

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE**

Fakulta tělesné výchovy a sportu

**DIAGNOSTIKA HERNÍHO VÝKONU U HRÁČŮ  
ELITNÍ VÝKONNOSTI**

Diplomová práce

Vedoucí práce:

PhDr. Mário Buzek, Csc.

Zpracoval:


Milan Šafr

Praha, srpen 2006

Prohlašuji, že jsem tuto práci vypracoval samostatně a uvedl veškerou literaturu a ostatní zdroje v ní použité

Praha 28.8. 2006

Milan Šafr



.....

Touto cestou bych chtěl poděkovat PhDr. M.Buzkovi, CSc. za odborné rady a pomoc při tvorbě diplomové práce a všem, kteří se na vzniku této práce podíleli a pomáhali mi. Zejména děkuji svým rodičům za všestrannou podporu a zázemí, které mi během mého studia poskytovali.

**Název:**

Diagnostika herního výkonu u hráčů elitní výkonnosti

Diagnostic of the duality performance by players of elite performance level

**Cíle práce:**

- A) Odhalit „chybná řešení“ v obranné fázi u mužstva dospělých hráčů elitní výkonnosti.
- B) Kategorizovat zjištěné poznatky a navrhnout opatření pro tréninkový proces, která by přispěla ke zlepšení herního výkonu.

**Metoda:**

Použili jsme metody nepřímého pozorování pomocí videozáznamu. V šetření jsme využili kvantitativní a kvalitativní analýzy „chybných řešení“ objevujících se v obranné fázi u vybraných utkání mužstva FC Chlesea v Lize mistrů.

**Výsledky:**

Analýza utkání odhalila opakující se skutečnosti v chybném herním výkonu mužstva při obranné fázi hry. Z této skutečnosti lze vyvodit požadavky, které jsou kladeny na současné hráče elitní výkonnosti.

**Klíčová slova:**

fotbal – chybovost – herní výkon – obranné systémy



**„MOTTO“**

„Mužstvo, o kterém sním (které si přeji), je takové, v němž všichni hráči v jakékoliv herní situaci myslí a reagují jako jeden muž na stejnou situaci a ve stejný čas. Tomu já říkám hrát jako mužstvo, to je pro mě organizace hry“.

(José Mourinho 2006)

## OBSAH

<b>1.</b>	<b>Úvod.....</b>	<b>8</b>
<b>2.</b>	<b>Teoretická část.....</b>	<b>9</b>
2.1.	Záměr práce .....	9
2.2.	Definice chybovosti.....	9
2.3.	Herní výkon v kopané.....	10
	2.3.1. Individuální herní výkon.....	11
	2.3.2. Týmový herní výkon.....	15
	2.3.3. Skupinový herní výkon.....	16
	2.3.4. Herní činnosti jednotlivce.....	17
2.4.	Teorie obranných činností v současném fotbale.....	18
	2.4.1. Obranné činnosti jednotlivce.....	19
	2.4.2. Systémy hry.....	21
	2.4.3. Principy obranné řady čtyř.....	21
	2.4.4. Úkoly hráčů a jejich skupin v systému zónové obrany.....	24
	2.4.5. Teorie pressingu.....	26
<b>3.</b>	<b>Cíle a úkoly.....</b>	<b>27</b>
<b>4.</b>	<b>Výzkumná část.....</b>	<b>28</b>
4.1.	Použité metody.....	28
	4.1.1. Kategorie pozorování.....	30
	4.1.2. Sledovaná utkání.....	36
4.2.	Výsledková část.....	39
	4.2.1. Celkové výsledky sledovaných kategorií.....	39
	4.2.2. Chybná řešení podle závažnosti.....	49
	4.2.3. Chybná řešení podle obtížnosti.....	50
	4.2.4. Herní situace s největší četností chybných řešení.....	51
<b>5.</b>	<b>Závěrečná část.....</b>	<b>56</b>
5.1.	Diskuse.....	56
	5.1.1 Zobecnění výsledků.....	56
5.2	Navržení zaměření tréninku pro odstranění chybných řešení.....	58
5.3	Závěr.....	61

<b>Seznam použité literatury.....</b>	<b>62</b>
<b>Přílohy.....</b>	<b>63</b>

## Úvod :

Fotbal je kolektivní hra, která jako většina sportů prošla obrovskou proměnou a stále se vyvíjí a zdokonaluje. První zprávy o vzniku kolektivních her jsou z období asi 3000 let před naším letopočtem z Číny. Vznik fotbalu s pravidly, jak je známe dnes, je spojen s rokem 1840. „Kolébku“ fotbalu se stala Anglie. Současný fotbal se v porovnání s kopanou hranou v době vzniku liší jak v požadavcích na výkon (rychlost agresivita a organizace hry), jak pravidly.

Jedním z hlavních důvodů, proč je fotbal tak populární na celé planetě, je variabilita průběhu hry. Stojí-li tedy proti sobě v několika utkáních stejná mužstva stejného složení, jsou herní situace, jejich řešení, pokaždé jiné. Každá herní situace, která v utkání nastane, má totiž mnoho možností provedení. Záleží pak jen na invenci a spolupráci jednotlivých hráčů, jak ji budou realizovat.

Stejně jako ve většině sportovních her, tak i v kopané jde (hráčům, divákům, trenérům) nejen o konečný výsledek, ale rovněž o způsob, jakým je ho dosaženo. Základem pro dosažení dobrého výsledku, ve vrcholovém fotbale zvláště, je precizní obrana dopouštějící se co nejméně chyb. Jedno z fotbalových pravidel zní: pokud mužstvo nedostane branku, nemůže prohrát. Často bývá právě skvělá defenziva klíčem nejen k výhře, ale i k vytváření šancí a atraktivnímu způsobu hry.

V poslední době mě, ale určitě i mnoho jiných příznivců fotbalu a odborníků, zaujala práce portugalského trenéra Mourinha, jenž - i přes své relativně krátké působení ve vrcholovém fotbale v roli hlavního trenéra - již stihl vyhrát na klubové scéně takřka všechny prestižní evropské trofeje. Analýzy zápasu týmu tohoto trenéra (v současnosti FC Chelsea) nás přivedl k myšlence pokusit se zvážit, zda se v této na pohled nepropustné obraně dají najít chybná řešení herních situací, u nichž by navíc bylo možné vysledovat opakovanost.

## 2. Teoretická část:

### 2.1. Záměr práce

Dnešní trend ve vývoji obranných činností se doznává velkých změn v požadavcích na herní výkon jak jednotlivých hráčů, tak mužstva jako celku. Rozdíly mezi hráči elitní výkonnosti se hlavně v technické, kondiční a taktické připravenosti čím dál více stírají. Utkání jsou často velmi vyrovnaná, o výsledku v nich tak rozhodují maličkosti. Je známo mnoho případů, kdy jedna chyba ve hře rozhodla o výsledku utkání. Snahou všech trenérů je tedy a mít ve svém mužstvu (a nadále vychovávat) hráče, kteří budou schopni své chyby v utkání v co největší míře eliminovat, nebo alespoň minimalizovat. Čím méně chybných řešení se totiž hráči dopouští v herních situacích, tím menší jsou šance protivníka na úspěch v utkání. Tato studie se pokouší na základě analýzy jednotlivých fotbalových zápasů a vytvoření klasifikačního systému právě těchto chybných řešení se zřetelem k dílčím faktorům, jež k nim nejvýrazněji přispěly (ať se již jedná o faktory taktiky, technicky, psychické nebo kondiční).

Z výše zmíněného je zřejmé, že základním předpokladem pro vítězství se stává výborně organizovaná obrana. Herní pojetí zaměřené na defenzivu se v poslední době daří úspěšně naplňovat zejména mužstvům, jimž herní tvář vtiskl portugalský trenér Mourinho. Mužstva, která vedl, mají obdivuhodnou bilanci nejen co do počtu vítězství, ale i obdržených branek a vyložených šancí, jež si soupeř proti nim vytvořil. Tato diplomová práce se bude snažit, jak již bylo uvedeno výše, vysledovat chybná řešení hráčů FC Chelsea, a to v utkáních nejvyšší obtížnosti, jelikož faktory sportovního výkonu a jeho struktura jsou nejzřetelněji identifikovány právě u sportovců vrcholové sportovní výkonnosti (Dovalil, 2002). Zvolili jsme tudíž záměrně pozorování fotbalových utkání Ligy mistrů: utkání mezi FC Barcelona a FC Chelsea Londýn. Zaměřili jsme se především na nové možnosti studia a hodnocení herního výkonu obranných činností ve fotbalovém utkání.

### 2.2. Definice chybovosti

Novinář: „*Pane profesore, ten počítač je génius!*“ Profesor: „*Ale pánové, to se mýlíte. To je úplný idiot. Umí jen jednu věc: rozeznat nulu od jedničky. Ale umí to velmi rychle a nedělá chyby.*“ (Disman, 2005).

Chybovost můžeme vyjádřit četností chyb. Lze ji také definovat ve smyslu narušení původního záměru v herní situaci. Tedy chyba jako výsledek hodnocení, vzešlé z konání (dokonalé zvládnutí herní situace) – a samotného řešení v reálu. Chybuje každý z nás v jakékoliv činnosti, výjimkou není samozřejmě ani ta sportovní. Jen robot či počítač může odvést práci precizně a bezchybně ovšem, s jedním malým, ale pro sportovní hráče podstatným rozdílem, chybí mu určitá kreativita a nadstavba ve výkonu. To jsou vlastnosti bez kterých se hráč kopané prostě neobejde. V otázce chybovosti je důležité danou chybu včas a přesně identifikovat a co nejdříve zapracovat na její odstranění. Včas identifikovaná a korigovaná chyba, narozdíl od chyby neodhalené výsledkem činnosti nijak neohrožuje. (Kovář, 1971).

### **2.3. Herní výkon v kopané**

Sportovní výkon fotbalového družstva je výkon sociální skupiny zvláštního druhu založen na individuálních výkonech jednotlivých hráčů, kteří podléhají vzájemnému regulačnímu působení, jež se projevuje tak, že hráči ovlivňují své chování i jednání s ostatními jako celku. Výkon družstva vyjadřuje výsledek utkání dosažený proti konkrétnímu soupeři. Rozhodující parametry, které ovlivňují sportovní úspěšnost družstva, jsou kvalita, participace a autorita.

Choutka, Dovalil (1987) charakterizují sportovní výkon jako projev specializovaných schopností jedince v uvědomělé činnosti, zaměřené na řešení pohybového úkolu, jež je vymezen pravidly daného sportovního odvětví nebo disciplíny. Rozlišujeme tři úrovně herního výkonu. Individuální herní výkon (výkon hráče) – skupinový herní výkon (výkon týmu) – týmový herní výkon (výkon celého družstva).

## Individuální herní výkon

Individuální herní výkon hráče je projevem jeho herní způsobilosti v utkání. Má vždy formu herních činností jednotlivce projevujících se souvislým řetězcem herních činností jednotlivce, které jsou ukazatelem herních dovedností. Herní dovednosti chápeme jako učením získané dispozice k účelnému jednání ve hře. Individuální herní výkon podle Navary a Buzka (1986) je zvláštním druhem určitého výkonu v průběhu utkání.

Projevuje se schopností individuálně i kolektivně řešit herní situace za využití kondičních, technických, taktických a psychických předpokladů hráče. Determinanty individuálního herního výkonu jsou bioenergetické, biomechanické a psychické.

- **bioenergetické determinanty**, čili funkce vnitřních orgánů a metabolické procesy.

Jde o vnější pohybový projev s vnitřní odezvou neboli uspokojováním bioenergetických nároků. Ve smyslu chybného výkonu jedince v herních situacích působí hlavně na psychickou (nepříjemné pocity) a zejména pak technickou (zhoršení jemné motoriky) stránku výkonu fotbalisty po předchozím „laktátovém“ zatížení. Pro zkvalitnění výkonu fotbalisty je proto potřebné zvyšovat odolnost proti důsledku acidózy. O výkonnosti hráče rozhoduje jeho způsobilost opakovaně plnit klíčové herní činnosti vysoké intenzity.

- **Biomechanické determinanty**, čili funkce hybného systému motorické provedení herních činností jednotlivce.

Tyto determinanty lze charakterizovat jako objektivně pozorovatelný výsledek psychických a fyziologických procesů a působících biomechanických principů a zákonů. Hráči fotbalu používají v utkání pohyb, v němž můžeme rozlišit stabilitu, lokomoci a manipulaci hráče s míčem. Nedodržením správných principů efektivního pohybu dochází ve výkonu k souhybům, chybným postavení a provádění chybných pohybů ve hře. Mezi často evidované chyby patří chybné odvrácení míče, přihrávka, střelba, postavení v souboji atd.

- **Psychické determinanty**, čili řídicí činnost CNS a psychické procesy.

Jde o jednotu kognitivních, volních, emočních a motivačních procesů. Ve fotbale se setkáváme se zvláštnostmi herního rozhodování, mezi něž lze měnit se situace soupeřů a spoluhráčů, více alternativ v herní situaci. Ta může být jistá, nejistá nebo riziková.

Za další zvláštnosti herního rozhodování můžeme považovat rozhodnutí v časovém tlaku a vlivu emocí (vysoké fyzické a psychické zatížení). Při fotbalovém utkání dochází k únavě hráčů za neustálého působení soupeře a proměnlivosti herních situací, proto je důležité udržet pozornost v co největší míře, která je vlastností všech psychických procesů. Domníváme se že, činnost centrální nervové soustavy je hlavním iniciátorem chybných řešení. Ta je bohužel natolik složitá a ne zcela prozkoumaná, že objektivní výzkum této stránky výkonu je prakticky nemožný.

### **Deformační faktory v individuálním herním výkonu**

Považujeme za důležité zmínit se o vlivech, jež se také a to nemalou měrou, podílejí na chybných řešeních hráčů v utkání.

Jedná se o limitujícími faktory výkonu. Tyto „rušivé vlivy“ lze rozdělit do několika skupin:

- **exogenní** (vnější): soupeřův odpor, klimatické podmínky, neočekávaná změny v průběhu utkání
- **endogenní** (vnitřní): celková únava hráčů, emoce, zranění hráčů. Tyto faktory často vedou k diskoordinaci převážně v pohybech jemné motoriky z čehož následně plyne chybné jednání hráčů v herních činnostech. Záleží na odolnosti a schopnosti každého hráče, zda a jak se s „rušivými“ vlivy vypořádá.

### **Struktura individuálního herního výkonu hráče kopané**

U individuálního herního výkonu, lze dále specifikovat a rozlišit faktory somatické, kondiční, psychické, techniky a faktory taktiky.

#### **Somatické faktory**

Jsou dále faktory relativně stálé. Za hlavní somatické faktory považujeme výšku a hmotnost těla hráče, délkové rozměry, složení těla a tělesný typ. Somatické faktory znevýhodňují hráče, dle našeho názoru, především v osobních soubojích s protihráči. Tímto způsobem se podílí na chybných řešeních ve výkonu, což se projevuje zvláště ve vrcholovém fotbale posledních let. Hráči s průměrnými či podprůměrnými somatickými předpoklady se v něm prakticky nevyskytují.



Hráč s horšími faktory výšky a tělesného typu bude chybovat („prohrávat“) více v osobních soubojích.

### **Kondiční faktory**

Pohybová činnost, která je obsahem výkonu ve sportu, nám ukazuje na projevy síly, vytrvalosti a rychlosti. Deformační faktor, jež úzce souvisí s kondicí, je únava. Můžeme hovořit o únavě „akutní“ (v průběhu utkání např. po náročném sprintu) nebo celkové (většinou v konci utkání). Důsledkem tohoto stavu se u hráčů objevují chybná řešení zejména v přesnosti provedení hlavně technických dovedností a horší reakci na situace z hlediska taktiky.

- **Vytrvalostní schopnosti.** Vytrvalostní schopnost, respektive vytrvalost můžeme zejména definovat jako schopnost hráče provádět opakovaně pohybovou činnost sub maximální, činnost střední a mírné intenzity bez snížení její efektivity, tj. v podstatě schopnost odolávat únavě. Z hlediska podílu chybovosti v utkání se vytrvalostní schopnosti podílejí na chybách většinou v závěru utkání.
- **Silové schopnosti.** Silové schopnosti patří jednoznačně mezi hlavní faktory podílející se na sportovním výkonu u drtivé většiny sportovních výkonů a stále více se také uplatňují ve sportovních míčových hrách. A v kopané, která se stále jako i jiné sporty zrychluje, dochází stále častěji k osobním soubojům. A ty kladou velké nároky na silové schopnosti hráče.
- Rozhodující druhy síly, které ovlivňují výkon fotbalisty, jsou: Maximální síla, Explosivní síla a Silová vytrvalost (statická dynamická). Opět můžeme říci, že fotbalista méně silově disponovaný bude mít nevýhodu s lépe silově stavěným v jiných směrech vyrovnaným protihráčem. Bude tedy mít větší tendenci k chybám hlavně při osobních soubojích.
- **Rychlostní schopnosti.** Rychlost je činnost zajišťovaná ATP-CP systémem prováděná maximálním volným úsilím. Podle Choutky, Dovalila(1991) lze rozdělit rychlostní schopnosti na rychlost reakční, rychlost acyklickou, rychlost cyklickou, rychlost komplexní. Rovněž rychlostní schopnosti hrají důležitou úlohu ve sportovních hrách. V kopané rychlost navíc ztěžují proměnlivé a specifické podmínky. Platí zde stejně jako u schopností silových, že uplatňování vyšších rychlostních schopností se stává charakteristickým znakem vývojových tendencí ve fotbale posledních let. Z pohledu chybovosti ve hře se rychlostní schopnosti, podobně jako valná většina z kondičních faktorů, podílí opět hlavně na řešení osobních soubojů.

