

Nohejbal

druhé, doplněné vydání



Vladimír Pavlík
Martin Maršálek

 GRADA®

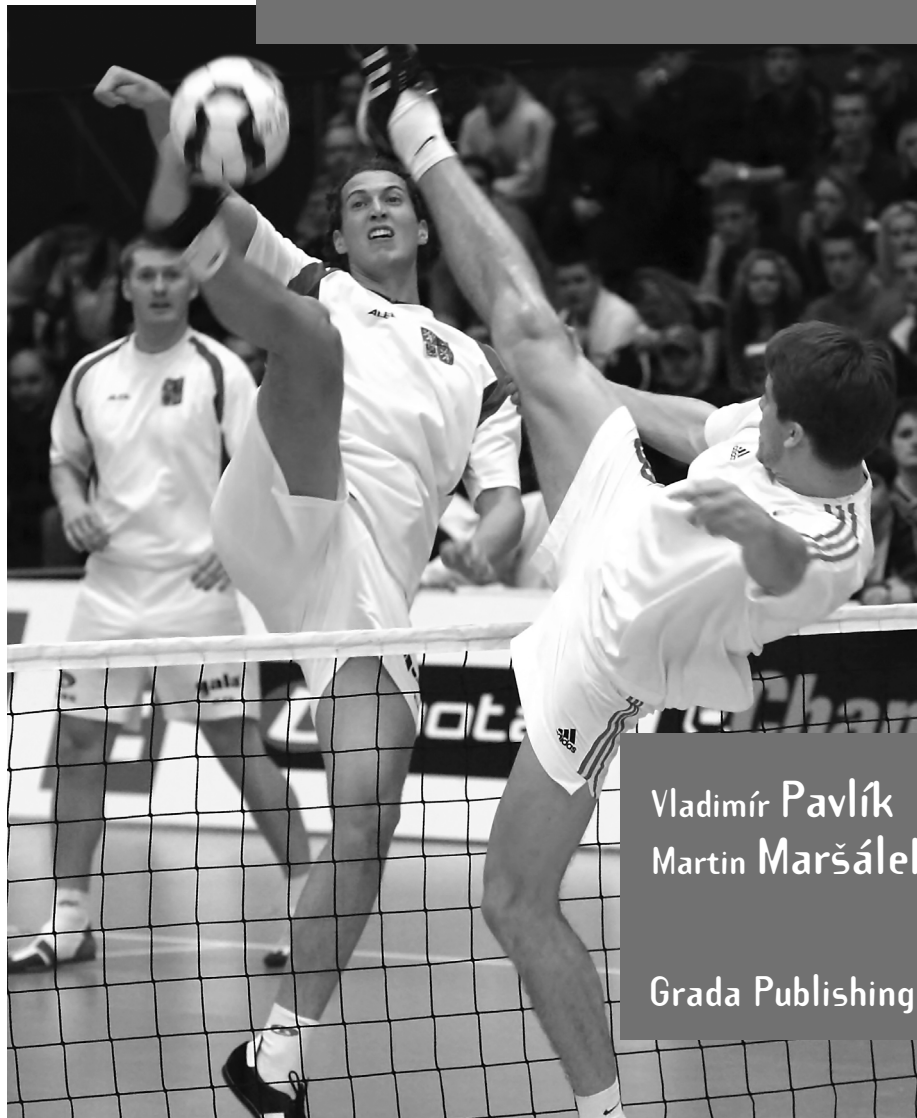
Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umístování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.



Nohejbal



Vladimír Pavlík
Martin Maršálek

Grada Publishing

Vladimír Pavlík, Martin Maršálek

Nohejbal

Vydala Grada Publishing a.s.
U Průhonu 22, Praha 7, Holešovice
obchod@grada.cz, www.grada.cz
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400
jako svou 1765. publikaci

Fotografie archiv autora
Ilustrace Jan Mikuš
Odpovědná redaktorka Šárka Kociánová
Sazba Květa Chudomelková
Návrh a grafická úprava obálky Grafické studio Hozák

Počet stran 96
Druhé, doplněné vydání, Praha 2010
Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

© Grada Publishing, a.s., 2010

Všechna práva, především právo na rozmnožování a šíření díla, stejně jako právo na překlad, jsou vyhrazena. Žádná část tohoto díla nesmí být v jakékoliv formě – fotokopie, mikrofilm nebo jiným způsobem – reprodukována bez písemného povolení vydavatelství, též nesmí být použitím elektronických systémů zpracovávána, zálohována, rozmnožována nebo šířena.

