

OBSAH

ÚVOD

- VOLEJBAL
- (NE)OBTĚŽUJ OTÁZKOU PROČ

SEDM VĚKŮ

Prolog: „Život před životem“

- PŘEDŠKOLÁCI (3-6 LET)
- POTĚR (7-9 LET)
- BENJAMÍNI (10-11 LET)
- NADĚJE (12-13 LET)
- LVÍČATA (14-15 LET)
- KADETI A JUNIOŘI (16-19 LET)
- PROFESIONÁLOVÉ (20+)

Epilog: „Život po životě“

MODEL TRENÉRSKÉHO MYŠLENÍ

- VÍŠ, CO CHCEŠ?
- VĚDÍ TO HRÁČI?
- CHTĚJÍ TO HRÁČI?
- UMÍ TO HRÁČI?
- OVLIVŇUJEŠ VZTAHY V TÝMU?
- ZVLÁDÁŠ SILNÉ OSOBNOSTI V TÝMU?

SEDM UČEBNÍCH KROKŮ

- OVLÁDÁNÍ POHYBU A MÍČE
- INDIVIDUÁLNÍ AKCE VE HŘE
- ZÁKLADY SOUHRY
- KOMBINACE VE HŘE
- INDIVIDUÁLNÍ A SKUPINOVÉ ŘETĚZCE
- HERNÍ SYSTÉMY
- TÝM V PRŮBĚHU HRY