



Univerzita Karlova

Fakulta tělesné výchovy a sportu

Studijní obor: tělesná výchova a sport

První podání ve čtyřhře starších žáků a dorostenců

Bakalářská práce

Vedoucí práce: **Mgr. Tomáš Kočib**

Autor práce: **Michal Havel**

Praha 2010

Abstrakt

Název práce: První podání ve čtyřhře starších žáků a dorostenců

Cíle práce: Zjištění a porovnání úspěšnosti prvního podání ve čtyřhře starších žáků a dorostenců. Vyhodnocení nejúčinnějšího a nejúspěšnějšího taktického řešení po prvním podání ve čtyřhře starších žáků a dorostenců.

Práce nabízí rady k zaměření tréninku mládeže.

Metoda: Na základě studia literatury tenisové teorie byl sestaven záznamový arch, postihující možné varianty situací v utkání. Po zkušebním výzkumu bylo provedeno vyplnění záznamového archu pozorovatelem.

Výsledky: Ukazují rozdíly v úspěšnosti prvního podání a taktické možnosti využití prvního podání ve čtyřhře starších žáků a dorostenců. Upozorňují na varianty využití prvního podání, kterým by bylo vhodné se více věnovat v tréninku.

Klíčová slova: tenis, první podání, tenisová taktika

Abstract

Title: First Serve In Junior Tennis Doubles

Goals: Comparison of the first serve success and evaluation of the most effective and the most successful tactical plan of first serve in junior tennis doubles.

Method: Studying tennis theory literature and setting up a recording form, involving all possible match situations. During visited tennis tournaments, form will be filled out by a beholder.

Results: We show tactical possibilities how to play first serve in tennis doubles. We would like to remind some points, where we should pay more attention when training.

Key words: Tennis, first serve, tennis tactics

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracoval samostatně a uvedl veškeré literární prameny, které byly během této práce použity. Zároveň souhlasím se zveřejněním této práce jak v tištěné, tak v elektronické podobě.

V Praze dne 9. 4. 2010

Michal Havel

Poděkování

Děkuji Mgr. Tomášovi Kočíbovi za velmi užitečné rady a pomoc při vypracování mé bakalářské práce.

Svoluji k zapůjčení své bakalářské práce ke studijním účelům.

Prosím, aby byla vedena přesná evidence vypůjčovatelů, kteří musejí pramen převzaté literatury řádně citovat.

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

OBSAH

1 ÚVOD	8
2 TEORETICKÁ ČÁST.....	9
2.1 Tenis	9
2.1.1 Čtyřhra v tenise	9
2.2 Herní činnosti jednotlivce.....	9
2.2.1 Podání.....	9
2.2.2 Příjem podání (ritern).....	11
2.2.3 Úder ve hře.....	12
2.3 Obrana a útok v tenise	14
2.4 Co dělá podání účinným?	17
2.4.1 Umístění podání	17
2.4.2 Rotace podání.....	18
2.5 Činnost hráče v utkání	20
2.5.1 Herní styly.....	20
2.5.2 Taktika dvouhry	21
2.5.3 Rozdíl čtyřhry od dvouhry	21
2.5.4 Funkce hráče při čtyřhře.....	23
2.6 Typy hráčů ve čtyřhře	25
3. CÍLE PRÁCE, VÝZKUMNÉ OTÁZKY, METODY.....	29
3.1 Cíle práce	29
3.2 Výzkumné otázky.....	29
3.3 Metody	30
4. METODOLOGIE PRÁCE	31
4.1 Metodika výzkumu a charakteristika výzkumného souboru.....	31
5. VÝSLEDKOVÁ ČÁST	32
6. DISKUSE	36
7. ZÁVĚR A DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	38
8. POUŽITÁ LITERATURA.....	39
9. PŘÍLOHY	40

1 ÚVOD

Tenis je velmi dynamický sport, který je v dnešní době velmi populární a mnoho dětí by se jednou chtělo stát výborným tenisovým hráčem. I když více populární a medializovaná utkání jsou dvouhry, nesmíme zapomínat na nepředvídatelné souboje párů, ve kterých rozhoduje kromě kvalitního podání a správně zvolené taktiky také postřeh a cit hráčů pro míč. Ano, to je tenisová čtyřhra. Divácky často velmi oblíbená právě pro svoji dynamičnost a strhující volejové výměny. V době mé závodní tenisové kariéry, jsem se naučil využívat všech potřebných prvků pro úspěšné zvládnutí utkání čtyřher. Jak jsem již zmínil, hlavní zbraní je podání a následná činnost u sítě. A právě tomu bych se rád v této práci věnoval, snažil se poukázat na důležitost použití těchto jednotlivých úderů a také nastínit ideální možnou taktickou variantu pro hraní čtyřhry. Zvolení cílové kategorie starších žáků a dorostenců je cílené, protože se hráči ve věku kolem patnácti let někdy začínají více specializovat na určitá utkání, dvouhry, nebo čtyřhry. Dorostenci se již začínají blížit vyspělým hráčům a častěji využívají podání a voleje jako svých předností. Pokud by se těmto úderům a taktickým variantám více věnovali již v mladších věkových kategoriích, mohly by jejich úspěchy ve čtyřhře přijít dříve, než „až“ v dorosteneckém věku.

2 TEORETICKÁ ČÁST

2.1 Tenis

Tenis je sportovní hra síťového typu, kdy hrací plochy soupeřů jsou od sebe odděleny sítí a jde tedy proto o sportovní hru neinvazní. Úkolem každé ze soupeřících stran je dopravit míč raketou do pole soupeře tak, aby ho ten nebyl schopen vrátit zpět. Hráči se utkávají ve dvou typech utkání: dvouhry – utkání jednotlivců a čtyřhry – dva páry hrající proti sobě. (Kočíb, 2007)

2.1.1 Čtyřhra v tenise

Koromházová (2008) popisuje čtyřhru jako hru se čtyřmi hráči, kdy pravidla jsou téměř stejná jako při dvouhře, avšak existují malé změny.

Na každé polovině jsou dva spoluhráči – jedna dvojice. Dvorec pro čtyřhru je širší než pro dvouhru o 1,37m na každé straně. Jsou to pruhy dvorce mezi podélnými čarami pro dvouhru a pro čtyřhru. Ostatní čáry dvorce a čáry podání jsou stejné jako u dvouhry.

Podání se hraje v tomto pořadí: v první hře podává jeden hráč z jedné dvojice, ve druhé hře jeden hráč z druhé dvojice, ve třetí hře druhý hráč z první dvojice a ve čtvrté hře druhý hráč druhé dvojice. Toto se opakuje až do ukončení sady.

Protihráči přijímají podání střídavě, tedy podání z pravé strany jeden hráč a podání z levé strany druhý, a to během celé sady ve stejném postavení. Tzn., že pokud přijímá jeden hráč v první hře vpravo a druhý vlevo, musí takto stát po celou sadu.

2.2 Herní činnosti jednotlivce

2.2.1 Podání

Podání je úder, kterým hráč dopravuje míč do hry a je koordinačně nejnáročnějším úderem. Oproti ostatním činnostem ale poskytuje hráči dvě výhody, které by měl co nejvíce využít. Umožňuje mu vybrat místo, kde bude zasahovat míč a dává mu příležitost vybrat způsob provedení. Je to jediný úder, který hráč provádí po vlastním nadhozu. Aby zmírnil tuto

svou výhodu, musí zahrát míč pouze do určené části dvorce. Při podání zasahuje míč ve většině případů nad hlavou. Hráč má dva pokusy k zahrání platného podání.

Jak uvádí Jankovský (2002), podle statistik tvoří podání ve dvouhře i čtyřhře 20-30% všech úderů, získává se jím 12% vítězných bodů na antuce a 23% vítězných bodů na tvrdším povrchu, jako je například tráva.

Technika podání je velmi složitá, popíši zde proto jednotlivé části, kterými hráčův pohyb prochází.

Základní postavení: Hráč zaujímá boční postavení k síti, nohy má mírně rozkročené. Noha vzadu (u praváků pravá, u leváků levá), je téměř souběžně se základní čarou. Raketu drží hráč před tělem, paže má uvolněné.

Nadhoz a nápřah: Obě paže se pohybují vzhůru a míč je nadhazován nehrající paží, která je vzpažená. Směr nadhozu by měl být nad nohu vpředu a před tělo. Váha se přenáší plynule vpřed. Výška nadhozu musí být dostatečná, aby bylo možné odehrát úder napjatou paží. V tréninku se uplatňuje metoda vyhazování míče, který by měl následně dopadnout zpět do dlaně vzpažené nehrající paže, aniž by s ní hráč nějak hýbal.