ISBN 978-80-247-3490-3 (tištěná verze)

ISBN 978-80-247-7311-7 (elektronická verze ve formátu PDF)

© Grada Publishing, a.s. 2012

Obsah

» Balet nad sítí	7
» Použité grafické symboly	8
» Obecný popis sportu	9
» Nohejbalové názvosloví	11
» Slangové výrazy	15
» Historie a současnost nohejbalu	17
Historie	17
Současnost	18
» Příbuzné sporty nohejbalu	20
» Pravidla nohejbalu	23
Historický vývoj	23
Výtah ze současných pravidel	24
Výtah ze soutěžního řádu	29
Výtah z rozpisu	30
» Technické vybavení	31
Vybavení hráčů	31
Vybavení sportoviště	32
Standardní vybavení pro pořádání nohejbalových akcí	36
» Herní činnosti jednotlivce	37
Útočné herní činnosti jednotlivce	37
Podání	37
Přihrávka	41
Nahrávka	44
Útočný úder	46
Zášlap	54
Obranné herní činnosti jednotlivce	55
Blok	55
Vybírání míče	59



» Herní kombinace	62
Útočné herní kombinace ve hře trojic	62
Útočné herní kombinace ve hře dvojic	66
Obranné herní kombinace ve hře trojic s blokem	67
Obranné herní kombinace ve hře trojic bez bloku	69
Obranné herní kombinace ve hře dvojic s blokem	70
Obranné herní kombinace ve hře dvojic bez bloku	72
Herní kombinace při hře jednotlivců	73
» Plánování tréninku	75
Perspektivní plán	75
Střednědobé plány	76
Roční plán	76
Plán na jednotlivá období	78
Příprava na tréninkovou jednotku	78
» Kondiční trénink	80
Všeobecná tělesná příprava	81
Speciální tělesná příprava	81
» Hřiště	87
Stavba hřiště	87
Postup při výstavbě hřiště	89
Údržba hřiště	91
» Založení oddílu nebo klubu	93
» Použitá literatura	95

» Balet nad sítí

Jako balet nad sítí je označován nejatraktivnější nohejbalový prvek – souboj na síti. Svádí jej vysoký smečar se stejným protivníkem, blokařem. Nohejbal však nabízí řadu dalších atraktivních prvků, jimiž jsou razantní smeče, technické úderý, rotované míče, přesné nahrávky, výběhy, skluzy, zachycení těžkých míčů, při kterých se na jednotlivých postech uplatní do jisté míry fyzicky odlišné typy hráčů. Nohejbal je totiž poměrně nenáročný a jednoduchý sport pro všechny věkové kategorie bez rozdílu pohlaví, což potvrzuje i odborná studie prof. Miroslava Choutky. Důkazem toho jsou desetitisíce hráčů v organizovaných oficiálních i neoficiálních soutěžích a ještě větší počet neorganizovaných hráčů.

Zprvu ryze rekreační sport z trampských osad a plováren postupem času zamířil nejen do řady evropských zemí, ale i na další kontinenty. Na rozdíl od jiných zde zrozených sportů si český nohejbal uchoval pozici světové velmoci, což reprezentanti každoročně potvrzují získáním titulů z evropských nebo světových šampionátů.

Držíte v rukou knihu, která by měla podat vyvážené základní informace o sportu, mezi jehož další aktiva patří finanční nenáročnost v porovnání s jinými míčovými sporty, široké spektrum oficiálních i neoficiálních soutěží a v neposlední řadě i kamarádský duch jako dědictví raných trampských dob.




















Obr. 1 Smečující fotbalový internacionál Ivan Hašek



Obr. 2 Další z míčových kouzelníků Ladislav Vízek při nahrávce



» Použité grafické symboly

   	smečář pravák
	smečář levák
  	nahrávač
	blokař
	původní pozice
	pohyb hráče
	let míče
	určení pořadí letu míče
	útočný úder
	vykrývání prostoru razantních úderů
	vykrývání prostoru technických úderů
	vykrývání prostoru blokem, clonění

» Obecný popis sportu

Nohejbal je síťová sportovní hra, která se v některých zemích hraje pod názvem fotbaltenis (*footbaltennis*). U zrodu této hry stáli fotbalisté, kteří hráli nohejbal jako doplněk fotbalového tréninku. Nejčastěji se využívaly stávající volejbalové kurty, jež umožňovaly natažení sítě (provazu) a vymezení hřiště. Z uvedeného vyplývá, že v případě nohejbalu se jedná o určitou symbiózu kopané a volejbalu. Nesmíme však zapomínat ani na tenis, neboť v zahraničí a na mezinárodní úrovni je vžitý spíše název fotbaltenis, který bychom snad mohli překládat jako „kopaný tenis“.

