

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Fakulta tělesné výchovy a sportu

Katedra sportovních her

Taktická příprava fotbalistů – mladší žáci

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce:

PhDr. Mario Buzek CSc.

Vypracoval:

Jiří Gerstner

3.ročník, TVS

Praha, srpen 2010

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval samostatně a na základě literatury a pramenů uvedených v Seznamu použité literatury. Zároveň souhlasím se zveřejnění této práce jak v tištěné, tak v elektronické podobě.

V Praze, dne 26.8. 2010

Podpis.....

Poděkování

Chtěl bych touto cestou poděkovat PhDr. Mariu Buzkovi CSc. za odborné vedení a rady při tvorbě bakalářské práce. Dále bych rád poděkoval PaedDr. Luděkovi Procházkovi CSc. při výběru tématu a své rodině a přítelkyni za podporu během mého studia na FTVS UK.

Abstrakt

Název práce: Analýza taktické přípravy – mladší žáci

Cíle práce: Diagnostikovat taktickou připravenost jednotlivců v kategorii mladších žáků ve fotbale. Ve sledování hráčů se zaměřuji na jejich taktické řešení herních situací. Na základě vytvořeného taktického testu otestovat dané mužstvo mladších žáků a stanovit rezervy v jejich připravenosti. Na konci své práce se snažím objasnit některé taktické nedostatky v přípravě hráčů.

Metoda: Pro dosažení stanoveného cíle jsem zvolil metodu pozorování. Při této metodě sleduji důležité body obsažené v taktickém testu, které mi pomohou k následnému vyhodnocení a získání důležitých informací. Tyto informace vložím do celkového kontextu práce.

Výsledky: Výsledky dosažené metodou pozorování, poukazují na nedostatky, kterých se dopouští trenéři v přípravě hráčů.

Klíčová slova: starší školní věk, taktika a strategie, taktická příprava, taktické myšlení, taktické dovednosti

Abstract

Title of work: Analysis of tactic preparation for junior pupil (learner)

Aim of work: To diagnostic tactic preparation of individuals in category of junior pupil in football. I monitored individual players and their own tactic solution in game situation. I created a test, and follow on these I monitored the selection excelent group of junior players and I determined their back-up in their preparation.

Method: For achievement of my defined aim, I chosen method of observation. In these method I observe important and main points from my tactic test, which helps me witj follow evaluation and getting important informations. These informations I put into complex context of my work.

Effect: I show absences which I achieved by my method of monitoring, and these absences are made by coaches in preparation of players.

Key words: older school age, tactic preparation, tactic mind, tactic skills

OBSAH

1 ÚVOD	8
2 LITERÁRNÍ PŘEHLED	11
2.1 Charakteristika věkové kategorie – starší školní věk	11
2.1.1 Psychický vývoj ve starším školním věku	11
2.1.2 Pohybový vývoj ve starším školním věku	12
2.2 Taktika a strategie	13
2.3 Taktická příprava	15
2.3.1 Metody osvojování herních dovedností	16
2.4 Taktické myšlení	18
2.5 Taktické dovednosti	19
2.5.1 Vnímání, pozornost, myšlení a rozhodování	20
2.5.2 Taktické znalosti a zkušenosti	23
2.5.3 Role techniky, psychiky a kondice	24
2.6 Řešení soutěžních situací	24
2.6.1 Možnosti řešení soutěžní situace	25
2.7 Herní inteligence	26
2.8 Fotbalová taktika	27
2.9 Herní činnosti jednotlivce – útočné	28
2.10 Herní činnosti jednotlivce – obranné	30
3 CÍLE PRÁCE	32
4 METODIKA PRÁCE	34

5 VÝSLEDKY	36
5.1 Situace 1-proti-1	36
5.2 Situace 2-proti-1	38
5.3 Situace 4-proti-3	42
5.4 Situace 6-proti-4	44
6 DISKUZE	49
7 ZÁVĚR	53
8 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	54

Seznam použitých symbolů a zkratk

Viz tabulka 6 – Základní údaje testovaných hráčů:

Ú1 – 3: útočník;

Z1 – 3: záložník;

O1 – 4: obránce;

B1 –B2: brankář;

IHV – individuální herní výkon;

THV – týmový herní výkon.

1 Úvod

Obsahem a náplní této bakalářské práce je zjistit taktickou připravenost a případné nedostatky v tréninku ve fotbalovém družstvu.

Fotbalové publikace podávají trenérům mnoho tréninkových rad jak rozvíjet techniku, svalovou sílu, pohybovou rychlost, vytrvalost, odolnost organismu apod. Rozvoj osobnostních kapacit jde stranou, předpokládá se, že v rámci sportovních činností se samy rozvíjejí všechny potřebné psychické funkce a vlastnosti osobnosti. Příkladem může být třeba vymýšlení nových cviků k rozvoji síly atd. Ovšem na rozvoj odhadu vzdálenosti, timingu, programování, rozhodování, hodnocení, psychické odolnosti, koncentrace, postřehu, řešení složitých situací a dalších kapacit se mnoho nemyslí. Řada trenérů předpokládá, že to vše je jakýmsi vedlejším produktem automaticky spojeným s tréninkem a soutěží.

Pouze zkušení a přemýšliví trenéři si všímají i těchto otázek. Tito trenéři nesou přívlastek „trenér, který umí poradit“. U trenérů v menších klubech, s malými trenérskými a mnohdy i hráčskými zkušenostmi, je největším problémem rozbor taktického jednání s hráči. Dále také spoléhaní na zkušenosti hráčů jsou častým způsobem řešení problému zjednodušení taktické přípravy sportovce.

Ze své hráčské zkušenosti mohu tvrdit, že s přibývajícím věkem, a s tím spojeným posunem hráčů do starších kategorií, roste význam taktických dovedností. Ovšem většina trenérů nedokáže přesně stanovit tréninkové cíle ke zlepšení taktické připravenosti. Samozřejmě že výborná technická příprava, především v mladších kategoriích, které nejsou odkázány na přílišné plnění taktických pokynů, je stěžejním bodem taktiky v budoucí kariéře.

Pro vytvoření této bakalářské práce jsem položil základy k možnému dalšímu prohloubení taktické přípravy v žákovských kategoriích. Zpracováním této práce jsem si obohatil znalosti, které využiji v budoucnu v trenérské praxi.

V 50. a 60. letech byl fotbalový trénink zaměřen především na techniku, v 70. letech na kondici, v roce 1990 na MS v Itálii na individuální, skupinovou a týmovou taktiku zejména proti silným družstvům. S přibývajícím časem získávala tedy taktika na důležitosti. Špičková mužstva už v moderním fotbale výjimečně porázejí průměrné týmy rozdílem pěti a více branek v utkání. Je to dáno tím, že týmy, které nemají tak technicky vyspělé hráče, se musejí o to více soustředit na taktickou přípravu. Pouze touto cestou mohou konkurovat lepším týmům. Mnohokrát jsme svědky názoru že „tým takticky skvěle zvládl utkání“. Z mého pohledu to ovšem spíše fotbalu ubližuje. Slabší týmy po většinu utkání pouze vyčkávají na chyby soupeře.

S taktickou přípravou se už setkáváme od kategorie přípravek, kde ovšem pod pojmem taktická příprava, je myšleno osvojení si základních pravidel fotbalu. V každé mládežnické kategorii hraje taktika svoji roli.

Největší změna a s tím spojené požadavky na hráče a trenéry v taktické přípravě lze zaznamenat u mladších žáků. Zde můžeme zachytit největší nedostatky a chyby, kterých se hráči a trenéři dopouští. Především přechod z malého hřiště (polovina hrací plochy) a zvýšení počtu hráčů (ze 7 na 11) je pro hráče nejproblematictější změnou.

U mladších žákovských kategorií by měla ovšem převládat stále technická příprava nad všemi ostatními. Toto je ale problém mnoha žákovských trenérů, kteří staví ve většině případů hru družstva na nutnosti neinkasovat (bránit), oproti tomu, aby se mužstvo snažilo hrát ofensivně (využívat osvojené technické a taktické dovednosti) a soupeře „přestřílet“.

Ve starších kategoriích už jsou kladeny větší požadavky na techniku a taktiku hráčů. Pokud ovšem hráči nemají skvěle osvojené technické dovednosti, nedokážou ve starším věku správně řešit herní situace ve vztahu k taktice.

Při hledání odborných publikací k tomuto tématu jsem se potýkal s velkými rezervami v naší literatuře. Pouze jedna publikace podávala strohé informace k taktické přípravě mladších žáků ve fotbalu. Ostatní autoři objasňují pojem „taktika“ obecně. U fotbalových publikací autoři vysvětlují taktiku ve vztahu k dospělému fotbalu. Při sestavování této práce jsem tedy využíval

zahraniční literaturu (hlavně německý časopis Fussballtraining), kde se autoři více zabývají tímto tématem.

Jak už jsem předeslal v úvodu, teoretická část bude zaměřena na obecnou charakteristiku taktického myšlení, jednání, přípravy apod.

Úvodní slova patří charakteristice tohoto věkového období. Dále se pokouším objasnit, co vše v sobě skrývá pojem taktická příprava. Jaké metody k rozvíjení jsou doporučovány. Pokračuji objasněním taktického myšlení ve sportovní přípravě dětí. V další fázi práce je důležité také vysvětlení rozdílů mezi strategií a taktikou. Následuje obecné vysvětlení všech taktických dovedností a jejich nácvik. V posledních částech tohoto teoretického základu jsou uvedeny taktiky jednotlivce, taktika fotbalového týmu a především cíle a obsahy v taktické přípravě v kategorii mladších žáků.

2 Literární přehled

2.1 Charakteristika věkové kategorie 11-15 let – starší školní věk

Starší školní věk je období přechodu od dětství k dospělosti. Je charakterizováno značnými biologickými i psychickými změnami. Vysoké tempo biologicko-psycho-sociálních změn i jejich výrazně individuální průběh je způsoben činností endokrinních žláz a rozdílností v produkci jejich hormonů. Jedná se o období velmi nerovnoměrného vývoje, jak tělesného, tak i psychického a sociálního. S ohledem na tyto procesy je možné toto období rozdělit ještě do dvou, svým charakterem nestejných, fází. První z nich, která je provázána bouřlivým obdobím prepubescence, vrcholí přibližně kolem třináctého roku a po ní následuje poněkud klidnější fáze puberty končící kolem patnáctého roku dítěte.

2.1.1 Psychický vývoj ve starším školním věku

Období puberty patří mezi klíčová období ve vývoji psychiky. Hormonální aktivita ovlivňuje emotivní vztahy a projevy dětí k sobě samým, k druhému pohlaví, ke svému okolí a může působit (pozitivně i negativně) na jejich chování ve sportovní činnosti i v dalších oblastech lidského působení. Po stránce rozumové se dále rozšiřují obzory, objevují se znaky logického a abstraktního chápání, rozvíjí se paměť. Dítě začíná rozumět racionálnímu zdůvodňování i abstraktním pojmům, má již vysoké předpoklady vyvíjet značnou duševní aktivitu a soustředění vydrží delší dobu. Tento rozvoj mění postupy a chování dětí v tréninkových situacích. Zvyšuje se rychlost učení a snižuje se počet potřebných opakování.

Dochází k výraznému prohloubení citového života, který poznamenává jistá nevyrovnanost. Typická bývá náladovost. Nejistotu v odhadu vlastních možností dítě často zakrývá vychloubáním a siláctvím, hrubost navenek zastírá cit. Začíná usilovat o samostatnost a vlastní názor, což je někdy provázenou až přepjatou kritičností vůči okolí. V této fázi vývoje někdy vznikají hluboké zájmy, které bývají základem příští volby povolání. Formuje se vztah ke sportu jako

činnosti, která může přinést silné uspokojení, jíž je však nutno věnovat plné úsilí a kterou nelze chápat jako nezávaznou hru.

2.1.2 Pohybový vývoj ve starším školním věku

Nerovnoměrnost vývoje výrazněji ovlivňuje pohybové možnosti. Tělesná výkonnost ještě zdaleka nedosáhla svého maxima, schopnost přizpůsobení je dobrá, což vytváří příznivé předpoklady pro trénink. Vývoj i růst dále pokračuje a není ještě ukončen, ačkoliv již začíná spět ke svému konci. Především osifikace kostí dále limituje výkonnost a zůstává omezujícím činitelem tréninku.

Z hlediska motorického vývoje je konec druhé fáze mladšího školního věku a začátek první fáze období staršího školního věku (11-12let) považován za vrchol ve všeobecném vývoji. Pohybový luxus a těkavost pohybu ustupuje výrazné účelnosti a ekonomičnosti, přesnosti a většinou i mrštnosti provedení. Na poměrně vysoké úrovni je rovněž schopnost anticipace (předvídání) vlastních pohybů, pohybů ostatních účastníků (např. ve sportovních hrách) i pohybu náčiní a dalších sportovních předmětů (míč, lyže apod.). Nejcharakterističtější rysem je rychlé chápání a schopnost učit se novým pohybovým dovednostem se širokou přizpůsobivostí měnícím se podmínkám. Pohyby naučené v tomto věku jsou většinou pevnější než ty, které se člověk učí později v dospělosti.

Stupeň vývoje vyšší nervové činnosti je charakteristický vyrovnaným poměrem mezi procesy vzruchu a útlumu a rychlým upevňováním podmíněných reflexů. Viděnou pohybovou dovednost, kterou děti vnímají a také chápou jako celek, realizují ihned, motorické učení probíhá „na první ráz“. (Perič, 2008).

Štílec doplňuje, že lavinovitě přibývá nových vědomostí, rozvíjí se paměť a představivost. Při poznávání a myšlení se dítě soustřeďuje spíše na jednotlivosti, souvislosti unikají. Psychologové hovoří o věku realistického nazírání, které se opírá o názorné vlastnosti konkrétních předmětů a jevů, abstraktní operace se objevují až koncem tohoto období. Veškeré činnosti dítě často silně citově prožívá, z toho pramení i sklon k hlučnému projevu. Bylo pozorováno patrné zvýšení odvahy, zvláště u chlapců, i zvýšená vnímavost k okolnímu prostředí. Přetrvává malá sebekritičnost k vlastnímu vystupování a jednání. Rysy osobnosti nejsou zdaleka ustáleny, děti charakterizuje impulsivnost, přechody z radosti do

smutku a naopak. Slabě je zatím vyvinuta vůle, dítě nedokáže dlouhodobě sledovat cíl, soustředit se na jednu činnost. (Štílec, 1989).

2.2 Taktika a strategie

Taktika je vlastní realizace dané strategie v průběhu soutěže. Je prováděna prostřednictvím řešení souboru tzv. konfliktních situací. Taktiku chápeme jako určité operativní řešení. Aby taktika (zejména pro složitější řešení konfliktních situací) mohla být užita, musí být předem nacvičována a zvládnuta, pokud není nacvičena, mluvíme při řešení o improvizaci.

Konfliktní situace je určitý (v podstatě jakýkoli) úsek sportovního boje, kde se střetávají zájmy soupeřů. Řešení na základě jeho pochopení, při využití speciálních znalostí, dovedností, pohybových a intelektuálních chorostí. Každá konfliktní situace má svůj průběh, určitou posloupnost děje. Tato posloupnost platí pro oba soupeře. Nazýváme ji fáze konfliktní situace:

1. Vnímání a analýza se vztahuje ke vzniku situace a rozpoznání situace.
2. Myšlenkové řešení znamená:
 - rozbor situace,
 - návrh řešení,
 - výběr řešení.
3. Pohybové řešení:
 - realizace řešení,
 - zpětná vazba.

Každá konfliktní situace má z hlediska sportovce určité složky, které ovlivňují její průběh. Patří k nim podmínky dané situace, nástroje a pomůcky, daný strategický plán, spoluhráči a soupeři, anticipace, vnímání, znalosti a zkušenosti, roli hrají i pravidla. Tyto složky se během dané situace navzájem prolínají, mění svoji důležitost, ovlivňují jedna druhou a promítají se do:

- a) Obecných zásad taktiky dané sportovní disciplíny,
- b) Organizace vedení sportovního boje družstvem, skupinou, jednotlivcem,
- c) Zásad taktického jednání v konkrétních situacích,
- d) Zásad strategie.

(Jansa a Dovalil, 2009).

Taktiku lze dále třídit – především u sportů s protichůdným typem soupeření - i na útočnou a obrannou (v obou případech individuální, skupinovou a týmovou), v řadě sportů lze pozorovat obranné a útočné soupeření.

Nejjednodušší je to ve sportovních hrách: útočná taktika se zde spojuje s herní situací, kdy jedna strana má hrací předmět (míč apod.) pod svojí kontrolou. Obranná taktika se naopak uplatňuje v situacích, kdy herní předmět má pod kontrolou soupeř. Útočná a obranná fáze (i taktika) se může střídat pravidelně (např. volejbal, tenis) nebo nepravidelně (např. hokej, házená, basketbal).

Obě taktiky spolu úzce souvisejí. Proto obvykle hovoříme o individuální útočné a obranné taktice, skupinové útočné a obranné taktice a útočné a obranné týmové taktice.(Dovalil a kol., 2009).

Strategie – předem promyšlený a na základě určitých poznatků vytvořený plán, který má vést k dosažení nejlepšího očekávaného výsledku v soutěži. Jistá koncepce sportovního boje, návod na jednání v konkrétní soutěži. Určují se obvykle uzlové body strategie: např. místa v utkání, ve kterých se sportovec rozhoduje podle zvolené strategie (např. strategie „útok“ či „zajištěná obrana“). Postupný plán dále rozpracovává taktika, ukazuje na možnosti řešení jednotlivých soutěžních situací a zaměřuje se na praktickou realizaci těchto situací v rámci přijaté strategie. Jde o naučené řešení. V opačném případě (nenaučené řešení) se jedná o improvizaci, řešení, které sportovec nalézá až v konkrétní situaci. Strategie určuje základní rámec řešení soutěžní situace. Zakládá pravidla pro rozhodování v průběhu soutěže. Konkrétní řešení je poté záležitostí taktiky a

taktického jednání. Jejich použití záleží na tom, nakolik jsou jednotlivá řešení v tréninku nacvičena a osvojena a kolik je v nich míry neurčitosti (tj. nakolik jsou dopředu připravena). (Perič a Dovalil, 2010).

Tabulka 1: Taktika v různých typech sportovních výkonů (Dovalil a kol., 2009)

<i>Hledisko</i>	<i>Typ</i>	<i>Popis</i>	<i>Příklad</i>
Typ soupeření	Protichůdné soupeření	Soupeři sledují různé cíle, vítězství jednoho je bezpodmínečně prohrou druhého, soupeř je pouze jeden	Sportovní hry
Možnosti kontaktu se soupeřem	Cílený	Tělesný kontakt se soupeřem, v rámci pravidel je možné využít tohoto kontaktu ke zlepšení vlastního výkonu	Sportovní hry
Délka sportovního boje	Dlouhodobý	Strategický plán je možné během sportovního výkonu zcela diametrálně změnit	Fotbal
Množství partnerů	Družstvo	Sportovní výkon provádí současně několik jedinců, většinou proti stejně velkému počtu soupeřů (ve vyjimečných případech je počet rozdílný - např. vyloučení)	Fotbal

2.3 Taktická příprava

Soutěžení na všech výkonnostních úrovních charakterizuje větší či menší proměnlivost sportovního boje. Z toho v řadě sportů plyne nutnost sledovat situaci a její změny, rychle vybírat optimální řešení a realizovat ho, často ve velmi krátkém čase. Úspěšné řešení složité soutěžní situace se tak stává stěžejní podmínkou vysokého sportovního výkonu, taktické aspekty sportovních činností patří v mnoha odvětvích k limitujícím faktorům struktury sportovního výkonu. I když rozhodování může být také intuitivní, v zásadě i na taktické požadavky výkonu se sportovci musejí předem v tréninku připravovat.

Taktická příprava se proto chápe jako proces osvojování a zdokonalování vědomostí, dovedností, schopností a postupů, které umožní sportovci vybírat v každé sportovní situaci optimální řešení a toto řešení úspěšně prakticky realizovat. (Dovalil a kol., 2009).

Tabulka 2: Přehled hlavních pojmů taktické přípravy (Dovalil a kol., 2009)

Pojem	Definice
Soutěžní situace	- konkrétní úsek sportovního boje, ve kterém se střetávají zájmy osob, které jsou v dané chvíli do situace zapojené - má složku vnější, která vyplývá z objektivní situace v prostoru, času a osob do ní zapojených, a složku vnitřní, která vychází z chápání situace jednotlivými osobami v ní participujícími
Strategie	- předem promyšlený plán, vedoucí prostřednictvím určitých poznatků k dosažení nejlapšího nebo plánovaného výsledku - koncepce sportovního boje
Taktika	- teoretické schéma (soubor) možných řešení soutěžních situací - operativní řešení - vlastní realizace strategie
Taktické jednání	- konkrétní řešení soutěžní situace jednotlivcem, skupinou či družstvem
Taktická příprava	- proces osvojování dovedností a znalostí pro řešení soutěžních situací prostřednictvím soutěžního jednání
Taktické dovednosti	- tréninkem osvojené způsoby řešení soutěžních situací; zahrnují znalosti a zkušenosti, které sportovec využívá pro řešení soutěžních situací

2.3.1 Metody osvojování herních dovedností

METODA 1: Rozvíjet taktiku vcelku a teprve potom po částech

V souladu s herním přístupem k trénování sportovní vědci zjistili, že hráči rozvíjejí lépe své rozhodovací schopnosti v rámci komplexní taktiky, nezačínají tedy s jednoduchou taktikou, která postupně přechází ve složitější. Na základě komplexní taktiky hráči lépe pochopí celkový obraz sportu, okamžitě provádějí rychlá a správná rozhodnutí, nezbytná k dobrému výkonu.

Při výuce komplexní metodou, na rozdíl od přístupu, který učí taktiku po částech, hráči nejprve hrají velmi špatně. S pokračujícím tréninkem ovšem „začínají třídit zrna od plev“ a zvyšují úroveň svého výkonu.

METODA 2: Nechat hráče pozorovat rozhodovací schopnosti jiných

Jak pomůžete hráčům pochopit celou hru a určit okruh problémů, které se musí naučit? Jedním ze způsobů je pozorovat hru spolu s hráči, usměrňovat jejich pozornost k taktickým prvkům a rozhodnutím prováděným ve hře. Cílem by mělo být pomoci sportovcům rozvíjet jejich vlastní analytické schopnosti. Je vhodné pozorovat jak vyspělé sportovce s vynikající technikou a taktikou, tak i sportovce průměrné. Pozorování vyspělých sportovců pomáhá hráčům učit se správným rozhodnutím a poskytuje jim pozitivní představu o tom, co by se měli naučit. Pozorování průměrných hráčů má rovněž svou cenu, protože jejich hra je přibližně na stejné úrovni, a to poskytuje příležitost učit se z jejich chyb. Sportovci však musí být schopni chyby rozpoznat.

METODA 3: Nechat hráče, aby se pozorovali sami

Tímto se myslí pozorování své vlastní hry a svých vlastních chyb prostřednictvím zpětné vazby na videozáznamu. Je zde však především na počátcích nutná asistence trenéra. Postupně, jak sportovec rozvíjí pozorovací schopnosti a začíná chápat podstatu sportu, vede ho trenér k tomu, aby uměl analyzovat i sám sebe.

METODA 4: Variabilní trénink

Z tréninkových studií víme, že variabilní trénink, který stimuluje herní podmínky, je lepší, než trénink v blocích. Primárním důvodem je to, že variabilita pomáhá hráčům v rozhodování, tj. jak reagovat optimálním způsobem na měnící se situaci. Avšak v počátcích je lepší variantou trénink v blocích a teprve až po delší době začíná přinášet lepší výsledky variabilní trénink.

Skutečnost, že blokové tréninkové metody mají lepší výsledky u začátečníků, zláká mnohé trenéry k výhradnímu používání těchto metod. Sportovci se potom ale nemohou dostat na vyšší výkonnostní úroveň, protože nerozvíjejí rozhodovací schopnosti, které pro dobrý výkon nutně potřebují. Obecně lze říci, že v počátcích tréninku jsou sportovci variabilním přístupem – herním způsobem tréninku – mnohem více zatíženi. Musí zvládnout celou řadu činností najednou a trénink trvá déle. Na druhou stranu je ale trénink přitažlivější, protože hráči procvičují prvky ve hře. Výsledkem tohoto procesu je dosažení vyšší výkonnostní úrovně.

Variabilní trénink může zahrnovat technické i taktické dovednosti, včetně dalších složek tréninku.

METODA 5: Kontrolní zpětná vazba

Z výzkumu (Lavery 1962, Weeks a Kordus 1988) víme, že více zpětné vazby je lepší než méně, ale pokud se sportovci nacházejí v začátcích nácvičku technických dovedností. Naopak pro pokročilé sportovce je vždy výhodnější méně zpětné vazby.

Pokud by se sportovci měli taktickým dovednostem učit prostřednictvím pokus a omyl, mohlo by to trvat celé roky. (Martens R., 1997).