• **Koordinační schopnosti.** Jsou ve fotbale, kde se dovednosti musí přizpůsobit vnějším měnícím se podmínkám, prostředkem řešení širokých úkolů. Zde jsou potřebné nejen osvojené dovednosti, ale i schopnosti navazovat je za sebou, přizpůsobovat je měnícím se podmínkám apod. Čím lepší schopnost přizpůsobit se těmto nestálým podmínkám hráč má a to co nejrychleji, tím menší je u něj předpoklad, že bude ve výkonu chybovat.

Vzhledem k minimalizování chybných řešení při hře považujeme za nejdůležitější následující schopnosti: **Rovnovážná schopnost.** Jde zde především o obnovení rovnovážného stavu po náhlých změnách směru a rychlosti a po vzdušných soubojích (dynamická rovnováha). **Diferenciační schopnost.** Diferenciační schopnost, je schopnost dosažení co nejvyšší přesnosti jednotlivých dílčích pohybů (cit pro míč).

**Orientační schopnost.** Tato se projevuje s především při neobvyklých postojích obratech a situacích, ve kterých se hráč dostává pod časový a prostorový tlak. Má značný význam hlavně pro situace v nichž je nutné najít rychlé řešení.

### **Faktory techniky**

Technika využívá předpokladů sportovce a rozumíme jí v podstatě co nejúčelnější vyřešení pohybového úkolu. Můžeme jí dále charakterizovat jako předpoklad získaný učením vyřešit nějakou činnost co nejrychleji, nejpřesněji a současně co nejúspěšněji. Projevuje se v plynulosti, přesnosti, rytmičnosti spojování a jiných charakteristikách pohybových činností fotbalisty (např. cit pro míč). S technikou také souvisí procesy psychické, to ve formě velmi složitých myšlenkových operací kognitivních a motivačně emočních, a také řada deformačních faktorů, které neodmyslitelně patří k výkonu v utkání. Jako příklad můžeme uvést málo postříhaný trávník na hřišti soupeře jež je pro méně přizpůsobivé hráče důvodem větší četnosti chyb v přihrávce a práci s míčem. Opět můžeme konstatovat, že jsou dnes (při neúčasti deformačních faktorů) minimální rozdíly v technické stránce. Chybné řešení se zvyšují s většími nároky na rychlost provedení a přečíslení soupeřem (pressing).

### **Faktory taktiky**

Choutka (1976) definuje taktiku jako způsob řešení širších a dílčích úkolů, realizovaných v souladu s pravidly daného sportu, spočívá ve výběru optimálního řešení strategických a taktických úkolů.

Jedná se o výběr řešení v kolektivním nebo individuálním pojetí, o kterém se zmíníme dále. Základem pro taktické dovednosti jsou procesy myšlení, a to za předpokladu určitých vědomostí. Mezi rozhodující prvky patří intelektové schopnosti hráče a jeho paměť. Podle dosavadních zkušeností tzv. „taktické myšlení“ klade nároky na vnímání situace a výběr optimálního řešení tohoto úkolu. Vnímání je určováno hlavně podmínkami soutěžních situací a úrovní trénovanosti, z níž vyplývají možnosti, jak se v situaci zachovat podmíněná technickou vyspělostí hráče a již zmíněnou snahou o eliminaci deformačních faktorů. Výběr optimálního řešení nastává v procesech myšlení, v nichž důležitou roli sehrává paměť, zejména motorická. V té jsou uloženy zkušenosti získané vzorce věcí, poznatků a pravidel. Jedná se o takzvané uzlové body požadovaného výkonu, které však musí být doplněny jistou kreativitou ze strany hráče, jež je hlavně u mužstev elitní výkonnosti nepostradatelná pro co nejvyšší eliminaci chyb ve výkonu. Faktory taktiky jsou podle našeho názoru faktory s největším podílem na chybovosti v herním výkonu.

### **Psychické faktory**

Vysoká úroveň psychické připravenosti je velmi důležitou součástí výkonu vrcholového sportovce. Psychické kondici je v porovnání s kondicí fyzickou odborníky někdy přisuzován větší vliv na výkonnost, a tedy i na eliminaci chyb v utkání ( přisuzují jí 70 až 90 % podíl). Za základní psychické faktory sportovního výkonu lze tedy považovat schopnosti a motivace hráče. Schopnosti jsou relativně stálé a motivace u fotbalistů vyšší výkonnostní úrovně je považována za samozřejmou. Za další důležitý faktor výkonu můžeme považovat rovněž předpoklady osobnostní. Na tomto místě lze uvést například podcenění situace, nízkou motivaci nebo naopak přílišné sebevědomí.

### **2.3.2. Týmový herní výkon**

Podle Dobrého (1988) je herní výkon družstva je výkon sociální skupiny zvláštního druhu, založený na individuálních výkonech hráčů podléhajících vzájemnému regulačnímu působení, jež se projevuje tím, že hráči ovlivňují své jednání i chování jako celku. Týmový herní výkon je podmíněn individuálními herními výkony jednotlivých hráčů mužstva, ale není jejich souhrnem.

Výkon družstva lze blíže charakterizovat např. počtem a úspěšností všech útočných a obranných fází, počtem hráčů zapojených do jednotlivých fází, příčinami ztrát nebo získání míče, apod. My se zaměřujeme především na obrannou fázi a chyby, které se v ní objevují. Jedná se většinou zejména o chyby ve spolupráci a komunikaci jedinců a také soudržnosti a kompaktnosti mužstva. Jako individuální má i týmový herní výkon své determinanty, a to sociálně psychologické a činnostní. Komponenty ovlivňující výkon družstva v kopané podle Navary (1986):

- složení družstva podle hráčských rolí
- vytvoření jednotného celku, který má společný cíl
- vědomá spolupráce všech hráčů se schopností tvořivého přístupu v obranné i útočné fázi
- dovednost všech hráčů plnit útočné i obranné funkce (universalismus)
- optimální soustředěnost na řešení konkrétních herních situací po celou dobu utkání
- efektivní uplatnění hráčských individualit v aktivní činnosti v obou fázích hry

### **2.3.3. Skupinový herní výkon**

Skupinový herní výkon je definován prakticky stejně jako týmový herní výkon s tím rozdílem, že není tvořen týmem jako celkem, nýbrž skupinou hráčů. Jde o spolupráci například útočné záložní či obranné řady nebo hráčů, kteří hrají v prostorech za sebou, a tedy svým jednáním ovlivňují chování nejbližších spoluhráčů. Pro některé trenéry je souhra skupin hráčů základem pro výkon a způsob hry celého mužstva. I zde lze hovořit o chybných řešení spočívajících především v komunikaci a souhře dvojic či trojic hráčů.

### **Shrnutí**

V současném fotbale jsou nejen týmy na vrcholové úrovni ve všech faktorech výkonu tak vyrovnané, že o výsledku utkání často rozhodují maličkosti, které mohou být tak ráz taktického, technického, psychického či kondičního. Podstatnou měrou sem zasahují rovněž faktory deformační. Ve většině případů je tedy chybovost ve sportovním výkonu souhrnem více faktorů. Z pozorování a praxe je patrné, že ve vrcholovém fotbale mohou o výsledku rozhodnout kterékoliv z nich.

Velmi často se stává, že zápas rozhodne jen výhoda lepších somatických faktorů hráče mužstva, které zvítězilo brankou z rohového kopu po předskočení protihráče. Vývojové tendence, které jsou základem pro současné pojetí hry se projevují i v požadavcích na hráče. Co se týká „ideálu“ hráče současné kopané, kteří mají největší předpoklady pro výkon bez chyb. Prosazují se hlavně jedinci s výbornými somatickými předpoklady (výška kolem 180-190 cm, ektomorfní nebo mezomorfní stavbou těla s vyšším zastoupením „rychlých“ svalových vláken. S ohledem na dovednosti špičkový hráč dnešního fotbalu je „zajímavý pro managery“ v případě, že je vybaven co nejlépe po technicko – taktické stránce, a současně psychicky odolný.

#### 2.3.4. Herní činnosti jednotlivce

Herní činnosti jednotlivce (dále HČJ) umožňují každému z hráčů participaci na hře družstva. Záměr participace spočívá v samostatné volbě hráče, která odpovídá řešení herních situací tj. dává smysl iniciativě ve hře. Realizace HČJ závisí na rozpoznání nastalé situace. Tyto situace jsou souhrnem důležitých vztahů mezi faktory, jež tvoří proměnlivé vnější podmínky skupiny nebo celého mužstva. HČJ jsou dovednostním typem pohybové činnosti, která je konaná v otevřeném tzn. proměnlivém prostředí utkání. Podle Dobrého (1977) „zjevnou stránku herních činností jednotlivce tvoří cíle směrné soustavy pohybů. Je pro ně charakteristické neustálé spojení s vnímáním a interpretací dané herní situace na úrovni odpovídajících úkolů a rozhodování“. HČJ lze klasifikovat na obranné nebo útočné. Obranné můžeme rozdělit na:

- Obsazování hráče s míčem
- Obsazování hráče bez míče
- Obsazování prostoru
- Odebírání míče

## 2.4. Teorie obranných činností v současném fotbale

Obranná součinnost všech hráčů musí být podložena individuálními základy a inteligencí každého hráče. O kvalitních hráčích pro obranu fázi mluvíme v případě jejich morálního, fyzického a technického nadání. Hráč si musí v první řadě být vědom, že obrana je stejně důležitá jako útok. Úkoly hráče v obraně jsou především agresivně napadat soupeře, nedávat mu možnost a čas, aby mohl tvořit a diktovat svůj způsob hry, přinutit ho dělat chyby. Je nadmíru patrné, že obráncovo jednání je vždy podmíněno soupeřem, (kterého obsazuje) nebo míčem. Ve většině situací se často zaměřuje na obojí současně. Zvláště důležité je pak obranné postavení, jež obránce při dané situaci zaujímá. Každá podrobnost v postoji a pohybu hráče je velice důležitá a má velký vliv na úspěšné vyřešení herní situace ve prospěch týmu. Jednak nepřímo nasměruje útočníka do pozice nebo místa pro obránce výhodné a dále podmiňuje správné provedení obranné činnosti.

Faktory v obranné fázi podle Fajfra 2005. Rychlé rozpoznání všech střídajících se možností provedení útoku soupeře k nimž je za potřebí vysoké individuální taktické jednání, rychlost, obratnost dále žádné zbytečné fauly je třeba si uvědomit, že kvalitní obrana je základ pro útočnou fázi.

### Prvky agresivního bránění

Fotbal se v současné době ubírá směrem k větší tvrdosti, rychlosti a hlavně agresivitě. Agresivní obrana se dá realizovat jen za určitých předpokladů. Každý hráč v kolektivu musí mít chuť a snahu agresivně bránit. Je nutné u hráčů pěstovat nutnou odvahu při bránění, která je založená na přesvědčení, že úsilí vydané v obraně je základem pro úspěch v utkání. Obranné jednání hráčů vyplývá z jejich nabytých vědomostí, kterým se hráči postupně učí a zlepšují se. Tyto vědomosti jsou o situačních faktorech vytvářejících herní situace, v nichž se obranné činnosti vyskytují.

Zde je nutné aby se hráč naučil posuzovat a vybírat své postavení u soupeře s míčem i bez míče, aby znal kritická a důležitá místa, která vymezují spolupráci s dalšími obránci tým.

### 2.4.1. Obranné činnosti jednotlivce

Dokonalé zvládnutí obranných činností a jejich přenesení do utkání podmiňuje řada činitelů, a to zejména výbušná síla dolních končetin, schopnost soustředit pozornost, zhodnotit herní situaci, rozpoznat přednosti a nedostatky protivníka, dostatečná úroveň volných vlastností a komunikace se spoluhráči.

Vývoj fotbalu a změny jím přinesené se nedají přehlížet. Stálé porovnávání a pozorování a následné vyvozování závěrů z hry a jejich situací jsou prakticky nutností, která ovlivňuje koncepci aktuálních příprav pro dlouhodobější rozvoj herního výkonu. Fotbal se v posledním období zrychlil a to jak pohybem hráčů, tak řešením herních situací. Oproti minulosti se ze hry prakticky vytrácí tzv. hluchá místa. Toto pojetí klade stále větší nároky na hráče jako jednotlivce. Je zřejmé, že efektivita výkonu družstva je v současném fotbale přímo závislá na kvalitách herních výkonů jednotlivých hráčů. Hra celého týmu a skupin hráčů je tvořena úrovní hry jednotlivců.

Tyto činnosti jsou komplexem pohybových úkonů, které jedinec používá promyšleným způsobem a tím řeší konkrétní situaci. Obrana v dnešním fotbale rozhoduje utkání ve větší míře než výkon v útoku, proto je úspěšnost družstva bez kvalitní obrany prakticky nemyslitelná. Podstatnou a rozhodující částí úseku utkání jsou tvořeny akcemi soupeře, jež vyústí v situaci jeden na jednoho či dva na dva. Těmto akcím lze z pozice zónové obrany čelit zesilováním krytí určitých hráčů příslušném prostoru. Znaky současných obranných systémů :

- dokonalé zvládnutí technicko taktické stránky jednotlivých obranných činností podpořené kladnou motivací kondicí a vůlí
- důraz na týmové pojetí v jakémkoliv obranném systému, kde obránce nezodpovídá jen za svého soupeře či prostor, ale spolu s ostatními i za řešení celé situace, na které se svou činností podílí
- velká agresivita projevující se především v soubojích jeden na jednoho a na útočníka, který se uvolňuje pro míč v soubojích, které se odehrávají v blízkosti branky. Jde o kombinace založené na zesilování krytí a zdvojování



Pro současnou zónovou obranu je tedy typické záměrné zesilování krytí s odstupováním od hráčů na tzv. slabé straně s pomocí zdvojování až ztrojování spoluhráče, který kryje útočníka s míčem. Filosofie zónové obrany tkví především v celé týmové spolupráci a v organizaci vztahů mezi všemi hráči družstva v době, kdy nemá míč pod kontrolou.

### **Zesilování krytí**

Na krytí je založená podstata agresivního bránění zónových obran. Jde o činnost velmi aktivní a náročnou (kondičně, takticky), při níž obránci zcela záměrně zvyšují tlak na útočníka s míčem a tím vytvářejí situace kdy přečíslení inkriminovaný prostor.

### **Herní situace**

Jde o souhrn všech činitelů představující pro hráče herní úkon. Těmito činiteli jsou například nejbližší soupeř, další soupeři, míč, nejbližší spoluhráč, další spoluhráči, postavení hráče vzhledem k vlastní brance, k míči, ostatním hráčům a k důležitým územím na hřišti, zejména pokutovém. Ve spolupráci celého týmu platí zásada, že obránce jako jednotlivec není zodpovědný pouze za svého přiděleného soupeře nebo území, ale přebírá zodpovědnost za okamžité řešení celé herní situace a za její výsledek.

### **Herní kombinace**

Za herní kombinace považujeme akce dvou nebo více hráčů, kteří svou záměrnou spoluprací řeší nastalý herní úkol. Jinými slovy jsou to akce vyplývající ze hry celého družstva, při nichž krátkodobě spolupracuje skupina hráčů. Tato práce se zaměřuje analýzu kombinací obranných:

- Kombinace založené na vzájemném zajišťování
- Kombinace založená na přebírání hráčů
- Kombinace založená na zesíleném obsazování hráče s míčem



### 2.4.2. Systémy hry

V obranném herním systému má každý z hráčů stanovený úkol, který zapadá do rámce hry celého týmu. Stanovením tohoto úkolu se hráč většinou pohybuje jen na určitém prostoru. Tomu říkáme, že mužstvo používá určitý systém, jímž rozumíme základní a hlavní způsob vedení celého týmu ve hře, či jejich fázích. Systém hry umožňuje organizaci všech hráčů v týmu v průběhu hry a organizaci jejich vztahů. Úkolem hráčů v herních systémech je zajistit rovnoměrné obsazení celé plochy hřiště dodržováním určitých základních principů při hře. Rozestavení hráčů v těchto systémech prošlo velkým vývojem. Došlo k prohlubování organizace hry, variabilitě a dynamičnosti v obsahu činnosti. Hlavním rozdílem oproti systémům používaných v dnešní době byl počet útočných hráčů, který začínal pěti či dokonce sedmi útočníky. Postupem času se přes systém 4:2:4 vykrystalizovaly systémy 3:5:2 – 4:4:2 - 4:3:3, jež jsou dnes v různých obměnách používány prakticky výhradně.

Systémy obranné hry dělíme na:

- Systém zónové obrany
- Systém kombinované obrany
- Systém osobní obrany

### 2.4.3. Principy obranné řady čtyř

Hlavním cílem v rozestavení čtyřčlenné obranné linie je především vytvořit přečíslení v blízkosti míče, aby mohlo dojít k jeho vybojování ve hře dva proti jednomu. Na místo individuálního souboje útočníka s obráncem nastupuje tedy v obranné fázi součinnost pozicních skupin. Tyto pohyby vykonávané ve směru k míči umožňují obráncům napadání držitele míče ze všech stran, jinými slovy ideálně ho obstoupit. Zónová obrana je založená hlavně na maximálním koordinovaném herním úsilí všech hráčů. Zásadním znakem je vytváření trvalého tlaku na soupeře s míčem. Moderní zónová obrana je postavená na principech zúženého herního prostoru, a to jak do hloubky, tak do šířky.

Typickým znakem zónové obrany je vytváření pressingových situací, tedy přečíslování soupeře dvěma až třemi hráči, a v neposlední řadě konstruktivní odebrání míče s cílem rychlého založení protiútoků. V případě ztráty míče se všichni hráči okamžitě musí přeorientovat na bránění a nejbližší hráči kolem míče okamžitě napadat soupeře a zúžit tím v jeho manévrovací prostor.