Nohejbal je tedy modifikací tří míčových sportů – fotbalu, volejbalu, tenisu. Z fotbalu převzal nohejbal fotbalový míč, hru hlavou, částečně fotbalovou techniku a zákaz hry rukou, z tenisu možnost dopadu míče na vlastní polovině hřiště při příjmu podání a výšku sítě. Nejvíce prvků má však nohejbal z volejbalu (povrchy a rozměry hřiště, síť, jeden dotek míče jedním hráčem, maximálně tři doteky míče jedním mužstvem za sebou, blokování). Také celá metodika tohoto sportu, odborná terminologie, ale i označení jednotlivých hráčů se velmi podobají volejbalu.

V současné době můžeme nohejbal charakterizovat jako míčovou hru družstev (mužů, žen, mládežnických kategorií), při které se míč dopravuje přes síť na druhou stranu hřiště nejčastěji nohou nebo hlavou. Cílem těchto družstev je prokázat větší technickou a taktickou připravenost a dosáhnout tak vítězství ziskem stanoveného počtu bodů.

Nohejbal můžeme zařadit do skupiny síťových her (volejbal, tenis, stolní tenis, badminton). Je velmi specifický tím, že se zde prolínají prvky kolektivního a individuálního sportu, neboť nohejbal se hraje jako utkání dvojic, trojic a nejnovější disciplínou je hra jednotlivců, tzv. singl. Jednotlivé disciplíny se od sebe velmi odlišují požadavky na herní dovednosti hráčů a nezanedbatelnou roli sehrávají také psychické vlastnosti hráčů a možnosti vzájemné komunikace na hřišti. Na druhé straně některé schopnosti a dovednosti jednotlivých hráčů jsou nutné ve všech disciplínách, a to především vysoká úroveň rychlostních a obratnostních schopností, dynamická síla dolních končetin, dostatečná kloubní pohyblivost a taktické myšlení.

Hra začíná kopnutím do míče z prostoru za zadní čarou. Míč musí při tomto podání proletět nad sítí a dopadnout do soupeřova pole podání. Při hře dvojic nebo trojic hráč, který přijímá soupeřovo podání, přihrává tento míč spoluhráči, který má dvě možnosti – buď útočit (rychlým útokem), nebo nahrát spoluhráči na postupný útok.

Ve hře dvojic i trojic mají hráči k dispozici tři doteky, ale žádný hráč se nesmí dotknout míče (případně míč odehrát) dvakrát za sebou. Během hry mohou hráči



přesahovat nohou nad síť na straně soupeře, ale dotek sítě nohou, případně jinou částí těla, je hodnocen jako porušení pravidel. Podle toho, jakou roli jednotliví hráči v daném mužstvu plní, je můžeme označit jako blokaře, smečáře, polaře nebo nahrávače. Hra dvojic je svým pojetím velmi podobná *beach* volejbalu (plážovému volejbalu). V této disciplíně se uplatní především univerzální hráči útočně zaměřeni, avšak také komplexně vybavení velmi dobrou kopací technikou a s vysokou úrovní rychlostních a obratnostních schopností.

Jestliže hru **dvojic** můžeme charakterizovat univerzálností jednotlivých hráčů, pak pro hru trojic je spíše typická určitá specializace jednotlivých hráčů, přesné vymezení jednotlivých herních činností, které ve větší či menší míře jednotliví hráči pravidelně opakují. Vedle této specializace je také velmi důležitým faktorem vědomá spolupráce všech hráčů a z ní pramenící sehranost týmu při plnění obranných i útočných kombinací. V tomto směru se hra **trojic** velmi podobá klasickému šestkovému volejbalu. Oproti hře dvojic se klade větší důraz na hru v obraně, neboť hřiště vykrývají tři hráči a při dobré souhře bránících hráčů je pro útočící družstvo těžší proměnit útok v zisk bodů. Z těchto důvodů je proto hra trojic po technické i taktické stránce variabilnější a z hlediska pohledu diváka také zajímavější.

