

Turinys

PRATARMĖ	5
1. TINKLINIO ŽAIDIMO CHARAKTERISTIKA	6
2. TECHNIKOS VEIKSMŲ KLASIFIKAVIMAS	9
3. KŪNO VALDYMO TECHNIKA IR MOKYMO METODIKA	11
3.1. Stovėsenos	11
3.2. Judėjimo būdai	13
3.3. Sustojimo būdai	17
4. KAMUOLIO VALDYMO TECHNIKA IR MOKYMO METODIKA	21
4.1. Kamuolio perdavimas iš viršaus	22
4.2. Kamuolio perdavimas iš apačios	38
4.3. Puolamasis smūgis	49
4.4. Kamuolio padavimas	55
4.5. Užtvara	62
5. TRUMPAS ĮVADAS Į TINKLINIO TAKTIKĄ	70
6. BENDRI PATARIMAI PRADEDANTIEMS TINKLININKAMS	76
PABAIGOS ŽODIS	78
LITERATŪRA	79