Cíle obranné linie čtyř podle D. Jeandupeuxe:

- vybudování kompaktního svazku proti útočným akcím soupeře
- zúžení hracího prostoru koordinovaným rozdělením prostoru a úzkým spojením mezi jednotlivými články mužstva
- rychlé vybojování míče k založení vlastních útoků
- účinnější a snažší přechod do útoků z určitého základního uspořádání

Dalším velmi důležitým aspektem zónové obrany jsou rychlé a pružné přechody z prostorového bránění do osobních soubojů (hlavně jeden na jednoho) a naopak.

K základním principům zónové obrany podle Buzka patří:

- aktivní obrana – pohyb k míči a jeho získání
- kompaktní koordinovaný pohyb – takticky řízený pohyb všech hráčů směrem k míči zajištěný pohybem celku nebo částí celku
- rychlý pohyb obrany vpřed – cílem je oddálit aktuální nebezpečí co nejdále od vlastní branky
- vzájemná komunikace – jde o řízení koordinovaného pohybu v herních situacích

Zónová obrana se praktikuje do rozestavení 4-4-2, 4-3-3, 3-5-2, které se často mění v návaznosti na výsledek utkání a jeho část.

### **System 4-4-2**

Linie čtyř obránců se pohybuje stále na jedné čáře spolu se spoluhráčem, který právě atakuje útočníka. Čtyřčlenná záloha se také přesouvá na stranu blíže k míči tzv. „silnou stranu“ a napadají hráče s míčem ve spolupráci se čtyřčlennou obrannou řadou. Tato základní taktická koncepce se samozřejmě dá pružně měnit podle vytyčeného cíle hráčského potencionálu a stavu utkání. Tato herní koncepce klade zejména v defenzivě vysoké nároky na „herní inteligenci“ každého hráče a jeho schopnost soustředit se. Ani jeden z hráčů nesmí v žádném okamžiku nepřerušené hry „vysadit“.

Všichni hráči se tedy musí přesouvat s míčem a stále kontrolovat a upravovat postavení spoluhráčů a protihráčů. Mezi další důležité prvky tohoto systému, a pro tuto defenzivní koncepci, patří kázeň hráčů, anticipace, vůle k výkonu, velká duševní pružnost, tvořivost, pohotovost k učení, sebekritika a v neposlední řadě kolektivní myšlení a jednání. Všichni hráči v tomto systému musí být připraveni nést odpovědnost za útočnou i obrannou fázi.

Cílem prostorové čtyřčlenné obrany je aktivní bránění. Jde o bránění, které útočnou hru soupeřova mužstva vědomě směřuje do určitých pásem hřiště, kde pak dochází k rozhodnému atakování hráče s míčem. Ten je obklopen a tísněn tak, aby se z této situace nemohl dostat ani kličkou, ani přihrávkou. Platí tudíž, že v blízkosti míče se nebrání prostor, ale hráči naopak musí vyhledávat a rozhodně bojovat proti soupeři v situaci jeden na jednoho nebo v přečísleních a agresivně vyhledávat souboje. Úspěšné atakování hráče s míčem se může zdařit jen v případě, kdy není kryt pouze hráč s míčem, ale i hráči v blízkosti míče a předvídaní následného jednání soupeře. Je tudíž nutné zabránit přihrávkám, jež pomohou mužstvu soupeře vymanit se z tísně. Cílem bránícího družstva je tedy nejen přerušit soupeřovu akci, ale rovněž zmocnit se vždy míče

. Každý hráč tohoto systému je zodpovědný za situaci, která se stane před ním, nebo vedle něho a současně v určitém smyslu za sousedního spoluhráče. Důležitá je proto organizace a hlasité vzájemné usměrňování a koučování. V zónové obraně mužstva není důležité pouze reagovat na útočné akce soupeře, nýbrž svým jednáním snížit útočné možnosti soupeře a řídit je svým směrem.

Každý hráč svou hrou v defenzivě nutit soupeře s míčem k tomu, aby na své soupeře hrál míč do strany a na polovině bránícího mužstva dovnitř. Pro správné fungování systému 4-4-2 je důležitý odstup mezi hráči 10m jak do šířky tak i hloubky. To je vzdálenost umožňující vzájemné zabezpečení. Dalším z předpokladů jsou shodné pohyby stejného směru všech bránících hráčů podle pohybu míče.

Pokud je to jen možné, nesmí se cesty obránců překřížovat a obránci zůstávají ve svém hracím prostoru, protože zvětšení prostoru mezi oběma obránci zvyšuje možnosti pro útočné snahy soupeře. Možnosti variací systému 4-4-2 jsou například systém 4-5-1 nebo 4-3-3.

Zásady územní obrany podle Starzmanna:

- První zásada – **všichni**

Prostorová obrana zaměřená na míč je odkázána na plnění úkolů, jak hráčů v obraně, tak v útoku a to v každé herní situaci po celých devadesát minut.

- Druhá zásada – **vždy**

V případě ztráty míče je nutné, aby celého mužstvo přepojilo na obranu.

- Třetí zásada – **kompaktně**

V systému prostorové obrany může mužstvo soupeři kvalitně čelit pouze kompaktním stmelením družstva ve vzdálenosti 30-40 metrů mezi útokem a obranou.

#### 2.4.4. Úkoly hráčů a jejich skupin v systému zónové obrany

##### **Činnost brankáře**

Má-li čtyřčlenná řada fungovat, potřebuje brankáře, který hraje s mužstvem. Stává se prakticky dalším „liberem“. Činnost brankáře spočívá v zásahu při dlouhých míčích soupeře, nebo nezdařené ofsajdové pasti při „forčekování“ svého mužstva.

##### **Činnost obranné řady**

Upořádání čtyřčlenné obranné řady je tvořena dvěma krajními a dvěma středními obránci. Všichni tito hráči jsou zodpovědní za své prostory na hřišti a po vniknutí soupeře do „jejich“ prostoru jejich povinností vytvářet spolu s nejbližšími spoluhráči tlak na soupeře pomocí přečíslení.

##### **Požadavky na střední obránce**

Funkce středního obránce v defenzivě spočívá hlavně ve vykrývání nejnebezpečnějšího prostoru, tj. prostoru středního. Jejich úkolem je většinou organizace hry v defenzivě.

Důležitou roli hraje jejich spolupráce ve vzájemném zajišťování, přebírání protihráčů a zdvojování prostoru. Ideální moderní střední obránce by měl mít dobré výškové parametry (nebo aspoň jeden z dvojice), výborné taktické myšlení (hlavně předvídání vývoje situace) a - ostatně jako každý hráč moderního fotbalu - výborné rychlostní a silové předpoklady. Obránce se povětšinou dopouští chyb v herní situaci, pokud je nepředloženě agresivní, nebo nevytvoří patřičné zhuštění středu.

## Požadavky na krajní obránce

Úkolem krajních obránců, kromě odpovědnosti za svůj herní prostor, je odstupování ze slabé strany do středu hřiště a pomoc spoluhráčům, ať již jde o stopera nebo záložníka v situacích přečíslení. Moderní krajní obránce pro potřebu vrcholového fotbalu nemusí oplývat velkými výškovými parametry. Ovšem jeho nároky na dynamickou rychlost, sílu v osobních soubojích a výbornou kondiční připravenost jsou pro krajní obránce vrcholové úrovně nutností. Podle Strazmanna (1998) „*křídelní obránce přebírá hroty útoků nebo středopolaře, kteří vniknou do jeho prostorů a ukazují se pro přihrávku na křídle*“. Je tedy odpovědný za svůj prostor (povětšinou je to na kraji hřiště) a spolupráci s nejbližšími spoluhráči.

## Činnost středové formace

Středová formace zpravidla nehrává v jedné řadě jak je tomu u obranné čtyřky, ale své rozestavení většinou mění podle způsobu hry a výsledku utkání. Postavení může být do kosočtverce nebo z dvojicí defenzivních hráčů (viz. sledovaná utkání FC Chelsea). Středová formace je, dá se říci, poslední instancí před obranou řadou a jejím úkolem je co nejvíce pomáhat a spolupracovat nejen s obranou ale i útočnou formací.

## Požadavky na střední středové hráče

Zpravidla nastupují jeden defenzivní jeden ofenzivní. Hlavním úkolem středního středového hráče je zhušťování středu hřiště, vytváření přečíslení a vytlačování soupeře do krajů hřiště. Moderní střední záložní hráč by měl být skvěle vybaven po technické (i pod extrémním tlakem), taktické a kondiční stránce. Měl by mít schopnost řídit hru.

## Krajní středový hráč

Úloha krajních středových hráčů v mužstvu je velmi důležitá zejména z hlediska napadání soupeře s míčem v připravených zónách po stranách hřiště. Kromě odstupování ze slabé strany taktéž vypomáhají nejbližším spoluhráčům v situacích přečíslení.

## Požadavky na krajní středové hráče vrcholové úrovně

Požadavky na tento typ hráče jsou kladeny především na dobrou kondici, výbušnou rychlost, silové schopnosti a dobré taktické předpoklady.

## Činnost útočné formace

Základní pravidlo dvojice útočníků je hrát u sebe maximálně deset metrů, jsou prvními hráči v systému narušujícími hru soupeře. Jejich pohyb spočívá v atakování protihráčů na straně míče. Svým způsobem „tlačí“ hráče soupeře do pressingových zón u postranní čáry. Útočící hráči v systému zónových obran nesmějí dovolit „vyběhnout“ jednoho ze středních obránců soupeře s míčem u nohy a snaží se zabránit kolmým přihrávkám do středu.

### 2.4.5. Teorie pressingu

Pod pojmem pressing ve hře rozumíme situaci, kdy se mužstvo soupeře dostane cíleně pod tlak. Soupeř se dostává pod tlak tehdy, když se vlastní vinou přivádí do obtížných situací např. nepřesnou přihrávkou, přihrávkou do výše hlavy, driblingem s míčem vzad, nebo pokusem o dribling proti početní převaze. Pressing je charakterizován zúžením herního prostoru pro hráče útočícího mužstva a vytvořením přečíslení dva na jednoho. Úkolem je tudíž konstruktivně připravit soupeře o míč, nebo mu alespoň zabránit jeho přihrávce spoluhráčům v blízkosti. Pressingu se musí zúčastnit i nejbzdálenější hráč od míče.

### Formy pressingu

Podle vzdálenosti od branky můžeme rozdělit pressing na pressing obranný, příčný ve středu pole a útočný pressing. Obranný pressing před vlastní brankou (v pozorování nejčastější) - Bráničův mužstvo se stáhne před vlastní pokutové území a postaví blok proti útočným snahám soupeře. Důležité je zastavit soupeře nejpozději dvacet pět metrů před vlastní brankou.

## Chyby při pressingu

- Na pressingu se nepodílejí všichni hráči
- Hráč s míčem je napadán ukvapeně a může být kličkou oklamán
- Hráč s míčem má čas na tzv. alternativní jednání (čas na přesnou přihrávku nebo pas) díky pomalému nabíhání bránícího hráče
- Pressing neprovádějí všichni hráči
- Bránící hráči přizpůsobí pozdě nebo vůbec správné postavení nové herní situaci

## 3. Cíle a úkoly

### Cíl práce

Cílem této práce je odhalit „chybná řešení“ v obranné fázi objevující se v utkáních té nejvyšší obtížnosti a na základě zjištěných poznatků se pokusit najít a stanovit didaktické formy cvičení pro odstranění vzniklých chyb ve výkonu mužstva jako celku a současně hráčů jako jednotlivců. Cílem naší práce není zaznamenávat důsledky chybných řešení, tedy počet střel, centrů, gólů, šanci. Práce má za úkol odhalit nejen tyto situace, ale zároveň také ty, jež byly v zápětí napraveny, nebo chybně vyřešeny útočícím mužstvem.

### Úkoly

- 1) Studium literatury vztahující se k tématu diplomové práce potřebné k realizaci našeho výzkumu.
- 2) Vybrat a pořídit videozáznamy z utkání FC Chelsea.
- 3) Na základě určitého předběžného výzkumu navrhnout a vypracovat záznamové formuláře pro zaznamenávání vybraných kvantitativních|kvalitativních kategorií. 79
- 4) Na základě pozorování (videozáznamu) odhalit chybná řešení vyskytující se ve hře jednotlivých hráčů, skupin hráčů a celého týmu.

- 5) Výsledky tohoto sledování zobecnit a navrhnout formy cvičení pro tréninkový proces, s ohledem na odstranění nalezených chyb.

### **Hypotéza**

Chybná řešení, která se opakují, se objevují ve výkonu i v tom nejkompaktnějším týmovém fotbalovém výkonu. Každá chyba, ať již individuální, skupinová nebo týmová, může mít rozhodující podíl na výsledku, a tím, na úspěšnosti družstva v daném utkání. V obranné fázi předpokládáme velkou četnost chyb v individuálním a skupinovém herním výkonu, hlavně ve faktorech taktiky.

## **4. Výzkumná část**

### **4.1. Použité metody**

Hlavní použitou metodou je metoda nepřímého pozorování. Konkrétně rozpoznání a uvědomění si vzniklých problémů a následný popis těchto situací. Za důležité při pozorování považujeme selektivní (výběrové) vnímání, samozřejmě při zachování potřebného kontextu nastalých událostí. Podle Psotty (2003) patří mezi výhody nepřímého pozorování fakt, že umožňuje hodnocení bez časového stresu a jiných rušivých faktorů prostředí, navíc s možností opakovaného pozorování stejných sekvencí. Vědecké pozorování bývá podle klasifikačních kritérií členěno, na kvantitativní a kvalitativní, prosté a experimentální, aktivní a pasivní, přímé a nepřímé, sebezpozorování a pozorování druhých, pozorování pomocí přístrojů a bez pomoci přístrojů, krátkodobé a dlouhodobé pozorování.

Mezi podmínky úspěšného pozorování patří jeho objektivita a cílevědomost. Pozorování má být dále podrobné a důkladné, systematické a plánovité a také spojené s aktivním myšlením tzn. zdokonalování pozorování zařazování nových operativních řešeních. Kvalita pozorování úzce souvisí s vědomostmi o sledované problematice. Musí ji tedy předcházet důkladné prostudování materiálů vztahujících se k příslušnému tématu. V neposlední řadě je potřeba formulovat výsledky pozorování.



V naší práci byla použita forma nepřímého pozorování druhých, tedy extrospekce z pořízených záznamů vybraných utkání, videozáznam umožňuje analýzu zejména skupinových činností, detailů při řešení herních situací, příčin ztrát míčů apod. Hodnocení poskytuje velké množství detailních informací o sledovaných herních situacích mužstva, skupiny i jednotlivců. V námi provedené analýze jsme se snažili o využití praktických zkušeností hráče vrcholového fotbalu. Pozorované objekty jsme se snažili předem vymezit pomocí kategoriálního systému, který byl však v průběhu práce dále pozměňován a upravován. Forma našeho pozorování byla jednoznačně zaměřena na výzkum kvalitativní.

### **Kvalitativní výzkum**

Pojem kvalitativní výzkum ve sportovních hrách označuje výzkum, jenž se zaměřuje na to, jak se jednotlivci a skupiny projevují v určitých momentech a situacích utkání podle jiných kritérií může být jako kvalitativní výzkum označován rovněž výzkum, který neutilizuje statistických metod a technik. V tomto pojetí stojí v opozici k výzkumu kvantitativnímu. Kvalitativní výzkum se snaží interpretovat řešení herních činností jednotlivců skupin a týmu. Využívá se podrobný popis herních situací s ohledem na porozumění jejich chování v nastalých herních situacích. Kvalitativní analýzou rozumíme numerické organizování dat s cílem odhalit témata, pravidelnosti, datové konfigurace formy, kvality a vztahy (Hendl 1997). Při kvalitativním výzkumu se neredukuje počet proměnných ani vztahy mezi nimi. Dá se říci, že analýza vychází z velkého množství informací o malém počtu jedinců. Úkolem tohoto typu výzkumu je zachycení toho, jak účastníci (hráči) vzniklou situaci interpretují. Kvalitativní výzkumníci považují za rozhodující tu realitu, která je konstruována zkoumanými jedinci. Z toho vyplývá, že v jedné situaci existuje mnoho realit, jinými slovy : každá herní situace má hned několik možných řešení. Kategoriální systémy a teorie jsou vytvářeny na základě získaných dat, což zajišťuje skutečnost, že vzniklé teorie jsou úzce kontextově spojené se zkoumaným jevem.

Podstatná vlastnost kvantitativního výzkumu je možná zobecnitelnost.

### **Kategoriální systém**

Pro potřeby naší výzkumné práce bylo potřeba vytvořit kategoriální systém tedy popisný systém pro systematickou klasifikaci a rozřídění dat. Tento systém zde vychází především z nashromážděných dat našeho předběžného výzkumu, v průběhu šetření byly některé kategorie přidány a jiné vypuštěny.

Specifikace těchto kategorií je následně podrobně popsána. Naší snahou bylo co nejpřesněji a nejpravdivěji popsat chybná řešení a označit co nejlépe všechny jejich příčiny hlavního podílu na chybných řešení ve výkonu družstva.

### **Předmět pozorování**

Situace hodnocené a pozorované se výlučně týkají činností obranných. Obranná činnost začíná ztrátou míče z držení a končí získáním míče do držení vlastního. V pozorování jsme hodnotili herní situace, při nichž došlo k chybnému řešení, ať již jednotlivce, skupiny nebo týmu bez ohledu na to, zda chyba byla, či nebyla využita nebo napravena. Sledované herní situace byly zaznamenávány v podobě informací kvantitativního i kvalitativního charakteru. Velmi často se na chybném řešení podílelo více hráčů. Snažili jsme se tedy tyto chyby důkladně rozebrat pomocí kvalitativní analýzy a určit, velikost a závažnost podílu na nich. Ty jsme pak zachytily pomocí škál viz. dále. Analýzou, která byla provedena v předběžném výzkumu jsme na základě pozorování stanovili následující kategorie nejčastější chybovosti ve výkonu.