Singl s jeho důrazem na podání a příjem podání můžeme přirovnat k tenisu nebo stolnímu tenisu. Ve hře jednotlivců je hřiště kratší o 5,1 m, hráč má podle pravidel povolen pouze jeden dopad míče na vlastní polovině hřiště a dva doteky míče. Spojením prvního doteku (příhrávky) s druhým dotekem míče (vlastním útokem) vytváří hráč herní kombinaci, která je v individuálních sportech ojedinělá, proto také patří singl mezi velmi náročné sportovní disciplíny.

» Nohejbalové názvosloví

Antuka – moučka červené barvy z mletých pálených tašek nebo cihel s příměsí cihlářské hlíny. Je pórovitá, snadno propouští vodu a zachovává si pružnost. Nejčastěji používaný povrch hřiště pro nohejbal.

Aut a) míč zahraný za nebo mimo čáry ohraničující hřiště;
 b) míč zahraný při podání mimo pole pro podání (v obou případech se za aut pokládá také dotek míče o jakoukoliv překážku nad hřištěm, např. strop, osvětlovací těleso apod.);
 c) prostor vně hřiště.

Blok – herní činnost jednotlivce, při níž se brání určitý prostor nad sítí s úkolem zabránit přeletu míče do vlastního pole, srazit míč do pole soupeřova, jistit určitý prostor vlastního pole ve směru útoku soupeře, případně odrazit míč nad sebe nebo dozadu do vlastního pole a zpomalit let míče natolik, aby spoluhráč byl schopen ho dosáhnout.

Blokař – specializovaný hráč, jehož hlavním úkolem je bránit určitý prostor nad sítí, blokovat při obranné kombinaci svého družstva.

Dvojdotek – chyba ve hře; dva doteky téhož hráče s míčem bezprostředně po sobě nebo s mezidopadem míče na vlastní polovině hřiště (netýká se hry jednotlivců).

Fáze hry – úsek hry daný vztahem jednoho družstva ke společnému náčiní (míči). Družstvo (hráč) mající míč pod kontrolou a zakládající útok je ve fázi útočné, družstvo formující obranu je ve fázi obranné.

Halfvolej – úder nebo kop hraný bezprostředně po odrazu míče od herního pole.

Herní činnosti jednotlivce (HČJ) – ustálené komplexy pohybové činnosti hráče, jimiž řeší vzniklou herní situaci. Můžeme je sledovat z hlediska technického provedení a taktického uplatnění ve hře. Podle cíleného účelu je rozdělujeme na útočné a obranné.

Herní kombinace – účelně, časově a prostorově zkoordinované herní činnosti jednotlivce, dvou nebo více spoluhráčů. Rozlišujeme útočné a obranné kombinace.

Herní situace – souhrn všech vnějších faktorů, které musí jednatel hráč vzít v úvahu. Je dána především fází hry a okamžitým stavem úseku utkání. Zahnuje celková rozestavení hráčů a jejich momentální činnosti.

Herní systém – systém hry družstva, organizace individuálních a skupinových herních činností, zaměřená na plnění herních úkolů v jednotlivých úsecích utkání podle



toho, zda jde o útočnou, nebo obrannou fázi hry. Pro herní systém je charakteristické základní rozestavení hráčů, z kterého vyplývají i specializované hráčské funkce.

Hřiště – hrací plocha vyznačená uvnitř herního prostoru. Rozměry určují pravidla.

Klamání – předstírání nebo naznačení jiné činnosti, než kterou zamýšlí hráč provést. Účelem je vyvolat předčasnou reakci soupeře a té okamžitě využít k provedení změny vlastní akce, kterou soupeř nečeká.

Koučování – poskytování taktických rad a pokynů (nejčastěji trenérem, případně kapitánem) v průběhu utkání, v době oddechového času nebo v době střídání stran hřiště.

Modelovaný trénink – záměrné vytváření tréninkových situací odpovídajících podmínkám soutěže.

Nahráváč – specializovaný hráč nahrávající spoluhráčům (smečařům) na útočný úder.

Nahrávka – každé zahrání míče letícího od spoluhráče (druhý dotek) a usměrněné na smečaře tak, aby ten mohl provést útočný úder.

Nový míč – opakování rozehry (podání).

