

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Fakulta tělesné výchovy a sportu



DIPLOMOVÁ PRÁCE

Analýza zatížení rozhodčích v utkání basketbalu dětí a mládeže

Zpracovala: Hana Nováčková

Vedoucí diplomové práce: PaedDr. Michael Velenský, Ph. D.

Praha, září 2007

Abstrakt

Název: Analýza zatížení rozhodčích v utkáních basketbalu dětí a mládeže

Topic: The Analysis of referee's workload dutiny the children and zout basketball matches

Cíle práce: Cílem práce je zjistit míru zatížení rozhodčích v utkáních basketbalu dětí a mládeže. Získané výsledky porovnat mezi jednotlivými kategoriemi a rozhodčími. Stanovit rozdíly a z nich vyvodit závěr.

Metoda: Analýza zatížení rozhodčích v utkání basketbalu na základě přímého pozorování a použití Sport Testeru POLAR. Následné doplnění informací o rozhodčích, v oblasti jejich kondice přípravy a testování, jednoduchým dotazníkem. Šetření bylo provedeno u 15 respondentů v šesti různých kategoriích basketbalu dětí a mládeže. Výběr rozhodčích byl náhodně stratifikován.

Výsledky: Zjištění skutečnosti, že rozdíly v měřených faktorech mezi jednotlivými rozhodčími a především zkoumanými kategoriemi skutečně existují. Většina faktorů též odpovídá stanovenému trendu – čím vyšší věková soutěžní kategorie, tím vyšší zatížení rozhodčího, a to ze všech zkoumaných hledisek.

Klíčová slova: Rozhodčí, basketbal, test, testování, zatížení, analýza, tepová frekvence, průměrná tepová frekvence, vzdálenost, uběhnutá vzdálenost, chůze, odpočinek, zátěžové zóny, velmi vysoké, vysoké, střední a nízké zatížení, hra, utkání, průběh hry, přerušování hry, příprava, kategorie.

Děkuji

PeaDr. Michaelu Velenskému, Ph. D.

za ochotu a odbornou pomoc při realizaci a zpracování diplomové práce,

za cenné poznámky a rady děkuji i všem ostatním konzultantům.

Poděkování dále patří všem rozhodčím, respondentům, kteří se výzkumu účastnili.

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně a uvedla veškerou literaturu, ze které jsem čerpala.

V Praze dne 4.9.2007

Hana Nováčková

Hana Nováčková

Svoluji k zapůjčení své diplomové práce ke studijním účelům. Prosím, aby byla uvedena přesná identifikace vypůjčovatelů, kteří musí pramen převzaté literatury řádně citovat.

Jméno a příjmení	Číslo obč. průkazu	Datum vypůjčení:
-------------------------	---------------------------	-------------------------

	Strana
Úvod	8
<u>I. Teoretická část</u>	
1. Historie basketbalu a jeho pravidel	
1. 1. Stručná historie basketbalu	9
1. 2. Charakteristika košíkové z hlediska základních pravidel	12
2. Ustanovení o rozhodčích	
2. 1. Charakteristika rozhodčích	13
2. 2. Práva a povinnosti rozhodčích	14
2. 3. Školení, zařazení a hodnocení rozhodčích	16
2. 4. Zařazení rozhodčích	17
2. 5. Hodnocení rozhodčích	19
2. 6. Testování rozhodčích	22
3. Příprava a metodika pro rozhodčí	
3. 1. Zlepšování výkonnosti rozhodčích	24
3. 2. Metodika rozhodování	25
3. 3. Současné problémy vrcholového rozhodování	30
3. 4. Příprava rozhodčího k utkání	31
4. Obecná podstata zatížení	
4. 1. Pojem zatížení	33
4. 2. Charakteristika zatížení	34
4. 3. Objem zatížení	35
4. 4. Velikost zatížení	35
5. Porovnání s rozhodčími házené	
5. 2. Důležitost rychlosti pro rozhodčí	37

II. Výzkumná část

6.	Cíle úkoly hypotézy	
6. 1.	Cíle a úkoly	41
6. 2.	Hypotézy	41
7.	Metodologie výzkumného šetření	
7. 1.	Metodika výzkumu	42
7. 2.	Organizace výzkumu	42
7. 3.	Charakteristika souboru	44
7. 4.	Metody matematicko – statistického zpracování	46
8.	Výsledky a diskuze	
8. 1.	Analýza výsledků jednotlivých kategorií a rozhodčích	47
8. 1. 1.	Kategorie Starší minižáci	47
8. 1. 2.	Kategorie Mladší žákyně	50
8. 1. 3.	Kategorie Mladší dorostenky	53
8. 1. 4.	Kategorie Mladší dorostenci	56
8. 1. 5.	Kategorie Starší dorostenky	59
8. 1. 6.	Kategorie Starší dorostenci	62
8. 2.	Obecná konfrontace rozdílů v grafech	65
9.	Závěry	75
10.	Seznam použité a citované literatury	78
11.	Seznam grafů	80
12.	Seznam tabulek	81
13.	Seznam použitých zkratk	82
14.	Přílohy	83
14. 1.	Ukázka záznamové tabulky T1	84
14. 2.	Ukázka záznamové tabulky T2	85
14. 3.	Ukázka dotazníku pro rozhodčí	86

Úvod

Rozhodčí, nezbytná postava v jednotlivých sportovních odvětvích. Ať již vzpomeneme jakýkoliv sport, musí tam být někdo, kdo sportovce rozsoudí, kdo bude ctít pravidla, „do slova a do písmene“ a podle nich řídit průběh utkání, závodu až ke konci, výsledku, cíli. Rozhodčí je velice důležitý, jeho práce je zcela nezbytná a v podstatě dosti obtížná a zodpovědná. A i přesto sportovci na tyto naše „sportovní soudce“ spíše jen nadávají, než cokoli jiného. A také se na ně v podstatě zapomíná, příliš se o nich nepíše a ani nemluví a pokud jsou již někde zmíněni, je to většinou v tom negativním slova smyslu.

Mimo jiné i z tohoto důvodu mne toto téma zaujalo a rozhodla jsem se mu věnovat v mé diplomové práci. Tento nápad vznikl také díky tomu, že se již dlouhá léta věnuji jako hráčka basketbalu na vyšší výkonnostní úrovni a tudíž vím, že ve sportovních hrách jsou rozhodčí zatíženi nejen psychicky, ale také z velké části fyzicky.

Teoretická část práce se věnuje především podstatě osobnosti rozhodčího, jeho práci a přípravě na utkání. Dále také podstatě zatížení obecně. A v neposlední řadě jsou zde zmíněny podobné, již vykonané testy rozhodčích, a to i z jiných sportovních her (házená).

Práce je, jak již je z názvu patrné, zaměřena na zatížení rozhodčích právě v jedné ze sportovních her, v basketbalu. Zatížením se práce zabývá z pohledu naběhaných vzdáleností, úseků absolvovaných chůzí, momentů odpočinku, reakcemi tepové frekvence na jednotlivé události v zápase a jejími celkovými průměrnými hodnotami. To vše v průběhu jednoho basketbalového utkání. Všechny testy a výsledky byly získávány v průběhu basketbalové sezony 2006/2007.

Vše bylo poté vyhodnoceno a srovnány jednotlivé odchylky u specifických vybraných kategorií. Jednotlivé výsledky byly zpracovány pomocí programu Microsoft Excel, v něm dány do přehledných grafů a tabulek. V závěru jsem se pokusila vše zhodnotit a vyvodit podněty k diskuzi a případným dalším pokračováním v podobném či totožném výzkumu.

Hlavním záměrem je tedy zjistit, jak se liší nároky na fyzickou připravenost rozhodčích na utkání v jednotlivých vybraných kategoriích dětského a mládežnického basketbalu. A to na základě uvedených komponentů.

1. Historie basketbalu a jeho pravidel

1.2. Stručná historie basketbalu

Basketbal prošel poměrně krátkým, ale bouřlivým rozvojem. Při svém vzniku dostal do vínku od svého tvůrce zásady kolektivity, slušnosti, disciplinovanosti, sebekontroly, rozvíjení iniciativy i samostatného rozhodování. Tyto zásady dodržuje dodnes.

Basketbal vznikl koncem roku 1891 ve Springfieldu v USA a odtud se v krátkém čase rozšířil po celém světě. Vznik basketbalu je dobře znám. Jeho tvůrce James Naismith jako učitel na vysoké škole chtěl získat mládež pro cvičení v tělocvičně v zimním období. Míč se zpočátku házel do koše na broskve, připevněného na stěně. Hrál se s míčem na kopanou. Po delších úvahách, srovnáváním a analýzou dosavadních známých her, po několika nezdařených pokusech vytvořil pravidla nové hry, která vydal v roce 1892. Tato pravidla měla 13 základních ustanovení:

1. Míč může být házen všemi směry jednou nebo oběma rukama.
2. Míč může být odrážen všemi směry jednou nebo oběma rukama (nikdy ne pěstí).
3. Hráč nesmí běhat s míčem. Musí jej odhodit z toho místa, kde jej chytil, výjimka se povoluje hráči, který chytí míč v plné rychlosti.
4. Míč musí být držen v ruce nebo mezi nimi. Paže a tělo se nesmí užívat k držení míče.
5. Není dovoleno vrážení, držení, strkání, podráženi či udeření soupeře jakýmkoliv způsobem, porušení tohoto pravidla se počítá za faul a druhé porušení pravidla diskvalifikuje hráče až do doby, kdy je dosažen nejbližší „gól“, nebo byl-li zřejmý úmysl poranit soupeře, na celou dobu do konce hry bez povolení náhradníka.
6. Faulem je udeření míče pěstí, porušení pravidla 3, 4 a jak popsáno v pravidle 5.
7. Jestliže některá strana učiní tři fauly po sobě, počítá se to jako „gól“ pro soupeře. (Po sobě – znamená, že soupeř se mezitím nedopustil žádného faulu.)

8. „Gól“ platí, jestliže je míč vhozen či odražen z hřiště do koše a zůstane tam za předpokladu, že bránící se nedotknou „branky“ a neporuší ji. Zůstane – li míč na pokraji a soupeř pohne košem, počítá se to jako „gól“.
9. Vlétne-li míč do zázemí, je vhazován do hřiště tím hráčem, který se jej dotkl první. Při nedorozumění vhodí jej rozhodčí kolmo do hřiště. Pro vhození je povoleno pět vteřin. Trvá-li déle, vhazuje soupeř. Jestliže některá strana zdržuje hru, nařídí proti ní rozhodčí foul.
10. Druhý rozhodčí posuzuje hru, zaznamenává fauly a upozorňuje hlavního rozhodčího na tři fauly po sobě. Má právo diskvalifikovat hráče podle pravidla 5.
11. Hlavní rozhodčí sleduje míč a rozhoduje, kdy je ve hře, v autu, které straně patří, sleduje a měří čas. Rozhoduje, kdy byl dosažen „gól“, uznává „góly“ a vykonává všechny ostatní povinnosti rozhodčího.
12. Hraje se dvakrát 15 minut s pětiminutovou přestávkou.
13. Strana, která dá více „gólů“, je prohlášena za vítěze. V případě nerozhodného výsledku může hra se souhlasem kapitánů, pokračovat, až je vstřelen další „gól“.

Tato pravidla zachycují dvě hlavní zásady: slušnost a kolektivnost. Proto se hraje poměrně velkým míčem, který se vhazuje do koše upevněného horizontálně ve výšce, proto je zakázán pohyb hráče s míčem. Ačkoli se hra rychle rozšířila po celém světě a její pravidla byla v poslední době měněna jednou za čtyři roky, nikdy nebyl porušen charakter hry, založený na Naysmithových zásadách. K poměrně častým změnám pravidel dochází pouze proto, že je třeba jednak určitého pojítka mezi základními principy a stupněm vývoje hry v praxi, jednak stálého vyrovnávajícího činitele, určujícího, co je třeba zakázat a co je třeba podporovat v dalším vývoji. Rytmus změn, doplňků a výkladů pravidel se přizpůsobil olympijským časovým intervalům. Ani v budoucnosti nelze předpokládat, že se pravidla definitivně ustálí, protože v souladu k obrovské explozi celosvětového zájmu o tuto hru se basketbal technicky i takticky soustavně zdokonaluje.

Podstatnější úpravy byly zavedeny po druhé světové válce v roce 1948 a byla také zavedena jednotná signalizace rozhodčích. Převážná většina z 18 zavedených znamení zůstala i v dalších letech beze změny, pouze se podle dalších změn pravidel jejich počet upravil a rozšířil na dnešních 31. Prapůvodních 13 článků pravidel se rozšířilo na současných 93. K nejvýznamnějším změnám patřilo: zavedení pravidel 30 sekund, rozšíření vymezeného území, a tím zpřísnění pravidel tří sekund, zavedení pravidla hry

míče nad úroveň koše, revoluční pravidlo možnosti dosažení tří bodů, zpřísnění trestů za úmyslnou a technickou chybu, zdokonalení technického vybavení hřišť, míčů a vybavení hráčů, úprava rozměrů hřišť na standardní.

Basketbal pronikl z USA do Kanady, Jižní Ameriky a pak se dostal na Filipíny a Dálný východ. V Evropě se začíná objevovat až po první světové válce. Od roku 1936 je zařazen do soutěží olympijských her. Má pravidelná mistrovství světa, kontinentální mistrovství a různé jiné mezinárodní soutěže ve všech kategoriích: mužů, žen, juniorů, juniorek, kadetů a kadetek.

Přesto, že původní pravidla basketbalu byla u nás přeložena již v roce 1897 a k prvnímu neoficiálnímu utkání došlo ve Vysokém Mýtě v roce 1897, rozšiřuje se basketbal v našich zemích až po první světové válce. Za počátek rozvoje československého basketbalu se považuje rok 1919, kdy se konalo zásluhou amerického Čecha prof. Pípala v tělocvičně dělnické tělovýchovné jednoty Žižkov veřejné utkání družstev československých atletů. K další propagaci basketbalu došlo ve dvacátých letech, kdy byly pořádány pod vedením prof. Pípala a kapitána Machotky kursy nových u nás málo známých sportovních her. Basketbal se pak začal šířit vlivem YMCA mezi studenty, začíná se pěstovat v tramských osadách, pak v ČOS, DTJ, FPT a dostává se i do školních osnov. V roce 1924 vznikl Český volejbalový a basketbalový svaz (ČVBŠ), od roku 1928 se začínají hrát pravidelné soutěže. V roce 1934 došlo k dohodě mezi ČVBŠ a ČOS v otázce uznání mezinárodních pravidel a od roku 1935 se hraje společné mistrovství republiky.

K nebývalému rozvoji basketbalu, zejména po výkonnostní stránce, dochází po roce 1945, po osvobození ČSR. Stalo se tak hlavně zásluhou soutěží se slovenským basketbalem, který v té době výkonnostně předčil družstva česká a moravská. Z celé historie našeho basketbalu není bohužel možné ukázat na skutečných údajích růst počtu hráčů. Teprve od roku 1955 se vede řádná kartotéka, která v roce 1961 dosáhla více než 28 tisíc registrovaných hráčů. Tento počet se stále zvyšoval a dnes činí již 42 tisíc.

Basketbal je řízen mezinárodní organizací FIBA, která sdružuje 166 členských států. FIBA byla založena v roce 1932 a u jejího vzniku stálo 9 států, mezi nimi i Československo - zásluhou velkého propagátora F. M. Marka.

Československý basketbal dosáhl v mezinárodních soutěžích značných úspěchů a jeho úroveň je uznávána nejen v Evropě, ale i na celém světě. Muži dosáhli velkého úspěchu v roce 1946 získáním titulu mistra Evropy v Ženevě. Od té doby se československý mužský basketbal udržuje na druhém až čtvrtém místě v Evropě.

Dosud největším úspěchem československého basketbalu je 5. místo na Hrách XVII: olympiády v Římě v roce 1960 a druhé místo na mistrovství Evropy v roce 1985. Ženy dosáhly největšího úspěchu v roce 1952 získáním druhého místa na mistrovství Evropy v Moskvě, v roce 1957 získáním 3. místa na mistrovství světa v Rio de Janeiro za USA a SSSR a v roce 1962 2. místem na mistrovství Evropy v Mylhúyách. Udrží se většinou na druhém až třetím místě v Evropě. V roce 1985 byly na ME čtvrté, v roce 1986 na MS také čtvrté. Významných úspěchů dosahují také juniorské kategorie. V klubových soutěžích dosahují lepších výsledků ženy než muži (Pumr a kol. 1990).

1. 2. Charakteristika basketbalu z hlediska základních pravidel

Pravidla basketbalu jsou proti jiným sportovním hrám často obměňována. Díky materiálním podmínkám (míče, konstrukce), fyzickým předpokladům hráčů (stále větší výška) i novým taktickým koncepcím se hra neustále vyvíjí a jde o to, aby pomocí pravidel se zachovávaly původní principy etického charakteru, a aby hra byla pro diváky i hráče stále stejně přitažlivá.

Zakladatel a tvůrce hry, dr. Naismith, dal hře do vínku roku 1891 tyto zásady :

- absolutní slušnost, a proto vyloučení jakýchkoliv dotyků mezi hráči.
- kolektivnost – každý hráč musí být odkázán na druhého
- stejná možnost pro všechny hráče dosáhnout bodů.

Z těchto zásad vyplývala základní východiska při vytváření hry, jak byla formulována tvůrcem hry:

1. Hraje se velkým a lehkým míčem, který je házen rukama.
2. Běhat s míčem je zakázáno.
3. Každý hráč, vstoupivší na hřiště, může v kterémkoli okamžiku dostat míč a nemůže být pravidla, které by tuto směrnici omezovalo.
4. Obě družstva hrají po celém hřišti. Nesmí však docházet k dotykům mezi hráči.
5. Cíl bude horizontální a zdvižen nad zemí.

Všechna další pravidla v historii hry vycházela z těchto principů a směrnic, podle nich je také vývoj hry neustále posuzován. Hra se proto vyznačuje zvláštním charakterem, který jí zůstává, ačkoli je nejrozšířenějším sportem na světě, hraje se na všech kontinentech a podle odlišných taktických koncepcí (mluvíme o různých stylech hry) (Šafařík, Stibitz 1978).

2. USTANOVENÍ O ROZHODČÍCH

2.1. Charakteristika rozhodčích

Rozhodčí je odborný sportovně technický pracovník, který rozhoduje ve sportovních soutěžích. V souladu s pravidly a principy vychází ve své práci z principů výchovného působení na sportovce a diváky. Ovládá a v praxi uplatňuje pravidla, ustanovení soutěžního řádu a ostatní sportovně technické předpisy dané sportovní hry, dbá na dodržování zásad úrazové zábrany a v případě potřeby poskytuje první pomoc zraněnému sportovci.

Neustále dbá o průběžné doplňování získané kvalifikace podle stanoveného systému doškolování rozhodčích v ČSSR a dalšími formami, účastní se přípravy nižších kvalifikací atd. (Šafařík, Stibitz, 1978).

O rozhodčích. Někdy mám pocit, že trenéři a hráči nastupují k zápasu s hlavním cílem vyřadit se na rozhodčích a při tom si taky zahrát basketbal.

Nutno bohužel konstatovat, že ke svým infarktovým výstupům jim rozhodčí zhusta svým výkonem poskytují důvod. A tak se dostáváme do začarovaného kruhu: Rozhodčí udělají chybu, na kterou kauč přímo čeká, trenéři „vyskakují“ demonstrují tím svoji vůli bránit družstvo proti nepříteli, čímž dávají příklad hráčům a divákům, ti se vrhají na rozhodčí méně nebo spíše více agresivně až vulgárně a tím uzavrou kruh, protože nervózní rozhodčí kupí chyby.

A kdo tím nejvíce trpí? No samozřejmě basketbal. Není to škoda? Mezi mými četnými známými převládá názor, že úroveň rozhodčích šla v posledních letech rapidně dolů. Přiznání některých zkušených rozhodčích a komisařů, že je rozhodčích kriticky málo a tudíž není „z čeho vybírat“, spíše dává nepřímo zapravdu zmíněné kritice.

Osobnosti, které si svým výkonem a autoritou vynutí klidný průběh zápasu, u těchto jde spíše o určitý systém, přístup či filosofii vzájemných vztahů obecně užívaných.

Nenabízí se vysvětlení, že rozhodčích je málo také proto, že se noví potencionální zájemci nechtějí nechat zostouzet, urážet a ztrapňovat?

Přidat musí rozhodčí! Nejvíce na svém sebevědomí. Trenéři a hráči v kázni, rozhodčí v soustředěnosti na výkon a sebevědomí při zajišťování pořádku na hřišti a lavičkách (Pajkrť, 1999).

2.2. Práva a povinnosti rozhodčích

Soutěžní řád a pravidla rozlišují: vrchního rozhodčího, dvojici rozhodčích na hřišti (první a druhý), asistenty rozhodčích (zapisovatel, časoměřič a měřič 30 sekund) a také vymezují jejich povinnosti, práva, stejně jako povinnosti a práva organizátorů a oddílů, zúčastněných na utkání. Další práva a povinnosti ještě upřesňují každoroční rozpisy soutěží.

Rozhodčí je povinen:

- dokonale ovládat a dodržovat všechna ustanovení platných pravidel basketbalu, tohoto SŘ a rozpisu příslušné soutěže, jakož i ostatní pokyny a směrnice řídicího orgánu a komise rozhodčích,
- dostavit se včas, nejméně však 20 minut před stanoveným začátkem utkání, aby mohl splnit všechny povinnosti před zahájením utkání a zajistit hladký průběh utkání
- omluvit se včas příslušné komisi rozhodčích, nemůže-li se dostavit k utkání, aby bylo možno zabezpečit náhradní delegaci
- provést před každým utkáním kontrolu hřiště, lékárničky, stavu technického vybavení (z hlediska, zda potřebná zařízení fungují, i z hlediska úrazové zábrany), předepsané teploty před zahájením utkání a v případě zjištění nedostatků požádat hlavního pořadatele o zjednání nápravy,
- vyžádat si u zapisovatelského stolku ke kontrole řádně vyplněný zápis, seznámit se se způsobem, jak bude měřen čas, ověřit si delegaci nebo způsobilost pořadatelů zajištěných asistentů rozhodčích,
- provést kontrolu náležitostí hráčů a družstev před zahájením utkání, vyškrtnout neobsazené řádky ve sloupci „Příjmení a jméno“ zápisu o utkání a při kontrole postupovat ve smyslu herního řádu,
- zapsat do zápisu před utkáním (příp. po skončení utkání) veškeré zjištěné závady a nedostatky ve vybavení hřiště, v náležitostech hráčů a družstev, jakož i všechny závažné okolnosti týkající se utkání, jakož uvést i jiné záznamy vyžadované příslušnými články tohoto HŘ, rozpisem soutěže či pokyny řídicího orgánu,
- v případě obdržení námitek k utkání některého z družstev zaslat bez vyzvání řídicímu orgánu své vyjádření k těmto námitkám, a to do 7 dnů od jejich obdržení,

- v případě výzvy řídicího orgánu provést podrobnou kontrolu tělocvičny a hřiště a podle pokynů zaslat řádně vyplněné tiskopisy (příp. zprávu o stavu tělocvičny a hřiště) nejpozději do 7 dnů po provedení kontroly řídicímu orgánu.

Rozhodčí má právo:

- je-li přesvědčen, že před utkáním, v průběhu utkání či po utkání došlo k pokusu o podvod či závažné nesrovnalosti, zapsat zjištěné skutečnosti do zápisu, případně je neprodleně oznámit řídicím orgánům,
- podat stížnost na chování hráčů, trenérů, diváků vůči jeho osobě, řídicímu orgánu, opis této stížnosti musí být současně zaslán na vědomí příslušné komisi rozhodčích
- na volný vstup na všechna utkání basketbalu těch soutěží, které řídí a nárok na zlevněné vstupné na všechna ostatní utkání basketbalu.

Rozhodčí musí zapsat do zápisu na základě upozornění trenéra záznam o zranění hráčů a na základě upozornění či žádosti kapitána družstva i skutečnosti, o něž kapitán požádá. Rovněž do zápisu uvede skutečnosti, o jejichž záznam požádá vrchní rozhodčí (komisař).

Po skončení utkání rozhodčí překontrolují zápis o utkání, provedou případné záznamy, vyzvou kapitány obou družstev a asistenty rozhodčích k podepsání zápisu a potvrdí správnost zápisu o utkání svými podpisy (Pumr a kol., 1990).

Při rozhodování a při posuzování přestupků a chyb jsou si oba rozhodčí rovni. Jestliže oba rozhodnou v téže akci téměř současně a ocení přestupek různými tresty, platí trest přísnější.