#### **4.1.1. Kategorie pozorování**

Kategorie pozorování vznikaly v průběhu celého sledování a byly prakticky stále upravovány, přidávány a odebírány v závislosti na jeho průběhu a nalézání nových souvislostí v pozorování.

Situace byly pozorovány jen na polovině bránícího družstva a dvaceti metrech poloviny útočící. Zaznamenávány byly také chyby vyskytující se při standardních situacích soupeře a označeny ve formulářích písmenem *S*, v přílohách výsledkové části ovšem nakonec zahrnuty nebyly. Nezabývali jsme se chybným jednáním brankáře.

## Chybné herní činnosti

- **Destruktivní odebírání míče** - za chybné byly považovány situace, které měly za důsledek přerušení útoku soupeře bez možnosti (záměru) založení útočné fáze. Dále byly rozčleněny dle způsobu tedy na držení soupeře, do zámezí a nedovolené zastavení soupeře v rozporu s pravidly považované za „zbytečné“ z hlediska účelnosti. To jsme dále rozčlenili podle způsobu provedení soubojů, a to na 1) hlavičkový souboj na zemi nebo ve výskoku a 2) souboj nohou ve stoji nebo ve skluzu.
- **Odvracení míče soupeři** – rozšíření skupiny destruktivního odebírání míče soupeři. Tato kategorie vznikla až v průběhu šetření. Šlo o situace bez přímého kontaktu se soupeřem s možností jeho vzdáleného působení, tlaku, na odvracejícího bránícího hráče. Další rozčlenění podle provedení soubojů je totožné s předcházejícím a to na hru hlavou či nohou.
- **Hráč soupeře má čas na konstruktivní přihrávku směrem do předu nebo do šance** – Do této skupiny patří všechny situace v nichž podle našeho názoru obránci včas nepřistoupili, nebo důsledněji neatakovali hráče soupeře s míčem a dali mu tak čas a prostor pro vytvoření nebezpečné situace pomocí dlouhé přihrávky, nebezpečného centru nebo kolmé přihrávce za střední či obrannou řadu nevytvořením potřebného tlaku a presu na soupeře s míčem. Byly evidovány jen přihrávky směřující na hráče soupeře, a to i nezdařené, ale pouze v případě, že přečíslení obránců u „adresáta přihrávky“ nebylo trojnásobné.
- **Chybné řešení situace 3:3, 3:2, 3:1, 2:2...** - Jedná se o chyby objevující se v situacích přečíslení soupeře, nebo v situaci, kdy je počet hráčů vyrovnán a nedošlo k zřejmému pochybení ve spolupráci skupiny spoluhráčů. Zaznamenávali jsme rovněž skutečnost, zda chyba nezačala u týmové spolupráce nebo jednotlivce s určením podílu na situaci.
- **Chybné řešení v herním výkonu** – Do této kategorie zahrnujeme chyby v týmovém a skupinovém výkonu bránícího družstva, které jsme dále kvalitativně rozdělili, na:
  - Neúspěšný pressing - mužstvo nebo skupina hráčů neúspěšně aktivně napadá kombinujícího soupeře. Brány v potaz byly i situace neúspěšného pokusu a vystavení soupeře do postavení mimo hru.
  - Nekompaktní blok – situace, kdy soupeř s míčem má dostatečný manévrovací prostor na polovině bránícího družstva a na vině je velký odstup bránících hráčů či formací (deset metrů a více)

- Pomalé přesunutí bloku - soupeř vyřeší situaci rychlým přenesením těžiště hry na opačnou stranu a bránící družstvo reaguje pozdě. Soupeř má tak možnost pro vytvoření nebezpečné situace
- Pasivní blok – formace obránců a záložníků je hluboko na své obranné polovině ve svém pokutovém území, a tím dovoluje soupeři přistoupit s míčem do nebezpečných prostor. Radíme sem i situace ustupování řady a nevyrazení, nebo pozdní vyrazení proti soupeřově pokusům o střelu
- **Prohraný souboj 1:1** – situace, ve kterých vyšel při souboji jeden na jednoho vítězně soupeř, a to bez hledání spojitostí týkajících se pokračování situace. Tyto zaznamenané situace byly dále rozčleněny, s ohledem na fakt zda se jednalo o souboj hlavičkový na zemi nebo ve výskoku, po případě o souboj, kdy míč je na straně soupeře a ten je v postavení vůči obránci zády, čelem nebo ze strany.
- **Neobsazený hráč soupeře s míčem** - všechny situace, v nichž byl hráč soupeře volný, s míčem či na něho směřoval. Další kategorizace se týkala prostoru, ve kterém se protihráč ocitl volný: prostor „V“ - hráč soupeře je volný v pokutovém území a těsně kolem něho viz přílohy obrázků. 1, prostor „K“ – hráč soupeře je volný kolem pokutového území až do vzdálenosti, v níž je možno ohrozit branku soupeře, viz přílohy obr. 2. V úvahu je brána i skutečnost zda k této herní situaci došlo po míči náhodně odraženém ze souboje nebo odvrácenému ze strany bránícího mužstva, či zda šlo o vědomě vypracovanou akci mužstva útočícího.
- **Neobsazený hráč soupeře (v prostoru „V“)** - je podle našeho názoru v prostoru, který je hlediska ohrožení brány nejnebezpečnější. Jeho další kategorizace kromě již zmíněného způsobu vzniku situace tedy náhodného, nebo vypracovaného soupeřem byla podle způsobu chování a využití situace protivníkem a to na střelbu, sťuknutí spoluhráči, otočení se s míčem nebo obejití bránícího hráče.
- **Neobsazený hráč soupeře (v prostoru K“)** - prostor dále od branky bránícího mužstva, který je ovšem nebezpečná pro střelbu ze střední vzdálenosti, nebo provedení „finální“ přihrávky do šance. Tuto kategorii jsme dále rozdělili podle toho zda situace vznikla po vědomé akci soupeře, nebo po odraženém míči a dále jsme brali v potaz fakt, zda hráč byl „volný“ měl tedy dostatek času na zpracování míče a další jednání, nebo zda byl krytý (nedůsledně) a byl na něho vytvářen tlak, či nikoli.

## Závažnost chybného řešení

Prakticky na každém chybném řešení námi sledovaných herních situací se podílelo hned několik chybných řešení v herních činnostech (nejen v nich, ale také v indikátorech IHV viz dále). Z velké části se jednalo o návaznost a závislost chyb v herních situacích, a to nás vedlo k tomu vymežit také závažnost chyby. Ve většině případů docházelo v akcích soupeře k sérii chyb různé závažnosti. Z tohoto důvodu byla v určitých případech evidována střela na branku jako menší chyba, nežli nezabránění kolmé přihrávce či prohranému osobnímu souboji. Střelu je totiž možné vidět jen jako důsledek předchozí velké chyby, na kterou už spoluhráči nemohli ani s vypjetím všech sil reagovat. V opačném případě, pokud byla chyba napravena např. skvělým čtením hry spoluhráče, nebo protihráč chybného řešení nevyužil a naopak on chyboval ve vedení útoku, byla brána jako závažná. Na toto všechno to jsme se snažily brát v určování závažnosti chyb ohled. Další zvážení závažnosti bylo učiněno z hlediska prostoru, v němž se chyba stala. Kolem poloviny hřiště byla stejná chyba posuzována méně závažně nežli chyba v prostoru „V“. Dále jsme podle závažnosti posuzovali také možnosti, které má bránící mužstvo k napravení chyby. Čím je těchto možností méně, po případě žádná, tím je logicky závažnost chyby větší.

Pro zaznamenávání závažnosti chyb jsme použili geometrických tvarů :

- čtverec se žlutou výplní označuje herní činnost podílející se na chybném největší měrou. Jde tedy o chybu nejzávažnější.
- čtverec bez výplně je znakem chyby v herní činnosti, která není z našeho pohledu tak závažná, ale i ona je pro nás stále dost kritická.
- kruh bez výplně označuje chybné řešení herní činnosti, která má na pozorované situaci ten nejmenší podíl, tedy skoro zanedbatelný většinou tyto chyby lze většinou snadno napravit. K vytvoření nebezpečné situace soupeře přispívají nejméně.

## Indikátory individuálního herního výkonu

Indikátory individuálního herního výkonu (dále IHV) určují ukazatele, které se na chybě podílely a v jakou měrou. Velmi často se na jedné chybě z našeho pohledu podílely dva někdy či tři z indikátorů IHV společně, proto jsme přistoupily k označení každé z chyb pomocí barevného rozlišení, čímž bylo možno zaznamenat jak herní činnosti, tak všechny indikátory, které se na pozorované chybě podílely viz dále. Například v případě chyby pouze v technickém provedení byla chyba označena klasicky černou barvou. Byla-li chyba zapříčiněna, podle našeho názoru technickou a taktickou stránkou IHV současně rozlišili jsem v tabulkách barevně podíl velikosti jednotlivých faktorů.

V závěrečném vyhodnocení výsledků se tedy objevují kategorie IHV tak zvané sloučené. V praxi to při podílu dvou IHV faktorů v jednom chybném řešení znamená vznik sub kategorií, na příklad technicko-taktické, přičemž první v pořadí je zapsán závažnější (více se podílí) faktor v chybném řešení. V záznamových formulářích jsme proto pomocí barev odlišili tzv. stupeň podílu faktorů IHV na chybách jednotlivců skupiny či týmu, a to tak, že:

Barva červená - největší podíl na chybě

Barva modrá- podíl na chybě méně důležitý

Barva zelená- nejmenší podíl na chybě

V průběhu sledování jsme ve výsledné části, vzhledem k jejich nepatrnému výskytu upustili od zaznamenávání subkategorií v chybných situacích na nichž se podílejí hned tři faktory současně (příklad - Technicko-takticko-kondiční) a to pro jejich vcelku nepatrný výskyt. Tyto situace zjednodušeně předkládáme dále jen v kategoriích tzv. dvou faktorových. Třetí faktor s nejmenším podílem, nebyl v konečném hodnocení zaznamenáván. Ve formulářích uvedených v přílohách jsme ho však evidovali. Základními indikátory jsou:

**Technika.** Příčina chyby byla ve špatném nebo nedokonalém technickém provedení.

**Taktika.** Příčina chyby tkví v nesprávném výběru optimálního řešení nastalé situace, je způsobena nedorozuměním se spoluhráči, špatném obranném postavení, chybném odhadu v řešení situace, chybném výběru místa apod.

**Kondice.** Chybné jednání bylo zapříčiněno pomalou reakcí, nedostatečnou rychlostí, výbušností či obratností, popřípadě fyzickou únavou.

**Psychika.** Chyba nastala v důsledku podcenění, nervozity, nepozornosti, špatné orientace. Jedná se o velmi těžce prokazatelný faktor pomocí nepřímého pozorování. V tomto případě jsme se snažily o v cítění do situace na základě vlastních zkušeností a jsme si plně vědomi určité problematičnosti tohoto posouzení.

Jak jsme se již zmínili, klasifikace těchto základních indikátorů, byla v průběhu pozorování jednotlivých utkání pro větší přesnost a vystižení chybných řešení rozšířena. Na jednotlivých chybně řešených situacích se projevuje několik faktorů IHV najednou, chtěli jsme tudíž tyto faktory identifikovat co nejpřesněji. Naším původním záměrem bylo popsat všechny faktory, které se na chybě podílí. Vzhledem k získaným výsledkům a z důvodu větší přehlednosti jsme se rozhodli poukázat ve výsledkové části u jednotlivých chyb pouze na dva, jež k dílčímu selhání nejvíce přispívají. Základní indikátory byly tedy spojeny v páry, první faktor nese podíl rozhodující, druhý pak tedy menší. Vznikly tak faktory IHV technicko-taktické, Takticko-psychické Takticko-kondiční a další.

Chybné řešení v herních výkonech jsme rozdělili na výkon Individuální, skupinový a týmový

**Individuální herní výkon** - na chybném řešení se podílí pouze jeden bránící hráč

**Skupinový herní výkon** - na chybném řešení se podílí skupina hráčů, více než jeden, méně než šest.

**Týmový herní výkon** - na chybném řešení se podílí celý tým, nebo jeho větší část.

V průběhu pozorování jsme opět dále tyto kategorie specifikovali. V mnoha případech se totiž nejednalo o jen o chybu v jednom z popsaných herních výkonů. Byly zaznamenávány podobně jako u IHV jako dvojice např. individuálně-skupinový, kdy opět prvně jmenovaný nese větší podíl na chybě.

### **Stupeň obtížnosti situace**

Nebo-li obtížnost situace ve které hráč chyboval. Herní situace objevující se v pozorovaných utkáních se také do značné míry lišily také v obtížnosti, tedy vzhledem k nárokům na jejich vyřešení. V pozorování byly rozlišovány: kolik času má hráč na vyřešení nastalé situace, na pozici bránícího hráče a jeho spoluhráčů vůči protihráčům a míči. Byla rozčleněna do čtyř stupňů:



↓ - hráč není pod tlakem soupeře ani času, a nabízí se mu řada možností, jak situaci vyřešit. Situace je snadná, tedy nenáročná na vyřešení

↕ - situace obtížnější hráč je pod tlakem od soupeře i tak také času. Ovšem situaci lze dobře vyřešit

I - velmi náročná na řešení, kdy hráč je pod velkým tlakem soupeře a času situace se dá označit jako velice těžko řešitelná.

II - extrémně náročná situace, kdy je hráč pod obrovským tlakem nejen od protihráčů, ale současně času zareagovat a většinou reaguje intuitivně a reflexivně.

#### 4.1.2. Sledovaná utkání



FC Barcelona vs. FC Chelsea 1 : 1 (0 : 0)

utkání hrané 7.3. 2006 stadion Nou Camp

Góly: 79. Ronaldinho - 92. Lampard (pen.)

#### Sestavy:

Barcelona: Valdes, Oleguer, Puyol, Marquez, van Bronckhorst, Deco, Edmilson, Motta, Messi (25. Larsson), Eto'o, Ronaldinho

Chelsea: Čech, Ferreira, Carvalho, Terry, Gallas, Makelele, J. Cole (83. Huth), Lampard, Surf (58. Gudjohnsen), Robben, droga (58. Crespo)

ŽK: Motta, Puyol – J. Cole



Druhé utkání osmi finálového souboje těchto gigantů. FC Chelsea přijela s pasivním skórem z prvního utkání, a to 2:1 ve prospěch Barcelony. Tento výsledek tedy velel, mužstvu J. Mourinho přijet s ofenzivním pojetím hry. Obraz hry v utkání tomu však vůbec neodpovídal. Byla to naopak Barcelona, která diktovala tempo hry, a častěji byla na polovině soupeře. Je pravda, že převaha byla spíše platonická bez toho, aby si vytvořila vyložené šance na vstřelení branky. Utkání na konec skončilo nerozhodně a postup si zaslouženě vybojovala Barcelona.



**FC Barcelona vs. FC Chelsea 2 :1 (0 : 1)**

**utkání hrané 23.2. 2005 stadion No Camp**

**Góly: 66. MaxiLópez, 74. Eto'ó-33. Belletti**

**Sestavy:**

**Barcelona: Valdés, Belletti (84. Gerard), Puyol, Márquez, Van Bronckhorst, Deco, Albertini (56. Iniesta), Xavi, Giuly (63. Maxi), Eto'ó, Ronaldinho**

**Chelsea: Čech, Ferreira, Terry Carvalho, Gallas, Tiago (90. Smertin), Makelele, Lampard, J. Cole (69. Johnson), Drogba, Duff (75. Gudjohnsen)**

**ŽK: Drogba**

**ČK: 55.Drogba**

Opět osmifinálové dvojutkání stejných týmů ovšem úvodní. Chelsea vycházela celý zápas, možná až z přehnané defenzivy, která byla ještě umocněna vyloučením Drogby v padesáté páté minutě. V závěru byla obrana FC Chelsea opravdu přetížena, a i když zónová obrana je schopná obstát i proti přečíslení, byl na tak širokém hřišti, a proti tak skvěle technicky vybavenému soupeři výsledek 2 : 1 v její neprospěch ještě velmi "milostivý".



**FC Chelsea vs. FC Barcelona 4 : 2 (3 : 2)**

**utkání hrané 8.3. 2005 stadion Stamford Bridge**

**Góly: 8. Gudjohnsen, 17. Lampard, 19. Duff, 76. Terry 26., 38. Ronaldinho**

**Sestavy:**

**Chelsea: Čech, Ferreira (51. Johnson), Terry, Carvalho, Gallas, J. Cole, Makelele,  
Lampard, Surf (85. Huth), Kežman, Gudjohnsen (78. Tiago)**

**Barcelona: Valdes, Belletti (84. Giuly), Puyol, Oleguer, van Bronckhorst (46. Silvinho),  
Gerard, Xavi, Deco, Iniesta (85. Maxi Lopez), Eto'ó, Ronaldinho**

**ŽK: Ferreira, Kežman, Johnson-van Bronckhorst, Xavi**

Mimořádné utkání určitě bude ozdobou ještě mnoho let. Domáci museli dohánět náskok z Barcelony, a to se jim velice brzy podařilo. Na úžasný nástup Chelsea a průběžný stav 3 :0, odpověděla však Barcelona, ještě do přestávky dvěma góly Ronaldinha.

Druhý poločas už nebyl z obou stran tolik ofenzivní. Bylo to takové "čekání na chybu". Z vítězství a postupu se nakonec radovala Chelsea po skvěle vyřešené standartní situaci.