Nápřahová smyčka: Po nadhozu raketa padá ve smyčkovém pohybu za tělo a následným velkým zrychlením se dostává nahoru vpřed do místa úderu.

Místo zásahu míče: Míč by měl být zasažen co nejvýše, mírně vpravo (u leváků vlevo) od těla. Váha je nyní přenesena ještě více nad nohu vpředu a chodidlo nohy vzadu je ve výponu.

Protažení: Raketa opisuje velký oblouk a končí vlevo nebo vpravo vedle těla. Váha je zcela na levé noze (u leváků na pravé). Fázi letu míče jako poslední usměrňuje zápěstí.

První podání je obecně pro soupeře více nebezpečné, podávající při něm více riskuje a jeho záměr je vytvořit si tlak na přijímajícího hráče. Záleží pouze na podávajícím, kam, jakou rychlostí a rotací podání zahraje. O všech možných používaných variantách se zmíním později. Důležité je, vždy si uvědomit, že první podání by nám mělo přinést výhodu nad

soupeřem a snažit se jí maximálně využít. Proto by k němu měl hráč přistupovat s odhodláním, ne se ho jakýmkoliv způsobem bát. Správně by měl hrát alespoň 70% úspěšných prvních podání, což je průměr v dnešním závodním tenise (Brabenec, 1997).

Nejdůležitějším úkolem hráče při hraní **druhého podání** je umístit ho do pole pro podání. Proto také musí volit nižší stupeň rizika a tomu přizpůsobit rychlost a směr dráhy letu. Z toho důvodu se často stává situace po druhém podání výhodnější pro přijímajícího hráče, který může ne tolik efektivního podání využít ve svůj prospěch. Podávající by proto měl zahrát druhé podání do slabšího údery soupeře, aby jeho pokus o útok nebyl tolik účinný.

V mladších věkových kategoriích (mladší žáci, výjimečně starší žáci) můžeme vidět zahrání druhého podání „zespoda“. Jedná se o nejjistější variantu druhého podání pro hráče, kteří nemají klasické podání hrané nad hlavou dostatečně nacvičené. Podání zespoda se hraje po nadhození míče rukou a odehrává se forhendem. Od kategorie starších žáků se tento styl podání nepoužívá, protože většinou znamená jasnou příležitost pro přijímajícího k útočnému úderu. Speciální variantou může být podání zespoda ve starších kategoriích i u zkušených hráčů, kdy se z klasického postavení pro podání odehraje forhendem pomalý krátký míč. Tato varianta slouží hlavně k překvapení soupeře, hráči ji proto hrají velmi zřídka.

2.2.2 Příjem podání (ritern)

Ritern je jediný úder, před jehož zahráním hráč předem ví, do které části tenisového dvorce míč dopadne. Vracet podání musí vždy po odskoku míče od země. Vzhledem k tomu, že podávající mění prudkost i rotaci míče, jeho příjem podání velmi těžkým úderem. Přijímající má nevýhodu v tom, že jeho čas na přípravu a provedení úderu je kratší, než u běžných úderů ve hře, proto má ve čtyřhře převahu podávající pár a taktika čtyřhry je založena na kvalitním podání. Slabšího podání lze samozřejmě využít k zahrání útočného riternu.

Pro naši práci jsou stěžejní v podstatě dvě neustále se opakující se situace v utkání:

- když hráč podává – všechny body v zápase začínají pro podávajícího podáním (5-10% z toho jsou dvojchyby)
- hráč riternuje – 70 až 85% všech bodů začíná pro riternujícího hráče riternem (zbytek jsou esa, chybné riterny, dvojchyby soupeře).

(Stojan, 1999)

2.2.3 Úder ve hře

Úderem ve hře je každý úder kromě podání a riternu. Hráč nejprve reaguje na úder od soupeře, jeho směr, prudkost a rotaci, a teprve potom se k míči přemísťuje a uvažuje nad odehráním míče zpět. Před dopadem míče na zem lze zahrát volej nebo smeč, úder hraný těsně po dopadu je hajfvolej a údery po dopadu jsou forhend, bekhend nebo smeč. Forhend a bekhend je rozlišen stranou od těla, na které se míč odehrává.

Forhend

Forhend je úder, vpravo od těla u praváků, vlevo u leváků. Forhend se hraje po dopadu míče na zem. Forhend bývá většinou předností hráčů, jejich zbraň. Poskytuje více možností pro ovládnutí hry než bekhend, také bývá razantnějším úderem. Stejně tak i rozsah pohybu při forhendu je větší a jak uvádí Šafařík (1978), tak tento rozsah paže s raketou dovoluje profesionálnímu hráči pokrýt až 80% dvorce nátlakovým forhendem.

Bekhend

Bekhend se hraje na opačné straně než forhend, tedy nalevo od těla u praváka a napravo od těla u leváka. Také se hraje po dopadu míče. Pokud jsem zmínil, že forhend je důležitějším úderem, nesmíme ale zapomínat na široké využití bekhendu. V dnešním tenise jsou používány dvě základní varianty bekhendu. Rozlišujeme jednoručný bekhend a bekhend obouruč. V závodním tenise se vyskytují oba způsoby. Dále velmi využívaným typem bekhendu je úder hraný se spodní rotací, který zajišťuje rychlý a nízký odskok míče a tím soupeři znepříjemňuje jeho vrácení.

Volej

Volej je úder, který se hraje bez dopadu míče na zem. Opět je možné rozdělit forhendový volej a bekhendový volej. Voleje zrychlují pohyb míče ve hře a dostávají tím soupeře do časové tísně. Při postupu k síti je nejdůležitější první volej. Tento úder rozhoduje o tom, jestli svým dalším úderem bod vítězně ukončí, nebo jestli si díky prvnímu voleji situaci připraví na pozdější zakončení, nebo nechá iniciativu na soupeři. Poslední varianta samozřejmě není doporučována. Při hraní volejů stojí hráč přibližně dva metry od sítě, a tím soupeři vykrývá velmi široký prostor pro zahrání prohozu. Ten musí soupeř zahrát buď podél čáry, nebo diagonálně, ale oba údery nesmějí postrádat dostatečnou přesnost, aby nenahráli síťáři k zakončení a zároveň aby nekončil úder v síti. Třetí variantou je lob, který je ale velmi náročný a síťáři často využívá lobu ke smečování. Přípravný volej je typ voleje, který nevede ihned k zakončení, ale k přípravě situace na vítězný bod. Většinou se tento volej hraje dále od sítě v případě, že postupující hráč se nestačil přemístit včas k síti a je proto nucen hrát např. v prostoru mezi základní čarou a polem pro podání.

Prohoz a lob, Stopbol

Prohoz bych nazval jako úder aktivní obrany. Hraje se v případě, že soupeř je u sítě a my se snažíme o razantní úder mimo postavení síťáře. Lob bývá většinou pouze obranný úder, pro zpomalení tempa hry.

Stopbol je úder, který je hrán po kratší dráze co nejbliže k síti na soupeřovu stranu. Je hrán spodní rotací.

Smeč

Smeč se hraje nad hlavou po obranném úderu soupeře. Je-li soupeř v časové tísně, a proto má malou naději na prohození, rozhodne se většinou lobovat. To je příležitost pro smečování. Smeč může být hrána před dopadem i po dopadu. Smeč ve většině případů by měla být koncovým úderem. Pouze v případech, kdy hráč ustoupí od sítě a smečuje v blízkosti základní čáry, by tento úder byl přípravou k zakončení akce.

2.3 Obrana a útok v tenise

V tenise na rozdíl od jiných sportovních her je složitější určit bránícího hráče a útočícího hráče. Hráč raketou udeří míč, který přes síť dopadne do soupeřovy poloviny dvorce. Úderem plní současně

- a) úkol obrany – dopravit míč do pole soupeře

- b) úkol útoku – dopravit míč do pole soupeře tak, aby jej soupeř nevrátil, nebo aby mu vrácení míče činilo co největší obtíže.

A právě proto, že hráč v některých momentech plní svým úderem současně funkci útočnou i obranou, nemůžeme jednoznačně určit, zda se hráč zrovna nachází v útoku, nebo v obraně, nebo jestli hraje míč útočný nebo obranný. Z praxe totiž víme, že se velmi často stává, že údery, které bychom pokládali za útočné (smeč, podání), mohou dopadnout mimo dvorec a tím pádem místo zisku bodu znamenají ztrátu bodu. Na druhou stranu ani tzv. obranný úder (pomalý forhend nebo bekhend) může v určitých situacích znamenat bodový zisk (dopadne-li míč do pole soupeře po dotyku sítě).