Jestliže oba zapískají osobní chybu protichůdně dvěma hráčům, každému z jiného družstva, trestné hody se v žádném případě neprovádějí. Oběma viníkům je zapsána chyba do zápisu a míč je dán do hry rozskokem mezi nimi.

Rozhodčí zapískají vždy, kdykoli je třeba učinit nějaké rozhodnutí. Nepískají po koši ze hry, mají však jasně označit smluveným znamením zapisovateli, že bylo dosaženo koše a případně který hráč koše dosáhl.

První rozhodčí kromě toho před utkáním zkontroluje zařízení a registrační karty a soupisku všech hráčů a konfrontuje je se zápisem. Na konci každého poločasu, prodloužení a utkání zkontroluje zápis a schválí stav utkání. Provádí rozskok na začátku utkání. Rozhoduje v případě všech neshod mezi všemi členy sboru rozhodčích.

Dojde-li ke zvláštním událostem (zranění, přerušení utkání apod.), učiní o tom zápis na konci utkání (Šafařík, Stibitz, 1978).

2.3. Školení rozhodčích

Formy školení rozhodčích:

Internátní průběžná forma, spočívá ve společném soustředění frekventantů po celou dobu teoretické i praktické výuky.

Internátní dělená forma, při níž je studium rozděleno do dvou nebo více částí tak, aby převážná část výuky spadla mimo pracovní dobu frekventantů.

Zkoušky při školení – zásady:

Rozhodčí všech tříd vykonají závěrečnou zkoušku z obecné části, z teoretické znalosti pravidel a soutěžního řádu, z praktického řízení utkání a z fyzické zdatnosti.

Stupnice hodnocení jednotlivých předmětů je:

- 1 – výborný, zvládl předepsanou látku v plném rozsahu,
- 2 – velmi dobrý, zvládl předepsanou látku s malými nepřesnostmi,
- 3 – dobrý, zvládl podstatu předepsané látky,
- 4 – nedostatečný, nezvládl předepsanou látku.

Celkový prospěch se hodnotí:

prospěl s vyznamenáním – polovina známek výborných, ostatní velmi dobré,

prospěl - není-li žádná známka nedostatečná

neprospěl - je-li z některého předmětu známka neprospěl.

V případě, že účastník školení neprospěl z jednoho nebo dvou předmětů, určí mu pořadatel školení maximálně dva opravné termíny pro vykonání zkoušky. V případě neprospěchu ze tří předmětů nemá uchazeč právo na konání zkoušky v opravných termínech.

Zakončení školení:

Na závěr školení, po skončení závěrečných zkoušek a jejich hodnocení, vedoucí školy a lektori spolu s posluchači zhodnotí celý průběh. Potom jsou oznámeny výsledky závěrečných zkoušek a posluchači jsou jmenováni do kvalifikace, kterou získali. Vedoucí školení předá úspěšným posluchačům průkaz a zajistí sdělení o jmenování příslušným orgánům, které vedou evidenci rozhodčích (Pumr a kol. , 1987).

V současné době probíhá školení, v podstatě ve stejném sledu, jak je výše uvedeno. Rozdíly tvoří jen skutečnosti:

- školení probíhá ve třech dnech intenzivního kurzu (např. 11. – 13. 6. 1999),
- již není stanoven maximální možný počet účastníku na daném vypsáném kurzu,
- všichni rozhodčí musí kvalifikační školení své třídy úspěšně absolvovat vždy před zahájením nové sezony a to včetně fyzických testů.

Praktickým řízením utkání je myšleno řízení vybraného utkání soutěžní kategorie, ve které bude frekventant po úspěšném absolvování kurzu a získání kvalifikace sám řídit utkání.

Příklad uskutečněných školení:

- Ve dnech 28. – 30.5. 1999 se konalo v Hradci Králové školení nových rozhodčích II. třídy. Zúčastnilo se celkem 32 kandidátů.
- Úsilí o zvyšování kvality nových rozhodčích pak pokračovalo ve dnech 11.-13.6. 1999 školením rozhodčích I. třídy, tentokrát za účasti 22 kandidátů. I zde všichni uspěli až na některé malé výjimky ve fyzických zkouškách, což se dá napravit na podzimních seminářích.

V jejich rámci proběhly jako obvykle náročné fyzické i teoretické zkoušky. Byl proveden výběr rozhodčích pro jednotlivé soutěže. Podle předem stanovených kritérií se sestupovalo a postupovalo (Procházka, 1999).

2.4. Zařazení rozhodčích

Zařazení rozhodčích do jednotlivých klasifikačních skupin, tříd: rozhodčí jsou rozděleni do třech tříd.

Rozhodčí III. třídy

- a) rozhoduje v soutěžích řízených VBS OV a KV ČSTV
- b) předepsaná praxe – alespoň jeden rok aktivní činnosti v basketbale
- c) absolvování školení v délce 20 hodin (3 dny)
- d) školí, finančně zabezpečuje a jmenuje VBS OV nebo KV ČSTV, možnost spojení několika OV ČSTV v jedno školení – koordinuje VBS KV ČSTV
- e) přednášejí a zkouší lektori VBS KV ČSTV

Rozhodčí II. třídy

- a) rozhoduje v soutěžích řízených VHS KV ČSTV
- b) předepsaná praxe – alespoň dva roky rozhodčí III. třídy
- c) absolvování školení v délce 20 hodin (3 dny)
- d) školí, finančně zabezpečují jmenují VHS KV ČSTV
- e) přednášejí zkoušejí lektoři VHS ČÚV a KV ČSTV

Rozhodčí I. třídy

- a) rozhoduje v soutěžích řízených VBS ČÚV a SÚV ČSTV
 - b) předepsané praxe – alespoň 2 roky rozhodčí II.. třídy
 - c) absolvování školení v délce 20 hodin (3 dny)
 - d) školí a finančně zabezpečují a jmenují Tělovýchovné školy ČÚV, SÚV a VBS ČÚV a SÚV ČSTV
 - e) přednášejí a zkoušejí lektoři TŠ ČÚV, SÚV a VBS ČÚV SÚV ČSTV
- (Pumr a kol. , 1987).

V současné době jsou rozhodčí rozdělení, zařazení a školení ve stejném a výše zmíněném duchu. Avšak školení zajišťuje a vypisuje ČABR, jež je součástí orgánů ČBF.

Rozhodčí III. třídy řídí utkání – nejnižších soutěžních kategorií a dětské soutěžní kategorie.

Rozhodčí II. třídy řídí utkání – vyšší soutěžní kategorie a vyšší mládežnické soutěžní kategorie, nejvýše však kategorie II. ligy.

Rozhodčí I. třídy řídí utkání – všech možných a různých kategorií, včetně nejvyšších soutěžních kategorií, I. ligy (ŽBL-ženská basketbalová liga, Mattoni NBL)

Velmi obtížnou a náročnou prací je delegace, ve které je nutné naplňovat několik hledisek, vzájemně si odporujících: ekonomické, kvalitativní a kvantitativní, což znamená pokud možno rovnoměrné rozdělení počtu zápasů mezi rozhodčí jednotlivé soutěže. Vyvážené uplatnění těchto faktorů je permanentní problém a jeho optimální řešení má jistě zpětný vliv na kvalitu řízení.

Je tvrdě vyžadována přísná a přesná kázeň všech rozhodčích na školení, seminářích i v soutěžích. Je aplikován disciplinární řád s finančními postihy, zastavením činnosti a dočasném vyřazení z delegace.

Permanentním a téměř nekonečným problémem je zlepšování vlastních technických výkonů rozhodčích na hřišti, což je stálým zdrojem kritiky. Vedle stálé a usilovné snahy o hledání a realizaci nových metod výchovy (Procházka, 1999).

2.5. Hodnocení rozhodčích

Zvyšování techniky a rychlosti v basketbalu znamená vyšší nároky na práci rozhodčích při řízení utkání. Zrychlení hry, zvýšení agresivity v osobních soubojích přineslo současně i více příležitostí k tělesnému styku hráčů, a tím i většímu počtu osobních chyb. Basketbal je hra se složitými pravidly, jejichž dodržování zabezpečuje štáb pěti odborníků, tj. dva rozhodčí na hřišti a tři asistenti rozhodčích: časoměřič, zapisovatel a měřič 30 sekund. Tento štáb pěti lidí je důležitým faktorem hry, protože odpovídá za dodržování pravidel a trestání chyb a přestupků. Jejich výkon je nejvíce ovlivněn jejich znalostmi pravidel, zkušenostmi, schopnostmi rychlého pohybu a reakce, a absolutní objektivitou, hlavně rozhodčích na hřišti, protože i nejmenší chybu často hodnotí trenéři, hráči i obecnost jako úmysl ovlivnit vývoj utkání ve prospěch jednoho družstva.

Komise rozhodčích stále hledaly a hledají cesty k tomu, aby v této složité situaci i rozhodčí zvyšovali svou úroveň. Dále je třeba zajistit pořádek a objektivitu všech rozhodčích. K tomu byla zavedena při utkáních vrcholového basketbalu funkce vrchního rozhodčího (dnes komisař, pozn. autora) utkání.

Jeho funkce je v podstatě možno shrnout do čtyř úkolů:

1. Je oficiálním zástupcem na utkání toho nejvyššího orgánu, který soutěž řídí.
2. Dohlíží nad prací asistentů utkání.
3. Hodnotí po zápase celkovou atmosféru utkání, o čemž podává na zvláštním formuláři zprávu do tzv. soutěže slušnosti.
4. Hodnotí celkový výkon dvou rozhodčích na hřišti podle předem stanovených kritérií.

Právě poslední úkol vrchních rozhodčích (komisařů) – hodnocení výkonů rozhodčích – je nejtěžší. Přestože do řad vrchních rozhodčích (komisařů) jsou vybíráni bývalí nejlepší rozhodčí, nepodařilo se dodnes sjednotit jejich hlediska. Systém vrchních rozhodčích (komisařů) se zavedl v první lize roku 1963, prošel mnohými vývojovými etapami a dodnes není jeho vývoj dokončený a ustálený. Přestože hodnocení rozhodčích u více her trvá již delší dobu, v žádném odvětví nebyl dosud nalezen takový způsob

hodnocení, který by dával naprosto nezkreslený a pravdivý obraz výkonu rozhodčích při řízení utkání.

Vývoj tohoto posuzování výkonu rozhodčích se ubíral cestou soustavného hledání. V prvním období se posudkové výkazy zaměřovaly na přestupky, velké a hrubé chyby. Konečná známka se určovala poměrně komplikovaným způsobem na základě poměru správně a nesprávně odpískaných přestupků a chyb v procentech, takže výsledná známka se pohybovala okolo 100 bodů. Způsob nebyl dobrý, protože hodnotil pouze chyby, kterých se rozhodčí dopustil a nijak nehodnotil dobrá rozhodnutí, která mají vlastně rozhodný vliv na utkání.

Ve druhé etapě se přešlo na jednoduché hodnocení známkami od jedné do čtyř (v některém období do pěti) s přípustnými minusovými stupni. Hodnotí se na základě subjektivního názoru vrchního rozhodčího (komisaře) s přihlédnutím k podstatným faktorům výkonu rozhodčího. V metodických pokynech, které se každoročně upřesňují, se vrchní rozhodčí (komisaři) upozorňují na sledování objektivitu, pohybu po hřišti, gestikulace, spolupráce s partnerem a posuzování osobních chyb. V poslední době se zvláštní důraz klade na přesné posuzování chování hráčů, trenérů a osob doprovázejících družstva. Přes všechny pokusy o sjednocení názorů a hledisek, vydáváním pokynů a doporučení vrchním rozhodčím (komisařům), nedávají posudky vrchních rozhodčích (komisařů) přesto správný a pravdivý obraz výkonu rozhodčích, protože jejich výkon nelze přesně ničím „změřit“ či ocenit. Proto je nutné dosáhnout co největšího počtu posudků od maximálně možného počtu různých vrchních rozhodčích (komisařů) na jednoho rozhodčího. Ty je pak třeba na konci sezony statisticky vyhodnotit, tj. vypočítat průměr a stanovit pořadí všech rozhodčích. Toto pořadí slouží k určování pořadí mezinárodních rozhodčích pro soutěže FIBA, k určování kandidátů mezinárodních rozhodčích a také k sestupům do nižších soutěží. Je ho zapotřebí také v uvolňování míst pro nové rozhodčí příslušné soutěže.

Posledním vývojovým stádiem při určování konečného pořadí je započítávání názorů oddílů, které mají za povinnost po skončení sezony ohodnotit rozhodčí, kteří jim řídili utkání, celkovou známkou od jedné do čtyř. Tyto známky se opět sčítají, vyhodnotí se pořadí od oddílů. Konečné pořadí se vypočítá tak, že pořadí od vrchních rozhodčích (komisařů) má váhu dvě a od oddílů váhu jedna, tato pořadí se sčítají a výsledek znamená konečné pořadí.

Zdá se, že ani to není konečné stadium. Je zde možnost vyžádat po skončení sezony od vrchních rozhodčích (komisařů) nezávisle na známkách, které udělili v průběhu

sezóny, zařazení všech rozhodčích, které viděli, do čtyř skupin, a to vzít v úvahu – podobně jako hodnocení oddílů. K ověření se ještě nabízí způsob rušení nejnižší a nejvyšší známky, či hodnocení známek jako odchylek od průměru jednotlivých vrchních rozhodčích (komisařů). Základní myšlenkou zůstává statisticky vyhodnotit subjektivní posudky vrchních rozhodčích (komisařů), tedy co největší počet od různých osob.

Ideálu – sjednocení názorů a posudek ode všech vrchních rozhodčích (komisařů) – se nikdy patrně nedosáhne, je ale třeba příslušnými organizačními opatřeními se k němu postupně přibližovat.

Zcela otevřený pak zůstává problém hodnocení vrchních rozhodčích (komisařů) a zlepšování jejich práce. Zatím se apeluje na jejich objektivnost a snahu využívat svých vlastních bohatých zkušeností, dále pak na úsilí a sjednocování hledisek a vhodné delegace. V neposlední řadě klade důraz také na hodnocení obtížnosti utkání, které má vliv na výkon rozhodčích. Kritéria pro to, které utkání bylo obtížné, se dají již přesněji stanovit.

Abychom hodnocením získali co nejlepší výsledky, musí vrchní rozhodčí (komisař) hodnotit maximálně objektivně s vyloučením veškerých osobních vztahů k hodnoceným rozhodčím. Nachází-li se rozhodčí v daném okamžiku na místě, z něhož porušení pravidel nemohl vidět, chyba se mu nemůže vytýkat. Naproti tomu má-li zakrytý výhled pro to, že stojí špatně, tj. v postavení které je v rozporu se zásadami pohybu rozhodčího po hřišti, pak je třeba mu to vytknout. Důležité je také posoudit iniciativu rozhodčího.

Vrchní rozhodčí (komisař) není oprávněn zasahovat do rozhodnutí rozhodčího na hřišti. Pokud se rozhodčí dopouští během hry zásadních chyb proti výkladu pravidel, je pak vrchní rozhodčí (komisař) povinen vhodným způsobem rozhodčího upozornit (např. v oddechovém čase, poločase apod.). Po utkání je povinen hovořit s rozhodčími, upozornit na případné nedostatky a sdělit jim celkový úsudek o řízení utkání. Není jistě nutné zdůrazňovat, že vše se musí dít s taktem a ohledem na posuzované rozhodčí. Podle současných pokynů není vrchní rozhodčí (komisař) povinen sdělovat rozhodčím přesné číselné hodnocení.

Všechny basketbalově vyspělé země mají sbory vrchních rozhodčích a systémy hodnocení. Formy jsou různé a náplň jejich práce při utkání se podle potřeby mění podle vývoje basketbalu. Hlavní zásady a dodržování pořádku na hřištích, pomoc při zvyšování úrovně rozhodování a podklad pro hodnocení rozhodčích však zůstávají zachovány (Pumr a kol., 1990).

V současné době je hodnocení rozhodčích dle naprosto totožných kritérií, jak jsou výše uvedeny. Pro lepší představu a ilustraci uvádím tabulku s hodnocením rozhodčích. Umístění na tomto žebříčku je zároveň jedním z kritérií, podle kterého jsou rozhodčí nasazováni k jednotlivým zápasům v následující sezoně.

Hodnocení rozhodčích v sezoně 1993 – 1994

<p>I. Liga – hodnocení komisařů a oddílů</p> <p>1. Šantrůček 8. Stolář 15. Výborný 22. Andrlé 2. Šedivý 9. Zajíček 16. Zelinka 23. Masopust 3. Zachara 10. Latík 17. Telúch 24. Macela 4. Bruna 11. Volejník 18. Matějček 25. Dvořák 5. Cígler 12. Paulík 19. Lukeš V. 26. Kulka 6. Dolínek 13. Vrážel 20. kohout 27. Dolejš 7. Galajda 14. Lukeš L. 21. Fadrhonc</p> <p>Poznámka: Rozhodčí, kteří se umístili na 25. – 27. místě sestupují z I. ligy.</p>	<p>II. Liga mužů – hodnocení oddílů</p> <p>1. Schodlbauer 6. Brabec 2. Eyslt 7. Valek 3. Kubišta 8. Žalud 4. Macek 9. Novodomský 5. Hendrich 10. Adamec</p>
<p>I. BML – hodnocení technických komisařů</p> <p>1. Hartig 6. Koc 11. Kapounek 16. Holý 2. Zíta 7. Znamínko 12. Sablík 17. Moravec 3. Rozsypal 8. Klaus 13. Rejna 18. Rubač 4. Petřů 9. Opava 14. Doležal 19. Valko 5. Tokař 10. Vlček 15. Švestka</p> <p>Poznámka: Rozhodčí, kteří se umístili na: a) 1. – 4. místě postupují do I. ligy b) 16. – 19. místě sestupují z první BLM.</p>	<p>II. liga žen a dorostenecké soutěže – hodnocení oddílů</p> <p>1. Havránek 6. Tichov 2. Kvapil 7. Tejchman 3. Hofman 8. Škop 4. Stojan 9. Kaňák 5. Ščudla 10. Opletal</p> <p>Poznámka: V případě II. ligy mužů (hodnoceno celkem 47 rozhodčích) a II. ligy žen a dorosteneckých soutěží (hodnoceno celkem 77 rozhodčích) je uvedeno pouze pořadí na prvních deseti místech</p>

(Procházka, 1994)

Čeští a slovenští prvoligoví rozhodčí se každoročně pravidelně scházeli. Jeden rok se setkali v Ústí nad Orlicí, následující pak v Myjavě. Rozhodčí dospěli k léty ověřované pravdě, že během sezóny panuje určitá nespokojenost s jejich výkony na hřišti. Určité rozdíly však přeci existují. Na Slovensku např. hodnotí trenéři rozhodčí hned po zápase známkami 1 – 5 podle velice podrobných kritérií. Odměny a cestovní výlohy se zde účtují a vyplácejí centrálně podle stanovených tabulek apod. (Procházka, 1994).

2. 6. Testování rozhodčích

Před sezónou se konají prověrky fyzické zdatnosti, jak je v současné době absolvují uchazeči o mezinárodní licenci FIBA, prvoligoví rozhodčí a rozhodčí národních lig:

Jejich limity se neustále zpevňují a jsou rozděleny podle věkových kategorií. V současnosti musí být splněny tyto požadavky (podle FIBA):

1. rychlost 4 x 15 sekund za 14 minut,

2. vytrvalost v rychlosti - přeběhy hřiště střídavě k čáře trestného hodu a zpět, k půlící čáře a zpět, k další čáře trestného hodu a zpět, ke koncové čáře a zpět – 36 sekund,
3. vytrvalost – 3000 metrů za 15 minut (Pumr a kol. , 1990).

V současné době je organizace a zařazení fyzických testů naprosto totožné, jako výše zmíněno, jen náplň testů je zcela odlišná.

Dnes se prověrky fyzické způsobilosti rozhodčích skládají pouze z jednoho jediného testu:

- takzvaný „píp test“ – provádí se v tělocvičně (hale) se standardními rozměry basketbalového hřiště a tímto způsobem – běhají se úseky z jedné čáry trestného hodu na druhou a to na signály pípnutí, zpočátku jsou intervaly mezi pípnutími velké a s přibývajícím časem se zkracují, zpočátku se stihne za minutu cca 6 přeběhů, na konci až cca 16 přeběhů. Celý test se provádí 11 minut maximálně, podle věku je čas testu korigován. Rozhodčí musí v průběhu celého testu až do konce časového intervalu stíhat doběhnout celý úsek tak, aby s dalším pípnutím mohl vyrazit na další úsek. Pokud se byť jen jednou zpozdí v testu neuspěl.

3. PŘÍPRAVA A METODIKA PRO ROZHODČÍ

3.1. Zlepšování výkonnosti rozhodčích

Basketbal je bezesporu jednou z nejrychlejších her. Malé rozměry hřiště, bleskové přechody z obrany do protiútoků, častý tělesný dotyk a poměrně složitá pravidla ztěžují rozhodování. Je spočítáno, že dobrý rozhodčí uběhne při zápase rychlými sprinty, zastávkami a změnami směru 3,5 – 5 km, snaží-li se vždy udržet na úrovni hry.

Rozhodčí musí být fyzicky zdatný, musí trénovat. Postavíme-li rozhodčího se všemi podstatnými znaky sportovce, vynikne tím více nutnost tréninku. Sportovce charakterizují výkony. Aby mohl podávat výkony, musí se připravovat. Co je podstatou dobrého výkonu rozhodčího? Je to především dovednost na základě znalostí pravidel okamžitě reagovat na určité situace zapískáním a rozhodnutím. Stručně se to dá charakterizovat schématem uvidět – rozeznat – zapískat – rozhodnout“. To vše se musí odehrát ve zlomku vteřiny. Nemůže jít tedy o rozvažování, ale o reflex, a to o reflex podmíněný, získaný. Po stránce fyziologické to znamená vytvoření spojů mezi oblastmi kůry mozkové. Tvorba a udržování spojů se řídí přesnými zákony.

Všimněme si stručně některých těchto zákonů. V první řadě musí být určité vlohy, neboli schopnosti k této činnosti. Někdo má vloh méně, někdo více. Podle toho se pak řídí množství tréninku, který musíme vynaložit k získání určitých dovedností. Je dobré se učit hned správným návykům v rozhodování. Těžko se špatné zvyky nahrazují správnými. Vytvořené spoje v mozku se prohlubují a uchovávají neustálým opakováním. Důležité je, aby se trénovalo přibližně v takových situacích (raději obtížnějších), jaké se vyskytují v zápasech. Zpočátku musí být podněty zvenčí (u nás situace na hřišti) markantní, aby rozhodčí reagoval, později už stačí slabší podněty. Spoje v mozku se ztrácejí a slábnou, nejsou-li obnovovány, rychle se ovšem zase vracejí. Závěrem můžeme říci, že na základě zákonů sportu a fyziologie je dokázáno, že rozhodčí, který chce dosáhnout určité úrovně v řízení utkání, musí trénovat.

Fyzický trénink rozhodčího

Dobrý rozhodčí musí „zachytit“ rychlé protiútoky, nejdůležitější je nácvik rychlých startů a krátkých sprintů. Není nutné trénovat dlouhé, vytrvalostní běhy, neboť rozhodčí má zpravidla čas si oddechnout, musí však nacvičovat krátké, opakované sprinty v úsecích po 25 – 30 metrech, běh stranou, vzad, mezi překážkami. Nejdůležitější ze

všeho je dostat rychlý pohyb do podvědomí. Zkušenost učí, že většina rozhodčích se na začátku zápasu pohybuje dobře, pak však křivka pohybu jde dolů a zápas obvykle končí procházkovým tempem. Zakončením fyzické přípravy jsou prověrky fyzické zdatnosti před sezónou (Pumr a kol. , 1987).

Fyzickou přípravu samozřejmě dále doplní i technická a taktická příprava a důležitý nácvik rozhodování.

Příprava na zápas:

S tréninkem úzce souvisí bezprostřední příprava na zápas. Ideálním stavem je uklidnění, jakési vyrovnání fyzické i duševní. Předpokládá správnou životosprávu. Každý rozhodčí si musí upravit činnost před zápasem, někdo spánkem, odpočinkem, jiný náročnou zábavou (hudba, film, četba). Nedoporučujeme činnost, která vyčerpává nebo jiným způsobem unavuje (např. cestování těsně před zápasem, usilovná práce, spěch apod.). Nejvíce ze všeho naruší přípravu spěch. Rozhodčí, který přiběhne do šatny, obléká se v chvatu, doběhne na hřiště těsně před utkáním, nemůže podat dobrý výkon. Je třeba přijít nejméně jednu hodinu před zahájením, v klidu se obléci, rozhlédnout se po hřišti, seznámit se s prostředím (osvětlení, teplota, koše atd.) a v klidu vyřídít nutné formality. Někteří rozhodčí se uklidní pohybem. Jistě neuškodí autoritě rozhodčího, když se rozcvičí několika pohyby v ústraní, rozproudí krev a možná, že se zbaví škodlivého napětí, které může pociťovat. Rozhýbáním svalů zabrání některým zraněním dolních končetin. Použití automasáže doporučujeme přizpůsobit individuálním návykům (Pumr a kol. , 1987).