Obrana – vrácení míče do pole soupeře.

Oddechový čas – řádné přerušení hry. Může být vyžádán kapitánem nebo trenérem při přerušení hry.

Periodizace – ve sportovním tréninku členění ročního cyklu na tréninková období (přípravné, soutěžní a přechodné).

Podání – uvedení míče do hry; patří mezi základní herní činnosti jednotlivce.

Pohyblivost – schopnost dosahovat maximálního kloubního rozsahu, velký rozsah pohybu je důležitý hlavně při blokování a při smečování.

Polář – specializovaný hráč, jehož úkolem je zpracovávat letící míče od soupeře v rámci obranných kombinací.

Pole podání – vymezená část hřiště, kam musí soupeř při podání dopravit míč. Při hře jednotlivců je navíc podélně děleno na levé a pravé pole, kam podávající musí umisťovat míč při podání střídavě křížem přes vlastní pole (podobně jako v tenise).

Pole herní – vymezená část hrací plochy; v nohejbale je hřiště rozděleno sítí na herní pole vlastní a soupeřovo.

Postupný útok – způsob útoku vedený proti zformované obraně; typickým znakem je delší a pomalejší průběh, neboť se jedná o kombinaci s útočným úderem po nahrávce.

Poziční hra – způsob hry, při kterém hráč dokonale vykrývá vlastní polovinu hřiště. Požadavkem správné poziční hry je správné zaujetí časoprostorové pozice při každém soupeřově úderu.

Prostor přeletu míče – prostor nad sítí vymezený horním okrajem sítě, po stranách podpěrnými tyčkami a jejich pomyslným prodloužením nad sítí.

Přihrávka – záměrně usměrněné zahrání míče letícího od soupeře (první dotek) některému spoluhráči k síti, aby mohl nahrát nebo provést útočný úder.

Příjem – záměrně usměrněné zahrání (zpracování) soupeřova podání (první dotek) některému spoluhráči k síti.

Přímý úder – úder bez rotace, při němž je hrací plocha nohy v okamžiku úderu do míče nastavena přibližně kolmo na směr míče. Rychlost míče je větší než při úderech s rotací.

Rychlý útok – útočná herní kombinace, při které hráč útočí po přihrávce spoluhráče; uplatňuje se jako moment překvapení proti nezformované nebo formující se obraně.

Sít'ová sportovní hra – kolektivní nebo individuální sportovní hra hraná dvěma družstvy nebo jednotlivci na hřišti předěleném sítí. Cílem hry je dosáhnout stanoveného počtu bodů dříve než soupeř. Body se získávají za dopravení míče do soupeřova pole tak, aby ho soupeř nedokázal způsobem dovoleným pravidly vrátit.

Smeč – útočný úder do horní poloviny míče, kdy míč po prudkém úderu klesá do soupeřova pole.

Smečař – specializovaný hráč, jehož úkolem je zakončovat útočné kombinace svého družstva.

Sportovní taktika – promyšlený a účelný způsob vedení sportovního boje, využívající vlastní přednosti proti slabinám a nedostatkům soupeře s cílem dosáhnout vítězství nebo co nejlepšího výsledku.

Střeh – základní postoj, v němž je hráč připraven k akci. Vyznačuje se snížením těžiště těla s mírným předkloněním trupu a přenesením váhy těla na přední části chodidel.

Taktická příprava – jedna ze složek sportovního tréninku, jejímž úkolem je připravit sportovce k promyšlenému a účinnému vedení boje.

Technická příprava – základní složka sportovního tréninku, která se zabývá osvojováním, rozvíjením, zdokonalováním a upevňováním sportovních dovedností. Společně s taktickou přípravou vytváří jeden celek.

Tělesná příprava – složka sportovního tréninku, která rozvíjí pohybové schopnosti (sílu, vytrvalost, rychlost, obratnost, pohyblivost, koordinaci). Dělíme ji na všeobecnou tělesnou přípravu, která zdokonaluje všestranný pohybový základ, a speciální tělesnou přípravu, jež rozvíjí speciální pohybové schopnosti.

Timing (tajming) – načasování úderu vzhledem k rychlosti letu míče a jeho prostorové pozici. Správný *timing* znamená zasáhnout míč v ideálním okamžiku v souvislosti



s fyzikálními zákonitostmi letu míče a pohybu hrající nohy nebo jiné povolené části těla.