Z této skutečnosti vyplývá, že i tzv. útočný úder musí plnit funkci obrannou a že i tzv. obranný úder může plnit úkol útoku. Z toho důvodu je lepší údery rozdělit do obecnějších skupin, které v sobě budou zahrnovat širší skupinu úderů.

Podle Šafaříka (1978), jsou to z taktického pohledu následující kategorie:

Údery (převážně) útočného charakteru se vyznačují jednou nebo více z níže uvedených možností:

- stanovit optimální řešení dané herní situace,
- zaujmout správné úderové postavení
- provést úder takovou technikou, která odpovídá dané herní situaci,
- znemožnit nebo co nejvíce ztížit soupeři vrácení míče (přesným umístěním, zvýšenou prudkostí, rotací)

Údery (převážně) obranného charakteru jsou dány jednou nebo více z níže uvedených skutečností:

- nedostatkem času řešit optimálně danou herní situaci,
- neschopností zaujmout správné úderové postavení,
- nemožností provést úder potřebnou technikou,
- neschopností ztížit soupeři vrácení míče.

Výše zmíněné rozdělení je opravdu velmi obecné. Crespo (2001) taktické varianty úderů rozděluje podrobněji a uvádí, že je lze rozdělit na obranné, útočné, přípravné, vítězné a neutrální.

- 1) **Obranný** – má jako hlavní úkol udržet míč ve hře a ztížit nebo znemožnit soupeři vítězné ukončení roze hry. Jsou to v podstatě údery, které hráč nemůže zahrát ideální technikou a s optimálním taktickým plánem.
- 2) **Útočný** – který podléhá zcela mému taktickému rozhodnutí, ve kterém nejsem omezen ani situací ani technickým problémem.
- 3) **Neutrální** – který nemá žádný specifický cíl. Jde o určitý způsob „vyčkávání“.
- 4) **Přípravný** – který sleduje cíl připravit si vhodnou situaci pro zakončení roze hry a získání bodu
- 5) **Vítězný** – kterým se hráč snaží ukončit bod ve svůj prospěch, a tak znemožní soupeři vrátit míč zpět

Podání můžeme rozdělit do dvou až tří skupin. Prvním typem je podání **vítězné**, které po odehrání ukončuje roze hry ve prospěch podávajícího. Nazývá se také „eso“. Kombinuje výborné umístění spolu s dostatečně vysokou razancí a přijímající hráč na něj buďto nedosáhne vůbec, nebo jej nedokáže odehrát zpět do pole. Často je takové podání zahráno s menším či větším rizikem, ale hráč by neměl každé své podání hrát jako vítězné.

Mnohdy účinnější variantou je snaha o podání **přípravné**, které má za úkol donutit soupeře zahrát obranný ritern, kterého můžeme využít naším druhým úderem, který by mohl být vítězným. Obecně přípravné podání nám připraví situaci, ze které můžeme dále realizovat náš taktický záměr. Ve čtyřhře je velkou zbraní zahrání dobrého přípravného podání, kterého využívá síťář a má možnost hrát vítězný volej nebo smeč.

Obranné podání se v tenisové terminologii neuvádí, protože by neodpovídalo správným taktickým záměrům, které by mělo podání plnit.

Jak uvádí Brabenec (1997) ve svých statistikách, první podání rozhoduje až polovinu všech bodů ve čtyřhrách, proto je důležité si vysvětlit, jak správně podání hrát, abychom mohli využít všech jeho předností.

Následující tabulka ukazuje výsledky zjištěné u elitních světových hráčů.

Tabulka č. 1: Brabenec (1997) str. 22

Úspěšné první podání:	65 – 80%
Ukončené rozechry ihned po podání:	30%
Esa:	5 - 10%
Dvojchyby:	2 - 4%
Chyba z riternu:	20 – 25%
Zkažený první volej po podání:	15 – 20 %

Ve čtyřhře mužů 50% ze všech bodů bylo rozhodnuto po prvních dvou úderech (podání + příjem podání). Více než 50% bodů bylo rozhodnuto činností u sítě. (Brabenec, 1997)

2.4 Co dělá podání účinným?

První podání zahajuje každou hru v utkání, a je proto velmi důležité, aby jeho umístění bylo co nejpřesnější a úspěšnost co nejvyšší. Právě první podání může často rozhodovat body nebo celé hry v sadě.

První podání má za úkol přinutit přijímajícího hráče k zahrání obranného riternu. Kvalitní hráči čtyřhry by měli zahrát alespoň 70% prvních podání do pole pro podání. Dále umožňuje podávajícímu dostat se co nejrychleji a co nejbliže k síti, protože čím blíže síť hráč je, tím vyšší má šanci na úspěšné zahrání voleje. Z toho důvodu je vhodné zahrát podání s velkou rotací a tím i vysokým a dlouhým odskokem míče. Rychlost míče by měla být přibližně 75% maximální rychlosti našeho podání, aby hráč dokázal ideálně zkombinovat co nejvyšší úspěšnost spolu s co nejrychlejším přechodem k síti. První podání také udržuje přijímajícího v neustálém psychickém tlaku a nutí ho předvídat, nebo někdy i hádat, kam bude podání umístěno.

2.4.1 Umístění podání

Umístění prvního podání můžeme rozdělit do tří základních směrů, jejichž volba závisí na několika faktorech. Tím může být aktuální stav, postavení a dovednosti přijímajícího, postavení spoluhráče, zamýšlená taktická varianta, ale také to může být ovlivněno například rozměry prostoru kolem hřiště.

V praxi rozlišujeme základní tři směry podání:

1) diagonální směr

- tzv. podání „ven z kurtu“ odehrané z pravé strany dvorce je účinnou zbraní pro atakování soupeřova forhendu, pokud je to jeho slabší úder, nebo pokud hrajeme s levákem, potom je to možnost zaútočit do jeho bekhendové strany.

2) směr ke středu pole pro podání

- tento taktický záměr hrát podání do středu pole se využívá v případech, kdy chceme soupeře překvapit, co nejvíce mu zkrátit dobu na přípravu

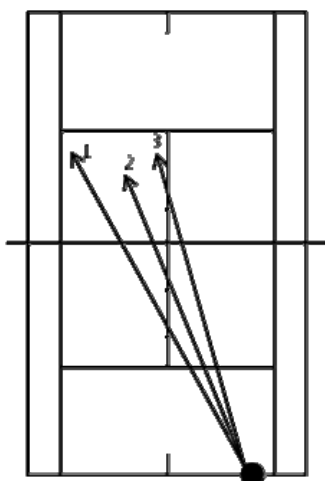
úderu. Takovéto podání totiž velmi často směřuje přímo na tělo soupeře. Ten se proto musí nejprve rozhodnout, jakým úderem podání vrátí. Díky tomu se hráč na příjmu nedostane do ideálního postavení, které by mu umožňovalo optimální odehrání míče.

3) směr ke spojnici čar pro podání

- je využíváno hlavně z forhendové strany pravou rukou podávajícího hráče, nebo z levé strany levou rukou podávajícího hráče, protože soupeř má při příjmu velmi omezený úhel, kam úder odehrát.

Na následujícím obrázku je možné porovnat varianty umístění podání při čtyřhře.

Obr. č. 1



S rozdělením směrů také úzce souvisí volba rotace podání a její praktické využití. Známe čtyři nejčastěji používané typy rotace:

2.4.2 Rotace podání

1) Podání přímé:

Tento způsob podání je umožňuje nejvyšší rychlost letu míče, které ale odskakují nízko, proto pokud není podání přesně umístěné, není pro hráče na příjmu velkou hrozbou. Užívá se téměř vždy jako první podání. V případě druhého podání slouží spíše k překvapení

soupeře a znamená i určité riskování ze strany podávajícího. Držení rakety se blíží bekhendovému, i když někomu vyhovuje více forhendové. V ideálním případě by se mělo zasahovat napjatou paží, kdy je míč odehráván po přímce směrem do pole pro podání. Jeho největším přínosem je razance, ztrácí ale na kontrole, protože rotace v úderu je minimální.