3. 2. Metodika rozhodování

Poznámka: autor příruček pro rozhodčí z roku 1987 a 1990 Pumr M., pojmenovává v obou publikacích tuto problematiku jako „Mechaniku rozhodování“. Já jsem však přesvědčena, že tento název zcela nevystihuje dané téma, proto bylo, pro potřeby této práce, označení nahrazeno pojmem „Metodika rozhodování“.

Metodika rozhodování je praktickou pomůckou pro ulehčování práce a pomoc rozhodčím na hřišti. Vede rozhodčí k volbě nejvhodnějšího postavení na hřišti, a tím i ke správnému posuzování hry v souladu s pravidly. Důkladná znalost pravidel je základem kvalitní práce rozhodčích, ale toto musí být vždy v souladu s duchem hry.

Příprava na utkání

Příchod na utkání. Rozhodčí si musí naplánovat cestu tak, aby se bezpodmínečně dostavil na utkání včas. Za každých okolností (špatné počasí, komplikované spojení apod.) je nutné, aby rozhodčí byl v šatně nejpozději jednu hodinu před utkáním.

Každý rozhodčí se musí pečlivě připravit na utkání, ať už psychicky nebo fyzicky. Doporučuje se, aby jedl nejpozději čtyři hodiny před utkáním.

Velmi důležitým faktorem je vnější vzhled rozhodčího. Musí dbát na své běžné oblečení, které by mělo odpovídat významnému společenskému poslání rozhodčího, a také úbor rozhodčího musí být v dobrém stavu, čistý a vyžehlený.

Setkání rozhodčích. Po příchodu do haly si musí rozhodčí uvědomit svou těžkou úlohu, která je čeká. Je třeba, aby utvořili hlavně psychicky jeden celek. V rozhovoru si ozřejmí základní úkoly a body rozhodování, např. aplikace posledních změn pravidel, spolupráce při řešení zvláštních situací, při hodech za tři body, při obraně pressingem, při hře nad košem, při posuzování osobních chyb mimo míč apod. Po oblečení do úboru rozhodčího je bezpodmínečně nutné, aby se rozhodčí rozcvičil. Délka a intenzita rozcvičování je individuální a má být nejen prevencí před případným zraněním, ale má také uvést rozhodčího do stavu psychického povzbuzení, vnitřní motivace a zapálení pro utkání (Pumr a kol. , 1987).

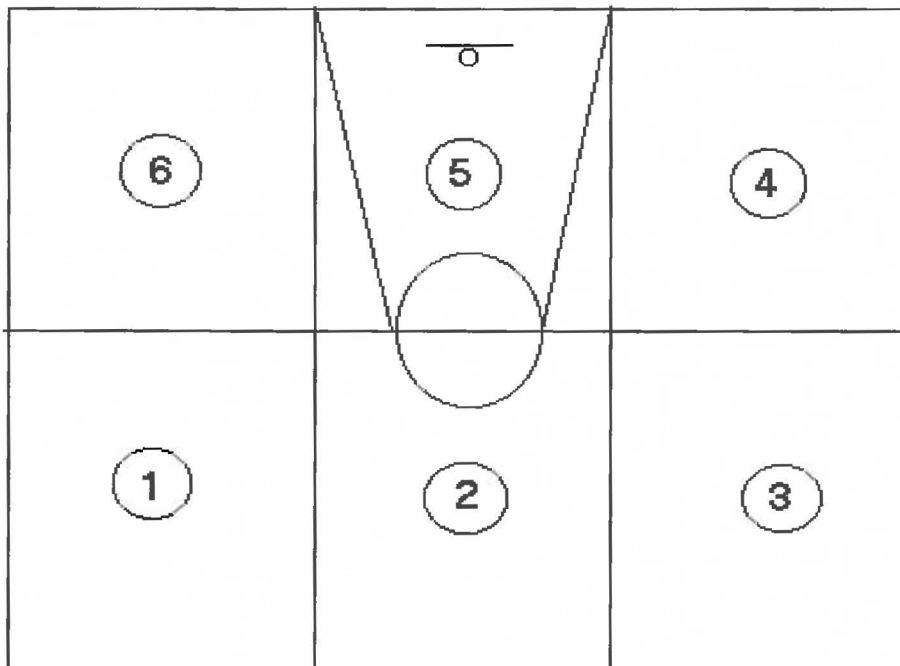
Oba rozhodčí se pohybují podle postranních a koncových čar vně hřiště asi 0,5 m. Jsou vždy v diagonále a uzavírají hru mezi sebe. Doporučuje se, aby rozhodčí, který postupuje za útokem, nepřecházel úroveň čáry trestného hodu, protože by mohl být překvapen protiútokem. Naopak rozhodčí, který postupuje před útokem zachází až pod koš, aby lépe ovládl prostor pod košem (Šafařík, Stibitz, 1978).

Postavení na hřišti a odpovědnost rozhodčích

Technika rozhodování. Rozhodčí musí vždy vědět, kde se nachází 10 hráčů na hřišti. Jeden z nich musí vidět, co se děje okolo míče, a druhý musí pokrýt situace mimo míč. Zapískají-li rozhodčí současně, odpovědnost za rozhodnutí by měl obvykle na sebe převzít rozhodčí, který je blíže k akci. Je však nutné, aby se oba rozhodčí spojili pohledem, čímž se vyhnou rozdílnému posouzení stejné akce.

První a druhý rozhodčí mají stejná práva při rozhodování, stejně jako mladý nebo nezkušený rozhodčí má stejná práva, jako jeho starší a zkušenější partner. Podstatná a rozhodující je však jejich dobrá vzájemná spolupráce.

Rozdělení odpovědnosti za hřiště. Současné rozhodování vyžaduje úzkou spolupráci obou rozhodčích, přičemž jeden má odpovědnost za situace okolo míče, druhý za situace, které se odehrávají mimo míč. Mimořádně důležité pro správné posuzování situací je zaujmutí nejvhodnějšího postavení na hřišti. Pro ulehčení práce rozhodčím je polovina hřiště – z hlediska metodiky rozhodování – rozdělena na šest obdélníků (viz náčrt).



Zadní rozhodčí – postavení na hřišti a odpovědnost

Při pohybu míče po hřišti zadní rozhodčí zůstává – tak jak tomu odpovídá i jeho pojmenování – za útokem. Doporučuje se, aby zadní rozhodčí vždy zůstával nalevo od míče ve vzdálenosti přibližně tři metry. Musí být připraven k pohybu zpět v případě

vyrazení míče, aby mohl zachytit rychlý protiútok, přičemž jeho pohyb nesmí překážet v pohybu hráčů.

V případě, že je míč v obdélnících 1, 2, zadní rozhodčí je zodpovědný za hru kolem míče, zejména za hru hráče s míčem, jeho hod na koš, dribling, přihrávky a hru jeho obránce. Nachází-li se míč v obdélníku 3, je odpovědnost podobná jako při hře v 1 a 2, rozhodčí však zůstává trochu dále od míče.

V případě, že se míč dostane do prostoru 4, zadní rozhodčí už nemá odpovědnost za hru kolem míče, ale za situace bez míče.

Dostane-li se míč do části 5, oba rozhodčí sledují situaci kolem míče, zvláště v případě hodu na koš. Zadní rozhodčí je odpovědný za let míče, sleduje, zda bylo dosaženo koše a zda nedošlo ke sražení míče v obraně či v útoku.

V případě, že se míč nachází v obdélníku 6, zadní rozhodčí je odpovědný hlavně za situaci mimo míč (zvláště za hru podkošových hráčů).

Přední rozhodčí – postavení na hřišti a odpovědnost

Přední rozhodčí musí být vždy před útokem. To znamená, že musí být tak rychlý, aby byl vždy před akcí, a ta aby se přibližovala k němu. Přední rozhodčí se musí neustále pohybovat, a to po koncové čáře, těsně v zázemí, přibližně mezi čarami půloblouku, vyznačujícího hod za tři body, Jeho pohyb by měl být totožný s pohybem míče po šířce hřiště.

V případě, že se míč nachází v obdélníku 1, postavení rozhodčího je totožné s umístěním míče.

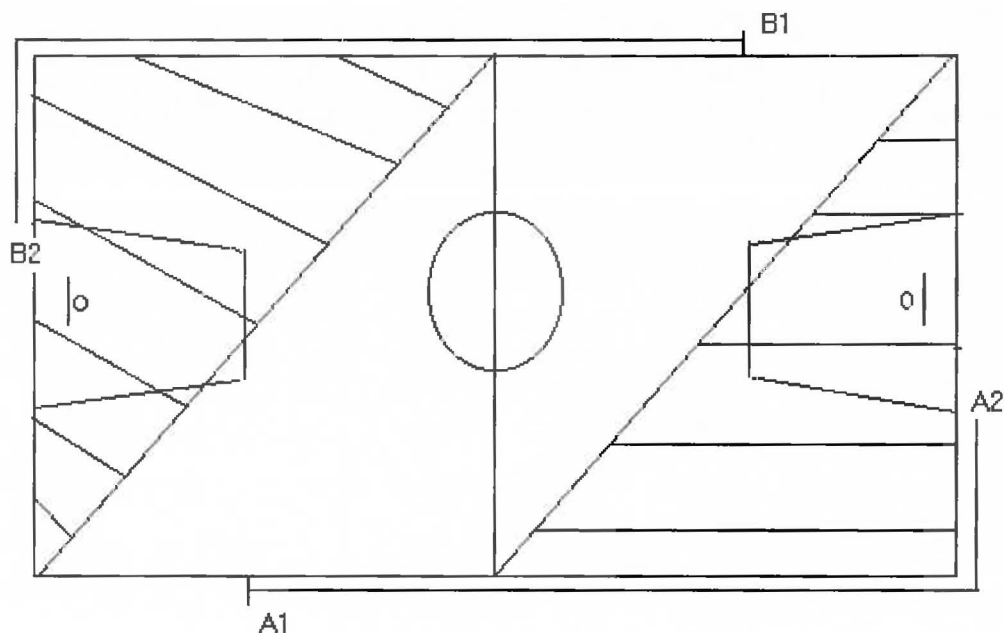
Když je míč v obdélnících 1, 2 a 3, pohyb předního rozhodčího je totožný s pohybem míče po šířce hřiště a jeho hlavní odpovědností je sledování a posuzování hry mimo míč.

Dostane-li se míč do obdélníku 4, odpovědností předního rozhodčího je sledování a posuzování hry kolem míče. Pohybuje se vlevo od koše až po oblouk třibodového území.

V případě, že je míč v obdélníku 5, soustředí se výlučně na hru kolem míče, zvláště na posuzování hry obránců, protože je nejbližší k akci.

V případě, že je míč v obdélníku 6, rozhodčí se přesouvá vpravo od koše, přibližně až do místa mezi čarou hodu za tři body a čarou vymezeného území. Z této pozice sleduje a posuzuje hlavně situace kolem míče (Pumr kol. , 1990).

Na obr. 29 vyznačuje vodorovně čárkovaná část hřiště pole převládající působnosti rozhodčího A a šikmo čárkované rozhodčího B. Jestliže se útočí zleva doprava, je rozhodčí A před útokem, B za útokem. A1 a B2 znázorňují stanoviště rozhodčích při postupném útoku proti pravému koši (vždy mají všechny hráče mezi sebou). Rozhodčí A se při nepřerušené hře pohybuje od bodu A1 do bodu A2, B od B1 do B2.



Obrázek 29

Uvedená postavení a z nich vyplývající další pohyb si rozhodčí vyměňují při každém rozskoku, trestných hodech a při každé odpískané chybě (Šafařík, Stibitz, 1978).

Poznámky

- Rozhodčí buďte neustále v pohybu. Vyhledávejte nejlepší úhel pohledu pro posouzení situací. Buďte vždy „nad hrou“, když vynášíte své rozhodnutí.
- Trenéři se nesmí stát centrem pozornosti pro jejich teatrální gesta a soustavné protestování. Jejich nevhodné chování není možné tolerovat a musí se co nejdříve potrestat.

Rozhodčí musí být neustále soustředěný na hru, přičemž na rozdíl od hráčů si může vydechnout pouze krátce během oddechových časů nebo střídání. A zvláště v koncovkách těsných utkání, když se již dostavuje únava, musí být koncentrace maximální.

Rozhodčí musí neustále vyhledávat správné postavení na hřišti a správný úhel pohledu.

Dobry rozhodčí je inteligentní a dobře fyzicky připravený (Pumr a kol. , 1990).

3. 3. Současné problémy vrcholového rozhodování

Rozhodování v současném basketbalu je úloha více než obtížná. Současná utkání vyžadují rozhodčí s více přednostmi – musí být inteligentní, musí znát základy psychologie, sociologie, filozofie, musí znát základy basketbalu jako hry – různé obrany, útočné kombinace atd. Moderní rozhodčí je skutečný umělec – je schopen přímo ovlivnit představení, produkované hráči pro velký počet diváků.

Dr., Naysmith založil basketbal jako sport ke konci minulého století, ale na rozdíl od jiných sportů, pravidla basketbalu hledají stále optimum.

V této části chceme zdůraznit některé problémy, se kterými se rozhodčí v poslední době setkává a které musí řešit, zvláště na vrcholové úrovni. Pro dobré rozhodování jsou rozhodující dva faktory:

- mít utkání pod kontrolou za každých okolností
- mít vynikající pracovní znalost pravidel, která musí být doprovázena filozofií každého pravidla a duchem pravidel a hry.

Hra pod kontrolou

Již bylo zdůrazněno, že rozhodčí musí mít utkání vždy a za každých okolností pod kontrolou. Tato kontrola může být dodržena pouze rozhodčím s vysokou sebedůvěrou. Příčina, proč rozhodčí není dostatečně silný, je hlavně v tom, že si dostatečně nevěří. Má nedostatky v některých obecných principech dobrého rozhodování:

- znalost pravidel
- znamení rozhodčích
- metodika rozhodování a dobrá kondice
- duch atd.

Jestliže rozhodčí je jistý v těchto bodech, pak vnutí svou vůli ostatním a bude mít respekt a kázeň hráčů a trenérů (Pumr a kol. , 1990).

Dalšími situacemi které mohou přinést komplikace v rozhodování jsou:

- příprava před zápasem, příchod na hřiště, první minuty hry, obecnostvo, situace mimo míč, chování hráčů a trenérů, přerušování utkání, správné určení okamžiku hodů na koš, srážení míče v obraně, situace při trestných hodech, chyby při doskakování, používání správné metodiky a signalizace.

Být dobrým rozhodčím vyžaduje znalost pravidel, dobrou fyzickou kondici, která umožní zaujímat správné postavení, zkušenost atd. (Pumr a kol. , 1990).

3. 4. Příprava rozhodčího k utkání

Rozhodčí se k zápasům připravuje již před sezónou. Především musí mít odpovídající znalosti pravidel a jejich výkladu, dále musí znát otázky aplikace soutěžního řádu a rozpisu soutěží. Další velmi důležitou otázkou je fyzická zdatnost rozhodčího. Asi jeden až dva měsíce před zahájením sezony by měl rozhodčí asi dva až třikrát týdně trénovat kondiční běh v terénu v délce asi tři až čtyř kilometrů s prokládanými rychlostními úseky v délce asi 100 až 150 metrů v počtu kolem pěti až osmi. Dále by měl jednou až dvakrát týdně trénovat basketbal či malou kopanou a dle možnosti odřídit několik tréninkových nebo turnajových zápasů v basketbale. Velmi dobrou pomůckou je i použití švihadla pro posílení svalstva dolních končetin jako prevence nejčastějších poranění hlezenních kloubů.

V průběhu sezóny by měl rozhodčí jednou až dvakrát týdně trénovat kondici v terénu a alespoň jednou týdně hrát sám aktivně v tělocvičně míčové hry.

Vlastní příprava k utkání začíná již doma zajištěním odpovídající výstroje rozhodčího.

V den utkání nemá rozhodčí požívat zásadně žádné alkoholické nápoje – tedy ani jedno pivo! Také konzumace nápojů s větším obsahem oxidu uhličitého /CO₂/ není vhodná, protože způsobují pocit plnosti v zažívacím traktu. Oběd nebo větší množství jídla by mělo být konzumováno nejpozději asi tři hodiny před zápasem. Spíše dáváme přednost lehce stravitelné, nedráždivé a méně kořeněné stravě, z příloh spíše brambory, rýže, těstoviny. Kávu bychom měli pít nejdéle asi dvě hodiny před zápasem. Kuřáci by měli omezit kouření – poslední cigaretu asi hodinu a půl před zápasem.

Do tělocvičny k vlastnímu utkání se má rozhodčí dostavit včas – tedy asi hodinu před zahájením zápasu. Rozhodčí v tomto období musí přestat přemýšlet o všech

problémech a starostech v práci, doma apod. – musí být na utkání připraven především psychicky a fyzicky.

Na bezprostřední fyzickou přípravu má věnovat asi půl hodiny času. V této době se pozdraví s kolegy rozhodčími, převlékne se do sportovního oblečení a vykoná rozcvičku trvající individuálně kolem deseti až patnácti minut.

Hlavní péči musí věnovat dolním končetinám. Mohou využít automasáže lýtek a stehen rozetřením masážní emulze a prohnětením především trojhlavého svalu lýtkového a Achillovy šlachy, čtyřhlavého stehenního svalu, svalstva ohybačů kolene, které jsou na zadní straně stehen. Potom provede vytažení svalových skupin na dolních končetinách. K vytažení využijeme strečinku. Jeho principem je asi patnácti až dvacetisekundové aktivní napětí vytahovaného svalu proti odporu a dále následné patnáctisekundové vytažení uvedené svalové skupiny.

V dalším rozcvičení provedou několik hlubokých dřepů, úklony a rotace trupu a procvičení kloubů horních končetin.

Dále následuje vyklusání, krátké sprinty a na závěr opět automasáž chvěním svalů končetin. Rozhodčí by potom měl být v dobré fyzické kondici s dobře prohrátými svaly těla připraven k podání dobrého výkonu hned od začátku utkání.

Krátké procvičení je vhodné i ke konci přestávky v poločase, především vytažením svalů dolních končetin a provedení chvění svalů stehna a lýtka.

Po skončení utkání je vhodné se osprchovat a potom opět krátce protáhnout především svaly na dolních končetinách.

Po takové přípravě jistě bude výkon rozhodčího z hlediska pohyblivosti optimální. Především si musíme uvědomit, že řádným rozcvičením před a v průběhu zápasu můžeme předejít zbytečným poraněním hlavně svalů a kloubů dolních končetin, které se v poslední době relativně častěji vyskytují i u rozhodčích.

Závěrem upozorňujeme, že tyto rady jsou obecné. Každý rozhodčí si postupně vytvoří určitý „rituál“ přípravy před zápasem, který potom pravidelně užívá (Pumr a kol. , 1987).

4. OBECNÁ PODSTATA ZATÍŽENÍ

4. 1. Pojem zatížení

Ve sportu jsou cílové požadavky tréninku určeny strukturou sportovního výkonu. Jejich dosažení v podobě potřebné úrovně předpokladů, tj. schopností, dovedností, vědomostí, stavů, somatických požadavků atd. , je podmíněno četnými funkčními, psychickými i strukturálními změnami. Tyto změny lze vyvolat působením určitých podnětů, za určitých podmínek (přiměřenost, opakování atd.). Ve sportu mají tyto podněty povahu převážně pohybových činností. Pohybové činnosti vyvolávající změnu funkční aktivity jedince (organismu jako celku i dílčích systémů) jsou ve sportovním tréninku souhrnně označovány pojmem zatížení.

Zatížení je jednou ze základních teoretických kategorií sportovního tréninku a jeho pochopení má pro praxi značný význam. Jako adaptační podnět je zatížení v tréninku realizováno tělesnými cvičeními. Tělesná cvičení, jako účelově uspořádaná forma pohybové činnosti, představují pohybové úkoly různého druhu, různé obtížnosti, vyžadují tělesnou námahu a znamenají také odpovídající nároky na psychiku.

Zatížení má svou *strukturu, zahrnující oblast fyziologických, motorických, psychických a sociálně psychických funkcí sportovce*. To znamená, že pomocí správné volby tělesných cvičení můžeme záměrně rozvíjet pohybové i duševní schopnosti, osvojovat si a zdokonalovat složité sportovní dovednosti, včetně jejich psychických komponent (např. taktických dovedností) nebo sociálně interakčních komponent (např. souhra družstva, kombinace, systém hry aj.).

Mají-li být adaptační procesy ve sportovním tréninku skutečně záměrné, chceme-li je vědomě řídit a ovlivňovat tak, aby odpovídaly požadavkům výkonu, musíme všechny podněty rozlišovat a klasifikovat podle toho, jaké změny chceme vyvolat.

V tréninkové praxi musíme zvládnout celou složitou problematiku zatížení, tj. znát jeho strukturu, umět jej popsat a vyjádřit jednotlivé parametry a zejména umět s ním zacházet.

Řečeno terminologií adaptace to znamená vymezit a určit:

1. druh podnětu,
2. sílu podnětu,
3. dobu trvání podnětu,
4. frekvenci opakování podnětu (Dobrá, Semiginovský, 1988).

4. 2. Charakteristika zatížení

Podle jednoho ze základních pravidel adaptace se organismus přizpůsobuje tomu podnětu, jehož působení je častější. Adaptace probíhá tím rychleji, čím častěji se podnět opakuje, čím delší dobu působí a čím je intenzivnější. Ovšem v důsledku častého opakování téhož podnětu se s postupující adaptací pozvolna mění odpověď organismu na daný podnět a objevuje se jistý rozpor: na jedné straně je opakování podnětu nutnou podmínkou přizpůsobení organismu a tedy i jeho rozvoje, na druhé straně se však častým opakováním téhož podnětu snižuje reakce organismu na daný podnět. Aby k tomuto jevu nedocházelo, je nutné adaptační podnět obměňovat (měnit jeho intenzitu, dobu trvání apod.)

Nové poznatky i praktické zkušenosti dokazují, že vysokých výkonů nelze dosáhnout prostým opakováním dané sportovní činnosti. Účinnější je postup, v němž se v první fázi systematicky rozvíjejí nebo zdokonalují jednotlivé faktory daného sportovního výkonu a v další fázi se postupně sladují v celek – sportovní výkon.

Je účelné uvedené charakteristiky utřídit v ucelený a přehledný systém, zahrnující *kinematickou, dynamickou a energetickou* stránku tělesných cvičení, a to vždy ve vztahu k dané sportovní činnosti v závodním provedení.

Takto vypracovaný vztahový systém charakteristik může záměrně přesně určovat míru shody nebo odlišnosti tělesných cvičení s danou sportovní činností (Choutka, Dovalil, 1991).

Každé cvičení vede k „vychýlení“ organismu z klidového stavu, jde vždy o určitý stupeň funkční aktivity organismu, v jehož rámci se pociťují a překonávají obtíže různého druhu. Charakteristiky této aktivity jsou jádrem pojmu zatížení, a lze je vyjádřit dvojím způsobem, jednak pomocí parametrů samotné funkční aktivity organismu (zvýšenou tepovou frekvencí, intenzitou výdeje energie atd.), jednak pomocí parametrů vykonané pohybové činnosti (jejím trváním, obsahem, rychlostí pohybu atd.). Uvedené hodnocení je základem rozlišování tzv. vnějšího a vnitřního zatížení: v n ě j š í zatížení se vztahuje k pohybové činnosti (množství, náročnost, složitost ap.), v n i t ř n í m zatížením se rozumí odezva, reakce organismu či jeho systémů při vnějším zatížení (při provádění cvičení) . Vztah mezi vnějším a vnitřním zatížením je těsný, avšak nelze je pojímat mechanicky. Vlivy vnějšího zatížení, směřujícího k vyvolání trvalejších změn, jsou totiž podmíněny několika subjektivními a objektivními faktory (mezi hlavní patří

stav trénovanosti a vnější okolnosti, jako meteorologické podmínky, nadmořská výška, materiální vybavení a. j.) (Dovalil a kol. , 1992).