Úder – okamžik zásahu míče nohou nebo jinou povolenou částí těla; může být proveden jako úder přímý (bez rotace) nebo jako úder s rotací. Provedení úderu probíhá v následujících fázích – náprah, udeření do míče, zásah míče a vložení váhy těla do úderu, protažení úderu.

Údery s rotací – nohejbalové údery, které způsobují následnou rotaci míče při jeho letu. Rozlišujeme údery s horní, spodní nebo boční rotací. Při úderech s horní rotací se míč otáčí kolem vodorovné osy vpřed dolů (horní část míče rotuje ve směru letu). Hrající noha při něm provádí pohyb dopředu a zároveň zdola nahoru. Při úderech se spodní rotací se míč otáčí kolem vodorovné osy vzad vzhůru (horní část míče rotuje proti směru letu). Pohyb hrající nohy směřuje shora dolů a dopředu. Při úderech s boční rotací se míč otáčí kolem svislé osy zleva doprava nebo zprava doleva. Při všech úderech s rotací je rychlost letu míče menší než při stejně silném přímém úderu, ale zároveň je vyšší šance na přesné umístění míče.

Uliti míče – zahrání pomalého míče (nejčastěji se zpětnou rotací) do nekrytého prostoru soupeřovy poloviny hřiště.

Útok – činnost hráče nebo hráčů v útočné fázi hry. Rozeznáváme rychlý útok po přihrávce spoluhráče, který se uplatňuje proti formující se obraně, a postupný útok po nahrávce spoluhráče (proti zformované obraně).

Útočný úder – úder do míče směřující do soupeřova pole s cílem znemožnit soupeři zpracování míče. Úder lze provést jakoukoliv částí těla (kromě ruky).

Volej – úder, při němž hráč zasahuje míč přímo ze vzduchu. Volej je možné hrát v obraně při vybírání míče po celém prostoru vlastní poloviny hřiště, eventuálně i v herním prostoru v případě zahrání míče letícího do autu po předcházejícím doteku vlastního spoluhráče. Největší uplatnění nachází především při zakončení útoku u sítě.

Vybírání míče – zpracování útočného úderu od soupeře nebo špatně zahaného míče spoluhráčem.

Vytloukání bloku – směřování útočného úderu do bloku s úmyslem odrazit míč od bloku mimo hřiště.

Zpracování míče – herní činnost jednotlivce, kterou hráč získává kontrolu nad míčem letícím od soupeře nebo nahraným od spoluhráče.

» Slangové výrazy

Batoh – nahození míče na tělo soupeřova blokaře s následným válením míče po tomto hráči.

Dát zadarmo – vyšším obloukem vrátit míč do soupeřova pole tak, aby neskončil v síti nebo autu.

Deska – velmi úspěšně blokující hráč.

Dvoják – dva dotyky téhož hráče s míčem bezprostředně po sobě nebo s mezidopadem míče na vlastní polovinu herního pole (mimo hru jednotlivců), též válení míče po hráči.

Hrát na slabinu – záměrně směřovat útok na nejslabšího poláře soupeře.

Jedna, teč – ohlášení blokujícího hráče po jeho dotyku s míčem letícím od soupeře.

Klepák, kladivo – útočný úder, při kterém je míč zasažen nad úrovní sítě pohybem nohy shora dolů a míč se tak po dopadu v blízkosti sítě odráží od soupeřova herního pole vysokým odskokem.

Komín – vysoká rovná nahrávka.

Koule – efektní, pro soupeře nezpracovatelný útočný úder.

Kračas – stopbal.

Mezi kozy – zahrání míče do nekrytého prostoru mezi dva poláře.

Náhra – nahrávka.

Nekopa, kopyto, dřevák – velmi špatně hrající hráč.

Nůžky – náročný útočný úder, při kterém hráč zády k síti zasahuje míč v pádu nohama nad hlavou.

Pata – útočný úder, vedený pravákem k levé postranní čáře (u leváka k pravé).

Placírka – kop vnitřní stranou nohy.

Po noze – útočný úder, po kterém míč směřuje do blízkosti sítě k soupeřově pravé postranní čáře (k levé postranní čáře po útočném úderu vedeném levou hrající nohou).

Prase – dotyk míče se sítí, po kterém míč dopadne do soupeřova pole.

Pres, součas – současný dotyk míče protihráči.

Roura – míč letící po razantním úderu daleko do autu.