2) Podání s boční rotací:

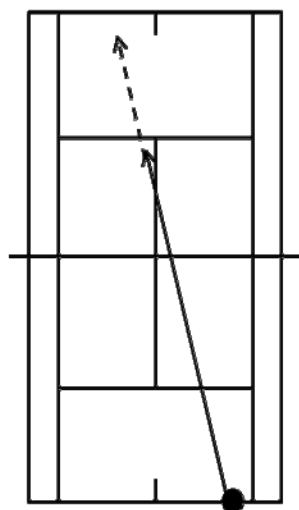
Raketu hráč drží spíše bekhendovým držením a nadhoz míče směřuje více nad dominantní paži, pohybem rakety jakoby obalujeme míč a tím začíná rotovat po jeho pravé (levé) straně zezadu dopředu. Rychlost míče je pomalejší než při přímém podání, ale míč odskakuje do strany (pravé strany přijímajícího, pokud podává pravák) a relativně nízko, což znepříjemňuje vrácení podání.

Použití podání s boční rotací se doporučuje využívat při podáních diagonálním směrem (ven z dvorce) do forhendu, čímž dostane soupeře z ideální pozice. Navíc pokud je forhend jeho slabší úder, může podávající vytvořit silný tlak úspěšným podáním.

3) Podání s kombinovanou rotací (kombinace boční a horní rotace):

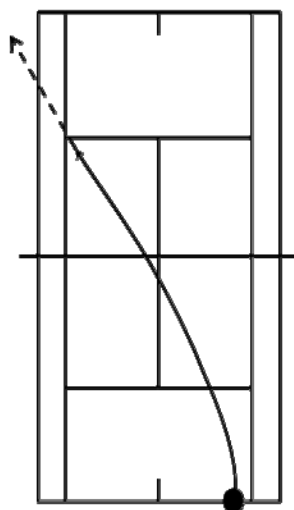
Držení rakety je opět bekhendové, ale nadhoz směřuje více vlevo a níže než u boční rotace a přímého podání. Potřebnou horní rotaci míči dodá rychlý pohyb kolen a zápěstí těsně před zasažením míče. Odskok míče vyšší, rychlejší a směřuje více doleva. Vhodné pro podání zleva, kdy míč odskakuje vysoko a ven z dvorce a přijímající musí hrát bekhend ve výšce ramen, což je velmi náročné. Dále se velmi často využívá při plánovaném náběhu k síti, protože díky pomalejší rychlosti a vysokému odskoku má podávající dostatek času se přemístit k síti. Proto se velkou měrou hraje ve čtyřhrách, kdy i díky výrazné rotaci nabízí vyhnání soupeře mimo jeho ideální pozice. Horní rotace také umožňuje podávajícímu hrát úder s větší kontrolou, proto bývá využívána při druhém podání.

Obr č. 2



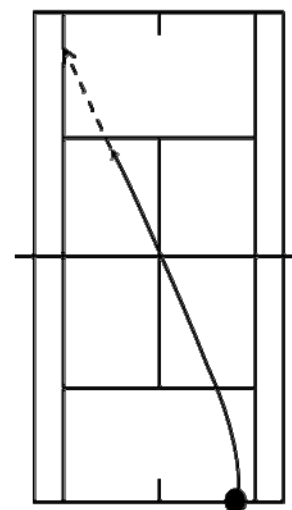
přímé podání

Obr č. 3



boční rotace

Obr č. 4.



kombinovaná rotace

2.5 Činnost hráče v utkání

V praxi ale pouhé zvládnutí techniky jednotlivých úderů nestačí. Často se totiž stává, že hráč hraje bezchybně v tréninku a v utkání tvoří mnoho chyb a tím je jeho výkon značně limitován. K tomu, aby byl úspěšný, i v soutěžním prostředí musí se naučit využívat soupeřových slabin, musí být dobře psychicky připraven a být si vědom vlastních předností, které by měl co nejčastěji využívat. Dobrý hráč by se měl umět rychle a správně rozhodovat, předvídat následující situace a případně i využít objektivních podmínek utkání (slunce, déšť, vítr) ve svůj prospěch. Jedním z nejdůležitějších prvků, které musí hráč výborně zvládat, je taktické myšlení a taktické využití herních činností v utkání.

2.5.1 Herní styly

Názvy herních stylů ve dvouhře a čtyřhře vycházejí z činnosti hráče (hráčů), kterou tento hráč (hráči) v utkání převážně vykonává. Díky rozdělení Šafaříka (1978) a Duška (2000) můžeme ve dvouhře i čtyřhře rozlišit následující herní styly založené na činnosti hráče:

- u základní čáry
- u sítě
- u základní čáry i u sítě (celodvorcový systém)
 - ve třetí čtvrtině dvorce
 - ve středu dvorce

2.5.2 Taktika dvouhry

Současný závodní tenis umožňuje hráčům využívat dva hlavní styly hry, které vedou k vítězství. Jedinec si může vybrat, zda bude aktivní jak u základní čáry, tak i u sítě, tj. celodvorcový styl, nebo jestli se bude soustředit na bodování zejména u sítě.

Celodvorcový – Tento styl hry se uplatňuje nejvíce u soutěží hraných na površích s pomalým odskokem míče, jako je např. antuka. Hráč se nijak výrazně netlačí k síti, ale samozřejmě ve vhodné chvíli (kvalitní první podání, volný míč soupeře) se u sítě snaží bod ukončit ve svůj prospěch.

Hráč u sítě – Naopak tento styl je k vidění na dvorcích s rychlým odskokem míče (tráva, beton), kdy hráč sází na své velmi kvalitní podání, po němž se co nejrychleji přesunuje k síti, kde se snaží rozehru ukončit.

2.5.3 Rozdíl čtyřhry od dvouhry

Jestliže si hráč může ve dvouhře vybrat, jaký styl hry použije k vítězství, ve čtyřhře platí jen jeden úspěšný způsob. A ten je založen na činnosti hráče u sítě. Jak uvádí Brabenc (1997), 50% bodů je ve čtyřhře rozhodnuto činností u sítě. Proto každý kdo chce být kvalitním hráčem ve čtyřhře, si musí uvědomit, že hlavní rozdíly od dvouhry spočívají:

a) v rozdílné taktice

Na rozdíl od dvouhry, kdy má hráč již při hraní riternu možnost si vybrat, kam jej zahraje a jak bude jeho taktika pokračovat, ve čtyřhře se hráči řídí až do třetího úderu (prvního voleje) víceméně přesnými pravidly. Důvod je ten, že většinou pouze jeden možný způsob je účinný. První podání totiž dává určitou výhodu spoluhráči podávajícího, aby využil většinou slabší ritern k zakončení. Naopak druhé podání je výhodné spíše pro přijímajícího, který jej může vrátit razantním úderem a postupovat k síti. Právě u sítě se ve čtyřhře rozhoduje většina bodů.

- b) ve schopnosti spolupráce a uplatnění potřebných charakterových a volních vlastností

Hráči si musí dohodnout předem stanovený postup, který se budou snažit dodržovat. Jedná se hlavně o systém přebíhání u sítě. Síťář by měl využívat každého zaváhání soupeře k rychlému přeběhnutí a zahrání konečného voleje. Pokud jsou oba hráči u sítě a míč letí mezi ně, nebo jsou přelobováni, musí být jasné, kdo míč bude hrát a kam se jeho spoluhráč bude přesouvat.

- c) ve snaze zaujmout co nejdříve postavení u sítě

Jak jsem již zmínil, většina bodů končí ve čtyřhře u sítě. S tím souvisí také hraní úderů. Největší šanci na úspěch má hráč tehdy, hraje-li úder shora dolu. Proto je důležité první podání, které by mělo soupeře donutit hrát obranný ritern, který je následně odehráván útočným volejem.

- d) v projevování neustálé aktivity při hře

Čtyřhra je velmi dynamická, výměny trvají krátce, je proto nutné využít aktivní hry. Ta by měla být promyšlená a rozmanitá, hledat kompromis mezi razantností úderů a jejich umístěním. Tohle je nejdůležitější si uvědomit hlavně při podání, smeči a riternu.

- e) v odlišném a obtížnějším umístění míčů a v odlišné technice

Mohlo by se zdát, že umístění míče do dvorce je při čtyřhře jednodušší než při dvouhře díky širšímu hřišti. Ale kvůli dvěma soupeřům je to naopak těžší. Také při podání je postavení podávajícího jiné (posouvá se více ke kraji dvorce) a tím je pro něj složitější umístit podání do některých míst.

2.5.4 Funkce hráče při čtyřhře

Během utkání se každý hráč dostává do čtyř pravidelně se střídajících funkcí. Po podání se střídá ve funkci přijímajícího a spoluhráče přijímajícího, třetí hru hraje jako spoluhráč podávajícího a ve čtvrté hře se dostává do stejné funkce jako při hře druhé.