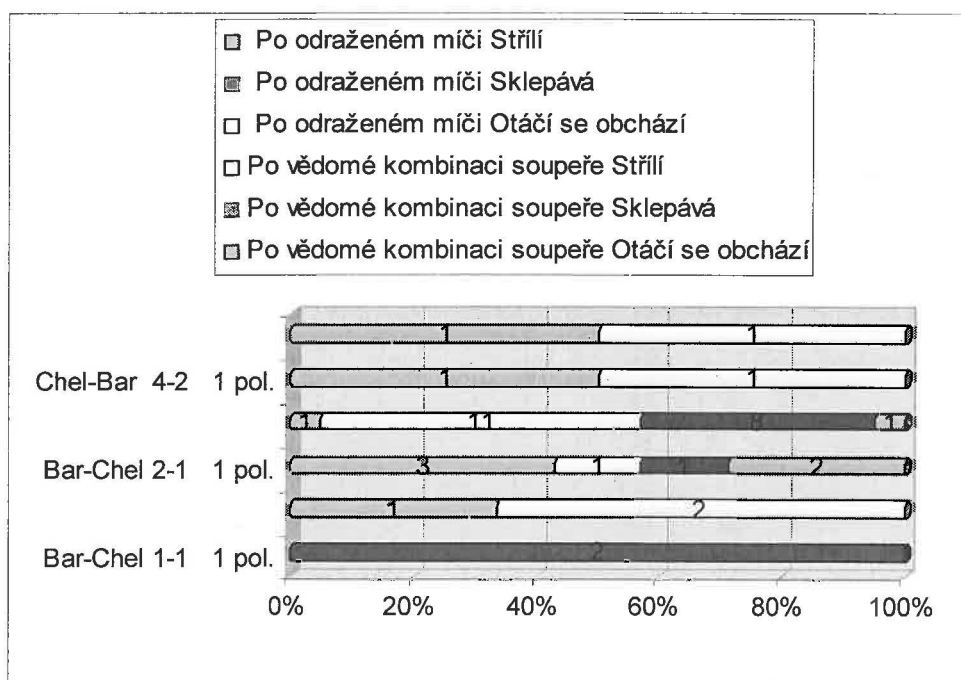
## 4.2. Výsledková část

### 4.2.1. Celkové výsledky sledovaných kategorií

#### Neobsazený hráč v prostoru – „V“

V našem pozorování prostor nejvíce „střežený“. Chyby, kterých se hráči bránícího družstva dopustili, byly často evidovány jako nejzávažnější. Tabulka vypovídá o převaze individuálních chybných řešení a to nejvíce po vědomé kombinaci soupeře.

	Neobsazený hráč v prostoru - V					
	Po odraženém míči			Po vědomé kombinaci soupeře		
	Střílí	Sklepává	Otáčí se obchází	Střílí	Sklepává	Otáčí se obchází
Bar-Chel 1-1 1 pol.					2	
Bar-Chel 1-1 2 pol.	1			2		
Bar-Chel 2-1 1 pol.	3			1	1	2
Bar-Chel 2-1 2 pol.	1			11	8	1
Chel-Bar 4-2 1 pol.	1			1		
Chel-Bar 4-2 2 pol.	1		1			

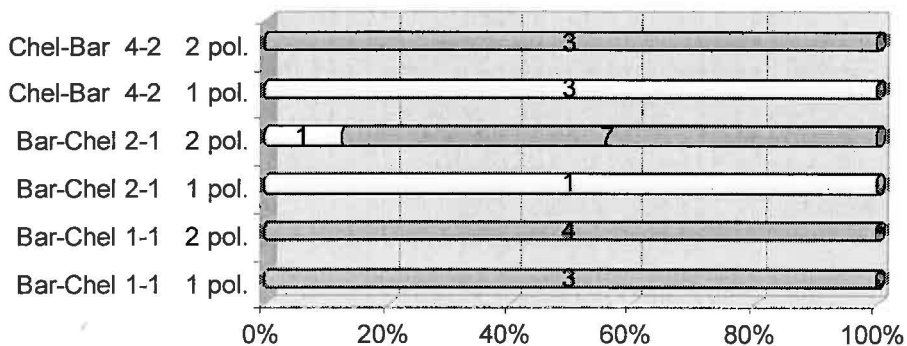


## neobsazený hráč soupeře v prostoru - „K“

Chybné řešení, které se objevuje po odraženém či odvráceném míči spíše sporadicky, avšak po vědomé kombinaci soupeře, je poměrně velká četnost situací kdy je hráč soupeře volný.

	V prostoru -K					
	Po odraženém či odvráceném míči			Po vědomé kombinaci		
	Obsazený ale ne těsně		Volný	Obsazený ale ne těsně		Volný
	Pod tlakem	Bez tlaku		Pod tlakem	Bez tlaku	
Bar-Chel 1-1 1 pol.					3	
Bar-Chel 1-1 2 pol.					4	
Bar-Chel 2-1 1 pol.			1			
Bar-Chel 2-1 2 pol.			1		7	
Chel-Bar 4-2 1 pol.				3		
Chel-Bar 4-2 2 pol.					3	

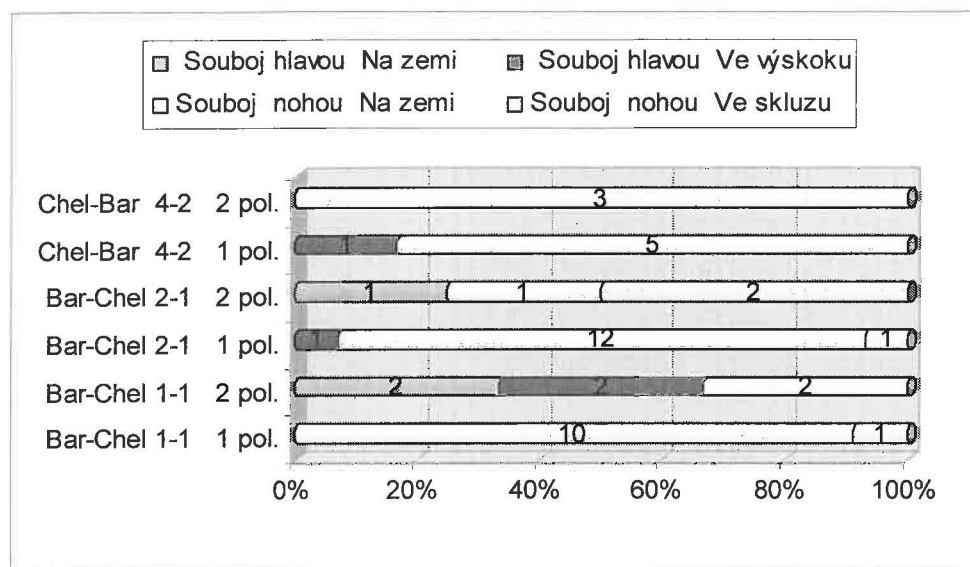
- Po odraženém či odvráceném míči Obsazený ale ne těsně Pod tlakem
- Po odraženém či odvráceném míči Obsazený ale ne těsně Bez tlaku
- Po odraženém či odvráceném míči Volný Bez tlaku
- Po vědomé kombinaci Obsazený ale ne těsně Pod tlakem
- Po vědomé kombinaci Obsazený ale ne těsně Bez tlaku
- Po vědomé kombinaci Volný Bez tlaku



## Destruktivní odebírání míče – soupeři –zbytečný faul – do zámezí

Herní činnost, která se v našem pozorování objevuje se velmi často. Její četnost je největší v soubojích nohou na zemi a bude dále podrobněji rozebrána.

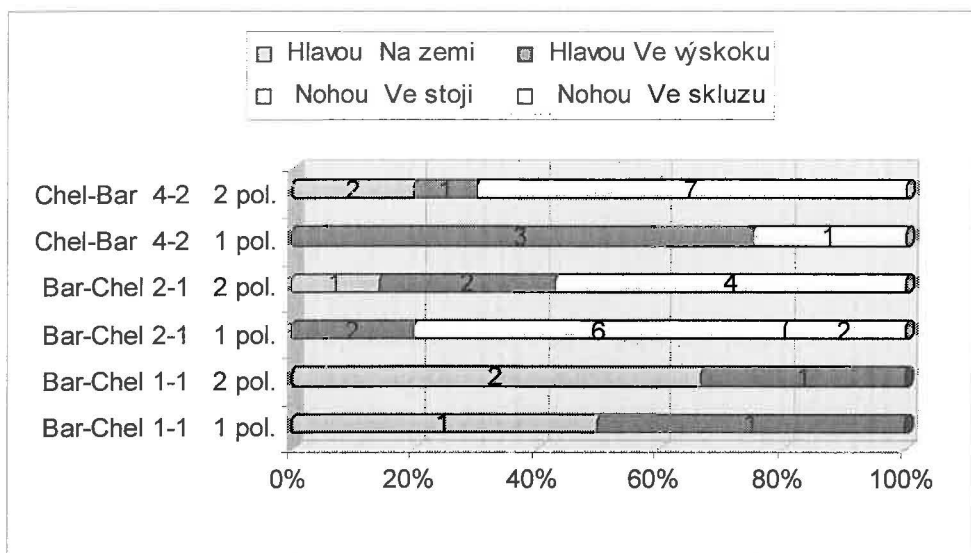
	Soupeři - do zámezí - zbytečný faul			
	Souboj hlavou		Souboj nohou	
	Na zemi	Ve výskoku	Na zemi	Ve skluzu
Bar-Chel 1-1 1 pol.			10	1
Bar-Chel 1-1 2 pol.	2	2	2	
Bar-Chel 2-1 1 pol.		1	12	1
Bar-Chel 2-1 2 pol.	1		1	2
Chel-Bar 4-2 1 pol.		1	5	
Chel-Bar 4-2 2 pol.			3	



### Odvrácení míče soupeři bez souboje

Situace ve kterých bránící hráč není v souboji s protihráčem, ovšem ten na něho vytváří svým pohybem a rozestavením tlak. Opět můžeme tvrdit, že nejvíce chyb bylo zaznamenáno u soubojů na zemi ve stoji obránce. V této kategorii také podstatně vzrostl chybný výkon v odvrácení vysokých míčů hlavou a to především ve výskoku.

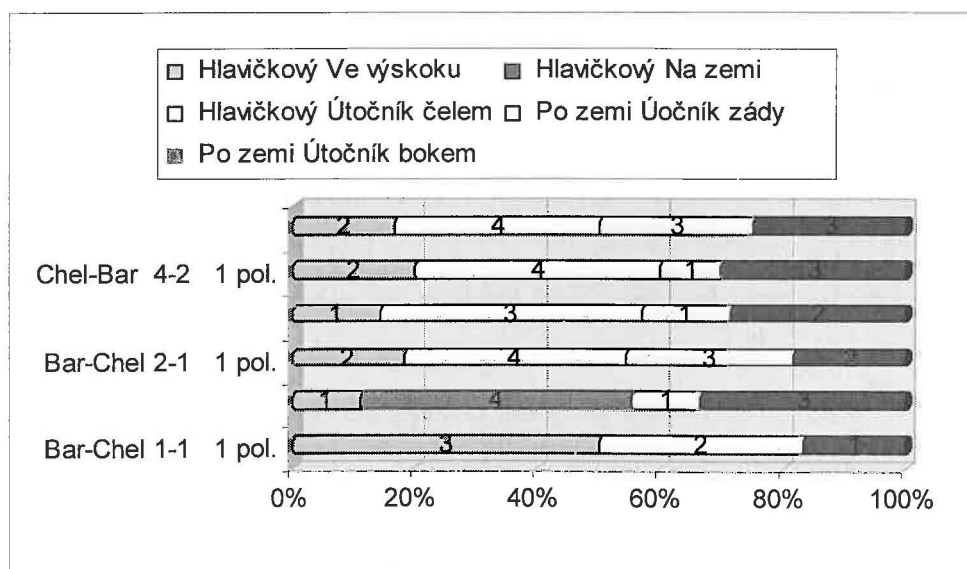
	Způsob odvrácení			
	Hlavou		Nohou	
	Na zemi	Ve výskoku	Ve stoji	Ve skluzu
Bar-Chel 1-1 1 pol.	1	1		
Bar-Chel 1-1 2 pol.	2	1		
Bar-Chel 2-1 1 pol.		2	6	2
Bar-Chel 2-1 2 pol.	1	2	4	
Chel-Bar 4-2 1 pol.		3		1
Chel-Bar 4-2 2 pol.	2	1	7	



### Prohraný souboj 1 na 1

Jeden ze dvou jasně dominujících ukazatelů v našem výzkumu. Šlo o situace jednoho proti jednomu, podmíněného kontrolou míče útočícím hráčem. Chybná řešení byla zaznamenávána nejčastěji v soubojích na zemi nohou, a to v případě kdy hráč soupeře byl proti obránci čelem.

	Hlavičkový		Po zemi		
	Ve výskoku	Na zemi	Útočník čelem	Útočník zády	Útočník bokem
Bar-Chel 1-1 1 pol.	3		2		1
Bar-Chel 1-1 2 pol.	1	4		1	3
Bar-Chel 2-1 1 pol.	2		4	3	2
Bar-Chel 2-1 2 pol.	1		3	1	2
Chel-Bar 4-2 1 pol.	2		4	1	3
Chel-Bar 4-2 2 pol.	2		4	3	3

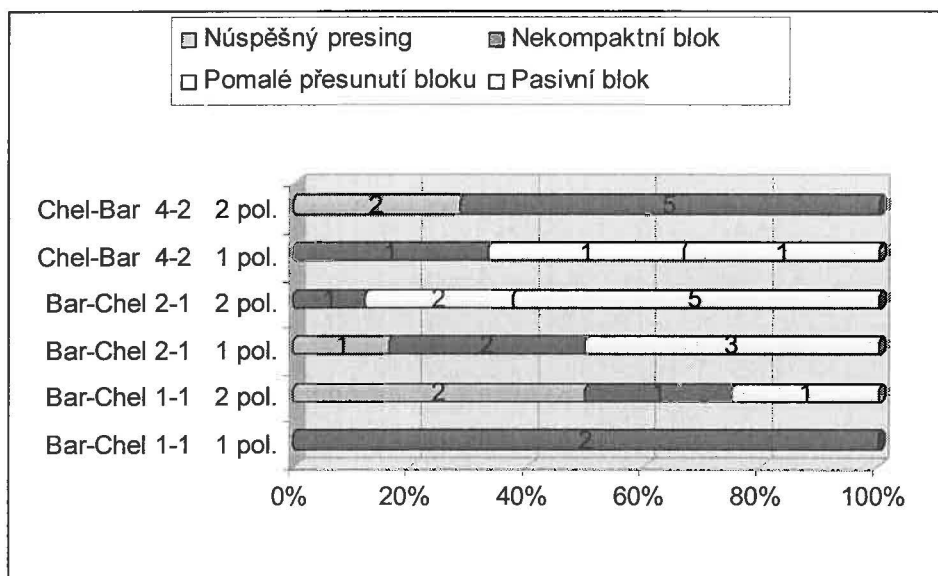


## Chybné řešení v herním výkonu

ani rum e

Tato kategorie se podle našeho záměru, měla týkat pouze týmového herního výkonu. V průběhu pozorování vyplynula ovšem skutečnost ukazující na úzké propojení týmového herního výkonu se skupinovým. Z toho důvodu jsme se rozhodli pro kategorii: chybné řešení v týmově- skupinovém výkonu. V tomto týmově skupinovém výkonu bylo vysledován největší počet chyb v kompaktnosti, respektive pasivitě bloku.

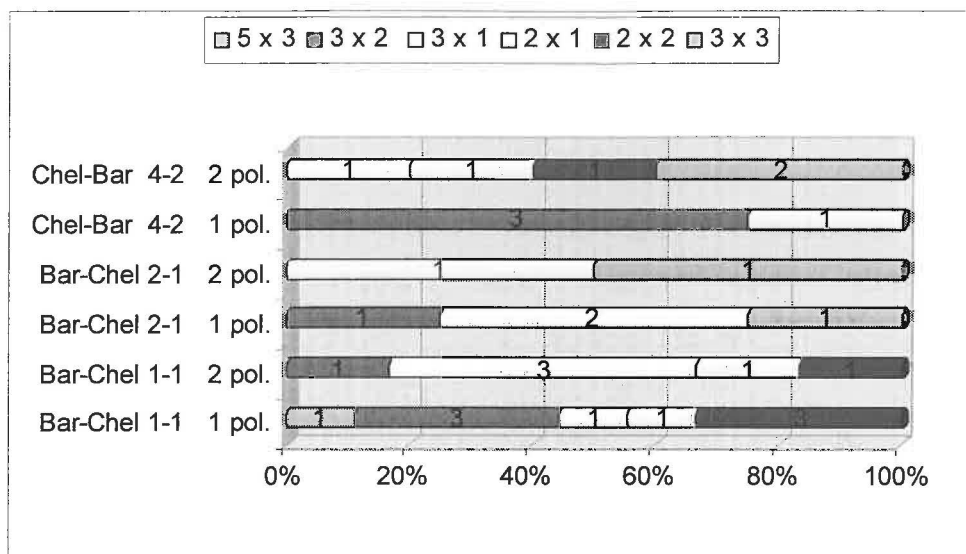
	Núspěšný presing	Nekompaktní blok	Pomalé přesunutí bloku	Pasivní blok
Bar-Chel 1-1 1 pol.		2		
Bar-Chel 1-1 2 pol.	2	1		1
Bar-Chel 2-1 1 pol.	1	2		3
Bar-Chel 2-1 2 pol.		1	2	5
Chel-Bar 4-2 1 pol.		1	1	1
Chel-Bar 4-2 2 pol.	2	5		



## Chybné řešení v úseku hry

Chybné řešení v situacích, do kterých jsou zapojeni více než dva hráči, se v pozorování neobjevovalo příliš často. Chybná řešení námi evidovaná, byla velmi vyrovnaná. Tak jako v kategorii chybného herního výkonu, tak i zde byly skupinové faktory v vzájemně co se týká podílu na chybách vzájemně „provázány“ s faktory individuálními.