2.4 Taktické myšlení

Jeho obsahem jsou složité myšlenkové procesy zaměřené na výběr optimálního řešení soutěžních situací. Rozsah i intenzita těchto procesů bývá různá v závislosti na charakteristice sportu. Nesmírný význam v procesech taktického myšlení mají osvojené taktické dovednosti, zkušenosti a také rozvinutá schopnost anticipace. Umět využít je k tvůrčí taktické činnosti patří k nejkvalitnějším předpokladům účinného taktického myšlení a jednání. Materiálním základem těchto procesů je paměť, její kapacita zapamatování, uchování a vybavování. Vliv paměti se projevuje již při analýze soutěžních situací, ale hlavně při výběru optimálního řešení. Podíl paměti i kvalita jejího příspěvku pro taktické myšlení se souhrnně označuje jako množství a kvalita zkušeností. Ty mají povahu sensorických i verbálních informací, které existují v nejtěsnějším vzájemném propojení. Paměť v tomto smyslu plní jak operativní, tak i strategickou funkci i taktické myšlení a jednání. V tomto smyslu patří k hlavním předpokladům produktivního a tvůrčího myšlení. Důležitým momentem, který je nutno také respektovat v taktické přípravě, je věk sportovců. V žákovském věku je vždy nejdůležitějším úkolem všestranný rozvoj pohybových schopností sportovců a kladení základů techniky daného sportu nebo disciplíny. Proto taktická příprava nemůže být v popředí pozornosti a s jejím cílevědomým postupným zahájením začínáme vždy až po nezbytném zvládnutí základů techniky. To ovšem neznamená, že bychom se neměli věnovat např. rozšiřování

vědomostí o pravidlech, ale i o některých zásadách taktiky ve formě rad a pokynů. Je třeba žádat, aby k osvojení pravidel i k dodržování pokynů přistupovali žáci s plnou důsledností a aby také byli vedeni k plné koncentraci na trénink a k samostatnému přemýšlení při nácviku a odstraňování chyb. Již tyto požadavky, které jsou nutným předpokladem úspěšného postupu v tréninku, můžeme považovat za prvky cílevědomé taktické přípravy, neboť aktivní přístup k tréninkovému procesu, samostatné přemýšlení a hledání nových cest patří do taktických základů.

Jakékoli předčasné pokusy o intenzivnější taktickou přípravu v žákovském věku (např. určování taktického plánu, nácvik taktických dovedností apod.) je nesprávný a je na úkor plnění hlavních úkolů tréninku v této etapě. Proto pokud se bere na taktickou přípravu určitý zřetel, pak má probíhat především ve spontánní herní podobě, v níž mají sportovci získávat své první vlastní zkušenosti.

Teprve v období, kdy sportovci již zvládli základy techniky svého sportu a účastní se soutěží, je možné postupně začít s přiměřenou taktickou přípravou. Mělo by se vždy vycházet z chyb a nedostatků, jichž se sportovci dopustili v soutěžních bojích. Ať již jde o chyby pramenící z nedodržování či porušování pravidel, nebo z chyb v průběhu taktického jednání, vždy by jejich rozbor měl být východiskem k osvojení a zdokonalování taktiky sportovce. Přitom je nutné vždy rozlišovat následující formy taktické přípravy. (Štílec a kol., 1989).

2.5 Taktické dovednosti

Taktické dovednosti můžeme chápat jako souhrn znalostí, zkušeností a dovedností, které sportovec využívá pro řešení soutěžních situací. Jedná se o určité postupy, tréninkem osvojené modely řešení soutěžních situací. Toto osvojování je dlouhodobým procesem, integrující rozvoj specifických schopností a dovedností sportovce. V tomto procesu se odrážejí jednotlivé etapy vývoje (jak sportovního, tak ontogenetického) sportovce. Osvojování taktických dovedností předpokládá ovlivnit u sportovců jejich:

- Vnímání,

- Myšlení a rozhodování,
- Znalosti a zkušenosti.

Úspěšnost procesu podmiňuje technika a do jisté míry i kondice sportovce.

Činnost směřující k dosažení změn ve všech uvedených oblastech – v analytické i komplexní podobě – je obsahem taktické přípravy, zaměřené na osvojení konkrétních variant řešení soutěžních situací. (Dovalil a kol., 2009).

2.5.1 Vnímání, pozornost, myšlení a rozhodování

Vnímání herních podnětů (percepce)

Aktuální činnostní orientace vyžaduje od hráče mnohostranné vnímání herní situace. Jde o úspěšnou orientaci v herních situacích (vizuální senzibilita), o vnímání pohybu míče, o vnímání pohybů spoluhráčů, protihráčů, vymezených herních prostorů, pevných objektů (území, branek). V neposlední řadě o vnímání vlastních pohybů (rozlišení poloh, svalového úsilí) o vlastní celkovou vnímavost (senzibilitu) hráče. Hráč musí přítomnost informací zjišťovat a následně třídit. Prostřednictvím vnímání vytvářet si herní představy o obrazu utkání, získávat herní poznatky a herní orientaci.

V této souvislosti se u hráčů často mluví o „umění vidět hřiště“. Myslí se tím nejen vlastní zrakové předpoklady, ale i schopnost vnímat dynamiku a předvídat činnost spoluhráčů i soupeře. Jde o komplexní percepční schopnost vnímání reality herního děje, pohyblivých i statických objektů s kognitivním pochopením.

Pozornost

Podmínkou správné percepce herní situace a tedy i řešení herních úkolů je pozornost hráče. Pozornost, spolu s herní zkušeností, plní funkci regulace, zaměřenosti a selekce herních informací – filtruje jejich závažnost. V pozornosti je vyjádřen vztah hráče k objektům, k hernímu prostředí, k herně kritickým případům a k orientačním detailům jako je pohyb míče, postoj a postavení hráčů, pohyb a herní rytmus hráčů. Získané a filtrované informace hráč ukládá do krátkodobé i dlouhodobé paměti. Takto získaným poznáním z tréninku i utkání se

utváří obsah herního povědomí hráče, jeho mentální herní potence umožňující akční vyvolání uložených herních informací, prostřednictvím představ.

Za nesmírně důležitou schopnost je považováno spojení vnímání aktuálního prostoru s probíhajícím časem. Má souvislost s pojmy jako je „časovaná přihrávka“, „tajmink pohybu“ apod. Jde o dešifrování situačních souvislostí s vymezeným časovým limitem pro provedení herního výkonu. Hráči nesmí propásnout ten nejvhodnější okamžik. Zkušení hráči si dovedou „načasovat“ herní situaci (otevřít prostor pro přihrávku, počkat s pohybovou činností), a tím si i prodloužit časový limit.

Procesy myšlení – vedoucí k rozhodnutí o volbě konkrétní herní činnosti

Pomocí myšlení hráč hledá diferencované odpovědi, snaží se sladit viděný průběh s představou ideálního průběhu, probíhá hodnocení a jeho výsledkem jsou taktické záměry mající charakter představ.

Myšlení hráče probíhá v podmínkách časového deficitu, tzn., že od hráče se žádá, aby ve zlomku vteřiny řešil taktický problém. K tomuto účelu využívá automatizované procesy (automatizovanou motoriku) a kontrolované procesy, které jsou do herního sledu většinou včleňovány a přinášejí nečekané změny, nová řešení. Mluvíme o kreativním myšlení.

Kvalita a rychlost operativních myšlenkových procesů v utkání mimo jiné závisí na kvalitě vnímání, tzn. na rychlosti a přesnosti příjmu informací a na identifikaci rozhodujícího podnětu, na pozornosti, na taktických vědomostech a dovednostech, zkušenostech, technické vybavenosti, na emočních, motivačních a volních procesech. Vědomá kontrola vrcholných herních výkonů často vyžaduje emocionální působení – tzv. „nabuzení“.

Anticipace

v rámci myšlenkových procesů je důležitá anticipační činnost (předjímání, reagování s časovým předstihem). Zahrnuje kromě předvídání vývoje herní situace, programu herních jednání soupeře, spoluhráčů, pohybu míče i následnou anticipaci vlastního programu činnosti, včetně anticipace časově vzdálenějších

cílů. Takto informovaný hráč je schopen lépe vnímat herní situaci a rozhodovat o výběru, z více či méně velkého počtu řešení.

Anticipace „čtení hry“ je důležitou součástí herního výkonu. Zkušenější hráči disponují lepší anticipační schopností, protože uplatňují efektivnější pozorovací strategii a jsou schopni pochopit významné vztahy mezi anticipačními informacemi a následnou akcí.

Toto citlivé zpracování informací (vjemová senzibilita) umožňuje i „vcítění se“ (empatie) do úlohy spoluhráče, soupeře, pochopit jejich myšlení a rozhodnutí při řešení herních úkolů.

Klíčovým bodem anticipace je nejen rychle dešifrovat aktuální stav, ale následně provést výkon, anticipovaně reagovat.

Anticipace se u hráčů projevuje:

- V pozičně prostorovém pohybu (v zaujetí postavení, včetně předčasného postavení a následné činnosti – odebrání míče, vběhnutí do přihrávky apod.)
- V klamných činnostech, ve vědomé manipulaci se soupeřem
- V dohrávání zdánlivě ukončených akcí.

Je založena na zkušenostech (vybavovaných podnětech z tréninku i utkání), znalosti vzorových řešení (modelovaný trénink, pozorování, taktická příprava), znalosti návyků soupeře (pozorování) i konstrukci herních vědomostí apod.

Rozhodovací činnost

Schopnost správně se rozhodnout je důležitou složkou výkonu hráče v utkání. Na základě vnímání herní situace a herně situační anticipace se hráč rozhoduje o výběru z většího či menšího počtu alternativ. Rozhodování je zprostředkujícím článkem mezi myšlením a pohybovou činností. Dobře zdokonalené herní činnosti nejsou mnoho platné, jestliže hráč volí v herní situaci takové řešení, které nemá naději na úspěch. Známe taková „ex post“ hodnocení po akci – měl raději vystřelit, přihrát apod.

Přes složité rozhodovací podmínky v ději utkání musí hráč znát základní principy hry, které mu umožňují rozhodování jak v jednoznačných herních situacích (jistá rozhodnutí), tak i rizikových a nepřehledných (nejistá rozhodnutí). Ze zkušenosti víme, že hráči jsou schopni přijímat riskantní nebo naopak zajišťující až alibistická řešení. (Buzek a kol., 2007).

2.5.2 Taktické znalosti a zkušenosti

Taktické znalosti patří k důležitým součástem řešení soutěžní situace a jejich vytváření a rozšiřování zahrnuje podstatnou část taktické přípravy. Jejich množství a úroveň určuje, jak bude soutěžní situace pochopena a analyzována a v tomto smyslu se stávají součástí taktických dovedností.

Taktické znalosti

Taktické znalosti můžeme rozdělit do několika oblastí:

- a) Znalost pravidel příslušného sportu (sportovci někdy dokonce využívají určitých mezer v pravidlech pro získání jednostranné výhody).
- b) Znalost hlavních zásad taktiky příslušného sportu (např. ve sportovních hrách nepřihrávat před vlastní branku).
- c) Znalost organizace při vedení sportovního boje družstvem, skupinou, jednotlivci (např. rozestavení jednotlivých hráčů ve sportovních hrách).
- d) Znalost zásad taktického jednání v konkrétních situacích
- e) Znalost materiálních a klimatických podmínek a možností jejich využití (např. jak hrát po a proti slunci).
- f) Znalost zásad zvolené strategie (např. „kouskovat“ hru při zajištěné obraně).

Zkušenosti

Z popisu znalostí vyplývají i další požadavky na psychické procesy jedince. Mezi nimi zaujímá významné místo paměť. Ta umožňuje uchovávat a uspořádat osvojené vědomosti a znalosti a proměňovat je ve zkušenosti. Rozsah a kvalita paměti mají podstatný význam i pro účinnost taktického jednání, schopnost řešit taktické situace je do značné míry závislá právě na nich. Zkušenosti mají vliv především na vnímání (selektivnost a subjektivitu vnímání), anticipaci pohybu – předmětu hry, kooperujících partnerů, soupeřů, anticipaci

taktických záměrů kooperujících osob a soupeřů, vlastní taktický záměr a rychlost rozhodování (paměťové bloky, podmíněné reflexy).

Taktické znalosti a zkušenosti je nutné systematicky rozšiřovat, přiměřeně k věku, sportovní úrovni a schopnostem sportovců. Jejich osvojování se má řídit zásadami systematickosti a postupnosti. Nemá smysl požadovat od sportovce, aby si osvojil vědomosti, které není schopen v soutěži využít, ať již proto, že není dostatečně technicky připraven, nebo proto, že není ještě dostatečně rozvinut (po stránce myšlenkové, rozhodovací či jiné) k řešení soutěžních situací na vysoké úrovni taktiky.

2.5.3 Role techniky, psychiky a kondice

I další faktory sportovního výkonu – faktory techniky, psychiky i kondice – souvisí s řešením taktických situací. V některých sportech je výkon založen převážně na dominanci jednoho z těchto faktorů, možnosti taktiky a soutěži se proto velmi zužují. Ale v multifaktoriálních výkonech se může sportovec dostat do situací, kdy taktika hraje významnou úlohu. Různé soutěžní situace často kladou extrémní nároky na kondici, rozhodování se děje často ve značné únavě. Rychlost i kvalitu řešení může ovlivnit úroveň techniky dovedností (např. fotbalistu limituje technika přihrávání či střelby pravou nebo levou nohou - pokud umí dobře přihrávat pouze jednou nohou, jeho možnosti volby taktického úkolu se zužují). Při výběru varianty se může sportovec dostat až do vysokého psychického tlaku, který je dán nejen důležitostí soutěže či závodu (např. rozhodování v posledních sekundách finálového utkání turnaje ve sportovních hrách), ale i primárním strachem o zdraví či dokonce o život.

2.6 Řešení soutěžních situací

Soutěžní situace jsou konkrétními úseky sportovního boje, v nichž se řeší aktuální úkol. Jejich struktura je většinou značně složitá a na rozhodování a následně i jejich řešení působí množství deformačních faktorů (únava, soupeř, podmínky apod.). To klade na účinné řešení soutěžních situací značné nároky. Potřebná řešení racionalizují v tréninku vytvořené a naučené myšlenkové a

pohybové stereotypy, neboť umožňují automatizaci procesů řešení bez ohledu na deformační vlivy.

Tvorba strategického plánu

Strategický plán je jednou z důležitých součástí přípravy na soutěž. Jeho úroveň může výrazně ovlivnit očekávaný výsledek soutěže a rozhodování v jejím průběhu. Především na vrcholové úrovni se výrazně promítá daná strategie do řešení soutěžních situací a tím ovlivňuje i užití taktiky. Při tvorbě plánu se musí brát v úvahu:

- a) Cíl soutěže: nemusí jím být jen první místo nebo nejlepší výsledek, ale např. šetření sil, ověření aktuální výkonnosti nebo vyzkoušení nového náčiní.
- b) Výkonnost soupeře: pokud očekáváme, že soupeř má vyšší výkonnost než náš závodník nebo družstvo, volíme spíše strategii obrany. V opačném případě se zaměřujeme na aktivní strategii. Pokud víme, že soupeř je vynikající individualita, musíme přizpůsobit strategii závodu i této alternativě.
- c) Strategie soupeře: snahou je získat informace o zvolené strategii soupeře nebo o jeho obvyklé strategii. Soupeř např. hraje zajištěnou obranu a spoléhá na rychlé protiútoky nebo spoléhá na výškovou převahu.
- d) Vlastní výkonnost: zhodnotit silné stránky, připomenout slabiny, posoudit aktuální stav (např. zdravotní stav, forma opory týmu, motivace, odhodlání), důležitý je věcný přístup a pravdivé zhodnocení.
- e) Informace o prostředí a podmínkách: získat informace o sportovišti, jeho povrchu, množství diváků a jejich obvyklém chování, o rozhodčích apod.

Vše by se mělo promítnout do strategie, kterou trenér stanoví a bude vyžadovat. Sportovci by ji měli přijmout a podle svých možností ji ještě po konzultacích s trenérem prohloubit.

2.6.1 Možnosti řešení soutěžní situace

Strategie určuje základní rámec řešení soutěžní situace. Zakládá pravidla pro rozhodování v průběhu soutěže. Jejich použití záleží na tom, na kolik jsou jednotlivá řešení v tréninku nacvičena a kolik je v nich míry neurčitosti (tj.

nakolik nejsou dopředu připravena). Z toho pohledu lze rozeznávat tři základní způsoby řešení soutěžních situací:

- a) Algoritmizace (standardní situace I): sportovec vybírá řešení z několika předem připravených variant. Jsou založeny na tom, že v určité situaci nastává jedna z možností řešení, na kterou navazuje odpovídající další postup. Dochází tak k výběru z několika předem připravených variant typu: když A, tak B. Míra neurčitosti je zde střední.
 - b) Vzorce (standardní situace II): všichni vědí, co mají v dané situaci dělat jak oni, tak ostatní členové jejich týmu. Je přesně daný postup řešení situace. (Ze sportovních her to jsou např. přímý volný kop ve fotbalu). Tyto vzorce je nutné předem důkladně nacvičit a zvládnout. Míra neurčitosti je zde minimální.
 - c) Improvizace: řešení se nachází až v dané soutěžní situaci, není předem stanovené. Je to okamžité řešení, velmi důležitá je zde tvořivost (kreativita) sportovce. Míra neurčitosti řešení je vysoká.
- Všechny tři možnosti se obvykle spolu navzájem kombinují a doplňují.

2.7 Herní inteligence

Je to kvalita, která dovolí hráči rychle rozlišovat herní situace a adaptovat se na ně pod tlakem atmosféry utkání. Herní inteligence se stává důležitým kritériem při hodnocení výkonnostní úrovně každého hráče.

Dosáhnout vysoké úrovně individuálního fotbalového výkonu je možné, jen když se trvale využívá herní inteligence. Za úplného hráče nemůže být považován ten, kdo je tělesně a technicky na úrovni, ale postrádá bystré myšlení nebo inteligenci, ani ten, kdo je schopen řešit problémy mentálně, není však schopen přenášet své brilantní myšlenky do činnosti, která prospívá jeho týmu.

Uvolňovat a rozvíjet systematicky herní inteligenci fotbalisty je pro mnohé fotbalové trenéry neřešitelný úkol. Chybí jakákoli literatura na toto téma nejen ve fotbale, ale i v jiných sportech, a málo trenérů je připraveno změnit svůj didaktický styl, což je důležitý předpoklad trenérovy způsobilosti podporovat herní inteligenci hráčů. Neustálé příkazy a instrukce, dávané většinou trenérů

hráčům před utkáním, v jeho průběhu a po jeho skončení, brání fotbalistům ve využívání vlastní inteligence. Místo aby byli hráči v tréninku neustále konfrontováni s nejrůznějšími problémy, které by měli řešit, dostávají den za dnem hotové řešení problémů od trenéra, kterého musejí poslouchat. Tento autoritativní trenérský styl nevychovává plně odpovědné inteligentní hráče.

Rozvíjet herní inteligenci každého fotbalisty znamená naučit ho:

- Jak vnímat vývoj utkání a rozumět dění na hřišti: předpokladem splnění tohoto úkolu je nezbytná určitá úroveň percepce, znalostí a zkušeností,
- Jak využívat minulých zkušeností při konfrontaci s jakoukoli herní situací a nutností zvolit vhodné řešení.
- Jak rychle realizovat zvolené řešení na odpovídající úrovni dovednosti.

Jak se projevuje fotbalistova inteligence na hřišti?

- Obvykle vybere v kratším čase to nejlepší řešení.
- Jeho pozornost se nesnižuje ani po vyřešení situace.
- Nikdy nepropadne nadměrnému spěchu. Pociťuje bezpečí a sebedůvěru, když se mu něco mimořádného povede kdekoli na hřišti. Kontroluje zrakem celý prostor kolem sebe a plně využívá jak omezeného, tak otevřeného prostoru.
- Vyniká, protože se dokáže adaptovat na stále se měnící situace v utkání, na rozhodčího, spoluhráče, soupeře, hřiště a počasí.
- Ví, co udělá s míčem ještě dříve, než jej dostane pod kontrolu.
- Ví, kdy a kam přihrát nebo kdy je lepší si nechat míč pod kontrolou.
- Využívá svou tvořivost ve prospěch spoluhráčů a družstva.
- Ví, jak se uplatnit v utkání, zvláště když je bez míče. Stále je k dispozici svým spoluhráčům, kterým nabízí možná řešení mnoha situací vznikajících v průběhu utkání. (Dobry, 2005).

2.8 Fotbalová taktika

Všechny akce v průběhu fotbalového utkání musí být zaměřeny na jeden cíl. Tohoto cíle, úspěchu družstva, může být dosaženo pouze vzájemnou souhrou všech hráčů. Proto je nutné sladit aktivity jednotlivých hráčů. Pod pojmem taktika v rámci fotbalu rozumíme plánovanou aktivitu, která má jediný cíl – za daných podmínek dosáhnout co nejlepšího výsledku. Ve všech týmových hrách je zřejmé, že úspěšná taktika závisí na propojení individuální a týmové spolupráce. Zde uvádíme základní rozdělení fotbalové taktiky:

- Taktika jednotlivce
- Skupinová taktika
- Týmová taktika

Hlavní cíl fotbalu spočívá ve vstřelení branky soupeři a zabránění branky do vlastní sítě. Tento cíl také předurčuje rozdělení taktických úkolů mezi jednotlivé hráče, skupiny hráčů nebo celé družstvo v příslušné herní situaci. V této souvislosti

mluvíme o:

- Útočné taktice,
- Obranné taktice.

(Kollath, 2006).

2.9 Herní činnosti jednotlivce – útočné

Hra bez míče (výběr místa)

Hra bez míče je nepřetržitá činnost, v opačném případě je hráč snadno obsazen. Výběr prostoru musí být veden jak do šířky, tak do hloubky hřiště. Zásada – s nejbližšími spoluhráči tvořit trojúhelník, v celém družstvu pak soustavu trojúhelníků, která se ale neustále elasticky mění vzhledem k vývoji herních situací.

Taktická stránka – výběr nejvhodnějšího způsobu lokomočních pohybů při nepřetržitém a současném sledování spoluhráče s míčem, ostatních spoluhráčů a alespoň nejbližších protihráčů a na základě jejich činnosti volit optimální způsob řešení herní situace naběhnutím, uvolněním nebo únikem.

Přihrávání

Současný fotbal je stále variabilnější a rychlejší a z toho vyplývají stále větší nároky na včasnost, přesnost, výšku a optimální rychlost přihrávky. V tréninkovém procesu je nutno, kromě dalších aspektů, rozvíjet kreativní (tvůrčí) přístup k přihrávání a důraz klást na časovou a prostorovou koordinaci (timing) přihrávky podmiňující efektivní součinnost hráčů. Zvláštní pozornost si zaslouží tzv. finální přihrávka, jejíž kvalita spolurozhoduje o zakončení útočné fáze úspěšnou střelbou.

Zpracování

Konkrétní způsob zpracování musí odpovídat herní situaci, je to ale činnost značně náročná na kvalitu a rychlost vnímání a rozhodování. Hráč je při ní často atakován soupeřem, a proto musí využívat poziční hry s krytím míče i klamavých pohybů. Důležité je, aby hráč ještě před vlastním získáním míče pod kontrolu byl již rozhodnut o následujícím způsobu řešení herní situace.

Vedení míče

Tradičně se rozlišují dva základní způsoby vedení míče – přímým směrem a se změnou směru. Odlišují se účelem – taktickým záměrem i způsobem provedení – technickou stránkou. Obecně je důležitý požadavek jejich účelného využití jak z hlediska IHV tak THV. Pod účelností rozumíme optimální řešení herní situace nebo herního úkolu.

Obcházení soupeře

Obcházení soupeře je jednou z limitujících herních činností v útočné fázi hry, úspěšnost řešení útočných soubojů – situací 1:1. O volbě způsobu obcházení rozhoduje postavení a pohyb protihráče a škála způsobů obejití, které hráč ovládá. Významně se uplatňuje schopnost využití klamavých pohybů a dále tvůrčího

řešení při realizaci originálních, překvapivých a někdy pro hráče typických způsobů obejití.

Střelba

Je faktorem, který rozhoduje nejen o úspěšnosti útočné fáze, ale celého utkání. Taktická stránka je limitována rozvojem taktických schopností a vědomostí, významnou roli hraje taktické myšlení, které se projevuje schopností rychle vnímat, zpracovávat a hodnotit informace, které jsou rozhodující pro řešení herní situace. Vlastní realizace střelby je podmíněna dispozičními a situačními faktory.

Mezi dispoziční faktory můžeme zařadit schopnost předvídat (anticipovat) činnost soupeře (číst hru), schopnost orientace v prostoru, ale i psychické vlastnosti jako odvahu, odolnost, rozhodnost atd.

Ze situačních faktorů střelbu ovlivňují např. klimatické podmínky, kvalita soupeřových hráčů, průběh soutěže či utkání, způsob rozhodování atd.

2.10 Herní činnosti jednotlivce – obranné

Hlavním cílem obranných činností jednotlivce je odebrat soupeři (nejlépe konstruktivně) míč, respektive nedovolit mu rozvinout útočnou akci nebo ohrozit branku.

Obsazování prostoru

Obsazování prostoru jednotlivými hráči je jedním za základů obranné hry týmu, které je ale vhodné jen do okamžiku, dokud od soupeře s míčem nehrozí přímé ohrožení branky. Typickým příkladem je situace při přecházení soupeřem (1:2, 1:3), kterou musí obránce řešit obsazováním prostoru tak, aby zpomalil akci soupeře a získal tak čas pro návrat spoluhráčů nebo vytlačil útočící hráče do méně nebezpečného prostoru při zachování vlastního postavení mezi soupeřem s míčem a vlastní brankou.

Bránící hráč musí ustupovat klidně a rozvážně a během ústupu se přemísťuje mezi oběma soupeři tak, že se posunuje vždy o něco víc k soupeři, který má v daném momentě míč. Tímto způsobem obránce znemožňuje soupeřovým hráčům s míčem samostatný únik, případně kombinaci pomocí kolmých nebo příčných přihrávek.

Obsazování prostoru vyžaduje od bránícího hráče schopnost předvídat vývoj herní situace a intuici (cit pro řešení herní situace).

Obsazování hráče bez míče

Obecně lze říci, že je povinností každého hráč obsadit v souladu se zvolenou týmovou taktikou odpovídajícím způsobem (těsně nebo volně) určeného soupeře, většinou hráče, ke kterému byl v okamžiku ztráty míče nejbližší. Protihráči by měli být správným způsobem obsazováni na části či po celém hřišti nepřetržitě (záleží na záměrech a pojetí hry – např. různé varianty dresinkového způsobu bránění).

Obsazování hráče s míčem

Hráče s míčem je nutné obsazovat těsně, protože je přímým a bezprostředním ohrožením pro bránící mužstvo. Míra těsnosti může být ale různá v závislosti na konkrétních podmínkách herní situace. Bránící hráč musí být aktivní a neustále se staví na spojnici mezi protihráčem s míčem a středem vlastní branky s cílem donutit soupeře ke zpomalení pohybu a vytlačit ho do strany hřiště. Toto postavení změní jen tehdy, když to vyžaduje situace a pokud je to z hlediska jejího optimálního řešení účelné.

Odebírání míče

Cílem obranné činnosti je získat kontrolu nad míčem. Základním předpokladem pro odebrání míče je odpovídající řešení předcházejících nebo současně probíhajících obranných činností – obsazování prostoru, obsazování hráče bez míče a především obsazování hráče s míčem. Ne každý okamžik ve hře je vhodný k odebrání míče, proto se musí obránce snažit (i v součinnosti s ostatními bránícími hráči), aktivní hrou dostat soupeře do situace, která mu usnadní odebrání míče.

Schopnost „číst hru“ soupeře a předvídat – anticipovat jeho činnost usnadní získání míče pod kontrolu a zahájení rychlého přechodu z obranné do útočné fáze. V současném fotbalu je zřetelná tendence ústupu od způsobu

odebrání míče, kdy je cílem pouze přerušit útok bez záměru založit útočnou fázi. Tento způsob odebrání míče je označován jako destruktivní. Způsob odebrání míče, kdy hráč získává míč pod kontrolu a plynule zahajuje přechod z obranné do útočné fáze, nazýváme konstruktivním. (Votík, 2001).

3. Cíle práce, hypotézy

Objektem zájmu pro mou bakalářskou práci je ověření taktické připravenosti mladších žáků ve fotbalovém klubu. Jako pozorovací cíl mi posloužilo mužstvo mladších žáků FC Přední Kopanina.

- Hlavním cílem této práce je pomocí testových situací analyzovat taktické nedostatky u hráčů.
- Pomocí čtyř testových situací (1-proti-1, 2-proti-1, 4-proti-3 a 6-proti-4) během dvou tréninkových jednotek, budu zjišťovat taktické chyby a nedostatky obránců a útočníků při řešení.

Dílčími úkoly práce jsou:

- Prostudovat dostupnou literaturu k taktické přípravě, dovednostem a taktickému myšlení,
- Výběr výzkumného souboru,
- Výběr metody sběru dat – ke sběru dat posloužily dvě tréninkové jednotky, pro zachycení dat mi asistovali dva pozorovatelé,

- Analýza výsledků.

Hypotéza

- Hráči v obraně budou méně chybovat v kritických místech;
- Hráči v obraně budou lépe realizovat taktické dovednosti.

Charakteristika sledovaného souboru

Výzkumný soubor tvořilo 10 hráčů a 2 brankáři nižší až střední výkonnostní úrovně. Všichni probandi byli hráči, končící v kategorii mladších žáků FC Přední Kopaniny hrajícího II. třídu.

Tabulka 3: Základní údaje testovaných hráčů

Kód hráče	Jméno	Post	Jak dlouho hraje	Cvičení
Ú1	Čejka Alex	útočník	8 let	2x1, 6x4
Z1	Mazzotti George	záložník	6 let	4x3, 6x4
O1	Schierreich Vendelín	obránce	6 let	4x3, 6x4
B1	Kozlík Jan	brankář	7 let	1x1, 4x3, 6x3
Z2	Pčola Matouš	záložník	6 let	4x3, 6x4
Z3	Stárová Antonie	záložník	5 let	1x1, 4x3, 6x4
O2	Trojan Tomáš	obránce	8 let	1x1, 4x3, 6x4
O3	Procházka Jan	obránce	6 let	2x1, 6x4
Ú2	Stobbe Alexander	útočník	6 let	2x1, 6x4
O4	Bytomski Maxmilian	obránce	7 let	4x3, 6x4
B2	Chlomek Dominik	brankář	7 let	6x3
Ú3	Štědrý Ondřej	útočník	7 let	4x3, 6x4

Organizace výzkumu

Základem výzkumu byly dvě tréninkové jednotky. Při první tréninkové jednotce proběhlo pozorování testových situací 1-proti-1 a 4-proti-3 a druhý den nejprve 2-proti-1 a 6-proti-3 (dle doporučení autora). Výzkum byl proveden na hřišti FC Přední Kopanina pod dohledem obou trenérů družstva. Předmětem pozorování bylo vždy jednání a řešení hráčů při akci (1-proti-1, 4-proti-3, 2-proti-1 a 6-proti-4). Při situaci 2-proti-1 jsem použil při sledování druhého pozorovatele (hlavní trenér), který se zaměřoval na taktické činnosti obránce. V situacích 4-proti-3 a 6-proti-4 jsem použil 2 pozorovatele (hlavní trenér a asistent), z nichž jeden sledoval ofenzivní družstvo a druhý defenzivní. Dosažené výsledky z mého pozorování a pozorování mých asistentů jsem sjednotil a vyhodnotil. Výsledky jsem poté interpretoval trenérům. Všechna cvičení probíhala podle pravidel testu (viz. pravidla testu). Dále následoval rozhovor s hlavním trenérem. V rozhovoru trenér objasňoval možné příčiny v taktických nedostacích.

4 Metodika práce

Pro sběr dat byla zvolena metoda kvalitativního pozorování. Přesněji participativní (zúčastněné) pozorování.

Zúčastněné (participativní) pozorování patří mezi nejdůležitější metody kvalitativního výzkumu (Jorgensen 1989). Zúčastněným pozorováním je možné popsat, co se děje, kdo nebo co se účastní dění, kdy a kde se věci dějí, jak se objevují a proč. Tato strategie se používá v etnografickém výzkumu nebo v případových studiích, které se soustřeďují na hloubkový popis a analýzu nějakého jevu. Zúčastněné pozorování je zvláště vhodné, jestliže:

- Jev, který se bude zkoumat, je málo prozkoumaný,
- Existují velké rozdíly mezi pohledy členů a nečlenů sledované skupiny,
- Jev není přístupný pohledu osob mimo skupinu.

Pozorování

Pozorování má zpočátku zachytit co největší spektrum situací v dané skupině. Úkolem je zvolit situace, v nichž se budou nacházet relevantní aktéři a probíhat zajímavé aktivity. Spradley uvažuje tři typy pozorování:

- Začíná se popisným pozorováním. Základním cílem je podrobně popsat prostředí, lidi a události. Vytváříme podrobný portrét.
- Fokusané pozorování se zaměřuje na zvláště relevantní procesy a problémy. Postupně vytváříme množinu konceptů, teoretický rámec, který je zakotven v datech a dovolí nám porozumět tomu, co se v terénu vlastně děje, a vysvětlit to čtenářům. Určité dimenze dat se stávají postupně více nebo méně důležitými.
- Selektivní pozorování se uskutečňuje na konci výzkumu. Hledáme další příklady a doklady pro typy chování a procesů nalezené v druhé fázi. Snažíme se nalézt negativní případy a verifikovat naše hypotézy. V této fázi se opíráme o princip analytické indukce.

Kvalitativní analýza

Kvalitativní analýza je umění zpracovat data smysluplným a užitečným způsobem a nalézt odpověď na položenou výzkumnou otázku. Výzkumník „jako prostředek sběru dat a analýzy“ se může dopustit při analýze přehlédnutí, systematických chyb a omylů. (Hendl, 2005).

Numerické posuzovací škály

U numerické posuzovací škály má posuzovatel před sebou řadu čísel, jež odpovídají různým mírám posuzované vlastnosti s tím, že jednu má označit. Vedle čísel se často uvádějí i popisy jednotlivých měr posuzované vlastnosti. Numerickou posuzovací škálu získáme z kategoriální, připojením čísel před kategorie.

U posuzovacích škál se doporučuje používat extrémního označení krajních bodů (tzv. zakotvení škály), a to i v případech, že se ve skutečnosti zřídka

vyskytují. Tyto extrémní body podněcují diferencovaný přístup k ostatním bodům škály.

Optimální počet stupňů škály závisí na konkrétních podmínkách, ale většinou se doporučuje škála 4-9stupňová. Někdy se diskutuje i problém, zda použitá škála má obsahovat sudý nebo lichý počet stupňů. Škály s lichým počtem stupňů umožňují neutrální (někdy také alibistická) rozhodnutí, škály se sudým počtem stupňů tuto „sémantickou nulu“ nemají, a posuzovatel je proto nucen rozhodnutí, které konverguje k jednomu z krajních bodů škály. Používání škál s lichým počtem stupňů je však častější. (Chráška, 2007).

5 Výsledky

5.1 Situace 1-PROTI-1

Organizace

- Útočník s míčem se nalézá naproti brance na základní čáře.
- Obránce stojí na čáře pokutového území.

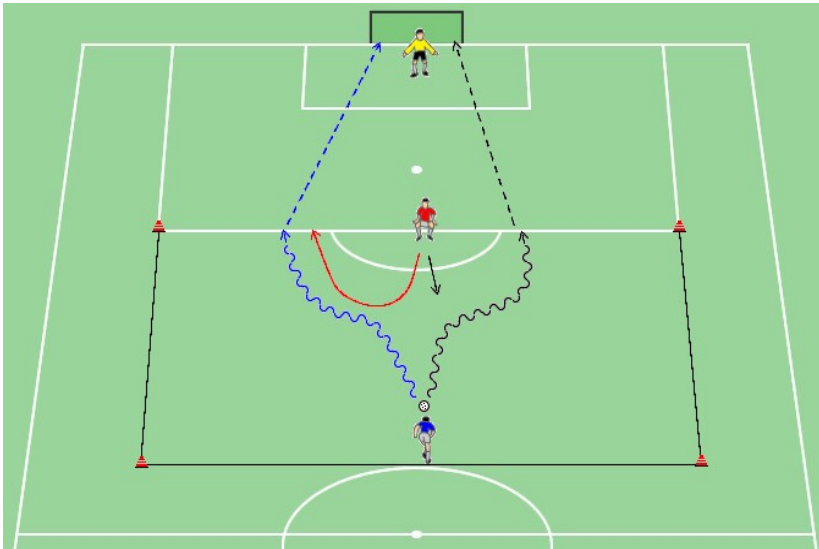
Ideální chování útočníka

- Útočník vede rychle míč na obránce, obehraje ho jednoduchou kličkou a umístěnou střelou zakončí celou akci.

Ideální chování obránce

- Obránce vyrazí rychle proti útočníkovi, čímž zpomalí jeho vedení míče, a začne před ním pomalu couvat.
- Při tom se snaží vytlačit útočníka do strany, čímž ho vytlačí ze střeleckého úhlu, a může mu snadněji odebrat míč.

Obrázek 1: Situace 1-proti-1



Tabulka 4: Hodnocení situace 1-proti-1

Hrací doba: 15 sekund, 5 akcí

Útočník	Rychlost vedené akce	Účinnost klamných pohybů	Dosažení střeleckého postavení	Zakončení	Ztáta míče
Z3	1. akce: 7 bodů, 2. akce: 7 bodů, 3. akce: 5 bodů, 4. akce: 5 bodů, 5. akce: 3 body	1. akce: 7 bodů, 2. akce: 3 body, 3. akce: 5 bodů, 4. akce: 7 bodů, 5. akce: 5 bodů	1. akce: 7 bodů, 2. akce: 0 bodů, 3. akce: 0 bodů, 4. akce: 10 bodů, 5. akce: 5 bodů	1. akce: 10 bodů, 2. akce: 0 bodů, 3. akce: 0 bodů, 4. akce: 10 bodů, 5. akce: 5 bodů	1. akce: 10 bodů, 2. akce: 0 bodů, 3. akce: 0 bodů, 4. akce: 10 bodů, 5. akce: 10 bodů
Obránce	Zachycení tempa	Rozeznání klamných pohybů	Vytlačení útočníka ze střeleckého postavení	Zblokování střely	Odebrání míče
O2	1. akce: 5 bodů, 2. akce: 10 bodů, 3. akce: 7 bodů, 4. akce: 3 body, 5. akce: 7 bodů	1. akce: 3 body, 2. akce: 5 bodů, 3. akce: 5 bodů, 4. akce: 3 body, 5. akce: 3 bodů	1. akce: 0 bodů, 2. akce: 10 bodů, 3. akce: 7 bodů, 4. akce: 0 bodů, 5. akce: 10 bodů	1. akce: 0 bodů, 2. akce: 0 bodů, 3. akce: 10 bodů, 4. akce: 0 bodů, 5. bodů: 0 bodů	1. akce: 0 bodů, 2. akce: 10 bodů, 3. akce: 10 bodů, 4. akce: 0 bodů, 5. akce: 0 bodů

Výsledky:

Útočník

Během akcí se ukázalo, jak je technická vyspělost hráče důležitým předpokladem k zvládnutí taktického rozhodování. Útočník se snažil při akcích zapojovat obě nohy. Při rychlém běhu s míčem u nohy měl hráč zvednutou hlavu a pozoroval tak postavení obránce a prostor hřiště. Klamavé pohyby byly největší zbraní útočníka při překonávání obránce. K obcházení obránce volil tři až pět klamavých pohybů. Pohyby byly vedeny v menším rozsahu. Hráč se vždy pokoušel o vedení akce středem hřiště, čímž se snažil udržet nejvýhodnější střelecký úhel. Jednou byl ovšem nucen zakončovat z levé strany (roh malého vápna) po vytlačení obráncem do strany. Při zakončování byl hráč úspěšný při třech úspěšných pokusech. Avšak jen dvakrát vstřelil branku (1. střela – zakončení přímým nártem pod horní tyčku branky, 2. střela – zakončení vnitřním nártem k pravé tyčce) a jedenkrát nastřelil tyč. Při první střele hráč nekontroloval postavení brankáře. Před druhou střelou hráč zvednutím hlavy zkontroloval postavení brankáře a zakončil umístěnou střelou k tyči. U třetího zakončení (5. akce) včasným vyběhnutím, zmenšil brankář střelecký úhel útočníka a hráč byl nucen zakončit do tyče. Pouze dvakrát přišel útočník v souboji s obráncem o míč.

Obránce

Obránci se velmi dobře dařilo zachycovat tempo akcí. Při každém zahájení vyběhl proti útočníkovi. Správně volil vzdálenost zastavení před útočníkem. Při 4. akci ovšem včas nezastavil svůj pohyb a tak dal touto chybou výhodu útočníkovi. Zachycování klamavých pohybů dělalo obránci největší problémy. Tato taktická chyba byla také ovlivněna špatnou koordinací hráče. Obránce chybně sledoval útočníka a reagoval příliš rychle na první pohyb. Velmi dobře si počíнал při druhé akci, kdy vytlačil útočníka k postranní čáře a odebral mu míč. Zablokovaná střela byla pouze při 3. akci, kdy hráč včasným skluzem znemožnil útočníkovi zakončit. Odebrání míče útočníkovi provedl obránce ve druhé a třetí akci. Druhou akci začal obrannou činností vytlačení útočníka s míčem ke straně, kde mu snadno odebral míč. Třetí akci nejdříve zablokoval střelu a při následném souboji přetlačil tělem útočníka.

5.2 Situace 2-PROTI-1

Organizace

- Oba útočníci A a B se nachází na základní čáře naproti brance.
- Obránce stojí na čáře pokutového území.

Ideální chování útočníka

Útočník A s míčem má 3 možnosti:

- 1 Individuální průnik kolmo k brance se zakončením.
- 2 Okamžitá přihrávka na útočníka B bez míče.
- 3a Vedení míče směrem na obránce/branku, před obráncem zatáhne míč, potom přihraje na útočníka B.
- 3b Zpětná přihrávka na útočníka B před základní čarou.

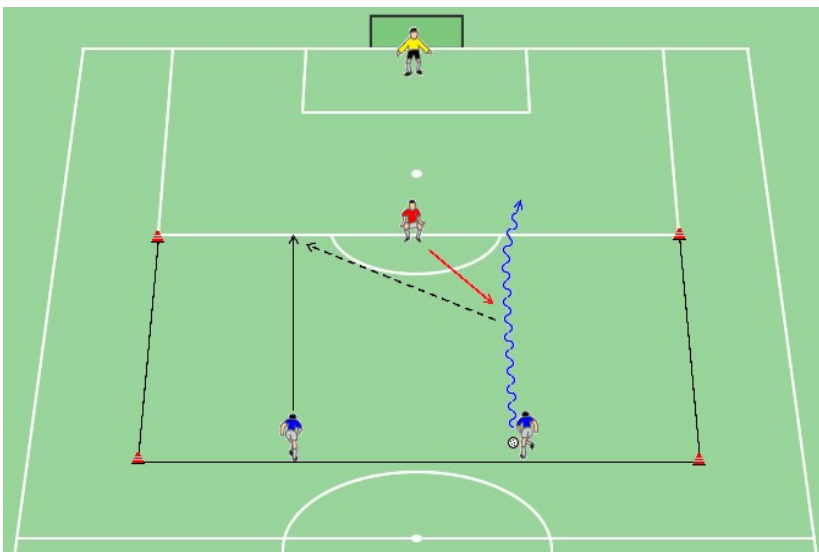
Útočník B má 2 možnosti:

- 1 Naběhnout k brance.
- 2 Oběhnout zadem útočníka A.

Ideální chování obránce

- Zastavit přihrávku od útočníka A na útočníka B např. vyprovokovat ho k individuálnímu postupu, zatímco nabíhá obloukem na hráče A a vytlačuje ho tak do strany.
- Zastavit individuální postup např. vyprovokovat k přihrávce na hráče B (získat čas), zatímco se rychle přesune blíže k brance a začne napadat přihrávku na hráče B.

Obrázek 2: Situace 2-proti-1



Tabulka 5: Hodnocení situace 2-proti-1

POZOROVÁNÍ 2-proti-1

Hrací doba **15 sekund, 8 akcí**

Hráč s míčem	Vedení míče směrem k brance	Správně zvolená volba (přihrávka, individuální průnik, zpětná přihrávka)	Dosažení střeleckého postavení	Zakončení
Ú1	1. akce: 7 bodů, 2. akce: 10 bodů, 3. akce: 0 bodů, 4. akce: 3 body, 5. akce: 5 bodů, 6. akce: 3 body, 7. akce: 7 bodů, 8. akce: 10 bodů.	1. akce: 10 bodů, 2. akce: 10 bodů, 3. akce: 0 bodů, 4. akce: 0 bodů, 5. akce: 10 bodů, 6. akce: 0 bodů, 7. akce: 10 bodů, 8. akce: 10 bodů.	1. akce: 10 bodů, 2. akce: 10 bodů, 3. akce: 0 bodů, 4. akce: 0 bodů, 5. akce: 5 bodů, 6. akce: 0 bodů, 7. akce: 5 bodů, 8. akce: 10 bodů.	1. akce: 10 bodů, 2. akce: 5 bodů, 3. akce: 0 bodů, 4. akce: 0 bodů, 5. akce: 0 bodů, 6. akce: 0 bodů, 7. akce: 0 bodů, 8. akce: 7 bodů.
Hráč bez míče	Uvolnění/nabídka	Správně zvolená volba (zakončení/zpětná přihrávka)	Dosažení střeleckého postavení	Zakončení
Ú2	1. akce: 7 bodů, 2. akce: 5 bodů, 3. akce: 3 body, 4. akce: 3 body, 5. akce: 10 bodů, 6. akce: 5 bodů, 7. akce: 10 bodů, 8. akce: 10 bodů.	1. akce: 10 bodů, 2. akce: 5 bodů, 3. akce: 0 bodů, 4. akce: 0 bodů, 5. akce: 10 bodů, 6. akce: 0 bodů, 7. akce: 10 bodů, 8. akce: 10 bodů.	1. akce: 0 bodů, 2. akce: 0 bodů, 3. akce: 0 bodů, 4. akce: 0 bodů, 5. akce: 10 bodů, 6. akce: 0 bodů, 7. akce: 10 bodů, 8. akce: 10 bodů.	1. akce: 0 bodů, 2. akce: 0 bodů, 3. akce: 0 bodů, 4. akce: 0 bodů, 5. akce: 10 bodů, 6. akce: 0 bodů, 7. akce: 5 bodů, 8. akce: 10 bodů.
Obránce	Zabránění možnosti přihrát	Zhoršení střeleckého postavení	Zblokovaná střela	Odebrání míče
O3	1. akce: 0 bodů, 2. akce: 0 bodů, 3. akce: 10 bodů, 4. akce: 0 bodů, 5. akce: 0 bodů, 6. akce: 10 bodů, 7. akce: 5 bodů, 8. akce: 0 bodů.	1. akce: 0 bodů, 2. akce: 10 bodů, 3. akce: 3 body, 4. akce: 3 body, 5. akce: 0 bodů, 6. akce: 3 body, 7. akce: 5 bodů, 8. akce: 5 bodů.	1. akce: 0 bodů, 2. akce: 5 bodů, 3. akce: 3 body, 4. akce: 3 body, 5. akce: 0 bodů, 6. akce: 3 body, 7. akce: 0 bodů, 8. akce: 0 bodů.	1. akce: 0 bodů, 2. akce: 0 bodů, 3. akce: 3 body, 4. akce: 10 bodů, 5. akce: 0 bodů, 6. akce: 3 body, 7. akce: 0 bodů, 8. akce: 0 bodů.

Výsledky:

Útočná dvojice

1. Akce – Hráč s míčem (dále A) vedl míč 5 metrů směrem na obránce. Poté přihrál na nabíhajícího spoluhráče bez míče (dále B), a pokračoval v pohybu směrem k brance. Hráč B zvolil přihrávku prvním dotykem na

hráče A, který po převzetí míče pokračoval k brance a zakončil celou akci gólem.

2. Akce – Hráč A zvolil individuální průnik, jež začal oběhnutím zadem hráče B. Následovala dlouhá klička obránci a zakončení vedle branky. Hráč B se nabízel pohybem směrem na obránce.
3. Akce – Pro zahájení akce zvolila útočící dvojice dvě přihrávky na jeden dotek. Dále hráč A zvolil postup s míčem podél postranní čáry s přihrávkou na hráče B, který nabíhal kolmo k brance. Přihrávku ovšem obránce zachytil.
4. Akce – Hráč A se pokoušel o individuální zakončení. V souboji s obráncem přišel o míč. Hráč B se nabízel na přihrávku podél postranní čáry.
5. Akce – Po dvou přihrávkách mezi útočící dvojicí vedl následně míč hráč A proti obránci. V těsné blízkosti před ním naznačil klamavým pohybem snahu o individuální únik, ovšem následovala kolmá přihrávka na nabíhajícího hráče B, který kličkou překonal brankáře a vsítil branku.
6. Akce – Hráč A navedl míč na obránce a přihrál hráči B, který ho mezitím obíhal zadem. Pokus o přihrávku však obránce vystihl.
7. Akce – Dvojitá narážka mezi útočníky a křídelní průnik hráče A, který hledal zpětnou přihrávku hráče B. Hráč B zakončil celou akci střelou do brankáře.
8. Akce – Hráč převzal přihrávku od hráče A. krátce vedl míč a poté přihrál nabíhajícímu spoluhráči. Ten zpracoval míč a dlouhou kličkou ke straně obešel bránícího hráče. Útočník A vyslal střelu, kterou brankář vyrazil pouze k dobíhajícímu útočníkovi B, který vstřelil gól.

Obránce

1. Akce – Po zahájení akce vyběhl proti útočníkovi A. Svůj pohyb proti hráči zastavil příliš pozdě a dal tak možnost hráči A k dlouhé kličce a zakončení.

2. Akce – Svůj první pohyb vedl obránce proti individuálnímu průniku hráče A. Nechal se vylákat pohybem hráče B, který nabíhal středem hřiště a poté naznačil uvolnění do strany. Tímto útočnickovi A s míčem odkryl prostor k individuálnímu průniku a zakončení.
3. Akce – Obránce vyrazil na útočníka A s míčem, který zvolil přihrávku na nabíhajícího spoluhráče. Obránce však jeho záměr přečetl a zablokoval tuto přihrávku.
4. Akce – Rychlým vyražením donutil hráče A s míčem k individuálnímu souboji, kde jej připravil o míč.
5. Akce – Nechal útočící dvojici postupovat s míčem až na velké vápno. Poté rychlým vyběhnutím na hráče A s míčem otevřel prostor pro přihrávku na hráče B. Útočník zakončil akci kličkou brankáři a gólem.
6. Akce – Přečetl uvolnění zaběhnutím hráče B za útočnickem A a zachytil jeho přihrávku.
7. Akce – Obránce nejprve zablokoval přihrávku ze strany hráče A. Míč se ovšem opět odrazil k nohám útočníka, obránce už nedokázal včas zareagovat na zpětnou přihrávku na hráče B.
8. Akce – Rychlým vyražením zpomalil individuální postup A hráče. Natočením těla jej donutil k opětovnému postupu podél postranní čáry. Zrychlení útočníka již nezachytil. Pokusil se alespoň zachytit pohyb útočníka B, který rychleji zareagoval na vyraženou střelu a dorazil míč do branky.