Průměrnou četnost rozehraných úderů uvádí Šafařík (1978) následovně:

Tabulka č. 2: Šafařík (1978), str. 100

	Průměrný počet rozehraných míčů ve hře	
1. Podávající	6x	Hraje střídavě na levé nebo pravé straně dvorce
2. Přijímající, spoluhráč přijímajícího	3x 3x	Hraje na stejné straně dvorce
3. Spoluhráč podávajícího	6x	Hraje střídavě na levé nebo pravé straně dvorce
4. Přijímající, spoluhráč přijímajícího	3x 3x	Hraje na stejné straně dvorce

V momentě zahájení každé rozehry musí hráč plnit kteroukoliv z výše zmíněných funkcí provádět rozdílnou činnost a tomu přizpůsobit i svoji taktiku.

Funkce podávajícího (zpracováno podle Šafaříka (1978), str. 100 – 102)

První podáním hráč v podstatě určuje, který z týmů bude mít v rozehře lepší podmínky pro získání bodu. Proto by měl dodržovat většinu z následujících zásad:

- Měl by se snažit zahrát první podání do pole tak, aby hráč na příjmu nemohl zahrát účinný ritern. Navíc úspěšné první podání vyvíjí tlak na soupeře, ten musí podání přijímat dále od sítě a tím má podávající více času zaujmout výhodné postavení u sítě.

- Po zahrání prvního i druhého podání se dostat co nejrychleji k síti. Co nejrychleji vybíhá k čáře podání, odkud startuje do potřebného směru k zahrání prvního voleje. U čáry podání by měl být nejpozději v okamžiku odehrání riternu soupeřem. Proto se nemusí snažit hrát podání s maximální možnou silou, ale spíše dbá na přesné umístění.
- Podání umisťovat
 - na méně kvalitní úder soupeře (u praváka to bývá do bekhendu)
 - ven z dvorce (diagonální směr), současně také může být usměrněné na slabší úder soupeře
 - přímo na tělo soupeře (směr do středu pole pro podání).
- Po prvním podání očekávat, že vrácený míč bude letět
 - menší razancí k jeho nohám
 - volně diagonálně na jeho stranu
 - lobem přes jeho spoluhráče.
- Po druhém podání očekávat, že soupeř bude hrát
 - liftovaný úder přímo na něj
 - liftovaný úder přímo na jeho spoluhráče
 - pokus o prohození podél.
- První volej hrát
 - pokud riternující zůstává u základní čáry – na střed dvorce k základní čáře
 - pokud riternující postupuje k síti – k jeho nohám s menší razancí.
- Případný druhý volej hrát
 - bekhendem – umístit na střed dvorce k základní čáře, nebo ven z dvorce (diagonálně) na stranu přijímajícího
 - forhendem – umístit k nohám nebo přímo na tělo spoluhráče podávajícího.

2.6 Typy hráčů ve čtyřhře

V tenisové čtyřhře se setkáváme s různými typy dvojic hráčů, kteří se vyznačují rozdílnými herními dovednostmi, liší se taktikou a využívají ve svůj prospěch odlišné „zbraně“ k poražení soupeře.

Jak uvádí Cayer (2004), lze hrající páry rozdělit do následujících skupin:

1) Rychlí a hbití hráči, kteří často přebíhají u sítě

Mnoho hráčů se snaží hrát právě tímto stylem, ale jen některým se to opravdu daří. Přebíhání u sítě je velmi náročná činnost, která vyžaduje od hráče rychlé reakce, umění bezchybně číst hru a také hrát kvalitní voleje. Většina hráčů přebíhá pouze při slabších úderech soupeře (obranný ritern), ale správný síťář by měl umět využít každé příležitosti k překvapení soupeře, rychle se přemístit k letícímu míči a pokusit se volejem rozehru ukončit.

Tabulka č. 3: Cayer (2004), str. 4

	Potencionální výhody	Potencionální nevýhody
Podávající hráč	Rychle se pohybuje k síti a tím rychleji vrací soupeřovy riterny a také hraje voleje ve větší výšce.	Tito hráči nepodávají příliš razantně, aby stihli včas doběhnout k síti.
Podávající dvojice	Jejich hlavní předností je hbitost a rychlost pohybu.	V případě, že podání není dostatečně razantní, soupeř může zaútočit agresivním riternem.

2) Hráči s razantními údery

Dvojice vyznačující se razantními údery se většinou snaží soupeře udolat především hrou od základní čáry. Tento typ hry je často vidět v ženském profesionálním tenise. Stále více hráčů se snaží využívat velmi razantního prvního podání. Také v mládežnických kategoriích je tento styl hry nejčastější, protože hráči ještě nemají dostatečně účinné voleje, a proto se snaží soupeře porazit hrou od základní čáry.

Tabulka č. 4: Cayer (2004), str. 6

	Potencionální výhody	Potencionální nevýhody
Podávající hráč	Využívá svého tvrdého podání, které donutí přijímajícího k obrannému riternu.	V případě, že podání je velmi rychlé, hráč nemá dostatek času doběhnout včas k síti. Pokud nejde k síti vůbec, riskuje hraní svého druhého úderu proti soupeři, který nabíhá k síti.
Podávající dvojice	Razance jejich úderů je dostačující k výhře svého podání.	Často tito hráči nejsou pohybově dobře vybaveni, proto mají problémy s kvalitními riterny soupeřů.

3) Hráči s přesným umístěním míče

Skvělý cit pro míč, výborné čtení hry, nepředvídatelná variabilita herních dovedností a variant úderů. Tito hráči porážejí své soupeře hraním přesných úderů do míst, odkud se vracejí velmi těžko, využívají lobů a snaží se přehrát soupeře přes jeho slabinu. Tento styl hry je běžný v seniorských kategoriích, kdy je více využíváno bekhendů se spodní rotací. Na pohled se taková hra nemusí každému líbit, protože postrádá ony rychlé výměny, ale hráči o to méně kazí údery a vyvarují se většiny svých chyb.

Tabulka č. 5: Cayer (2004), str. 8

	Potencionální výhody	Potencionální nevýhody
Podávající hráč	Využívá mnoho typů podání, umí je přesně umístit. První volej je jejich velkou zbraní, dokážou zahrát míč do velkých úhlů, ze kterých se musí často hrát spíše obranné údery.	Slabší první i druhé podání, kterého soupeř často využívá a hraje útočný ritern, tím se podávající dostává pod tlak.
Podávající dvojice	Spoléhají na kvalitní voleje a také variabilitu hry.	Celkově se jeví jako ne moc kvalitní soupeř a tím dávají soupeři pocit, že jsou lehkou porazitelní.

4) Celodvorcoví hráči

Dvojice, která umí hrát v podstatě stejně dobře v jakékoliv situaci, má v utkání navrch. Dokáže zkombinovat všechny výše zmíněné herní činnosti a patřičně je využít. Umějí hrát tvrdou agresivní hru, s cílem přesně umístit všechny údery a hrají stejně dobře u sítě jako u základní čáry. Bohužel takových hráčů je dnes velmi málo, ale pokud se takový pár spolu sehraje, mají vždy velkou šanci na vítězství.

Tabulka č. 6: Cayer (2004), str. 9

	Potencionální výhody	Potencionální nevýhody
Podávající hráč	Podání i voleje má velmi účinné a málo v nich chybuje.	Nemají slabou stránku
Podávající dvojice	Mají mnoho variant jak zahrát podání a jako kvalitní síťáři jsou velmi nebezpeční při přebíhání.	Mohou mít problémy s dvojicemi, které se snaží hrát agresivní hru od základní čáry, nebo naopak s hráči, kteří se specializují na hru u sítě.

5) Dvojice, která kombinuje některé z výše zmíněných typů

Kombinovaná dvojice disponuje dvěma různými herními styly. Situace, kdy spolu hrají hráči rozdílných herních stylů je velmi častá. Mnohokrát se setkáváme s těmito variantami herních stylů:

- Hráč s razantními údery a dobrý hbitý síťář
- Hráč s přesným umístěním míče a dobrý hbitý síťář
- Hráč s razantními údery a hráč s přesným umístěním míče

V praxi se setkáváme s případy, kdy dvojici tvoří silový hráč, který využívá svého prvního podání a agresivní hry od základní čáry a rychlého síťáře, který ukončuje rozehru volejem. Obecně platí, že taková dvojice si musí uvědomit, že je třeba vzájemně respektovat partnerův odlišný styl hry spolu s jeho přednostmi, slabinami i rozdílnou taktikou. Pro soupeře je velmi obtížné najít slabinu zkombinované dvojice, protože se hráči neustále vyměňují (podávající, přijímající atd.).