4. 3. Objem zatížení

Postihuje kvantitativní stránku tréninkové či závodní činnosti. Je dán trváním pohybové činnosti, popřípadě jejím opakováním a vyjadřuje se obecně ukazateli typu: počet tréninkových dnů, počet tréninkových jednotek, počet tréninkových hodin, dále počty soutěží (startů, závodů, utkání), jako speciálních ukazatelů se užívá počtu kilometrů, počtu opakování (pokusy, prvky, sestavy, hody atd.) , počtu tun aj. (Dovalil a kol. , 1992).

4. 4. Velikost zatížení

Při zatěžování se často operuje s pojmem velikost zatížení. Vyplývá to ze zkušenosti, že velké zatížení vyvolává v organismu velké změny, malé zatížení malé změny. Při tom není tento pojem dosud dostatečně teoreticky objasněn, ani jeho používání v praxi není jednoznačné.

Velikost zatížení je možné chápat v mnoha smyslech. Proto není možné charakterizovat velikost zatížení jediným univerzálním ukazatelem.

Vhodným východiskem je chápání velikosti zatížení *jako vícerozměrné veličiny*, jejíž komponenty tvoří charakteristiky zatížení, tj. :

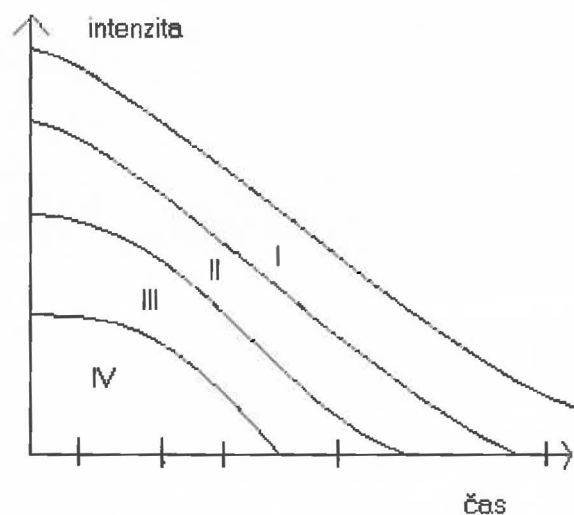
- intenzita cvičení,
- doba trvání cvičení,
- počet opakování cvičení,
- interval odpočinku,
- způsob odpočinku,

a to jak jednotlivě, tak hlavně ve vzájemné spojitosti.

Velikost zatížení je hlavně určována dobou trvání cvičení a intenzitou cvičení. Jejich vztah je nepřímě úměrný. Graf na obr. 35 může sloužit i jako obecný model k objasnění velikosti zatížení ve vztahu k oběma komponentám. Zde velké zatížení představuje každé cvičení, které se intenzitou i dobou trvání blíží ke konstruované křivce maxima (pásma I.).

Velikost zatížení se při opakovaných cvičení mění podle délky a způsobu odpočinku. Je jasné, že zkracováním nebo prodlužováním doby odpočinku při

zachování ostatních komponent zatížení se celková náročnost zatížení mění, zvyšuje se či snižuje. Obdobně působí i aktivní pohyb nebo pasivní klid při odpočinku.



Obr. 35. Stupně velikosti zatížení vzhledem k intenzitě a době trvání cvičení

- I – velké zatížení
- II – submaximální zatížení
- III – střední zatížení
- IV – nízké zatížení

Velikost zatížení nelze určit jednoznačně, v úvahu se musí brát věk, výkonnost a tréninkové období. Zatížení, které je velké pro sportovce A, může být střední pro sportovce B. Cvičení znamenající pro téhož sportovce velké zatížení na začátku přípravného období, může být na konci období méně náročné.

K těmto okolnostem je nutno přihlížet (Dobry, Semiginovský 1988).

5. POROVNÁNÍ S ROZHODČÍMI HÁZENÉ

5. 2. Důležitost rychlosti pro rozhodčí

Poznámka: autor tohoto článku Lipinski J. označuje daný faktor jako „rychlost pro rozhodčí“. Já se však domnívám, že pro potřeby této práce je výstižnější označení „důležitost rychlosti pro rozhodčí“.

Rozhodčím bývá stále „předhazováno“, že nejsou dostatečně vyspělí vzhledem k rychlé házenkářské hře, což je také spojeno s nárůstem špatných rozhodnutí vzhledem k hráčům. V tomto ohledu by měla být rychlost pro rozhodčí pojata jinak, než jen „být stále na úrovni míče“.

Rozhodčí musí být stále ve vysoké kondici, aby v komplikovaných situacích dokázal dobře a správně rozhodnout.

Proč je rychlost pro rozhodčí důležitá

K základním kondičním schopnostem házenkáře patří rychlost. Takto by každý trenér pomalého hráče vždy vystřídal. Tuto – pro něj často potřebnou alternativu – rozhodčí nemá. Po něm se vyžaduje, aby byl (minimálně) 60 minut zcela v obraze, stále byl na úrovni míče, na konci, aby reagoval ještě stále tak svěže jako na začátku.

(BUHLER – SCHILING 1989) stanovil, že v mužském utkání na krajské úrovni, je v průběhu každých 11,08 vteřiny požadováno rozhodnutí od každého řídicího rozhodčího.

Především u rozhodčích, kteří jsou na turnaji celý den v permanenci se dá pozorovat, zda jsou jejich schopnosti na konci dne ochablé: ne protože se cítí tělesně unavení, ale protože jsou stále psychicky ovlivňováni. Především důležitost finálových zápasů může způsobit, že nepozornost bude působit proti.

(STEGEMANN, 1977) používá v této souvislosti pojem „centrální unavení“. Rozumí tím ta jednotlivá unavení, která se stávají, při psychickém napětí a dlouhých pozorovacích úkolech, výkon limitujícími faktory.

„Jiná“ rychlost rozhodčích

Rychlost rozhodčího se z jednoho prostého důvodu liší od rychlosti hráče: během toho, co je hráč psychicky v podstatě nezatížen, nachází se odpovědnost rozhodčího v psychické oblasti. V jednom z prvních výzkumů kondiční úrovně rozhodčího, je možno do této chvíle stanovit, že neexistuje žádný ukazatel silné psychické odolnosti.

Prováděné šetření:

- obě družstva provedou za poločas 30 útoků, z nichž 6 potažmo 8 jsou protiútoky. Při průměrné délce tratě 40 metrů (20 metrů tam a zpět) je čistá rozhodčími naběhaná dráha cca 1200 metrů, z toho 160 metrů sprint. Na jeden 60ti minutový zápas vychází tedy celková naběhaná vzdálenost na zhruba 2500 metrů.
- Rozhodčím zůstává po každém vstřeleném gólu průměrně 10 vteřin volných, aby se zotavili z psychického a fyzického napětí.
- Tepová frekvence 24letého rozhodčího (regionální liga) se v průběhu zápasu pohybuje takřka stabilně na hranici vytrvalostní výkonnosti, což je 130 tepů za minutu, při tom při zahřátí dosáhne až " minuty TF 150 tepů za minutu.
- Hodnoty laktátu, jako ukazatele svalového zatížení nejeví známky žádného vzestupu, který by mohl poukazovat na svalové přetížení. Daleko více je v průběhu hry znát regenerace po zatížení, a to na základě zahřívacího programu.

To dokazuje tu skutečnost, že fyzické zatížení rozhodčích leží ve vytrvalostní sféře.

Trénink rychlosti

Rychlostní trénink musí rozhodčímu pomoci v minimalizaci reakční a akční doby, a to na základě anticipace a automatizace těchto dvou komponent: písknutí a signalizace rukou. Tréninkový program může pořád jen sloužit ke zlepšení automatizace. Anticipace je osvojitelná pouze na základě technicko – taktických základních znalostí a jejich pravidelném používání.

Rychlostní test

Kondiční test má vypovědět vše o kondiční výkonnosti rozhodčího.

Zcela obecně má test:

- být objektivní, to znamená, probíhá ve pro všechny respondenty stejných podmínkách
- být validní (platný), tzn. měří to, co měřit má
- reliabilní (spolehlivý), tzn. dodává u stejných skupin, na různých místech nebo v jiném čase stejné výsledky.
- být praktický

Vytrvalost, především rychlostní vytrvalost a rychlost akce hrají pro kondiční výkonnost rozhodčího jen podřadnou roli.

Samozřejmě, že rozhodčí musí mít určité základy vytrvalosti, které by měly být předpokládaným důkazem pro účast na kondičním testu.

Případně může být udělán Cooper test, který si každý rozhodčí může zaběhnout na své domácí 400 metrové dráze, např. s povinností uběhnout 2500 metrů za 12 minut.

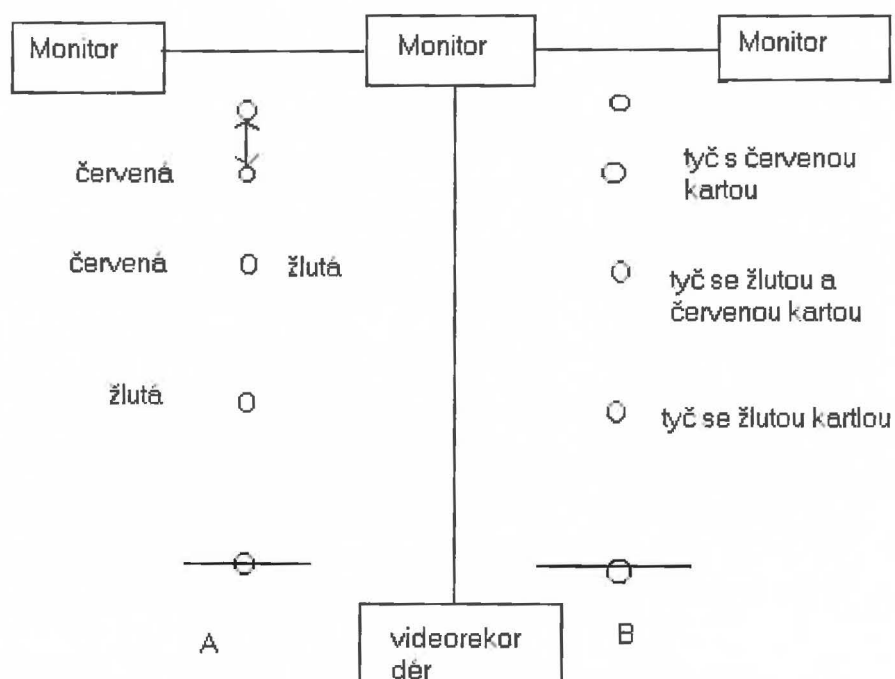
Ve specifickém rozhodcovském kondičním testu musí být přezkoušeno, jestli a jak dokáže rozhodčí reagovat na viděné akce. Jde o to otestovat speciální požadavky specifické rychlosti rozhodčích:

- dráha max. 30 metrů, po té odpočinek
- žádné přesně stanovené trasy běhu, běžecká trasa bude upřesňována pomocí optických/akustických krátkých signálů
- rozhodčí reaguje během svého běhu na optické/akustické signály
- tento test zkouší také koordinační a koncentrační schopnosti rozhodčího.

Forma testu

Materiály:

10 stanišť s vlajkami, z toho dvě označené červenými kartami, dvě označené žlutými kartami a dvě s jednou červenou a jednou žlutou kartou, 3 televizní monitory, 1 videorekordér, 1 stůl. (obr. 4)



Organizační forma a průběh:

Dva rozhodčí stojí na základní čáře u první tyče a dostanou úkol, sprintovat vpravo okolo tyče s vlajkami a vpřed a dosáhnout poslední tyče a oběhnout ji zleva a vzad opět sprintovat k základní čáře, poté stejně opět vpřed.

K testování rychlosti, především reakční rychlosti probandů, budou na televizních monitorech dávány optické signály k novým běžeckým trasám, budou ukazovány červené, žluté a nebo červené a žluté karty, jimž musí proband rychle plynule přizpůsobit svou běžeckou dráhu, v níž s eventuelními změnami směru a co nejrychleji oběhne odpovídající vlajková stanoviště.

Video dává rozhodčímu jako kontrolu jeho rychlosti vždy při dosažení bodu oběhu akustický signál (písknutí). Pokud by byl rozhodčí u bodu otočení dříve než nastane písknutí, musí tam počkat. To se může stát na začátku testu na základě vysoké rychlosti probanda. Připravené akustické zařízení dává probandovi s každou další úrovní kratší reakční a běžecký čas. Test není splněn ve chvíli, kdy proband začne nestíhat obíhat stanoviště s písknutím. Při tomto testu se jedná o test rychlosti, je nutné dávat pozor na to, aby účastníci přicházeli do další úrovně testu odpočatí. Mezi jednotlivými zatíženími by mělo být cca 8 až 10 minut odpočinku, což při skupině o 20 až 26 rozhodčích je zhruba doba běhu ostatních probandů.

Závěrečné postřehy

Test má komplexně upozornit na to že jeho absolvování může poskytovat jen návrhy. Návrhy, které by měly odpovídat realitě situace pro rozhodčí. Průběh testu a cvičení u rozhodčích je mnohem více komplexní než je zde prezentováno. Tento příspěvek má ale ukázat, že i v přípravě rozhodčích, dalším vzdělávání a zkouškách, může být pracováno i s jednotlivými rozhodčími. Za to by nebyli rádi jen výkonnostně orientovaní rozhodčí, nýbrž hráči a funkcionáři, kteří už mu pak nebudou moci „předhazovat“, že je příliš pomalý (Lipinski, 1991).

6. CÍLE, ÚKOLY, HYPOTÉZY

6. 1. Cíle a úkoly

Cílem práce je:

- zjistit míru zatížení rozhodčích v utkáních basketbalu dětí a mládeže,
- stanovit a vzájemně porovnat jednotlivé faktory, které jsou zjistitelné přímým pozorováním, ze sport testeru a na základě dotazníku pro rozhodčí,
- porovnat zjištěné údaje mezi jednotlivými rozhodčími a mezi jednotlivými kategoriemi v nichž zápasy rozhodovali.

Úkolem výzkumu uskutečněného v rámci Fakulty tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze v roce, sezoně 2006/2007 na základě stanovených cílů bylo:

- zjistit, zda jsou v zatížení rozhodčích v utkáních basketbalu výrazné nebo podobné rozdíly, v rámci jednotlivých rozhodčích i soutěžních kategorií,
- zaměřit se na rozhodčí, kteří řídili utkání v soutěžních kategoriích basketbalu dětí a mládeže, tj. do kategorie starší dorost, hráči do 18 let,
- zjistit jakou vzdálenost musí rozhodčí překonat v průběhu jednoho utkání,
- zjistit, zda se průměrné tepové frekvence a pohyb v určitých zónách zatížení u jednotlivých rozhodčích výrazně liší, či nikoli.

6. 2. Hypotézy

Na základě stanovení výše zmíněných cílů a úkolů předpokládám v práci tyto výsledky:

- srovnání jednotlivých rozhodčích v mládežnických a dětských kategoriích s ohledem na zatížení (TF, překonaná vzdálenost atd.),
- prokázání rozdílů ve všech měřených a pozorovaných faktorech u jednotlivých kategorií a rozhodčích v nich zařazených,
- větší zatížení na základě měřených a pozorovaných faktorů u mládežnických kategorií,
- důkaz o požadavku na větší všestrannou přípravu rozhodčích mládežnických kategorií.

7. METODOLOGIE VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ

7. 1. Metodika výzkumu

Analýza výsledků získaných na základě přímého pozorování, měření Sport Testerem a dotazníku pro rozhodčí. Tabulky T2 pro zaznamenávání výsledků získaných ze Sport Testeru byly převzaty od amerického rozhodčího, který v roce 2003 provedl podobný test pro rozhodčí v americké NCAA, na své vlastní osobě. Ostatní tabulky pro zapisování tepové frekvence a údajů o pohybu rozhodčích po hřišti a situací, které mohou ovlivňovat kolísání tepové frekvence (trestné hody, oddechové časy a jiné další akce), byly vytvořeny speciálně pro tuto práci a výzkum. Stejně tak i dodatkový dotazník pro rozhodčí.

Pro výzkum byly tedy využity složky:

- Sport Tester POLAR – zaznamenává tepovou frekvenci v intervalu jedné minuty a časové údaje spojené se zaznamenanou tepovou frekvencí.
- Tabulka T1 – do této jsou zaznamenávány údaje o naběhaných a nachozených úsecích v průběhu utkání. Údaje o časových intervalech souvisejících s každou minutou v průběhu utkání a přerušení (přestávka mezi čtvrtinami 2 minuty, přestávka v poločase cca 15 minut). Údaje o vybraných situacích v utkání (trestné hody, oddechové časy, další akce). Údaje o tepové frekvenci odečtené ze Sport Testeru.
- Dotazník – obsahuje 13 otázek , které se týkají údajů o sudím, především o jeho přípravě, před sezonou, před utkáním i před testy pro rozhodčí.
- Tabulka T2 – obsahuje záznamy o době trvání utkání, průměrné tepové frekvenci, rozmezí tepové frekvence a pohybu v zátěžových zónách v průběhu utkání (velmi vysoké, vysoké, střední, nízké zatížení)

7. 2. Organizace výzkumu

Výběr soutěžních kategorií, zápasů a rozhodčích pro testování proběhl na základě náhodného stratifikovaného výběru.

Tímto způsobem byly vybrány tyto soutěžní kategorie basketbalu dětí a mládeže:

1. Starší minižáci
2. Starší žákyně

3. Mladší dorostenci
4. Mladší dorostenky
5. Starší dorostenci
6. Starší dorostenky

Všechny uvedené kategorie zapadají do již dříve zmíněné věkové skupiny hráčů. Jednotlivá utkání byla sledována především v Ústí nad Labem, dále též v Plzni a v Praze. Všechny zápasy byly sledovány přímo (na místě, v hale), na všech jsem tedy byla osobně přítomna.

Rozhodčím byl před utkáním nasazen Sport Tester POLAR, vše bylo nastaveno dle potřeb výzkumu. Sport Tester byl dále, souběžně se zahájením utkání, rozhodčím spuštěn a vypnut, až opět souběžně s ukončením utkání, tak, aby se údaje zaznamenaly i v průběhu jednotlivých přestávek.

V průběhu celého utkání jsem na základě přímého pozorování zaznamenávala údaje do tabulky T1, za pomoci stopovacích hodin (mezičasu) a vlastního úsudku.

Po utkání jsem testovaného arbitra utkání ještě požádala o vyplnění dotazníku.

Údaje ze Sport Testeru byly dále vyhodnoceny a zaznamenány do tabulky T2, která byla vytvořena podle testu který provedl rozhodčí v americké NCAA sám na sobě. Pouze údaj o průměrné tepové frekvenci byl mnou lehce pozměněn, byl přidán druhý číselný údaj, který představuje průměrnou tepovou frekvenci, do níž jsou započítány i údaje o tepové frekvenci v průběhu přestávek.

Tabulka T1 byla dále vyhodnocena dle klíče stanoveného pro tuto práci a výzkum. A to tak, že byly komplexně vyhodnoceny všechny údaje v této tabulce T1, pomocí funkcí sčítání a výpočet průměrné hodnoty.

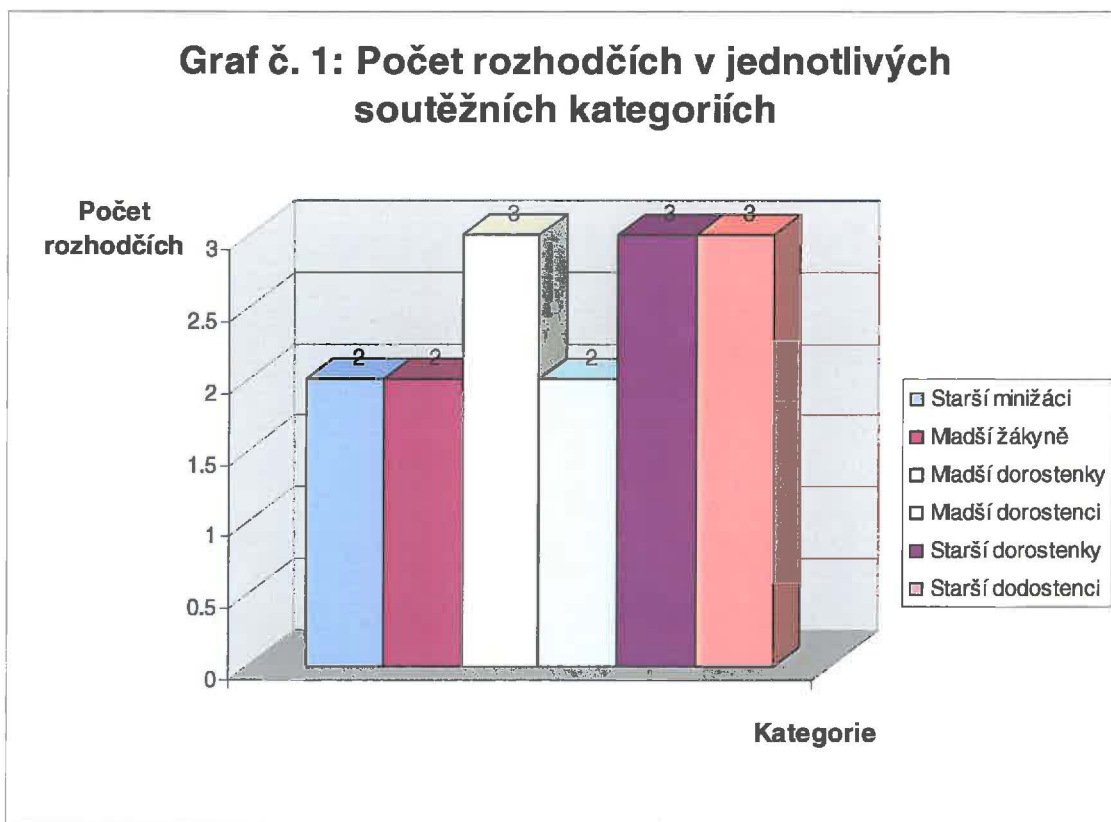
V průběhu výzkumu nenastaly v podstatě žádné komplikace. Všichni rozhodčí byli ochotni se testu zúčastnit a splnili vše, co bylo pro výzkum potřeba. Ani v průběhu jednotlivých utkání nenastaly žádné velké komplikace, s výjimkou jednoho, kdy nastal problém se stolkem pomocných rozhodčích a utkání bylo v tomto důsledku na cca 12 minut přerušeno.

Všechny výsledky jsem dále přepsala do počítačového programu Microsoft Excel, kde jsem dále postupovala ve statistickém zpracování.

7. 3. Charakteristika souboru

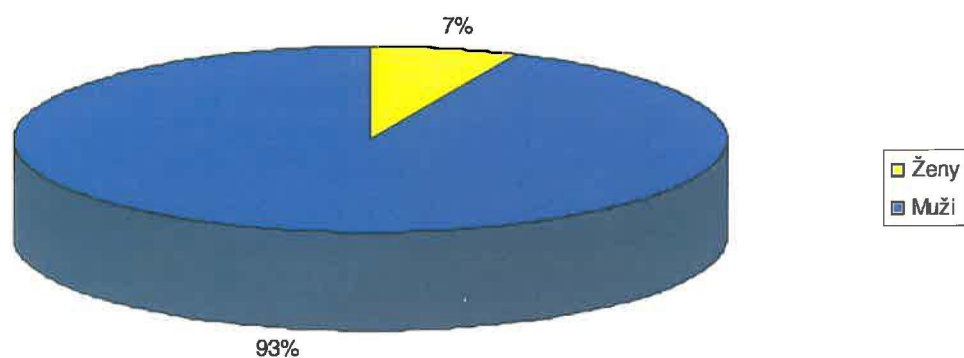
Testový soubor tvořilo celkem 15 rozhodčích, kteří se pohybují v oblasti rozhodování utkání v soutěžních kategoriích dětí a mládeže. Z těchto byla pouze jedna žena.

Pro přesnější charakteristiku uvádím graf s přesnými počty testovaných rozhodčích v jednotlivých soutěžních kategoriích. A dále graf prezentující poměr zastoupení mužů a žen v daném výzkumu.



Graf č. 1 znázorňuje počet rozhodčích zastoupených v jednotlivých soutěžních kategoriích.

Graf č. 2: Poměr počtu mužů a žen v souboru testovaných rozhodčích



Graf č. 2 znázorňuje poměr mezi muži a ženami v souboru testovaných rozhodčích.