	5 x 3	3 x 2	3 x 1	2 x 1	2 x 2	3 x 3
Bar-Chel 1-1 1 pol.	1	3	1	1	3	
Bar-Chel 1-1 2 pol.		1	3	1	1	
Bar-Chel 2-1 1 pol.		1	2			1
Bar-Chel 2-1 2 pol.				1		1
Chel-Bar 4-2 1 pol.		3		1		
Chel-Bar 4-2 2 pol.			1	1	1	2

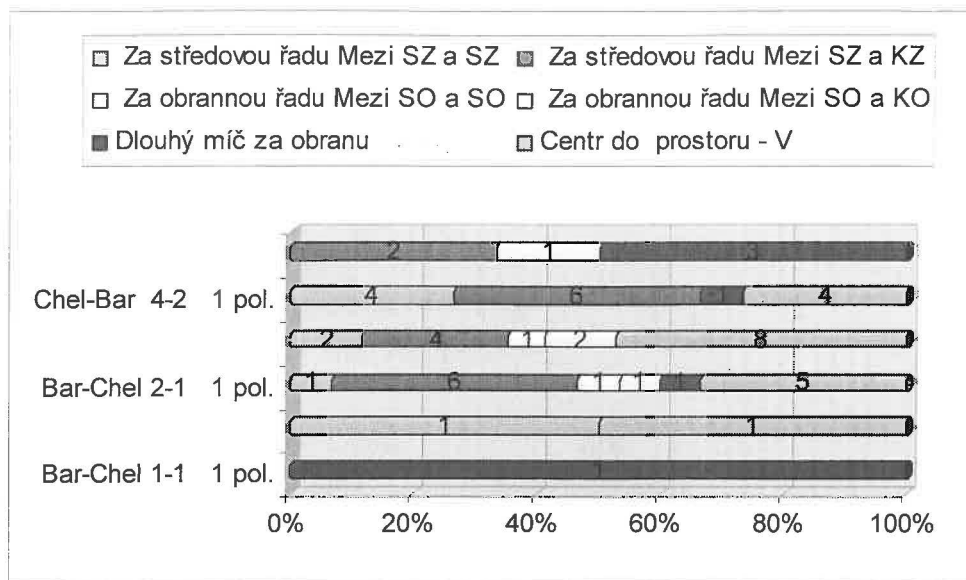


### Hráč soupeře s míčem má čas na konstruktivní přihrávku směrem do předu nebo do šance

Tato kategorie vznikla, až v průběhu šetření. Ve chvíli, kdy útočník soupeře má možnost klidné manipulace s míčem, není daleko k případné nebezpečí ze strany útočícího mužstva. Výsledkem pozorování této kategorie bylo zjištění, že nejvíce bránící mužstvo v nezamezení konstruktivních přihrávek mezi krajním a středním záložníkem a současně centrů do prostoru - „V“

	Za středovou řadu		Za obrannou řadu		Dlouhý míč za obranu	Centr do prostoru - V
	Mezi SZ a SZ	Mezi SZ a KZ	Mezi SO a SO	Mezi SO a KO		
Bar-Chel 1-1 1 pol.					1	
Bar-Chel 1-1 2 pol.	1					1
Bar-Chel 2-1 1 pol.	1	6	1	1	1	5
Bar-Chel 2-1 2 pol.	2	4	1	2		8
Chel-Bar 4-2 1 pol.	4	6			1	4
Chel-Bar 4-2 2 pol.		2		1	3	



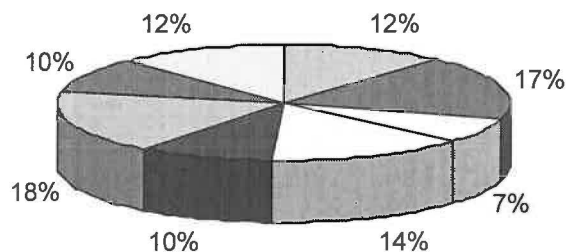


### Celkový počet chybných řešení ve sledovaných situacích

Rozdíl mezi celkovým počtem sledovaných situací není příliš dramatický. Největší zastoupení evidujeme v situacích souboje hráčů jeden proti jednomu, a také soupeře s míčem, který má čas na vědomou konstruktivní přihrávku.

Odvracení míče soupeři bez souboje	36
Soupeř s míčem má čas na konstruktivní přihrávku	56
Neobsazený hráč soupeře v prostoru -K -22	22
Destruktivní odebrání míče do zámezí-soupeři-zbytečný faul	44
Chybné řešení úseku hry	30
Prohraný souboj 1 na 1	56
Chybné řešení v herním výkonu	30
Neobsazený hráč v prostoru - V	37

- Odvrácení míče soupeři bez souboje
- Soupeř s míčem má čas na konstruktivní přihrávku
- Neobsazený hráč soupeře v prostoru -K -22
- Destruktivní odebrání míče do zámezí-soupeři-zbytečný faul
- Chybné řešení úseku hry
- Prohraný souboj 1 na 1
- Chybné řešení v herním výkonu
- Neobsazený hráč v prostoru - V



### Faktory IHV v závislosti na chybných řešeních

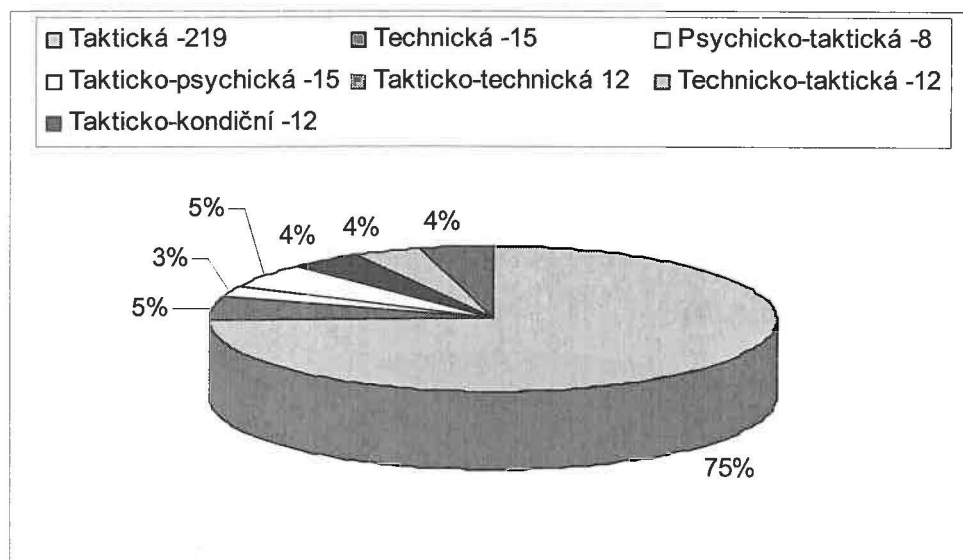
V Kategorii individuálního herního výkonu, byly jako nejfrekventovanější evidovány podle předpokladu faktory taktiky. Z dalších sub kategorií se opakovaně více objevovaly faktory technické, technicko-taktické, takticko-kondiční takticko-psychické, psychicko-taktické a Takticko- technické. V dalším hodnocení budeme proto pracovat už jen s nimi.

IHV	Bar-Chel-1:1		Bar-Chel 2:1		Chel-Bar 4:2	
	1 pol.	2 pol.	1 pol.	2 pol.	1 pol.	2 pol.
Taktická	19	26	45	62	38	27
Technická	2		7		2	3
Psychická	1					3
Kondiční	1	1		1		2
Psychicko- taktická	3	1	1		1	2
Takticko- psychická	4	2	2	4		3
Technicko-psychická	1		1			
Takticko-technická	2	4	1	4		1
Psychicko -technická	1		1			
Technicko- taktická	1	1	6	1	2	1
Kondičně-taktická	1		1			1
Takticko-kondiční	1	2	2	1	3	3
Psychicko-kondiční					1	
Kondičně -technická						1

## Faktory IHV celkově

Taktická	219
Technická	15
Psychická	4
Kondiční	5
Psychicko-taktická	8
Takticko-psychická	15
Technicko-psychická	2
Takticko-technická	12
Psychicko-technická	2
Technicko-taktická	12
Kondičně-taktická	3
Takticko-kondiční	12
Psychicko-kondiční	1
Kondičně-technická	1

Pro ilustraci dále uvádíme celkové procentuální rozložení jen těchto „vybraných“ faktorů v sledujícím grafu.

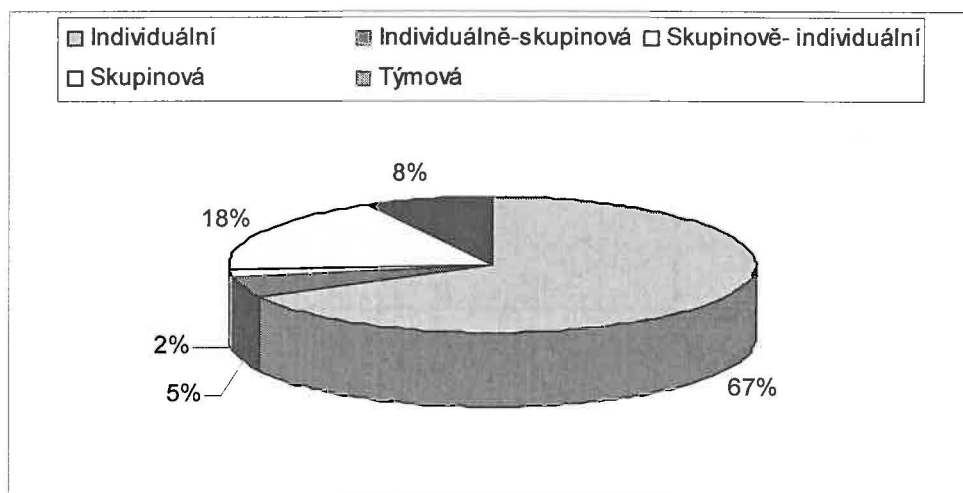


## Analýza chybného herního výkonu celkově

Náš předpoklad se potvrdil i v tomto případě. V herním výkonu za jasně nejfrekventovanějším Individuálním (67 %) následuje výkon skupinový. Podobně jako v IHV se na chybách podílely dva herní výkony, považovali jsme tedy za nutné rozlišovat v hodnocení oba dva. První podobně jak je tomu je u IHV je výkon uváděn výkon, který se podílí větší mírou. V této kategorizaci se jako nečetněji zaznamenávaný, ukázal herní výkon individuálně- skupinový.

Individuální	208
Individuálně- skupinová	15
Skupinově- individuální	6
Skupinová	56
Týmová	24
Týmově-skupinová	1
Skupinově- týmová	1

V grafu jsme opět záměrně vynechali kategorie, jejichž četnost byla zanedbatelná.



## Podrobná analýza faktorů v individuálním herním výkonu

Faktory individuální, které se v záznamech objevovaly nejčastěji uvádíme proto ještě podrobněji. V tabulce vidíme nejvíce chyb taktických. Jako další jsou faktory techniky a následují "spojené" faktory takticko-kondiční, technicko-taktické, takticko-technické a takticko-psychické, které jsou vyrovnané.

Faktory IHV	Ta	Te	Psy	Ko	Psy-Ta	Ta-Psy	Te-Psy	Ta-Te	Psy-Te	Te-Ta	Ko-Ta	Ta-Ko	Psy-Ko	Ko-Te
IHV Individuální	9	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1		
	16				1	1		4		1		2		
	26	8			1	2	1	2	1	6	1	1		
	45			1		3		4		1		1		
	18	2			1					2		3	1	
	10	3	3	1	2	3		1		1	1	3		1

## Chybné herní výkony a podíl jejich faktorů

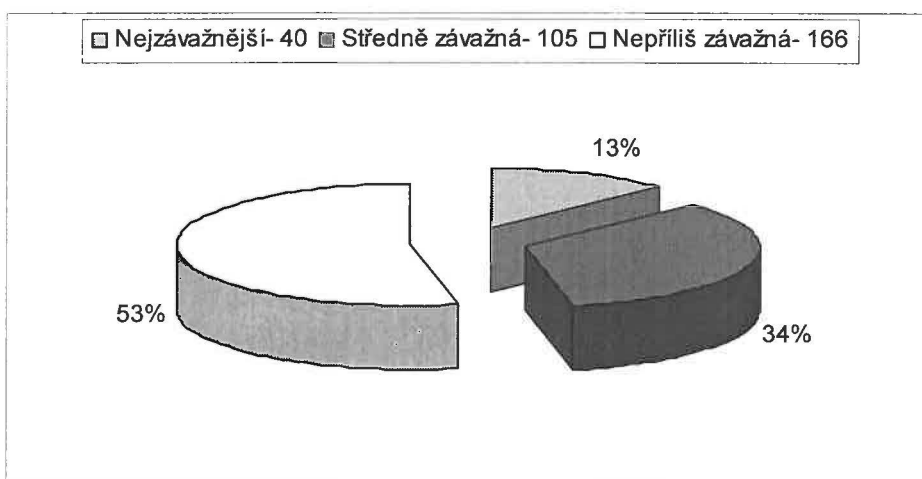
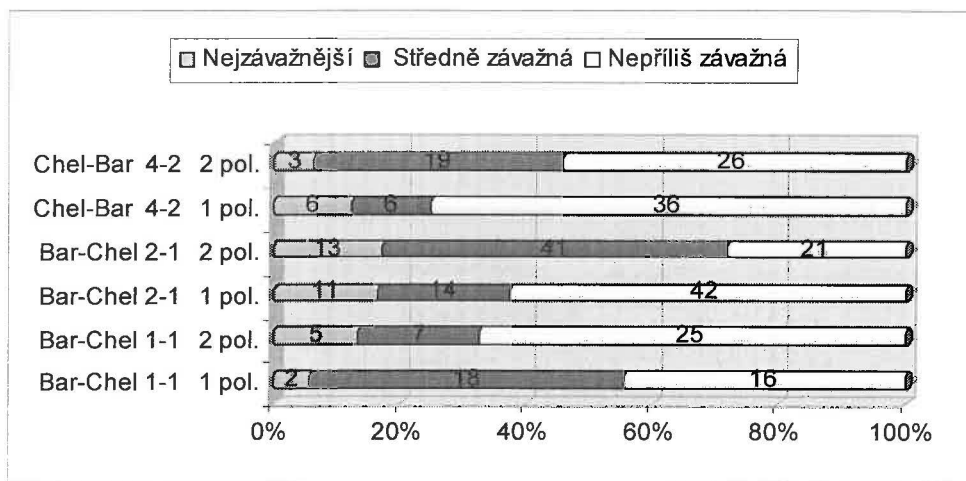
Celkově pak tabulka chyb v herním výkonu v závislosti na faktorech vypadala takto:

	Ta	Te	Psy	Ko	Psy-Ta	Ta-Psy	Te-Psy	Ta-Te	Psy-Te	Te-Ta	Ko-Ta	Ta-Ko	Psy-Ko	Ko-Te
Individuální	124	15	4	3	7	11	2	12	2	12	3	11	1	1
individuálně-skupinová	15													
skupinově-individuální	6													
skupinová	49			2	1	4								
týmová	23											1		
týmově-skupinová	1													
Skupinově-týmová	1													

### 4.2.3. Chybná řešení podle závažnosti

V kategorii chyb podle závažnosti jsme evidovali nejvíce chyby nepřilíš závažné a to v plných 53% procentech. Naopak chyby nejzávažnější se objevovaly pouze v 13% procentech.