3. CÍLE PRÁCE, VÝZKUMNÉ OTÁZKY, METODY

3.1 Cíle práce

Hlavním cílem práce je zjistit, jaká je nejúčinnější a nejúspěšnější taktická varianta podání ve čtyřhrách v kategoriích starších žáků a dorostenců. Dále nalezení rozdílů v těchto dvou věkových kategoriích a zjištění, které varianty jsou používané nejčastěji a tím upozornit na možnost změny zaměření tréninků v mladším věku hráče. Dalším dílčím cílem bude zjištění, jak první podání ovlivňuje rozehru a také vyhrané hry v sadách.

Dílčími úkoly práce jsou:

- studium dostupné literatury týkající se problematiky tenisové teorie, techniky a taktiky
- příprava záznamových archů pro výzkum
- realizace zkušebního výzkumu
- navštívení vybraných tenisových turnajů obou zmíněných věkových kategorií
- realizace výzkumu
- analýza výsledků

3.2 Výzkumné otázky

- Jak se bude lišit úspěšnost prvního podání v jednotlivých kategoriích?
- Jaký směr podání bude nejúspěšnější?
- Bude se lišit taktika po odehrání prvního podání v jednotlivých věkových kategoriích?
- Budou hráči volit okamžitý postup k síti po prvním podání?
- Pokud zvolí tuto taktickou variantu, budou úspěšní?
- Které z taktických řešení bude nejúčinnější?
- Budou dorostenci díky podání získávat více bodů než starší žáci?

3.3 Metody

Při zpracování této práce jsou použity následující metody: analýza odborné literatury, metoda pozorování se současným zaznamenáváním údajů o hře do předem připravených formulářů.

Analýza odborné literatury

Nejvíce byla využita literatura zabývající se teorií tenisu, jeho taktickými variantami a technickou přípravou hráčů. Na základě zjištěných informací jsme sestavili záznamový arch, který bude vyplňován během pozorování.

Metoda pozorování

Pro získání dat použijeme metodu pozorování, která, jak uvádí Fialová a Rychtecký (2003), je metoda subjektivní a výsledky záleží na osobě pozorovatele. Pozorování je prováděno nezúčastněně, otevřeně a bezprostředně. Během pozorování budeme zaznamenávat potřebné informace o konkrétních herních situacích, které v závěru analyzujeme.

4. METODOLOGIE PRÁCE

4.1 Metodika výzkumu a charakteristika výzkumného souboru

Před zahájením výzkumu, jsme provedli zkušební měření u hráčů světové úrovně v kategorii mužů, konkrétně utkání Davisova Poháru, Česká republika – Argentina. Během zimní turnajové sezóny jsme vybrali několik turnajů. Budeme porovnávat kategorie staršího žactva (13 – 14 let) a dorostu (15 – 17 let). Volba byla provedena výběrem stejné kategorie turnajů (C), což nám zajistilo, že zúčastnění hráči jsou výkonnostně na velmi podobné úrovni. Každé utkání bylo pozorováno po dobu jedné sady. V případě hraní několika utkání současně, pozorované utkání jsme vybrali losem. V případě, že jsme některého z hráčů pozorovali vícekrát, bude tolikrát také zahrnut do výsledků, protože hrál proti rozdílným soupeřům, za jiných podmínek (povrch dvorce) a na jiném turnaji.

Celkem bylo navštíveno 7 turnajů, v každé kategorii jsme pozorovali celkem 10 sad. Do naší evidence jsme zaznamenali bodovou hodnotu každého hráče a jeho aktuální umístění na celostátním žebříčku v dané kategorii. Také jsme evidovali, jestli je hráč pravák nebo levák. Ve výsledkové části budeme uvádět ty nejdůležitější zkoumané kategorie.

Seznam turnajů, které jsme navštívili:

- a) kategorie starší žáci: Pohár města Sokolov - TK Sokolov
 Vysočanský pohár - TSM Sokol Vysočany
 Prince Open - TC ESO Praha
 LOB Slovan Bohnice

- b) dorost Vysočanský pohár - TSM Sokol Vysočany
 Prince Open - TC ESO Praha
 LOB Slovan Bohnice

5. VÝSLEDKOVÁ ČÁST

Během navštívených turnajů jsme v každé věkové kategorii pozorovali deset sad. Starší žáci během těchto deseti sad odehráli 78 her a dorostenci 81 her.

Tabulka č. 7: Úspěšnost prvního podání

	<i>starší žáci</i>	<i>dorost</i>
Celkový počet prvních podání	534	663
Celkem úspěšných prvních podání – celkový počet odehraných bodů	339	476
% úspěšnost prvního podání	63%	72%

Základem pro náš výzkum bylo zjistit, jaká je úroveň prvního podání ve čtyřhře v daných věkových kategoriích. Obecně by se dalo předpokládat, že dorostenci mají podání úspěšnější a také variabilnější, protože mají lépe zvládnutou techniku podání, díky které je úder přesnější. Na základě testování jsme zjistili, že dorostenci opravdu podávají lépe, což je ve čtyřhře velmi důležitým faktorem. Z celkového počtu odehraných prvních podání bylo umístěno do pole pro podání 63% podání u starších žáků a 72% u dorostenců. Jak již bylo zmíněno, hráči by měli dosahovat alespoň úspěšnosti 70%, aby se jejich podání dalo hodnotit jako kvalitní. Kam hráči podání nejčastěji umísťovali, je znázorněno v tabulce č. 8.

Tabulka č. 8: Umístění prvního podání do pole pro podání

	<i>starší žáci</i>	<i>dorost</i>
Zprava - diagonální směr	61%	46%
Zprava - ke středu pole pro podání	36%	40%
Zprava - ke spojnici čar pro podání	3%	14%
Zleva - diagonální směr	46%	52%
Zleva - ke středu pole pro podání	48%	33%
Zleva - ke spojnici čar pro podání	6%	15%

Druhým podstatným bodem bylo vyhodnocení směrů, jakými hráči podávali. Základní rozdělení bylo z hlediska stran, ze kterých hráči podávali a následné určení tří základních směrů letu míče. Z výsledků je vidět, že starší žáci jsou patrně trénováni hlavně k podávání diagonálním směrem, kde jsou výsledky z pravé strany jednoznačné. Kromě tréninku, je tato skutečnost také ovlivněna tím, že v případě podání diagonálním směrem, je nejjednodušší trefit míč do vymezené oblasti, protože plocha této oblasti je mnohem větší, než například u směru ke spojnici čar pro podání, kdy i malé odchýlení od plánovaného směru, často končí chybou. Z levé strany je varianta diagonálního podání technicky a koordinačně náročnější než při podání zprava, proto dochází k vyrovnání četností v diagonálním směru a směru ke středu pole pro podání. U dorostenců již můžeme zpozorovat větší variabilitu využívání směrů podání. Opět převažují směry diagonální a ke středu pole pro podání, rozdíl ale není tak výrazný, jako u starších žáků. Nepatrně vyšší zastoupení diagonálního směru u podání zleva u dorostenců oproti starším žákům je opět nejspíš z důvodu kvalitnější techniky podání a také zvolené taktiky hráčů.

Právě volba taktiky se často v jednotlivých věkových kategoriích liší, dorostenci více využívají a také kvalitnějšího podání, kterým se snaží co nejvíce rozehru ovlivnit. Údaje o taktickém rozhodování a úspěšnosti jednotlivých variant jsme znázornili v tabulce č. 9. Museli jsme také zařadit kategorii „*Jiná varianta*“, která v sobě zahrnuje situace, které jsme nemohli přesně zaznamenat, protože rozehra byla ukončena dřív, než hráč začal realizovat své taktické plány, a proto nebylo možné určit, jak by se rozehra dál vyvíjela. Konkrétně tyto situace byly například nevynucené chyby z příjmu podání nebo prohozy síťaře přijímajícím hráčem.

