 51 |
| Příloha | 53 |
| 2 MODERNÍ FOTBAL | 61 |
| 2.1 Vývojové trendy | 62 |
| 2.2 Seznam použité a doporučené literatury | 66 |
| 3 SYSTEMATIZACE HRÝ | 69 |
| 3.1 Výklad základních pojmů | 69 |
| 3.2 Formace - rozestavení hráčů | 72 |
| 3.3 Systémy útočné | 76 |
| 3.4 Systémy obranné | 77 |
| 3.5 Strategie | 78 |
| 3.6 Taktika | 80 |
| 3.6.1 Taktika týmu, skupiny, jednotlivce pro útok a obranu | 81 |
| 3.6.2 Rozehrávání a standardní situace | 84 |
| 3.7 Sportovní - herní výkon | 85 |
| 3.7.1 Sledování a hodnocení herního výkonu | 89 |
| 3.8 Seznam použité a doporučené literatury | 90 |
| 4 TRÉNINK & FOTBAL | 93 |
| 4.1 Syllabus pojmů z teorie sportovního tréninku | 94 |
| 4.1.1 Sportovní příprava dětí a mládeže | 107 |
| 4.2 Zatěžování lidského organismu | 109 |
| 4.3 Speciální herní příprava | 113 |
| 4.4 Kondiční příprava | 115 |
| 4.4.1 Vytrvalostní schopnosti | 118 |
| 4.4.1.1 Krytí energetických požadavků při vytrvalostních pohybových činnostech | 120 |
| 4.4.1.2 Diagnostika vytrvalostních schopností a řízení tréninku | 123 |
| 4.4.1.3 Stimulace vytrvalostních schopností | 126 |
| 4.4.2 Sílové schopnosti | 128 |
| 4.4.2.1 Stimulace silových schopností | 129 |
| 4.4.3 Rychlostní schopnosti | 133 |
| 4.4.3.1 Stimulace rychlostních schopností | 133 |
| 4.4.4 Koordinační schopnosti | 137 |
| 4.4.4.1 Stimulace koordinačních schopností | 140 |
| 4.5 Technická příprava | 140 |
| 4.5.1 Učení – osvojování vědomostí a dovedností | 140 |
| 4.5.2 Motorické učení a osvojování sportovních dovedností | 142 |
| 4.6 Taktická příprava | 144 |
| 4.7 Psychologická příprava | 147 |
| 4.7.1 Psychologické působení na hráče | 148 |
| 4.7.2 Psychologický trénink | 149 |
| 4.7.3 Regulace aktuálních psychických stavů | 150 |
| 4.7.4 Psychologie koučování a vedení mužstva | 153 |
| 4.8 Teoretická příprava | 155 |
| 4.9 Seznam použité a doporučené literatury | 156 |

| | | |
|----------|--|-----|
| 5 | SPORTOVNÍ MARKETING | 161 |
| 5.1 | Historie sportovního marketingu | 161 |
| 5.2 | Sponzoring | 163 |
| 5.3 | Merchandising a licence | 168 |
| 5.4 | Televizní práva | 169 |
| 5.5 | Problémy ve sportovním marketingu | 170 |
| 5.6 | Ambush marketing | 171 |
| 5.7 | Sport a ekonomika | 174 |
| 5.8 | Seznam použité a doporučené literatury | 176 |
| 6 | STINNÉ STRÁNKY FOTBALU | 179 |
| 6.1 | Fandovství, chuligánství, tragédie | 179 |
| 6.2 | Jak se fandí v Česku | 181 |
| 6.3 | Korupce | 182 |
| 6.4 | Postskriptum | 183 |
| 6.5 | Doping | 187 |
| 6.5.1 | Sport a postavení sportovce, doprovodného personálu – práva a povinnosti | 188 |
| 6.5.2 | Program boje proti dopingů | 189 |
| 6.5.3 | Dopingová kontrola a její průběh | 189 |
| 6.5.4 | Zakázané látky a metody dopingů | 189 |
| 6.5.5 | Příklady doporučených léků pro sportovce | 190 |
| 6.5.6 | Výklad základních pojmů | 190 |
| 6.5.7 | Příklady užití dopingů | 191 |
| 6.6 | Genetický doping | 192 |
| 6.7 | Instituce a její činnost v boji proti negativním jevům ve sportu | 193 |
| 6.8 | Sportovní etika | 194 |
| 6.9 | Seznam použité a doporučené literatury | 195 |