Rybář – blokující hráč padající často do sítě.



Rychlík – útočný úder, při kterém je míč zasažen před kulminačním bodem těsně nad úrovní sítě.

Sako – síť, dotyk sítě hráčem.

Servis – podání.

Sít'ák – smečář.

Střed – útočný úder, kterým se hráč snaží směřovat míč na střed hřiště k soupeřově koncové čáře.

Šlajs – technický úder se spodní nebo boční rotací.

Vložka – nepárová dvojice nebo trojice v utkání.

Zadák – polář.

Zlomená – útočný úder, po kterém míč směřuje do blízkosti sítě k soupeřově pravé postranní čáře (k levé postranní čáře po útočném úderu vedeném levou hrající nohou).

» Historie a současnost nohejbalu

» Historie

Samotná podstata hry, kopání do míče a snaha o jeho udržení ve vzduchu, se podle historických pramenů objevuje ve světě již v době před naším letopočtem, a to převážně v Asii. Sport s názvem nohejbal vznikl v tehdejší Čkoslovensku. Už kolem roku 1922 se datují první zmínky o této hře, tehdy hrané přes natažený provaz. Jako mateřská města se uvádějí Praha a České Budějovice. Po roce 1936 zaznamenáváme první pravidelné tréninky a snahy o vytvoření prvních nohejbalových pravidel. Velký podíl na rozvoji této hry mají fotbalové kluby, které novou hru zařazují jako vhodný doplněk přípravy. V této době také vzniká název tohoto sportu, a sice nohejbal, přičemž vznik této složeniny je nepochybně inspirován slovem volejbal. Později se však uplatňuje i druhý název, fotbaltenis, dnes užívaný jako mezinárodní název tohoto sportu. Začíná éra osadních turnajů, jejichž tradice trvá dodnes. V roce 1944 jsou už vydána první jednotná pravidla. První, sice ještě neoficiální, avšak organizovanou dlouhodobou soutěž představuje Trampská liga družstev, hraná v letech 1953–61 na osadách v okolí Prahy. První oficiální nohejbalový orgán vzniká v roce 1961 ustavením pražské komise nohejbalu ČSTV a jejích soutěží. Brzy jej následují další okresy a kraje. V roce 1969 se konají první celorepublikové soutěže: Mistrovství ČSR a ČSSR. V roce 1971 je ustaven Český nohejbalový svaz, tehdy



Obr. 3 Průkopníci na pražském turnaji Žluté lázně v roce 1942



sdužující 103 oddílů s 1295 členy. V roce následujícím vzniká první celorepubliková dlouhodobá soutěž – 1. liga mužů.

V sedmdesátých letech nohejbal expanduje i do zahraničí, a to ve formě různých výjezdů na exhibice nebo turnaje. K oficiálním mezinárodním kontaktům dochází až ve druhé polovině osmdesátých let. V roce 1987 je bez československé účasti ve Švýcarsku založena mezinárodní nohejbalová federace IFTA, později přejmenovaná na FIFTA. ČSSR se stává členem až v roce 1989, poté v roce 1991 již pod novým názvem ČSFR. Těsně před rozdělením Československa se v letech 1991–92 hraje Federální liga mužů. Od roku 1993 se již v Česku i na Slovensku konají zcela samostatné soutěže. V rámci mezinárodní federace probíhají vrcholné mezinárodní akce: v roce 1991 Mistrovství Evropy mužů, v roce 1994 Mistrovství světa mužů, v roce 1995 klubový Pohár evropských mistrů, v roce 2000 Mistrovství světa juniorů a žen a v roce 2009 Mistrovství Evropy juniorů a žen. V roce 2010 vzniká evropská nohejbalová federace EFTA.

» Současnost

Současný nohejbal v České republice reprezentují soutěže Českého nohejbalového svazu. Ve více než dvou desítkách republikových jednorázových i dlouhodobých soutěží, více než 50 krajských a více než 90 okresních soutěžích se prezentuje přes 400 oddílů s téměř 10 000 hráči. Soutěží se ve všech kategoriích dle věku a pohlaví. V hlavní, mužské, kategorii nalezneme v roce 2010 celkem sedm výkonnostních soutěžních úrovní (extraliga, 1. liga, 2. liga, 1–2 třídy krajských přeborů, 1–2 třídy okresních přeborů), dále existují ligové a krajské soutěže žen a mládeže. O organizaci a řízení soutěží se kromě republikových orgánů stará i 14 krajských a více než tři desítky okresních svazů.