7. 4. Metody matematicko – statistického zpracování

Nejdříve byly zpracovány údaje ze Sport Testeru POLAR, tedy údaje o tepové frekvenci. Jednotlivé hodnoty TF jsem sečetla dohromady, a to, zvláště TF v přestávkách mezi hrou a zvláště TF v průběhu hry, poté též vše dohromady a následně jsem na všechny součtem získané hodnoty použila výpočet aritmetického průměru, čímž jsem získala průměrnou hodnotu TF v průběhu utkání - jeden údaj o absolutní průměrné TF v průběhu utkání, a druhý o průměrné TF v průběhu utkání bez započítaných hodnot z přestávek mezi hrou v utkání.

Následně byly pomocí početních operací sčítání a násobení získány údaje o přibližné vzdálenosti, kterou rozhodčí překonal během nebo chůzí v průběhu celého čistého času utkání. Výpočet - byly sečteny všechny trasy zaznamenané v tabulce T1 (z přímého pozorování v průběhu utkání), příslušný součet byl následně vynásoben odpovídajícím počtem metrů pro danou vzdálenost. Všechny získané hodnoty byly následně opět sečteny a tímto způsobem vznikla celková suma přibližné naběhané tratě. Z této sumy byla následně oddělena hodnota (za lomítkem), která vyjadřuje přibližnou vzdálenost, jež rozhodčí překonal chůzí.

Údaje o TF byly dále zapsány do tabulky T2, kde byly následně znovu propočítány. Způsobem - v tabulce se nachází též údaj o rozmezí naměřené TF, z jejíž max. hodnoty byla za využití funkce – procentuální výpočet, získána hodnota doby pohybu v jednotlivých zátěžových zónách v průběhu celého utkání. K získání těchto údajů byl využit záznam o celkové době trvání utkání, který byl též zapisován do T2.

Dále byly spočítány celkové počty TH a OČ, prováděných a využitých v průběhu celého utkání, jako druhotné údaje.

Údaje druhotné hodnoty poskytly též dotazníky pro rozhodčí a jejich následné vyhodnocení všeobecným shrnutím.

Výsledky byly zpracovány v programu Microsoft Excel, pro lepší názornost a orientaci je prezentace výsledků v grafech nebo tabulkách.

8. VÝSLEDKY A DISKUZE

8. 1. Analýza výsledků jednotlivých kategorií a rozhodčích

Každá kategorie je uvedena zvlášť. V každé kategorii jsou uvedeny tabulky T2, ke každému testovanému rozhodčímu zvlášť. Dále je u každé kategorie zařazen graf uvádějící poměr hodnot naběhaných / nachozených metrů v průběhu utkání jedním, každým rozhodčím, dále graf uvádějící poměr prováděných TH v jednotlivém, každém utkání a graf uvádějící poměr vybraných OČ v jednotlivém, každém utkání.

Jednotlivé podkapitoly se soutěžními kategoriemi, jsou seřazeny podle věku vzestupně. Pokud jsou ve stejné věkové kategorii k dispozici dívky i chlapci, jsou nejdříve uvedeny dívky.

8. 1. 1. Kategorie starší minižáci

V této kategorii byli rozhodčí testováni v zápasech na turnaji organizovaném v rámci ČBF – MČR starších minižáků v Plzni.

Obecně je možno říci, že rozhodčí se pohybovali pomalejším během, neboť takto malé děti ještě nevedou přechody z útoku do obrany a obráceně tak rychle, jak je tomu ve vyšších věkových kategoriích. Ne však, ve všech případech striktně, některé „rychlé protiútoky“ byly již ve vysokém tempu.

V této soutěžní kategorii je na rozhodčí z hlediska psychického kladen vyšší nárok, neboť je obtížnější rozeznat některé prohřešky proti pravidlům, v důsledku nepřilíš dokonalé hry.

Nutno upřesnit, že v této kategorii zápasy probíhaly na omezenou, sníženou hrací dobu – 4 x 8 minut.

Testování byli dva rozhodčí – rozhodčí č. 1 a č. 2.

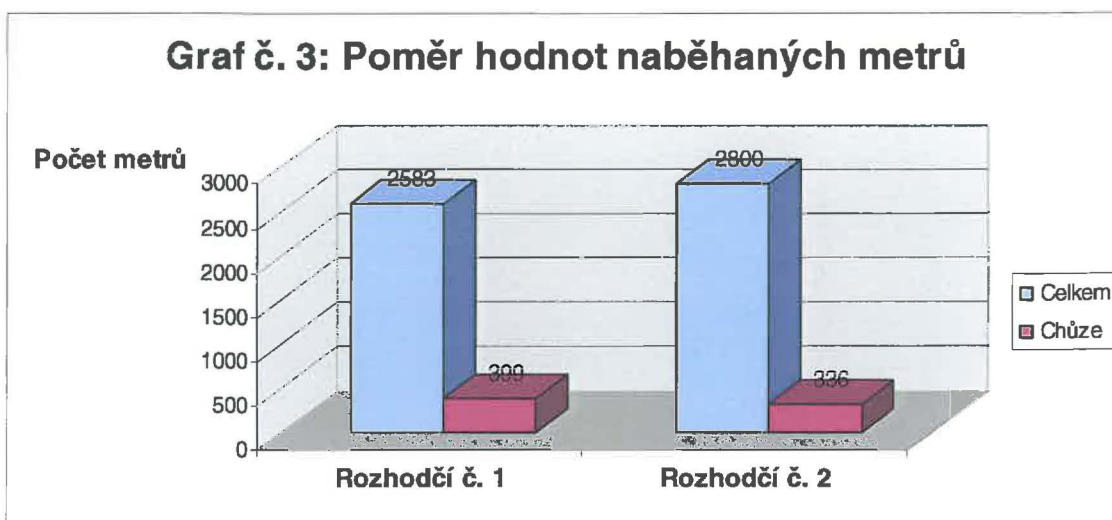
Tabulka T2. 1: rozhodčí č. 1

Doba trvání utkání (v min.)	91 : 10
Průměrná TF v utkání	133, 1 / 140, 9
Rozmezí naměřené TF v utkání	90 – 169
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	18 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	57 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	10 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	1 minutu

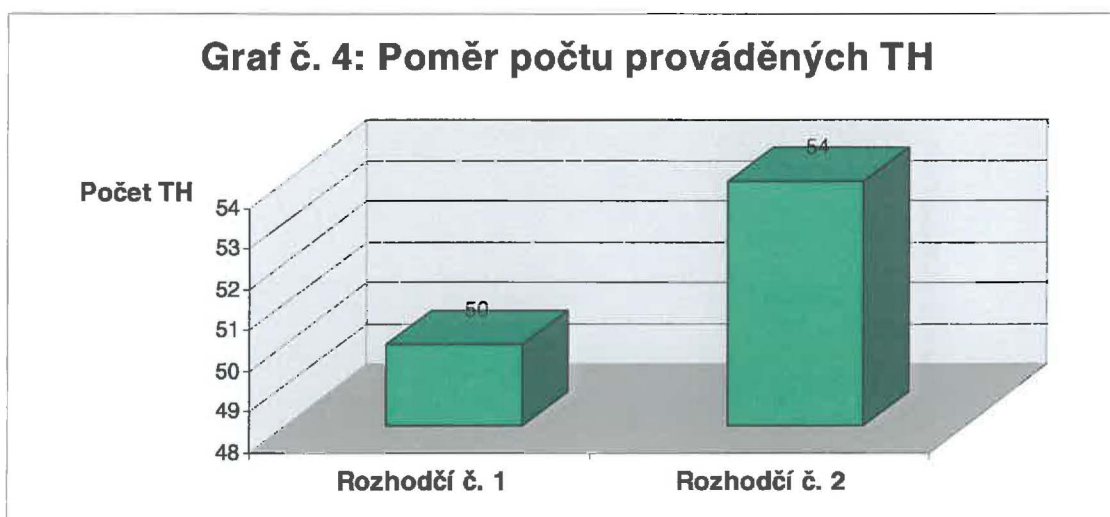
Tabulka T2. 2: rozhodčí č. 2

Doba trvání utkání (v min.)	77 : 54
Průměrná TF v utkání	122, 3 / 128
Rozmezí naměřené TF v utkání	92 – 170
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	7 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	53 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	17 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	X

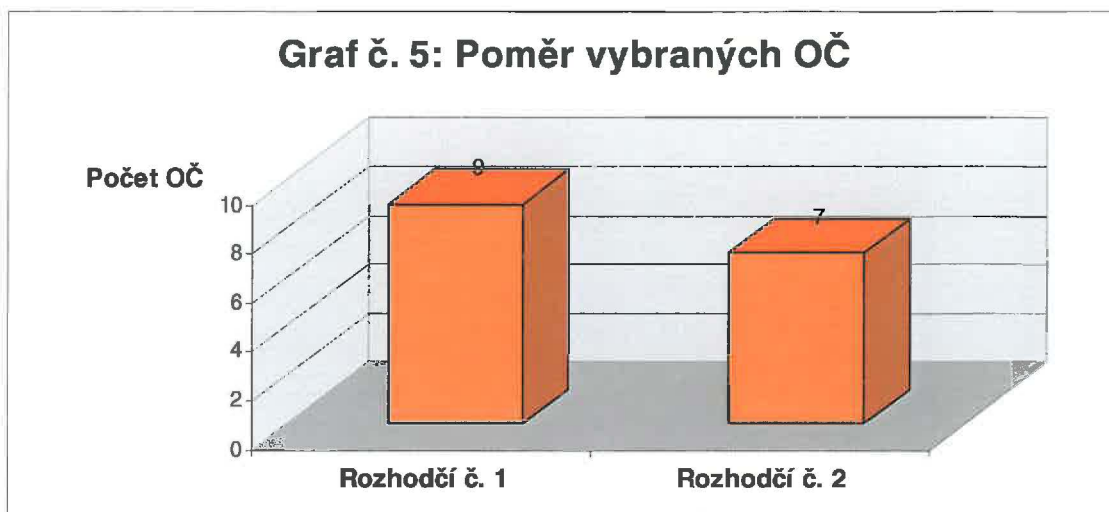
Tabulky T2. 1 a T2. 2: znázorňují uvedená a zaznamenaná data týkající se TF a doby trvání utkání. Hodnota u průměrné tepové frekvence za lomítkem, označuje hodnotu průměrné tepové frekvence bez započítaných průměrných TF z přestávek, které proběhly během utkání.



Graf č. 3 znázorňuje počet a poměr naběhaných / nachozených metrů v průběhu utkání – rozhodčí č. 1 a 2.



Graf č. 4 znázorňuje počet a poměr prováděných TH v utkáních rozhodčích č 1 a 2.



Graf č. 5 znázorňuje počet a poměr využitých OČ v utkáních rozhodčích č. 1 a 2.

8. 1. 2. Starší žákyně

V této kategorii byli rozhodčí testováni v zápasech na turnaji organizovaném v rámci ČBF – MČR mladších zákyň v Ústí nad Labem..

V této kategorii jsou již hráčky trochu vyspělejší a to nejen, co se herních činností týče, ale též, co se rychlosti týče. Přechody mezi obranou a útokem a obráceně byly již mnohem „svižnější“, hráčky již dokázaly zformovat i rychlý protiútok, na základě jeho pravidel. Což předpokládá skutečnost, že rozhodčí také museli být rychlejší při svém návratu.

Rozhodčí museli hru již daleko pozorněji sledovat a pohybovat se, aby měli dokonalý přehled o dění na hřišti.

Všechna sledovaná utkání měla překvapivě dlouhý, hrubý časový průběh.

Testováni byli dva rozhodčí – rozhodčí č. 3 a č. 4.

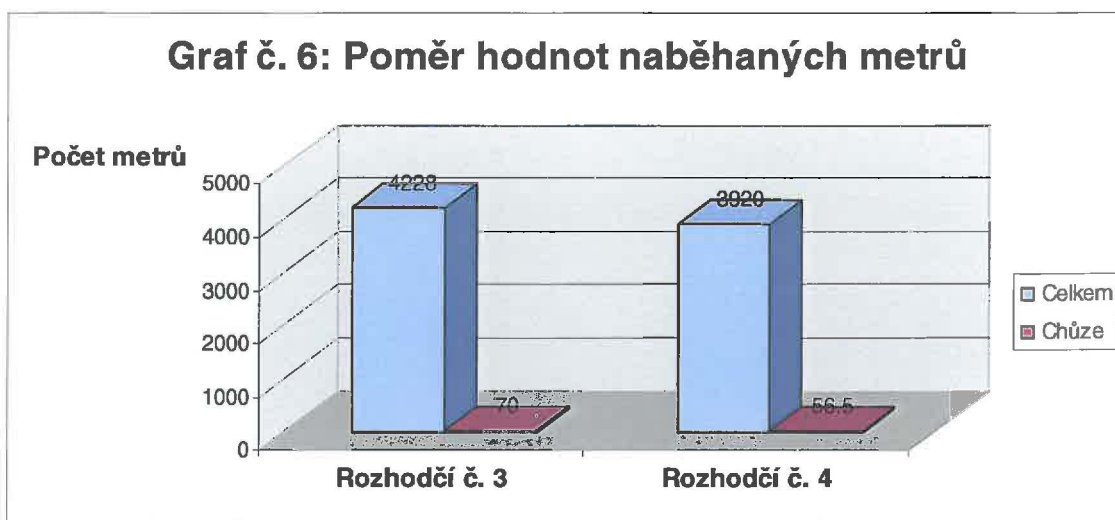
Tabulka T2. 3: rozhodčí č. 3

Doba trvání utkání (v min.)	112: 46
Průměrná TF v utkání	145, 3 / 455, 2
Rozmezí naměřené TF v utkání	103 – 231
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	4 minuty
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	22 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	62 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	18 minut

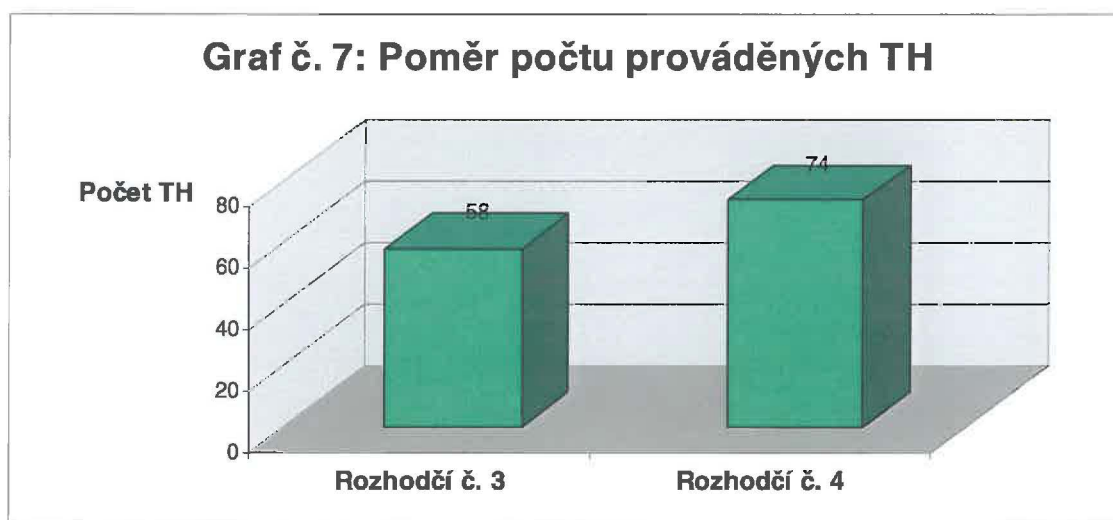
Tabulka T2. 4: rozhodčí č. 4

Doba trvání utkání (v min.)	112 : 15
Průměrná TF v utkání	129, 9 / 142
Rozmezí naměřené TF v utkání	98 – 171
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	18 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	72 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	15 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	X

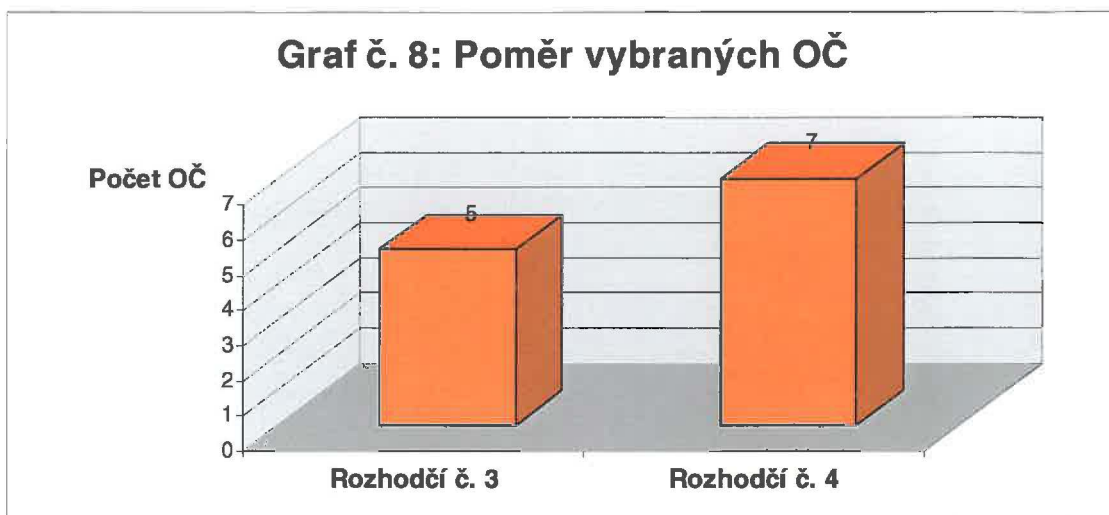
Tabulky T2. 3 a T2. 4: znázorňují uvedená a zaznamenaná data týkající se TF a doby trvání utkání. Hodnota u průměrné tepové frekvence za lomítkem, označuje hodnotu průměrné tepové frekvence bez započítaných průměrných TF z přestávek, které proběhly během utkání.



Graf č. 6 znázorňuje počet a poměr naběhaných / nachozených metrů v průběhu utkání – rozhodčí č. 3 a 4.



Graf č. 7 znázorňuje počet a poměr prováděných TH v utkáních rozhodčích č 3 a 4.



Graf č. 8 znázorňuje počet a poměr využitých OČ v utkáních rozhodčích č. 3 a 4.

8. 1. 3. Kategorie Mladší dorostenky

V této kategorii byli rozhodčí testováni v zápasech na turnaji pořádaném v rámci ČOV ve spolupráci s MŠMT - III. olympiáda dětí a mládeže v Ústí nad Labem.

Tohoto turnaje se účastnily hráčky, které byly vybrány na základě krajských výběrů (žákyně převážně nejvyšších ročníků ZŠ), což napovídá tomu, že úroveň basketbalu, byla v podstatě též kvalitní. Tato akce byla brána vesměs prestižně, tak tedy i řízení zápasů rozhodčími a jejich verdikty museli být více než regulérní.

Zápasy probíhaly vesměs ve vysokém tempu, tedy i rozhodčí museli zvýšit úsilí, aby zachytili všechny útoky a přechody. Všeobecně bylo však též pozorovatelné, že jednotlivé útočné, potažmo obranné akce trvaly delší dobu, to tedy znamená, že rozhodčí nepřekonali v průběhu utkání tak velkou vzdálenost.

Nutno též upřesnit, že zápasy byly hrány na omezenou, sníženou hrací dobu – 4 x 8 minut.

Testováni byli tři rozhodčí – rozhodčí č. 5, č. 6 a č. 7.

Tabulka T2. 5: rozhodčí č. 5

Doba trvání utkání (v min.)	51 : 41
Průměrná TF v utkání	104, 1 / 103, 7
Rozmezí naměřené TF v utkání	93 – 129
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	3 mnuty
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	47 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	1 minutu
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	X

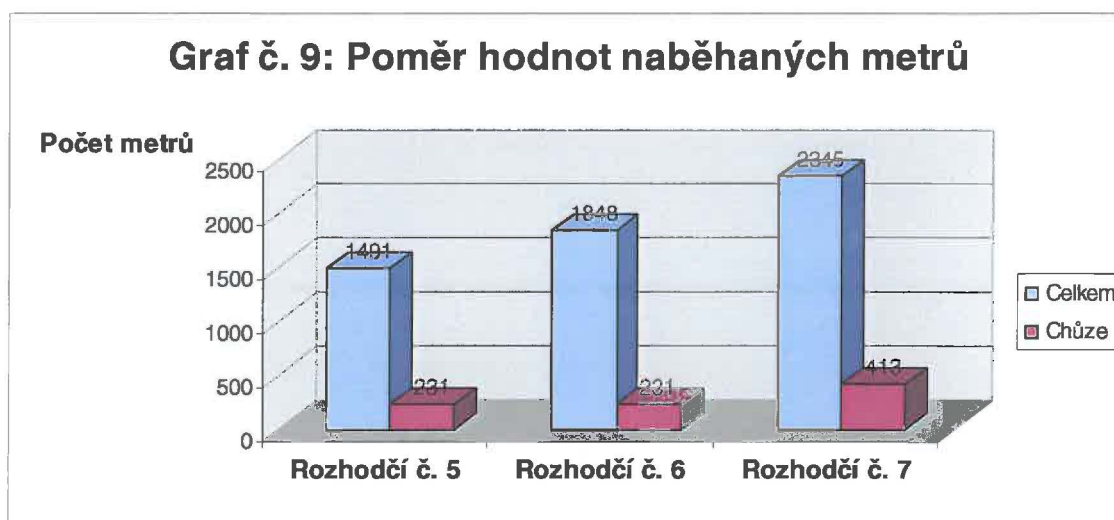
Tabulka T2. 6: rozhodčí č. 6

Doba trvání utkání (v min.)	56 : 06
Průměrná TF v utkání	113 / 115, 3
Rozmezí naměřené TF v utkání	77 – 141
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	8 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	42 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	4 minuty
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	X

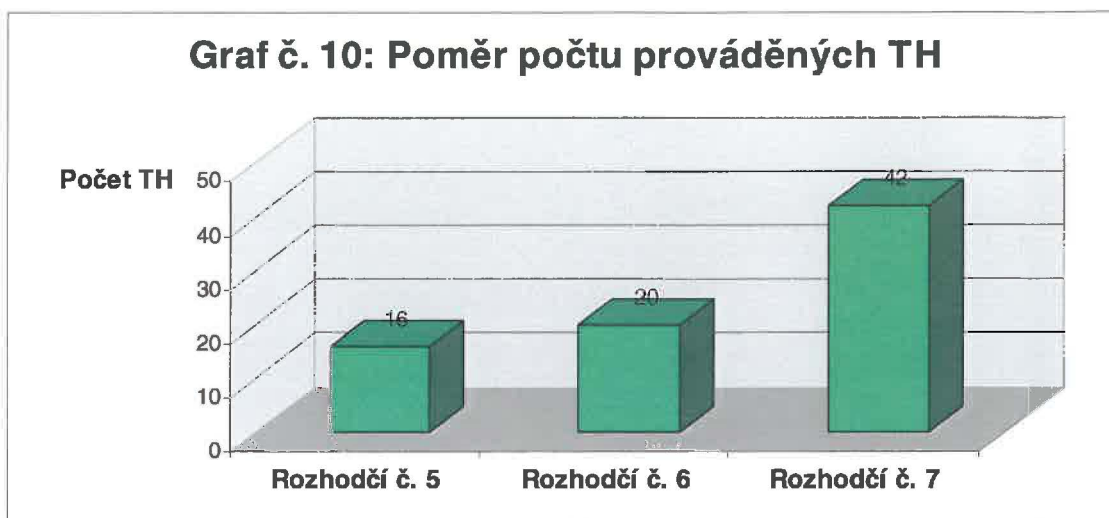
Tabulka T2. 7: rozhodčí č. 7

Doba trvání utkání (v min.)	91 : 21 – dvě prodloužení + problém rozsáhlejšího charakteru se stolkem
Průměrná TF v utkání	114, 3 / 110, 3
Rozmezí naměřené TF v utkání	86 – 154
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	7 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	57 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	26 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	X

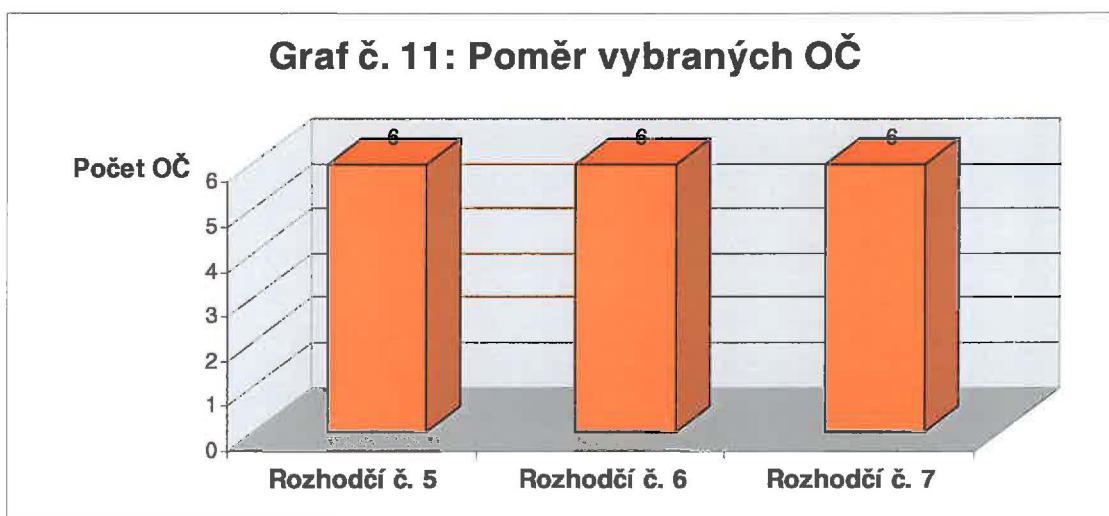
Tabulky T2. 5, T2. 6 a T2. 7: znázorňují uvedená a zaznamenaná data týkající se TF a doby trvání utkání. Hodnota u průměrné tepové frekvence za lomítkem, označuje hodnotu průměrné tepové frekvence bez započítaných průměrných TF z přestávek, které proběhly během utkání.



