

1. ÚVOD	7
2. PROBLÉM	9
3. ČÁST VŠEOBECNÁ	11
3.1. Kompilace současných přístupů k tréninku dětí a mládeže	11
3.1.1. Jak získat děti ve věku 6–8 let pro atraktivní fotbal a zážitky ze hry	11
3.1.2. Stanovení cílových charakteristik vrcholového (mistrovského) fotbalu družstva, jednotlivce, trenéra	11
3.1.3. Co by měl vědět trenér, který vychovává a vzdělává děti a fotbalovou mládež ve věku 6–14(15) let	13
3.1.3.1. Faktory sportovního výkonu	13
3.1.3.2. Pojetí sportovního tréninku ve fotbalu	14
3.1.3.3. Druhy tréninkového procesu ve fotbalu	16
3.1.3.4. Týmový a individuální herní výkon ve fotbalu	18
3.1.3.5. Věkové a individuální zvláštnosti žáků ve věku 6–14(15) let	20
3.1.3.6. Diferencovaný přístup k tréninku v jednotlivých věkových stupních	20
3.1.3.7. Sportovní příprava žen a dívek ve fotbalu	24
3.1.3.8. Využití didaktických forem, metod a stylů v tréninkovém procesu	27
3.1.3.8.1. <i>Metodicko-organizační formy</i>	27
3.1.3.8.2. <i>Sociálně interakční formy</i>	29
3.1.3.8.3. <i>Organizační formy</i>	29
3.1.3.8.4. <i>Didaktické metody</i>	29
3.1.3.8.5. <i>Didaktické styly</i>	31
3.1.3.9. Motorické učení – základ vzdělávacího procesu ve fotbalu	35
3.1.3.10. Návčiv a zdokonalování dovedností	36
3.1.3.11. Využití „zlatého věku učení fotbalu“ (6–12 let)	38
3.1.3.12. Model komponent koordinačních schopností ve fotbalu ..	39
3.1.3.13. Turnaje, soutěže, jejich organizace (propozice)	41
4. ČÁST SPECIÁLNÍ	44
4.1. Cíle a obsah a výstup sportovní přípravy žáků ve věku 6–14(15) let	44
4.1.1. Kondiční trénink ve fotbalu	44
4.1.2. Tématický celek sportovních her v osnovách tělesné výchovy ZŠ	49
4.1.3. Tématický celek fotbalu v osnovách tělesné výchovy ZŠ	50
4.1.4. Teoretický rozbor obsahu fotbalu	51

4.1.5.	Cíle, obsah, výstup v jednotlivých etapách sportovní přípravy ve sportovních třídách	55
4.1.5.1.	Cíle, obsah a výstup sportovní přípravy v mladší přípravce (6–8 let; 1. a 2. třída)	56
4.1.5.2.	Cíle, obsah a výstup sportovní přípravy ve starší přípravce (9–10 let; 3. a 4. třída)	57
4.1.5.3.	Cíle, obsah a výstup sportovní přípravy v mladších žácích (11–12 let; 5. a 6. třída)	60
4.1.5.4.	Cíle, obsah a výstup sportovní přípravy v starších žácích {3–14(15) let; 7. až 8.(9.) třída}	63
5.	DIAGNOSTICKÁ ČINNOST TRENÉRA VE FOTBALU	66
5.1.	Diagnostická činnost ve fotbalu	68
5.2.	Teoretická východiska a zásady testování ve fotbalu	69
5.3.	Testová baterie pro diagnostiku somatických charakteristik a motorických předpokladů talentované mládeže ve fotbalu	71
5.3.1.	Oblast somatických indikátorů (charakteristika tělesné stavby) ..	72
5.3.2.	Oblast kondičních indikátorů	73
5.4.	Testování (měření) speciálních motorických dovedností	82
5.4.1.	Rozšířená testová baterie pro diagnostiku motorických dovedností mladých fotbalistů	85
5.5.	Pokus o hodnocení IHV v žákovské kategorii	91
6.	JAK ZÍSKÁVAT ODBORNÉ INFORMACE	96
6.1.	Zdroje informací pro trenéra	96
6.1.1.	Bibliografie	98
6.1.2.	Rešerše	99
6.1.3.	Bibliografické databáze	99
6.1.4.	Deskriptory a klíčová slova	100
6.1.5.	Internetové adresy s fotbalovou tematikou	103
7.	PLÁNOVÁNÍ, EVIDENCE TRÉNINKOVÉHO PROCESU A UTKÁNÍ	105
7.1.	Plánování	105
7.2.	Tréninkové plány	107
7.2.1.	Perspektivní (dlouhodobý) plán	108
7.2.2.	Roční plán	108
7.2.3.	Operativní plán (mezocyklus)	112
7.2.4.	Operativní plán (mikrocycklus)	112
7.2.5.	Tréninková jednotka	113
7.3.	Evidence	115
ABECEDNÍ USPOŘÁDÁNÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ ZE SPORTOVNÍHO TRÉNINKU		119
PŘÍLOHY		126
LITERATURA		143