

OBSAH

Předmluva	5
1. Úvod k programovanému vyučování ve volejbale	7
2. Programované učební postupy herních činností ve volejbale	10
3. Programovaný učební postup odbití obouruč vrchem ...	14
3.1. Charakteristika programovaného učebního postupu odbití obouruč vrchem	14
3.2. Programované dílce programovaného učebního postupu odbití obouruč vrchem	16
4. Programovaný učební postup odbití obouruč spodem ...	39
4.1. Charakteristika programovaného učebního postupu odbití obouruč spodem	39
4.2. Programované dílce programovaného učebního postupu odbití obouruč spodem	41
5. Programovaný učební postup vrchního podání	53
5.1. Charakteristika programovaného učebního postupu vrchního podání	53
5.2. Programované dílce programovaného učebního postupu vrchního podání	55
6. Programovaný učební postup smečování	66
6.1. Charakteristika programovaného učebního postupu smečování	66
6.2. Programované dílce programovaného učebního postupu smečování	68
7. Programovaný učební postup blokování	83
7.1. Charakteristika programovaného učebního postupu blokování	83
7.2. Programované dílce programovaného učebního postupu blokování	85
8. Programovaný učební postup vybírání míčů v obraně ..	98
8.1. Charakteristika programovaného učebního postupu vybírání míčů v obraně	98
8.2. Programované dílce programovaného učebního postupu vybírání míčů v obraně	100

9. Programovaný učební postup "plachtícího" podání ...	112
9.1. Charakteristika programovaného učebního postupu "plachtícího" podání	112
9.2. Programované dílce programovaného učebního postupu "plachtícího" podání	114
10. Programovaný učební postup přihrávky po podání soupeře	122
10.1. Charakteristika programovaného učebního postupu přihrávky po podání soupeře	122
10.2. Programované dílce programovaného učebního postupu přihrávky po podání soupeře	124
11. Závěr	136
Literatura	137
Přílohy	143