Graf č. 9 znázorňuje počet a poměr naběhaných / nachozených metrů v průběhu utkání – rozhodčí č. 5, 6 a 7.



Graf č. 4 znázorňuje počet a poměr prováděných TH v utkáních rozhodčích č 5, 6 a 7.



Graf č. 11 znázorňuje počet a poměr využitých OČ v utkáních rozhodčích č. 5, 6 a 7.

8. 1. 4. Kategorie Mladší dorostenci

V této kategorii byli rozhodčí testováni v zápasech na turnaji pořádaném v rámci ČOV ve spolupráci s MŠMT - III. olympiáda dětí a mládeže v Ústí nad Labem.

Tohoto turnaje se účastnili hráči, kteří byly vybráni na základě krajských výběrů (žáci převážně nejvyšších ročníků ZŠ), což napovídá tomu, že úroveň basketbalu, byla v podstatě též kvalitní. Tato akce byla brána vesměs prestižně, tak tedy i řízení zápasů rozhodčími a jejich verdikty museli být více než regulérní.

Zápasy probíhaly vesměs ve vysokém tempu, tedy i rozhodčí museli zvýšit úsilí, aby zachytili všechny útoky a přechody. Všeobecně bylo však též pozorovatelné, že

jednotlivé útočné, potažmo obranné akce trvaly delší dobu, to tedy znamená, že rozhodčí nepřekonal v průběhu utkání tak velkou vzdálenost.

Nutno též upřesnit, že zápasy byly hrány na omezenou, sníženou hrací dobu – 4 x 8 minut.

Testování byli dva rozhodčí – rozhodčí č. 8 a č. 9.

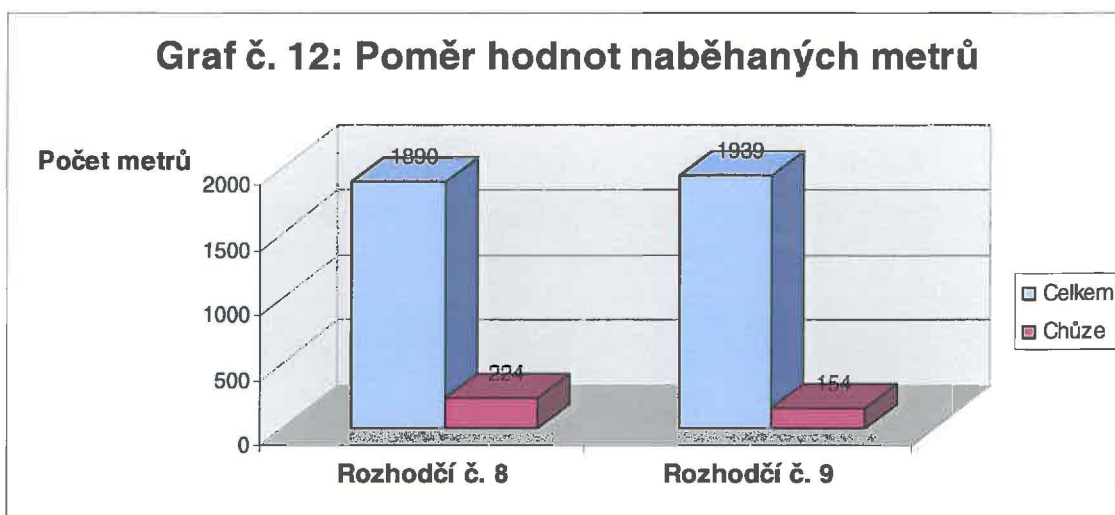
Tabulka T2. 8: rozhodčí č. 8

Doba trvání utkání (v min.)	45 : 18
Průměrná TF v utkání	112 / 117, 6
Rozmezí naměřené TF v utkání	86 – 138
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	11 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	32 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	2 minuty
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	X

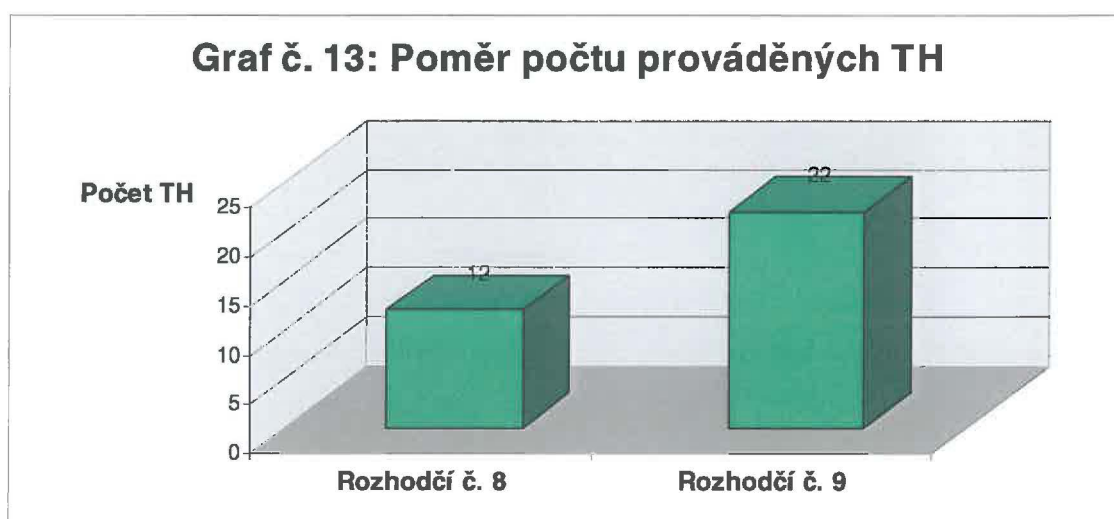
Tabulka T2. 9: rozhodčí č. 9

Doba trvání utkání (v min.)	49 : 25
Průměrná TF v utkání	129, 5 / 136, 7
Rozmezí naměřené TF v utkání	105 – 164
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	18 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	24 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	6 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	X

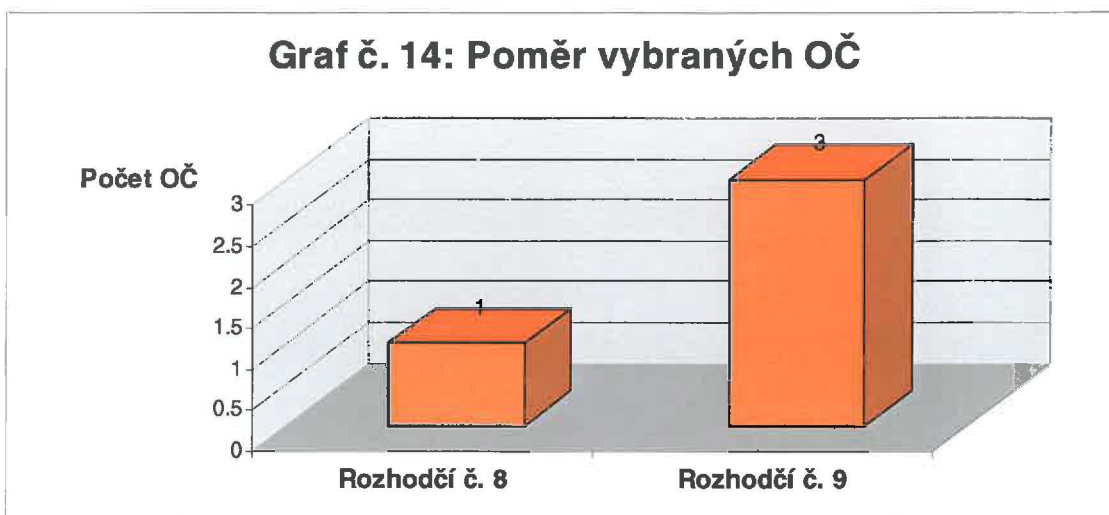
Tabulky T2. 8 a T2. 9: znázorňují uvedená a zaznamenaná data týkající se TF a doby trvání utkání. Hodnota u průměrné tepové frekvence za lomítkem, označuje hodnotu průměrné tepové frekvence bez započítaných průměrných TF z přestávek, které proběhly během utkání.



Graf č. 12 znázorňuje počet a poměr naběhaných / nachozených metrů v průběhu utkání – rozhodčí č. 8 a 9.



Graf č. 13 znázorňuje počet a poměr prováděných TH v utkáních rozhodčích č 8 a 9.



Graf č. 14 znázorňuje počet a poměr využitých OČ v utkáních rozhodčích č. 8 a 9.

8. 1. 5. Kategorie Starší dorostenky

V této kategorii byli rozhodčí testováni v zápasech organizovaných v rámci ČBF nadstavbové části ligy starších dorostenek a kvalifikačním utkání o extraligu staršího dorostu v Ústí nad Labem

Basketbal v této kategorii je již poměrně zcela vyspělou a rychlou hrou, s dynamickými změnami. Na rozhodčí je již kladen nárok jako u dospělých kategorií. Hráčky jsou rychlé a vedení hry je již zcela koordinované, i co se rychlých protiútoků týče. Což pro rozhodčí znamená, že musí mít rychlý návrat, aby stihli zachytit veškeré události na vrcholu rychlého protiútoků.

Sledované zápasy, byly poměrně dramatické a též velmi důležité, proto i na rozhodčích ležela větší zodpovědnost. Zvláště pak při utkání kvalifikačním.

Testováni byli tři rozhodčí – rozhodčí č. 10, č. 11 a č. 12.

Tabulka T2. 10: rozhodčí č. 10

Doba trvání utkání (v min.)	85 : 02
Průměrná TF v utkání	133, 7 / 159, 2
Rozmezí naměřené TF v utkání	83 – 186
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	18 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	41 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	18 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	4 minuty

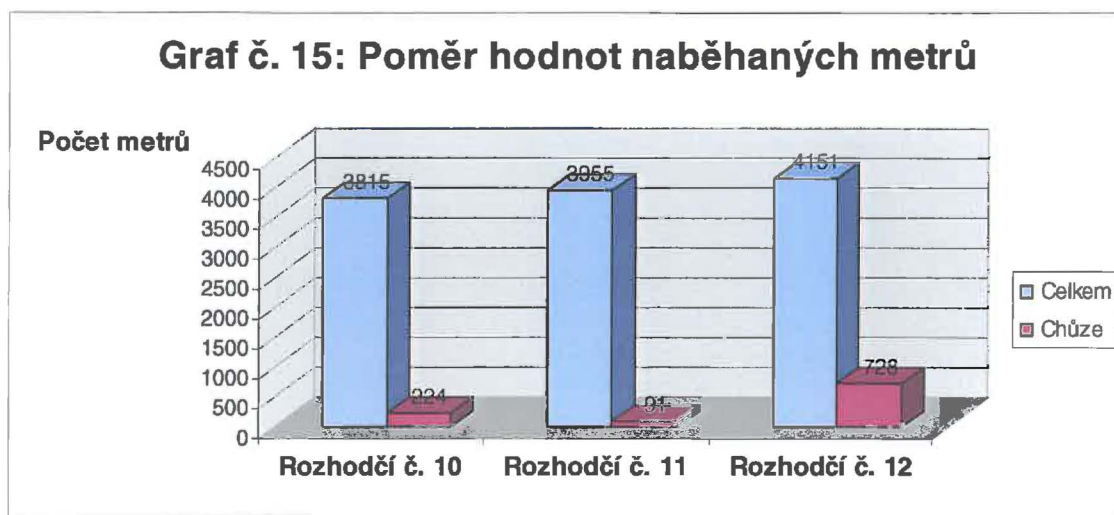
Tabulka T2. 11: rozhodčí č. 11

Doba trvání utkání (v min.)	77 : 19
Průměrná TF v utkání	115, 8 / 132
Rozmezí naměřené TF v utkání	80 – 157
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	9 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	48 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	16 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	X

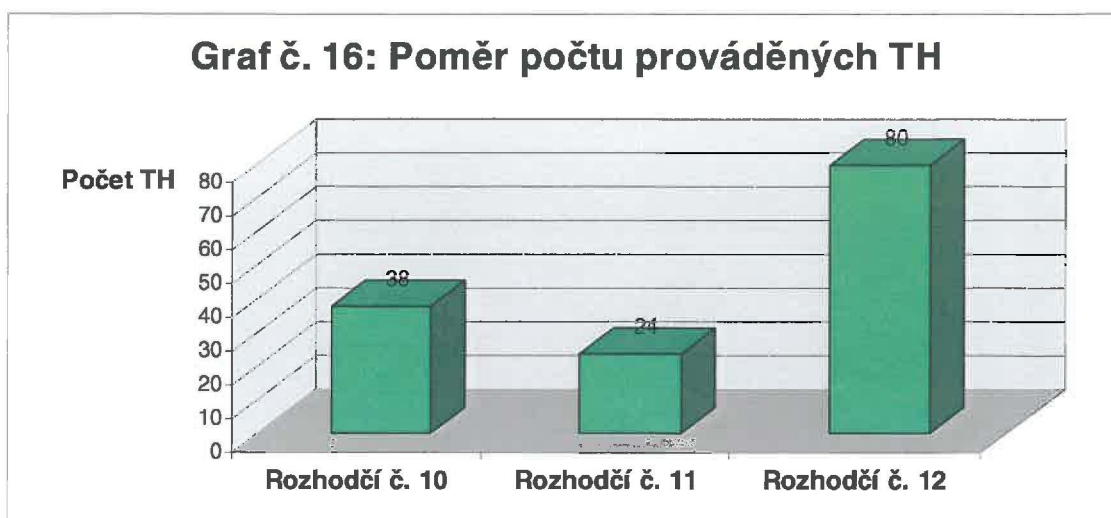
Tabulka T2. 12: rozhodčí č. 12

Doba trvání utkání (v min.)	105 : 31
Průměrná TF v utkání	141 / 145, 9
Rozmezí naměřené TF v utkání	113 – 169
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	44 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	58 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	3 minuty
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	X

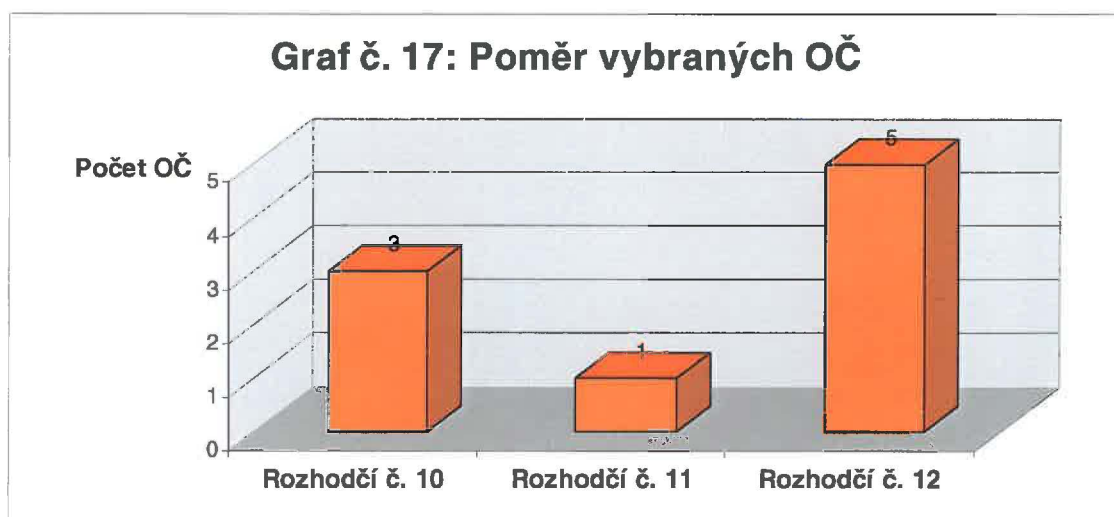
Tabulky T2. 10, T2 11 a T2. 12: znázorňují uvedená a zaznamenaná data týkající se TF a doby trvání utkání. Hodnota u průměrné tepové frekvence za lomítkem, označuje hodnotu průměrné tepové frekvence bez započítaných průměrných TF z přestávek, které proběhly během utkání.



Graf č. 15 znázorňuje počet a poměr naběhaných / nachozených metrů v průběhu utkání – rozhodčí č. 10, 11 a 12.



Graf č. 4 znázorňuje počet a poměr prováděných TH v utkáních rozhodčích č 10, 11 a 12.



Graf č. 17 znázorňuje počet a poměr využitých OČ v utkáních rozhodčích č. 10, 11 a 12.

8. 1. 6. Kategorie Starší dorostenci

V této kategorii byli rozhodčí testováni v utkáních organizovaných v rámci ČBF, nadstavbové části extraligy starších dorostenců v Ústí nad Labem, Praze a Plzni.

Basketbal v této kategorii je již poměrně zcela vyspělou a rychlou hrou, s dynamickými změnami. Na rozhodčí je již kladen nárok jako u dospělých kategorií. Hráči jsou rychlí a vedení hry je již zcela koordinované, i co se rychlých protiútoků

týče. Což pro rozhodčí znamená, že musí mít rychlý návrat, aby stihli zachytit veškeré události na vrcholu rychlého protiútoků.

Sledované zápasy v této kategorii byly opravdu již ve velkém tempu, dá se nejspíše říci, že to bylo i z důvodu důležitosti utkání, ve kterých šlo již o celkové umístění v soutěži. Dovolují si podotknout, že zápasy probíhaly v rychlejším sledu než mužské kategorie. Čímž se též nabízí srovnání. V Mattoni NBL rozhodují zápasy tři rozhodčí, což znamená, že pro sledování zápasu je zde jedna osoba navíc, oproti dorostenecké extralize, kde rozhodují jen dva rozhodčí a hra je rychlejší. Na kondici rozhodčích je tedy kladen vyšší nárok v kategorii – dorostenecká extraliga.

Testování byli tři rozhodčí – rozhodčí č. 13, č. 14 a č. 15.

Tabulka T2. 13: rozhodčí č. 13

Doba trvání utkání (v min.)	99 : 02
Průměrná TF v utkání	140, 15 / 149, 4
Rozmezí naměřené TF v utkání	110 – 176
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	22 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	65 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	12 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	X

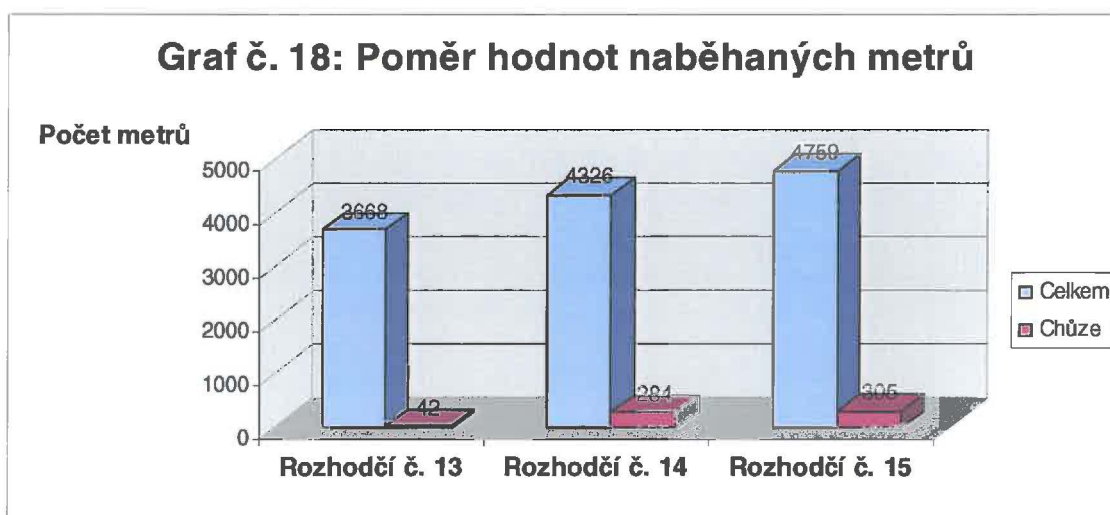
Tabulka T2. 14: rozhodčí č. 14

Doba trvání utkání (v min.)	106 : 33
Průměrná TF v utkání	133, 5 / 140, 6
Rozmezí naměřené TF v utkání	99 – 171
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	23 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	63 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	12 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	5 minut

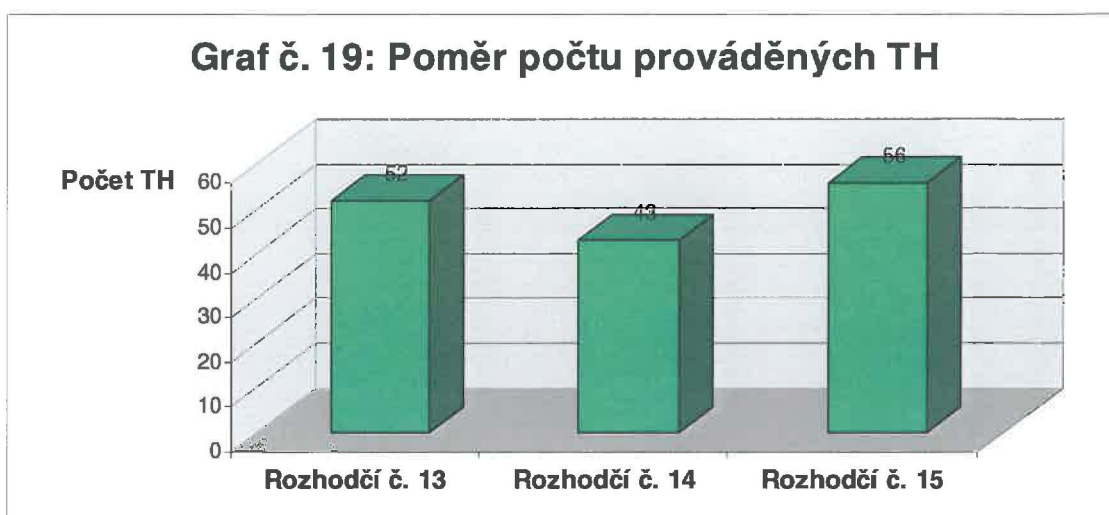
Tabulka T2. 15: rozhodčí č. 15

Doba trvání utkání (v min.)	107 . 51
Průměrná TF v utkání	141, 2 / 148, 9
Rozmezí naměřené TF v utkání	94 - 183
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TF max.)	25 minut
Vysoké zatížení (70 – 89% TF max.)	58 minut
Střední zatížení (55 – 69% TF max.)	19 minut
Nízké zatížení (35 – 54% TF max.)	2 minuty

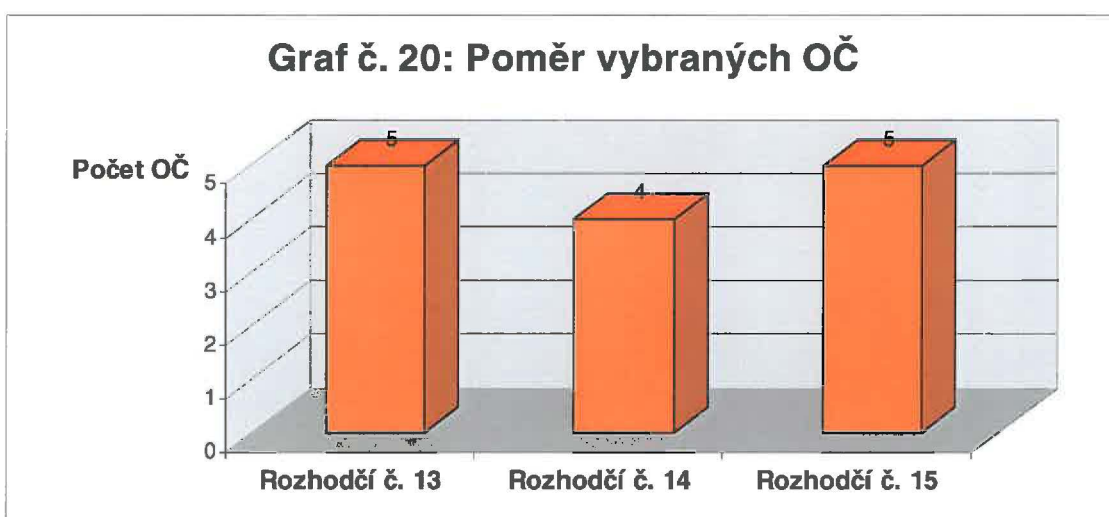
Tabulky T2. 13, T2 14 a T2. 15: znázorňují uvedená a zaznamenaná data týkající se TF a doby trvání utkání. Hodnota u průměrné tepové frekvence za lomítkem, označuje hodnotu průměrné tepové frekvence bez započítaných průměrných TF z přestávek, které proběhly během utkání.