Tabulka č. 9: Volba taktiky po úspěšném prvním podání

	<i>starší žáci</i>	<i>dorost</i>
<i>Výskyt varianty: podání -> volej</i>	9%	26%
Úspěšnost varianty: podání -> volej	60%	69%
% celkového počtu vyhraných bodů	7%	23%
<i>Výskyt varianty: podání -> základní čára</i>	74%	63%
Úspěšnost varianty: podání ->základní čára	57%	51%
% celkového počtu vyhraných bodů	57%	41%
<i>Jiná varianta</i>	17%	11%
% celkového počtu vyhraných bodů	36%	36%

Z výsledků vidíme, že dorostenci opravdu využívají přechod k síti častěji než starší žáci. Z 69% jsou v této taktické variantě úspěšní a z celkového počtu vyhraných bodů jich 23% tvoří body získané právě činností u sítě. Bohužel stále to není nejčastější taktická varianta ani u dorostenců. Místo toho častěji zůstávají u základní čáry. Z celkového počtu vyhraných bodů dorostenci vyhráli polovinu činností u základní čáry, na rozdíl od starších žáků, pro které se tato herní varianta stále jeví téměř stejně úspěšná jako při přechodu k síti. Z 36 % procent v obou kategoriích došlo k ukončení rozehry dalšími způsoby, nejčastěji pak nevynucenými chybami přijímajícího hráče nebo prohozením sítaře po neúčinném podání. Podle výsledků vidíme, že dorostenci více využívají okamžitého postupu k síti po prvním podání než starší žáci a také v těchto situacích rozhodují více bodů ve svůj prospěch. Protože ale není tak značný rozdíl v úspěšnosti varianty od základní čáry (57%) a hry s postupem k síti (60%), domnívám se, že kdyby starší žáci vícekrát realizovali tento taktický záměr v zápasech, mohla by jejich úspěšnost výrazně vzrůst.

Vyhodnotili jsme, jak jsou jednotlivé taktické varianty úspěšné, v tabulce č. 10 ještě porovnáme, zda hráči opravdu využívají svého prvního podání správným způsobem, tedy jako zbraně, díky které nad soupeřem vyhrají co možná nejvíce bodů.

Tabulka č. 10: Procentuální vyjádření vyhraných bodů a her při podání

	<i>starší žáci</i>	<i>dorost</i>
Celkem odehraných bodů po úspěšném prvním podání	339	476
Celkem vyhraných bodů při vlastním podání	74%	79%
Celkem odehraných her po úspěšném prvním podání	78	82
Celkem vyhraných her vlastním podání	30%	70%

Jak zde můžeme vidět, podání v obou sledovaných kategoriích výrazně ovlivňuje výsledek hry. I když 30 % vyhraných her u starších žáků není nijak mnoho, 74% ze všech vyhraných bodů bylo právě při úspěšném prvním podání hráčů. Důvodem tohoto výrazného rozdílu může být nestabilitou podání u mladších hráčů, kdy hráč někdy velmi dobře podání zahraje, ale v zápětí jich několik zkazí, nebo nahraje soupeři, který nekvalitního podání využije ve svůj prospěch. Tyto výsledky se mohou také odrazit ve volbě taktiky mladších hráčů, pro které je podání ještě spíše slabinou, a proto raději volí možnost příjmu podání na začátku utkání.

Také na základě přehledu úspěšnosti prvního podání je vidět, že dorostenci mají podání úspěšnější a tím ho mohou více využít. Ze všech vyhraných bodů bylo 79% při úspěšném prvním podání hráče a to je velmi dobrý výsledek. Dorostenci se dostávají na 70% hranici celkové úspěšnosti při zisku her, což velmi často může rozhodovat také zisk sady v jejich prospěch.

6. DISKUSE

Na základě našeho pozorování a následného vyhodnocení výsledků jsme zjistili, že úspěšnost prvního podání a volba taktiky a je ve čtyřhře opravdu nedílnou součástí úspěchu. Očekávali jsme rozdíly u starších žáků a dorostenců, které jsou dané zkušenostmi, trénovaností, technickou vyspělostí hráčů ale také mentální připraveností. Porovnáme-li doporučení odborníků s našimi výsledky, zjistíme, že dorostenci se mírně dostávají za hranici 70%, což je minimální procento úspěšnosti prvního podání, nad které by se měl vypracovat každý kvalitní hráč. 63% úspěšnost prvního podání u starších žáků, lze také hodnotit pozitivně. Přeci jen jsou hráči ještě mladí a je před nimi ještě mnoho tréninkových hodin.

Z taktického hlediska je opět rozdíl mezi dorostenci a staršími žáky. Dorostenci na rozdíl od starších žáků více využívají možnosti variability umístění podání a také se tím dostávají do určité výhody při podání, protože jejich hra není tolik čitelná a soupeř nemůže tak přesně předpovídat směr letu míče. Dorostenci se často snažili umístit svá podání ke středu spojnice čar pro podání, kdy využívali přímého razantního podání. Bohužel tato varianta byla hrána jen zřídka, a proto pro přijímající hráče nebylo podání příliš velkou hrozbou. Často jsem si také všiml, že hráč na příjmu si již před odehráním podání stoupl více do vnější části dvorce, protože očekával podání diagonálním směrem. Právě tomu by měli podávající předcházet a snažit se měnit směry, rotace a razance svých podání, aby bylo co možná neúčinnější. Jak je všeobecně doporučováno, hráči využívají boční a kombinované rotace k diagonálnímu směru podání, které není tolik technicky náročné jako například podání směřované ke spojnici čar pro podání a přitom je velmi účinné, hlavně z pravé strany.

Zajímavým zjištěním je ale častá volba taktiky hry od základní čáry u obou kategorií. Již po prvním navštíveném turnaji jsem byl velmi překvapen, že hráči málo využívají možnost přechodu k síti. Dorostenci hrají u sítě samozřejmě častěji než starší žáci, ale stále to není tak často, jak by bylo vhodné (alespoň 50%). Vždyť podle zjištěných výsledků, je tato varianta pro obě věkové skupiny neúčinnější. Stále by proto mělo docházet k častějšímu přechodu k síti po úspěšném prvním podání, aby byla výhoda podání ještě více využita. Vždyť i starší žáci, i přes své ne tak kvalitní podání, rozehru vítězně ukončili u sítě v 60 % případů, což je více, než ze hry u základní čáry. Zde se nám bohužel potvrdilo, že hráči nedostatečně využívají možnost hry u sítě, ale myslím si, že kdybychom provedli výzkum na turnajích vyšší kategorie (A, Mistrovství ČR), pravděpodobně bychom zjistili, že ti nejlepší

hráči se snaží při čtyřhře co nejčastěji spoléhat na činnost u sítě a kvalita jejich prvního podání by byla nesrovnatelně lepší, než u námi pozorovaných hráčů.

Na základě porovnání účinnosti podání lze říci, že hráči umí vyhrávat body při svém podání. Je to pravděpodobně také vlivem tréninku a uvědomováním si, že by hráč měl vyhrát při svém podání co možná nejvíce bodů. U starších žáků je procentuální vyjádření vyhraných bodů při svém podání velmi milým překvapením (74%), je ale důležité, aby si i tito mladší hráči již dokázali udržet případný náskok v jednotlivých hrách a snažili se vyhrát i co nejvíce her (ne pouze 30%), jako je tomu právě třeba u dorostenců a pokud bychom realizovali stejný výzkum u kategorie dospělých, pravděpodobně bychom zjistili ještě vyšší procento vyhraných her při svém podání. Ano, dorostenci výrazněji využívají svého podání k zisku bodů a her, ale myslím si, že po zkvalitnění a tím i zvýšení úspěšnosti prvního podání starších žáků, by i oni mohli dosahovat podobných výsledků jako dorostenci.

V rámci našeho pozorování jsme nebrali v úvahu rozdílnost povrchů, na kterých se turnaje odehrávali. Obecně platí, že na rychlejších površích (tráva, beton) hráči častěji využívají přechodu k síti a součty vyhraných bodů a her při podání jsou vyšší, než u pomalejších povrchů, jako je například antuka. Při průběžném vyhodnocování výsledků jsme ale zjistili, že rozdílnost povrchu se na výsledcích nijak neprojevila. Dále jsme nezaznamenávali zvolenou rotaci míče při prvním podání, toto zkoumání by bylo ale zajímavější provést u dospělých hráčů, kteří by jistě využívali variability podání mnohem více, než starší žáci a dorostenci.

Během doby trvání našeho výzkumu jsem někdy musel řešit několik komplikací, zejména když se turnaj zrušil jeden den před zahájením, nebo ráno v den zahájení pro nedostatek účastníků. Pokud se ale turnaj konal, návštěvy utkání a jejich pozorování proběhlo bez jakýchkoliv problémů, pořadatelé turnajů mi vždy vyšli vstříc.

Někteří hráči se zajímali, proč si dělám poznámky o jejich utkání, ale přiznali, že během hry je moje působení nijak nerušilo, ani nenarušovalo jejich koncentraci a tím nijak neovlivnilo jejich hru.

