

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE  
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

**2011**

**Lukáš Jebavý**

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE  
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU



**Rozdíly v herních činnostech u základní čáry mezi muži  
a mladšími žáky v tenise**

Bakalářská práce

Vedoucí Bakalářské práce:

**Mgr. Tomáš Kočib**

Vypracoval:

**Lukáš Jebavý**

Praha 2011

Prohlašuji, že jsem závěrečnou bakalářskou práci zpracoval samostatně a že jsem uvedl všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze, dne 11.4.2011

.....

Lukáš Jebavý

### Evidenční list

Souhlasím se zapůjčením své bakalářské práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto bakalářskou práci použil ke studiu a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

---

## **Poděkování**

Touto cestu bych chtěla poděkovat Mgr. Tomáši Kočibovi za odborné vedení a praktické rady při tvorbě práce.

## **Abstrakt**

**Název práce:** Rozdíly v herních činnostech u základní čáry mezi muži a mladšími žáky v tenise.

**Cíle práce:** Cílem práce je zjistit, kde na dvorci se hráči pohybují v době úderu do míče, zda si „obíhají“ údery a v jaké míře. Porovnáváme výsledky u mužů a mladších žáků.

**Metoda:** Pomocí strukturovaného pozorování byly sledovány pozice hráče při utkání na dvorci a zastoupení jednotlivých úderů ve hře.

**Výsledky:** Výsledky poukazují na rozdíly mezi mladšími žáky a muži ve všech sledovaných oblastech: postavení hráče při úderu, procentuální zastoupení forhendů a bekhendů ve hře, úspěšnost a účinnost úderů od základní čáry.

**Klíčová slova:** tenis, účinnost, úspěšnost, úderové postavení

## **Abstract**

**Title:** Differences in game acts at the baseline in men and juniors in tennis.

**Goals:** The goal is to find out where on the court the players move in time of hitting the ball if they "circle it" and in what rate. We'll compare the results of men and juniors.

**Method:** Using a structured observation we observed the position of the players during the match on the court and the representation of single impacts during the game.

**Results:** The results show the differences between the juniors and men in all monitored areas: the position of the player during the hit of the ball, the percentage of forehands and backhands in the game and success and effectiveness of strokes from the baseline.

**Key words:** tennis, efficiency, success, stroke position

## OBSAH

1	ÚVOD.....	9
2	TEORETICKÁ ČÁST.....	10
2.1	Vývoj tenisu.....	10
2.1.1	Změny v kondičních požadavcích.....	10
2.1.2	Změny v technice.....	10
2.1.3	Změny v taktice.....	11
2.2	Základní herní činnosti jednotlivce.....	12
2.2.1	Forhend.....	12
2.2.2	Bekhend jednoruč.....	12
2.2.3	Bekhend obouruč.....	13
2.3	Herní styly.....	13
2.4	Základní herní situace.....	14
2.5	Herní cvičení.....	14
2.6	Taktika.....	17
2.6.1	Principy strategie při utkání ve dvouhře.....	17
2.6.2	Zásady správné taktiky.....	18
2.6.3	Trénink taktiky v jednotlivých kategoriích.....	19
2.7	Analýza utkání z hlediska taktiky.....	21
2.7.1	Analýza hráče v utkání.....	21
2.7.2	Etapy analýzy utkání.....	22
2.7.3	Typy analýz a záznamů tenisového utkání.....	22
3	Cíl a úkoly práce.....	28
3.1	Cíl práce.....	28
3.2	Úkoly práce.....	28
4	Metodologie práce.....	29
4.1	Popis výzkumného souboru.....	29
4.2	Použité metody.....	29
4.3	Způsob sběru dat a jejich hodnocení.....	29
5	Výsledková část.....	31
6	Závěr a doporučení pro praxi.....	42
7	Použitá Literatura.....	43



# 1 ÚVOD

Myšlenka zjistit, kde na dvorci se hráči v průběhu utkání pohybují, mi svítila v hlavě v okamžiku, kdy se mě jeden z mých svěřenců zeptal: " odkud to hraji nejčastěji? ". Po chvíli tápání jsem došel k závěru, že vlastně nevím a odpověděl mu, že údery hraje s největší pravděpodobností někde kolem středu dvorce u základní čáry. Přesto mi tato myšlenka po skončení tréninku nedala spát a řekl jsem si, že by to jistě stálo za zjištění. Začal jsem pátrat v odborné literatuře a našel mnoho statistických údajů o poměru hraní forhendu a bekhendu na různých površích, před základní čarou a za ní, údaje o časové délce utkání atd. Odpověď na otázku svěřence, z jakých míst se hraje nejčastěji, jsem však v knížkách nenalezl. Liší se v tom utkání vrcholových sportovců od dětských utkání? Jakým způsobem? Hraje se forhend na bekhendové straně dvorce? Jestli ano, jak často? Nebo se dokonce hraje bekhend na forhendové straně? Tyto otázky mi probíhaly hlavou a začal jsem přemýšlet, jak by se odpovědi na ně daly najít co nejpřesněji. A aby se tyto odpovědi zároveň daly využít i pro praxi, bylo nutné zjistit, kde se na dvorci pohybují hráči z různých věkových kategorií. Znalost těchto faktů by se jistě dala využít pro zlepšení náplně a volby cvičení v trénincích.

Tenis prošel za posledních několik let velkým vývojem, oblečením počínaje a přesným vyvažováním tenisových raket konče. Kdyby někdo dřív zkoumal tuto problematiku, troufal bych si tvrdit, že i ta se změnila. Jako hezký příklad lze uvést zřejmě nejznámější tenisový turnaj na světě - Wimbledon, který se hraje po dobu čtrnácti dnů. Na začátku turnaje se hráči pohybují na zelených travnatých dvorcích bez vyšlapaných míst. Při finále však už není dvorec zelený, jsou nádherně vidět holá místa, kde se hráči nejčastěji pohybovali. Před lety byla nepřehlédnutelně vyšlapaná "cestička" z obou stran na podání směrem k síti ve snaze hrát prvním úderem po podání volej, kde vzniklo další viditelně vyšlapané místo kruhového tvaru. Dnes je tomu také tak, ale nikoli v takové míře jako dříve a Wimbledonské dvorce jsou častěji a více vyšlapané u základní čáry. To dokazuje, že i pohyb po dvorci se v průběhu let vyvíjel. Jakým způsobem, to se pokusím objasnit a využít pro tenisovou praxi v práci s mládeží v této práci.

## **2 TEORETICKÁ ČÁST**

### **2.1 Vývoj tenisu**

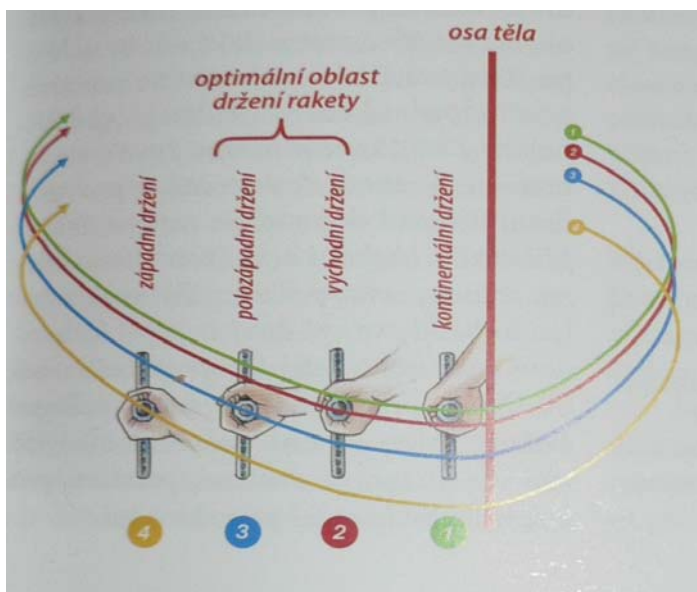
Tenis se stejně jako ostatní sportovní odvětví za poslední dobu, znatelně změnil. V každé sportovní disciplíně bylo v posledních desetiletí dosaženo velikých výkonnostních skoků, které by při starých, před deseti a více lety platných, ale tehdy úspěšných tréninkových metodách nebyly vůbec možné. Porovnáme-li herní styly hráčů, taktiku, přípravu tenistů, řekněme před dvaceti lety a nyní, nalezneme spoustu rozdílů. Nemůžeme s jistotou říci, že směr, který si dnešní tenisová hra razí, je správný. To je spíše otázka názoru, ale můžeme stručně popsat, jakou cestou se ubírá. Technický pokrok, hlubší znalosti v kinantropologii, fyziologii, biomechanice a aj. mají vliv na změny v tréninku a vedení hráčů. Při analýze dnešní generace špičkových hráčů se dá zjistit mnohé.

#### **2.1.1 Změny v kondičních požadavcích**

Neustále narůstá výška jak hráčů, tak především hráček. Hráči a hráčky přibrali na svalové hmotě a jsou více atletičtí, což se odráží i na progresu v silovém tréninku. Hra sama o sobě se velmi zrychlila, což klade přirozeně větší rychlostní a koordinační nároky na sportovce. Tenis se stal agresivnějším a rychlejším sportem.

#### **2.1.2 Změny v technice**

Technické provedení všech úderů se pak odpovídajícím způsobem přizpůsobilo nebo změnilo. Díky novým materiálům k výrobě tenisových raket a i tvarem raket samotných, se spolu se zvýšenou agresivitou a razancí úderů změnilo i držení. Na forhendové straně se z původního východního držení přešlo na polozápadní až západní. Tato skutečnost je velmi důležitá, neboť ovlivňuje nejen pohyb při úderu, ale množství rotace míče a směr protažení úderu. Z bekhendové strany se u jednoručného bekhendu používá východní držení. To se osvědčilo z několika důvodů jako nejlepší řešení s největšími šancemi na úspěch. U obouručného bekhendu se zpravidla hraje dvěma rozdílnými způsoby držení. Pravák buď používá východní forhendové držení pro levou a kontinentální držení pro pravou ruku, nebo forhendové držení pro obě ruce. Změny spolu s vývojem a zrychlením tenisové hry se dotkly i postavení při úderech. Z původního „zavřeného“ se více a více hrají údery z postavení „otevřeného“. Důvodem je méně času na zahrání úderu.



Obrázek č. 1: Typy držení rakety (Schönborn, 2008)

Výhody otevřeného postavení jsou:

- Vysoká stabilita v rovnováze
- Ekonomičtější průběh úderu
- Průběh úderu je plynulý, garantující cestu zrychlení
- Dosahuje až 15 – 20 % vyššího zrychlení rakety
- Hlava rakety může až dvakrát déle mířit na cílovou plochu než při zavřeném postavení
- Lepší a rychlejší možnost návratu do základní pozice po odehrání
- Rychlejší zaujetí pozice při příjmu
- Snazší dosažení výchozí pozice, když je nutno hrát úder pod tlakem

Na základě nových strategických a taktických změn, se etablovaly nové druhy úderů, např. oboustranný topspinový volej.

Tyto technické změny jsou úzce spojeny s taktikou, jelikož umožňují hrát údery pod úhly, které se ještě před lety takřka nehrály. Hráči a hráčky mají tak možnost volit mezi širokým spektrem úderů, použitelných v různých situacích a taktických plánech.