Graf č. 18 znázorňuje počet a poměr naběhaných / nachozených metrů v průběhu utkání – rozhodčí č. 13, 14 a 15.



Graf č. 19 znázorňuje počet a poměr prováděných TH v utkáních rozhodčích č. 13, 14 a 15.



Graf č. 20 znázorňuje počet a poměr využitých OČ v utkáních rozhodčích č. 13, 14 a 15.

8. 2. Obecná konfrontace rozdílů v grafech

Dále uvádím a porovnávám veškeré, již v předchozí kapitole zmíněné hodnoty, všech měřených a sledovaných faktorů v grafech, pro lepší přehlednost a názornost. Pro lepší možnost srovnání a stanovení rozdílů a výsledků je každá položka uvedena v grafu zvlášť, a to se všemi získanými daty a hodnotami. Ke každému grafu náleží drobné, stručné hodnocení, sesumírování rozdílů a z nich vyplývající výsledky. V grafech jsou dále uváděny místo názvu kategorie pouze zkratky – pro kategorii:

Starší minižáci – K1

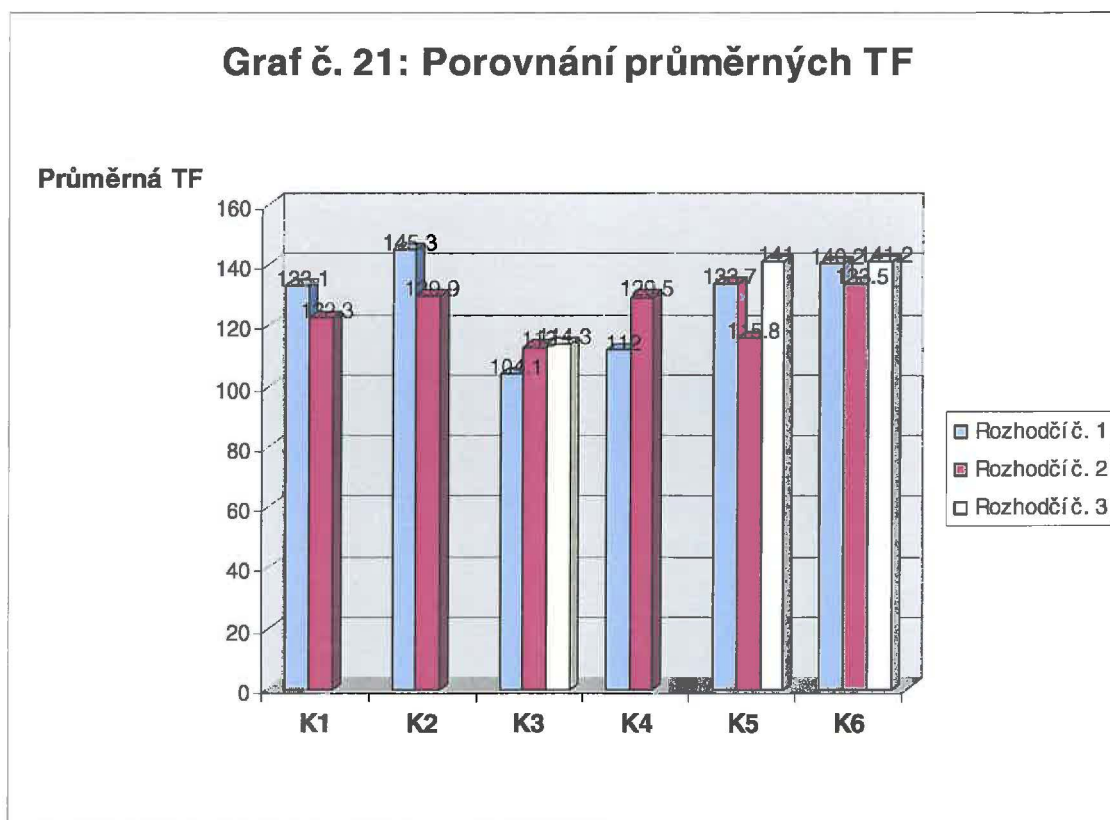
Mladší žákyně – K2

Mladší dorostenky – K3

Mladší dorostenci – K4

Starší dorostenky – K5

Starší dorostenci – K6



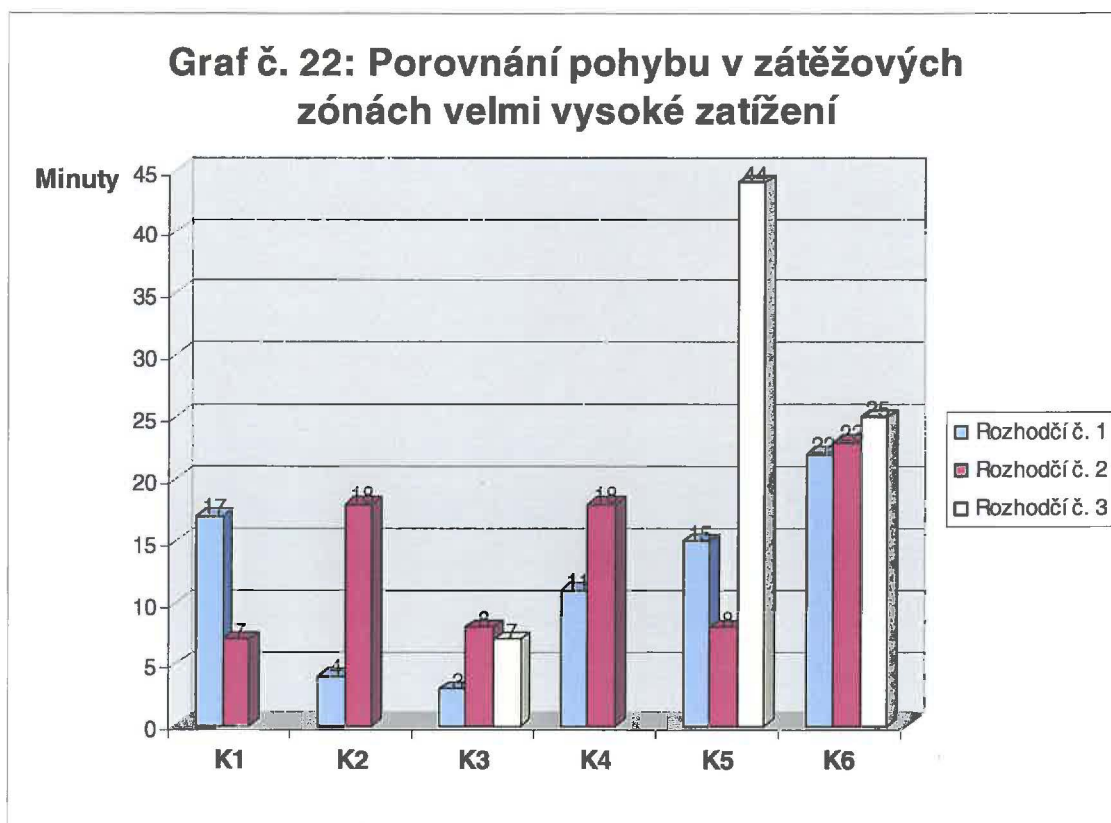
Graf č. 21 znázorňuje a porovnává všechny naměřené hodnoty průměrných TF všech rozhodčích (uváděny jsou hodnoty TF včetně hodnot TF z přestávek v průběhu utkání), seřazených v jednotlivých kategoriích, vždy podle čísla označení vzestupně.

U průměrných TF můžeme konstatovat, že nebyly zaznamenány žádné větší rozdíly v rámci jednotlivých kategorií. S výjimkou kategorie starší žákyně, kde daný výkyv přičítám rozdílné trénovanosti daných rozhodčích, a jedné položky u kategorie starší dorostenky, kde předpokládám, že je odchylka dána tím, že testovaná byla žena, jediná v souboru testovaných rozhodčích.

Dále myslím, že průměrné TF odpovídají hypotéze, čím vyšší věkové kategorie, tím větší zatížení. Musím ovšem podotknout, že průměrná TF je jen dílčím faktorem, který

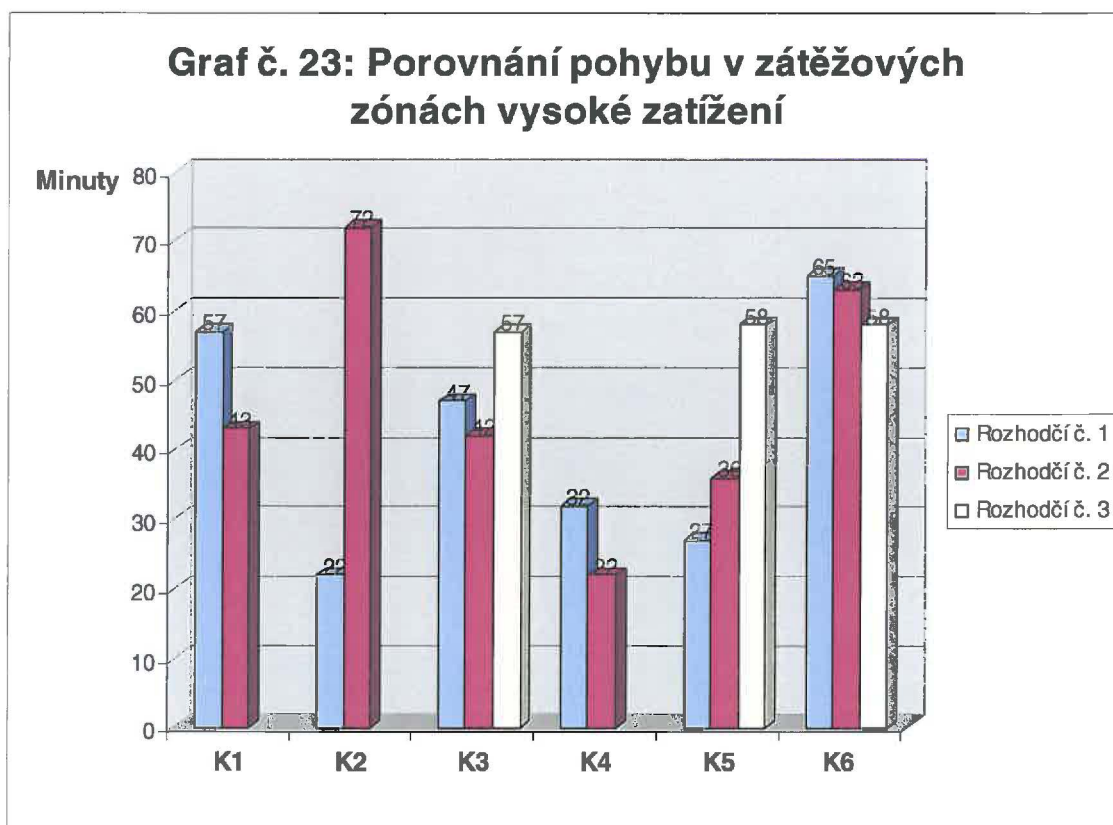
v této práci vypovídá o zatížení, neboť hodnoty jsou závislé na několika komponentech, které jsou měřitelné, avšak v tomto výzkumu nebyly měřeny. Toto by bylo možno realizovat v některých dalších, následujících, podrobnějších, eventuelních výzkumech.

Avšak i měřený faktor, průměrná TF naplnil očekávání a hypotézy.



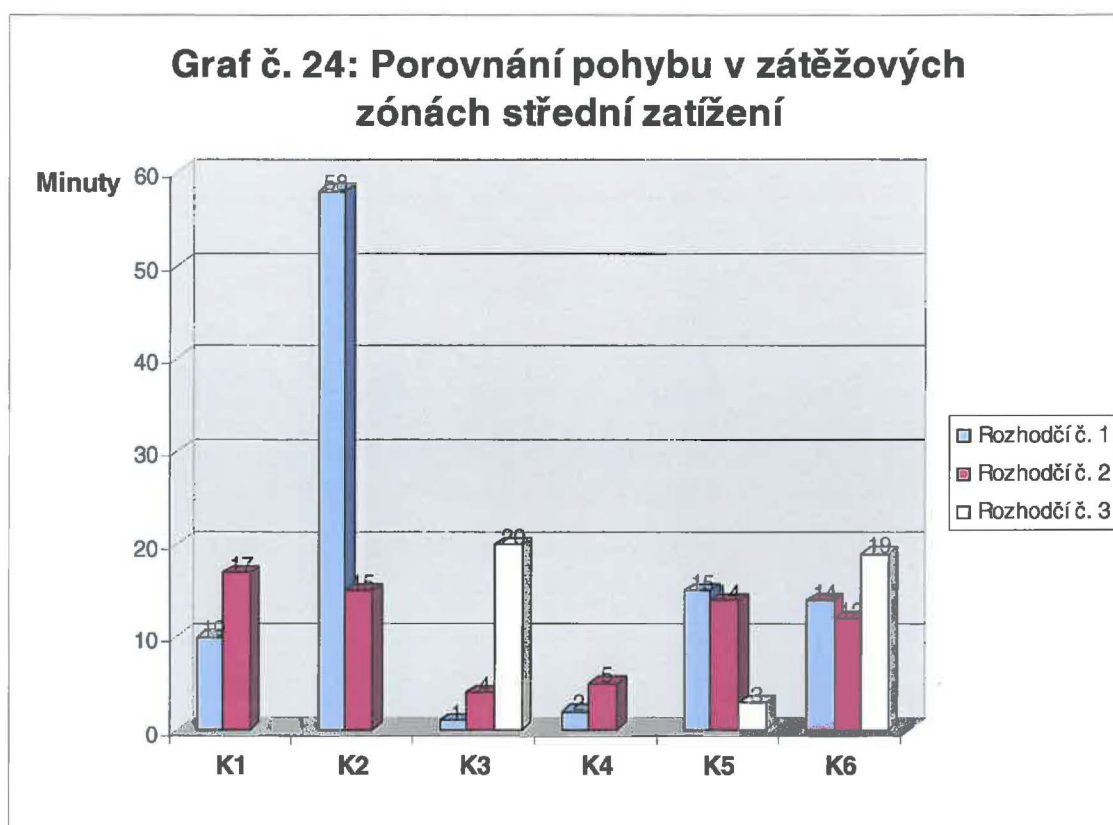
Graf č. 22 znázorňuje porovnání jednotlivých časových úseků v minutách, kdy se testovaní rozhodčí pohybovali v zátěžové zóně s velmi vysokým zatížením. Rozhodčí jsou seřazeni v jednotlivých kategoriích, vždy podle čísla vzestupně.

Graf č. 23: Porovnání pohybu v zátěžových zónách vysoké zátěží

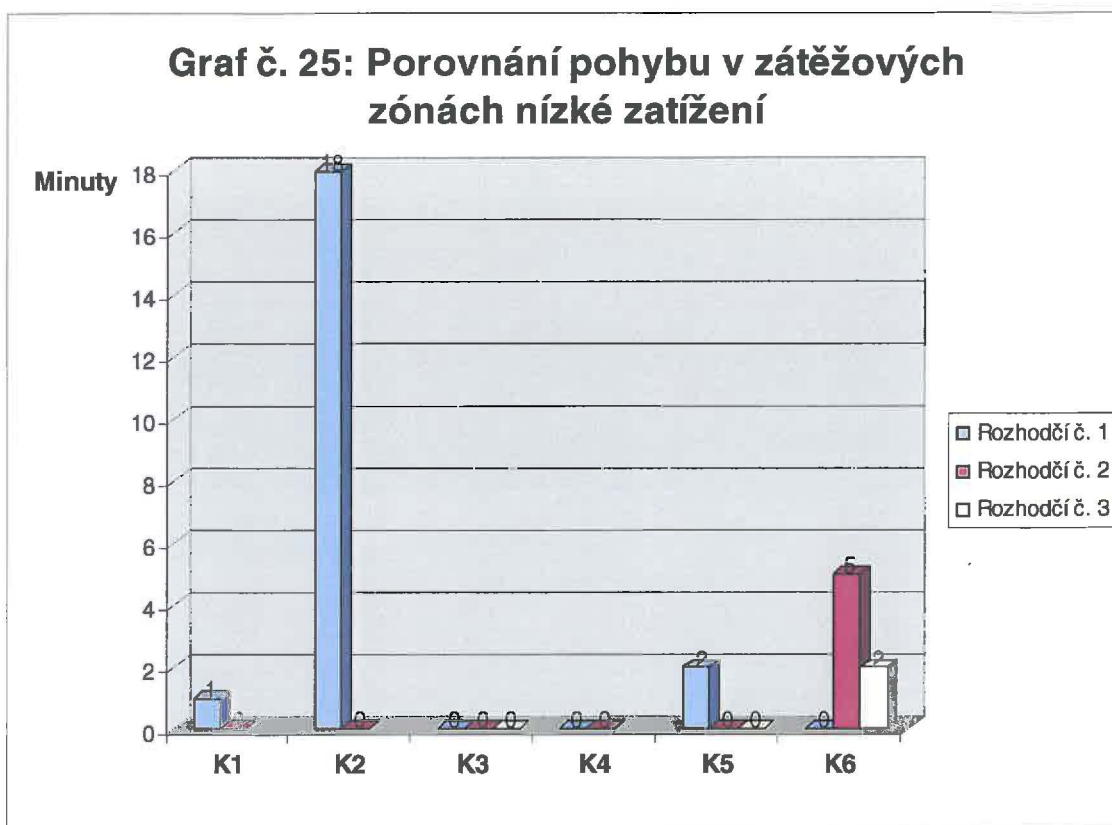


Graf č. 23 znázorňuje porovnání jednotlivých časových úseků v minutách, kdy se testovaní rozhodčí pohybovali v zátěžové zóně s vysokým zatížením. Rozhodčí jsou seřazeni v jednotlivých kategoriích, vždy podle čísla vzestupně.

Graf č. 24: Porovnání pohybu v zátěžových zónách střední zatížení



Graf č. 24 znázorňuje porovnání jednotlivých časových úseků v minutách, kdy se testovaní rozhodčí pohybovali v zátěžové zóně se středním zatížením. Rozhodčí jsou seřazeni v jednotlivých kategoriích, vždy podle čísla vzestupně.



Graf č. 25 znázorňuje porovnání jednotlivých časových úseků v minutách, kdy se testovaní rozhodčí pohybovali v zátěžové zóně s nízkým zatížením. Rozhodčí jsou seřazeni v jednotlivých kategoriích, vždy podle čísla vzestupně.

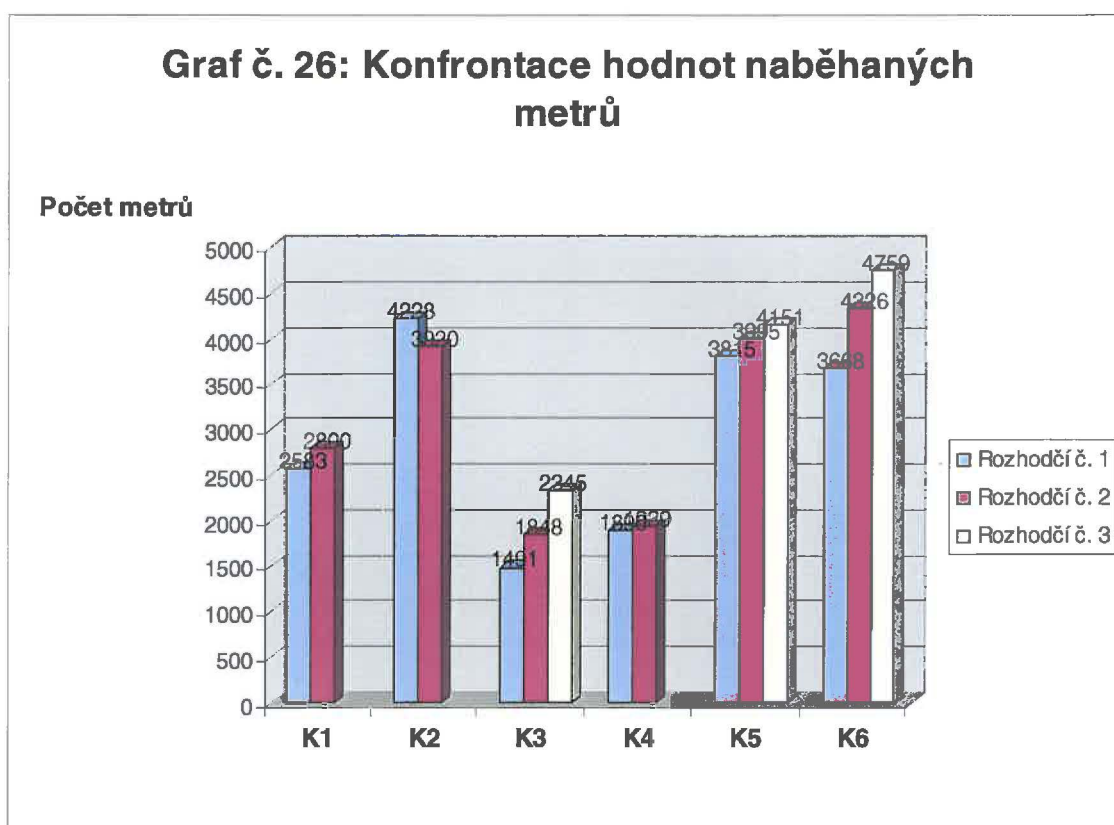
Pohyb v zátěžových zónách. Tento faktor vypovídá o tom, jaký časový úsek z celkové hrací doby se rozhodčí, dle tepové frekvence pohybovali v té které zátěžové zóně. Obecně je možno konstatovat, že arbitři nejdelší časový úsek hrací doby strávili v zóně vysokého zatížení, nejmenší pak v zóně nízkého zatížení. Poměrně stejné hodnoty se vyskytly u zón velmi vysokého a středního zatížení, tyto hodnoty jsou v podstatě průměrné.

U tohoto faktoru se však neprokázala příslušnost k hypotéze - čím vyšší věková kategorie, tím vyšší zatížení (pohyb v zátěžových zónách), neboť výsledky se pohybují v daných zónách v podstatě na stejné úrovni, pouze s ojedinělými odchylkami. Např. v zóně velmi vysokého zatížení rozhodčí č. 12 (kategorie K5), jeho hodnota je v této zóně výrazně vyšší. To lze vysvětlit vysokým počtem položek, hodnot TF blížících se maximální hodnotě TF u tohoto rozhodčího. Dále též např. rozhodčí č. 4 (kategorie K2), jehož hodnoty jsou zvýšené obecně ve všech zátěžových zónách. V zónách středního a nízkého zatížení jsou však výkyvy velkého rozsahu. Tuto skutečnost

přičítám velkému rozmezí naměřených TF (103 – 231) u daného rozhodčího v průběhu určitého zápasu.

Následně je k tomuto faktoru nutno zmínit, že u každého utkání byla rozdílná doba trvání utkání, což podmiňuje i rozdílný počet minut v jednotlivých zónách. Toto je při porovnávání nutno vzít v úvahu.

Faktor pohybu v zátěžových zónách tedy nezapadá do předem stanovené hypotézy. Je však velmi dobrým zdrojem pro hodnocení zatížení rozhodčích v jednotlivých kategoriích a utkáních.



Graf č. 26 znázorňuje konfrontaci hodnot vzdáleností (v metrech), kterou jednotliví rozhodčí překonali v průběhu zápasu. Rozhodčí jsou seřazeni v jednotlivých kategoriích, vždy podle čísla vzestupně.