Obliba nohejbalu v mateřské zemi pochopitelně nekončí pouze účastí hráčů v oficiální svazové struktuře. Desetitisíce hráčů se účastní rekreačních nebo neoficiálních organizovaných soutěží, jimiž jsou například resortní, firemní či školní soutěže. V letním období pak jádro neoficiálních soutěží tvoří jednorázové městské a vesnické turnaje, kterých se ročně konají řádově stovky po celé republice. Největší počet hráčů však provozuje nohejbal na rekreační nesoutěžní úrovni. Odborně odhady hovoří o téměř čtvrtmilionu hráčů.

Na mezinárodní úrovni se nohejbal hraje v řadě evropských zemí a expandoval i na další kontinenty. Mimo současné dominující velmoci bývalé československé federace se nohejbal hraje především v Rumunsku, Maďarsku, Francii, Švýcarsku, Rakousku, Chorvatsku, Rusku, Turecku, Španělsku, na Ukrajině, v Polsku, Moldávii a Makedonii. Naopak v některých dřívějších členských zemích mezinárodní federace,



Obr. 4 Mistrovství světa mužů

jako např. v Německu, Itálii, Anglii, Norsku nebo Švédsku, ztratil své dřívější pozice. Na ostatních kontinentech je nohejbal rozšířen ještě v některých zemích Severní a Jižní Ameriky, Asie a Afriky. Pro další výraznější rozvoj tohoto sportu ve světě je nezbytná odborná spolupráce všech zemí na optimálním modelu pravidel (který zohlední tradici jednotlivých zemí a zároveň bude pro hráče, diváky i média atraktivní) a pro případnou realizaci olympijské myšlenky také kooperace všech forem příbuzných kolektivních her.

Vrcholem kariéry hráče nohejbalu je účast v barvách národního družstva na některé z mezinárodních reprezentačních soutěží. V současnosti tak ti nejlepší bojují o tituly mistrů světa nebo Evropy.



» Příbuzné sporty nohejbalu

Dnes kromě nohejbalu existuje v celém světě řada sportovních her založených na základním principu hraní míče nohou, hlavou nebo tělem přes síť. Jsou jimi např. Sepaktakraw, Jokgu, Footvolley, Bossaball, Footbag Net či Jianzi. Zastoupení mají téměř na všech kontinentech.

Nejznámějším příbuzným sportem nohejbalu je Sepaktakraw. Vznikl už v 15. století v Malaisii. Postupně se rozšířil nejen po Asii (zejména v Malaisii, Thajsku, Singapuru, Vietnamu, Kambodži, Indonésii, Laosu, na Filipínách, v Japonsku), ale i v Evropě a Severní Americe (USA, Kanada). Hřiště má velikost 13,4×6,1 m s výběhy min. 3 m, výška sítě je 152 cm (142 cm pro ženy). Míč má průměr 13–14 cm, hmotnost 150–180 g. Sestavu tvoří 3 hráči a na jednu akci mají 3 doteky míče všemi částmi těla vyjma rukou. Míč během akce nesmí spadnout na zem.

Footbag Net je jednou z disciplín sportu Footbag, poprvé hranou roku 1977 v USA a dnes rozšířenou v zemích Evropy a Severní Ameriky. Hra se velmi podobá hře Sepaktakraw, hraje se na hřišti a síti stejných rozměrů. Míč (spíše míček) má průměr cca 60 mm, hmotnost 40–65 g. Sestavu tvoří 1 nebo 2 hráči, během jedné akce jsou povoleny 3 doteky u dvojic, resp. 2 doteky u jednotlivců. Povolen je dotek míče a hráče jen nohou do úrovně pod kolenem. Míč nesmí během akce spadnout na zem.

K nohejbalu má nepochybně nejbliže jihokorejský Jokgu, sport zrozený v roce 1966 a na soutěžní úrovni provozovaný od roku 1995. Hřiště má rozměry 14–16 (boční čáry), resp. 12–14 (zadní čáry) × 7–8 m s výběhy min. 5 m, výška sítě činí 100–110 cm (90 cm pro ženy). Průměr míče je 20–20,5 cm, jeho hmotnost 360 g. Sestavu tvoří



Obr. 5 Sepaktakraw



Obr. 6 Footbag Net