

Metodický úvodník pro Jihočeský krajský volejbalový svaz

(24. 10. 2021)

Dobrý den, milí trenéři, trenérky, rodiče a všichni ostatní, co se chcete nechat inspirovat v této metodické sekci, která se bude zabírat volejbalovou metodikou.

Mé jméno je Vojtěch Zach a jsem šéftrenérem mládeže ve VK Jihostroj České Budějovice. Také jsem jedním ze školitelů, který může školit trenérské třídy. Pokud budete mít dotazy k volejbalové metodice, neváhejte a obraťte se na mne (vojtech.zach@volejbalcb.cz).

Poslední dva roky navštěvuji takzvané semináře školitelů a jsem jedním ze spolupracovníků podílejících se na tvorbě knihy ZÁKLADNÍ ŠKOLA VOLEJBALU, která je horkou metodickou novinkou a je nutno dodat, že za mne velmi povedenou. V této knize je představen rádooby nový metodický přístup k tréninkovému procesu (volejbalovému rozvoji), i když to slovo „nový“ není tak úplně pravdivé, protože já mám dojem, že tak jak je v nové knize pojata metodika, tak jsem ji vždy chápal coby trenér mládeže a myslím, že i většina trenérů. Tato metodika pracuje s učebními kroky, které jsou spojeny s věkovými obdobími, převedeno do běžné řeči, kniha říká v jakém věku, co učit, jaké družstvo co učit, kam až jít a kde je asi už hranice, za kterou v určitých věkových obdobích nejít.

Malinko se dotknu hlavně té první kategorie 6 až 9 let, ve které se učí základní techniky (prsty, bagr, hod, lob, podání). Tyto základní druhy odbití jsou naprosto zásadní pro další volejbalový vývoj vašich dětí a tady bych na vás hned o začátku apeloval, abyste v této kategorii byli co nejdůslednější a pomohli každému vašemu svěřenci, svěřenkyni vytvořit co nejkvalitnější volejbalový základ.

V této záložce se budu snažit pravidelně publikovat různá metodická témata a také informovat o dostupných školeních či materiálech, které by vás mohli zajímat. Těším se na plodnou a zajímavou diskuzi, kterou spolu budeme snad vést.

Vojtěch Zach

Metodik KVS Jihočeského kraje