Faktor určující překonanou vzdálenost v utkání. Tento faktor je zaměřen na vzdálenost jakou daný rozhodčí uběhne, či nachodí v průběhu celého utkání, samozřejmě s výjimkou času vyplněného přestávkami.

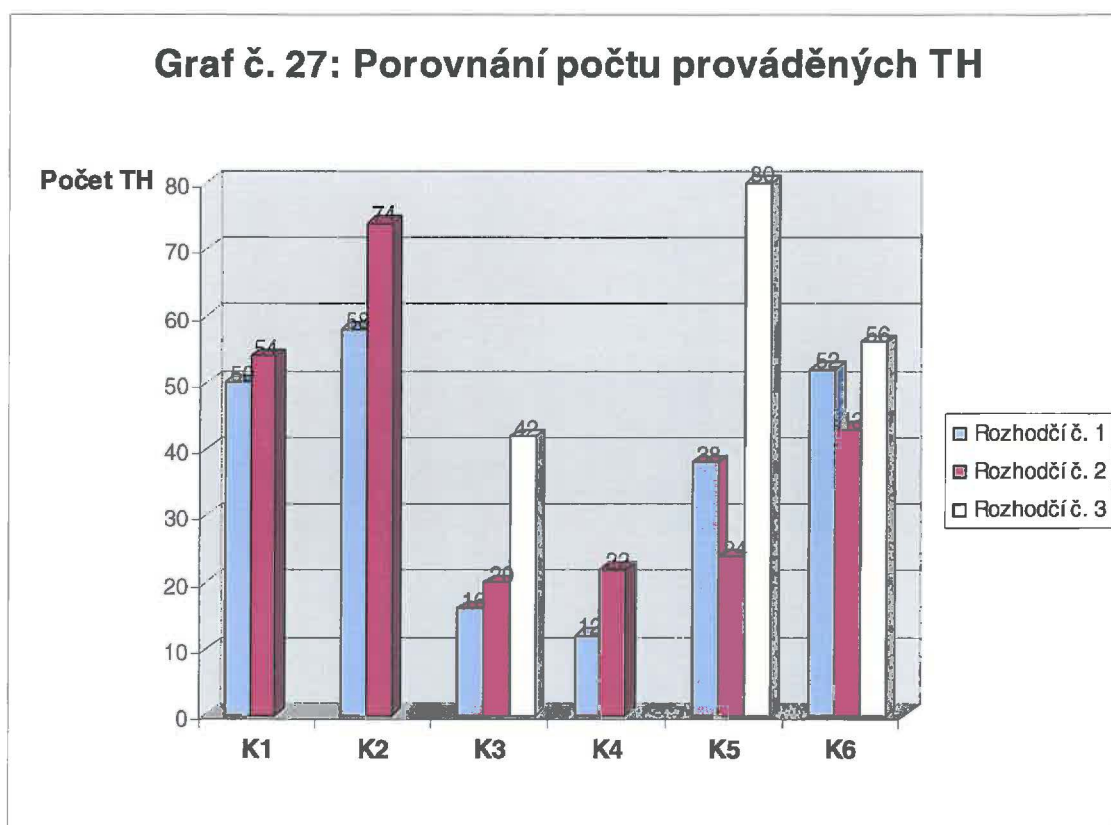
Roli hraje několik komponent. Za prvé délka čistého času utkání, která byla též u některých kategorií (K1, K3, K4) odlišná. Za druhé délka jednotlivých akcí (obraných i útočných), tedy četnost přechodu „ze strany na stranu“, v utkání, což podmiňuje nutnost pro rozhodčí přesunout se minimálně přes polovinu hřiště, čímž se zvyšuje objem uběhnuté vzdálenosti.

U tohoto faktoru možno konstatovat, že odpovídá předem stanovené hypotéze. Neboť jak je z uvedeného srovnávacího grafu zřejmé, vysoké hodnoty se obecně nacházejí u nejnižších testovaných věkových kategorií. Zajímavou složkou je samozřejmě i položka uvádějící počet nachozených metrů. Ty byly zaznamenávány též v průběhu utkání a to ponejvíce při provádění trestných hodů, kdy rozhodčí dojde blíže ke stolku, aby pomocný rozhodčí viděli dobře jeho signalizaci, a kdy si rozhodčí mezi sebou vymění pozice. Pokud se ovšem hra neodehrávala v tak rychlém sledu, např. u nízkých věkových kategorií, stačila rozhodčímu k zachycení akcí pouze chuze, to bylo též zaznamenáno. Z předešlých grafů u jednotlivých kategorií je toto zřejmé.

Nutno též podotknout, že překonaná vzdálenost byla vypočítána pouze z dat získaných přímým pozorováním, z čehož vyplývá, že všechny hodnoty jsou pouze přibližné. Uvedené poskytuje podnět k další podrobnější práci, v níž by bylo možno použít např. digitální měřící zařízení.

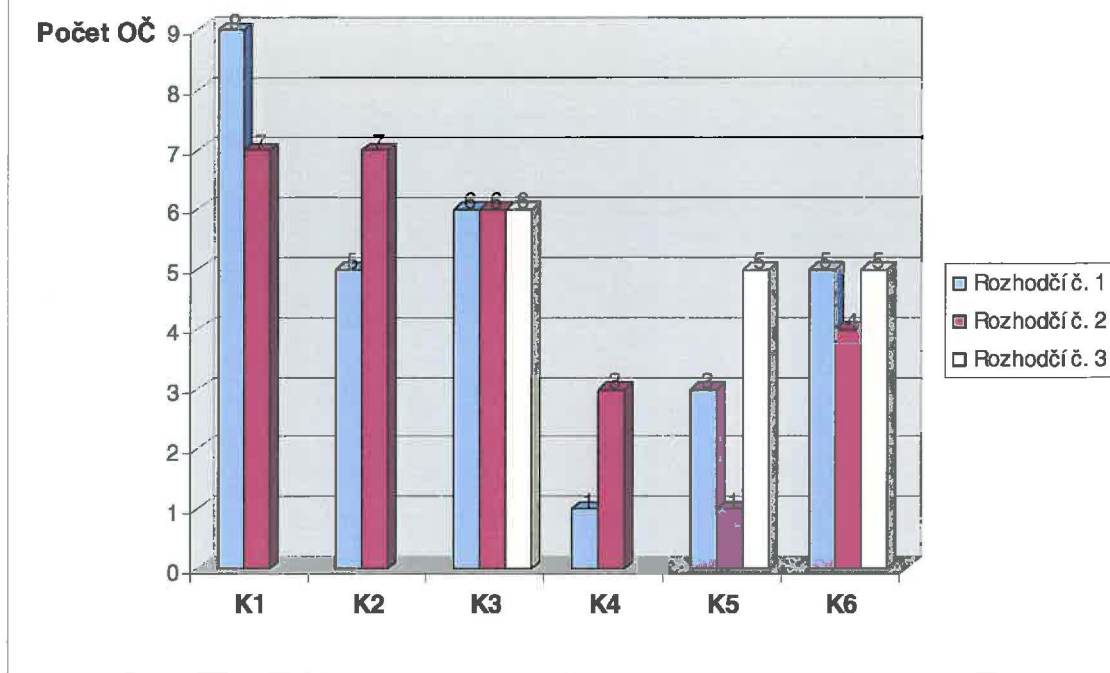
Obecně lze tedy stanovit, že faktor - překonaná vzdálenost utkání odpovídá stanovené hypotéze a obecnému trendu, že rozhodčí naběhává v průměrném utkání 3000 až 4500 metrů.

Graf č. 27: Porovnání počtu prováděných TH



Graf č. 27 znázorňuje porovnání počtů, pokusů prováděných TH v utkáních jednotlivých kategorií a řízených testovanými rozhodčími. Rozhodčí jsou seřazeni v jednotlivých kategoriích, vždy podle čísla vzestupně.

Graf č. 28: Porovnání počtu vybraných OČ



Graf č. 28 znázorňuje porovnání počtů využitých OČ v utkáních jednotlivých kategorií řízených testovanými rozhodčími. Rozhodčí jsou seřazeni v jednotlivých kategoriích, vždy podle čísla vzestupně.

Faktory - počet prováděných TH a vybraných OČ v průběhu utkání. Tyto nelze porovnávat s předem stanovenou hypotézou, čím vyšší kategorie, tím vyšší zatížení. Faktory jsou uváděny pro upřesnění, neboť tyto akce poskytují rozhodčím možnost k zotavení.

Výsledky tedy nepodléhají závislosti na věkové kategorii. Z grafů je zřejmé, že počty jsou rozdílné i v rámci jednotlivých kategorií. Počty TH jsou spíše závislé na citlivosti jednotlivých rozhodčích (event. kvalitě hry a osobních soubojů). Počty OČ závisí na míře důležitosti, průběhu a vypjatosti utkání, též na zhodnocení situace trenéry.

TH poskytnou rozhodčímu možnost k zotavení v délce cca 45 sekund, OČ poskytnou příležitost k odpočinku na cca 90 sekund.

Tyto faktory lze vysledovat spíše, pokud porovnáme jejich hodnoty s hodnotou průměrné TF, a to např. v předchozí kapitole nebo v těchto souhrnných grafech.

Obecně možno konstatovat, že počty TH a OČ se pohybovaly ve vyšších hodnotách.

9. ZÁVĚRY

Výzkum prokázal, že v měřených faktorech jsou mezi jednotlivými rozhodčími a především mezi jednotlivými kategoriemi, v nichž rozhodčí své zápasy řídili, pozorovatelné rozdíly.

Výzkum proběhl v rámci Fakulty tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze, v basketbalové soutěžní sezoně 2006 / 2007. Výzkumu se zúčastnilo 15 rozhodčích, kterým byl pro průběh utkání připnut Sport Tester POLAR a distribuován dotazník. Rozhodčí byli vybráni náhodně, ale museli splňovat jedno kritérium, které bylo zcela nezbytné pro výzkum. Vybraný rozhodčí musel řídit utkání, které svým zařazením spadalo do některé z vybraných soutěžních kategorií basketbalu dětí a mládeže.

Výzkum probíhal v průběhu vybraných utkání, sběrem dat z měření Sport Testerem a přímým pozorováním. K vyhodnocení a zpracování bylo možno použít podklady ze všech 15 utkání / testů.

Získané výsledky z vyhodnocených a statisticky zpracovaných podkladů dopadly převážně pozitivně. Vykázaly požadované a předpokládané rozdíly v průměrné TF, pohybu v zátěžových zónách a překonané vzdálenosti jedním rozhodčím v průběhu utkání.

Byla prokázána předpokládaná hypotéza, že většímu zatížení podléhají rozhodčí, kteří rozhodují mládežnická utkání (dorostenecké ligy...). Jak je již zřejmé z grafů uváděných v předchozí kapitole, a jak bylo zmíněno v komentáři, jež se též nachází v předchozí kapitole, vyšší hodnoty se nacházejí vždy u kategorií mládežnických. Samozřejmě s výjimkou faktoru - pohyb v zátěžových zónách, kde však, jak již bylo též zmíněno, je nutno vzít v potaz dílčí složky uvozující daný faktor. Také hypotéze, že mezi rozhodčími budou výrazné rozdíly, odpovídají skutečnosti potvrzené výzkumem. To je velice dobře zřejmé z předešlých souhrnných grafů. Potvrdila se také hypotéza o přípravě rozhodčích, což bude zřejmé z následujícího obecného hodnocení vyplněných testů pro rozhodčí. V otázkách týkajících se tohoto tématu, rozhodčí z mládežnických kategorií odpovídali kladně, tedy, že se na sezonu a v jejím průběhu připravují.

Výzkum nám mohl napovědět, jakým způsobem a v jakém rozsahu jsou rozhodčí v jednotlivých soutěžních kategoriích zatíženi. Myslím, že výzkum byl pozitivní

a přínosný, také proto, že se tímto tématem (problémem) nikdo příliš nezabývá. Výzkum nám dopomohl k několika různým údajům, výsledkům měřených faktorů. Shrňeme-li obecně všechny výsledky, je možno konstatovat tyto skutečnosti:

- faktor - průměrná tepová frekvence, poskytl výsledky v rozmezí 104,1 – 145,3 (hodnoty se započítanými hodnotami z přestávek)

- faktor - pohyb v zátěžových zónách, nabídl výsledky ve čtyřech sférách, v těchto rozestupech:

- velmi vysoké zatížení 3 – 44 minut
- vysoké zatížení 22 – 72 minut
- střední zatížení 1 – 58 minut
- nízké zatížení 0 – 18 minut

- faktor - překonaná vzdálenost v průběhu utkání, uvedl výsledky ve dvou sférách, v těchto odstupech:

- celková vzdálenost 1491 – 4750 metrů
- vzdálenost překonaná chůzí 42 – 728 metrů

- faktor - počty prováděných TH a počty využitých OČ, poskytly výsledky v tomto rozmezí:

- TH 12 – 80 pokusů
- OČ 1 – 9 vybraných

Z tohoto výčtu je možno vypožorovat, že rozptyly jsou, myslím, ve všech položkách bez výjimky velké. Což napovídá opravdu rozdílnému zatížení rozhodčích v jednotlivých utkáních a kategoriích. Výzkum umožňuje utvořit si představu o jednotlivých položkách a eventuelně, pokud by se o tento výzkum zajímal hráč basketbalu, mohl by porovnávat zatížení se sebou samým, ovšem vzít v úvahu, že rozhodčí nemá tu možnost střídat tak jako on.

Testovaným rozhodčím byli též rozdány dotazníky (viz ukázka dotazníku v příloze), které se zabývají údaji příslušnými k danému zkoumanému tématu.

Souhrnné zhodnocení. Obecným zkompletováním jsou z dotazníku zřejmé tyto poznatky: věková struktura testovaného souboru rozhodčích se pohybovala od 35 let sestupně ke 20ti letům (věk nemusel být v testu uváděn), rozhodované kategorie počínaly od II. ligy žen a mužů směrem dolů až k těm nejnižším, délka časového úseku v průběhu něhož se rozhodčí věnují této činnosti, byla poměrně rozmanitá, pohybovala se od 4 až k 15ti letům. Velice podobný byl však věk, v němž rozhodčí započali svou

činnost, pohybovala se okolo 16 potažmo 17 let. Rozhodcovské testy a příprava na ně - ve většině případů se přípravné období pohybovalo okolo cca jednoho měsíce před, kdy rozhodčí chodí běhat, opakuje si pravidla a řády, a většina respondentů neměla problém se splněním fyzických testů. Dále fyzická příprava na sezonu, v průběhu ní a příprava na zápas. Obecně možno konstatovat, že rozhodčí jako přípravu na sezonu berou přípravu na fyzické testy, neboť ty musí všichni absolvovat bezprostředně před začátkem nové basketbalové sezóny (pro tento výzkum 2006 / 2007). Příprava na utkání pak u většiny čítá cca 15 – 20 minut, kdy proběhne strečink a rozklusání. A v průběhu sezóny se větší část respondentů udržuje v kondici aktivní hrou basketbalu, převážně na úrovni krajského (Pražského) přeboru (trénink cca 2x týdně) . Dotazovaní rozhodčí jsou, co se rozhodcovské činnosti týče, dosti vytíženi, ve všeobecném měřítku řídí v plné sezóně 4, 5 a více utkání týdně. Závěrem nutno dodat, že respondenti se dosti věnují i doplňkovým sportům (tenis atd.) .

Dovoluji si též tvrdit, že tento výzkum poskytl i námět k další rozvíjející práci, která by měla být ve větším rozsahu, co se faktorů pro sběr dat, ale i použití technických zařízení týče.

Závěrem konstatování, že prováděný výzkum byl zcela pozitivní, přínosný a úspěšný. Poskytl mnoho nových poznatků, možností pro srovnání a otevřel alespoň částečný náhled do zákulisí basketbalového utkání z pohledu rozhodčích.

10. Seznam použité a citované literatury

- [1] BRKLOVÁ, D. HERCIG, S. a kol. *Diplomová a závěrečná práce studujících tělesnou výchovu a sport*. Plzeň : Vydavatelství Západočeské Univerzity, 1998. 58 s. ISBN 80 – 7082 – 413 – 1
- [2] DOBRÝ, L. SEMIGINOVSKÝ, B. *Sportovní hry – výkon a trénink*. Praha : Olympia, 1988. 318 s.
- [3] DOVALIL, J. a kol. *Sportovní trénink (lexikon základních pojmů)*. Praha : Karolinum, 1992. 227 s. ISBN 80 – 7066 – 555 – 6
- [4] ECO, U. *Jak napsat diplomovou práci*. Olomouc : Votobia, 1997. 271 s. ISBN 80 – 7198 – 173 – 7
- [5] HARTYANI, J. FIBA, *Basketball for everyone*. München : Fiba, 2000. 233 s.
- [6] HENDL, J. *Úvod do kvalitativního výzkumu*, Praha : Karolinum, 1997. 243 s. 1. vyd. I. SBN 80 – 7184 – 549 – 3
- [7] CHOUTKA, M. DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. Praha : Olympia. 1999. 333 s. ISBN 80 – 7033 – 099 – 6
- [8] LIPINSKY, J. *Schnelligkeit für Schiedsrichter – ein Trainings – und Testprogramm*. *Handbaltraining*, č. 7, 1991, str. 19
- [9] PAJKRT, P. *O Rozhodčích, ale i o nás*. *Basketball XXL*, č. 18, 1999, str. 28
- [10] PROCHÁZKA, Z. *Užitečná tradice*. *Basket*, červen, 1994, str. 23
- [11] PROCHÁZKA, Z. *Hodnocení basketbalových rozhodčích v sezóně 1993 – 1994*. *Basket*, září – říjen, 1994, str. 23
- [12] PROCHÁZKA, Z. *Rozhodčí informují*. *Basketball XXL*, č. 18, 1999, str. 28

- [13] PROCHÁZKA, Z. ČABR informuje. *Basketball XXL*, č. 16, 1999, str. 29
- [14] PUMR, M. a kol. *Basketbal pro rozhodčí všech tříd*. Praha : Olympia, 1987. 91 s.
- [15] PUMR, M. a kol. *Basketbal – učební text pro rozhodčí všech tříd*. Praha : Olympia, 1990. 92 s.
- [16] SHAPER, R. FIBA, *Official basketball rules and referee's Manual*. München : Fiba, 1994. 204 s.
- [17] ŠAFAŘÍK, V. STIBITZ, F. a kol. *Rozhodování ve sportovních hrách*. Praha : Státní Pedagogické Nakladatelství, 1978. 216 s.

11. Seznam grafů

	Strana
Graf č. 1: Počet rozhodčích v jednotlivých soutěžních kategoriích	45
Graf č. 2: Poměr počtu mužů a žen v souboru testovaných rozhodčích	45
Graf č. 3: Poměr hodnot naběhaných metrů	49
Graf č. 4: Poměr počtu prováděných TH	49
Graf č. 5: Poměr vybraných OČ	50
Graf č. 6: Poměr hodnot naběhaných metrů	52
Graf č. 7: Poměr počtu prováděných TH	52
Graf č. 8: Poměr vybraných OČ	53
Graf č. 9: Poměr hodnot naběhaných metrů	55
Graf č. 10: Poměr počtu prováděných TH	56
Graf č. 11: Poměr vybraných OČ	56
Graf č. 12: Poměr hodnot naběhaných metrů	58
Graf č. 13: Poměr počtu prováděných TH	58
Graf č. 14: Poměr vybraných OČ	59
Graf č. 15: Poměr hodnot naběhaných metrů	61
Graf č. 16: Poměr počtu prováděných TH	62
Graf č. 17: Poměr vybraných OČ	62
Graf č. 18: Poměr hodnot naběhaných metrů	64
Graf č. 19: Poměr počtu prováděných TH	65
Graf č. 20: Poměr vybraných OČ	65
Graf č. 21: Porovnání průměrných TF	66
Graf č. 22: Porovnání pohybu v zátěžových zónách velmi vysoké zatížení	67
Graf č. 23: Porovnání pohybu v zátěžových zónách vysoké zatížení	68
Graf č. 24: Porovnání pohybu v zátěžových zónách střední zatížení	69
Graf č. 25: Porovnání pohybu v zátěžových zónách nízké zatížení	70
Graf č. 26: Konfrontace hodnot naběhaných metrů	71
Graf č. 27: Porovnání počtu prováděných TH	73
Graf č. 28: Porovnání počtu vybraných OČ	74

12. Seznam tabulek

	Strana
Tabulka T2. 1: rozhodčí č. 1.....	48
Tabulka T2. 2: rozhodčí č. 2.....	48
Tabulka T2. 3: rozhodčí č. 3.....	51
Tabulka T2. 4: rozhodčí č. 4.....	51
Tabulka T2. 5: rozhodčí č. 5.....	54
Tabulka T2. 6: rozhodčí č. 6.....	54
Tabulka T2. 7: rozhodčí č. 7.....	56
Tabulka T2. 8: rozhodčí č. 8.....	57
Tabulka T2. 9: rozhodčí č. 9.....	57
Tabulka T2. 10: rozhodčí č. 10.....	60
Tabulka T2. 11: rozhodčí č. 11.....	60
Tabulka T2. 12: rozhodčí č. 12.....	61
Tabulka T2. 13: rozhodčí č. 13.....	63
Tabulka T2. 14: rozhodčí č. 14.....	63
Tabulka T2. 15: rozhodčí č. 15.....	64

13. Seznam použitých zkratk

ČABR	= Česká Asociace Basketbalových rozhodčích
ČBF	= Česká basketbalová Federace
ČOV	= Český Olympijský Výbor
K1 – K6	= kategorie K1 – Kategorie K6
Mattoni NBL	= Mattoni Národní Basketbalová Liga
Max.	= maximální
MČR	= Mistrovství České Republiky
MŠMT	= Ministerstvo Školství Mládeže a Tělovýchovy
NCAA	= Národní univerzitní sportovní organizace
OČ	= oddechový čas
TF	= tepová frekvence
T1	= tabulka T 1
T2	= tabulka T2

14. Přílohy

14. 1 Ukázka záznamové tabulky T1

14. 2 Ukázka záznamové tabulky T2

14. 3 Ukázka dotazníku pro rozhodčí

14. 1 Ukázka záznamové tabulky T1

Utkání: Soutěž:

Rozhodčí:

Počáteční TF:

	Celé hřiště	Polovina h. / Kratší vzdálenost / Další akce	Tři - čtvrtiny h.	TF	Čas
Minuta 1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					
21.					
22.					
23.					
24.					
25.					
26.					
27.					
28.					
29.					
30.					
31.					
32.					
33.					
34.					
35.					
36.					
37.					
38.					
39.					
40.					

14.2 Ukázka záznamové tabulky T2

Utkání : Soutěž :
Rozhodčí:

Doba trvání utkání (v min.)	
Průměrná TF v utkání	
Rozmezí naměřené TF v utkání	
Pohyb v zátěžových zónách v průběhu utkání (v %)	
Velmi vysoké zatížení (vyšší než 90% z TFmax	
Vysoké zatížení (70 – 89% TFmax)	
Střední zatížení (55 – 69 % TFmax)	
Nízké zatížení (35 – 54 % TFmax)	
Rozhodčí	

14.3 Ukázka dotazníku pro rozhodčí

Dotazník - rozhodčí - basketbal

Předem Vám velice děkuji za vyplnění dotazníku.

- 1, Váš věk? (nemusí být udáno)

- 2, Jaké soutěže rozhodujete?

- 3, Jak dlouho se věnujete činnosti rozhodčího?

- 4, V kolika letech jste absolvoval(a) první kurz (testy) k získání licence rozhodčího?

- 5, Jak často působíte jako rozhodčí (v horizontu týdne) ?

- 6, Kdy jste naposled absolvoval(a) fyzické testy k získání rozhodcovské licenci?

- 7, Jakým způsobem se na kontrolní testy připravujete (případně jak dlouho)?

- 8, Měl(a) jste problémy s absolvováním kontrolních fyzických testů (opakoval(a) jste je)?
- 9, Jak vypadá Vaše fyzická „příprava“ na „sezonu“ (pokud je) ?

- 10, Jak se udržujete v průběhu „sezony“ v kondici (pokud nějaký způsob existuje) ?

- 11, Jak dlouhou dobu věnujete před zápasem rozcvičení (cca v min.) a jakým způsobem se rozcvičujete (atletická abeceda, rozklusání, strečink) ?

- 12, Věnujete se aktivně basketbalu, jako hráč(ka) ? (pokud ano, na jaké výkonnostní úrovni hrajete a jak často trénujete)

- 13, Věnujete se aktivně i jiným sportům (pokud ano, jakým) ?