### 2.1.3 Změny v taktice

Na základě výše popsaných vlastností hráčů se radikálně změnilo taktické stanovení cíle. Hráč už nečeká na chybu, popřípadě slabší úder soupeře, ale snaží se co možná nejrychleji dosáhnout vítězného bodu nebo donutit soupeře k chybám, popřípadě

slabým nebo neutrálním úderům. Pevně se vžilo využívání celé plochy dvorce, čímž podstatně získala na významu schopnost situačních řešení. Proto hraje rozhodující roli schopnost variace a to jak techniky celkově, tak jednotlivých druhů úderů. Velmi silně získal na významu úder podél čáry, především jako vítězný úder. Díky dokonalému topspinovému prohozu a dokonalé práci nohou ustupuje hra z „podání-volej“ stále více do pozadí.

## **2.2 Základní herní činnosti jednotlivce**

Obvykle rozeznáváme 5 základních herních situací. Podání, příjem podání, hra od základní čáry, prohozy, přechod k síti (hra na síti). V naší práci se však zabýváme výrazně taktikou hry a procentuálním poměrem mezi forhendem a bekhendem. Proto si podrobněji rozebereme pouze tyto údery.

### **2.2.1 Forhend**

V dnešním vrcholovém tenise vidíme často forhend, který není přímo ukázkově vedený a nemá všechny detaily „správného“ úderu. Proč to tak je?

Dnešní tenis je tak rychlý, že celý dlouhý pohyb paže není často vůbec možný. Pohyb musí být kratší a rychlejší, aby umožňoval reagovat na někdy až neuvěřitelnou rychlost míčů, která u forhendu může dosahovat až 180 km/h. Často mají míče takovou rychlost a energii, že není potřeba udeřit je takovou silou, ale spíše je „blokovat“, proto pohyb paže může být kratší.

Je třeba však připomenout, že vrcholoví hráči mají dostatečně vyvinuté svalstvo, že někdy za účelem zrychlení hry používají více předloktí a zápěstí než celé rameno. Jak již bylo zmíněno několikrát, tenis je nejen rychlejší, ale i agresivnější. To znamená, že se hráči snaží udeřit míč tak, aby byl co nejrychleji na soupeřově straně. Čím větší oblouk, tím je úder jistější, ale zároveň pomalejší. Proto se hráči snaží využít co nejvíce rotace, kolik je potřeba ke kontrole a co nejplošší dráze letu. To však nemusí být vždy pravidlem. Je mnoho hráčů (Španělé, Jižní Američané), kteří za účelem zrychlení používají až extrémní rotace. Tito hráči nezrychlují údery rychlostí letu míče, ale spoléhají na rychlý a vysoký odskok míče, který rotace způsobuje (Rozič, 2005).

### **2.2.2 Bekhend jednoruč**

Stejně jako při forhendu se zvýšila při úderu horní rotace míče. Nápřah by měl být vždy pod linií pasu. Úder míří často 2-3 metry nad síť. Pro bekhend je doporučeno držení

bekhendové. Protože toto držení hráč obvykle nemá v základním postavení, je třeba držení upravit v přípravné fázi. Změna držení proběhne zpravidla v momentu vytočení ramen a boků (Kočíb,). Dle Schönborna (2008) se však u jednoručného bekhendu bude držení stále silněji soustředit na východní. Toto držení se zdá být pro moderní, agresivní tenis výhodnější. Nohy se přizpůsobují pohybu jako při forhendu. Hlava rakety se dostává vzad a klesá pod míč. V úderové fázi vykročí hráč krokem vpřed proti míči a zasahuje ho v úrovni boků před tělem více než u forhendu. Protážení je ve směru úderu.

### **2.2.3 Bekhend obouřuč**

Dá se předpokládat, že světový tenis bude pravděpodobně stále více ovládat obouřučný bekhend. Statistiky mistrovství Evropy 2008 mládeže do 14 let ukazují, že obouřučný bekhend hraje již přes 93% účastníků (Schönborn, 2008).

Držení pravou rukou je doporučováno jako u bekhendu jednoruč nebo jednotným držením. Levá ruka drží raketu forhendovým držením. Je možný i druhý způsob, kdy obě ruce drží raketu forhendovým držením. Jinak platí u tohoto typu bekhendu zhruba stejné postupy jako u jednoručného. Přirozená je změna při protážení úderu, kdy se oba lokty dostávají až do úrovně ramen a paže se v loktech mohou a nemusí ohnout (Kočíb, 2008).

## **2.3 Herní styly**

### ***Hráč nabíhající k síti (podání-volej)***

Tito hráči dokáží velmi dobře kombinovat oba údery (podání – volej a náběh – volej). Zpravidla mají vysoké procento úspěšnosti prvního servisu. Obvykle těmto hráčům vyhovuje rychlejší povrch. Soupeře nutí prohazovat a tím dělat chyby.

### ***Tenisté hrající agresivně od základní čáry***

Snaží se diktovat průběh výměny od základní čáry, jejich hra bývá úspěšná na všech typech povrchů. Většinou těží z kvalitních, razantních forhendů a bekhendů.

### ***Obranáři***

Jsou obvykle zaměřeni na obrannou hru od základní čáry, většinou však dále za ní, nežli hráči předchozího typu. Reagují na způsob hry soupeře a nechávají ho diktovat tempo. Obvykle se jedná o hráče s velmi vysokou fyzickou a psychickou zdatností. Vyhovuje jim zpravidla pomalejší povrch (antuka).

## ***Univerzální, celodvorcoví hráči***

Tito hráči jsou schopni hrát všemi styly, mohou hrát v různém tempu a s různou rotací, útočně i obranně. Jsou úspěšní na všech typech povrchů (Crespo, Miley, 2001).

### **2.4 Základní herní situace**

Základní herní situace se zpravidla v utkání opakují. Budeme-li pozorně sledovat utkání, zjistíme, že se v něm neustále střídá:

1. hráč podává – všechny body v utkání začínají pro podávajícího podáním
2. hráč přijímá – 70-80% všech bodů začíná pro přijímajícího hráče příjmem
3. hráč zasahuje míč u základní čáry – podle povrchu dvorce 30-40% všech úderů, přičemž každý hráč odehrává míč cca dvakrát
4. hráč útočí podáním nebo nabíhaným míčem (někdy i stopbolem) – následuje volej, smeč, nebo vítězný míč
5. hráč se brání prohozy nebo loby

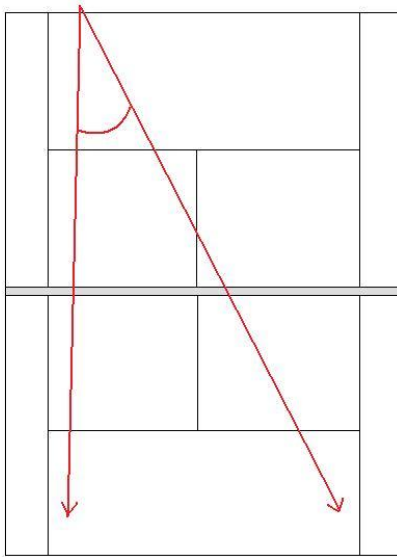
### **2.5 Herní cvičení**

V tomto odstavci se budeme věnovat základnímu vykrytí dvorce pro hru od základní čáry a popíšeme několik herních cvičení „drilů“.

Značky a popisky pro grafické značení:

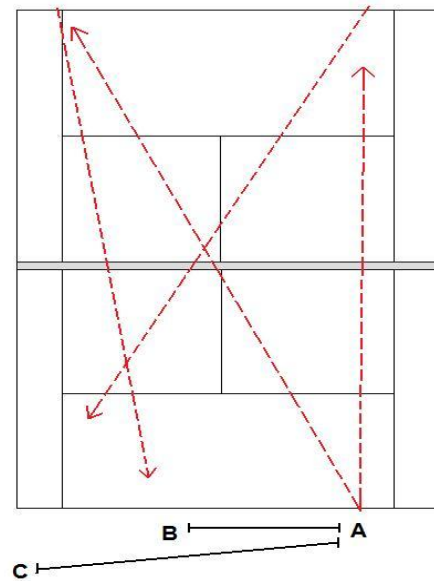
A, B	-	hráč
T	-	trenér
----->	-	let míče
====>	-	vítězný úder
○	-	terč
→	-	pohyb hráče

## ***Krytí dvorce***



**Obrázek č. 2: (Stojan, Brabenec, 1999)**

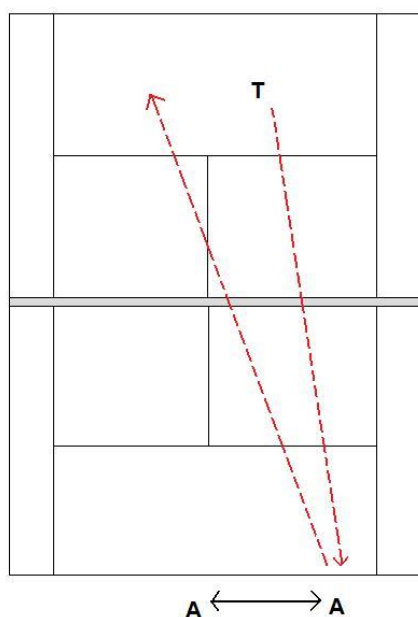
Obrázek č. 2: Obecně platí, že během roze hry se po každém úderu musíte okamžitě a co nejrychleji vrátit do pozice, která pólí úhel, pod kterým může soupeř vrátit míč. Časově jste ve výhodě, když budete hrát míče v otevřeném postavení, především forhend a když se budete po úderu vracet do této polohy cvalet stranou, aby vás soupeř nepřistihl na „falešné“ noze.



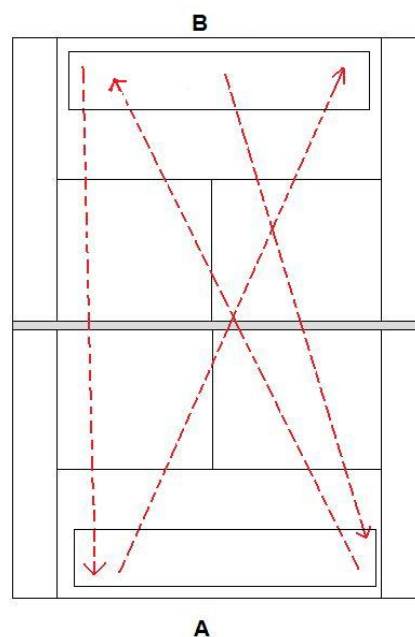
**Obrázek č. 3: (Stojan, Brabenec, 1999)**

Obrázek č. 3: Když hrajete u základní čáry, budete dvorec krýt snadněji, když budete hrát míče křížem, a ne podél čáry. Když budete hrát z pozice A křížem, pak půjdete už po 2-3 rychlých krocích do pozice B, kde můžete klidně čekat na reakci soupeře. Když ale budete hrát tentýž míč podél čáry, musíte více běžet k pozici C, nehledě na nebezpečí, že soupeř bude odpovídat podél čáry a dostane vás tím do potíží (Stojan, Brabenec, 1999).