5.3 Situace 4-PROTI-3

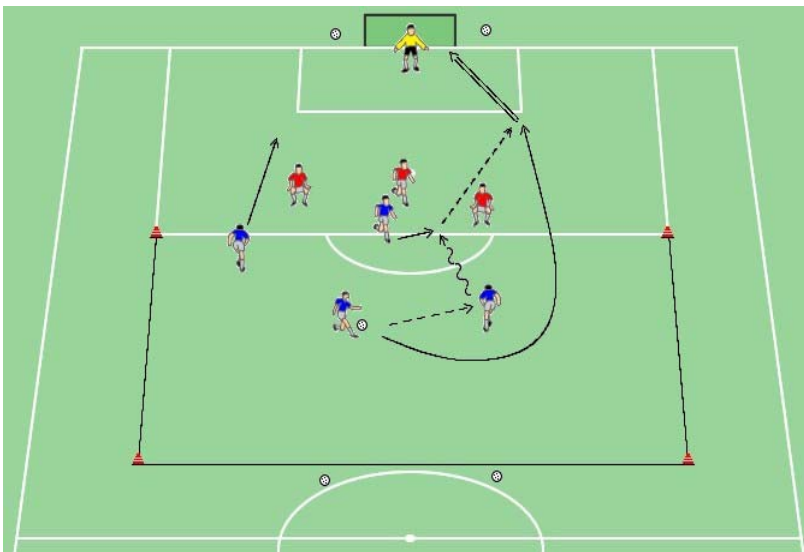
Organizace

Herní uspořádání

- Pokud se míč dostane za postranní čáru, vhazuje se.
- Pokud dosáhne útočící družstvo branky, zahajuje hru opět ze základní čáry.

- Toto pravidlo nutí útočící mužstvo opět k nabídce, uvolnění se a přihrávce.
- Obránci po úspěšném odebrání míče musejí vyvézt míč za základní čáru.
- Obránci se musí rychleji zformovat.

Obrázek 3: Situace 4-proti-3



Tabulka 6: Hodnocení situace 4-proti-3

POZOROVÁNÍ 4-proti-3Hrací doba

8 akcí

Ofensivní družstvo				
Větší počet hráčů	Přihrávky k založení útoku	Přesnost přihrávek	Vedení míče pod tlakem	Zakončení - timing
Z1	5	7	5	5
Z3	7	7	5	3
Z2	7	5	3	3
Ú3	5	3	3	3
Defenzivní družstvo				
Menší počet hráčů	Bránění nahrávek	Bránění protihráčů	Vytlačení protihráče s míčem	Zblokování střel
O2	7	7	7	3
O1	5	7	5	3
O4	5	7	7	3

Výsledky:

Ofenzivní družstvo

Útočníci vycházeli z rozestavení 2-2. Záložníci A a B se pohybovali pod útočníky C a D. Hráči A a B tak měli více času k rozhodování a také k přečíslování obránců především po stranách. Tuto možnost využíval více hráč B. Záložník A se pokoušel prosazovat více individuálně.

Útočníci měli výhodu o jednoho hráče v poli více. Přesto se k zakončení dostali z 8 akcí pouze třikrát (z toho dvě střely byly gólové). I když hráči měli početní výhodu, dělalo jim velké problémy překonat obranou trojici. Především malý pohyb útočníků C a D (do stran) usnadňoval obráncům jejich obsazování. Záložníci tak byli nuceni volit přihrávky na stojící hráče místo do prostoru.

Útočníci během 8 akcí využili k vedení útoku 4 krát levou a 4 krát pravou stranu. Útoky z pravé strany byly účinnější. Bylo to dáno především snahou hráče B o přečíslování levého obránce. Obě branky padli po centru z pravé strany a zakončením zbíhajícího hráče A.

Defenzivní družstvo

V tomto typu cvičení lze označit činnost obránců jako úspěšnější. Obránci zaujímali rozestavení se dvěma postraními obránci (A a C), kteří bránili útočníky C a D osobně. Obránce B hrál volného hráče uprostřed trojčlenné řady.

Obránci při zahájení akcí měli vysunutý blok cca 5 metrů před pokutovým územím. Během pěti přerušovaných útočných akcí, obránci dvakrát konstruktivně odebrali útočníkům v soubojích a vyvezli ho na základní čáru. Dvě akce ofenzivního družstva skončili pokaženými přihrávkami, které přečetl obránce A.

Hráči dobře vykryvali střed hřiště a nutili tak útočníky ke křídelním akcím. Při křídelních akcích hráč B vždy zůstal na středu branky a umožňoval tak útočníkům možnosti k přečíslení. Zároveň s tím se krajní obránci soustředili na osobní bránění útočníků C a D a otevírali tak prostor pro případné zběhnutí útočníkovi A či B. Tyto prostory měl vykryvat volný obránce B, který chybně sledoval pouze míč a ne pohyb nabíhajících útočníků. Toho dokázal ve dvou případech využít útočník A, který předskočením obránce B vstřelil dvě branky.

5.4 Situace 6-PROTI-4 NA 2 BRANKY

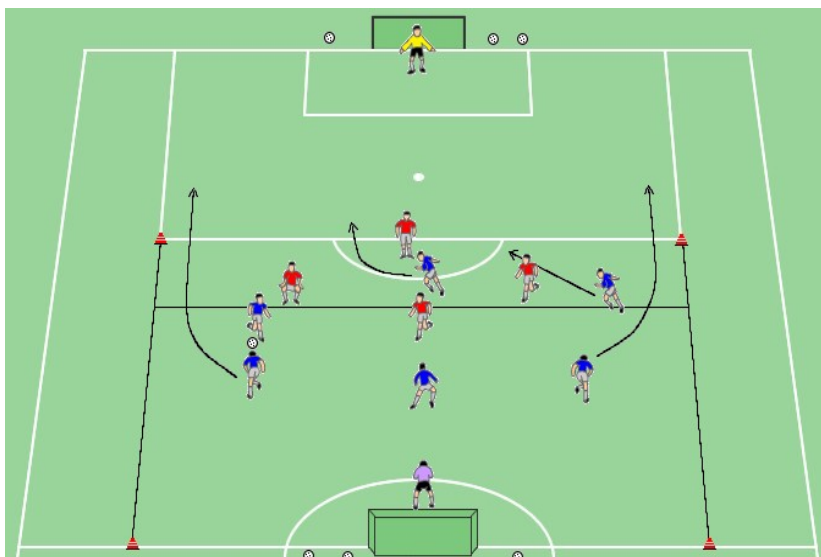
Organizace

- Polovina hřiště na šířku pokutového území

Herní uspořádání

- Vyznačit uprostřed hřiště ofsajdovou linii.
- Delší hrací doba pod tlakem zvyšuje především kondici bránícího družstva.
- Pro družstvo s větším počtem hráčů platí pravidlo ofsajdu. Pokud útočící mužstvo vstřelí branku, zahajuje další akci brankář družstva, který vstřelil branku.
- Přesnými přihrávkami, uvolňováním se od bránících hráčů a nabíhání do volných prostorů vytvářejí hráči více možností k rychlejšímu zakončení.

Obrázek 4: Situace 6-proti-4



Tabulka 7: Hodnocení situace 6-proti-4

Hrací doba 1x 12 minut

Ofensivní družstvo						
Větší počet hráčů	Akce na branku (vedení míče, přihrávky, po stranách)	Výběr místa	Využití spoluhráčů	Zakončení	Úspěšnost střelby (gól)	Zbytečné ztráty
Z2	7	5	7	3	3	7
Z3	7	5	7	5	3	7
Z1	5	5	7	5	3	5
Ú1	7	7	5	5	5	5
Ú2	5	5	5	7	7	3
Ú3	7	7	5	7	7	5
Defenzivní družstvo						
Menší počet hráčů	Vytlačení akcí útočícího družstva do stran	Vykrývání prostoru	Přerušení/narušení akcí	Zabránění střelbě na branku	Zakončení	Konstruktivní odebrání míče
O1	7	5	5	5	3	5
O2	5	7	7	5	3	3
O3	5	7	7	3	7	7
O4	7	7	7	5	7	7

Ofensivní družstvo

Rozestavení ofensivního družstva bylo se třemi záložníky (dva krajní – A a C a jeden středový - B) a se třemi útočníky (dva krajní – F a D a jeden středový - G).

Defenzivní družstvo

Hráči defenzivního družstva vytvořili čtyřčlennou linii. Na stranách s hráči G aj. Stoperská dvojice byla vytvořena obránci H a I.

Hodnocení

Pro útočící družstvo bylo velkým problémem přizpůsobit hru menšímu prostoru a zároveň sledovat ofsajdovou linii. Pohyb krajních útočníků pro přihrávky byl výhradně do šířky hrací plochy a míč přebírali zády k brance soupeře. Krajní záložníci se pohybovali příliš blízko u postranních čar, což je omezovalo v dalším řešení útočné akce. K přechislování krajních obránců se nepokoušeli. Při křídelních akcích s následnou přihrávkou se pohybovali na kraji velkého vápna. Měli tak poměrně daleko k případnému odraženému míči. Střední záložník B byl hlavním organizátorem všech útočných akcí. Volil přihrávky na

spoluhráče především do stran hřiště. Jeho snahou bylo také vytváření brankových příležitostí po dlouhých přihrávkách za obranu (opět do stran). Chyběl větší moment překvapení (např. zvolit individuální průnik středem hřiště či kolmou přihrávkou na nabíhajícího útočníka). Svůj pohyb bez míče omezoval pouze na střed hřiště. Po centrovaných míčích ze stran se nedostával před branku, ale spíše zachycoval odražené míče. Vzhledem k jeho časté snaze o vytváření herních situací se často dopouštěl chyb, které pramenily ze špatného čtení možných náběhů svých spoluhráčů. Celý blok útočníků byl rozestaven v přímce. Toto chybné rozestavení usnadňovalo obráncům jejich pokrývání. Chybným postavením bylo i omezeno vytváření výhodnějších prostorů k útočení (především po stranách hřiště). Útočníci zpracovávali míče zády k brance. Před přebíráním míče nesledovali vzdálenost obránců a volili tak pokaždé zpětnou přihrávkou nebo špatným zpracováním umožnili obráncům odebrat míč a založit útočnou akci. K zakončování se hráči dostávali výhradně po přihrávkách ze stran. Do bránění útoků defenzivního družstva se zapojovali pouze záložníci.

Krajní obránci zvolili osobní obranu krajních obránců. Hráč I ze stoperské dvojice bránil po většinu času útočníka G. Druhý hráč H byl volným hráčem. Celý obraný blok měli soustředěný na ofsajdové linii. Krajní obránci rychle napadali útočníky při přebírání míče. Byli velmi účinní při „předskakování“ útočníků – konstruktivně odebírali míče. Tímto si vytvářeli střelecké možnosti. Volný středový obránce se velmi dobře posouval ke krajním obráncům a zdvojoval tak prostor pro případný útok. Při odebírání míčů útočníkům volil ale destruktivní odebírání míče (odkop za postranní čáru).

Bodovací škála:

0 bodů - hráč neprojevil žádnou taktickou činnost (např. Z3 – se nedokázal dostat do zakončení, nebo ztratil míč; O2 – nezblokoval střelu útočícího hráče, neodebral míč soupeři);

3 body - velmi špatné taktické řešení (např. při situaci 2-proti-1 – Ú2: špatný výběr místa, uvolnění; situace 1-proti-1 – O2: špatný odhad pro zastavení pohybu proti útočníkovi; u hodnocení Zblokováno střely – obránci se k této činnosti vinou útočníků nedostali);

5 bodů – hodnocení hráčů, u kterých se v situacích už projevovali „náznaky“ taktického myšlení a řešení (např. situace 2-proti-1 – O2: vytlačil útočníka do strany, ovšem hráč i přesto dokázal přihrát spoluhráči; situace 6-proti-4 – útočníci: využití spoluhráčů při kombinacích, které ovšem nevedli k vypracování vhodného střeleckého úhlu);

7 bodů – hodnocení taktických dovedností, které se blížily svým řešením (jednáním) k dosažení cíleného výsledku, ovšem nebyly ještě ideálně vyřešené (např. situace 4-proti-3 – obránce dokázal vytlačit útočníka do strany, ale nedokázal mu konstruktivně odebrat míč; útočník v situaci 1-proti-1 dosáhl vhodného střeleckého úhlu, ovšem svůj okamžik pro zakončení zbrzdil a dal obránci možnost pro zblokování střely);

10 bodů – hráč řeší situaci z pohledu taktiky nejúčinněji.