7. ZÁVĚR A DOPORUČENÍ PRO PRAXI

Hlavním cílem práce bylo zjistit, jakou mají hráči zvolených kategorií úspěšnost prvního podání, jakých směrů při umístování nejčastěji využívají a která taktická varianta je pro ně nejúspěšnější. Po vyhodnocení výsledků jsme došli k závěru, že dorostenci mají kvalitnější první podání, jak po stránce úspěšnosti, tak i účinnosti. Díky němu také získávají více bodů, případně i her ve čtyřhře. Zvolená taktika by měla být orientována více na činnost u sítě, a to jak u starších žáků, tak u dorostenců. Hráči dokážou využít výhod, které při hře u sítě mají, je tedy škoda, že většinu utkání hrají u základní čáry.

Proto bych doporučil zařazovat trénink taktických variant ve čtyřhře s vyzdvihnutím úlohy prvního podání do běžného tréninku již v kategorii mladších žáků. Zdůraznit by se měla také volba směru prvního podání, aby se i mladší hráči učili využívat všech směrů pro umístění podání, aby jejich podání nebylo tolik předvídatelné pro soupeře. Zařazení těchto dovedností do tréninku již v kategorii mladších žáků je důležité, protože hráči pak mohou využít těchto znalostí a dovedností nejen při utkáních čtyřhry, ale také dvouhry, v podstatě pokaždé, kdy budou chtít soupeře dostat pod tlak. Často se dnes zapomíná na trénink varianty postupu k síti po prvním podání. Možná je to z důvodu, že ve dvouhrách v dnešní době je účinnější celodvorcový styl hry, ale ve čtyřhře je stále jen jeden osvědčený. Tím je právě kvalitní první podání a získání bodu volejem nebo smetím u sítě. A právě tímto zakončením rozehry u sítě si hráč dodá velkou míru sebevědomí, které je v tenise tolik důležité.

8. POUŽITÁ LITERATURA

1. BRABENEC, J., *Improving Your Tennis: Double Your Fun by Playing Smart Doubles*. Tennisall Inc., 1997.
2. CAYER, L., *Doubles Tennis Tacitcs*. Champaign: Human Kinetics, 2004.
3. CRESPO, M., MILEY, D. *Tenisový manuál 2. stupně: pro vrcholové trenéry*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2001.
4. DUŠEK, I. *Tenisový trenérský manuál 1. stupně*. Olomouc: UP Olomouc, 2000.
5. DRDA, M. *Analýza taktiky elitních hráčů v tenisu*. Diplomová práce na UK FTVS 2009. Vedoucí diplomové práce Tomáš Kočib.
6. JANKOVSKÝ, J. *Tenis*. Praha: Grada, 2002.
5. KOČÍB, T., *Tenis*. In TÁBORSKÝ, F. a kol. *Základy teorie sportovních her. Učební text pro bakalářské studium*. Praha: UK FTVS, 2007.
7. KOROMHÁZOVÁ, V., LINHARTOVÁ, D. *Jak dokonale zvládnout tenis*. Praha: Grada, 2008.
8. STOJAN, S., BRABENEC, J., *Tenis zdravým rozumem*. Praha:T/Production, 1999.
9. ŠAFAŘÍK, V. *Tenis – Vybrané kapitoly 1*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1978.
10. RYCHTECKÝ, A., FIALOVÁ, L. *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum, 2003.

9. PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Záznamový arch použitý během pozorování

		Jméno: _____	
		Vítez? <input type="checkbox"/>	
		Vyhraný bod _____	
Podání z pravé strany			
Podání podání			
výškové údery	->	diagonální směr	vítězný bod
->	ke středu pole	na spojnicí čar	Podání ke spojnicí čar
->	na spojnicí čar	Podání ke spojnicí čar	Podání ke spojnicí čar
chytba z podání	->	diagonální směr	vyhraný bod
->	ke středu pole	na spojnicí čar	Podání ke spojnicí čar
->	na spojnicí čar	Podání ke spojnicí čar	Podání ke spojnicí čar
Diagonální směr			
postava k síti	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
záštal u záštalování čáry	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
ukončení rozehry tlacem	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
postava k síti	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
záštal u záštalování čáry	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
ukončení rozehry tlacem	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
postava k síti	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
záštal u záštalování čáry	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
ukončení rozehry tlacem	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
postava k síti	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
záštal u záštalování čáry	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
ukončení rozehry tlacem	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
postava k síti	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
záštal u záštalování čáry	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou
ukončení rozehry tlacem	->	podání před čarou	vyhraný bod
->	podání před čarou	podání před čarou	Podání před čarou
->	podání za čarou	podání za čarou	Podání za čarou

Příloha č. 2 Seznam pozorovaných hráčů
kategorie starší žáci

Jméno	P/L	BH	CŽ
Abeldinov	P	1	1100
Bursa	P	6	391
Bursa 2	P	6	391
Dvořák	P	12	227
Dvořák 2	P	12	227
Entler	P	4	523
Entler 2	P	4	523
Fiala	P	9	334
Flesar	P	1	1100
Gjergjí	P	1	1100
Goblirž	P	9	320
Jiskra	P	6	420
Kalivoda	P	9	275
Kopřiva V.	P	6	375
Kopřiva V. 2	P	6	375
Kopřiva Z.	P	9	270
Linka	P	12	220
Linka 2	P	12	220
Lukáš	P	15	127
Mašek	P	9	282
Neumann	P	4	700
Paroulek	P	1	1100
Sládek	P	3	731
Slaný	P	4	614
Slaný 2	P	4	614
Stoupa	P	4	589
Szakál	P	12	245
Szakál 2	P	12	245
Šimon	P	6	420
Šimon	P	6	420
Tocik	P	6	373
Urban	P	6	470
Valentini	P	9	407
Valerián	P	3	955
Vladík	P	4	572
Vladík 2	P	4	572
Voborský	P	3	826
Voborský 2	P	3	826
Vondra	P	1	1100
Zoufalý	P	9	304

kategorie dorost

Jméno	P/L	BH	CŽ
Beneš Pavel	P	4	765
Beneš Pavel 2	P	4	765
Beneš Petr	P	3	783
Beneš Petr 2	P	3	787
Balcar	P	3	1023
Bouda	P	9	239
Grunt	P	1	1100
Grunt 2	P	1	1100
Hájek	P	4	529
Jíra	P	12	199
Jíra	P	12	199
Keblůšek Martin	P	3	888
Keblůšek Michal	P	6	396
Keblůšek Michal 2	P	6	396
Klimeš	P	12	169
Kotrč	P	9	268
Kotrč 2	P	9	268
Kronberger	P	1	1100
Kvasnička	P	9	275
Květoň	P	6	359
Květoň 2	P	6	359
Kyselka	P	12	171
Mráz	P	9	282
Paulson	P	4	585
Pecha	L	1	1100
Pecha 2	L	1	1100
Poláček	P	12	209
Putík	P	12	217
Rinko	P	6	402
Suchý	P	12	204
Suchý 2	P	12	204
Šebík	P	6	351
Urban	P	3	888
Urban	P	3	888
Ureš	P	9	266
Vocel	P	1	1100
Vršecký	P	12	179
Zenker	P	3	943
Zima	P	6	374
Zima 2	P	6	374

Příloha č. 3: Seznam pozorovaných utkání

Starší žáci	Dorost
Linka, Dvořák – Valentini, Stoupa: 6:2	Jíra, Kyselka – Urban, Zenker: 6:1
Voborský, Kopřiva V.– Neumann, Szakál 6:3	Rinko, Hájek – Beneš Petr, Beneš Pavel: 6:4
Linka, Dvořák – Bursa, Vladík: 0:6	Keblůšek Michal, Paulson – Zima, Mráz: 6:0
Bursa, Vladík – Voborský, Kopřiva V.: 6:1	Bouda, Kronberger – Putík, Kvasnička: 6:4
Fiala, Kalivoda, Urban, Šimon: 4:6	Keblůšek Martin, Zima – Ureš, Vršecký: 6:3
Vondra, Valerián – Entler, Slaný: 2:6	Balcar, Keblůšek Michal – Květoň, Grunt: 0:6
Szakál, Sládek – Entler, Slaný: 6:3	Klimeš, Poláček – Květoň, Grunt: 6:2
Mašek, Zoufalý – Tocik, Flesar: 6:2	Jíra, Suchý - Beneš Petr, Beneš Pavel: 6:2
Abeldinov, Gjergji – Goblirž, Jiskra: 1:6	Kotrč, Pecha – Urban, Vocel: 6:4
Lukáš, Kopřiva Z. – Šimon, Paroulek: 6:0	Suchý, Šebík – Kotrč, Pecha: 6:2