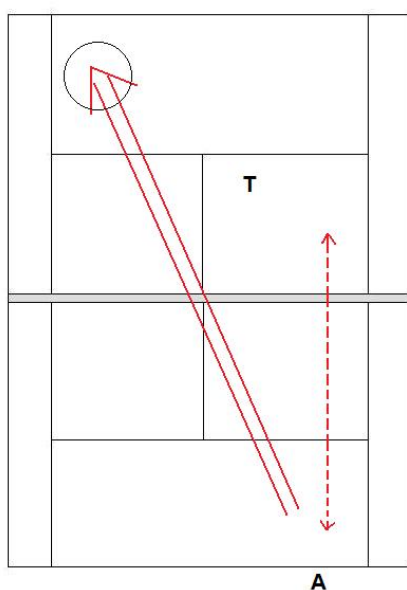
## Typy tréninkových cvičení pro hru od základní čáry



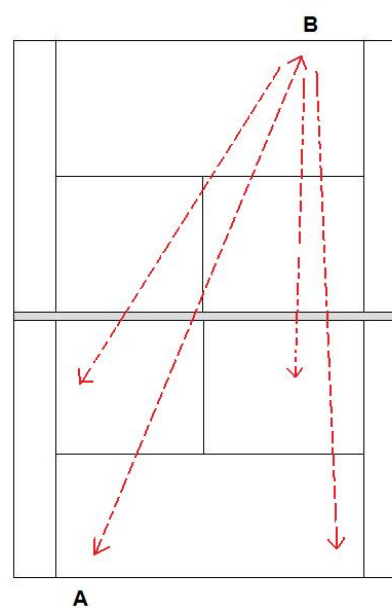
Obrázek č. 4: (Maška, Šafařík, 1998)



Obrázek č. 5: (Schönborn, 1999)



Obrázek č. 6: (Schönborn, 2008)



Obrázek č. 7: Maška, Šafařík, 1998)

Obrázek č. 4: Návuk forhendu po běhu stranou – trenér rozehrává ze středu dvorce na forhend. Hráči se vrací do středu cvaľem stranou, od středu běží k míči normálním během, cval stranou do středu začít až po úplném dokončení úderu.

Obrázek č. 5: Známe herní cvičení na základní čáře, při kterém jsou vyznačena pole za základní čarou. Vzdálenost označení před základní čarou se může libovolně obměňovat



podle hráčovy úrovně. Úkolem je hrát systematicky dlouhé míče před základní čáru, vytvářet si výhody a eventuálně dosáhnout vítězného bodu.

Obrázek č. 6: Trenér ze středu hřiště nahrává hráči míče do pravého rohu. Hráč si nyní vyměňuje s trenérem míče hrané po čáře, přičemž trenér musí hrát dlouhé míče do rohu a hráč krátké prohozy. Trenér pak nezávisle na situaci určuje, kdy bude hráč hrát dlouhý míč křížem do pravého rohu.

Obrázek č. 7: Oba hráči hrají od základní čáry, nejlépe údery křížem. Po dvou úderech má jeden z hráčů (předem určený) tři možnosti: prudký úder podél čáry, nabíhaný kratší úder křížem nebo zkrácený míč podél čáry.

## **2.6 Taktika**

### **2.6.1 Principy strategie a taktiky při utkání ve dvouhře**

Principům strategie se věnuje více autorů, nicméně ve většině případů se shodují na základních a hlavních bodech strategie, i když jsou často pojmenovány a popsány rozdílně. Zde uvádíme hlavní body a principy strategie:

- Udržet míč ve hře
- Mít herní plán
  - o Základní strategie a různé taktiky, kterých hodlá hráč využít
  - o Alternativní strategie (plán B) a taktiky, které hráč může využít v případě, že se mu nedaří
- Využívat své silné herní dovednosti
- Slabší údery hrát tak, aby z nich soupeř těžko zaútočil (např. hluboko do pole)
- Po volbě úderu své rozhodnutí neměnit
- Snažit se najít herní styl, ve kterém využijeme našich předností
- Taktiku směřuje k zahrání našeho vítězného úderu, nebo k soupeřově chybě
- Snaha o získání převahy v utkání, abychom udávali rytmus a tempo utkání (Crespo, Miley, 2001)

Jankovský (2002) například ještě dodává: „Udržovat soupeře ve stálé nejistotě pestrostí hry s náhlými změnami, zachovat za všech okolností klid a sebedůvěru, odhalovat úmysly soupeře a zároveň co nejvíce tajit vlastní záměry apod.“

## 2.6.2 Zásady správné taktiky

Při hře od základní čáry je nutné hrát maximálně trpělivě. Jestliže příliš spěcháme při rozehrách míčů a chceme je brzy rozhodnout, soupeř nemá příležitost, aby se sám dopustil chyby. Je třeba najít takový způsob hry, který soupeři nevyhovuje. Toho je možné dosáhnout dvěma způsoby: buď soustavně hrát na soupeřovy slabší údery, nebo na tyto údery zahrát jen v rozhodujících situacích.

Především je třeba dbát na to, aby hráč často útočící u sítě měl ke hře u sítě co nejméně příležitosti, a proto se jej snažíme udržet dlouhými míči u základní čáry. Podaří-li se mu i přesto postoupit k síti, lze se bránit třemi způsoby (Jankovský, 2002):

- prohozením podél čáry
- prohozením úhlopříčně
- lobem

Hru u sítě a její taktické charakteristiky již popisovat nebudeme, vzhledem k tomu, že při našem výzkumu jsme se jí nevěnovali.

Zde uvádíme několik zásad správné taktiky (Stojan, Brabenec 1999):

- Snižte počet zbytečných chyb

Jen málo hráčů dělá více přímých bodů než chyb, a ještě k tomu ne v každém utkání. Podle statistik končí zhruba  $\frac{3}{4}$  chybných míčů v síti a jen  $\frac{1}{4}$  v autu. Závisí to na optimálním bodu úderu míče, množství rotace míče apod.

- Hrajte dlouhé míče

I v utkáních předních světových hráčů dopadá jen asi 30% míčů dva metry před základní čáru a blíže k ní. To dokazuje složitost této činnosti. Přitom podaří-li se vám držet soupeře vzadu a dostat ho do defenzivy, nemůže útočit a hrát míče v ostrých úhlech, vy naopak nemusíte běhat. A budete mít zároveň dost času pokrýt dvorec pro příští úder.

- Bez chyby první dva údery

Nedávejte žádné „dary“, soupeř si musí každý bod zasloužit

- Rozdělte riziko nabíhaného míče a voleje 50:50

Statisticky viděno je útočník úspěšnější než hráč ze základní čáry za předpokladu, že respektuje určitá pravidla. Musí vyčkávat příznivé situace, nabíhaným úderem více riskovat než při úderech ze základní čáry. Snaha o rozpohybování soupeře, dostatečně umisťovat míče.

- Hrajte míče křížem

Až 65% všech míčů od základní čáry hrají vrcholoví tenisté křížem. Míč hraný křížem je jistější, neboť síť je ve středu dvorce o 14,5 cm nižší než u sloupků a dvorec je diagonálně zhruba o dva metry delší než postraní čáry.

## **Procentní tenis**

Procentní tenis využívá statistických dat získaných z různých analýz utkání, které jsou pak vyjadřovány v procentech. K tomu, aby ukázal různé pravděpodobnosti k získání bodu. Tím dává procentní tenis odpovídající doporučení a tipy k optimálnímu vedení utkání.

Procentní tenis je základem úspěšné taktiky. Podle Panoho Segury, jednoho z nejlepších hráčů padesátých let a „objevitele“ procentního tenisu, existuje na každý úder soupeře odpovídající optimální protiúder. Musíme zvolit takový úder, který nám dává největší šanci k získání bodu. Jednou to bude přesný prohoz pod nohy soupeře nebo riskantní nabíhaný úder, jindy zase, když jste daleko z dvorce, vysoký lob, který vám umožní vrátit se zase do hry.

Volba správného úderu není závislá jenom na situaci na dvorci, ale také od naší technické úrovně, od našeho úderového repertoáru, od naší mentální síly, od stavu utkání a také samozřejmě od síly soupeře (Stojan, 1991).

### **2.6.3 Trénink taktiky v jednotlivých kategoriích**

Taktika má mezi složkami tréninku dětí specifické místo. Období jejího hlavního rozvoje je z hlediska dlouhodobé koncepce přípravy spojeno především s etapou speciálního a vrcholového tréninku. Důvody, proč tomu tak je, vycházejí především z věkových a vývojových zákonitostí. Mezi hlavní patří malá úroveň abstraktního myšlení menších dětí, krátká doba koncentrace apod. Také podmínění taktiky dostatečnou úrovní techniky ukazuje na prioritu učení se dovednostem před nácvikem řešení soutěžních situací. Takto popisuje taktiku Perič (2008) pro obecnou přípravu

sportovní přípravy dětí, který však záhy dodává, že taktika je úzce spjata se sportovní specializací a nelze se taktikou zabývat pouze okrajově.

V tenisovém tréninku je však velmi aktuální jeho další poznámka, že v rámci taktické přípravy by měl trenér zdůrazňovat tvůrčí schopnosti dětí, podporovat řešení soutěžních situací podle jejich schopností, a tím u nich posilovat tvořivost. I u nejmenších dětí můžeme zařadit určitou formu taktické přípravy. V první řadě se jedná o znalost základních taktických principů. Další taktické znalosti a dovednosti, které se mohou děti učit, jsou spojeny s určitými zásadami, které v našem případě vycházejí z tenisu. Tj. nehrát na soupeře vysoké a krátké obloučky za síť a podobně.

První zmínky o zesílené pozornosti v tréninku taktiky jsou podle Schönborna (2008) v období 9/10 – 11/13 let. V tomto období by také měly být všechny techniky dobře zvládnuty (čop, volej...). Situační a utkání odpovídající trénink musí stát stále více ve středu zájmu.

11/13 – 14/15 let, taktický trénink nabývá na základě zdokonalování techniky výrazně na významu. Objevují se individuální způsoby řešení situací.

14/15 – 16/18 let, tento stupeň je rozhodující pro vytvoření herní individuality, pro zdokonalení taktických schopností a pro morální postoje v dění utkání. Doporučen je trénink ve stylu utkání, který je mu velmi blízký a ve kterém musí být zvládnuty technicky a takticky obtížné situace.

16-19 let, Soustředění v tréninku musí být zaměřeno především na příslušné problémy a slabiny v jednání a na špatné předpoklady pro jednání na dvorcí. Případné špatné předpoklady pro jednání mohou spočívat i v taktické oblasti.

Höhm (1982) se zmiňuje o tzv. etapách tenisového výcviku, přičemž v první etapě stabilizujeme techniku úderů (např. forhendy a bekhendy od základní čáry), v druhé etapě kombinujeme údery ve zjednodušených herních situacích, umísťujeme údery cíleně, v herních cvičeních hrajeme na terče. A ve třetí etapě zdokonalujeme právě technicko-taktické dovednosti v řízených utkáních (ve cvičných sadách se stanoveným úkolem). Stanovení technicko-taktických úkolů ve cvičných sadách je zaměřeno na zdokonalování techniky i na rozšíření taktických kombinací a zkušeností hráčů. Úkoly v řízených hrách se nesmějí zadávat neúměrně často a po dlouhou dobu, aby

nezbavovaly hráče schopnosti a možnosti vytvářet si vlastní koncept hry a při hře samostatně uvažovat.

## **2.7 Analýza utkání z hlediska taktiky**

Analýzy utkání jsou potřebné a užitečné k získání cenných informací, které pomohou hráči a trenérovi plánovat další přípravu. Cíle hodnocení utkání jsou následující (Crespo, Miley, 2001):

- formulovat nové cíle tréninku
- zhodnotit strategii / taktiku
- zhodnotit psychickou připravenost
- získat data a záznamy o možných soupeřích
- zjistit, jak účinná je taktika hráče
- zlepšit hru hráče
- zvýšit sebevědomí

Jednoduchá analýza taktického chování hráčů v utkání, vynalezena Frankem van Fraayenhovenem, značí všechny hrací tahy z taktického hlediska, bez ohledu na to, zda hráč bod vyhrál, nebo udělal chybu. Může totiž takticky správně jednat a přesto bod prohrát, nebo naopak hrát „hloupě“- takticky špatně a bod vyhrát.