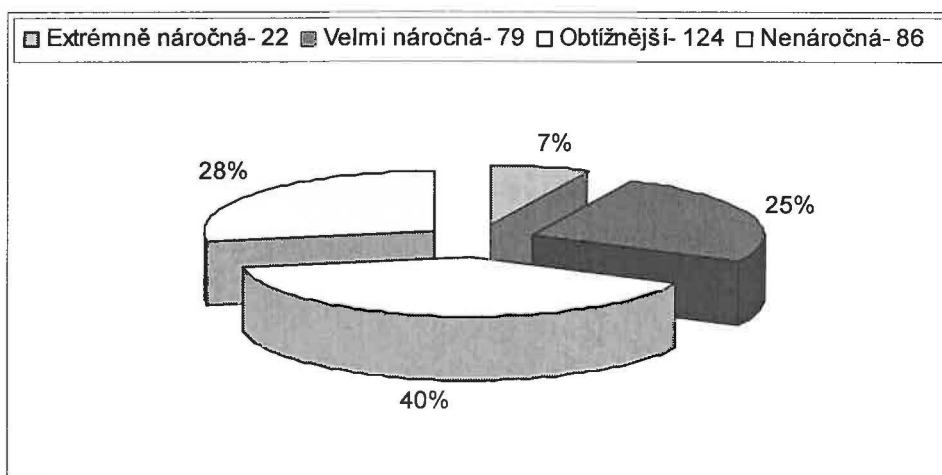
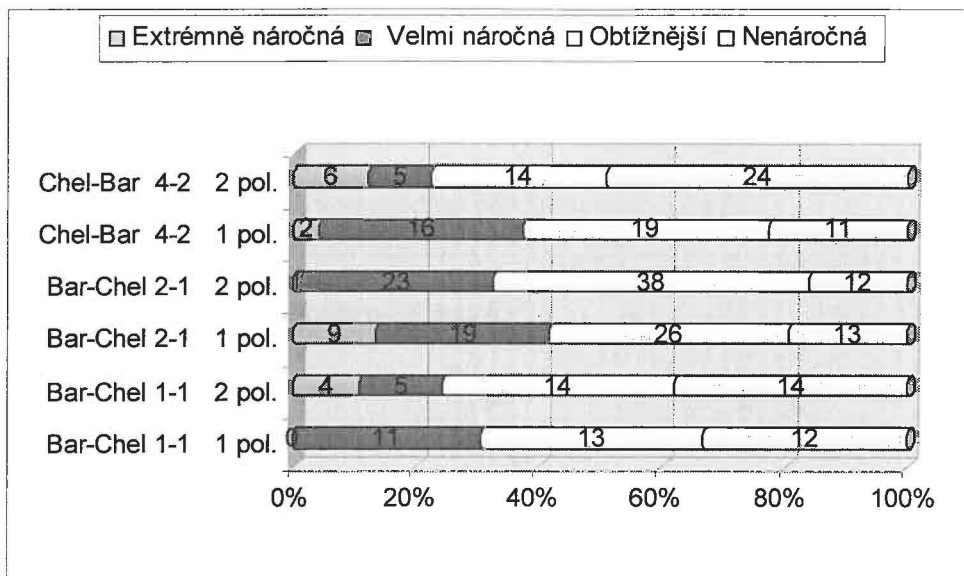
	Nejzávažnější	Středně závažná	Nepříliš závažná
Bar-Chel 1-1 1 pol.	2	18	16
Bar-Chel 1-1 2 pol.	5	7	25
Bar-Chel 2-1 1 pol.	11	14	42
Bar-Chel 2-1 2 pol.	13	41	21
Chel-Bar 4-2 1 pol.	6	6	36
Chel-Bar 4-2 2 pol.	3	19	26



#### 4.2.4. Chybná řešení podle obtížnosti

V Chybách podle obtížnosti herních situací jsme po nejvíce zaznamenali chybná řešení v situacích obtížnějších (40%). Situace nenáročná a velmi náročná se svým počtem od sebe příliš nelišily. Extrémně náročná situace byly evidovány pak pouze v 7%

	Extrémně náročná	Velmi náročná	Obtížnější	Nenáročná
Bar-Chel 1-1 1 pol.	0	11	13	12
Bar-Chel 1-1 2 pol.	4	5	14	14
Bar-Chel 2-1 1 pol.	9	19	26	13
Bar-Chel 2-1 2 pol.	1	23	38	12
Chel-Bar 4-2 1 pol.	2	16	19	11
Chel-Bar 4-2 2 pol.	6	5	14	24



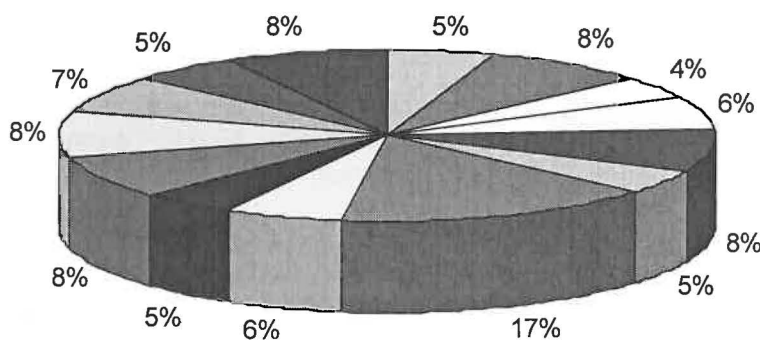
#### 4.2.5. Herní situace s největší četností chybných řešení

Pro podrobnější a názornější vyhodnocení jsme přistoupili ke shrnutí, v našem sledování nejvíce se opakujících, a podle našeho názoru dost podstatných chyb v obranné hře FC

Chelsea a vytvořili následující přehled. Z tabulky je patrná převaha činností odehrávajících se v soubojích na zemi a to nohou.

Prohraný souboj 1 na 1 hlavou ve výskoku	11
po zemi útočník čelem	17
po zemi útočník zády	9
po zemi útočník bokem	13
Odvracení míče soupeři bez souboje nohou na zemi	17
hlavou ve výskoku	10
Destruktivní odebírání míče nohou na zemi <del>nohou na zemi</del>	34
Nekompaktní blok	12
Pasivní blok	10
Soupeř s míčem má čas na konstruktivní přihrávku centr do prostoru -V	18
Soupeř s míčem má čas na konstruktivní přihrávku mezi SZ a KZ	18
Hráč soupeře po vědomé kombinaci v prostoru -V střílí	15
Hráč soupeře po vědomé kombinaci v prostoru -V skleпává	11
Hráč soupeře s míčem v prostoru- „K“ volný	17

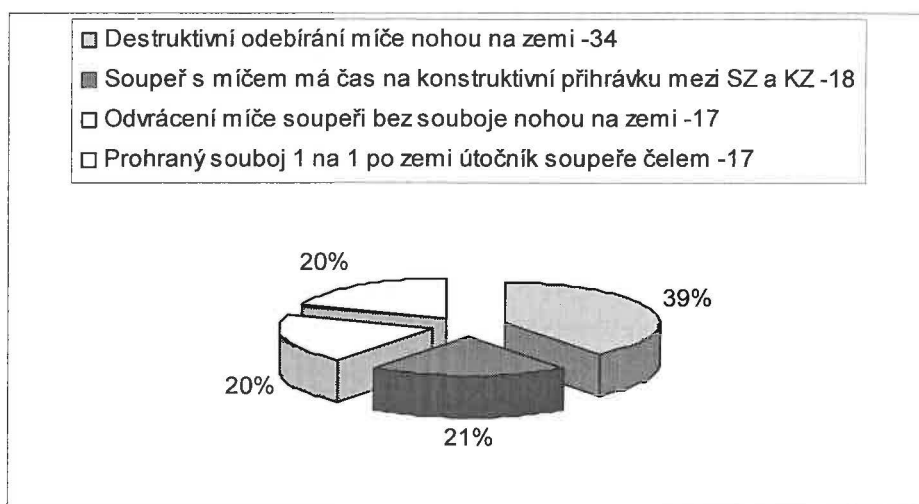
- Prohraný souboj 1 na 1 hlavou ve výskoku- 11
- Prohraný souboj 1 na 1 po zemi útočník čelem- 17
- Prohraný souboj 1 na 1 po zemi útočník zády- 9
- Prohraný souboj 1 na 1 po zemi útočník bokem- 13
- Odvracení míče soupeři bez souboje nohou na zemi- 17
- Odvracení míče soupeři bez souboje hlavou ve výskoku- 10
- Destruktivní odebírání míče nohou na zemi nohou na zemi- 34
- Nekompaktní blok- 12
- Pasivní blok -10
- Soupeř s míčem má čas na konstruktivní přihrávku centr do prostoru -V- 18
- Soupeř s míčem má čas na konstruktivní přihrávku mezi SZ a KZ- 18
- Hráč soupeře po vědomé kombinaci v prostoru -V střílí- 15
- Hráč soupeře po vědomé kombinaci v prostoru -V skleпává- 11
- Hráč soupeře s míčem v prostoru- K volný- 17





Na základě těchto zjištění, jsme se rozhodli pro ještě podrobnější analýzu nejvíce frekventovaných herních situací, vyplývajících z výsledků našeho pozorování. Vybrali jsme čtyři kategorie, které budeme podrobněji analyzovat.

Destruktivní odebrání míče nohou na zemi -34	34
Soupeř s míčem má čas na konstruktivní přihrávku mezi SZ a KZ -18	18
Odvracení míče soupeři bez souboje nohou na zemi -17	17
Prohraný souboj 1 na 1 po zemi útočník soupeře čelem -17	17



### Destruktivní odebrání míče nohou na zemi

Jednotlivé nejčastěji se opakující situace jsou v následujících tabulkách podrobně představené.

IHV	Náročnost situace		Obtížnost situace		
Taktická	12	Nenáročná	10	Nepříliš závažná	29
Technická	5	Obtížnější	7	Středně závažná	4
Psychicko-taktická	6	Velmi náročná	14	Nejzávažnější	1
Takticko-psychická	3	Extrémně náročná	3		
Technicko-psychická	2				
Psychická	2				
Takticko-technická	2				
Psychicko-technická	1				
Takticko-kondiční	1				

### Destruktivní odebírání míče nohou na zemi v nepřilíš závažné situaci

Chyba v IHV	Nenáročná	Obtížnější	Velmi náročná	Extrémně náročná
Taktická	4	3	2	1
Technická		1	1	1
Psychicko-taktická	3		4	
Takticko-psychická	2			
Psychická		1		1
Takticko-technická			1	
Psychicko-technická			1	
Takticko-kondiční		1		
Technicko-taktická		1	1	

### Soupeř s míčem má čas na konstruktivní přihrávku mezi SZ a KZ

Chyba v IHV		Náročnost situace		Obtížnost situace	
Taktická	18	Nenáročná	14	Nepřilíš závažná	8
		Obtížnější	4	Středně závažná	5
				Nejzávažnější	5

### Soupeř s míčem má čas na konstruktivní přihrávku mezi SZ a KZ v nepřilíš závažné situaci

Chyba v IHV	Nenáročná	Obtížnější	Velmi náročná	Extrémně náročná
Taktická	8	2	4	0

### Odvracení míče soupeři bez souboje nohou na zemi

Chyba v IHV		Náročnost situace		Obtížnost situace	
Taktická	2	Nenáročná	3	Nepřilíš závažná	13
Technická	5	Obtížnější	5	Středně závažná	4
Psychická	3	Velmi náročná	3		
Takticko-technická	2	Extrémně náročná	6		
Technicko-taktická	5				

### Odvracení míče soupeři bez souboje nohou na zemi v nepříliš závažné situaci

Chyba v IHV	Nenáročná	Obtížnější	Velmi náročná	Extrémně náročná
Taktická		1		2
Technická	1	2	1	
Psychická	1			1
Takticko-technická			1	
Technicko-taktická	1	1	1	1

### Prohraný souboj 1 na 1 po zemi útočník soupeře čelem

Chyba v IHV	Náročnost situace		obtížnost situace		
Taktická	7	Nenáročná	7	Nepříliš závažná	9
Psychicko-taktická	1	Obtížnější	6	Středně závažná	6
Takticko-psychická	1	Velmi náročná	3	Nezávažnější	2
Takticko-technická	3	Extrémně náročná	1		
Takticko-kondiční	2				
Technicko-taktická	2				
Technicko-kondiční	1				

### Prohraný souboj 1 na 1 po zemi útočník soupeře čelem v nepříliš závažné situaci

Chyba v IHV	Nenáročná	Obtížnější	Velmi náročná	Extrémně náročná
Taktická	2		1	1
Psychicko-taktická	1			
Takticko-technická	2			
Technicko-taktická		1		
Technicko-kondiční			1	

Z předloženého materiálu vyplývá, že nejvíce dochází k chybám, které jsou z hlediska IHV **taktické**, z hlediska obtížnosti situace **nepříliš závažné**, a z pohledu náročnosti situace **nenáročné**.

## 5. Závěrečná část

### 5.1 Diskuze

V pozorování jednotlivých zápasů jsme nashromáždili velké množství informačního materiálu. Ten byl v co nejširší míře předložen ve výsledkové části. Následující kapitola slouží k interpretaci těchto výsledků. Snahou bude výsledky co nejpřehledněji shrnout, porovnat je s hypotézou práce a navrhnout aplikace pro tréninkovou praxi.

Musíme také připustit, že množství sledovaných utkání odpovídá výsledné hodnotě naší práce. Vyhodnocení a vyvozené závěry by byly jistě daleko přesnější a kvalitnější při sledování vyššího počtu utkání. To ovšem z hlediska časové náročnosti nebylo možné.

#### 5.1.1. Zobecnění výsledků

V našem pozorování bylo zaznamenáno celkem **311 chybných řešení**. Z hlediska faktorů podílejících se na herním výkonu, jasně dominují faktory taktiky. Další faktory výše popsané, se objevují v porovnání s nimi v daleko menším počtu. Určitě to bylo zapříčiněno také jejich určitým „rozmělněním“ na kategorie takticko- psychická, technicko- taktická atd. Náš záměr byl však chybné situace pojmenovat co nejpřesněji, v rámci našich možností nepřímého pozorování. Taktéž herní výkony individuální, skupinový a týmový byly dále rozděleny. Spojením těchto výkonů vznikly kategorie individuálně- skupinový, skupinově-týmový atd.. Nejvíce jsme v těchto „složených“ kategoriích zaznamenali chybná řešení ve výkonu individuálně – skupinovém. Z celkového pohledu tedy můžeme říci, že podle evidence našich statistik byla nejvíce zaznamenávána chybná řešení v **individuálních herních výkonech a ve faktorech taktiky**.

Podíl chybných řešení v **individuálních herních výkonech** byl evidován v 67% z celkového počtu, a to nejvíce v destruktivním odebírání míče nohou na zemi (nikdo z hráčů nemá míč v držení). Dalším podstatným ukazatelem chybovosti pozorovaného mužstva byly prohrané osobní souboje, jeden na jednoho (hráč soupeře má míč pod kontrolou), odvrácení míče

soupeři bez souboje, ponechání soupeři dostatek času k realizaci vědomé konstruktivní přihrávky směrem dopředu mezi středním a krajním záložníkem a odvrácení míče do držení soupeře a, to bez souboje nohou na zemi. **Skupinové herní výkony** se podílely na chybovosti 18 % **Týmové herní výkony** byly zaznamenávány hlavně v porovnání s individuálními minimálně (8%). Jejich hlavním chybným společným jmenovatelem (skupinových i týmových) byly nedostatky ve spolupráci a organizaci.

Výzkum tedy jednoznačně prokázal převahu chyb v **individuálním herním výkonu** a to hlavně v práci **nohou a hlavou**. Bylo to konkrétně v zapojení nohou při souboji jeden na jednoho a hlavou v odvrácení míče bez souboje. Nejvyšší četnost prohraných soubojů jeden na jednoho byla v situacích, kdy hráč soupeře je čelem nebo bokem. Dalším velmi patrným znakem odhaleným ve výzkumu byly situace, v nichž hráč soupeře měl dostatek času pro realizaci konstruktivní přihrávky směrem v před do nebezpečné situace. A to v největší míře kolmou přihrávkou mezi středním a krajním záložníkem a dále v situacích, kdy obrana FC Chelsea dala prostor soupeři nebezpečně odcentrovat do prostoru „V“. Pozorovali jsme hlavně zbytečně velkou pasivitu jednotlivců v napadání. Šlo podle našeho názoru zejména o nepřiměřený strach z obejití od soupeře. Někdy jsme zastávali názor, že hráči FC Chelsea nechávají vědomě hráče soupeře odcentrovat, nebo přihrát a jejich hlavní snahou je bezchybně vykryt prostor - „V“. I přesto byly ovšem tyto situace evidovány. K dalším často se opakujícím situacím pařil moment, kdy protihráč po vědomé kombinaci měl dostatek času, na realizaci útočného snažení v prostoru - „K“.

Na všech evidovaných herních situacích jsme sledovali faktory herních výkonů.

Nejčetnější byly **faktory taktické**. Jak v individuálním, tak v týmovém a skupinovém výkonu tvořily plných 75 % všech faktorů ve výkonu. Byly v hlavní míře zapříčiněny chybnou anticipací při snaze o odebrání míče soupeři. O dost menší měrou pak špatnou spolupráci ve skupinovém a týmovém výkonu.

**Z faktorů kondice** ( pozorované hlavně ve spojení s faktory taktiky takticko-kondiční) byly evidovány hlavně v osobních soubojích jeden proti jednomu. Největší rezervy jsme viděli v rychlosti a to akcelerační spojenou s obratností, v silové oblasti pak hlavně v síle a to dynamické (výskoky v soubojích). **Faktory technické** opět spojeny s faktory taktiky, nejvyšší četnost v zápisech byla v odvrácení míče, při větším či menším tlaku od soupeře a také v soubojích jeden proti jednomu, kde byly spojené hlavně s faktory taktiky a psychiky. Otázka

**faktorů psychiky** je velice složitá. Jsme si vědomi, že do výkonu a chybovosti v něm zasahují faktory psychiky velkou měrou. Jak už bylo zmíněno, podle odborníků se psychika někdy podílí na výkonu hráčů až devadesát procenty. Je ovšem také jasné, že ani při té největší snaze nemůže náš výzkum tyto chyby přesně identifikovat. Může se tedy zdát, že jejich zastoupení v předkládaných chybných řešeních je skoro zanedbatelná. Naší snahou bylo co nejvíce se vcítit do role jednotlivých hráčů („dostat se jim pod kůži“). Využili jsme k tomu naše hráčské zkušenosti. Musíme však zdůraznit, že jsme neznali přesné pokyny hráčů ve sledovaných utkáních a chybné řešení jsme určovali na základě výše uvedených principů zónové obrany.

Co se týká podílu závažnosti na chybách byli nejčastěji opakované chyby **nepříliš závažné a středně závažné**. Byly to tedy vesměs chyby, ještě „dobře“ napravitelné nebo ve vzdálenosti neznamenantující pro vlastní branku velké akutní nebezpečí. Výsledky chybného řešení v závislosti na obtížnosti krom velice málo frekventované situace extrémně náročné byly **další velmi náročná, obtížnější a nenáročná** v podstatě vyrovnané.

### 5.1.2 Navržení zaměření tréninků pro odstranění chybných řešení

Integrace tréninkového procesu a utkání, je klíčovým problémem ve sportovních hrách, a bývá často polemizován a rozebírán trenéry i odborníky v oblasti didaktiky tréninku.

Bokša a Mendlík (1989) tvrdí, že obsahem tréninku vyspělého družstva jsou z 90% procent herní cvičení a průpravné hry.