6 Diskuze

Jednotlivé testové situace měli prověřit taktickou vyspělost hráčů ve vybraném klub. Hráči se během zápasů velmi často vyskytují v situacích 1-proti-1, 2-proti-1 apod. Testové situace byly tedy postavené na zjištění taktického řešení u hráčů v obranné fázi či útočné.

U první testové akce bylo patrné, jak útoční hráči neradi vyhledávají situaci 1-proti-1. Je to obraz toho, že si hráči v této situaci nevěří (trenéři a případně i rodiče na ně vyvíjejí tlak – „nesmíš ztratit míč“, „neprohraj souboj“ apod.) a raději hledají cestu, jak tuto situaci obejít. Svoji roli tady samozřejmě hraje také technická vyspělost hráčů, která hráčům nabízí více možností pro řešení útočné akce.

Pokud se podíváme na výsledky získané během situace 2-proti-1 a porovnáme individuální řešení akcí se situací 1-proti-1 zjistíme, že se útočný hráč často pokoušel o obejití obránce a poté přihrál nabíhajícímu spoluhráči. Je to dáno zřejmě tím, že hráč „cítí“ přítomnost spoluhráče a spoléhá se, že při případné ztrátě míče mu spoluhráč pomůže. Útočníci dokázali při situaci 2-proti-1 využít této početní převahy a byli tedy při řešení akcí úspěšnější. Obránci v tomto věku mají velký problém s přečtením záměrů útočníka. Nedokážou si lépe „připravit“ útočníka s míčem tak, aby zabránil svým postavením přihrávce na druhého útočníka a přinutil ho k individuálnímu postupu, při kterém má větší šanci k zisku míče.

Pro úspěšnost akcí při situacích 4-proti-3 byla důležitá schopnost spolupráce hráčů v útočné a obranné řadě. Útočníci měli při vedení útoku velký problém v komunikaci a přesnosti přihrávek. Především útočná dvojice svým špatným pohybem nevytvářela prostor pro útočení. Obranná trojice si počínala v této situaci daleko lépe. Především se jim dařilo účinně obsazovat útočníky a nutit je ke ztrátám míče.

Během zápasu 6-proti-4 se útočníci nedokázali přizpůsobit menšímu hernímu prostoru. Opět chyběl větší moment překvapení v útočné fázi. Větší podpora záložní řady a především využívání stran k vedení útoku. Hráči v tomto věku útočí často pouze středem hřiště, což není úplně nejvhodnější volba. Útočení středem vede k větším ztrátám míčů (vlivem velkého počtu hráčů). Zdálo by se, že přesila dvou útočných hráčů bude výhodou, ale během testu se ukázalo, že hráči v tomto věku ještě nemají takové myšlení, aby ji dokázali využít. Obránci si pomáhali vzájemnou komunikací, která jim

usnadňovala obrannou činnost. Bohužel u většiny testových situací jednali obránci při odebrání míčů destruktivně. Je to ukázka toho, k čemu jsou vedeni ze stran trenérů. Trenéři oceňují hlavně odebrání míče, ale následná část (založení útoku) už je pro ně méně důležitá.

Pokud dosažené informace porovnáme s publikací Fajfera (2005), můžeme přibližně určit taktickou vyspělost testovaných hráčů.

Co by měl umět (vědět) žák ve věku (11 – 12 let)

Co by měl umět (vědět) žák ve věku 11 – 12 let

- dodržovat pravidla, hrát „fair play“, i když v tomto období dochází často k neúmyslným prohřeškům proti pravidlům (fauly) z přemíry snahy a bojovnosti
- v taktickém jednání využít přiměřeně zvládnuté dovednosti v souhře skupin do hloubky i do šířky s cílem útočným – střelba na branku, s cílem obranným – konstruktivní odebrání míče a hra skupin v zónové obraně (prolínání, přebírání hráčů), včas a rychle se přemísťovat z vlastní poloviny za míčem v útočné fázi
- hrát na více postech (podpora universalismu)

Co by neměl (po skončení nácviku ve 12 letech):

- při hře na celém hřišti, vzhledem ke konkrétní herní situaci, se nedokonale orientovat v prostoru, opět převažuje snaha o pohyb směrem vertikálním (předozadním).

První bod všichni hráči splňují. U druhého bodu se už setkáváme s velkými rezervami. Problém v souhře skupin do hloubky i do šířky se projevoval především v útočné fázi. Obránci se velmi málo pokoušeli o konstruktivní odebrání míčů. Přemísťování nedělalo obráncům výraznější problémy. Universalismus hráčů se na této úrovni moc nepreferuje. Trenér „odhadne“ přednosti hráče už na začátku jeho fotbalového života a podle toho ho obsadí na post, který už nezmění.

Výsledky testů také potvrzují moje hypotézy. Především hypotéza, že defenzivní hráči v obraně budou méně chybovat v kritických místech, se potvrdila ve většině situacích. Vysvětlení pro to může být, že se trenéři zaměřují nejprve na obranu (heslo „nesmíme dostat gól“ je více než výstižné). Při tréninkových jednotkách se více věnují obranné fázi družstva. Hráči jsou více chváleni za dobrý obranný zákrok, než-li za

povedenou kličku, „chytrou“ přihrávku nebo naběhnutí. Toto je problém všech trenérů, působících na těchto úrovních. Je pro ně snazší učit hráče obrannou spoluprací, než útočnou.

Na konec bych ještě interpretoval doporučení opět z Fajfera (2005), který nejvíce objasňuje cíle a obsahy taktické přípravy v mladších žácích.

Cíle, obsah, výstup sportovní přípravy v mladších žácích

Cíle, obsah, výstup sportovní přípravy v mladších žácích (11 – 12 let; 5. a 6. třída)

Tomuto věku se všeobecně říká „zlatý věk učení fotbalu“. Z hlediska motorického učení je to vhodnější doba pro nácvik a zdokonalování techniky. Podcenit tuto etapu, znamená způsobit nenávratné škody ve vývoji jedince, zvláště talentovaných hráčů pro fotbal. V dalších etapách se to velmi negativně projevuje na vývoji hráče a nedostatky se jen velice těžko odstraňují.

Cíle sportovní přípravy v mladších žácích (11 – 12 let)

- cílené učení základům taktiky s cílem učit a zlepšovat individuální taktické jednání, uplatňovat osvojené herní dovednosti v jednotlivých hráčských rolích, musí se učit, jak získané základy techniky nejlépe tvořivě využít pod tlakem soupeře ve hře, získat vědomosti k hodnocení IHV

Obsah sportovní přípravy v mladších žácích (11 – 12 let)

- skupinové činnosti (HK) – zdokonalovat a rozvíjet všechny dosud naučené kombinace, součinnost ve skupině směrem předozadním, ale i do stran, kombinace založené na přihrávce na střední vzdálenost (silově zdatnější i na delší vzdálenost) řešené zakončením střelbou; obranné činnosti řešit v průpravných hrách a herních cvičeních zvláště II. typu
- taktika – průpravné hry (základ tréninkového procesu) vybraných skupina na malém i větším územím s výměnou rolí (postů), s určitou vyrovnaností techniky a taktiky

(5 : 5 na jednu branku, 5 : 5 na dvě malé branky v prostoru, 6 : 6 před pokutovým územím, s přihrávači po stranách hřiště atp.; založení útoku brankářem, souhra na jistotu a přípravu brankových šancí, kolektivní řešení standardních situací z hlediska obranné fáze ve spolupraci brankář hráči, z hlediska útočné fáze hráč

(hráči) provádějící kop; základem je hra 4 : 4, postupně přecházet na hru 7 : 7 přes 5 : 5, 6 : 6 (i s přečíslením) s nácvikem zónové obrany a prostředků na její překonání (turnajové formy).

Trenér by také ale neměl zapomenout na doporučení Votíka (2001), že u dětí a mládeže z hlediska psychické složky sociálně – interakčních a intelektuálních dovedností je nutno rozvíjet a podporovat: hravost, radostnou atmosféru, převahu kladných prožitků, dostatečný prostor pro vlastní iniciativu svěřenců, důraz na herní operativní myšlení, orientaci v prostoru, intuici, předvídání, tvůrčí schopnosti, originální přístupy k řešení situací, dále samostatnost, rychlost rozhodování, předpoklady k psychické stabilitě a odolnosti.

7 Závěr

Závěr mé bakalářské práce patří shrnutí. Náplní práce bylo pomocí testových situací ověřit taktickou připravenost fotbalistů staršího školního věku. Během zpracovávání práce jsem se potýkal s rezervami v našem fotbalovém prostředí. Dle mého názoru, si téma zaslouží větší pozornost a podrobnější rozpracování uvedeného tématu. Toto byl hlavní podnět ke zpracování mé bakalářské práce.

Vývoj intelektových kapacit mladých a fotbalistů je dosud v plenkách hlavně zásluhou autoritativního didaktického stylu, který preferuje většina trenérů při působení na své hráče. Časté pokyny z lavičky, které hráči dostávají před utkáním a v jeho průběhu, nemohou pozvednout úroveň fotbalového výkonu. Jedinou cestou jak zlepšit úroveň výkonu v utkání je mimo jiné začít se systematickým rozvojem myšlení a taktických znalostí od nejútlejšího věku. Spolu se zdokonalováním dovedností by měl hráč současně zdokonalovat své znalosti a myšlení.

Bylo by zajímavé podrobit taktickému testu hráče v klubech, které mají lepší podmínky pro rozvoj hráčů a také vzdělanější trenéry. Velmi by mě zajímal přístup trenérů k hráčům, kteří jsou výkonnostně výše než mnou testovaní fotbalisté. Jak s hráči probírají taktiku, jaké pokyny směřují ke svým svěřencům.

Mladí hráči by měli být co možná nejdříve – v určité závislosti na své technické úrovni – vystaveni v tréninku jednoduchým herním cvičením a průpravným hrám s cílem získat bezprostřední znalosti a taktické návyky. Čím více znalostí mladý hráč získá, tím lépe. Osvojování zkušeností a znalostí je účinnější, je-li důsledkem dobře připraveného a řízeného vzdělávacího a výchovného procesu, ve kterém se hráč ptá a realizuje své možnosti, vedoucí k vývoji zkušeností a znalostí a dosažení jejich náležitého pochopení. Je známo, že praxe, experimentování a pozorování dává každému dítěti velmi mnoho zkušeností a prožitků. Začne-li trenér využívat tyto zkušenosti, povede to ke správnému chování v různých fotbalových situacích. Mladému hráči, kterého nikdo neřídí a nepomáhá mu vysvětlovat jeho vlastní zkušenosti, se nikdy nepodaří dosáhnout plného potenciálu v jeho budoucím fotbalovém životě. Především mladí hráči potřebují zkušeného trenéra, který jim nabídne radu, ukáže příklad, a kterého se mohou na cokoli zeptat.

8 Seznam použité literatury:

- 1) BUZEK, M., a kolektiv. *Trenér fotbalu „A“ UEFA licence*. Praha: Olympia, 2007. ISBN 978-80-7376-032-8
- 2) DOBRÝ, L. *Tělesná výchova a sport mládeže*. 2005, č. 5, s 30 – 35.
- 3) DOVALIL, J. a kol. *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia, 2009. ISBN 978-80-7376-130-1
- 4) FAJFER, Z. *Trenér fotbalu mládeže (6-15 let)*. Praha: Olympia, 2005. ISBN 80-7033-933-0
- 5) HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 978-80-7367-485-4
- 6) CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu: Základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada Publishing, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4
- 7) JANSÁ, P. a DOVALIL a spoluautoři J. *Sportovní příprava*. Praha: Q-art, 2009. ISBN 978-80-903280-9-9
- 8) KOLLATH, E. *Fotbal: Technika a taktika hry*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1336-5
- 9) MARTENS, R. *Successful coaching*. Champaign: Human kinetics, 1997. ISBN 80-247-1011-0
- 10) PERIČ, T. a DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. Praha: Grada Publishing, 2010.
- 11) PERIČ, T. *Sportovní příprava dětí*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2643-4.
- 12) ŠTILEC, M. a kol. *Sportovní příprava dětí a mládeže*. Praha: Státní nakladatelství, 1989. ISBN 80-7066-026-0
- 13) VOGGENREITER, T. *Fussball training*. 2004, č. 3, s 18 – 26.
- 14) VOTÍK, J. *Trenér fotbalu „B“ licence*. Praha: Olympia, 2001. ISBN 80-7033-598-X