Podle jeho názoru existují v utkání tři hlavní cíle:

1. Příprava vítězného úderu
2. Hraní vítězného úderu
3. Zabránit soupeři, aby zahrál vítězný úder

### **2.7.1 Analýza hráče v utkání**

#### ***Analýza s chronologickými záznamy***

Touto metodou můžeme v chronologickém pořadí značit přímé body a zbytečné chyby, čímž dostaneme ty nejlepší informace do příštích tréninků (co zlepšovat, na co se zaměřit apod.). Značení v předem připraveném formuláři může být individuální (F-forhend, B-bekhned, + vítězný úder atd.).

#### ***Analýza videorekordérem***

Jejich použití je dost rozmanité.

1. Pohybová technika a taktické vedení hráče v utkání (natáčíme pouze hru)
2. Chceme předvést hráči jeho mentální chování (natáčíme chování v přestávkách)
3. Natáčíme celé utkání (Stojan, Brabenec, 1999)

### **2.7.2 Etapy analýzy utkání**

Před zahájením analýzy utkání je třeba stanovit si cíle sledování. Dále bychom měli analyzovat utkání v následujících fázích.

#### **1. Plánování**

Trenér nebo pozorovatel určuje cíle analýzy. Např. pohyb hráče po dvorci, nejčastější místo zásahu příjmu, četnost jednotlivých úderu apod.

#### **2. Pozorování**

Trenér sleduje charakteristiky podstatné pro cíle analýzy.

#### **3. Vlastní záznam**

Záznam pozorovaných a sledovaných charakteristik.

#### **4. Rozbor**

Studium záznamů a vyvození závěrů.

### **2.7.3 Typy analýz a záznamů tenisového utkání**

V dnešní době je již běžné, že se v průběhu televizního utkání setkáváme s různými statistickými tabulkami, které sledují a vyhodnocují mnoho faktorů v tenisovém utkání. Díky stále se zlepšující technice jsou tyto výsledky často převáděny nejen do čísel, ale i do grafických znázornění, která jsou převážně velmi přesná. Je to hlavně díky kamerám, které jsou na lepších turnajích rozestavěny tak, aby snímaly tenisový dvorec ze všech možných úhlů. Na podobném principu pracuje novinka posledních let, tzv. „challange“ nebo-li „Eagle Eye“, v českém překladu „jestřábí oko“.

Tyto statistiky a znázornění jsou nejen velkým zpestřením hry pro diváka, ale slouží i jako výborná pomůcka pro trenéry a hlavně hráče samotné. Díky nim se dá vyčíst soupeřova úspěšnost, účinnost, herní styl apod., ale zároveň se dají zjistit a potvrdit vlastní hráčské nedostatky.

Pro přehled zde uvádíme několik příkladů různých druhů statistického vyhodnocení:

## Match Statistics

Rod Laver Arena - Men's Singles - Finals						
	Points	1	2	3	4	5
Rafael Nadal ESP (1) ✓		7	3	7 <sup>7</sup>	3	6
Match Completed						
Roger Federer SUI (2)		5	6	6 <sup>3</sup>	6	2
SlamTracker		Match Statistics		Serve Statistics		
Elapsed Time by Set: 58 48 78 45 34						

Match Summary		
	Nadal <sup>(ESP)</sup>	Federer <sup>(SUI)</sup>
1st Serve %	112 of 175 = 64 %	90 of 172 = 52 %
Aces	4	11
Double Faults	4	6
Unforced Errors	41	64
Winning % on 1st Serve	74 of 112 = 66 %	66 of 90 = 73 %
Winning % on 2nd Serve	30 of 63 = 48 %	37 of 82 = 45 %
Winners (Including Service)	50	71
Receiving Points Won	69 of 172 = 40 %	71 of 175 = 41 %
Break Point Conversions	7 of 16 = 44 %	6 of 19 = 32 %
Net Approaches	15 of 26 = 58 %	43 of 60 = 72 %
Total Points Won	173	174
Fastest Serve Speed	196 KMH	204 KMH
Average 1st Serve Speed	179 KMH	183 KMH
Average 2nd Serve Speed	143 KMH	156 KMH

**Obrázek č. 8: Tabulka statistiky po utkání**

Rozmanitost a atraktivnost tenisové hry spočívá v základním předpokladu o vyhraném posledním míči: Pokud hráč neukončí rozhodující míč, není utkání vyhrané, i kdyby měl po celou dobu utkání jasnou převahu. Z vrcholových tenisových utkání je dobře známá skutečnost o kvalitativních herních změnách – zvratech v průběhu utkání a střídá se dominance v jednotlivých etapách utkání. Sumární statistický údaj zprůměrnuje uvedené změny v průběhu utkání a nemůže poskytnout obraz o dynamice těchto změn, tedy ani o úspěšnosti či neúspěšnosti sledovaných herních prvků v jednotlivých fázích utkání (Veverka, 2010)

Pozn.: 1st Serve % ... počet úspěšných prvních servisů/celkový počet servisů/procento úspěšnosti

Aces...přímé body z podání (esa)

Double Faults ...dvojchyby

Unforced Errors...nevynucené chyby

Winning % on 1st Serve...počet vyhraných míčů po prvním servisu

Winning % on 2nd Serve...počet vyhraných míčů po druhém servisu

Winners (Including Service)...vítězné míče včetně servisu

Receiving Points won... procento vyhraných bodů při příjmu podání

Break Point Conversions... procentuální využití tzv. „brejkbolů“

Net Approaches...hra na síti

Total Points Won..všechny získané míče

Fastest Serve Speed...nejrychlejší servis v utkání

Average 1st Serve Speed...průměrná rychlost prvního podání

Average 2nd Serve Speed...průměrná rychlost druhého podání



Shots			
Serves>Returns Deuce Court			
First Serve	47	First Return	11
Second Serve	13	Second Return	11
Serves>Returns Ad Court			
First Serve	41	First Return	9
Second Serve	16	Second Return	4
Forehands		Backhands	
Drive	54	Drive	19
Slice	5	Slice	3
Volley	7	Volley	0
Overhead	3	Overhead	0
Lob	3	Lob	1
Drop Shot	2	Drop Shot	0
Other	0	Other	0
Outcome		Ends	
Winning Shots	✓	Far End	✓
Errors	✓	Near End	✓
In Serves>Returns	✓		
Let Serves			

**Obrázek č. 9: Podrobnější statistika četnosti jednotlivých úderů**

Z této tabulky se můžeme dozvědět o četnosti základních úderů. Jde o forhend: drive – přímý s horní rotací, slice – se spodní rotací, overhead – úder hraný nad hlavou (smeč), lob – lob, drop shot – zkrácený míč, other – ostatní. Z bekhendové strany jsou to stejné typy úderů jako z forhendové.



Winners	Forced Errors	Unforced Errors
Service	14	12
Forehand	13	11
Forehand Return	0	3
Forehand Pass	0	1
Backhand	5	3
Backhand Return	3	1
Backhand Pass	1	6
Volley - Forehand	5	0
Volley - Backhand	1	1
Other Forced Errors	2	1

**Obrázek č. 10: Tabulka vynucených chyb**

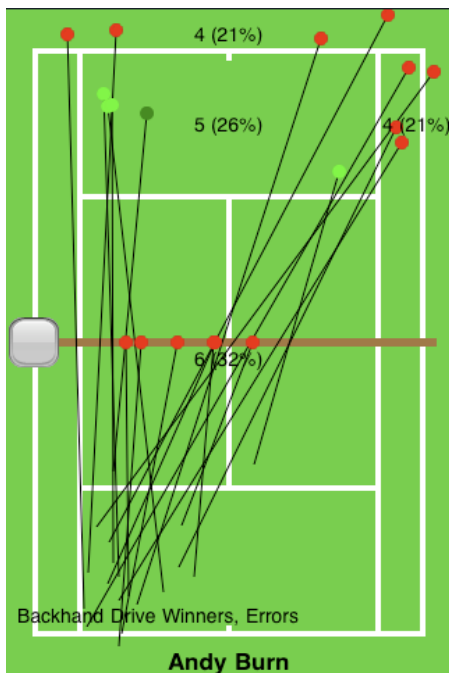
Winners	Forced Errors	Unforced Errors
Forehand	20	11
Forehand Return	0	0
Forehand Pass	0	1
Backhand	18	6
Backhand Return	0	0
Backhand Pass	0	0
Volley - Forehand	2	1
Volley - Backhand	1	0
Other Unforced Errors	0	0

**Obrázek č. 11: Tabulka nevynucených chyb**

V této tabulce jsou údaje o vynucených chybách, tj. chybách, které hráče donutí udělat soupeř. Dále jsou zde chyby nevynucené, což jsou chyby, které způsobí hráč sám, bez nátlaku soupeře. Vysvětlivky k typům úderů, viz. výše.

### ***Grafické statistiky tenisových utkání***

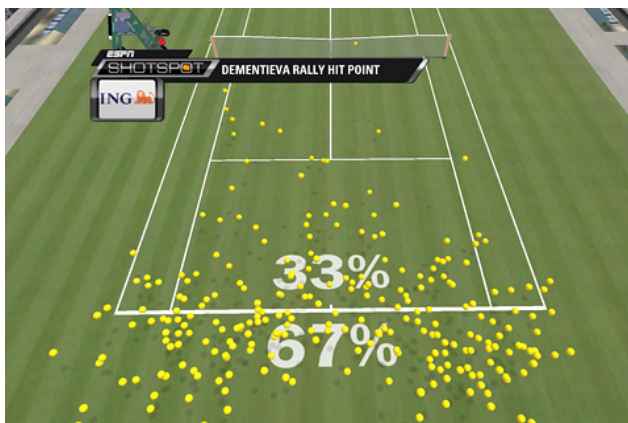
Pro naši práci je stěžejní zpracování a vyhodnocení statistických ukazatelů utkání. V dnešní době již většinu utkání zpracovává počítač, díky vysokorychlostním kamerám a příslušnému softwaru. Stále si však někteří trenéři dělají statistické vyhodnocení sami.



**Obrázek č. 12: Příklad bekhendových úderů vítězné/chybné**

Z tohoto obrázkového grafu je patrné, kam hrál hráč bekhendové údery a s jakou úspěšností, která je vyjádřena procentuálně. Dále se dá velmi dobře vyčíst pohyb tenisty po dvorci a místa zásahu míče z bekhendové strany, které budeme zkoumat.

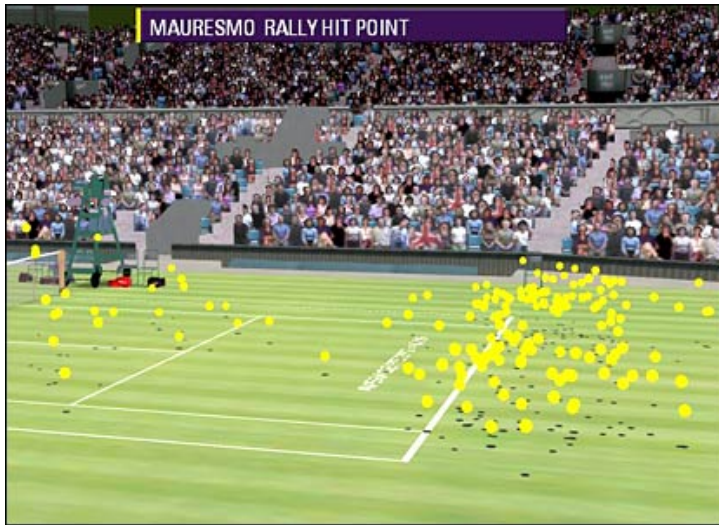
Záznamy v tomto grafu mohou být pořízeny díky záznamům z vysokorychlostních kamer nebo lze manuálně zaznamenávat každý úder zvlášť do předem připraveného záznamového archu, či speciální digitální obrazovky.



**Obrázek č. 13: Procentuální statistika míčů odehraných před a za základní čarou**

Z tohoto záznamu se dá vyčíst postavení hráče a procentuálně je vyjádřen zásah míče před nebo za základní čarou. Nelze však s jistotou vypořádat taktiku hráče, jelikož

máme pouze informace o soupeři, kam jednotlivé míče zahrál nebo-li odkud je v tomto případě Jelena Dementieva vracela.



**Obrázek č. 14: 3D statistický model místa zásahu míče**

3D model, který nám ukazuje výšku a místo zásahu tenisového míče. Dá se tak zjistit, zdali hraje hráč v průměru míč spíše po dopadu, nebo je trefuje vysoko po odskoku.

## **3 Cíl a úkoly práce**

### **3.1 Cíl práce**

Cílem práce je zjistit, kde na dvorci se hráči pohybují v době úderu do míče, zda si „obíhají“ údery a v jaké míře.

Porovnáním dvou extrémních kategorií, což jsou čeští průměrní mladší žáci a nejlepší vrcholoví hráči, zjistit rozdíly. Na základě výsledků rozhodnout, z jakých míst má smysl trénovat jednotlivé údery u dětí a jak by se měla tato místa měnit v závislosti na věku a výkonnosti. Dalšími úkoly je zjistit poměr vítězných úderů vzhledem k chybám, případně nalézt místa na dvorci, ze kterých většinou dosahujeme vítězného míče, či ze kterých většinou chybujeme.

### **3.2 Úkoly práce:**

1. Studování literatury zabývající se problematikou tenisové taktiky a techniky
2. Příprava potřeb pro výzkum
3. Videozáznam vybraných utkání mužů
4. Realizace předvýzkumu a zkouška grafického záznamu dat
5. Pozorování mladších žáků v utkáních na turnajích
6. Analýza videozáznamu
7. Analýza výsledků

#### ***Výzkumné otázky:***

1. Jak často dochází k „obíhání“ úderů?
2. Z jakých míst na dvorci se nejčastěji odehrávají údery ve hře?
3. Jaká je účinnost forhendů nebo backhandů v dané kategorii?
4. Jaký je poměr odehraných forhendů a backhandů v utkání?

## **4 Metodologie práce**

### **4.1 Popis výzkumného souboru**

Pro posouzení rozdílů jsme si vybrali dvě zcela odlišné kategorie, jimiž jsou čeští mladší žáci nepatřící mezi prvních 200 hráčů českého žebříčku, které jsme pozorovali na turnajích kategorie C. To zaručuje podobnou výkonnost sledovaných hráčů (pro lepší představu - nejvyšší úroveň je v kategorii A, nejnižší v kategorii D). Druhou kategorií jsou profesionálové z top 10 světového žebříčku, které jsme pozorovali v 10ti sadách. Utkání byla vybrána z finálových či semifinálových utkání jednotlivých turnajů Masters 1000. Pokud se stane, že některý hráč bude pozorován vícekrát, bude i vícekrát zařazen do výsledků, protože nehraje se stejným soupeřem, ani na stejném turnaji, ani ve stejných podmínkách.

Celkem jsem navštívil dva turnaje mladších žáků kategorie C, z každého jsem si losem vybral pět různých setů, které jsem zaznamenal. Z druhé kategorie jsem žádný turnaj nenavštívil, ale zaznamenával jsem výsledky nahrané na videu z vybraných semifinálových či finálových utkání turnajů Masters 1000.

### **4.2 Použité metody**

Při výzkumu budeme využívat metodu pozorování s grafickým záznamem úderového postavení a směru úderu.

Metoda pozorování je metoda subjektivní a záleží na osobě pozorovatele, jak uvádí Fialová a Rychtecký (2003). Pro sběr dat využíváme nepřímého pozorování na základě videozáznamu z turnajů. Data zaznamenáváme graficky do připravené zmenšeniny kopie tenisového dvorce. Díky video záznamům si můžeme jednotlivé rozehry vracet, tím se riziko chyby sníží na minimum a naše výsledky jsou přesnější.

### **4.3 Způsob sběru dat a jejich hodnocení**

V každé sledované sadě jsme zaznamenávali pozici hráče a směr úderu od třetího úderu (tzn. podání ani příjem nejsou zaznamenány) a poté každý další odehraný úder je označen tečkou z místa, kde ho hráč odehrál. Forhend i bekhend se zapisuje do samostatné kopie dvorce (na jednu stranu formátu A4 se vejdou dvě zmenšeniny dvorce, jedna pro bekhend, druhá pro forhend). Pokud hráč posledním úderem v dané rozehře udělá chybu či zahraje vítězný míč, je od místa úderu (tečky) vedena přímka,

kteřá ukazuje směr úderu a místo dopadu míče. Místo dopadu míče je označeno zase tečkou. Když úder končí v síti, tak zde končí i přímka, co naznačovala let míče. Stane-li se, že soupeř (nesledovaný) zkazí míč, či zahraje vítězný úder, sledovanému zaznamenáme úder, který tomuto konci roze hry předcházela tečkou (forhend nebo bekhend) a další záznam přepíšeme až v následující výměně dle předchozích pravidel. Pro úplnost: forhendový volej a smeč jsou považovány za forhend, bekhendový volej a bekhendová smeč za bekhend.

Po skončení výzkumu začneme zkoumat pozice, ze kterých hráči hráli nejčastěji a zdali se snažili co nejvíce používat svůj silnější úder. Protože používáme pro forhend i bekhend samostatný nakreslený dvorec, můžeme spočítat četnost jednotlivých úderů v dané sadě. Dále díky směrům posledních úderů v roze hře zjistíme počet chybných či vítězných úderů, a z toho spočítáme úspěšnost a účinnost.

Úspěšnost - poměr všech úderů vrácených do poloviny soupeře ze všech zahraných úderů.

Účinnost - poměr všech vítězných úderů ze všech zahraných úderů.

Dalším úkolem našeho sledování, který se netýká „tečkování“, bylo zjistit, jak často končí roze hry jednou ze tří kategorií: do dvou úderů, přesně tři nebo čtyři a více údery.

Do dvou úderů - v této kategorii máme čtyři možnosti. První je eso, druhá dvojchyba, třetí roze hrané první či druhé podání a vítězný úder z příjmu. Čtvrtou možností je roze hrané první či druhé podání a nevynucená chyba přijímajícího.

Přesně tři údery - zde máme již jen dvě varianty. První variantou je úspěšné podání, příjem a vítězný úder od podávajícího. Druhou variantou je úspěšné podání, příjem a nevynucená chyba od podávajícího.

Čtyři a více úderů - v této máme pouze jednu variantu a to, že míč musí být alespoň čtyřikrát po sobě střídavě odehrán raketami protihráčů.

Po skončení roze hry zapíšeme do příslušné kolonky do jaké kategorie roze hra patřila. Budeme pozorovat u stejného souboru hráčů po délku jednoho setu. Po skončení setu vyhodnotíme, kolikrát z celkového počtu se hrálo do dvou úderů, přesně tři nebo čtyři a více úderů v jedné roze hře. Součástí analýzy dat bude i kvalitativní posouzení ploch na dvorci, ze kterých hráč odehrával sledované údery.

## 5 Výsledková část

Během pozorování jsme shlédli celkem 20 sad (10 sad mladších žáků a 10 sad dospělých). Muži během nich odehráli celkem 116 her (701 rozeher) a žáci 87 her (506 rozeher). Již zde jsou rozdíly veliké, ale pro náš výzkum zatím téměř nic neříkající. Mnohem podstatnějším výsledkem je následující srovnání.

	<b>Muži</b>	<b>Mladší žáci</b>
<b>Do 2 úderů</b>	<b>39%</b>	<b>37%</b>
<b>3 údery</b>	<b>12%</b>	<b>10%</b>
<b>4 a více úderů</b>	<b>50%</b>	<b>53%</b>

**Tabulka č. 1: Procentuální rozložení počtu úderů v rozehrách**

Velice mě překvapila takováto procentuální podobnost mezi hrou mužů a mladších žáků v této kategorii.

V kategorii do 2 úderů bych tuto podobnost přisoudil výborným podáním i příjmům mužů, oproti špatné úrovni podání i příjmu a nesoustředěnosti mladších žáků. Relativně velkým počtem přímých bodů z podání u mužů, oproti podobnému, v některých případech většímu, počtu dvojchyb u mladších žáků, případně snadný (neutrální) míč pro soupeře z druhého podání spodem.

U 3 úderů v rozehrě byl u mužů převážně vždy stejný průběh: výborné podání, „nahraný příjem“ a vítězný úder podávajícího. U mladších žáků jsme zaznamenali vysoký podíl chyb.

Kategorie 4 a více úderů byla hrána u mužů přesně v polovině rozeher. U mladších žáků byly rozehry s vyšším počtem než 3 údery hrány v 53% rozeher.

V kategoriích 3 údery přesně a 4 a více úderů jsme zkoumali počty forhendů a bekhendů o čemž nám více řekne následující tabulka.

	<b>Muži</b>	<b>Mladší Žáci</b>
<b>Celkový počet všech úderů ve hře</b>	<b>1011</b>	<b>620</b>
<b>Celkový počet všech forhendů ve hře</b>	<b>572</b>	<b>367</b>
<b>Celkový počet všech bekhendů ve hře</b>	<b>439</b>	<b>253</b>
<b>Procentuální zastoupení forhendů ve hře</b>	<b>57%</b>	<b>59%</b>

**Tabulka č. 2: Poměr forhendů a bekhendů**

Během stejného počtu sad muži odehráli téměř dvojnásobek počtu úderů ve hře než mladší žáci. Tento fakt, si myslím, že je způsoben extrémní úderovou jistotou sledovaných mužů a u mladších žáků nezkušeností, malou schopností předvídání a špatným odhadem dráhy letu míče. Nezanedbatelný je také průměrný počet her v sadách sledovaných kategorií, kdy muži odehráli v průměru 11,6 her a mladší žáci 8,7 her v sadě. Příčinou jsou patrně větší výkonnostní rozdíly mezi mladšími žáky navzájem a také větší procento vyhraných her při vlastním podání u mužů.

Prakticky stejný výsledek byl u procentuálního zastoupení forhendů ve hře u obou kategorií. Překvapil mě výsledek u mužů, kteří odehráli ve hře 57% všech úderů forhendem, protože analýza Stojana (1999) uvádí výsledek vrcholových tenistů na rychlém povrchu 43%.

U mladších žáků si snahy o oběhnutí úderu všimneme hlavně v situaci, kdy jim míč letí tzv. „na tělo“ nebo mírně na bekhendovou stranu. Zatímco u mužů je snaha o to hrát silnějším-neboli účinnějším úderem podstatně větší a dostávají se, v některých případech, až za podélnou čáru bekhendové strany, aby mohli hrát svým upřednostňovaným úderem. Jak často muži a mladší žáci obíhají údery můžeme vidět v následující tabulce, která s celkovým počtem forhendů a bekhendů ve hře úzce souvisí.

	<b>Muži</b>	<b>Mladší žáci</b>
<b>Celkový počet všech úderů ve hře</b>	<b>1011</b>	<b>620</b>
<b>Celkový počet bekhendů ve hře</b>	<b>439</b>	<b>253</b>
<b>Celkový počet bekhendů na forhendové straně ve hře</b>	<b>2</b>	<b>15</b>
<b>% bekhendů na forhendové straně z celk. počtu bekhendů</b>	<b>0,5%</b>	<b>6%</b>
<b>Celkový počet forhendů ve hře</b>	<b>572</b>	<b>367</b>
<b>Celkový počet forhendů na bekhendové straně ve hře</b>	<b>245</b>	<b>53</b>
<b>% forhendů na bekhendové straně z celk. počtu forhendů</b>	<b>43%</b>	<b>14%</b>

Tabulka č. 3 Obíhání forhendu a bekhendu



Tato tabulka je jednou z nejdůležitějších z našeho výzkumu, zde si již musíme všimnout rozdílů mezi hrou zkušených profesionálů a začínajících českých tenistů s žádnými, v lepším případě malými zkušenostmi.

Ohledně hraní bekhendu na forhendové straně u mužů se moc mluvit nedá a my jsme i takovýto výsledek očekávali, ještě s přihlédnutím ke skutečnosti, že z 439 bekhendů byly zahrány pouze dva a to obranné voleje přibližně půl metru na forhendové straně od středu dvorce. Tímto bych kategorii bekhendů na forhendové straně u mužů považoval za vyřešenou. U žáků je 15 úderů z 253 také malé číslo, ale domnívám se, že není zanedbatelné. Jeden sledovaný žák upřednostňoval při hře bekhend a zahrál jich rovných 7. Ovšem hlavní důvod proč jich žáci mají více, si myslím, že souvisí s výše zmíněným faktem nezkušenosti, malou schopností předvídání a špatným odhadem dráhy letu míče. Žáci mají větší problémy po odehrání úderu přemístit se do ideální pozice pro hraní následujícího úderu a velká část bekhendů na forhendové straně byla zahrána právě při návratu z odehrání forhendu z oblasti autové čáry na čtyřhru na forhendové straně. Zde byste mohli namítnout otázku, proč směřovat úder na hráče, který se vrací zpět, když má celou, přinejmenším bekhendovou polovinu dvorce nepokrytou? To je věc, kterou u mužů neuvidíme. Podle mě souvisí s nezkušeností a případným špatným taktickým záměrem dětí a velice nepřesným umístěním úderu do chtěné části dvorce.

Forhend na bekhendové straně je více používán u mužů, což asi nikoho nepřekvapí. Ale, že je to téměř každý druhý úder, to bych řekl, že překvapí většinu tenisových trenérů. Přesně je to 43% odehraných forhendů na bekhendové polovině dvorce u sledovaných mužů a 14% u sledovaných mladších žáků. Takhle velké číslo u mužů, si myslím, že je způsobené vynikající předvídavostí, chtíčem a nutností co nejčastěji používat silnější a účinnější úder, který více znesnadní soupeřovi podmínky, než úder druhý. Mladší žáci ani forhend na bekhendové straně tolik nevyužívají z výše popsaných důvodů. Ale jeden z dalších důvodů, si myslím, že vyplývá z tréninku. Tenisté obecně mají jeden z úderů slabší, mladší žáky nevyjímaje, a v drtivé většině to bývá právě bekhend. Spousta trenérů klade důraz na zlepšení slabšího úderu, což podle mě není chybou. Při snaze svěřence „oběhnout“ si míč a hrát silnějším úderem podle mě velice často dochází k napomenutí od trenéra, aby si údery svěřenec neobíhal, když nemusí, což také nepovažuji za chybu. Ale současně bych alespoň jednou za čas zařadil

nějaké herní cvičení právě na tuto dovednost, protože jak je vidět, je to dovednost potřebná a často využívaná při získávání jednotlivých bodů v utkáních. O tom nám více řeknou následující tabulky týkající se úspěšnosti a účinnosti.

	<b>Muži</b>	<b>Mladší žáci</b>
<b>Úspěšnost všech forhendů ve hře</b>	<b>89,2%</b>	<b>82,6%</b>
<b>Úspěšnost všech bekhendů ve hře</b>	<b>84,5%</b>	<b>80,2%</b>
<b>Úspěšnost všech forhendů na bekhendové straně ve hře</b>	<b>91%</b>	<b>83%</b>

**Tabulka č. 4: Úspěšnost jednotlivých úderů**

Než začneme rozebírat jednotlivá čísla je potřeba si uvědomit, že jsme počítali úspěšnost úderů ve hře tzn. po úspěšném podání i příjmu. Alespoň 3 údery v rozeheru, u sledovaných utkání, byly zahrány v 63% rozeher u mladších žáků a v 62% rozeher u mužů. Úspěšnost je poměr všech úderů vrácených do poloviny soupeře ze všech zahráných úderů ve hře. U mužů jsme výsledek okolo 90% očekávali, ale u mladších žáků mě takhle veliká čísla jakými 82,6% u forhendů a 80,2% u bekhendů zcela bezesporu jsou, velice překvapila. U mužů jsou tato čísla ještě trochu větší a to 89,2% u forhendů a 84,5% u bekhendů, tam bych viděl jako jasný důvod extrémní úderovou jistotu, kterou tito sledovaní muži světové elity mají. U mladších žáků se, podle mě, o úderové jistotě moc mluvit nedá, ale řekl bych, že je to spíše opatrností a strachem ze zbytečného „darování“ bodu soupeři. Za zmínku by ještě stála informace, že hodnoty u mužů se pohybovaly od 76,9% do 90,3% u bekhendu, od 81,3% do 95,1% u forhendu. U mladších žáků bylo rozmezí podstatně větší a to od 70% do 90% u bekhendu a od 67,6% do 94,1% u forhendu.

Úspěšnost mužů při forhendech na bekhendové straně dosáhla 91% a u mladších žáků 83%. V této kategorii se hodnoty pohybují od 87% do 100% u mužů a od 73% do 100% u mladších žáků. Vzhledem k velice malému výskytu, jsme bekhend na forhendové straně do statistik úspěšnosti nezahrnuli.

	<b>Muži</b>	<b>Mladší Žáci</b>
<b>Účinnost všech forhendů ve hře</b>	<b>11%</b>	<b>8%</b>
<b>Účinnost všech bekhendů ve hře</b>	<b>5%</b>	<b>8%</b>
<b>Účinnost všech forhendů na bekhendové straně ve hře</b>	<b>13,5%</b>	<b>7,5%</b>

**Tabulka č. 5: Účinnost jednotlivých úderů**

Účinnost je poměr všech vítězných úderů ze všech zahraných úderů. Při výpočtu účinnosti má chybně rozehraný míč stejný význam jako úspěšně vrácený (nevítězný) míč do pole soupeře. Tento statistický pojem nemá s úspěšností téměř nic společného i když to tak na první pohled může vypadat. Jen pro upřesnění, hráč A z 10 úderů zahraje 9 chyb a 1 vítězný míč, hráč B z 10 úderů 9 úspěšně vrátí do pole soupeře a jeden míč zahraje vítězný, budou mít hráči A a B účinnost shodnou a to 10%.

Na první pohled nás asi zaujme vyrovnanost účinnosti u mladších žáků a rozdílné hodnoty u mužů. To bych řekl, že je způsobeno zkušeností, rychlostí a přemýšlivostí mužů, kteří se snaží ze slabšího úderu udržet míč ve hře a převážně v obraných situacích např. u prohozu, zaútočí i slabším úderem. Např. Nadal v jedné sledované sadě zahrál 3 vítězné bekhendy a všechny byly prohozy křížem do levého rohu levého pole pro podání. Mladší žáci u herních činnostech tolik nepřemýšlí a někdy se snaží zakončit míč prakticky z jakékoliv herní situace. Velice často docházelo k vítězným úderům tzv. „kiksem“ – nečistě trefeným míčem, který díky zásahu rámem rakety začne rotovat a po dopadu na zem, pro mladší žáky, neočekávaně jinak než obvykle odskočí a překvapený soupeř nezasáhne míč.

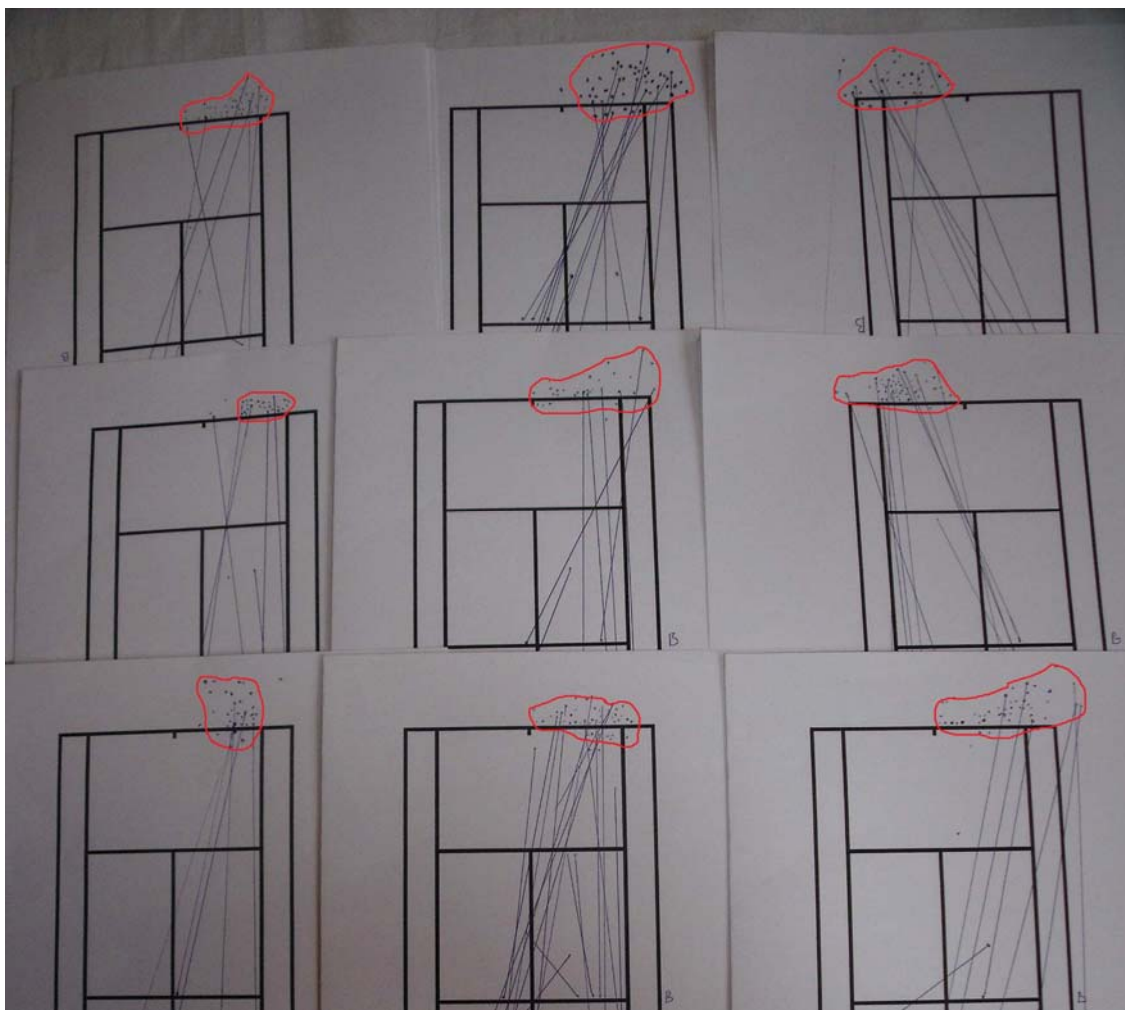
Forhendová účinnost u mužů dosáhla 11% a u mladších žáků 8%. Za důležitou informaci bych považoval i rozsah hodnot, který se pohyboval u mužů od 7,3% do 21,6% a u žáků od 3% do 26,7%.

Bekhendová účinnost nám vyšla 5% u mužů a 8% u mladších žáků. Rozsah hodnot je u mužů podstatně menší a u mladších žáků větší. Mužské hodnoty se pohybovaly od 2,1% do 7,7% a u žáků od 0% do 30%.

Poslední kategorií je forhend na bekhendové straně dvorce, který se u mužů jeví jako největší „zbraň“ a u mladších žáků má téměř stejnou úroveň jako ostatní údery. Myslím si, že zbrání je tento úder i u dětí, ale číselně nám to tak nevyšlo, to bych přisuzoval již několikrát zmiňovaným zkušenostem a předvídavosti. U mladších žáků jsme občas

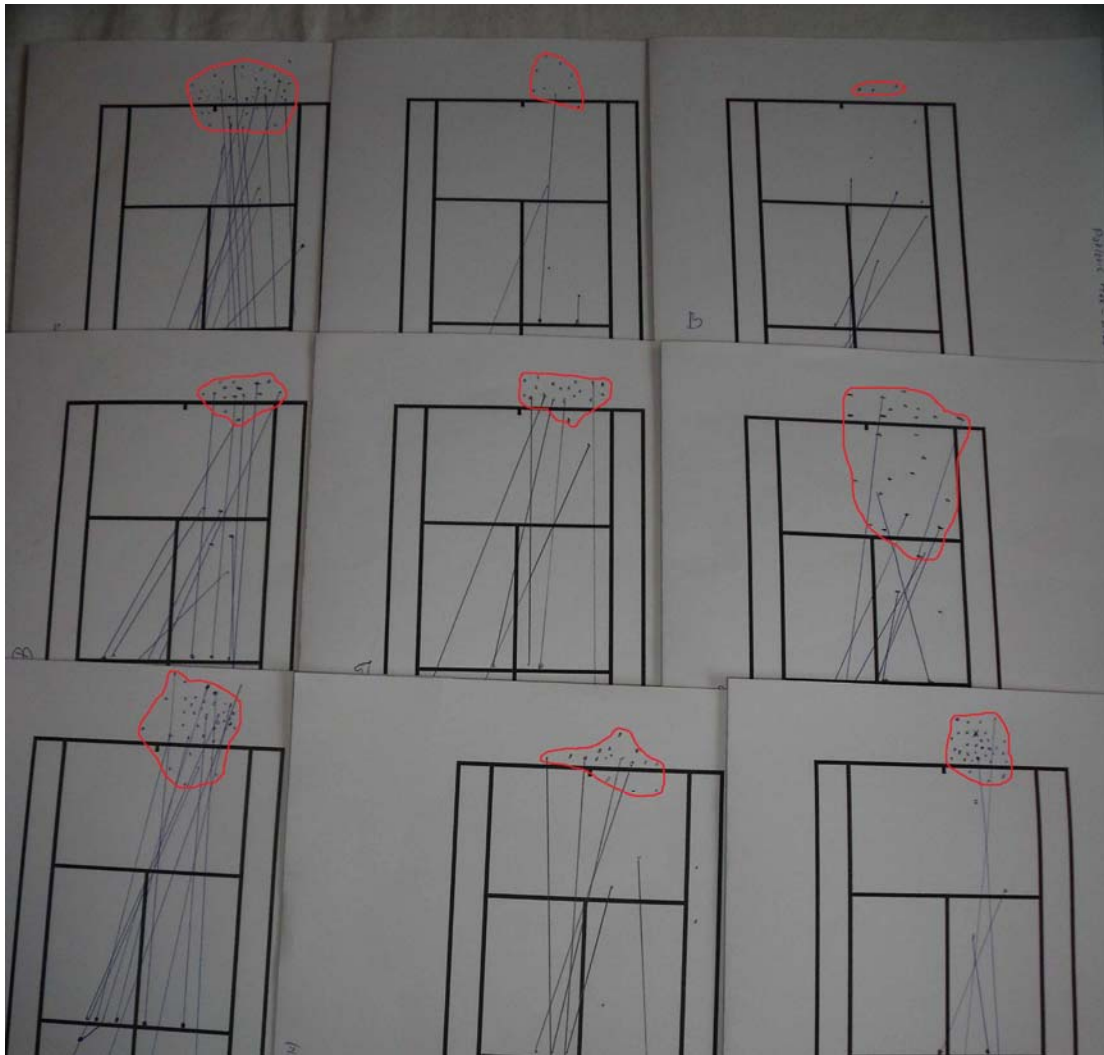
snahu o oběhnutí zaznamenali, ale díky zaváhání, zda-li je k tomu ten pravý čas, nebo snaze oběhnout si míč, kdy to z biomechanických důvodů u mladších žáků nebylo možné, došlo mnohokrát k nevynucené chybě zapříčiněné špatným úderovým postavením. Mužská účinnost vyšla 13,5% a u mladších žáků 7,5%. U mužů se hodnoty pohybovaly od 6,9% do 25%. V této kategorii jsou u mladších žáků rozdíly minimální a maximální hodnoty u jednotlivých hráčů nejmarkantnější a to od 0% do 50%.

Dalším podstatným bodem našeho pozorování, bylo zjistit z jakých míst se nejčastěji hrají forhendy a bekhendy ve hře v průběhu utkání. Do sledování nebyly zařazeny první dva údery (podání ani příjem) a poté už jakýkoliv zahráný úder byl označen tečkou do připravených archů, jak jsme popisovali v kapitole 4.3. Z celkového počtu deseti zaznamenaných sad jsme, vzhledem k uspořádání na fotografii, vybrali devět. Nebylo to náhodně, ale desátý nevyfotografovaný obrázek je vždy velice podobný jednomu z vyfotografovaných. Pokud bude zmíněno číslo některého z obrázků vždy se budeme řídit pravidlem: obrázky v horní řadě budou mít zleva čísla 1, 2, 3 v prostřední řadě zleva 4, 5, 6 a v dolní řadě zleva 7, 8, 9. Důležitou věcí, kterou bychom si měli uvědomit je, že hráč svou rychlostí, zkušeností a předvídavostí může ovlivnit, jestli si daný úder stihne oběhnout, či nikoliv. Místo, ze kterého bude daný úder hrát, záleží především na soupeři, kam odehraný úder umístí. Ovlivnit místo odehrání úderu lze především v pohybu dopředu nebo vzad, ale do stran velice obtížně.



**Obrázek č. 15: Oblasti na dvorci ze kterých byl hrán bekhend u mužů**

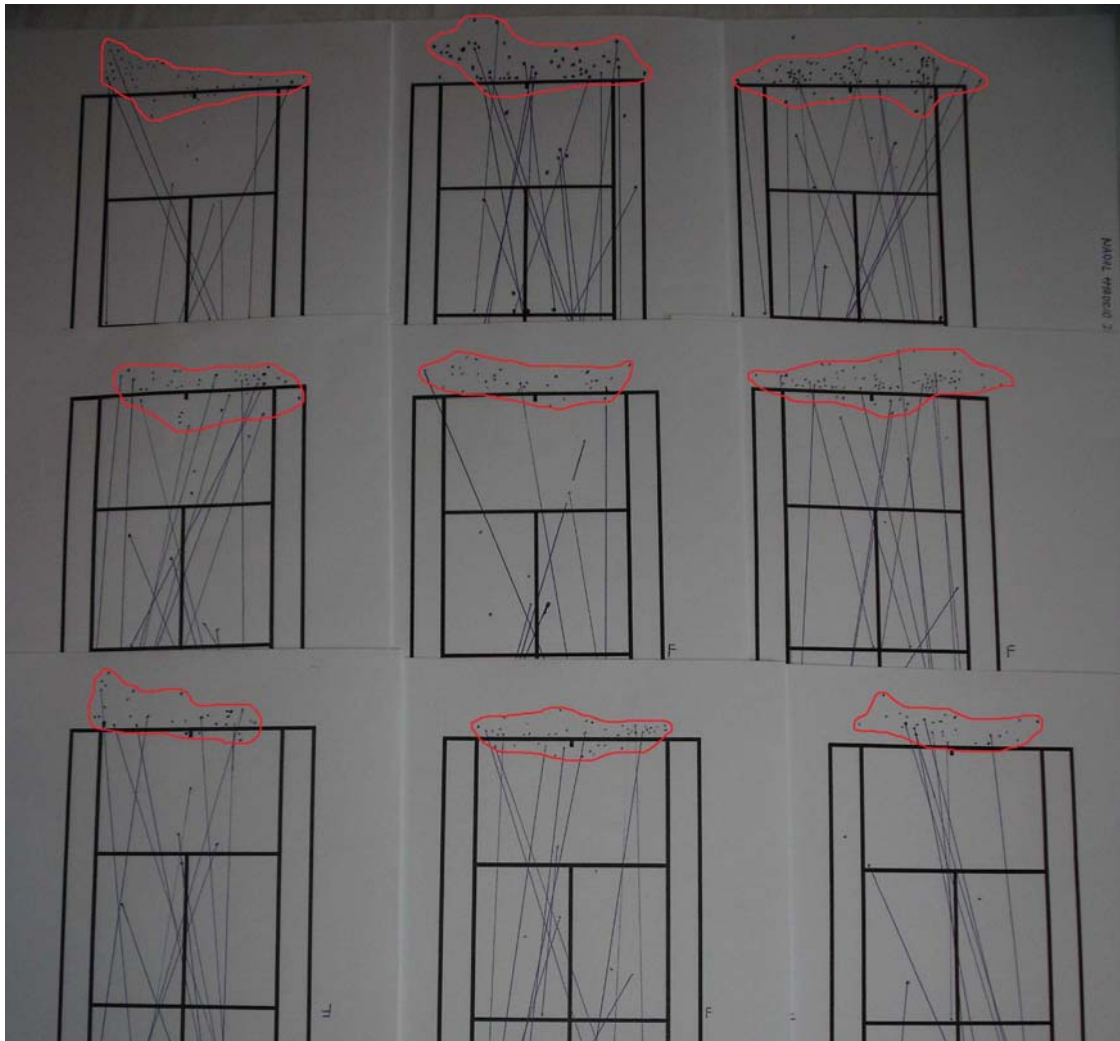
Při pohledu na oblasti je nutné podotknout, že obrázky číslo 3 a 6 jsou od levorukého hráče Rafaela Nadala. Pokud bychom si je představili v osové souměrnosti (myšlená osa by vedla od středu sítě skrz střed zadní čáry až do konce výběhu dvorce), všechny obrázky by byli prakticky shodné. Výjimkou bychom mohli považovat obrázek číslo 4, kde je oblast nejčastěji odehraných bekhendů opravdu extrémně „malá“.



**Obrázek č. 16: Oblasti na dvorci ze kterých byl hrán bekhend u mladších žáků**

U mladších žáků bych mezi společné znaky obrázků 2, 3, 5, 7, 8, 9 zařadil hraní bekhendových úderů více u středu dvorce, protože v oblasti přibližně jeden metr od bekhendové postranní čáry na dvouhru u těchto obrázků není zahrán téměř žádný. Velkým extrémem je porovnání obrázků 1 a 3 v počtu úderů za základní čarou, kdy sledovaný na obrázku zahrál pouze 3 bekhendy za základní čarou. Obrázek 1 je výjimečný ještě tím, že jako jediný ze všech pozorovaných hráčů si obíhal bekhend, protože to byl jeho silnější a oblíbenější úder. Obrázek číslo 6 je zase zajímavý velkou oblastí s menší četností oproti obrázku 9, kde je na velice malém prostoru zahráno relativně velké množství úderu, což bych očekával spíše u kategorie mužů. Jedním ze dvou hlavních rozdílů mezi oblastmi bekhendu u mužů a mladších žáků je větší rozmanitost míst, ze kterých hráli mladší žáci oproti menšímu „rozptylu“ u mužů. A druhým rozdílem bych viděl soustředěnost oblastí bekhendu u mladších žáků více ke

středu dvorce na rozdíl od mužů, kteří měli oblasti více k bekhendové straně. Tyto rozdíly bychom mohli přisoudit menší přesnosti u mladších žáků.

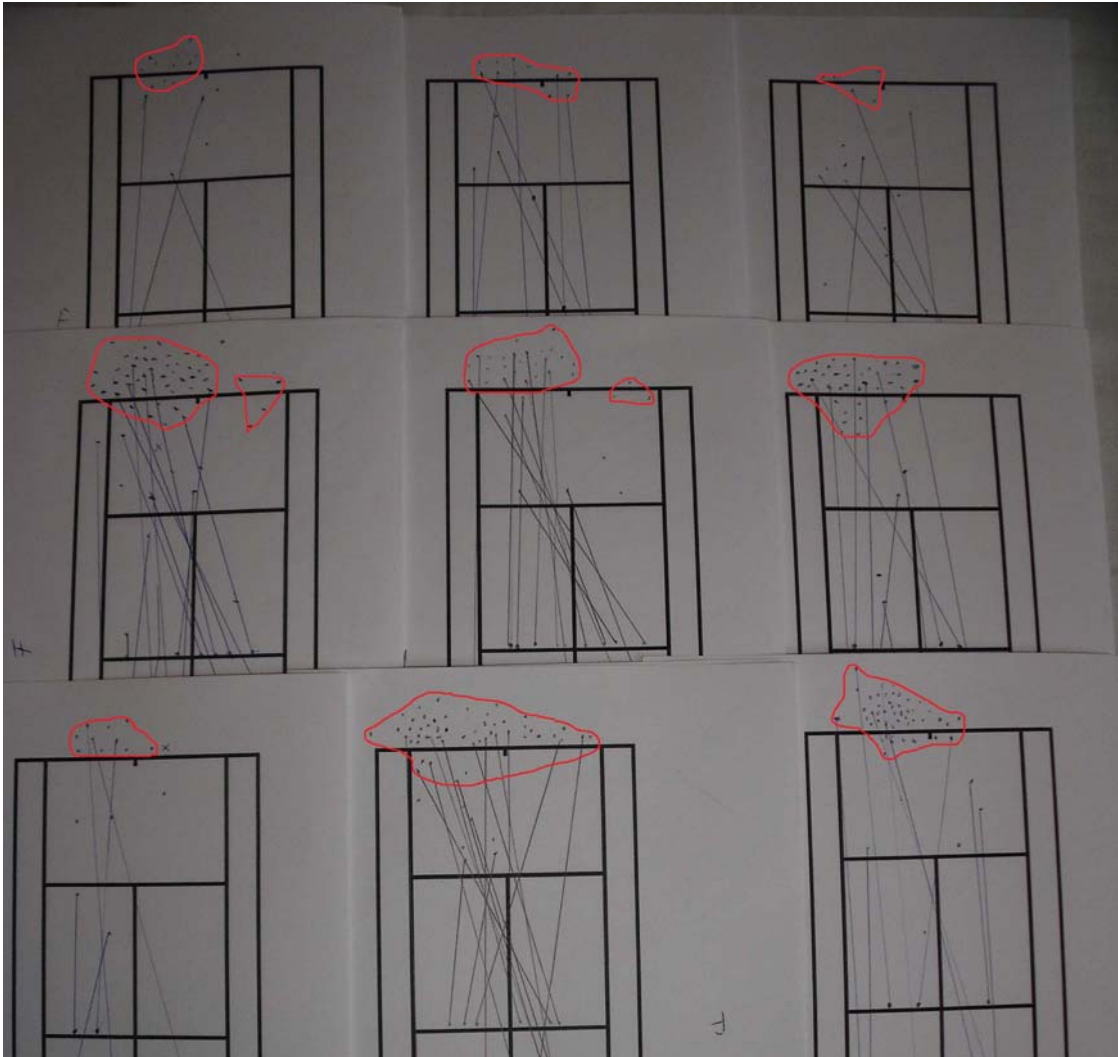


**Obrázek č. 17: Oblasti na dvorci ze kterých byl hrán forhend u mužů**

U forhendu mužů si stejně jako u jejich bekhendu můžeme všimnout prakticky stejného rozložení u kterékoliv ze zkoumaných sad. Domníval jsem se, že muži budou hrát forhend i na bekhendové straně dvorce, ale nemyslel jsem si, že to bude v takovém hojném počtu a „hloubce“ bekhendové strany. Muži se při hraní některých forhendových úderů pozicičně dostávali až za podélnou čáru pro dvouhru na bekhendové straně dvorce a z těchto pozic dokázali zahrát vítězný míč. Jak bylo již výše zmíněno muži z celkového počtu forhendů zahráli 43% na bekhendové straně dvorce, což nám tyto obrázky dokazují. U rozložení bekhendů na dvorci byl na první pohled vidět rozdíl levorukého a pravorukého hráče. U rozložení forhendů na dvorci bych řekl, že bez komentáře obrázků 3 a 6 by jen málokdo rozpoznal, že se jedná o levorukého hráče,



kterým je v současné době světová jednička na žebříčku ATP Rafael Nadal, protože s ostatními obrázky jsou téměř shodné.



**Obrázek č. 18: Oblasti na dvorci ze kterých byl hrán forhend u mladších žáků**

U mladších žáků jsme se opět dočkali relativně velké rozmanitosti, což asi není překvapením. Obrázek č. 8 je asi nejpodobnější mužskému rozložení oblastí na dvorci, ze kterých byl hrán forhend. Rovnoměrnost a docela velikou četnost odehraných forhendů můžeme pozorovat u obrázků 4, 6 a 9. Obrázek 4 a 5 má zvýrazněné dvě oblasti, protože místa, neboli tečky, na bekhendové straně, ze kterých byl hrán forhend, mi přišly relativně blízko sebe a proto pouze u těchto obrázků jsou znázorněny oblasti dvě. Zajímavá mi zde připadá „mezera“ mezi zvýrazněnými oblastmi. U obrázku 4 je mezera přibližně jeden metr a u obrázku 5 je to asi jeden a půl metru. Mezera bych přisoudil pohodlně zahranému úderu bekhendem ze středu dvorce, bez jakékoliv nutnosti pohybu mladšího žáka a snaze o oběhnutí si úderu na forhend. Nejviditelnějším



rozdílem mezi našimi kategoriemi je na první pohled rozložení oblastí po celé délce základní čáry u mužů a podstatně menší oblast u mladší žáků, která je orientovaná na forhendovou stranu dvorce.

## 6 Závěr a doporučení pro praxi

Cílem práce bylo zjistit z jakých oblastí hráči hrají nejčastěji údery na dvorci a jak často si obíhají údery, jejich úspěšnost a účinnost a následné srovnání mladších žáků a profesionálních tenistů v těchto činnostech. Po vyhodnocení výsledků jsme si potvrdili, že obíhání na bekhend se téměř nevyskytuje. U mužů nebyl žádný případ a u mladších žáků měl jeden z pozorovaných oblíbenější a silnější úder bekhend a obíhání forhendu na bekhend využíval jako jediný ze všech pozorovaných. Potvrdilo se nám, že obíhání forhendu se využívá hojně a více než jsme čekali. Sledovaní muži si obíhali celkem 43% forhendů a žáci 14%, což svědčí o důležitosti této činnosti. Velice mě překvapil výsledek forhendových oblastí u mužů, kdy téměř nebyl poznat rozdíl mezi levorukým a pravorukým hráčem.

Proto bych v praxi doporučil do tréninku zařazení obíhání a hraní forhendu po celé délce základní čáry dvorce na dvouhru již pro mladší žáky. Případné hraní bekhendu v tréninku na forhendové straně mi přijde, z dosažených výsledků, zbytečné. Jak bylo již výše zmíněno, pokud si svěřenec v tréninku oběhne úder, často dochází k napomenutí od trenéra, aby si slabší úder neobíhal, což nepovažuji za chybu. Myslím si, že trenér by měl vysvětlit, před zahájením cvičení, že trénují zdokonalení slabšího úderu nikoli obíhání, které je, jak jsme zjistili, velice důležité a bude k tomu prostor v další části tréninku. Doporučil bych to proto, aby si svěřenec z tréninku „neodnesl“ chybnou domněnku, že obíhat údery si nemá, že je to něco špatného. Další činností, kterou bych v praxi doporučil, by bylo hraní forhendu z bekhendové strany dvorce, do bekhendové strany protihráče (u hráčů, kteří hrají stejnou rukou), protože tato dovednost byla často využívána u mužů a vedla k získávání bodů. Je pravda, že mladší žáci se k forhendu na bekhendové straně nedostávali tak často a když ano, tak ne tak daleko od středu dvorce jako muži. Z těchto pozic pak v drtivé většině hráli forhend do forhendu soupeře ( u hráčů, kteří hrají stejnou rukou).

Námětem pro další výzkumy by mohlo být porovnání s ženami či rozšíření kategorií o starší žáky a dorostence. Myslím si, že kdybychom zvolili u mládežnických kategorií vyšší kategorii turnajů, utkání by mohla být vyrovnanější, ale hlavně by nám nastínily, jak hrají jedni z nejlepších hráčů v České republice v námi sledovaných oblastech a kam bychom trénink měli směřovat či jaké dovednosti našim svěřencům chybí.

## 7 Použitá Literatura

CRESPO, M., MILEY, D., *Trenérský manuál 2. stupně* (pro vrcholové trenéry), Olomouc : Univerzita Palackého v Olomouci, 2001. 305 s.

GROSSER, M., SCHÖNBORN, R., *Závodní tenis pro děti a mladé hráče*, Bílina : Ladislav Hrubý, 2008, 156 s. ISBN 978-3-89899-374-6

HÖHM, J., *Tenis - technika, taktika, trénink*, Praha : Olympia, 1982. ISBN-10: 0 7136 6453 3

JANKOVSKÝ, J., *Tenis*, Praha : Grada Publishing a.s., 2002. 96 str. ISBN 80-247-0169-3

KOČÍB, T., *Základy teorie sportovních her*, Praha : Univerzita Karlova v Praze, FTVS, 2007. ISBN 80-86317-48-X

MAŠKA, O., ŠAFAŘÍK, V., *Nácvik a trénink v tenisové praxi*, Litvínov : Dialog, 1998. 62 str.

PERIČ, T., *Sportovní příprava dětí*, Praha : Grada Publishing a.s., 2008, 191 s. ISBN 978-80-247-2643-4

ROZIČ, D., *Die unerträgliche Leichtigkeit des Tennis*, Bezaub : TULOT, 2008. 137 str.

SCHÖNBORN, R., *Competitive Tennis*, Meyer&Meyer Sport, 1999. 278 str. ISBN 3-89124-534-3

SCHÖNBORN, R., *Optimální tenisový trénink*, Olomouc : Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. 131 str. ISBN 3-938509-11-2

STOJAN, S., BRABENEC, J., *Tenis zdravým rozumem*, Praha : T/Production, spol. s.r.o., 1999. 135 s. ISBN 80-238-4745-7

STOJAN, S., *Moderní tenis*, Praha : Atos, 1991. 93 str. ISBN 80-900356-5-5

VAVERKA, F., *Grand Slam 2008 - 2009*, Olomouc : 2010. 195 str. ISBN 978-80-244-2532-0