*„Tréninkový proces J. Mourinha se zdaleka neomezuje na fakt "tzv. tréninku s míčem", "taktického tréninku", způsobů tréninků, kde v každé tréninkové jednotce nacvičuje tzv. "herní principy". Důležitá je logická posloupnost a návaznost všech cvičení, která dají vznik a hierarchii tzv. principům hry, na kterých je postaven daný model hry (herní model). Z toho vyplývá tento logický proces odmítá jakákoli doplňující cvičení na podporu fyzické kondice (síla, rychlost, vytrvalost)“ Oliveira (2006).*

Dobrý, Semiginovský (1988) tvrdí, že absence nebo potlačení soutěžního nebo tréninkového zatížení je deformačním faktorem pro rozvoj a kultivaci herního výkonu.

Pro trenérskou praxi se vcelku ztotožňujeme s názory Bokši a Mourinha, ovšem je třeba si uvědomit, že např. dynamická síla vychází ze síly maximální. A tu maximální není možné

vylepšovat při práci s míčem. Tedy v přípravném období, nebo také v přechodném jsme spíše pro tréninkovou náplň objemovou bez zařazení herních prvků a to hlavně v atletickém provedení se zapojením jiných sportů. V tomto období jsme spíše pro výběr činností, které tzv. „rozbíjí“ stereotyp tréninku a pomohou k psychickému uvolnění hráčů po náročné sezóně. Jsou to např. plavání, běh v lese, posilování. A to buď samostatnou formou, nebo v kolektivním pojetí pod vedením trenéra, ale i bez něho. Jako příklad uvádíme přípravu hokejového Járg teamu před začátkem kempu pod vedením kouče Mariána Jelínka. V přípravné fázi pak doporučujeme aplikovat, jen velice krátký blok (týdenní až čtrnáctidenní) všeobecné kondiční přípravy, a to bez zapojení situací, které se podobají zápasovým. V dalších tréninkových blocích (soutěžní, předsoutěžní) jsme však už, pro co největší (i 100%) míru zatížení a formy tréninku podobající se co nejvíce samotné hře, s důrazem na plnění principů hry jednotlivého mužstva a odstraňování nedostatků.

Příkladem nedostatečnosti soutěžního zatížení může být případ tzv. „vynucené“ formy tréninku. Tedy hráč je zraněný a nemůže podstupovat souboje, kopat do míče (připravuje se bez kontaktu s míčem individuálně). Při jeho návratu do zápasového zatížení potom většinou delší čas trvá, než si osvojí a připomene herní návyky potřené pro dobrý výkon bez chyb. Jako příklad uvádíme nedávný „neúspěch“ našich reprezentantů na MS v Německu 2006. Trenér měl k dispozici velmi mnoho hráčů, kteří v klubech buď nenastupovali, nebo a to ve větší míře byli zraněni a trénovali individuálně. Jejich náplň tréninků pak měla k návykům a osvojování principů potřebných pro bezchybný výkon v utkání velice daleko, a to se podle nás projevilo i v utkáních MS (hlavně utkání proti Ghaně).

Důležitá z našeho hlediska tedy je co nejvyšší herní praxe aplikovaná v tréninku do průpravných her a herních cvičení. Pravidelné konfrontace s protivníky podpořené rozborem výkonu a zpětné vazby k odstraňování vzniklých chyb, jsou podle našeho názoru základem pro růst a zlepšování hráčů. A to tím lepší, čím je kvalitnější soupeř, motivace a koncentrace všech zúčastněných hráčů. Navrhujeme tedy co nejvíce **herních cvičení, průpravných her a přípravných (modelovaných) zápasů**. V tréninkových zápasech také část „zastavovat“ jednotlivé akce a hned na místě opravovat a zdůvodňovat chyby v řešení těchto situací. Podle našeho názoru tímto způsobem efektivně jak hráč, tak mužstvo zlepšuje svůj výkon a odstraňuje návyky vedoucí k chybám v utkání. Myslíme si, že průpravná a většina herních cvičení totiž jen hodně vzdáleně vytváří požadavky, které jsou kladeny na hráče v utkání.

Naše práce odhalila největší podíl chybných řešení ve výkonu individuálním. Zastáváme názor, že **týmový a skupinový výkon je podmíněn a přímo závisí na výkonu individuálním**. Je tedy nutné, znát individuální herní nedostatky hráčů a snažit se podle toho nastavit trénink s cílem zlepšovat je. Fotbal ale není individuální sport, a celkový obraz hry je tvořen výkonem týmovým. Ovšem v určitých fázích by trenér měl pracovat z hráči také individuálně a to formou vložených individuálních a skupinových tréninků. Příkladem může být rozdělení hráčů do skupin podle jejich specializace, nebo takových ve kterých jsou hráči s určitými herními, kondičními či taktickými nedostatky.

V tréninku celého týmu v závodním a předzávodním období, by se měl trenér podle našeho názoru zaměřit prakticky pouze na **herní cvičení a průpravné hry**, ale nezapomínat **rozvíjet a kultivovat individuální výkon** a ten **spojovat ve skupinový a týmový**. Týmový a skupinový by měl být tedy hlavní náplní tréninků s co největším přiblížením požadavků uplatňovaným při hře. Z hlediska učení různých vzorců chování v herních situacích trvat na základních uzlových bodech a co nejvíce rozvíjet u hráčů kreativitu.

Z pohledu kondičního zatížení vést tréninky zaměřené co nejvíce na dynamiku, a to hlavně v soubojích a při práci s míčem a nezapomínat obratnost.

Naše všeobecné závěry a navržené postupy při skládání náplně tréninků s účelem odstranit chybná jednání se určitě nedají brát jako dogma. Je určitě spousta názorů a polemik, které budou proti našim tvrzením argumentovat a nesouhlasit s nimi. Snažili jsme se tedy všeobecně vymezit situace ve kterých docházelo k nejčastěji k chybám a zobecnit je v bodech pro vytvoření tréninku na jejich odstranění. Pro co největší eliminaci chybných řešení ve hře jsme tedy určili tyto kritická místa, která je potřeba zapojovat a sledovat v tréninkovém procesu:

#### **V individuálním výkonu:**

- snaha o spojení co nejvíce faktorů v jednotlivých cvičeních a hrách
- pracovat na rychlosti v koordinaci
- zvládnutí pohybové dovednosti
- obratnost a orientace v prostoru
- rychlost a výbušnost
- učit hráče anticipaci v herních situacích



### **Ve skupinovém a týmovém výkonu:**

-spolupráce týmu a skupin hráčů

-organizace spoluhráčů a hry

-trvat na dodržování uzlových bodů systém, jinak co nejvíce podporovat kreativitu a sebevědomí hráčů

## **5.2 Závěr**

Cesta k dokonalému výkonu bez chyb, nebo alespoň k jeho přiblížení, závisí v první řadě na individuálním výkonu a jeho vlastnostech, na kterých můžeme potom stavět výkon týmový. Bez nich je jakkoli dobrá organizace hry bezpředmětná. V dnešním fotbale hrají velmi důležitou roli osobní souboje a úspěšnost v nich. Trenéři by proto měli vychovávat hráče schopné konstruktivně tyto souboje vyhrávat, a navíc v nich budou psychicky odolní. V současném vrcholovém fotbale z hlediska tréninku jde o to vybírat si hráče na jednotlivé posty podle jejich možností a schopností pro zvolený systém hry, a ty jako tzv. jednotlivé články udržovat, zlepšovat jejich předpoklady, a hlavně dál zapojovat do skupinového a herního výkonu. V našem pozorování jsme dost často evidovali situace, kdy hráč byl ve správném prostoru a ve správný čas, a přesto nezvládl herní soubojovou situaci. Velmi důležitým poznatkem pro praxi je tedy zapojovat do tréninku cvičení, ve kterých se objeví osobní souboje, které se co nejvíce podobají zápasovým situacím, a to z hlediska náročnosti na přesnost, rychlost provedení, tlaku času a prostoru.

Náš výzkum byl vlastně tzv. „pionýrskou“ prací ve snaze definovat chybné řešení obran v moderních systémech hry. Myslíme si, že předložené a popsání výsledky chybných řešení v obranné hře mužstva FC Chelsea ve své podstatě odpovídají a budou se opakovat u většiny mužstev. S většími či menšími rozdíly mezi výkonností elitní a amatérskou. Jsme přesvědčeni, že představené poznatky se dají použít v tréninkové praxi. Jsme si také však vědomi, že existují i jiné způsoby jak tyto chyby interpretovat a popsat.

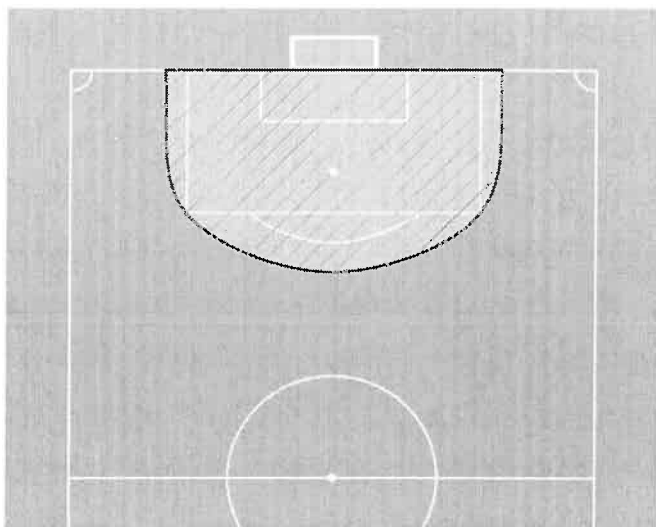
Naší snahou bylo také vytvořit určitý kategoriální systém dat, který by byl dále použitelný pro pozorování obdobného charakteru. Jestli se nám alespoň částečně tuto snahu podařilo naplnit, ukáže až čas.

## Seznam použité literatury a zdrojů

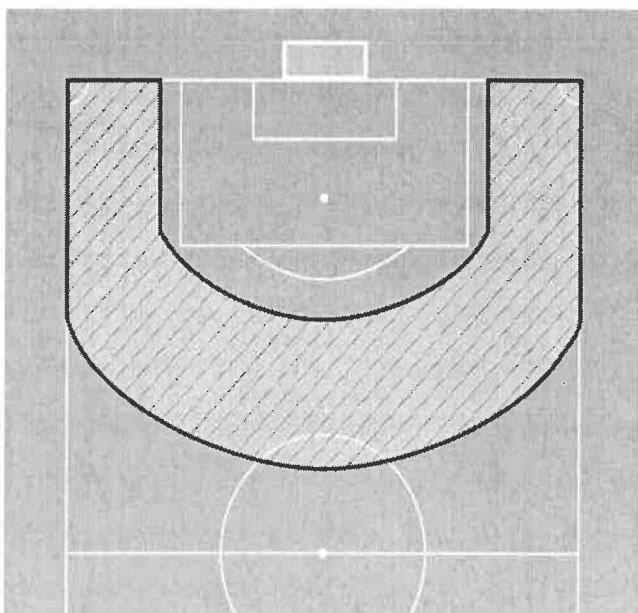
1. BOKŠA, M., MENDELÍK, J.: *Střelba v kopané*, Olympia, Praha 1989
2. BUZEK, M., PROCHÁZKA, L.: *Moderní obrana*, Praha 2003
3. DOBRÝ, L., SEMIGINOVSKÝ, B.: *Sportovní hry – výkon a trénink*, Olympia, Praha 1988
4. DOBRÝ, L., VELENSKÝ E.: *Košiková teorie a didaktika*, SPN, Praha 1987
5. DOLISTA, V.: *Diagnostika herního výkonu*, 2002
6. DOLVALIL, J. a kol.: *Trénink a výkon ve sportu*, Olympia, Praha 2002. ISBN 80-7033-760-5
7. FAJFER, Z.: *Trenér fotbalu mládeže (6-15) let*, Olympia, Praha 2005
8. HÁMOR, M.: *Způsoby překonávání současných obranných systémů hry v kopané*, 2000
9. HENDL, J.: *Úvod do kvalitativního výzkumu*. Praha, Karolinum 1999, ISBN 80-7184-549-3.
10. CHOUTKA, M.: *Moderní kopaná*, Olympia, Praha 1970
11. CHOUTKA, M.: *Teorie a didaktika sportu*, Praha, SNP 1976
12. JENDUPEUX, D.: *Filosofie čtyřčlenné obranné řady Fotbal a trénink* str. 14-19.
13. KULIČ, V.: *Chyba a učení*, Praha, SNP 1971
14. MACÁK, I., HOŠEK, V.: *Psychologie tělesné výchovy a sportu*, Praha, SPN 1989
15. NAKONEČNÝ, M.: *Základy psychologie*, Praha, Academia 1998. ISBN 80-200-0698-3.
16. NAVARA, M., BUZEK, M.: *Kopaná – Teorie a didaktika*, SPN, Praha 1986
17. OLIVIERA, BRUNO a kol.: *Mourinho "Porgue tant as vitorias?" - Proč tolik vítězství?*, Gradiva 2006
18. PSOTTA, R.: *Analýza intermitentní pohybové aktivity*, Praha, Karolinum, 2003, ISBN 80-246-0692-5.
19. STARZMANN, P.: *Ballorientiertes Verschieben Fussballtrainer*, 48 /1997/ Str. 14-15
20. VOJTÍK, J.: *Trenér fotbalu "B" UEFA licence*, Olympia, Praha 2005
21. INTERNETOVÁ ADRESA: [www.trénink.com.cz](http://www.trénink.com.cz)
22. INTERNETOVÁ ADRESA: [www.dfb.de](http://www.dfb.de)
23. INTERNETOVÁ ADRESA: [www.Uefa.com](http://www.Uefa.com)
24. INTERNETOVÁ ADRESA: [www.premierleague.cz](http://www.premierleague.cz)

## Přílohy

Obrázek č. 1. prostor „V“



Obrázek č. 2. prostor „K“



**Ukázka záznamových archů z utkání FC Barcelona vs. FC Chelsea 1 – 1 hraného 7. 3.  
2006 a to ze druhého poločasu**

chyba		neobsazený hráč v prostoru - V					
		po odraženém míči			po vědomé kombinaci soupeře		
		střílí	sklepává	otáčí se obchází	střílí	sklepává	otáčí se obchází
Individuální	TE						
	TA	□↕			□↕ ○↕		
	KO						
	PSY						
skupinová	TE						
	TA				□↕		
	KO						
	PSY						
týmová	TA						
	KO						

## neobsazený hráč soupeře s míčem

chyba		v prostoru -K					
		po odraženém či odvráceném míči			po vědomé kombi kombinaci soupeře		
		obsazený ale ne těsně		volný	obsazený ale ne těsně		volný
		pod tlakem	bez tlaku		pod tlakem	bez tlaku	
Individuální	TE						
	TA						□↓ ○↓
	KO						
	PSY						
skupinová	TE						
	TA						□  □↕
	KO						
	PSY						
	TA						
týmová	KO						

## Odvrácení míče soupeři

Chyba		způsob odvrácení			
		Hlavou	hlavou ve výskoku	nohou na zemi	nohou ve skluzu
IHV	Technická		⊙ ↓		
	Taktická	⊙ I   ⊙ II	⊙ ↓		
	Kondiční				
	Psychická				

## Destruktivní odebrání míče

		Do zámezí			
		Hlavou na zemi	Hlavou ve výskoku	Nohou na zemi	Nohou ve skluzu
IHV	Technická				
	Taktická			⊙ II	
	Kondiční				
	Psychická				

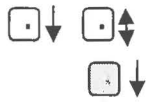




Chyba		Zbytečný faul			
		vzdušný souboj		souboj na zemi	
		Hlavou na zemi	Hlavou ve výskoku	Nohou na zemi	Nohou ve skluzu
IHV	Technická				
	Taktická	⊙↕ ⊙↓		⊙↓	
	Kondiční				
	Psychická				



## Prohraný souboj 1 na 1

souboj		chyby			
		technická	taktická	kondiční	psychická
	ve výskoku		⊙↕	⊙↕	
hlavičkový	na zemi		⊙↕ ⊙  ⊙  ⊙↓		⊙↓
	útočník čelem				
Po zemi	útočník zády	⊙↓	⊙↓		
	útočník bokem	⊙↕ ⊙↕	⊙↕ ⊙↕ ⊙↕	⊙↕	

## Chybné řešení úseku hry

Situace	Chyby							
	Jednotlivce				Skupiny			
	TE	TA	KO	PSY	TE	TA	KO	PSY
3 x 3								
3 x 2						⊙↓		
3 x 1								
2 x 1								
2 x 2								

**hráč soupeře s míčem má čas na konstruktivní přihrávku směrem do předu nebo do šance**

chyba		za středovou řadu		za obrannou řadu		dlouhý míč za obranu	centr do prostoru - V
		mezi SZ a SZ	mezi SZ a KZ	mezi SO a SO	mezi SO a KO		
Individuální	TE						
	TA	⊙					⊙ ⇕
	KO						
	PSY						⊙ ⇕
skupinová	TE						
	TA						
	KO						
	PSY						
týmová	TA						
	KO						

## Chybné řešení v herním výkonu

Chyby	týmová		skupinová	
	Taktická	Kondiční	taktická	kondiční
Neúspěšný pressing			⊙↓	⊙↓
Moc roztažený blok	⊙↓		⊙↓	
Pomalé přesunutí bloku				
Moc stažený blok	⊙↕			

## Chybné řešení úseku hry

Situace	Chyby							
	Jednotlivce				Skupiny			
	TE	TA	KO	PSY	TE	TA	KO	PSY
3 x 3								
3 x 2						○↓		
3 x 1						□↓ □↕ □↓		□↓
2 x 1	□↕	□↕						
2 x 2						□↓		

Svoluji k zapůjčení této diplomní práce ke studijním účelům. Prosím o laskavé vedení evidence vypůjčovatelů, kteří necht' pramen převzaté literatury řádně citují. Děkuji.

---

Jméno a příjmení:

číslo OP:

Datum:

Podpis: