

UNIVERZITA KARLOVA v PRAZE
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY a SPORTU

Analýza obranných činností hráčů ČEZ Nymburk
DIPLOMOVÁ PRÁCE

VEDOUCÍ PRÁCE:
PaedDr. Michael Velenský, Ph.D.

ZPRACOVAL:
Jan Pantůček

Abstrakt

Název : Analýza obranných činností jednotlivce hráčů ČEZ Nymburk

Cíle práce: Vyhledat největší nedostatky v individuální a týmové obranné činnosti v utkáních Národní basketbalové ligy (NBL) a Evropské ligy (FEL).

Metoda : Pro naši práci jsme použili metodu přímého pozorování (analýza videozáznamu). Výsledky jsme zaznamenávali do předem připraveného formuláře. Měřený vzorek tvořilo 5 utkání domácí nejvyšší soutěže a 5 utkání Evropského ligy.

Výsledky: Výsledky mají ukázat nejčastější chyby v obranné činnosti jednotlivce i týmu, jejich četnost a zároveň i zpětnou vazbu na trénink.

Klíčová slova: basketbal, individuální obranná činnost, kolektivní obranná činnost, zpětná vazba

Abstract

Name: The Analysis of the Defensive Activities of the Players ČEZ
Basketball Nymburk

Main task: To find out the greatest deficit in the individual and team defensive activity in the National Basketball League (NBL) and European League (FEL).

Method: We used the direct observation method (analysis of the video) for our project. We recorded the results into the preprepared forms. A check sample we analyzed was created by 5 games of the National Basketball League and 5 games of the European League.

Results: We want to show the most frequented errors, frequency and also the feedback into the training process in the defensive activity of the players and the whole team.

Keywords: basketball, defensive activity, individual defensive activity, feedback

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně a použil pouze pramenů uvedených v seznamu použité literatury.

V Praze dne17.4.2007.....

.....
Jan Pantůček

Touto cestou bych chtěl poděkovat PaedDr. Michaelu Velenskému, Ph.D. za odborné vedení práce, cenné rady a praktické zkušenosti dále také Mgr. Michalu Ježdíkovi, resp. Týmu ČEZ Basketball Nymburk za propůjčení materiálů, které sloužili jako podklad v této práci.

Děkuji.

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

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

Obsah

1. Úvod	9
TEORETICKÁ ČÁST	
1. 1. Charakteristika a historie basketbalu	11
1. 2. Výkonnost v basketbale.....	15
1. 2. 1. Sportovní výkon družstva	16
1. 2. 2. Sportovní výkon jednotlivce	18
1. 4. Charakteristika zátěže.....	20
2. Herní činnosti jednotlivce	22
2. 1. Vymezení pojmů	22
2. 2. Obranné činnosti jednotlivce	26
2. 2. 1. Základní prvky obrané činností jednotlivce	28
2. 2. 2. Samotné obrané činnosti jednotlivce.....	29
2. 2. 2. 1. Obrana hráče bez míče, který stojí na místě.....	29
2. 2. 2. 2. Obrana hráče bez míče, který se pohybuje.....	31
2. 2. 2. 3. Obrana hráče, který stojí s míčem na místě.....	32
2. 2. 2. 4. Obrana hráče, který se pohybuje s míčem.....	32
2. 2. 2. 5. Obrana podkošového hráče – pivotmana	35
2. 2. 2. 6. Obranné doskakování	37
2. 2. 2. 7. Obranná činnost jednotlivce v přesilové situaci.....	39
3. Obranné kombinace	40
3. 1. Obranné kombinace proti clonění soupeřů.....	40
3. 1. 1. Proklouzávání	40
3. 1. 2. Přebírání.....	42
3. 2. Kombinace při zesíleném krytí.....	44
3. 3. Kombinace při přesilových situacích	44
4. Cíle práce	45

5. Metodika práce	48
5. 1. Techniky a prostředky	48
5. 2. Obecná charakteristika pozorování	48
5. 3. Způsob evidence dle Velenského	51
5. 4. Náš způsob evidence	53
5. 5. Postup práce.....	56

PRAKTICKÁ ČÁST

6. Výsledková část.....	58
6. 1. Efektivita obrany při střelbě soupeře	61
6. 1. 1. Inkasované koše.....	62
6. 1. 2. Fauly při střelbě.....	64
6. 1. 3. Inkasované koše s faulem při střelbě.....	66
6. 1. 4. Neproměněné střeli útočníka.....	68
6. 1. 5. Celkový poměr úspěšnosti obranné činnosti při střelbě soupeře.....	70
6. 1. 6. Celková úspěšnost obrany jednotlivce při střelbě soupeře.....	72
6. 2. Efektivita doskakování	75
6. 2. 1. Četnost chyb v doskakování u jednotlivých hráčů	76
6. 2. 2. Celková efektivita doskakování	78
6. 3. Kladné případy v obranné činnosti jednotlivce	80
6. 4. Celková obranná činnost jednotlivce.....	83
6. 5. Četnost chyb v komunikaci mezi jednotlivými hráči	86
6. 6. Četnost chyb při clonění soupeře.....	89
6. 7. Zisky kolektivní obranou činností	92
6. 8. Celková kolektivní obranná činnost	94
7. Celkové zhodnocení výsledků - diskuse.....	97
8. Závěr	100
9. Použitá literatura	101

1. Úvod

V této diplomové práci se budu zabývat analýzou obranných činností hráčů týmu ČEZ Nymburk. Proč jsem si vůbec toho téma vybral a co mě k němu vedlo?

Už ode dávna platí přísloví: „Obrana je základem hry,“ a v současném pojetí basketbalu to platí několikrát. Je důležité si uvědomit, že basketbal jako hra se vyvíjí, vznikají nové trendy a systémy. Tam, kde dříve trenéři kladli důraz na útočné kombinace a systémy, tak tam v dnešním basketbale mnoho úspěšných trenérů nejen u nás, ale hlavně v zahraničí preferuje hlavně agresivní a precizně zvládnuté obranné systémy, vycházející z individuálního obranného výkonu.

Cílem naší práce bude zjistit nejčastější chyby v obraně u jednotlivých hráčů týmu ČEZ Basketbal Nymburk, jejich četnost ve vybraných utkáních nejvyšší domácí soutěže a porovnat ji s vybranými utkáními Evropské basketbalové ligy. Na základě výsledků poté doporučit možnosti nápravy chyb a doporučit případné tréninkové praktiky.

Objektem pozorování budou hráči týmu ČEZ Basketbal Nymburk. Vybrali jsme tento tým ze tří hlavních důvodů: 1) byl to v dané sezóně 2004/2005 nejlepší tým domácí soutěže (obhájili titul mistra ligy, a vyhráli Český pohár a navíc po celou dobu základní části ligy nebyli poraženi) 2) účinkovali v utkáních Evropské ligy (tam se probojovali až do osmifinále) a za 3) jsem měl možnost využít exkluzivní materiály zapůjčené přímo hlavním trenérem A-týmu ČEZ basketbal Nymburk, panem Michalem Ježdíkem. Tyto všechny skutečnosti a hlavně možnost pozorovat „ty nejlepší“ rozhodli právě ve prospěch tohoto týmu.

TEORETICKÁ ČÁST

1. 1. Charakteristika a historie basketbalu

Basketbal je týmová sportovní hra brankového typu. Podle oficiálních pravidel ji hrají dvě družstva o pěti hráčích, kteří v průběhu utkání mohou být střídáni určitým počtem náhradníků. Oproti podobným sportovním hrám se basketbal odlišuje zejména umístěním branek (košů), které jsou zavěšeny nad zemí (3,05 m pro všechny seniorské kategorie, tj. pro hráče a hráčky nad 18 let a mládež od 11 let; 2,60 m v minibasketbalu pro kategorii mladších minižáků, tj. 8-10 let) a vodorovně s ní. To přisuzuje basketbalu zvláštní ráz sportovní hry bez speciálního hráče – brankáře. Hraje se na hřišti obdélníkového tvaru o rozměrech 28 x 15 metrů.

V basketbalu se všichni hráči aktivně zapojují do útoku i do obrany. Úkoly (funkce) útočníků a obránců se však nerozdělují předem jako např. v kopané nebo ledním hokeji, ale hráči je přebírají v těch okamžicích utkání, kdy družstvo získává míč pod kontrolu a může útočit na koš soupeře, nebo tuto kontrolu ztrácí a musí bránit.

Rovněž počítání branek (košů) je rozdílné. V basketbalu má koš hodnotu jednoho bodu (při úspěšném trestném hodu), dvou bodů (koš ze hry) nebo tří bodů – v případě, je-li koše dosaženo střelbou z třibodového území (rovněž ze hry).

Pravidla různých průpravných her však umožňují jak vyšší či nižší počet hráčů, tak počítání košů (bodů) podle domluvy.

Basketbal patří mezi nejrozšířenější a nejpobulárnější sporty na světě. Vznikl v roce 1891 na springfieldské universitě (Springfield College, Massachusetts, USA), a jeho zakladatelem je James Naismith. Podle archeologických nálezů bylo zjištěno, že podobnou hru pěstovali jako součást náboženských obřadů již sedm století před naším letopočtem Mayové (nazývali ji pok-ta-pok) a Aztékové (tlachtli). Tato hra provozována na hřišti 166 x 28 metrů byla podobná v tom, že cílem hráčů bylo prohodit míč kamenným kruhem umístěným asi 10 metrů nad zemí.

Dr. James Naismith vyšel z potřeby zaujmout studenty intenzivní sportovní činností i během zimní výuky v tělocvičně. Zhodnotil z hlediska použitelnosti nejznámější sportovní i pohybové drobné hry a stanovil základní etické a didaktické principy, které hra musí splňovat. Vyloučil jakékoli možnosti surovostí a tvrdších zákroků, podněcoval smysl pro spolupráci a kolektivnost. Určil, že se při hře nesmí

běhat s míčem v ruce, že míč bude poměrně lehký a velký, aby byl snadno ovladatelný. Každý hráč, který vstoupí do hry má stejnou možnost do ní zasáhnout a docílit bodů. Dále rozhodl, že míč bude vhazován do koše horizontálně položeného ve výšce proto, aby k jeho dosažení bylo třeba jemné koordinace pohybů než hrubé síly.

Tyto zásady byly včleněny do prvních třinácti pravidel, která byla v lednu 1892 otištěna ve školním časopise *Triangl*. Byla to :

1. Míč může být házen všemi směry jednou nebo oběma rukama.
2. Míč může být odražen všemi směry jednou nebo oběma rukama (nikdy ne pěstí)
3. Hráč nesmí běhat s míčem. Musí jej odhodit z toho místa, kde jej chytil.
4. Míč musí být držen v ruce nebo mezi nimi. Paže a tělo se nesmí používat k držení míče
5. Není dovoleno vrážení, strkání, držení, podrážení či udeření soupeře žádným způsobem. Porušení tohoto pravidla se počítá za osobní chybu a druhé porušení diskvalifikuje hráče až do doby, kdy je dosažen další koš. V případě, že byl prokázán zřejmý úmysl poranit soupeře, byl hráč vyloučen do konce utkání.
6. Osobní chybou je udeření pěstí, porušení pravidel číslo 3, 4 a 5.
7. Jestliže některé družstvo se dopustí tří osobních chyb po sobě, počítá se to jako koš soupeři.
8. Koše je docíleno, jestliže je míč vhozen či odražen do koše a zůstane tam.
9. Vlétne – li míč do zázemí, je vhazován do hřiště tím hráčem, který se jej první zmocní. K vhození je povoleno 5 sekund. Trvá – li déle, vhazuje soupeř.
10. Druhý rozhodčí posuzuje hráče a zaznamenává chyby. Upozorňuje hlavního rozhodčího, když se mužstvo dopustí tří osobních chyb po sobě. Má právo diskvalifikovat hráče podle pravidla čísla 5.
11. Hlavní rozhodčí sleduje míč a rozhoduje, kdy je míč ve hře, v zázemí, které straně patří a měří čas. Rozhoduje, kdy bylo dosaženo koše, a vykonává všechny ostatní povinnosti, které vykonává každý rozhodčí.
12. Hraje se 2 x 15 minut s pěti minutovou přestávkou.

13. Strana která docílí v hrací době více košů je vítězem. V případě nerozhodného výsledku může hra se souhlasem kapitánů obou družstev pokračovat až do docílení dalšího koše.

Přes to, že se basketbal rychle rozšířil do všech světadílů a pravidla bylo nutné často doplňovat a měnit, základní etické principy zůstaly nedotčeny. V jejich duchu se také ubírá i další vývoj pravidel. Ze své kolébky na springfieldské universitě začal basketbal rychle pronikat na okolní university a školy. Záhy došlo k měření sil mezi třídami, ale i mezi vybranými celky škol.

Nový sport se rozšířil nejprve na sever do Kanady a teprve těsně před koncem 19 století pronikl na jih do Střední a Jižní Ameriky. Další oblasti kam se basketbal rozšířil byly Filipíny, pak Čína, Japonsko, Indie a Persie. Teprve potom došlo na Evropu, kde se hra však začala rychleji rozvíjet až po první světové válce.

V současné době sdružuje Mezinárodní basketbalová federace (FIBA) kolem 200 členských států a další, především nově vznikající, o členství žádají. Počet registrovaných hráčů a hráček se v celosvětovém měřítku odhaduje na 300 miliónů a zcela určitě nepředstavuje číslo konečné. Orgány FIBA totiž usilují o rozšíření sportovní hry zejména mezi dětmi a mládeží. Mezinárodní basketbalová federace, která vznikla v roce 1932 z potřeby převzít kontrolu nad prudce živelným rozmachem basketbalu a z potřeby sjednotit jeho pravidla, pořádá a organizuje celou řadu soutěží na úrovni klubů i národních mužstev, a to jak z hlediska regionálního (územního či kontinentálního), tak celosvětového. Mezi nejvýznamnější patří olympijský turnaj (hrají muži i ženy jednou za čtyři roky v rámci letních olympijských her), mistrovství světa (hraje se jednou za čtyři roky v období, kdy se nepořádají LOH) a mistrovství Evropy (hraje se jednou za dva roky v období, kdy se nepořádají LOH a MS). Účast v těchto soutěžích podléhá přísným regulím FIBA a je např. podmíněna vysokou sportovně herní výkonností a umístěním v předkolech - tzn. kvalifikacích.

Za nejkvalitnější a nejpřitažlivější klubovou soutěž na světě je pokládána soutěž amerických profesionálních basketbalistů NBA (National Basketball Association). Hraje se na území USA a Kanady a její hráči – je jich zhruba 350 – jsou právem v celosvětovém měřítku považováni za nejlepší. Za své výkony jsou také výborně placeni.

Přestože NBA není součástí FIBA, smějí se od roku 1990 – na základě dohody mezi oběma organizacemi – zúčastňovat její výběry LOH a MS.

Basketbal, jehož popularita v poslední době ještě vzrostla právě zásluhou účasti amerických profesionálních hráčů na LOH 1992 v Barceloně, na MS 1994 v Torontu, na LOH 1996 v Atlantě a na LOH 2000 v Sydney, ale není doménou pouze registrovaných či dokonce profesionálních hráčů, pro něž je úsilí dosahovat co možná nejlepších výsledků v různých soutěžních výkonností a vrcholové úrovni vlastní a přirozené. Basketbal je dostupný všem lidem, kteří se chtějí realizovat konkrétní sportovní činností, hledají v ní především radost, uspokojení a jsou při tom ochotni podřídit svoje osobní zájmy zájmu určité sociální skupiny. Jako hra je vhodný pro děti a mládež, která v něm obvykle nachází příjemnou aktivní zábavu.

1. 2. Výkonnost v basketbale

Výkonnost je obecně považována za schopnost podávat opakovaně určitý výkon. Pro každého hráče by mělo být cílem dosažení co nejlepší výkonnosti, aby se mohl stále více podílet na výsledcích svého družstva. Rozdíl je ale ve vnímání utkání okolím, které se zaměřuje především na výsledek a hru celého družstva, a samotným hráčem, jenž může po utkání na první pohled vidět svůj vlastní výkon.

Výkonnost se buduje tréninkovým procesem na podkladě určitého talentu. Každý jedinec nedosahuje určité výkonnosti stejným způsobem. Zpočátku některým jedincům stačí využívat svého talentu bez větší námahy, naopak jedinci bez výrazného talentu mohou svoji pílí a snahou nadanějším hráčům stačit. To však platí jen do určité doby a do určité hráčské úrovně. Výkonnostně dále se již mohou dostávat jen hráči, kteří budou schopni a ochotni svůj talent spojit s vysokým stupněm tréninkového úsilí. Především čas a námaha věnovaná tréninkové práci bude stále méně adekvátní výkonnostnímu přírůstku, což mnohé sportovce od další práce odradí. Na nejvyšší úrovni je činnost již tak náročná, že se může pohybovat až na hranici ohrožení zdraví sportovce.

Úroveň výkonnosti by měla být trenérovi neustále známá. Na základě těchto znalostí trenér reguluje další postup v tréninkovém procesu. Podle výkonů v jednotlivých utkáních trenér zjišťuje, jak se odráží současný tréninkový systém na jednotlivých hráčích, ale i na výkonnosti celého družstva jako celku.

Tělesnou výkonnost rozlišujeme jako schopnost podávat výkon v určité pohybové činnosti a sportovní výkonnost – schopnost podávat výkon v určité specializované pohybové činnosti, jejíž provedení je stanoveno pravidly (1).

Sportovní výkonnost je určitým druhem výkonnosti člověka, proto vedle sportovní výkonnosti hovoříme i o pracovní výkonnosti, tělesné výkonnosti, duševní výkonnosti apod. Výraznou součástí všech výkonností je výkon. Obdobně i ve sportovní výkonnosti hovoříme o sportovním výkonu jako o základním elementu. Obecně se výkonem rozumí množství práce vykonané za určitou dobu.

Sportovním výkonem rozumíme aktuální projev specializované sportovní výkonnosti, jehož obsahem je uvědomělá pohybová činnost zaměřená na řešení úkolu,

který je vymezen sportovními pravidly. Ve sportovních výkonech rozlišujeme jednak vlastní průběh pohybové činnosti, jednak její konečný výsledek – efekt.

Oba aspekty tvoří jednotu a jsou na sobě těsně závislé. Z hlediska sportovního tréninku má sice rozhodující význam konečný výsledek, avšak ten je podmíněn celkovým průběhem dané činnosti. Proto oba aspekty považujeme za neoddělitelné.

Sportovní výkon ve sportovní hře je charakterizován :

a) pohybovou stránkou, což jsou pohybové dovednosti jako kombinace složitých struktur, jež jsou ve sportovních hrách velice variabilní,

b) psychologickou stránkou, která obsahuje tvůrčí myšlení v závislosti na anticipaci záměrů soupeře i spoluhráčů, volbu optimálního řešení a interpersonální vztahy,

c) fyziologickou stránkou, která se uplatňuje u pohybových činností vysoké intenzity trvajících delší časový úsek, zatížení oběhového a dýchacího systému často v nepravidelně se střídajících intervalech a také způsobilosti mobilizovat energii na pohybovou činnost, která probíhá v neoxidativní a laktátové zóně a v oxidativní zóně. Zahrnuje také zatížení pohybového aparátu.

1.2.1 Sportovní výkon družstva

Sportovní 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 skupiny jako celku. Sportovní výkon podléhá sociálně psychologickým a speciálně herním zákonitostem. Jediným vyjádřením výkonu družstva je výsledek dosažený v utkání proti konkrétnímu soupeři. Na výkon družstva působí jeho vnitřní struktura, tj. určitý systém pozic a rolí hráčů v družstvu.

Struktura družstva podmiňuje jeho sociální klima, které lze hodnotit různými parametry. Na úspěšnost družstva mají rozhodující vliv soudržnost, tj. míra semknutosti hráčů v jeden celek, participace, tj. míra účasti jednotlivých hráčů na činnosti družstva, a autorita, tj. míra významu družstva pro jeho členy – hráče.

Podle Vaňka a Slepíčky (1976) patří k dalším charakteristickým znakům efektivní skupiny:

- a) Přiměřená motivace na skupinový cíl za předpokladu, že cíl družstva je akceptován a chápán všemi členy družstva.
- b) Komunikace mezi hráči v družstvu, která by měla vést k tomu, aby skupina naslouchala všem členům a akceptovala jejich názor.
- c) Vhodná skladba meziosobních vazeb, které mají jednak přímý vliv na sportovní činnost a především na spolupráci.
- d) Systém hodnot a norem, regulujících chování jednotlivých hráčů alespoň v záležitostech pro skupinu důležitých. Každý hráč je tomuto vystaven. Jakékoli působení na hráče jako člena skupiny se lomí prostřednictvím vztahů v družstvu.

Vytvářet družstvo a jeho výkon předpokládá tedy znalost sociálně psychologických poznatků o jevech týkajících se družstva jako sociální skupiny a jejich praktickou aplikaci při tvorbě podmínek úspěšnosti družstva. Výkon družstva vyjádřený výsledkem dosaženým v utkání lze analyzovat na základě údajů zaznamenaných v průběhu utkání a popsat je číselnými charakteristikami. K těmto charakteristikám patří např. počet všech útočných fází a jejich úspěšnost, počet všech obranných fází a jejich úspěšnost, počet pokusů o střelbu a jejich úspěšnost, počet trestných hodů a jejich úspěšnost, počet doskočených a stažených míčů, ztráty míče před střelbou, míče získané v poli, počet osobních chyb, počet přihrávek v jedné útočné fázi.

Tyto údaje získané ve větším počtu slouží jako kritérium pro hodnocení výkonu družstva. Jsou v podstatě speciální herní faktory, které mohou nabývat v různých utkáních různých hodnot a vždy se podílet svou vyšší nebo nižší úrovní na vítězství nebo porážce družstva. Řídit a usměrňovat výkon družstva ve smyslu dosahování vítězství nebo nejlepšího výsledku vyžaduje dlouhodobé i krátkodobé sledování, ovlivňování a využívání faktorů jak speciálně herních tak sociálně psychologických.

1. 2. 2. Sportovní výkon jednotlivce

Sportovní výkon hráče basketbalového družstva je chápán jako projev stupně herní způsobilosti k účasti v utkání. Je podmíněn komplexní dispoziční strukturou, která se navenek projevuje jako souhrn osvojených herních činností integrovaných do hry celého družstva.

Sportovní výkon jednotlivce představuje sumu herních dovedností, realizovaných hráčem v utkání v rámci družstva a v boji s konkrétním soupeřem. V každém okamžiku vyjadřuje vývojový stupeň hráče participovat (podílet se) na týmovém herním výkonu. V této definici čerpal ze svého původního znění Dobrý (1986), kdy hovořil o souvislé sérii herních činností jednotlivce, jimiž hráči řeší různé herní úkoly. *„Herní výkon jednotlivce je realizací dovednostního a zdatnostního potenciálu. Dovednostní potenciál představuje určitý vnitřní stav připravenosti k dovednostnímu výkonu, zásobu všech dovedností. Zdatnostní potenciál je tvořen morfologickými, biochemickými a fyziologickými faktory. Dovednostní a zdatnostní potenciál tvoří výkonovou kapacitu, která se za příznivých podmínek (motivace, nepřítomnost únavy apod.) realizuje jako herní výkon.“* (Dobrý, 1986)

Na ni navazuje později, kdy tento výkon sportovce nazývá individuálním herním výkonem (dále jen IHV). Ten je ovlivňován bioenergetickými, mechanickými a psychickými determinantami (Dobrý, 1988).

Z hlediska bioenergetických determinantů je IHV charakterizován vnějším pohybovým projevem a vnitřní odezvou podmíněnou uspokojováním bioenergetických nároků herní činnosti.

Při realizaci pohybového výkonu hraje velkou roli individuálně charakteristické zastoupení jednotlivých typů svalových vláken v kosterních svalech, což má určující vliv na pohybový výstup, na funkční a metabolickou odpověď. O konečném úspěchu a výsledku ve sportovní hře spolurozhoduje významnou měrou způsobilost hráče uplatňovat klíčové herní činnosti vysoké intenzity opakovaně v průběhu celého utkání. Konečným cílem hráče je tedy osvojení optimalizovaného rytmu průběžné oxidativní obnovy pohotovostních zásob ATP – CP, vyčerpaných krátkodobým vysokým silovým nasazením při realizaci klíčových herních činností jednotlivce po celé utkání.

Biomechanické determinanty IHV určují motorické provedení herních činností jednotlivce, což je jediným objektivně pozorovatelným výsledkem. Výsledný pohyb při realizaci jakékoli herní činnosti je výsledkem jemné interakce četných svalových skupin a různého použití vynaložených sil, které působí na stabilitu a lokomoci hráče i na manipulaci hráče s míčem.

IHV je také ovlivňován psychickými determinantami. V herních dovednostech se odrážejí kognitivní, motivační, volní a emoční procesy. Psychické determinanty ovlivňují způsobilost hráče kontrolovat a řídit cíleně, tj. v souladu s požadavky, a samostatně vlastní jednání v konkrétní herní situaci. (Dobrá, 1988)

„K realizaci IHV v utkání dochází pod vlivem různých rušivých vlivů, které snižují až znehodnocují výkon. Odolnost proti rušivým vlivům se chápe jako způsobilost člověka vykonávat danou činnost v podmínkách působení deformačních faktorů pokud možno bez výrazného snížení efektivnosti činnosti, tzn. s co nejmenším ovlivněním IHV.“ (Dobrá, 1988, s. 27)

1. 3. Charakteristika zátěže

Za 10 minut hry basketbalista uběhne přibližně 1000 metrů, provede přes 20 výskoků, stejně tolikrát provede rychlý únik a použije driblinku a asi 5x vystřelí. Přes polovinu odehrané doby stoupá tepová frekvence. Nad 165 tepů za minutu. Celkový čas utkání je značně nepravidelně rozčleněn na 80 - 90 různě dlouhých úseků. Průměrná doba jednoho úseku je 27-28 sekund. Nejčastěji se vyskytují úseky činnosti 10 - 20 sekund dlouhé. Tyto úseky intenzivního zatížení jsou nepravidelně přerušovány různě dlouhými úseky nízké intenzity či relativního klidu, jejichž průměrná doba trvání je 20 sekund, přičemž přerušení delší než 30 sekund se vyskytují zřídka. (Bulín, Zobač, 1985)

Základem kondiční připravenosti basketbalisty je tedy speciální herní vytrvalost v činnosti střední až vysoké intenzity s nepravidelnými úseky zatížení především rychlostně silového charakteru a nepravidelnými intervaly méně intenzivní činnosti či relativního klidu. V basketbalovém utkání se tedy objevují všechny druhy zatížení, které na sebe navazují a navzájem se ovlivňují. Z hlediska způsobu energetického zabezpečení výkonu můžeme mluvit o smíšeném aerobně anaerobním charakteru zatížení. Jedná se o zatížení přibližně na hranici anaerobního prahu, kdy dochází k dynamické rovnováze aerobních a anaerobních procesů a s tím související tvorbě a odbourávání laktátu. Tento smíšený charakter energetického zabezpečení indukuje pro trenéry basketbalu otázku o zaměřenosti rozvoje a kultivace jednotlivých zón metabolického krytí výkonu jako součásti procesu sportovního tréninku. Podle intenzity a charakteru činnosti se podíl aerobních a anaerobních procesů při intenzivních úsecích hry pohybuje v poměru 10 % - 23 % ku 90 % - 77 % ve prospěch anaerobního procesu při tepové frekvenci 180-210 tepů za minutu. Proto mluvíme o maximální zátěži. Při intervalech charakterizovaných tepovou frekvencí mezi 160-180 tepy za minutu se mění na 80 % ku 20 % ve prospěch aerobního způsobu úhrady energie. Tuto zátěž označujeme jako submaximální. Část hrací doby probíhá při nízké intenzitě činnosti. Zde se poměr aerobních a anaerobních procesů zvyšuje na 90 % ku 10 % a tepová frekvence klesá pod 160 tepů za minutu a podle délky odpočinku se navrácí ke klidovým hodnotám. (Bulín, Zobač, 1985)

Z těchto šetření je patrné, že z hlediska funkční připravenosti basketbalisty je rozhodující složka ATP-CP, tzv. anaerobně alaktátový způsob úhrady energetických nároků, v jejímž rámci probíhá většina finálních činností basketbalisty (uvolnění bez

míče i s míčem, doskakování, řešení situace jeden na jednoho i většina obranných činností).

Anaerobně laktátový způsob úhrady energie (LA) je druhou složkou ovlivňující možnost podávání maximálního sportovní výkonu v basketbale. Sportovním tréninkem je třeba vytvořit odpovídající změny v kapacitě i účinnosti tohoto systému, nicméně konečným cílem rozvoje LA systému není dosahování vysoké koncentrace laktátu v krvi, ale především adaptace hráče pro podávání maximálního výkonu v tomto nepříznivém vnitřním stavu organismu tak, aby vnitřní homeostáze, procesy vnímání a rozhodování a využití specifických koordinačně složitých pohybových stereotypů byly narušeny co nejméně. Názory na rozvoj aerobního systému označovaného je O₂ se v literatuře liší. Je však prokázáno, že vyšší stupeň rozvoje aerobních procesů u basketbalisty ovlivňuje při dané intenzitě činnosti pozdější zapojování LA systému, dosahování nižších koncentrací laktátu v krvi a s tím spojené menší narušení vnitřní homeostázi organismu. Stupeň rozvoje aerobních procesů také do značné míry ovlivňuje průběžnou regeneraci a resyntézu ATP-CP jako zdroje energie činnosti střídané intenzity.

Podle Bulína a Zobače výkonnost v basketbale ovlivňují zejména možnosti anaerobního zabezpečení herních činností, vnitrosvalové rezervy vázané na myoglobin, jejichž využití umožňuje ekonomicky provádět dlouhodobou svalovou práci střídavou intenzitou, celkové aerobní možnosti, lokální svalová vytrvalost dolních končetin a úroveň rychlostně silových schopností. (Bulín, Zobač, 1985)

V praxi je zřejmé, že takto odděleně se výše popsané systémy energetického zabezpečení výkonu rozvíjet nedají. Je třeba si uvědomit, že na základě pohybové činnosti se podílejí všechny tři systémy a podle převahy toho kterého systému hovoříme o rozvoji ATP-CP, LA či O₂ systému.

2. HERNÍ ČINNOSTI JEDNOTLIVCE

2. 1. Vymezení pojmů

Herní činnosti jednotlivce jsou druhem sportovních činností, které mají současně kompetitivní i kooperativní charakter. Jako každá jiná činnost mají i herní činnosti jednotlivce tři základní složky: cíl, motiv a způsob realizace. Řeší se jimi střetnutí mezi dvěma soupeři, tj. situace, které se v basketbalové terminologii označují jako jeden proti jednomu. Při těchto střetnutích je cílem herní činnosti jednotlivce překonat soupeře, přemoci jej a získat nad ním konkrétní výhodu.

Z hlediska sociální psychologie jsou herní činnosti jednotlivce, probíhající v těchto střetnutích, specifickým druhem nonverbální převážně pohybové dyadické interakce výrazně kompetitivního typu (Křivohlavý 1978).

Kooperační charakter spočívá v tom, že hráč, který vyřeší střetnutí se soupeřem ve svůj prospěch a vyřeší momentální herní úkol (uvolnit se od soupeře pro chycení míče, obejít soupeře, zabránit soupeři ve střelbě atd.), splní svou specifickou kooperační roli tím, že přispěje k dosažení cíle celého družstva. Motiv jako podnět k činnosti vyplývá z charakteru sportovně herních podmínek, v nichž dochází k činnosti, která je chtěná a dobrovolná. Zjevnou stránku herních činností jednotlivce, tj. způsob realizace, tvoří cílesměrné soustavy pohybů. Je pro ně charakteristické neustálé spojení s vnímáním, s interpretací dané herní situace na úrovni odpovídajících herních úkolů a s rozhodováním. Vznik herních činností jednotlivce vysvětlujeme složitou dispoziční strukturou, jejímž jádrem je koordinace motoriky s procesy senzoryckými.

Způsob provedení herní činnosti jednotlivce označujeme jako technickou stránku. Ve svém souhrnu vytvářejí všechny tyto pohybové celky herní motoriku. U každé herní činnosti jednotlivce je možné vyčlenit z technické stránky různě složité pohybové prvky, které tvoří základ techniky. Tyto prvky, které nejsou nikdy izolované, vstupují do vazeb činnostních i mezičinnostních. Integrální složkou herní senzomotoriky jsou pohybové schopnosti, zejména koordinační. Jejich verbalizace má značný význam pro praktické osvojování herních činností jednotlivce.

Taktickou stránku herních činností jednotlivce představují:

- a) psychické procesy a operace, jejichž předmětem je pochopení určité situace a výsledem výběr řešení,
- b) taktické úkoly, které vyplývají z kompetitivního charakteru herních činností při střetnutí se soupeřem, tj. v herním boji,
- c) taktické úkoly, které vyplývají z kooperativního charakteru herních činností jednotlivce plnícího svou specifickou kooperační roli v družstvu.

Realizace herních činností jednotlivce závisí na poznání herní situace. Je to souhrn podstatných vztahů mezi faktory tvořícími proměnlivé vnější podmínky realizace činností jednotlivce, skupiny nebo celého družstva. Herní situace zachycuje buď okamžitý stav nebo část úseku utkání, v níž nedochází k podstatnější změně vztahů mezi faktory, tj. nedochází ke změně struktury herní situace. Přejchody z jedné herní situace do druhé jsou plynulé. Z každé herní situace může vyplývat jeden i více herních úkolů a naopak tentýž herní úkol může trvat i při změnách herní situace.

Taktické úkoly kompetitivního typu chápe Křivohlavý (1978) jako koncepční pojetí dílčích složek taktického plánu hráče. Dělí se na ty, které si hráč klade sám na sebe, na své jednání, a na ty které zaměřuje na ovlivnění jednání svého soupeře.

Taktické úkoly v boji se soupeřem zaměřené na usměrnění vlastní činnosti hráče:

1. Průzkum celkové situace (soupeřových možností, slabin, předností, jejich srovnání s vlastními) i momentální herní situace. Úloha průzkumu celkové situace se plní obvykle na začátku utkání.
2. Maskování, což znamená zakrývání, zastírání, zatajování toho, co se připravuje, co se bude za chvíli dít nebo co se již děje. Účelem je zmást soupeře a odvést jeho pozornost od vlastních slabostí.
3. Zajišťování variability vlastních akcí. Změna v pojetí činnosti se musí projevit v okamžiku, kdy činnost přestane být úspěšná.
4. Anticipace, což znamená předem promýšlet, očekávat, myslet progresivně na boj.
5. Zvažování rizika, což znamená nedát se vyprovokovat k riskantnímu činu bez rozvažování.
6. Těžení ze soupeřových těžkostí. Úkol je zaměřen na soupeřovy slabosti, na jeho prostorové a časové stresy a zvláště na okamžiky jeho psychické nemohoucnosti.

7. Udržení klidu se dá chápat také jako rozvážené jednání, jako trpělivost potřebnou k tomu, aby hráč udržel situaci ve vlastních rukou.

Taktické úkoly zaměřené na ovlivnění soupeřovy činnosti:

1. Odvádění soupeřovy pozornosti. Soupeř by neměl zpozorovat přípravu akce (např. vytvoření situace pro únik driblinkem)
2. Neustálé ohrožování soupeře znamená prakticky nedopřát soupeři ani chvíli klidu, neustále mu ztěžovat situaci.
3. Provokování soupeře k určité akci, zejména k odhalení slabiny, lákáním do pastí (např. uvolnit soupeři s míčem cestu k postraní čáře a půlící čáře a tam jej zastavit).
4. Překvapení soupeře znamená neopakovat několikrát po sobě úspěšnou akci, aby se na ni soupeř nepřipravil ,nebo ji opakovat, ale nečekaně protichůdně ji měnit.
5. Vnucování soupeři vlastní styl boje, hry.
6. Psychické, fyzické i morální deprimování soupeře. Rozumí se tím vyvolání zmatku, chaosu, vzbuzování nejistoty, vyvedení soupeře z míry, navození deprimujícího strachu, podlomení sebedůvěry atd.

Taktické úkoly kooperativního typu vyplývají z rozboru herních kombinací a systémů hry družstva.

Herní činnosti jednotlivce jsou dovednostním typem pohybové činnosti konané v otevřeném prostředí utkání. (Dobry, Velenský, 1987)

Herní činnosti jednotlivce dělíme na útočné a obranné.

1.Útočné činnosti jednotlivce

Útok, resp. útočný systém, je tvořen navazováním činností jednotlivých hráčů družstva a organizací vztahů mezi nimi. V odborné literatuře se tyto činnosti označují jako herní činnosti jednotlivce /HČJ/. Mezi útočné činnosti jednotlivce zařazujeme:

- uvolňování bez míče
- uvolňování s míčem na místě
- uvolňování s míčem v pohybu
- přihrávání
- doskakování
- clonění
- střelba

2.Obranné činnosti jednotlivce

Obrana, resp. jakýkoli obranný systém je závislý na základních obranných činnostech jednotlivce, jimiž obránce řeší individuálně herní situace v obranné části hry. Mezi obranné činnosti jednotlivce zařazujeme:

- krytí útočníka bez míče
- krytí útočníka s míčem
- krytí útočníka po střelbě a stahování míčů
- krytí prostoru proti početní převaze útočníků

2. 2. Obranná činnost jednotlivce

Zabránit soupeři dát koš, získat míč obranným zákrokem, to je právě tak důležité, jako zakončit útok úspěšnou střelbou. Útočné části hry věnují větší pozornost nejen diváci, novináři, ale i samotní hráči kteří mají větší radost z dosáhnutých košů než z úspěšné obrany. Skvělé útočné schopnosti jednotlivých hráčů, střelba ve výskoku a rychlá hra, obranu skutečně stěžují.

Dobrá obrana to je soustředěná, tvrdá práce na hřišti, která vyžaduje hráčskou disciplínu. Není náhoda, že nejlepší obranu mají družstva, která vede přísný trenér a kde je příkladná disciplína na tréninku samozřejmostí.

Z hlediska taktiky hry je potřebná rovnováha mezi kvalitou hry v útoku a v obraně. Každý trenér ví, že je třeba ustavičně zdůrazňovat důležitost obrany. I přes význam a důležitost, kterou připisujeme obraně musíme přiznat, že nácvik a výcvik útočných činností je komplikovanější, technicky obtížnější a náročnější na taktické myšlení hráče. Efektivnost útočné hry závisí na více faktorech. Cizí prostředí, obecnostvo, míč, psychika hráče, která je podstatná při efektivnosti útoku.

Faktory které ovlivňují úspěch útočné hry, mají minimální vliv na obrannou hru. Výkon hráče v obraně nezávisí na kvalitě hřiště, osvětlení, koši, míči atd. Proto je obrana vždy stabilnější, spolehlivější částí basketbalové hry. Družstvo, které se spoléhá na útok a má „špatný“ den, prohraje. Ale družstvo, které má nejen dobrý útok, ale i obranu, dokáže soustředěnou obranou hrou nahradit slabší výkon v útoku. A tak v střetnutí, ve kterém se mu po útočné fázi nedaří, může vyhrát díky úspěšné obraně.

Předpoklady dobré hry v obraně:

1. Dokázat se soustředit na obrannou činnost, mít vůli a ctižádost, být dobrým obráncem a to přesto že, že nácvik obrany je těžší, nezábavnější. V obraně je nejdůležitější soustředěnost hráče. Nesmí se stát, aby hráč při obranné činnosti „zaspal“. Musí být stále koncentrovaný, aby předvídal činnost útočníka. V obraně není možno odpočívat.
2. Fyzická zdatnost. Nízký obranný postoj, výborná práce noh, pohybová rychlost a rychlost reakce, to všechno jsou náročné, ale dnes už nevyhnutelné požadavky na fyzickou připravenost hráče.
3. Teoretické vědomosti. Když se hráč chce stát skutečně dobrým obráncem, musí mít i teoretické vědomosti a obranné hře. Nestačí obranu jen zdůrazňovat, nestačí jen

příkaz trenéra „braň dobře“! Hráč musí vědět, jak má bránit. A to ho musí naučit trenér!

Obránce musí vědět :

- proč a jaký postoj má zaujmout,
- na kterém místě se má (vzhledem na soupeře, míč a koš) nacházet,
- jak krýt hráče s míčem a bez míče, jak střelce, jak hráče, který vniká, apod.

Rozhodujícím faktorem při nácvičku obrany a při formování hráče je role trenéra. Povinností jeho osoby je zvolit správný druh obrany k dané struktuře týmu a stupni hráčského vývoje, poradit obráncům kde a jak by měli v obraně stát, individuálně opravovat chyby, ale i pochválit obránce, ocenit jeho činnost na hřišti a zásluhy na konečném výsledku střetnutí. Trenér musí citlivě vést svoje svěřence k svědomitosti a zodpovědnosti v obraně nejen v zápasech, ale i při tréninku.

Pro trenéra je jistě velkým zadostiučiněním, když si vychová hráče, kteří mají důvěru ve svoje obranné schopnosti a chtějí bránit nejlepšího útočníka soupeře. Avšak trenér i hráč si musí uvědomit, že výborného útočníka (střelce) není možné ubránit tak, aby nedal ani bod. Když obránce nastoupí do střetnutí s takovýmto předsevzetím a soupeř dosáhne několika bodů, obránce ztratí důvěru ve svoje schopnosti. Trenér tedy vyžaduje od obránce, aby vynikajícího útočníka bránil tak, aby dal méně bodů než je jeho průměr. Když útočník dává např. průměrně 24 bodů za zápas a náš obránce ho ubrání tak, že dá jen 12 bodů, považujeme tento výkon za výborný.

Nevyhnutelným předpokladem úspěšného zvládnutí obranných kombinací a systémů je dokonalé poznání individuálních obranných činností jednotlivce. Ty dělíme následovně:

1. Základní prvky obranné činnosti jednotlivce

- postoj
- pohyb
- pohyb pažemi

2. Samotné obranné činnosti jednotlivce

- krytí hráče bez míče, který stojí na místě,
- krytí hráče bez míče, který se pohybuje,

- krytí hráče, který stojí s míčem na místě,
- krytí hráče, který se pohybuje s míčem
- doskakování v obraně
- obranná činnost jednotlivce v přesilové situaci

2. 2. 1. Základní prvky obranné činnosti jednotlivce

- postoj
- pohyb
- pohyb pažemi

Postoj – vždy zachovávat nízké těžiště s pokrčenýma nohama široko vedle sebe, při neustálé kontrole předozadní rovnováhy s těžištěm v předních částech chodidel. Důležitý je také správný odstup od útočníka, který vyplývá z fyzických a technických předpokladů obou aktérů.

Pohyb – neustále je třeba zachovávat správný postoj, uvedený výše. Pohyb vychází z klouzání do stran, dopředu, dozadu formou krátkých kroků. Nesmí se poskakovat, těžiště je na přední straně chodidel. Při pohybu vzad a šikmo vzad je vedoucí noha otočena špičkou do směru pohybu a odstrkující se noha napříč. pohyb těžiště nahoru a dolů, využívání pivotové obrátky, Při změnách směru útočícího hráče se obránce nesmí otáčet zády, při prudké změně směru hráče s míčem a následném pokusu o únik, obránce reaguje změnou pohybu na běh a snaží se hráče s míčem předběhnout a zastavit.

Pohyb pažemi – snaha o neustálé kopírování pohybu míče při všech činnostech hráče s míčem.

2. 2. 2. Samotné obranné činnosti jednotlivce

- krytí hráče bez míče, který stojí na místě,
- krytí hráče bez míče, který se pohybuje,
- krytí hráče, který stojí s míčem na místě,
- krytí hráče, který se pohybuje s míčem
- doskakování v obraně
- obranná činnost jednotlivce v přesilové situaci

2. 2. 2. 1. Krytí hráče bez míče, který stojí na místě

Při krytí hráče bez míče, který stojí na místě, závisí postavení obránců na tom, kde se nachází míč, jak daleko je koš, který brání a jaký obranný systém bráncí družstvo používá.

1. Při defenzivních obranných systémech, (např. při osobní obraně s odstupováním, při defenzivních zónových obranách) zaujímá obránce klasické postavení na spojnici útočník – obránce – koš. (Obr. 1).



Obr. 1

2. Při uplatnění agresivní osobní obrany je předpokladem zaujetí správného postavení obránce vytvoření trojúhelníku z třech bodů:
 - útočník s míčem,
 - útočník bez míče,
 - obránce, který kryje útočníka bez míče (tento obránce nebrání na pomyslné spojnici útočník s míčem – obránce – útočník bez míče – ale posunuje se směrem k útočníkovi s míčem na vrchol trojúhelníků).

Obránce je tedy na vrcholu trojúhelníku, přičemž strana, která leží proti tomuto vrcholu, je vždy spojnice útočník s míčem – útočník bez míče. (Obr. 2). Vrchol trojúhelníka si určí obránce tak, že ustupuje ze spojnice útočník s míčem – útočník bez míče směrem ke koši, který brání. Správné postavení obránce je na vrcholu trojúhelníka $\frac{2}{3}$ vzdálenosti od útočníka s míčem a $\frac{1}{3}$ od útočníka bez míče.



Obr. 2

Výška odstepu musí být taková:

- aby byl obránce schopen reagovat na případnou přihrávku na jeho útočníka, přesunutím se do spojnice útočník s míčem – útočník bez míče, na této spojnici získává (vypichuje, sráží) míč,
- aby byl obránce schopen reagovat na přesunutí se svého útočníka všemi směry, (přední a zadní únik, uvolnění se k míči, od míče) a následně, v co nejkratší době znovu zaujmout postavení na vrcholu trojúhelníku, $\frac{2}{3}$ od míče $\frac{1}{3}$ od svého útočníka,

Bránící hráč je v nízkém postoji (mírný stoj rozkročný, podřep, ruce v pokrčení upažmo jsou široce roztáhnuté), ruka bližší k hráči, kterého brání, směřuje na jeho břicho a druhá na míč. Postavení chodidel je sejné s rukama.

2. 2. 2. 2. Krytí hráče bez míče, který se pohybuje.

Hráč, který se uvolňuje pro přihrávku, se může vzhledem na míči pohybovat třemi směry: k míči, od míče nebo ke koši. Jinými slovy, nabíhá si k míči, od míče, nebo sbíhá kolmo pod koš.

1. Krytí hráče, který se pohybuje k míči

Jestliže si útočník nabíhá směrem k míči, obránce reaguje tím že útočníka včas předběhává a snaží se vytlačit útočníka z náběhu. Hlavním cílem je aby nabíhající útočník nedostal míč. Bránící hráč stále dodržuje postavení do trojúhelníku.

2. Krytí hráče, který se pohybuje od míče

Hráče, který se pohybuje od míče, nebráníme těsně. Přímou úměrně s jeho vzdáleností od míče se zvětšuje i vzdálenost obránce od útočícího hráče. Obranný trojúhelník ze strany bránícího hráče je neustále dodržován.

3. Krytí hráče, který se pohybuje pod koš

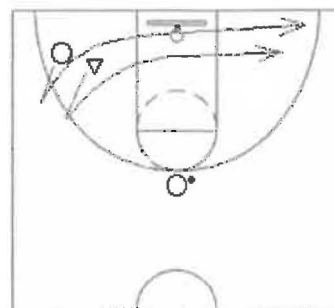
Na obr. 3 je znázorněna správná obrana rozehrávače, který zbíhá pod koš, aby dostal míč od spoluhráče. Obránce, který neustále dodržoval postavení do trojúhelníku, je při pohybu útočníka pod koš stále mezi ním a míčem, v takovém postavení, že neustále vidí jak svého bránícího hráče, tak míč. Stejným způsobem je bráněn

i křídelní útočník, který zbíhá pod koš podél koncové čáry. Obránce je stále mezi ním a míčem. Útočníka (kterého má obránce za zády) si obránce kontroluje za sebou rukou. Až když nabíhající útočník vyběhne z podkošového prostoru, zaujme obránce znovu postavení do trojúhelníku.

(viz obr.4).



Obr. 3



Obr. 4

2. 2. 2. 3. Krytí hráče, který stojí s míčem na místě

Při krytí hráče, který stojí s míčem na místě se vyskytují tyto situace:

1. Útočník dostal míč a stojí na místě. Tato situace je pro obránce ze všech nejsložitější, protože útočník může přihrát, vystřelit nebo pomocí driblinku zahájit únik. Útočnickova následná činnost závisí od místa, kde přijal míč. Jestliže je vzdálenost od koše velká, obránce brání volněji, protože předpokládá, že z takové velké vzdálenosti útočník střílet nebude. Jestliže však dostane útočník přihrávku do prostoru, ze kterého je schopen ohrozit koš střelbou, činnost obránce je následovaná :

V momentě, kdy dostane útočník míč, se k němu obránce přiblíží (ne unáhleně, protože útočník by ho mohl velmi lehko obejít driblinkem) a zaujme postavení mezi útočníkem a košem v nízkém postoji s předsunutou vnitřní nohou. Je to noha bližší k pomyslné střední čáře, která spojuje oba koše. Souhlasná ruka s nohou je v předpažení povýš. Hráč se touto rukou snaží udržovat kontakt s míčem a nedovolí soupeři v klidu držet míč. Druhá ruka je připravená zachytit případnou přihrávku. Váha těla je asi z dvou třetin na zadní noze. Čím blíže je obránce k soupeři, tím je nižší obranný postoj musí zaujmout. Přednost postavení s vnitřní nohou vpředu souvisí s činností útočníka, kterému se lehčeji uniká do té strany, kde má obránce předsunutou nohu. Z hlediska obrany je výhodnější, jestliže bude útočník unikat směrem k postraní čáře. Takovým to obranným postavením zabraňuje útočnickovi zahájit únik na střed hřiště.

2. 2. 2. 4. Krytí hráče, který se pohybuje s míčem

Pod krytím útočníka, který se pohybuje s míčem, se rozumí krytí hráče, který postupuje s míčem (obyčejně směrem na soupeřův koš), aby získal výhodnou pozici pro přihrávku spoluhráči, nebo zakončil driblink únikem do koše. Patří sem i obrana úniku po jednoúderovém driblinku.

- 1. Krytí hráče, který dribluje.** Útočící, driblující hráč má výhodu v tom, že se může pohybovat všemi směry (pod koš, od koše, šikmo, nebo napříč hřištěm). Obránce vždy zaujímá nízký obranný postoj, vždy nižší, než je postoj útočníka. Obránce se pohybuje během vpřed, vzad, ale ze všeho nejvíce cvalem stranou, vpřed, vzad přísunnými kroky. Vnitřní nohu má předsunutou (předkročenou), souhlasnou (vnitřní) ruku v předpažení poníž dlaní vzhůru. Když dribluje útočník levou rukou, obránce má vpředu levou nohu a levou ruku, kterou se snaží udržovat kontakt s míčem. Práce noh bránícího hráče je velmi podobná šermíři. Obránce se snaží zastavit útočníka, který vede míč, nebo ho nasměrovat tam, kde je nejméně nebezpečný. Správným postavením ho nutí driblovat slabší rukou. Snaží se nepustit ho tam, kam chce jít. Jediná možnost případného vypíchnutí míče je při změně směru před tělem. V tomto okamžiku je na chvíli útočník v otevřeném postavení a nemůže si míč chránit tělem. Když se obránce rozhodne pro vypíchnutí míče, musí k tomu mít výhodné postavení, aby nedošlo k faulování útočícího hráče. Nejvhodnější je vypíchnout míč bezprostředně po jeho odrazu od země. Neúspěšný pokus o získání míče velmi často umožní soupeři dát koš a je vždy chybou obránce. Postavení obránce je na spojnici mezi míčem a košem a ne mezi hráčem a košem. Toto postavení je velmi důležité. Když by totiž obránce stál mezi útočníkem a košem, byl by trochu vzadu a nestačil by zareagovat na případnou změnu směru a rychlosti soupeře. Jestliže se driblující hráč s míčem zastaví, obránce jde k útočníkovi co nejtěsněji, aby mu zamezil popřípadě ztížit přihrávku.
- 2. Krytí úniku hráče s míčem.** Útočník s míčem může použít únik s jednoúderovým nebo víceúderovým driblinkem, který zakončuje střelou, nebo přihrávkou volnému spoluhráči. Úlohou obránce je únik buď nedovolit, nebo ho útočníkovi ztížit a nutit ho k obejití obránce v co největším oblouku, vytlačit ho směrem od koše a v závěrečné fázi se pokusit zablokovat útočníka při střelbě. Úspěšné bránění úniku závisí tedy především na správném postavení obránce. Jestliže obránce předpokládá únik soupeře, odstoupí si od něho na větší vzdálenost (asi 1 – 1,5 metrů). Jakmile zahájí útočník pohyb driblinkem, obránce začíná ustupovat. V okamžiku, kdy

přejde útočník z driblinku do dvojtaktu, snaží se obránce sladit kroky dvojtaktu soupeře se svým krokovým rytmem a snaží se zablokovat soupeřovu střelu. Vychází při tom ze zkušenosti, že útočnickova dráha je delší, protože musí obejít obránce. Obránce se tedy může připravit na vystižení posledního kroku útočníka. V případě že obránce brání podstatně vyššího útočníka a není zde předpoklad zablokování útočníka při střelbě, snaží se obránce míč vypíchnout v době dvojtaktu, tedy v době, kdy útočník míč nese.

Nejčastější chyby při obraně hráče s míčem v pohybu.

- obránce nedodrhuje správné postavení nohou,
- překřížení nohou obránce při sledování driblujícího hráče,
- váha těla je na přední noze,
- prudké, neopatrné vystartování proti driblujícímu hráči,
- snaha vypíchnout útočnickovi míč při driblinku, když si míč dobře kryje tělem,
- při rychlé změně pohybu se obránce otáčí k útočnickovi zády.

2. 2. 2. 5. Krytí středního útočníka (pivotmana) v dolním postavení

Při krytí středního útočníka hráče, který hraje jako klasický pivotman (stojí zády ke koši, při postraní čáře trestného území v místě pro doskakování) je nutné bránit jiným způsobem. Pro obranu klasického pivotmana je rozhodující, zda hraje na straně, kde je míč (na silné straně), nebo na opačné straně od míče (na slabé straně).

Střední útočník, který hraje na slabé straně, je bráněn stejnými zásadami (postavení do trojúhelníku), jako u ostatních hráčů. Středního útočníka, který hraje na silné straně, můžeme bránit třemi způsoby:

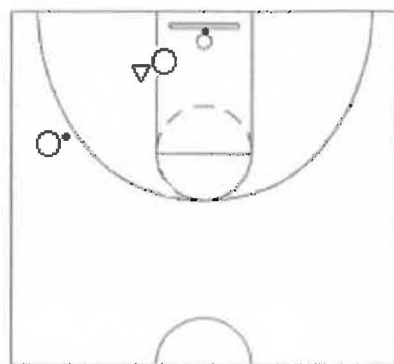
1. Krytí středního útočníka zezadu. (obr 5) je to způsob obrany, který většina trenérů považuje za nejméně správný (umožňuje pivotmanovi velmi lehce přijmout z přihrávky míč). I přes tuto skutečnost se tímto způsobem obrany setkáváme velmi často, protože tento způsob bránění je pro obránce nejpohodlnější.



Obr. 5

Obranu zezadu lze úspěšně použít tehdy, jestliže je obránce o hodně vyšší než útočící střední útočník a je zde předpoklad, že obránce útočníka při jakémkoli způsobu střelby zablokuje. Jediným kladem tohoto způsobu obrany je lehké odstavení pivotmana při doskakování.

2. Krytí středního útočníka zepředu. (obr 6) je modernější, účinnější a efektivnější, ale bohužel i zanedbávanější způsob obrany. Při tomto bránění se obránce stále snaží hrát v postavení mezi hráčem, kterého brání, a míčem. Velmi citlivé místo této obrany spočívá v přehození obránce obloukem (lobem). Tento způsob přihrávky je velmi



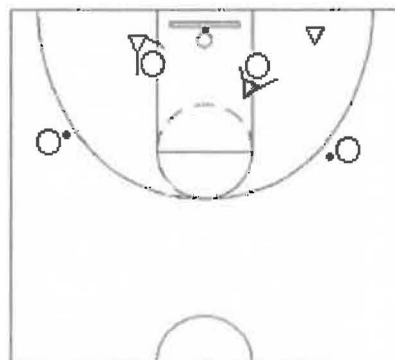
Obr. 6

těžký, ale při správném provedení velmi účinný. Při této obraně musí dokonale fungovat komunikace mezi hráči a snít související výpomoc ze slabé strany. Při obraně pivotmana zepředu zaujímá obránce postavení:

- zády (bokem) k útočníkovi a čelem k míči, přičemž obránce kontroluje dotykem postavení útočníka a následnou změnu pohybu
- čelem k soupeři a zády k míči. Při tomto způsobu bránění (vyskytuje se zřídka) obránce nemá přehled, kde se nachází míč, a musí se stále otáčet směrem k míči. Pomáhá mu výraz tváře a očí útočníka, který často hodně prozradí.

Velkým nedostatkem krytí středního útočníka zepředu je nevýhodné postavení obránce při doskakování.

3. Krytí středního útočníka zboku. Výběr způsobu obrany pivotmana závisí od jeho hráčských kvalit, tělesné výšky, pohyblivosti, od místa, z kterého mu přihrávají, atd. Bez ohledu na tyto fakta je považována a doporučována obrana pivotmana zboku jako nejvhodnější. Je to rozumný kompromis mezi předcházejícími dvěma způsoby. Obránce při bránění zboku může zaujmout postavení ze strany koncové čáry, (obr 7) nebo zevnitř, tedy směrem do středu hřiště. Toto postavení zaujímá obránce podle toho, kde se nachází míč a na kterou



Obr. 7

Stranu pivotman častěji útočí (např. hrajeme proti střednímu útočníkovi, který začíná z postavení na naší pravé straně a jeho silnou stránkou je boční střelba pravou rukou přes hlavu. Obránce v tomto případě nebude bránit v postavení od koncové čáry, ale zaujme obranný postoj zevnitř, aby tak eliminoval nejsilnější zbraň útočníka).

4. Krytí středního útočníka v horním postavení. Pro tento způsob bránění je rozhodující momentální poloha míče, podle kterého musí obránce upravovat svůj obranný postoj. Jestliže je míč u základní čáry, brání obránce klasicky do trojúhelníkového postavení. Jestliže má míč v držení hráč na středu hřiště (rozehrávač), kryje obránce středního útočníka zezadu. Spoléhá se na výpomoc od některého obránce, který brání na rozehrávce.

2. 2. 2. 6. Obranné doskakování

Při této obranné činnosti se snaží obránce po neúspěšné střelbě soupeře zmocnit se míče doskočením nebo jej odražením (odbitím) přihrát svému spoluhráči. Tato obranná činnost, kterou musí ovládat všichni hráči, nejenom podkošovi, je pilířem každého obranného systému a současně nevyhnutelným předpokladem pro založení rychlého protiútoky.

Samotné doskočení míče v obraně se rozděluje na dvě fáze:

1. Obránce nejdříve odstavuje útočníka, kterého brání (v této fázi se nezajímá o míč, pouze sleduje a předvídá jeho odraz či dopad),
2. využívá svého předního, čelního postavení pro doskočení, stáhnutí míče.

1. Odstavování útočníka. Ze třech důležitých faktorů pro doskakování v obraně kvalita výskoku, načasování výskoku a schopnost získat výhodnou pozici pro doskakování, tedy odstavení soupeře – je tato poslední činnost bezesporu nejdůležitější.

Úspěšné odstavení závisí na správném postavení nohou (chodidel) a na uplatnění obrátky nebo poloobrátky. V momentě, kdy soupeř vystřelí na koš, se obránce nejdříve musí dostat na spojnici útočník – koš. Potom zaujme postavení bokem k útočnickovi. Jestliže chce útočník proniknout pod koš za zády obránce, udělá obránce poloobrátku vzad, obrátková noha je ta, která je blíže k útočnickovi. V případě, že by chtěl útočník proniknout pod koš před obráncem, odstavuje obránce útočníka poloobrátkou vpřed. Obrátková noha je v tomto případě ta, která je vzdálenější od útočníka.

V obou případech se dostane obránce do postavení zády k útočnickovi a čelem ke koši. Tato činnost se často nazývá „brání útočníka na záda“. V tomto postavení je obránce v podřepu, v stojí rozkročném a váhu těla má na přední části chodidel. Paže jsou široce roztáhnuté, ruce směřují vzhůru a jsou ve výši hlavy.

Při krytí hráče, který se nachází ve větší vzdálenosti od koše, jde nejdříve obránce proti soupeři (vykročí proti němu) a až potom ho odstavuje.

2. Doskočení míče. V momentě, kdy obránce získal pro doskočení čelní pozici, mohutným odrazem snožmo (v případě, kdy obránce dodatečně dobíhá může nastat i odraz jednož) míč doskakuje. Míč by měl uchopit do dvou paží v kulminačním

bodě výskoku. Uchopení míče jednou rukou se používá málokdy, ale nepovažuje se za nesprávné.

Na rozdíl od útočného doskakování (hráč drží míč při dopadu na zem ve vzpažených rukách a jde ihned do výskoku, aby vystřelil a koš) obránce po dopadu s míčem na zem stahuje míč před tělo a chrání ji mírným předklonem.

Samotným doskočením míče v obraně činnost obránce zdaleka nekončí. Obránce, který doskakuje, se v momentě doskočení míče stává vlastně útočníkem. Po úspěšném doskoku musí umět míč nejen správně skrýt, ale i ho přesně a včas přihrát do protiútoku, popřípadě vyvést krátkým driblinkem a potom přihrát.

Nejčastější chyby při doskakování v obraně.

- obránce se dá oklamat, nechá se předběhnout útočníkem a dovolí mu získat přední čelní pozici pro doskakování,
- obránce sleduje let míče a ne pohyb svého útočníka,
- obránce se nechá zatlačit útočníkem pod koš.

2. 2. 2. 7. Obranná činnost jednotlivce v přesilové situaci

Je to situace, která vznikla chybou v obranné činnosti, a to bez ohledu na obranný systém, který momentálně družstvo hraje. Nejčastěji se tato situace vyskytuje při „návratu“ do obrany, tedy tehdy, když se soupeř snaží uplatnit rychlý protiútok.

Zásady individuální obranné taktiky jednotlivce.

- periferní vidění je pro obrannou činnost nepostradatelné. Obránce musí neustále vidět míč, útočníka, kterého brání a zároveň dávat pozor, zda se ho nehodlá nikdo zaclonit,
- jestliže chce být obránce úspěšný, musí co nejrychleji zjistit způsob a místo střelby útočníka kterého brání, stranu do které převážně uniká, jak doskakuje, jak střílí trestné hody a pod.,
- braň vždy tak dobře, aby si získal pověst dobrého obránce a aby měl soupeř před tebou respekt,
- dovol útočnickovi vystřelit z dálky, ale ne z jeho místa,
- nedovol útočnickovi s míčem proniknout na střed hřiště,
- donuť útočníka driblovat slabší rukou,
- nedovol útočnickovi, aby dostal míč. Jak ho dostane, obránčova úloha je podstatně těžší,
- vypomáhej v obraně svým spoluhráčům,
- jestliže tvůj útočník přihrává, odstup od něho dva kroky směrem k míči,
- když ztratíš útočníka, kterého bráníš, stáhni se pod koš,
- odstavování a doskakování se týká všech hráčů na hřišti,
- nedovol přihrát svému útočnickovi. Jestliže přece jen dostal míč, donuť ho jít k postranní čáře. Jestli vystřelí, snaž se ho zablokovat a odstavit, aby nemohl doskakovat.

3. OBRANNÉ KOMBINACE

Obranná kombinace je časově a prostorově sladěná činnost. Spolupráce dvou a více obránců, kteří řeší herní situaci z hlediska obrany (např. obrana některé útočné kombinace) a jejím cílem je nedovolit útočnickovi dát koš.

Obranné kombinace dělíme:

1. Kombinace proti clonění soupeřů
 1. Proklouzávání
 - a) proklouzávání za clonícím hráčem – propouštění
 - b) proklouzávání před clonícím hráčem – vyhýbání
 2. Přebírání
2. Kombinace při zesílení obrany
3. Kombinace při přesilových situacích

3. 1. Obranné kombinace proti clonění soupeřů

3. 1. 1. Proklouzávání

Proklouzávání používá družstvo jako obrannou kombinaci proti clonění. Cílem je čelit útočnickům tím, že obránce, proti němuž je clona postavena, probíhá mezi clonícím útočnickem a jeho obráncem. Aplikace této kombinace je nejvíce vhodná při clonění hráče bez míče.

- a) Proklouznutí za clonícím hráčem – propouštění. Je to obranná kombinace, při které se obránce po zaclonění dostane zpět ke svému útočnickovi proklouznutím mezi hráčem, který ho zaclonil, a jeho obráncem, tedy svým spoluhráčem. Z hlediska spolupráce obránců je důležité tzv. odstoupení obránce toho útočníka, který clonu postavil. Umožní tak svému zacloněnému spoluhráči lehčí proklouznutí a jít co nejrychleji za svým útočícím hráčem. Proklouznutí se tedy děje za útočnickem, který clonu postavil. Obránce clonícího útočníka ustupuje, propouští svého zacloněného spoluhráče. Proto se tento způsob řešení obranné kombinace, ve kterém zacloněný obránce proklouzne za zády clonícího hráče nazývá proklouznutí – propouštění. Na obrázku číslo 10 je znázorněn klasický příklad proklouznutí obránce za clonícím hráčem. Hráč číslo 3 se uvolňuje tak, že si nabíhá těsně okolo spoluhráče číslo 4, který mu staví clonu. Obránce D

odstupuje od útočníka číslo 4, a umožňuje spoluhráči C, aby proklouznutím za hráčem číslo 4 sledoval dále svého útočníka.

- b) Proklouznutí před clonícím hráčem – vyhýbání. (obr. 8). Při uplatnění této obranné kombinace se zacloněný obránce dostane ke svému útočníkovi tak, že proklouzne před clonícím hráčem. Říká se, že se cloně vyhýbá. Je to modernější, agresivnější způsob uplatnění proklouznutí, při kterém rozhoduje šikovnost a agresivita



Obr. 8

hráče, na kterého je postavena clona. Úlohou jeho spoluhráče (obránce clonícího útočníka), je zabezpečit celou kombinaci. Podobně jako při propouštění, musí odstoupit, ne však proto, aby uvolnil prostor pro spoluhráče, ale aby v krajním případě, kdyby spoluhráč udělal chybu přebral jeho útočníka. Výhodou proklouznutí před clonícím hráčem je, že celou obrannou situaci vyřeší zacloněný hráč zcela sám. Obránce clonícího hráče odstupuje jen pro jistotu a celou akci jen sleduje. Do řešení této kombinace zasáhne jen tehdy, jestliže jeho spoluhráč udělá chybu.

Proklouzávání (propuštění a vyhýbání) je v moderním basketbale nejčastěji používanou obrannou kombinací. Souvisí s charakterem osobní obrany a osobní zodpovědnosti jednotlivých hráčů.

3. 1. 2. Přebírání

Přebírání je obranná kombinace, při které si obránci vypomůžou tak, že si na určitý časový úsek (do skončení akce, do skončení postupného útoku soupeře) vymění svoje útočníky. Tato obranná kombinace se používá nejen proti clonám, ale proti všem útočným kombinacím. Má tedy mnohostranné použití.

Přebírání můžeme rozdělit do třech skupin:

1. Přebírání některých hráčů.
2. Přebírání při clonění.
3. Přebírání skokem.

1. Přebírání některých hráčů, kteří se uvolnili pomocí individuální činnosti, případně po chybě obrany.

Nejčastější, ale zároveň nejnebezpečnější jsou situace, při kterých se útočník s míčem uvolní do blízkosti soupeřova koše. V tomto okamžiku ho musí nejbližší obránce přebrat. Tento způsob přebírání je posledním a nevyhnutelným východiskem, protože v opačném případě by se útočník dostal velmi lehce až pod koš a skóroval. Obránce, kterému vypomohl spoluhráč v blízkosti koše, musí v co nejkratším čase přebrat volného útočníka tohoto spoluhráče. Tento způsob přebírání (vypomoci) se nejčastěji týká podkošových hráčů.

2. Přebírání hráčů při clonění.

Přebírání se nejčastěji používá jako obranná kombinace proti clonění. Zodpovědnost za přebrání při obraně clon má hráč, který kryje clonícího útočníka. On první spatří úmysl svého útočníka a musí na to spoluhráče upozornit a přebrání mu oznámit tak, že zakřičí např.: „Pozor clona!“ nebo „Přebírám, mám ho!“ a pod. Touto obrannou kombinací se v žádném případě nezbavuje obránce, kterého zaclonili zodpovědnosti za svého útočníka. Tento obránce musí být pozorný, musí clonu předvídat a hlavně se musí umět cloně vyhnout.

3. Přebírání skokem.

Tato agresivní obranná kombinace je založená na předvídání a vlastním rozvážení obránce. Jestliže obránce zpozoruje, že k němu jde útočník s míčem

(v pravém okamžiku – 2 až 3metry od něho), prudce vystartuje proti driblujícímu hráči a atakuje ho. Na rozdíl od normálního přebrání, není přebrání skokem obrannou odpovědí na útočnickovo clonění. K přebrání útočnicků dojde ještě dříve, než se o postavení clony vůbec pokusí. Cílem tohoto překvapivého přebrání je dosáhnout toho, aby útočník unáhleně a nepřesně přihrál, případně získal míč vypíchnutím z driblinku, protože útočník s míčem je v čelním postavení proti obránci a nekryje si míč tělem.

3. 2. Obranné kombinace při zesílení obrany

Cílem těchto kombinací je zesilovat několika hráči krytí určitého prostoru nebo určitého útočníka. Používá se téměř ve všech obranných systémech; pro některé z nich jsou však základní (např. pro osobní obranný systém s odstupováním, pro systémy zónového presinku).

Jsou to například následující situace:

- kombinace při zesilování krytí středu hřiště u vymezeného prostoru.
- kombinace při zesíleném krytí levé (pravé) strany hřiště u vymezeného prostoru.
- kombinace při zesíleném krytí prostoru těsně pod košem.
- kombinace při zdvojeném krytí útočníka (u postranní čáry, na středu hřiště, v krátké vzdálenosti od koše).

3. 3. Kombinace při přesilových situacích

Cílem těchto kombinací je čelit kolektivní spolupráci útočným akcím soupeře, při nichž jsou soupeři v početní převaze. Tyto obranné situace přicházejí v úvahu zejména:

- při rychlých protiútocích soupeře
- při každém zdvojení krytí určitého soupeře, kdy zbývající tři obránci jsou postaveni proti čtyřem útočníkům
- v situacích, kdy se jednomu z útočníků při úniku s míčem ke koši podařilo obejít některého z obránců
- v některých situacích zónových obranných systémů

4. Cíle práce

Cílem naší práce je najít největší nedostatky v individuální a týmové obranné činnosti u hráčů ČEZ basketbal Nymburk v utkáních Národní basketbalové ligy (NBL) a Evropského poháru (FEL), určit a porovnat jejich četnost a doporučit metody k jejich odstranění. Nejprve jsme rozdělili cíle do dvou kategorií (individuální obranná činnost a kolektivní obranná činnost), ve kterých jsme si definovali následující otázky:

Chyby v individuální obranné činnosti

1. Jaká je efektivita obrany a četnost výskytu chyb u jednotlivých hráčů při střelbě útočníka na koš v utkáních NBL a FEL?
2. Jaká je četnost výskytu chyb u jednotlivých hráčů při doskakování v obraně v utkáních NBL a FEL?
3. Jaká je četnost všech kladných případů v obraně?
4. Jaká je celková efektivita obrany jednotlivých hráčů v utkáních NBL a FEL?

Chyby v kolektivní obranné činnosti

5. Jaká je četnost výskytu chyb v komunikaci mezi jednotlivými hráči v utkáních NBL a FEL?
6. Jaká je četnost výskytu chyb v obraně při cloně útočníka v utkáních NBL a FEL?
7. Jaká je četnost zisků kolektivní obranou činností?
8. Jaké je srovnání indexů záporných a kladných případů u jednotlivých hráčů v kolektivní obranné činnosti v utkáních NBL a FEL?

Ad. 1

Cílem je zjistit individuální chyby v obraně a její efektivitu při střelbě útočníka v utkáních NBL a FEL, který:

- vystřelí na koš a hod proměňuje
- je faulován při střelbě
- je faulován při střelbě a hod proměňuje
- vystřelí na koš a hod neproměňuje

a také zjistit celkovou úspěšnost obrany útočníka při střelbě v daných soutěžích.

Ad. 2

V tomto bodě se budeme snažit zjistit individuální chyby v doskakování, jejich četnost a procentuální zastoupení v utkáních.

Ad. 3

V této otázce budeme hodnotit kladné případy obrany, tj. zisky a bloky. Budeme sledovat jejich četnost u jednotlivých hráčů v utkáních NBL a FEL.

Ad. 4

Jak již vlastní otázka napovídá, budeme se soustředit na celkovou efektivitu obrany jednotlivých hráčů, tj. porovnání kladných případů (zisky a bloky) s efektivitou doskakování a s efektivitou obrany střelce útočníka.

Ad. 5

V tomto bodě se budeme zabývat četností chyb v komunikaci mezi spoluhráči v obraně a jejich možnými příčinami.

Ad. 6.

Cílem je zjistit četnost chyb v obraně při cloně soupeře a jejich možné příčiny.

Ad. 7.

Jak už je uvedeno v otázce, budeme se zabývat četností zisků kolektivní obranou a hlavně hráči, kteří se na zisku podílejí.

Ad. 8.

Poslední otázkou se snažíme zjistit podíl jednotlivých hráčů na kolektivní obraně činnosti.

HYPOTÉZY

1. Předpokládá se, že kvalita hráčů zahraničních týmů bude vyšší, a tudíž efektivita obrany v utkáních Evropské ligy bude nižší, než v utkáních NBL.

2. Dále předpokládám, že zjistíme velké rezervy jak v individuální, tak i v kolektivní obranné činnosti, jelikož obranná fáze utkání nebývá u většiny trenérů prioritou a tudíž i chybám, které při ní vznikly se nevěnuje tak velká pozornost.

5. ČÁST METODICKÁ

5. 1. Techniky a prostředky

„Diagnostickou techniku můžeme chápat jako teoretický model operací a časových aspektů vlastního vyšetřování s cílem získat o vyšetřovaném objektu diagnostický údaj. Konkrétní podoby tento model nabývá v jednotlivých diagnostických prostředcích (v určité numerické škále, písemném záznamu pozorování, kategoriálním systému).“ (Dobry 1988, str. 116).

Na výběr máme spoustu druhů vyšetřovacích metod. Tyto metody můžeme třídit podle různých hledisek. Např. podle prostředí ve které vyšetřování probíhá (laboratorní v. terénní), či podle druhu vědní disciplíny.

Techniky založené na pozorování můžeme rozdělit na (Dobry 1988, str. 116):

- evidované pozorování
- posuzování
- testování
- dotazování
- rozhovor
- anamnéza
- dotazník

5. 2. Obecná charakteristika pozorování

Pozorování je specifické svou záměrností, účelností, plánovitostí, soustředěností a aktivností. Můžeme je definovat jako zvláštní druh selektivního, kontextuálního a kontrolovaného smyslového vnímání.

Selektivnost – říká nám, že je skoro nemožné zpracovat všechny podněty, které na nás působí. Proto musíme volit určitá nutná časová a obsahová vymezení.

Kontextuálnost – pozorování nás může dovést k požadovaným cílům jen za předpokladu, že pozorujeme jevy v souvislostech. V kontextu jednoho jevu s druhým.

Kontrolovanost – vyjadřuje snahu o co nejmenší nepřesnosti, o eliminaci chyb a omylů při vlastním pozorování.

Druhy pozorování

Vědecké pozorování můžeme rozdělit na :

- a) přímé a zprostředkované
- b) kvantitativní a kvalitativní
- c) prosté a experimentální

Pro hodnocení kvantitativních a kvalitativních údajů můžeme použít různé techniky a to:

- přímé pozorování a posuzování v utkání, či tréninku
- zápis o utkání
- technický zápis
- videozáznam

Principy dodržované při pozorování

Při používání techniky pozorování je třeba respektovat určité zákonitosti. A to:

- příprava pozorování
- postup při pozorování
- podmínky pozorování
- chyby a jejich příčiny

Příprava pozorování

- stanovení cíle pozorování
- vytvoření a formulování konkrétních dílčích úkolů směřujících ke stanovenému cíli
- kategorizace forem chování
- časové vymezení
- obsahové vymezení pozorování
- teoretická a praktická příprava
- příprava kódovacího systému

Postup při pozorování

- analyzovat činnosti hráčů z pozitivních i negativních stránek
- porovnávat analyzované údaje se skutečností a s tím, co o věci víme
- koncentrovat se na pozorovaný jev, nalézt vztah mezi pozorovanými činnostmi a mezi analyzovanými údaji

Podmínky pozorování

- aktivita pozorovatele
- přesnost a podrobnost v záznamech
- systematickosti
- svědomitost
- kritičnost

Chyby a jejich příčiny

- omezené a neúplné vědomosti o pozorované činnosti a její struktuře
- nedostatečné zkušenosti s pozorováním
- subjektivita pozorovatele
- předsudky pozorovatele
- ukvapenost při pozorování

Pro naši práci jsme použili metodu přímého pozorování (analýza videozáznamu). Zaměřili jsme se na největší nedostatky v individuální a týmové obranné činnosti v utkáních Národní basketbalové ligy (NBL) a Evropského poháru (FEL).

5. 3. Způsob evidence dle E. Velenského:

Naše analýza se opírá o způsob evidence, který v roce 1977 navrhl a publikoval Velenský E. a zároveň pomocí něj hodnotil výkonnost družstev v obraně v několika utkáních finále Poháru ČSSR mužů v roce 1977.

Autor uvádí, že vyzkoušel určitý způsob evidence obranných činností, založený na přímém pozorování kritických míst při utkání, který dále popisujeme. Při tomto způsobu se u obou soupeřících družstev evidují a hodnotí všechny obranné akce, které byly hlavní příčinou, proč soupeř vsítil koš, resp. byl faulován a nebo se změnila kontrola nad míčem.

Jsou to tyto:

1. Obránce kryje rozehrávače či křídelního útočníka, která má míč a je v klidu nebo se pohybuje; útočník vystřelí na koš a hod promění. Používaná značka – M v kroužku.
2. Stejný případ, útočník je však před střelbou na koš faulován. Používaná značka Mf.
3. Obránce kryje rozehrávače či křídelního útočníka, která nemá míč; útočník se uvolňuje od obránce do výhodného postavení, dostává míč, střílí na koš a hod proměňuje. Používaná značka – B v kroužku.
4. Stejný případ, útočník je však před střelbou na koš faulován. Používaná značka – Bf.
5. Obránce kryje středního útočníka, hrajícího jako pivotman; dovoluje mu chytit míč, vystřelit na koš; soupeř hod promění. Používaná značka – P v kroužku.
6. Stejný případ, pivotman je však před střelbou na koš faulován. Používaná značka Pf.
7. Obránce kryje špatně útočníka po střelbě; útočník doskakuje odražený míč, střílí na koš a hod proměňuje – Používaná značka – St v kroužku.
8. Stejný případ, ale útočník po stažení míče přihrává zpět pod koš. Používaná značka Stf

9. Obránce špatně provádí kombinaci při návratu na zadní polovinu hřiště po ztrátě míče; útočníci dávají koš z rychlého protiútoky. Používaná značka – Kn v kroužku.
10. Stejný případ, ale jeden z útočníků proměňuje hod na koš při špatné obrané kombinaci. Používaná značka – Knf.

Všechny tyto uvedené případy (1-10) jsou klasifikovány jako negativní.

Další případy jsou klasifikovány jako pozitivní z hlediska efektivity obranné hry.

Jsou to tyto:

11. Úspěšné stažení míče po střele soupeře. Používaná značka – ST.
12. Soupeř ztrácí míč, který měl pod svou kontrolou – a to jakýmkoliv možným způsobem (i s přestupky proti pravidlům), kromě přímého vypíchnutí míče obránci. Používaná značka – V.
13. Obránci vypichují útočníkům míč a dostávají jej pod kontrolu. Používaná značka V (kromě toho se do zápisu značí používaný obranný systém – včetně doby, po kterou byl použit a také skóre na začátku a na konci jeho použití)

Při celkovém hodnocení obranné hry družstev vycházel Velenský ze dvou indexů.

Jsou to tyto:

1. Z indexu záporných případů (ukazuje, že vítězná mužstva mají v podstatě stejné rezervy v obranné hře, jako družstva poražená a v čem jsou rezervy)
2. Z celkového indexu vzájemného poměru záporných a kladných případů (ukazuje na celkovou efektivitu obranné hry v utkání)

5. 4. Náš způsob evidence:

Pro pozorování vybraných družstev jsme zvolili způsob evidence dle Velenského. Ale abychom důkladně zhodnotili obranné činnosti hráčů, přidali jsme si ještě další záporné případy, které se v obraně vyskytují.

Značky používané k evidenci obranné hry - Záporné činnosti:

Individuální obranná činnost

1. Obránce kryje rozehrávače či křídelního útočníka, který má míč a je v klidu nebo pohybu, útočník vystřelí na koš a:
 - Hod promění ①
 - Je faulován 1f
 - Hod nepromění nebo ztrácí míč 1
2. Obránce kryje rozehrávače či křídelního útočníka bez míče. Útočník se uvolňuje od obránce do výhodného postavení – dostává míč – střílí a:
 - Hod promění ②
 - Je faulován 2f
 - Hod nepromění 2
3. Obránce kryje středního útočníka, hrajícího jako pivotman. Dovoluje mu přijmout míč a vystřelit.
 - Hod promění ③
 - Je faulován 3f
 - Hod nepromění nebo ztrácí míč 3
4. Obránce kryje středního útočníka, hrajícího jako pivotman bez míče, ten se uvolňuje pro míč do horního postavení a střílí:
 - Hod proměňuje ④
 - Je faulován 4f
 - Hod neproměňuje 4
5. Obránce kryje špatně útočníka po střelbě – útočník doskakuje odražený míč a:
 - střílí na koš a hod proměňuje ⑤
 - je přitom faulován 5f
 - střílí na koš a hod neproměňuje 5
6. Obránce kryje špatně útočníka po střelbě – útočník doskakuje míč a:
 - Vyhazuje ho zpět ven 6
7. Obránce provádí chybu při návratu do obrany. Soupeř rychlý protiútok:
 - Proměňuje ⑦

- Je faulován 7f
 - Neproměňuje 7
8. Obránce špatně nabral či odstoupil od svého hráče a útočník střílí a:
- Hod promění ⑧
 - Je faulován 8f
 - Hod nepromění nebo ztrácí míč 8
9. Obránce fauluje hráče s míčem, který nestřílí– důsledkem jsou TH:
- Značíme F

Kolektivní obranná činnost

- Obránci se dopouštějí chyby v komunikaci. Soupeř:
 - Dává koš *čísla hráčů ve společném kroužku*
 - Je faulován *čísla hráčů ve společném kroužku s f*
 - Nedává koš *čísla hráčů*
- Obránci se dopouštějí chyby při obrané kombinaci proti clonění – útočníci se uvolňují a:
 - Dávají koš *čísla hráčů ve společném kroužku*
 - Jsou faulováni *čísla hráčů ve společném kroužku s f*
 - Nedávají koš *čísla hráčů*

Značky používané k evidenci obranné hry - Kladné činnosti:

Individuální obranná činnost

10. Úspěšné stažení míče po střelbě.
- Značíme D
11. Obránce odebírá útočníkům míč a nebo znemožní útočníkovi jej přijmout dobrou obranou a důsledkem toho se mění držení míče:
- Značíme Z
12. Obránce úspěšně zablokuje útočníka
- Značíme B

Kolektivní obranná činnost

- Obránci odebírají útočníkům míč a dostávají jej pod svoji kontrolu.
 - *Zaznamenáme čísla obránců, kteří se na zisku podíleli.*

Značky používané k evidenci obranné hry – doplňkové činnosti:

Ztráty soupeře

- Soupeř ztrácí míč, který měl pod svoji kontrolou (jakýmkoli způsobem), kromě přímého vypíchnutí obránci.
- Soupeř ztrácí míč porušením pravidel.
 - *U obou výše uvedených statistiky počítáme pouze četnost*

Druh obrany

Osobní obrana	<i>značíme modře OO</i>
Osobní presink	<i>značíme modře OP</i>
Zónová obrana	<i>značíme červeně ZO</i>
Zónový presink	<i>značíme červeně ZP</i>
Kombinovaná obrana	<i>značíme zeleně KO</i>

Do záznamu o utkání jsme si poznamenali používaný obranný systém a čas, kdy se systém změnil na jiný.

Po každém utkání jsme provedli hodnocení efektivity obranných činností pouze u týmu ČEZ Nymburk. Z hodnocení nám vyšly tyto tři druhy index:

1. index záporných případů
2. index kladných případů
3. celkový index vzájemného poměru záporných a kladných případů pozorovaného družstva, který ukazuje celkovou efektivitu obranné hry v určitém utkání.

5. 5. Postup práce

1. pořízení videozáznamu z utkání vybraného družstva
2. pomocí vlastního pozorování videozáznamu vytvoření písemného záznamu obranných činností do námi připraveného formuláře (viz příloha)
3. vypracování číselné charakteristiky z hlediska četnosti výskytu chyb při střelbě soupeře u jednotlivých hráčů v utkáních NBL a FEL
4. vypracování číselné charakteristiky z hlediska četnosti výskytu chyb při střelbě soupeře souhrnně
5. vypracování číselné charakteristiky z hlediska četnosti výskytu chyb u jednotlivých hráčů při doskakování v obraně v utkáních NBL a FEL
6. vypracování číselné charakteristiky z hlediska četnosti výskytu chyb při doskakování v obraně souhrnně
7. vypracování číselné charakteristiky kladných případů (zisky, bloky, doskoky)
8. srovnání indexů záporných a kladných případů při střelbě u jednotlivých hráčů v utkáních NBL a FEL
9. srovnání indexů záporných a kladných případů v doskakování u jednotlivých hráčů v utkáních NBL a FEL
10. srovnání celkového indexu a s tím související kvalitativní hodnocení efektivity obranných činností u jednotlivých hráčů
11. vypracování číselné charakteristiky četnosti chyb v komunikaci mezi hráči v utkáních NBL a FEL
12. vypracování číselné charakteristiky četnosti chyb v obraně při cloně soupeře v utkáních NBL a FEL
13. vypracování číselné charakteristiky zisků
14. srovnání indexů záporných a kladných případů u jednotlivých hráčů v kolektivní obranné činnosti v utkáních NBL a FEL

VÝSLEDKOVÁ ČÁST

6. Výsledková část

Ve výsledkové části se budeme zabývat rozbořem jednotlivých výstupů pozorování a odpovíme na otázky, které jsme si zvolili jako cíle naší práce. Základem všeho byl rozbor videozáznamu následujících deseti utkání:

Utkání NBL:

13. 11. 2004	ČEZ Basketbal Nymburk : Opava	95 : 55
27. 11. 2004	ČEZ Basketbal Nymburk : USK Praha	105 : 80
04. 12. 2004	ČEZ Basketbal Nymburk : Sparta Praha	103 : 87
08. 01. 2005	ČEZ Basketbal Nymburk : Mlékárna Kunín	100 : 84
05. 02. 2005	ČEZ Basketbal Nymburk : A PLUS Brno	95: 73

Utkání FIBA Evropské ligy (FEL):

17. 11. 2004	ČEZ Basketbal Nymburk : BC Kyjev	122 : 125 pp
01. 12. 2004	ČEZ Basketbal Nymburk : Fenerbahce Istanbul	71 : 63
12. 01. 2005	ČEZ Basketbal Nymburk : UNICS Kazaň	89 : 99
09. 02. 2005	ČEZ Basketbal Nymburk : Hapoel Lyon	108: 95
25. 02. 2005	ČEZ Basketbal Nymburk : Dynamo St. Petersburg	86: 90

Všechna výše uvedená utkání se odehrála na domácí palubovce ČEZ Basketbal Nymburk a jsou ze základních částí daných soutěží (kromě Nymburk – St. Petersburg, které je z osmifinále Evropské ligy). Nutno ještě podotknout, že tým Nymburka neprohrál v nejvyšší domácí soutěži ani jedno utkání základní části!

Při vyhodnocování cílů naší práce jsme postupovali následujícím způsobem:

1. Zpracování základních informací (celková individuální statistika)
2. Vytvoření tabulek k danému cíli
3. Vytvoření grafů k daným tabulkám
4. Zhodnocení výsledků daného cíle

Po rozboru všech videozáznamů a zapsání si všech potřebných informací a faktů do záznamových listů jsme dospěli k celkové statistice všech případů u jednotlivých hráčů. Z této tabulky jsme poté čerpali při konkrétním vyhodnocování cílů naší práce.

6. 1. Efektivita obrany při střelbě soupeře

Otázka:

1. Jaká je efektivita obrany a četnost výskytu chyb u jednotlivých hráčů při střelbě útočníka na koš v utkáních NBL a FEL?

Cílem bylo zjistit individuální chyby v obraně a její efektivitu při střelbě útočníka, který:

- vystřelí na koš a hod proměňuje
- je faulován při střelbě
- je faulován při střelbě a hod proměňuje
- vystřelí na koš a hod neproměňuje

a také zjistit celkovou úspěšnost obrany soupeře při střelbě v daných soutěžích.

Při vyhodnocování efektivitu obrany jsme postupovali následujícím způsobem:

1. Zpracování základních informací a vytvoření tabulek
 - Inkasované koše
 - Fauly při střelbě
 - Inkasované koše s faulem
 - Neproměněné střely
 - Celkový poměr úspěšnosti obrany při střelbě
 - Celková efektivita obrany všech hráčů
2. Vytvoření grafů k daným tabulkám
3. Zhodnocení výsledků

6. 1. 1. Inkasované koše

Vyhodnocení výsledků:

Cílem bylo zjistit, přes které hráče útočníci nejčastěji skórují, z jakých je to herních situací a procentuální rozdíl mezi počtem inkasovaných košů v utkáních NBL a FEL.

Po zpracování všech potřebných statistik (inkasované koše ze hry – tj. ①, ②, ③, ④, ⑦, ⑧, a inkasované koše po špatném doskoku – tj. ⑤) jsme dospěli k následujícím výsledkům (viz tab. 2):

Celkový počet inkasovaných košů v NBL byl o 20 nižší než počet inkasovaných košů ve FEL. Na tento výsledek měla velký vliv hlavně vyšší úspěšnost střelby soupeře, která byla ve všech utkáních Evropské ligy 52 % (viz tabulka 6. 1. 5) a také utkání ČEZ Basketball Nymburk : BC Kyjev, které se hrálo na 4 prodloužení a skončilo 122 : 125 pro hosty.

Z individuálních statistik lze dobře vyčíst, že nejvíce košů šlo přes hráče základní pětky, tj. Zídka, Johnsona, Whitfielda, Nečase a Sokolovského. Tito hráči strávili také nejvíce minut na hřišti, což mělo samozřejmě veliký vliv na počty inkasovaných košů přes jejich obranu. V utkáních domácí soutěže (NBL) se nejvíce soupeř prosazoval proti Sokolovskému (20 x), Zídkovi (18 x), Whitfieldovi (17 x) a Nečasovi (14 x). V utkáních Evropské ligy to byli ti samí hráči, pouze se zvýšila četnost inkasovaných košů a proházelo se pořadí úspěšnosti. Nejvíce košů šlo tedy přes Zídka (30 x), Whitfielda (27 x), Nečase (18 x) a Sokolovského (16 x).

Nejčastější chybou při inkasování koše v utkáních domácí soutěže bylo špatné odstoupení obránce od svého útočníka – celkem v 32 případech a také krytí hráče s míčem, kdy útočník obránce obešel a vsítil koš – celkem v 22 případech.

V utkáních Evropské ligy útočníci nejčastěji dosáhli koše po překonání obránce 1 na 1 – celkem 37krát a opět po špatném odstoupení obránců od svého útočníka – celkem 36krát.

Z těch to statistik vyplývá, že nejčastější příčinou inkasování koše bylo špatné postavení hráče v obraně, zejména přílišné odstupování a vypomáhání, a také nedostatky v krytí hráče s míčem 1 na 1.

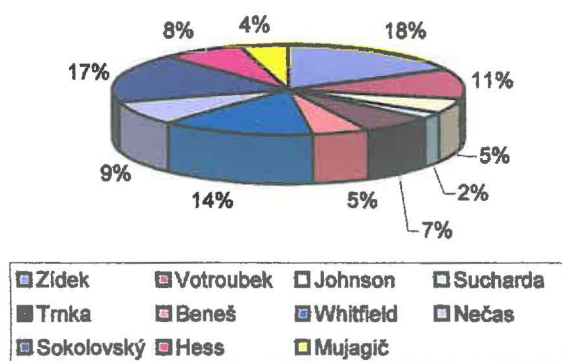
Tabulka č. 2 - Inkasované koše

	K		ŠDK		Inkasované koše podle soutěže		Celkem
	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	
Zídek	16	26	2	4	18	30	48
Votroubek	10	8	2	0	12	8	20
Johnson	5	13	0	0	5	13	18
Sucharda	2	0	0	0	2	0	2
Trnka	6	5	6	0	12	5	17
Beneš	5	3	0	0	5	3	8
Whitfield	13	21	4	6	17	27	44
Nečas	8	18	6	0	14	18	32
Sokolovský	16	16	4	0	20	16	36
Hess	7	6	0	0	7	6	13
Mujagič	4	8	0	2	4	10	14
Chán	0	0	0	0	0	0	0
Celkem	92	124	24	12	116	136	252

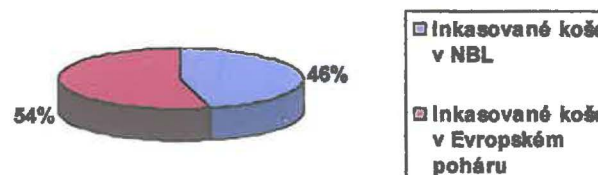
K - Obránce špatně kryje útočníka, který střílí na koš. Hod proměňuje.

ŠDK - Obránce špatně kryje útočníka, ten doskakuje míč a střílí na koš. Hod proměňuje.

Procentuální podíl na inkasovaných koších podle hráčů ve všech utkáních



Celkový procentuální podíl inkasovaných košů ve všech utkáních



6. 1. 2. Fauly při střelbě

Vyhodnocení výsledků:

Cílem bylo zjistit, kteří hráči nejčastěji faulují útočníka při střelbě, z jakých je to herních situací a procentuální rozdíl mezi počtem inkasovaných košů v utkáních NBL a FEL.

Po zpracování všech potřebných statistik (fauly při střelbě ze hry – tj. **1f, 2f, 3f, 4f, 7f, 8f**, a fauly při střelbě po špatném doskoku – tj. **5f**) jsme dospěli k následujícím výsledkům (viz tab. 3):

Celkový počet faulů při střelbě byl v obou soutěžích podobný. V NBL to bylo 43 faulů a Evropské lize 49 faulů.

Nejvíce faulující hráč při střelbě v domácí soutěži byl Radek Nečas (11 X), Stanislav Votroubek (7 x) a Trnka se Sokolovským (oba po 5 faulech). V utkáních Evropského poháru nejvíce faulovali Votroubek (9 x), Johnson (8 x) a Sokolovský, Mujagič a Zídek (všichni po 6 faulech). Z těchto statistik vyplývá, že nejčastěji faulujícím hráčem je náhradník Votroubek.

Z celkových statistik také vyplývá, že nejčastěji se obránci dopouštěli faulu při krytí hráče s míčem a to v obou pozorovaných soutěžích. Dále tomu bylo po špatném doskoku obránce a při chybném návratu do obrany.

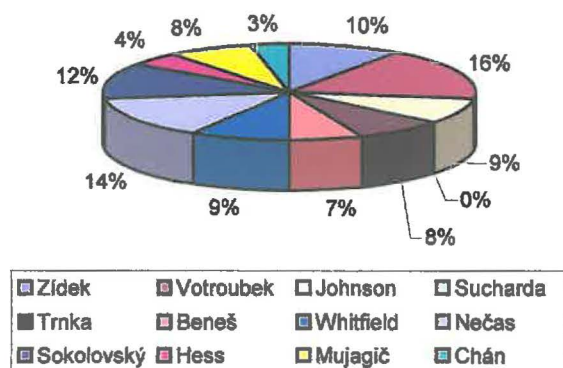
Tabulka č. 3 - Fauly při střelbě

	F		ŠDF		Fauly při střelbě		Celkem
	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	
Zídek	2	4	1	2	3	6	9
Votroubek	5	9	2	0	7	9	16
Johnson	0	6	0	2	0	8	8
Sucharda	0	0	0	0	0	0	0
Trnka	4	2	1	0	5	2	7
Beneš	4	2	0	0	4	2	6
Whitfield	3	5	0	0	3	5	8
Nečas	9	2	2	0	11	2	13
Sokolovský	4	6	1	0	5	6	11
Hess	2	2	0	0	2	2	4
Mujagič	1	6	0	0	1	6	7
Chán	2	1	0	0	2	1	3
Celkem	36	45	7	4	43	49	92

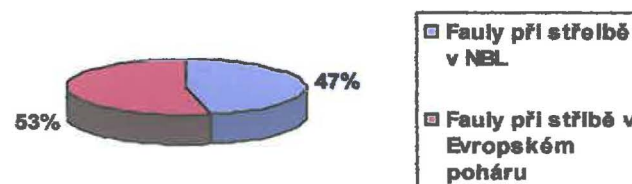
F - Obránce špatně kryje útočníka, který střílí na koš a je při střelbě faulován.

ŠDF - Obránce špatně kryje útočníka, který doskakuje míč a hned střílí a je při střelbě faulován.

Procentuální podíl faulů jednotlivých hráčů při střelbě soupeře ve všech utkáních



Celkový procentuální podíl faulů při střelbě soupeře ve všech utkáních



6. 1. 3. Inkasované koše s faulem

Vyhodnocení výsledků:

Cílem bylo zjistit, kteří hráči nejčastěji faulují útočníka při střelbě, který zároveň i hod proměňuje, z jakých je to herních situací a procentuální rozdíl mezi počtem inkasovaných košů v utkáních NBL a FEL.

Po zpracování všech potřebných statistik (fauly při střelbě ze hry – tj. **1f, 2f, 3f, 4f, 7f, 8f** – vše v **kroužku** a fauly při střelbě po špatném doskoku – tj. **5f** – v **kroužku**) jsme dospěli k následujícím výsledkům (viz tab. 4):

Celkový počet inkasovaných košů s faulem byl v domácí soutěži vyšší (celkem 20) než v utkáních Evropské ligy (celkem 11).

Ze výše uvedených statistik také vyplývá, že většina košů s faulem byla přes podkošového hráče, ale nebylo tomu tak po špatném doskoku, nýbrž po hře 1 na 1 zády ke koši.

Nejvíce košů s faulem šlo v utkáních NBL přes Sokolovského a Nečase (přes každého 4krát) a Hesse a Votroubka (přes každého 3krát). V utkáních FEL inkasovali koš s faulem 2krát pouze Zídek s Whitfieldem.

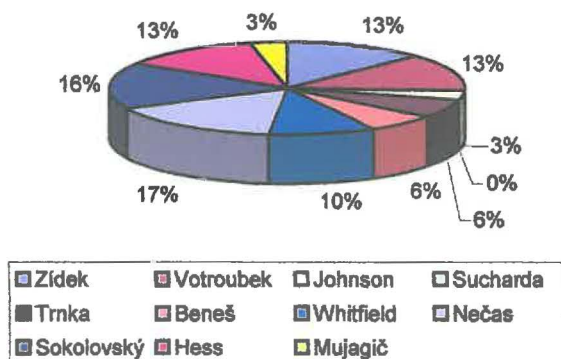
Tabulka č. 4 - Inkasované koše s faulem

	ŠDKF		KF		Inkasované koše s faulem		Celkem
	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	
Zídek	1	1	1	1	2	2	4
Votroubek	1	0	2	1	3	1	4
Johnson	0	0	0	1	0	1	1
Sucharda	0	0	0	0	0	0	0
Trnka	2	0	0	0	2	0	2
Beneš	0	0	1	1	1	1	2
Whitfield	0	1	1	1	1	2	3
Nečas	2	1	2	0	4	1	5
Sokolovský	1	1	3	0	4	1	5
Hess	2	0	1	1	3	1	4
Mujagič	0	1	0	0	0	1	1
Chán	0	0	0	0	0	0	0
Celkem	9	5	11	6	20	11	31

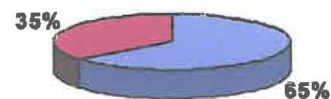
KF - Obránce špatně kryje útočníka, který střílí na koš a je při střelbě faulován.

ŠDKF - Obránce špatně kryje útočníka, který doskakuje míč a hned střílí na koš. Útočník hod proměňuje a je při střelbě faulován.

Procentuální podíl na inkasovaných koších s faulem obránce podle hráčů ve všech utkáních



Celkový procentuální podíl inkasovaných košů s faulem ve všech utkáních



■ Fauly při střelbě v NBL
■ Fauly při střelbě v Evropském poháru

6. 1. 4. Neproměněné střely útočníka

Vyhodnocení výsledků:

Cílem bylo zjistit počty neproměněných střel soupeře, přes které hráče byly střely, z jakých je to herních situací to bylo a procentuální rozdíl mezi počtem neproměněných střel v utkáních NBL a FEL.

Po zpracování všech potřebných statistik (fauly při střelbě ze hry – tj. 1, 2, 3, 4, 7, 8, a fauly při střelbě po špatném doskoku – tj. 5) jsme dospěli k následujícím výsledkům (viz tab. 5):

Celkový počet neproměněných pokusů byl v utkáních NBL skoro dvojnásobný oproti počtu neproměněných pokusů v utkáních FEL. V NBL to bylo 112 pokusů a v utkáních FEL pouze 66.

Nejvíce neproměněných střel šlo v utkáních Národní basketbalové ligy přes Whitfielda (18 pokusů), Nečase (17 pokusů) a přes Sokolovského 14 pokusů. V utkáních Evropského poháru to bylo přes Zídka (15 pokusů), Whitfielda a Nečase (oba 11 pokusů).

Nejčastěji hráči v NBL neproměňovali střeli po uvolnění hráče bez míče a následné střele celkem 42krát a dále po uvolnění 1 na 1 (36krát). V utkáních FEL soupeř nejvíce neproměňoval střeli po individuální akci středního útočníka v dolním postavení (16krát) a po útoku 1 na 1 (celkem 14krát).

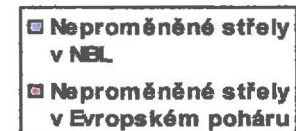
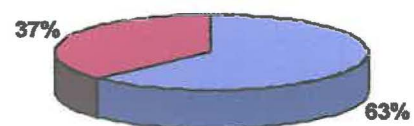
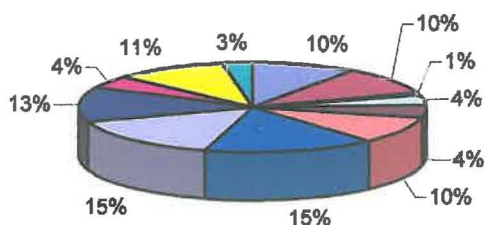
S touto statistikou hodně souvisí výsledky počtu inkasovaných košů, ze kterých vyplývá, že úspěšnost střelby hráčů v evropské lize je mnohem vyšší než u hráčů v lize domácí a tudíž i počet neproměněných střel bude nižší.

Tabulka č. 5 - Neproměněné střely útočníka

	Neproměněné střely útočníka		Neproměněné střely celkem
	NBL	FEL	
Zídek	11	15	26
Votroubek	11	8	19
Johnson	1	5	6
Sucharda	4	0	4
Trnka	5	1	6
Beneš	11	1	12
Whitfield	18	11	29
Nečas	17	11	28
Sokolovský	14	9	23
Hess	5	1	6
Mujagič	12	4	16
Chán	3	0	3
Celkem	112	66	178

Procentuální podíl neproměněných střel přes háče ve všech utkáních

Celkový procentuální podíl neproměněných střel ve všech utkáních



6. 1. 5. Celkový poměr úspěšnosti obrany při střelbě soupeře

Vyhodnocení výsledků:

Cílem bylo zjistit úspěšnost obrany z hlediska střelby soupeře. Šlo nám hlavně o procentuální rozložení všech střel, tj. poměr inkasovaných košů, faulů při střelbě, inkasovaných košů s faulem a neproměněných střel v utkáních NBL a FEL.

Po zpracování všech potřebných statistik (tj. Inkasované koše, fauly při střelbě, inkasované koše s faulem a neproměněné střely) jsme dospěli k následujícím výsledkům (viz tab. 6):

Celkový počet střel v utkáních NBL byl 291 pokusů, kdyžto v utkáních FEL pouze 262 pokusů.

Celkový poměr úspěšnosti obrany při střelbě soupeře byl v utkáních Národní basketbalové ligy následující: 40% střel skončilo košem, při 15% střel byl útočník faulován a šel házet trestné hody, v 7% střel útočník hod proměnil a byl u toho faulován a 38% střel se soupeř netrefil.

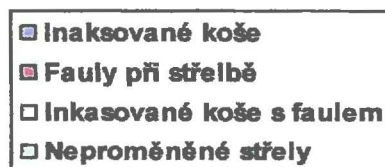
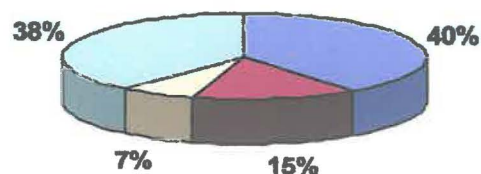
V utkáních Evropské ligy byl celkový poměr úspěšnosti obrany při střelbě následující: 52% střel útočníci proměnili, v 19% střel byli faulováni a šli házet trestné hody, ve 4% střel útočník vstřelil koš a byl při tom faulován a pouhou čtvrtinu, tedy 25% pokusů útočníci neproměnili.

Z výše uvedených statistik vyplývají následující zjištění: Úspěšnost obrany při střelbě útočníka v Evropské lize je o 12% vyšší, než v utkáních NBL což se projevilo hlavně počtem inkasovaných košů, ale také menším počtem neúspěšných střel. Co se týče statistiky faulů při střelbě útočníka, tak jejich procentuální poměr je v obou soutěžích skoro stejný.

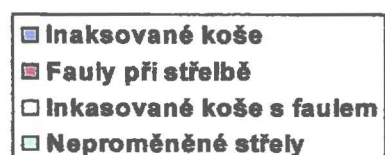
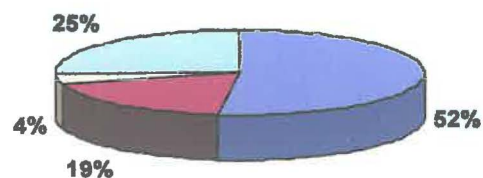
Tabulka č. 6 - Celkový poměr úspěšnosti obrany při střelbě

	Inkasované koše		Fauły při střelbě		Inkasované koše s faulem		Neproměněná střela útočníka		Graf 1	Graf 2	Graf 3
	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL			
Zídek	18	30	3	6	2	2	11	15	34	53	87
Votroubek	12	8	7	9	3	1	11	8	33	26	59
Johnson	5	13	0	8	0	1	1	5	6	27	33
Sucharda	2	0	0	0	0	0	4	0	6	0	6
Trnka	12	5	5	2	2	0	5	1	24	8	32
Beneš	5	3	4	2	1	1	11	1	21	7	28
Whitfield	17	27	3	5	1	2	18	11	39	45	84
Nečas	14	18	11	2	4	1	17	11	46	32	78
Sokolovský	20	16	5	6	4	1	14	9	43	32	75
Hess	7	6	2	2	3	1	5	1	17	10	27
Mujagič	4	10	1	6	0	1	12	4	17	21	38
Chán	0	0	2	1	0	0	3	0	5	1	6
Celkem	116	136	43	49	20	11	112	66	291	262	553

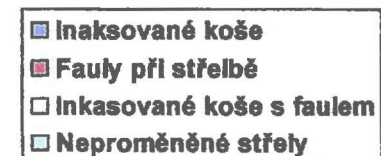
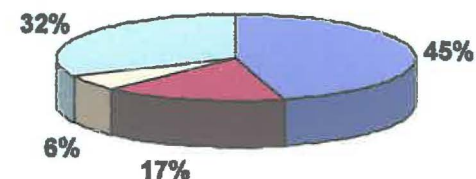
Poměr úspěšnosti obrany v utkáních NBL



Poměr úspěšnosti obrany v utkáních Evropského poháru



Celkový poměr úspěšnosti obrany ve všech pozorovaných utkáních



6. 1. 6. Celková úspěšnost obrany jednotlivce při střelbě soupeře

Vyhodnocení výsledků:

Cílem bylo zjistit úspěšnost obrany jednotlivých hráčů při střelbě soupeře v utkáních NBL a FEL a porovnat ji.

Po zpracování všech potřebných statistik podle jednotlivých hráčů (tj. inkasované koše, fauly při střelbě, inkasované koše s faulem a neproměněné střely) jsme si spočítali záporný index obrany hráče při střelbě, který byl právě součtem inkasovaných košů + faulů při střelbě + inkasovaných košů s faulem. Kladný index úspěšnosti obrany tvořil počet neproměněných pokusů soupeře přes aktivně bránícího útočníka. Po odečtení záporného indexu od kladného nám vyšla následující fakta (viz tab. 7):

Celková úspěšnost obrany jednotlivce v obou soutěžích byla vysoce záporná, což znamená, že pokud už bylo přes obránce vystřeleno, tak počet neproměněných střel byl nižší než počet střel proměněných. V utkáních NBL byl celkový koeficient úspěšnosti -67 a v utkáních FEL byl dokonce -130 . Největší vliv na zápornost výsledků má poměrně vysoké procento inkasovaných košů. Ve všech deseti námi pozorovaných utkáních to bylo celkem 45% oproti 32% neproměněných střel.

Nejlepší úspěšnost krytí střelícího útočníka v utkáních NBL měl Denis Mujagič, který se jako jeden z mála dostal na kladný koeficient úspěšnosti. V jeho případě byl $+7$, dále se ještě dostali nad nulu Sucharda s koeficientem $+2$ a Chán s Benešem, oba s koeficientem $+1$. Nejhůře na tom byli hráči Sokolovský (-15), Trnka (-14), Nečas a Zídek (oba po -12).

Nejlépe bránícím hráčem při střelbě útočníka v utkáních Evropské ligy byl Sucharda s koeficientem 0 , Chán (-1), Beneš (-5) a Trnka (-6). Naopak nejhorší úspěšnost krytí hráče při střelbě měli Zídek a Whitfield (oba koeficient -23), Johnson (-17) a Sokolovský (-14).

Z výše uvedených statistik jasně vyplývá, že náhradníci mají lepší koeficienty úspěšnosti krytí hráče při střelbě. To je dáno hlavně mnohem kratší dobou pobytu na hřišti a tudíž i menším počtem střel přes je samotné. Z tohoto důvodu se nedá přesně posuzovat srovnání jednotlivých hráčů mezi sebou, ale pouze porovnávat úspěšnost krytí mezi jednotlivými soutěžemi.

Při porovnání efektivity krytí hráče při střelbě ve všech utkáních jsme dospěli k zjištění, že nejhorší úspěšnost měl Jiří Zídek (-35), Ladislav Sokolovský (-29), Maurice Whitfield (-26) a Radek Nečas (-22). Po bližším prozkoumání statistik jsme zjistili, že právě přes tyto čtyři hráče šlo vůbec nejvíce útoků, resp. střel, což při vysoké úspěšnosti střelby hráčů v Evropských pohárech znamenalo, že jejich celkové koeficienty jsou právě takto nízké.

Dále jsme došli k závěru, že kvalita středních rozehrávačů v Evropské lize je na mnohem vyšší úrovni než v nejvyšší domácí soutěži. Když jsme totiž sečetli úspěšnosti krytí hráče při střelbě v NBL u obou rozehrávačů (Whitfielda a Beneše), tak jsme dospěli ke koeficientu -2. Kdežto součet úspěšností krytí hráče při střelbě v utkáních FEL byl -28. Pravděpodobným vysvětlením je, že rozehrávači v Evropské lize se zapojují více do útočných systémů než rozehrávači v NBL a tudíž i jejich podíl na vstřelených koších je vyšší než u rozehrávačů u nás, a také, že rozehrávači v Evropské lize mají lepší procento úspěšnosti zakončení a to se projevilo právě velikým rozdílem v dané statistice proměněných a neproměněných střel.

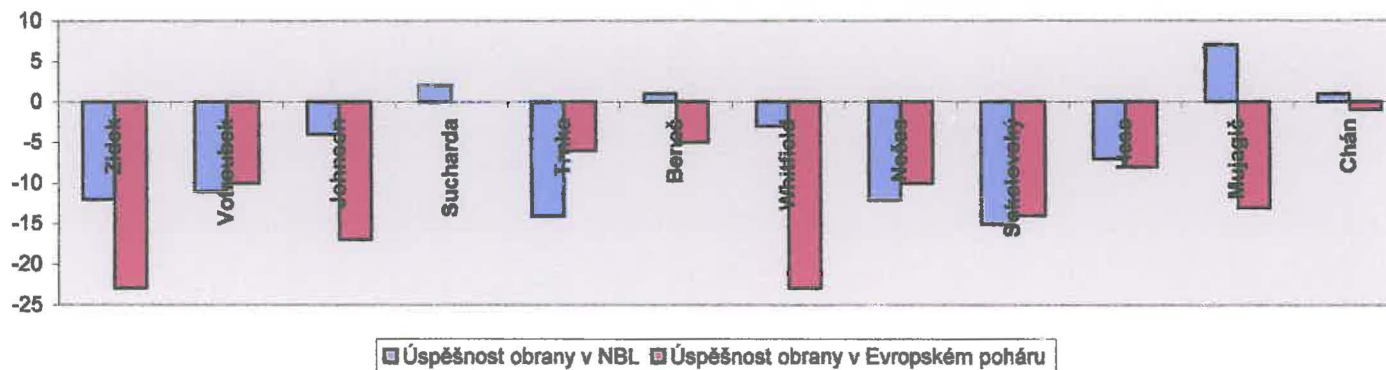
Tabulka č. 7 - Přehled úspěšnosti obrany při střelbě útočníka

	Inkasované koše		Fauly při střelbě		Inkasované koše s faulem		Záporný index úspěšnosti obrany při střelbě		Kladný index úspěšnosti obrany při střelbě		Celková úspěšnost obrany střelcejiho útočníka	
	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL
Zídek	18	30	3	6	2	2	23	38	11	15	-12	-23
Votroubek	12	8	7	9	3	1	22	18	11	8	-11	-10
Johnson	5	13	0	8	0	1	5	22	1	5	-4	-17
Sucharda	2	0	0	0	0	0	2	0	4	0	2	0
Trnka	12	5	5	2	2	0	19	7	5	1	-14	-6
Beneš	5	3	4	2	1	1	10	6	11	1	1	-5
Whitfield	17	27	3	5	1	2	21	34	18	11	-3	-23
Nečas	14	18	11	2	4	1	29	21	17	11	-12	-10
Sokolovský	20	16	5	6	4	1	29	23	14	9	-15	-14
Hess	7	6	2	2	3	1	12	9	5	1	-7	-8
Mujagič	4	10	1	6	0	1	5	17	12	4	7	-13
Chán	0	0	2	1	0	0	2	1	3	0	1	-1
Celkem	116	136	43	49	20	11	179	196	112	66	-67	-130

Záporný index úspěšnosti obrany
= součet inkasovaných košů + faulů, po kterých následovaly trestné hody + inkasovaných košů s faulem.

Kladný index úspěšnosti obrany
= počet neproměněných pokusů soupeře přes aktivně bránícího hráče

Úspěšnost obrany při střelbě soupeře podle jednotlivých hráčů



6. 2. Efektivita doskakování

Otázka:

2. Jaká je četnost chyb u jednotlivých hráčů při doskakování v obraně v utkáních NBL a FEL?

Cílem bylo zjistit četnost chyb při obranném doskakování a efektivitu obraného doskakování v utkáních NBL a FEL.

Při vyhodnocování efektivity doskakování jsme postupovali následujícím způsobem:

1. Zpracování základních informací a vytvoření tabulek
 - Četnost chyb v doskakování u jednotlivých hráčů
 - Celková efektivita doskakování
2. Vytvoření grafů k daným tabulkám
3. Zhodnocení výsledků

6. 2. 1. Četnost chyb v doskakování u jednotlivých hráčů

Vyhodnocení výsledků:

Cílem bylo zjistit počty chyb v doskakování u jednotlivých hráčů pod vlastním košem a jejich procentuální rozložení v utkáních NBL a FEL.

Hlavní pozornost jsme se zaměřily na počty útočných doskoků soupeře, po kterých soupeř rozehrál znovu míč (tzv. špatné doskoky - ŠD), útočné doskoky soupeře, po kterých soupeř hned vystřelil a hod proměnil (ŠDK), útočné doskoky soupeře, po kterých soupeř hned vystřelil a byl při střelbě faulován (ŠDF) a útočné doskoky soupeře, po kterých soupeř hned vystřelil, hod proměnil a byl ještě při střelbě faulován (ŠDKF). Námi získané výsledky jsme vložily do tabulky č. 8.

Při rozborů výsledků jsme zjistili, že celkový počet chyb v doskakování v NBL byl o 11 vyšší než počet chyb v doskakování v utkáních FEL. Domnívám se, že to bylo způsobeno větším počtem střídajících hráčů, čemuž nasvědčují i nejvyšší počet chyb právě u náhradníka Trnky (12 x). Dále nejčastěji chybovali hráči Nečas (10 chyb), Zídek a Sokolovský (oba po 7 chybách) a Adam Hess (6 chyb).

V utkáních FEL byl suverénně nejčastěji chybující Jiří Zídek, přes kterého soupeři doskočili celkem 19krát, což bylo 43% z celkového počtu chyb v doskakování v utkáních Evropského poháru. Ostatní hráči se na chybách podíleli pouze malým procentem.

Nejčastější chybou v doskakování byl jak v utkáních NBL, tak i FEL útočný doskok soupeře s následným vyhozením na spoluhráče. V utkáních domácí nejvyšší soutěže to tvořilo přesnou polovinu chyb v doskakování a v utkáních Evropského poháru dokonce 2/3 celkových chyb. Také nás překvapil poměrně vysoký počet inkasovaných košů a inkasovaných s faulem po špatném doskoku v domácí soutěži.

Dále jsme také zjistili, že přes Jiřího Zídka byla doskočena celá čtvrtina všech míčů v obou soutěžích. Tento výsledek ovlivnily právě utkání Evropského poháru.

Tabulka č. 8 - Celkové chyby v doskakování

	ŠD		ŠDF		ŠDK		ŠDKF		Chyby v doskakování celkem		Chyby v doskakování celkem
	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	
Zídek	4	14	1	2	1	2	1	1	7	19	26
Votroubek	1	2	2	0	1	0	1	0	5	2	7
Johnson	0	2	0	2	0	0	0	0	0	4	4
Sucharda	4	0	0	0	0	0	0	0	4	0	4
Trnka	6	0	1	0	3	0	2	0	12	0	12
Beneš	2	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2
Whitfield	0	2	0	0	2	3	0	1	2	6	8
Nečas	3	4	2	0	3	0	2	1	10	5	15
Sokolovský	3	3	1	0	2	0	1	1	7	4	11
Hess	4	2	0	0	0	0	2	0	6	2	8
Mujagič	1	0	0	0	0	1	0	1	1	2	3
Chán	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1
Celkem chyby	28	30	7	4	12	6	9	5	56	45	101

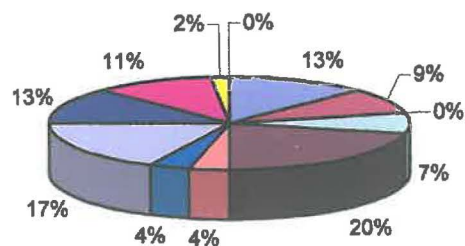
ŠD - Špatný doskok obránce = útočník doskakuje míč a vyhazuje ho spoluhráče, který začíná nový útok

ŠDF - Útočník doskakuje míč, střílí na koš a je při střelbě faulován

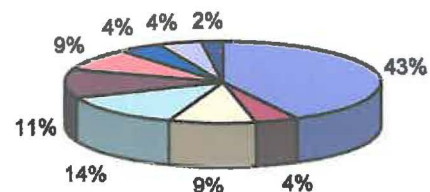
ŠDK - Útočník doskakuje míč, střílí na koš a hod proměňuje

ŠDKF - Útočník doskakuje míč, střílí na koš, hod proměňuje a je při střelbě faulován

Procentuální poměr chyb v doskakování v utkáních NBL



Procentuální poměr chyb v doskakování v utkáních FEL



6. 2. 2. Celková efektivita doskakování

Vyhodnocení výsledků:

Cílem bylo zjistit celkovou efektivitu doskakování u jednotlivých hráčů v utkáních NBL a FEL.

Pro toto porovnání jsme využili tabulku č. 8, ze které vyplynul celkový součet chyb v obranném doskakování v obou soutěžích a přidaly k ní kladné koeficienty u jednotlivých hráčů, což byly počty doskočených míčů.

V námi vypracované tabulce č. 9 jsme zjistili následující skutečnosti:

Celková efektivita doskakování u jednotlivých hráčů v FEL byla skoro 2,5krát vyšší, než v utkáních NBL. Toto mohlo být způsobeno vyšší koncentrovaností na utkání, ale i délkou času, kterou strávili hráči základní sestavy na hřišti. Tomu odpovídají i statistiky. Všichni hráči základní sestavy (kromě Zídka) mají v utkáních FEL nejvyšší efektivitu doskakování. V utkáních domácí soutěže tomu tak není.

Překvapivým zjištěním této statistiky je fakt, že nejlepším obranným doskakovačem týmu byl střední rozehrávač Maurice Whitfield, který dosáhl v obou soutěžích nejvyššího počtu kladných bodů, a to 11. Druhým nejlépe doskakujícím hráčem byl Radek Nečas (celkem 14 kladných bodů) a třetí skončil Ashante Johnson (10 kladných bodů).

Zajímavé také bylo, že v utkáních FEL se do celkové záporné efektivity doskakování dostali pouze dva hráči a to: Zídek a Chán (oba -1), kdežto v utkáních NBL to byli hráči hned čtyři. Konkrétně šlo o Trnku (-7 bodů), Hesle (-4 body), Votroubka (-3 body) a Sokolovského (-1 bod).

Tabulka č. 9 - Celková efektivita doskakování

	ŠD		ŠDF		ŠDK		ŠDKF		Chyby v doskakování celkem		Úspěšné doskoky		Celková efektivita doskakování	
	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL
Zídek	4	14	1	2	1	2	1	1	7	19	13	18	6	-1
Votroubek	1	2	2	0	1	0	1	0	5	2	2	7	-3	5
Johnson	0	2	0	2	0	0	0	0	0	4	3	11	3	7
Sucharda	4	0	0	0	0	0	0	0	4	0	6	1	2	1
Trnka	6	0	1	0	3	0	2	0	12	0	5	1	-7	1
Beneš	2	0	0	0	0	0	0	0	2	0	4	0	2	0
Whitfield	0	2	0	0	2	3	0	1	2	6	13	17	11	11
Nečas	3	4	2	0	3	0	2	1	10	5	15	14	5	9
Sokolovský	3	3	1	0	2	0	1	1	7	4	6	12	-1	8
Hess	4	2	0	0	0	0	2	0	6	2	2	6	-4	4
Mujagič	1	0	0	0	0	1	0	1	1	2	3	6	2	4
Chán	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	4	0	4	-1
Celkem chyby	28	30	7	4	12	6	9	5	56	45	76	93	20	48

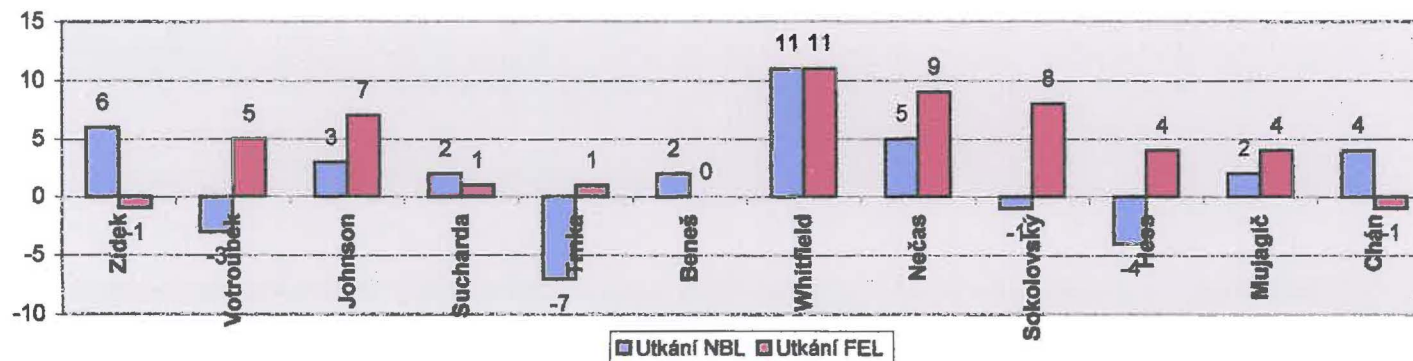
ŠD - Špatný doskok obránce = útočník doskakuje míč a vyhazuje ho spoluhráči, který začíná nový útok

ŠDF - Útočník doskakuje míč, střílí na koš a je při střelbě faulován

ŠDK - Útočník doskakuje míč, střílí na koš a hod proměňuje

ŠDKF - Útočník doskakuje míč, střílí na koš, hod proměňuje a je při střelbě faulován

Celková efektivita obrany jednotlivce



6. 3. Kladné případy v obranné činnosti jednotlivce

Otázka:

3. Jaká je četnost kladných případů v kolektivní obraně v utkáních NBL a FEL?

Cílem bylo zjistit počty kladných bodů, které hráči dosáhli dobrou obranou činností v utkáních NBL a FEL.

Při vyhodnocování kladných bodů jsme postupovali následujícím způsobem:

1. Zpracování základních informací a vytvoření tabulky
2. Vytvoření grafů k dané tabulce
3. Zhodnocení výsledků

Vyhodnocení výsledků:

Po zpracování všech potřebných statistik (zisky a bloky) jsme dospěli k následujícím výsledkům (viz tab. 10):

Celkový počet kladných bodů byl v utkáních NBL byl 68, což je o 23 vyšší než v utkáních FEL (celkem 45). Tuto statistiku nejvíce ovlivňují získané míče v obou soutěžích.

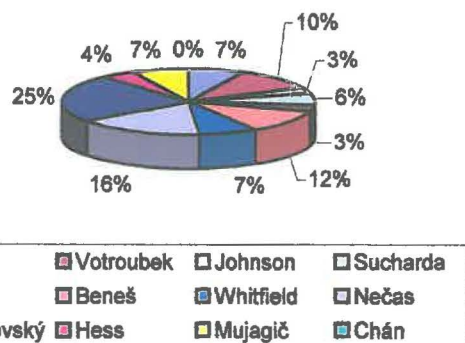
Nejlépe bránícím hráčem z hlediska kladných statistik byl v utkáních NBL Ladislav Sokolovský s 16 kladnými body (25% celkového počtu), následovali ho Nečas s 11 (16%) a Votroubek se 7 kladnými body (10%). V utkáních Evropské ligy to byl Whitfield se 13 kladnými body (30% celkového počtu) a druhý skončil Nečas s 11 kladnými body (24%). Ostatní hráči měli takřka stejné výkony okolo 10%.

Nejúspěšnějšími blokaři byli Stanislav Votroubek s celkem 8 úspěšnými bloky a Ladislav Sokolovský s 5 úspěšnými bloky.

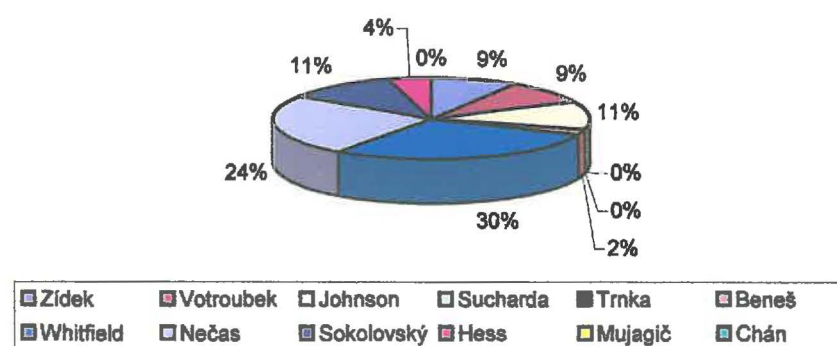
Tabulka č. 10 - Četnost kladných případů

	Zisky		Zisky celkem	Bloky		Bloky celkem	Plusové body		Plusové body celkem
	NBL	FEL		NBL	FEL		NBL	FEL	
Zídek	5	3	8	0	1	1	5	4	9
Votroubek	2	1	3	5	3	8	7	4	11
Johnson	1	4	5	1	1	2	2	5	7
Sucharda	4	0	4	0	0	0	4	0	4
Trnka	1	0	1	1	0	1	2	0	2
Beneš	8	1	9	0	0	0	8	1	9
Whitfield	5	13	18	0	0	0	5	13	18
Nečas	8	11	19	3	0	3	11	11	22
Sokolovský	13	3	16	3	2	5	16	5	21
Hess	3	2	5	0	0	0	3	2	5
Mujagič	5	0	5	0	0	0	5	0	5
Chán	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Celkem	55	38	93	13	7	20	68	45	113

Procentuální poměr plusových bodů jednotlivých hráčů v NBL



Procentuální poměr plusových bodů jednotlivých hráčů v FEL



6. 4. Celková obranná činnost jednotlivce

Otázka:

4. *Jaká je celková efektivita obrany jednotlivých hráčů v utkáních NBL a FEL?*

Cílem bylo zjistit celkovou efektivitu obrany jednotlivých hráčů, tj. porovnat statistiky kladných případů se statistikami efektivity doskakování a efektivitu krytí hráče při střelbě v utkáních NBL a FEL.

Při vyhodnocování celkových výsledků jsme postupovali následujícím způsobem:

1. Převedení získaných informací do tabulky
2. Vytvoření grafu k dané tabulce
3. Vyhodnocení výsledků

Vyhodnocení výsledků:

V tomto bodě jsme dospěli k jednomu z hlavních cílů naší práce a to je celková efektivita obrany jednotlivce v utkáních NBL a FEL. Hned po vypracování tabulky č. 11 sečtení výsledků a se ukázal veliký rozdíl v obranné činnosti v obou soutěžích. Součet celkové efektivity v utkáních domácí soutěže byl +21 bodů, kdyžto součet v utkáních FEL byl -37. Tento markantní rozdíl je z hlavně důsledkem vysokého záporného koeficientu efektivity krytí hráče při střelbě v utkáních FEL (-130 bodů) oproti utkáním NBL (-67 bodů).

Z hlediska individuálních obranných výkonů jsme zjistili následující skutečnosti:

Nejlépe bránícím hráčem v utkáních NBL byl Denis Mujagič s celkovým kladným koeficientem +14 bodů, dále Maurice Whitfield (+13 bodů) a Pavel Beneš (+11). Ba naopak nejhůře na tom byli Jiří Trnka (-19 bodů), Adam Hess (-8 bodů) a Stanislav Votroubek (-7 bodů).

Nejlépe bránící hráči v utkáních FEL byli Radek Nečas (+10 bodů), Maurice Whitfield a Věroslav Sucharda (oba po 1 bodu). Ostatní hráči byli v záporných statistikách. Nejhůře si z nich vedli Jiří Zídek (-20 bodů), Denis Mujagič (-9 bodů), Ashante Johnson a Jiří Trnka (oba po -5 bodech).

Pokud se podíváme na všechny získané údaje celkově, tak nám vyplývá, že nejlépe bránícími hráči byli ve všech utkáních Maurice Whitfield a Radek Nečas s celkovým koeficientem +14 bodů. Ba naopak nejhůře na tom byl Jiří Trnka (-24 bodů) a Jiří Zídek (-21 bodů).

Z individuální statistiky jasně vyplývá několik faktů:

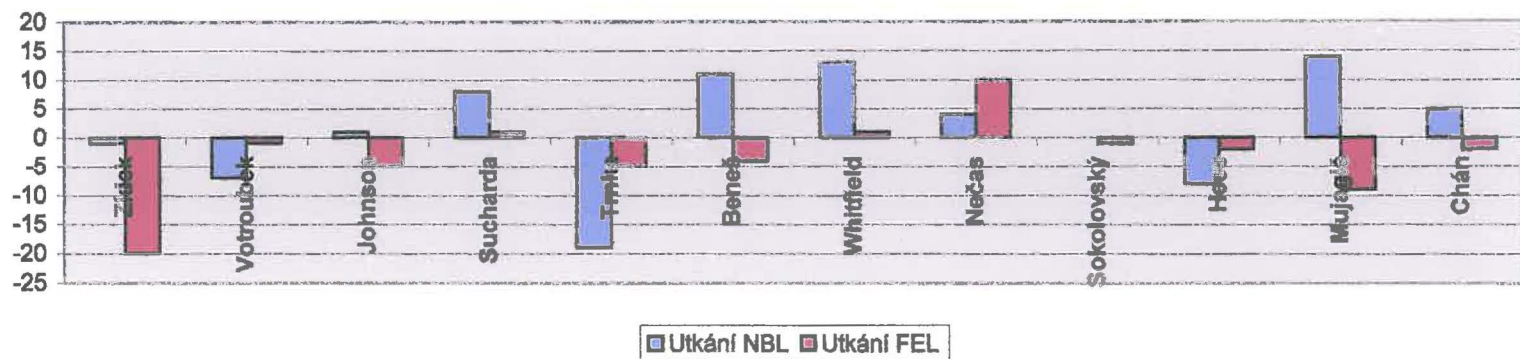
1. Obrovský rozdíl mezi efektivitou obrany v utkáních Národní basketbalové ligy a Evropské ligy. To se nejvíce projevuje v kvalitě soupeře a s tím související efektivitou proměňování střeleckých příležitostí (úspěšnost 52% oproti 40% v NBL), což mělo za následek vysoký záporný koeficient efektivity krytí hráče při střelbě.
2. Druhou velikou slabinou je obrana středních útočníků na pozici 5 – tj. Jiřího Zídka a Jiřího Trnky a to konkrétně v obraně středního útočníka s míčem v dolním postavení a také při návratu do obrany. Domnívám se, že následující zjištění nejvíce ovlivňuje vyšší věk obou hráčů, který má za následek rychlý úbytek síly a zpomalení všech pohybů.

3. Překvapivě nejlepším doskakovačem týmu je střední rozehrávač Maurice Whitfield, který dosáhl v obou soutěžích koeficientu +11 bodů.

Tabulka č. 11 - Celková obranná činnost jednotlivce

	Celková efektivita doskakování v dané soutěži		Celková efektivita obrany střelejšího útočníka v dané soutěži		Kladná obranná činnost (zisky +bloky)		Celková efektivita obrany jednotlivce v dané soutěži	
	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL
Zidek	6	-1	-12	-23	5	4	-1	-20
Votroubek	-3	5	-11	-10	7	4	-7	-1
Johnson	3	7	-4	-17	2	5	1	-5
Sucharda	2	1	2	0	4	0	8	1
Trnka	-7	1	-14	-6	2	0	-19	-5
Beneš	2	0	1	-5	8	1	11	-4
Whitfield	11	11	-3	-23	5	13	13	1
Nečas	5	9	-12	-10	11	11	4	10
Sokolovský	-1	8	-15	-14	16	5	0	-1
Hess	-4	4	-7	-8	3	2	-8	-2
Mujagič	2	4	7	-13	5	0	14	-9
Chán	4	-1	1	-1	0	0	5	-2
Celkem chyby	20	48	-67	-130	68	45	21	-37

Porovnání celkové efektivity obrany jednotlivce v dané soutěži



6. 5. Četnost chyb v komunikaci mezi jednotlivými hráči

Otázka:

5. *Jaká je celková četnost chyb v komunikaci mezi jednotlivými hráči v utkáních NBL a FEL?*

Cílem bylo zjistit nejčastější chyby v komunikaci, jejich četnost u jednotlivých hráčů, jejich příčiny a procentuální poměr v utkáních domácí nejvyšší soutěže a Evropské ligy.

Při vyhodnocování celkových výsledků jsme postupovali následujícím způsobem:

1. Převedení získaných informací do tabulky
2. Vytvoření grafu k dané tabulce
3. Vyhodnocení výsledků

Vyhodnocení výsledků:

Podle výsledků zaznamenaných v tabulce č. 12 jsme došli k následujícím závěrům:

Co se týče celkové četnosti chyb v jednotlivých soutěžích, tak jejich poměr byl takřka vyrovnaný. V NBL chybovali hráči v komunikaci celkem 37krát, kdežto v utkáních FEL 40krát. Pokud se ale na to podíváme z hlubšího hlediska, tak nám vychází průměr osm chyb na utkání, což je u týmu profesionálů poměrně vysoké číslo s ohledem na četnost jejich tréninků a možností se sehrát. Je ovšem nutné podotknout, že se v průběhu sezóny někteří hráči k týmu přidali – např.: Adam Hess a Ashante Johnson.

Nejčastěji chybujícím hráčem byl v utkáních Národní basketbalové ligy Ladislav Sokolovský s 10ti chybami (27% z celkového počtu chyb) dále pak Nečas a Whitfield s 5ti chybami (oba 14%). Ostatní hráči chybovali 3krát a méně.

Hráčem s největším počtem chyb v komunikaci v utkáních Evropského poháru byl Radek Nečas (celkem 10 chyb – tj. 24% z celkového počtu), hned poté Maurice Whitfield (9 chyb – 22%) a Jiří Zídek s 5ti chybami (13%). Celkově nejvíce chybujícím hráčem v komunikaci ve všech námi pozorovaných utkáních byl Radek Nečas, který chyboval celkem 15krát.

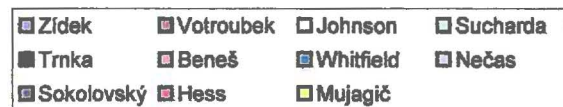
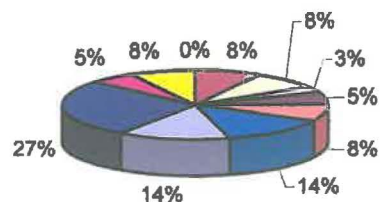
Nejčastější chyby v komunikaci vznikali hlavně při osobním presinku (při zdvojování soupeře a následném dobírání volných hráčů) a v zónové obraně, kde docházelo k situacím, že po špatné verbální domluvě mezi hráči zůstal útočník sám ve střelecké pozici. Ve dvou případech domácí soutěže, byla dokonce chyba v komunikaci způsobena atmosférou, která byla v hale. Na videozáznamu byla poté totiž jasně vidět gestikulace mezi Sokolovským a Whitfieldem, kdy na sebe vzájemně ukazovali, že se na vzájem neslyšeli.

Z hlediska četnosti chyb v komunikaci mezi jednotlivými hráči nám vyplývá následující statistika: nejvíce si nerozuměli Sokolovský s Nečasem (2krát v NBL a 3krát v FEL), Whitfield s Nečasem (2krát v NBL a 2krát v FEL) a také Whitfield s Mujagičem (1krát v NBL a 3krát v FEL). Na tuto statistiku může mít vliv jazyková bariéra, která mohla být dána národnostními rozdíly mezi jednotlivými hráči – Whitfield (USA), Mujagič (CRO) a Sokolovský s Nečasem (CZE). Ovšem toto jsou jen nepodložené závěry, jelikož rozbor videozáznamu tuto teorii ani neprokázal a ani nevyvrátil.

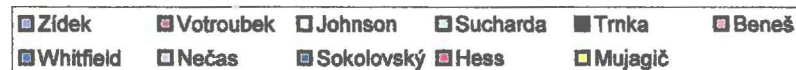
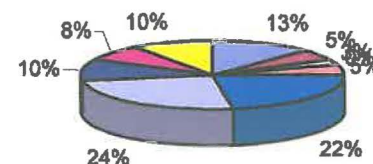
Tabulka č. 12 - Přehled četnosti chyb v komunikaci mezi jednotlivými hráči

	Zídek	Votroubek	Johnson	Sucharda	Trnka	Beneš	Whitfield	Nečas	Sokolovský	Hess	Mujagič	Chán	Celkový počet chyb v komunikaci	
													NBL	FEL
Zídek	X	0	0	0	0	0/1	0/1	0/2	1/1	0	0	0	0	5
Votroubek	0	X	0	0	0	1/0	0/2	0	1/0	0	1/0	0	3	2
Johnson	0	0	X	0	0	0	1/0	0/1	2/0	0	0	0	3	1
Sucharda	0	0	0	X	0	1/0	0	0	0	0	0	0	1	0
Trnka	0	0	0	0	X	0	0	0	1/0	1/0	0	0	2	0
Beneš	0/1	1/0	0	1/0	0	X	0	1/1	0	0	0	0	3	2
Whitfield	0/1	0/2	1/0	0	0	0	X	2/2	1/0	0/1	1/3	0	5	9
Nečas	0/2	0	0/1	0	0	1/1	2/2	X	2/3	0/1	0	0	5	10
Sokolovský	1/1	1/0	2/0	0	1/0	0	1/0	2/3	X	1/0	1/0	0	10	4
Hess	0	0	0	0	1/0	0	0/1	0/1	1/0	X	0/1	0	2	3
Mujagič	0	1/0	0	0	0	0	1/3	0	1/0	0/1	X	0	3	4
Chán	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	X	0	0

Procentuální poměr četnosti chyb v komunikaci v utkáních NBL



Procentuální poměr chyb v komunikaci v utkáních FEL



6. 6. Četnost chyb při cloně soupeře

Otázka:

6. *Jaká je celková četnost výskytu chyb v obraně při cloně útočníka v utkáních NBL a FEL?*

Cílem bylo zjistit četnost chyb obránců při cloně soupeře, jejich rozložení mezi jednotlivé hráče a také nejčastěji chybující dvojice z hlediska této statistiky v utkáních domácí nejvyšší soutěže a Evropské ligy.

Při vyhodnocování celkových výsledků jsme postupovali následujícím způsobem:

1. Převedení získaných informací do tabulky
2. Vytvoření grafu k dané tabulce
3. Vyhodnocení výsledků

Vyhodnocení výsledků:

Po rozboru videozáznamu byli všechny potřebné údaje zaznamenány do tabulky č. 13, ze které nám vyšli následující závěry:

Z hlediska celkového počtu chyb při cloně soupeře nám vyšlo, že v obou soutěžích chybovali hráči stejněkrát – a to 42krát.

Nejčastěji chybujícími hráči v pěti utkáních NBL byli Jiří Zídek (10krát – 23% z celkového počtu chyb) dále Votroubek a Whitfield (oba po 4 chybách – tj. 10%).

Nejčastěji chybujícími hráči při cloně soupeře v utkáních FEL byli Maurice Whitfield (15krát – 36% z celkového počtu chyb), Jiří Zídek (11krát – 26%) a Stanislav Votroubek (4krát – 10%). Z výše uvedených čísel vyplývá, že tito tři hráči tvořili přes 50% chyb v této činnosti – konkrétně tedy 57,1%. Celkově nejvíce chybujícím hráčem při clonách soupeře ve všech pozorovaných utkáních byl Jiří Zídek a to v 21 případech.

Nejčastěji chybující dvojicí byli Maurice Whitfield a Jiří Zídek, kteří se dopustili nepřesností v obraně celkem 11krát!!!Dále bychom mohli ještě zmínit dvojice Whitfield – Votroubek a Zídek - Mujagič, kteří chybovali celkem 3krát.

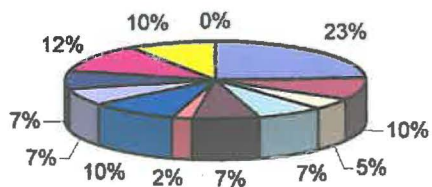
Ve všech případech docházelo nejčastěji ke špatnému (většinou pozdnímu) předskočení podkošového hráče, což mělo za následek, že druhý obránce neměl dostatek času dobrat svého útočníka a tím pádem docházelo k přesilovým situacím.

Dalším faktorem, který mohl negativně ovlivnit řešení daných situací mohla být opět jazyková bariéra. Ale jak už jsme uvedli výše, videozáznam tuto teorii ani nepotvrdil, ale ani nevyvrátil.

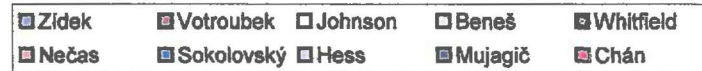
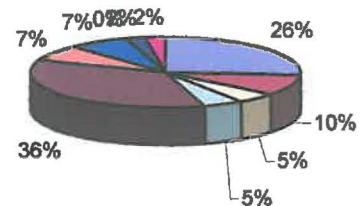
Tabulka č. 13 - Přehled četnosti chyb při cloně soupeře

	Zidek	Votroubek	Johnson	Sucharda	Trnka	Beneš	Whitfield	Nečas	Sokolovský	Hess	Mujagič	Chán	Celkový počet chyb při cloně soupeře	
													NBL	FEL
Zidek	X	0	1/0	0	0	0/1	2/9	2/0	2/0	1/0	2/1	0	10	11
Votroubek	0	X	0/1	0	1/0	0/1	1/2	0	0	0	2/0	0	4	4
Johnson	1/0	0/1	X	0	0	0	0	0	0/1	1/0	0	0	2	2
Sucharda	0	0	0	X	0	0	0	0	1/0	2/0	0	0	3	0
Trnka	0	1/0	0	0	X	1/0	0	0	0	1/0	0	0	3	0
Beneš	0/1	0/1	0	0	1/0	X	0	0	0	0	0	0	1	2
Whitfield	2/9	1/2	0	0	0	0	X	1/2	0/1	0	0	0/1	4	15
Nečas	2/0	0	0	0	0	0	1/2	X	0/1	0	0	0	3	3
Sokolovský	2/0	0	0/1	1/0	0	0	0/1	0/1	X	0	0	0	3	3
Hess	1/0	0	1/0	2/0	1/0	0	0	0	0	X	0	0	5	0
Mujagič	2/1	2/0	0	0	0	0	0	0	0	0	X	0	4	1
Chán	0	0	0	0	0	0	0/1	0	0	0	0	X	0	1

Procentuální poměr chyb v obraně při cloně soupeře v utkáních NBL



Procentuální poměr chyb v obraně při cloně soupeře v utkáních FEL



6. 7. Zisky kolektivní obranou činností

Otázka:

7. Jaká je četnost zisků kolektivní obranou činností v utkáních NBL a FEL?

Cílem bylo zjistit podíl jednotlivých hráčů na kolektivních ziscích v utkáních domácí nejvyšší soutěže a Evropské ligy.

Při vyhodnocování celkových výsledků jsme postupovali následujícím způsobem:

1. Převedení získaných informací do tabulky
2. Vytvoření grafu k dané tabulce
3. Vyhodnocení výsledků

Vyhodnocení výsledků:

Jak vyplývá z tabulky č. 14, tak z hlediska vyhodnocování této statistiky musíme opět zkonstatovat, že počet získaných míčů v utkáních NBL je stejný, jako počet získaných míčů v utkáních FEL. V obou soutěžích je to po 15 ziscích.

Hráčem, který se nejčastěji podílel na kolektivních ziscích v NBL by Radek Nečas (4krát – tj. 26% z celkové počtu zisků v NBL), dále Zídek (3krát – 20%) a Sokolovský s Hessem (oba po 2 ziscích – 13%).

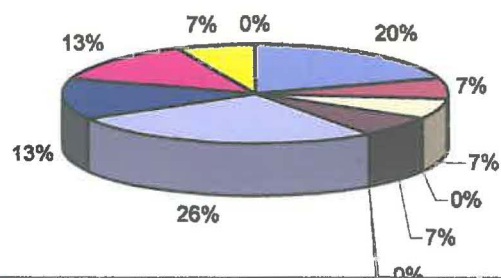
V utkáních Evropské ligy se nejčastěji podílel na kolektivních ziscích Ladislav Sokolovský (5krát – 32%) a dále Nečas s Whitfieldem (oba po 4 ziscích – 27%). Takže celkově nejúspěšnějším hráčem podle počtu zisků byl Radek Nečas, který se na získání míče podílel celkem 8krát.

Nejčastější situací, při které hráči získávali míč bylo zdvojení soupeře a to převážně v zónovém presinku 1-2-1-1.

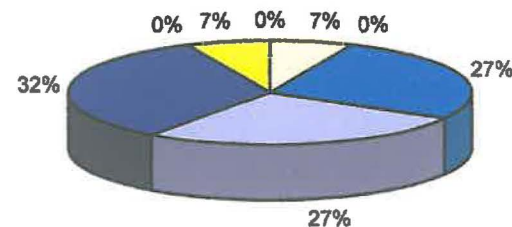
Tabulka č. 14 - Přehled četnosti zisků kolektivní obranou

	Zídek	Votroubek	Johnson	Sucharda	Trnka	Beneš	Whitfield	Nečas	Sokolovský	Hess	Mujagič	Chán	Celkový počet zisků	
													NBL	FEL
Zídek	X	0	0	0	0	0	0	2/0	0	1/0	0	0	3	0
Votroubek	0	X	0	0	1/0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
Johnson	0	0	X	0	0	0	0	0/1	1/0	0	0	0	1	1
Sucharda	0	0	0	X	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Trnka	0	1/0	0	0	X	0	0	0	0	0	0	0	1	0
Beneš	0	0	0	0	0	X	0	0	0	0	0	0	0	0
Whitfield	0	0	0	0	0	0	X	0/1	0/2	0	0/1	0	0	4
Nečas	2/0	0	0/1	0	0	0	0/1	X	1/2	1/0	0	0	4	4
Sokolovský	0	0	1/0	0	0	0	0/2	1/2	X	0	1/0	0	2	5
Hess	1/0	0	0	0	0	0	0	1/0	0	X	0	0	2	0
Mujagič	0	0	0	0	0	0	0/1	0	1/0	0	X	0	1	1
Chán	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	X	0	0

Procentuální poměr na kolektivních ziscích v utkáních NBL



Procentuální poměr na kolektivních ziscích v utkáních FEL



6. 8. Celková kolektivní obranná činnost

Otázka:

8. *Jaké je srovnání indexů záporných a kladných případů u jednotlivých hráčů v kolektivní obranné činnosti v utkáních NBL a FEL?*

Cílem bylo zjistit efektivitu jednotlivých hráčů v kolektivní obranné činnosti v utkáních domácí nejvyšší soutěže a Evropské ligy.

Při vyhodnocování celkových výsledků jsme postupovali následujícím způsobem:

1. Převedení získaných informací do tabulky
2. Vytvoření grafu k dané tabulce
3. Vyhodnocení výsledků

Vyhodnocení výsledků:

K posouzení celkové efektivity obranné činnosti v jednotlivých soutěžích jsme si museli nejprve vypracovat tabulku č. 15, ze které nám vyšli následující závěry:

Celkový poměr efektivity kolektivní obranné činnosti je -65 (v NBL) : -67 (v FEL). K rovnosti této statistiky přispívá hlavně vyrovnanost všech složek, které ji generují, tj. chyb v komunikaci, chyb při cloně soupeře a zisků společnou obranou. Ovšem co nás překvapilo byl fakt, že záporné body značně převyšují body kladné, což má za následek vysoké záporné koeficienty celkového hodnocení.

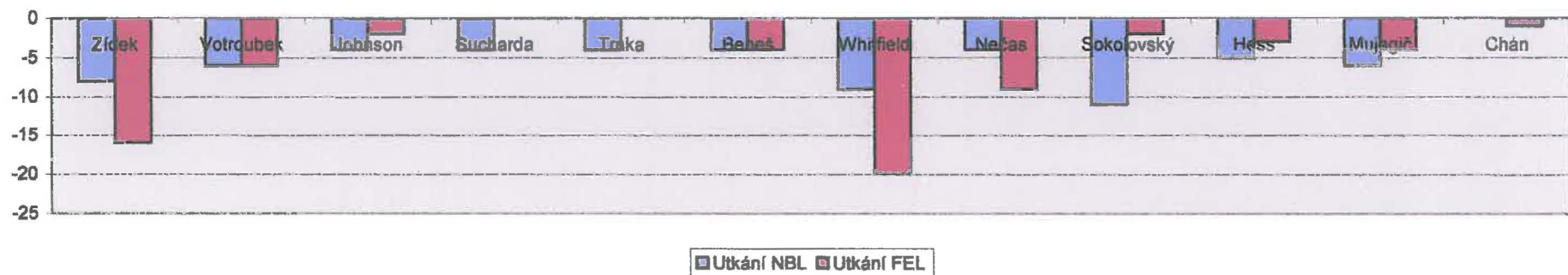
Ze statistik jasně vyplývá, že nejvíce záporných bodů v kolektivní obranné činnosti v utkáních NBL má Ladislav Sokolovský (-11 bodů), poté následuje Maurice Whitfield (-9 bodů) a Jiří Zídek (-8 bodů).

V utkáních Evropské ligy nasbíral nejvíce záporných bodů Maurice Whitfield (-20 bodů), Jiří Zídek (-16 bodů) a také Radek Nečas (-9 bodů). Součtem z toho tedy vyplývá, že nejvíce chyb v kolektivní obranné činnosti udělali hráči Whitfield (-29 bodů) a Zídek (-24 bodů). U těchto hráčů to bylo hlavně způsobeno velkou četností chyb v komunikaci.

Tabulka č. 15 - Celková úspěšnost jednotlivých obránců při obranách kombinacích

	Chyby v komunikaci		Chyby v komunikaci celkem	Chyby při cloně		Chyby při cloně celkem	Záporné body		Kladné body = zisky kol.obranou		Celková úspěšnost v kolektivní obraně		Záporné body celkem	Kladné body celkem	Celková úspěšnost v týmové obraně
	NBL	FEL		NBL	FEL		NBL	FEL	NBL	FEL	NBL	FEL			
Zídek	1	5	6	10	11	21	11	16	3	0	-8	-16	27	3	-24
Votroubek	3	2	5	4	4	8	7	6	1	0	-6	-6	13	1	-12
Johnson	3	1	4	2	2	4	5	3	1	1	-4	-2	8	2	-6
Sucharda	1	0	1	3	0	3	4	0	0	0	-4	0	4	0	-4
Trnka	2	0	2	3	0	3	5	0	1	0	-4	0	5	1	-4
Beneš	3	2	5	1	2	3	4	4	0	0	-4	-4	8	0	-8
Whitfield	5	9	14	4	15	19	9	24	0	4	-9	-20	33	4	-29
Nečas	5	10	15	3	3	6	8	13	4	4	-4	-9	21	8	-13
Sokolovský	10	4	14	3	3	6	13	7	2	5	-11	-2	20	7	-13
Hess	2	3	5	5	0	5	7	3	2	0	-5	-3	10	2	-8
Mujagič	3	4	7	4	1	5	7	5	1	1	-6	-4	12	2	-10
Chán	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	-1	1	0	-1
Celkem	38	40	78	42	42	84	80	82	15	15	-65	-67	162	30	-132

Celková úspěšnost v kolektivní obraně



7. Celkové zhodnocení výsledků - Diskuse

V našem výzkumu jsme provedli rozbor videozáznamů deseti utkání týmu ČEZ Basketbal Nymburk, z toho bylo pět z domácí nejvyšší soutěže (Národní basketbalové ligy) a pět z utkání Evropské ligy (FIBA Europeun League). Zaměřili jsme se pouze na chyby v obranné činnosti jednotlivce a na chyby v kolektivní obranné činnosti. Po vyhodnocení cílů naší práce jsme došli k následujícímu celkovému zhodnocení výsledků:

Z hlediska individuální obranné činnosti mě nejvíce překvapila statistika efektivity krytí střelce útoku v utkáních Evropského poháru. Nečekal jsem, že u všech hráčů týmu dojdeme k zápornému indexu efektivity. Ten to fakt byl způsoben hlavně vysokou úspěšností střelby hráčů soupeře, která byla 52%. V porovnání s úspěšností krytí střelce útoku v utkáních NBL, kde byla úspěšnost střelby 40%, tedy dojdeme ke zjištění, že efektivita krytí útoku při střelbě je v domácí soutěži podstatně nižší. Toto tvrzení také potvrzuje fakt, že ve 4 z pěti námi pozorovaných utkání Evropské ligy dostali hráči Nymburka více než 90 bodů, kdežto v pěti utkáních Národní basketbalové ligy tomu nebylo ani jednou. Možným důvodem, proč tomu tak je, by mohlo být potvrzení mé hypotézy, že kvalita hráčů (tedy hlavně jejich výkonnostní, technická a taktická vyspělost) v Evropské lize je na vyšší úrovni než u nás.

Dalším zajímavým zjištěním byl fakt, že ve všech námi pozorovaných utkáních docházelo poměrně často k situaci, kdy útočník vstřelil koš a byl při tom ještě faulován obráncem. Ve všech deseti utkáních tomu bylo celkem 31krát (v NBL 20krát) z čehož mi vyplývá průměr 3,1 koše s faulem na utkání. Domnívám se, že vzhledem k situacím, ve kterých nejčastěji došlo k faulu na střelce útoku soupeře, který hod proměnil, je toto poměrně vysoké číslo.

Dalším poměrně zajímavým zjištěním bylo, že v utkáních FEL byl suverénně nejčastěji chybujícím hráčem v doskakování Jiří Zídek, přes kterého soupeři doskočili celkem 19krát, což bylo 43% z celkového počtu chyb v doskakování v utkáních Evropského poháru a celkově přes Jiřího Zídka byla doskočena celá čtvrtina všech míčů v obou soutěžích. Tento výsledek ovlivnily právě utkání Evropského poháru.

Nejčastější chybou v doskakování byl jak v utkáních NBL, tak i FEL útočný doskok soupeře s následných vyhozením na spoluhráče. V utkáních domácí nejvyšší soutěže to tvořilo přesnou polovinu chyb v doskakování a v utkáních Evropského poháru dokonce 2/3 celkových chyb. Také nás překvapil poměrně vysoký počet inkasovaných košů a inkasovaných s faulem po špatném doskoku v domácí soutěži.

Co se týče kolektivní obranné činnosti, tak mě překvapilo, že celkový index efektivity v utkáních NBL (-65) byl skoro stejný jako celkový index v utkáních Evropské ligy (-67). Tato statistika také podporuje fakt, že hlavní a podstatný rozdíl mezi oběma soutěžemi je v individuálních kvalitách hráčů! Dále z ní vyplývá, že tým ČEZ basketbal Nymburk má stále veliké nedostatky v kolektivní obranné činnosti, konkrétně v komunikaci mezi hráči a hlavně v řešení situací, kdy střední útočník staví clonu na středního rozehrávače s míčem. Jedná se tady hlavně o souhru Jiřího Zídka a Maurice Whitfielda.

Na závěr této části bych chtěl provést celkové srovnání mezi jednotlivými soutěžemi – tedy Národní basketbalovou ligou a FIBA Evropskou ligou. Jak je již na první pohled z výsledků zřejmé, je prokazatelně dokázáno, že úroveň týmů Evropské ligy je ve všech směrech mnohem lepší než úroveň nejvyšší domácí soutěže. Toto právě prokázalo porovnání efektivity obrany, jako nejobjektivnějšího ukazatele pozorování, v obou soutěžích. Zde se ukázaly největší slabiny českého týmu, potažmo vzato i celé Národní basketbalové ligy.

Domnívám se, že tento markantní rozdíl je dán dvěma aspekty. Ten první je finanční stránka. Zahraniční týmy totiž pracují s mnohem vyšším rozpočtem a proto si i mohou dovolit nejen nakoupit, ale i platit kvalitnější hráče. Druhým aspektem je výchova nových generací basketbalistů v ČR a s tím související mládežnický potenciál. Myslím si, že za velký propad mezi námi a Evropou může stát právě špatný systém výchovy a práce s mládeží. Bohužel prioritou většiny basketbalových klubů u nás je A-tým, ke kterému směřují vesměs maximální možná finanční i materiální prostředky. Proto se není co divit, že většina renomovaných a dobrých trenérů dá přednost práce s „hotovými“ hráči, před perspektivní prací s mládeží. Pokud to půjde tímto trendem dál, tak se obávám, že basketbal v ČR bude na horší a horší úrovni.

HYPOTÉZY

1. Předpokládá se, že kvalita hráčů zahraničních týmů bude vyšší, a tudíž efektivita obrany v utkáních Evropské ligy bude nižší, než v utkáních NBL. –**Potvrzeno!!!**
2. Dále předpokládám, že zjistíme velké rezervy jak v individuální, tak i v kolektivní obranné činnosti, jelikož obranná fáze utkání nebývá u většiny trenérů prioritou a tudíž i chybám, které při ní vznikly se nevěnuje tak velká pozornost. – **Potvrzeno!!!**

Doporučení:

Domnívám se, že většina chyb, které vznikly v obranné fázi utkání nevyplývala z nedostatečné fyzické připravenosti hráčů (i když u některých hráčů mohl být vyšší věk částečným omezením jejich fyzické výkonnosti – konkrétně u podkošových hráčů Jiřího Trnku a Jiřího Zídka a také o Denise Mujagiče), ale byla spíše způsobena nekoncentrovaností a také částečně nedostatky v taktickém myšlení daného hráče. Jelikož ovšem mluvíme o týmu profesionálních sportovců, tak se domnívám, že po taktické stránce se již všichni hráči za dobu své kariéry setkali s mnoha metodami, které jim pomohou odbourat většinu nedostatku v jejich herním výkonu. Proto bych se v tréninkovém cyklu více zaměřil na detaily, které mnohdy rozhodují o úspěchu či neúspěchu činnosti daného hráče. Konkrétněji je to krytí soupeře 1 na 1 (největší počet střel i vstřelených košů následoval právě po této situaci), lepší krytí a odstavení útočníka při obraném doskoku (hlavně u podkošových hráčů), zlepšení komunikace mezi hráči a také opětovný nácvik řešení herních kombinací založených na cloně.

8. Závěr

V této práci jsme se zaměřili na rozbor obranné fáze utkání u vybraného týmu – ČEZ Basketball Nymburk v sezóně 2004/2005. Cílem naší práce bylo zjistit největší nedostatky v individuálních a kolektivních činnostech hráčů, jejich četnost a také celkovou efektivitu obranné fáze individuálního herního výkonu v utkání.

Domnívám se, že všechny námi vytčené cíle jsme splnily, tedy odpověděli jsme si na otázky, které jsme si před samotným pozorováním vytkli. Největším přínosem pro mě bylo samotný rozbor videozáznamů, jelikož jsem zjistil, že tento způsob pozorování mi poskytne mnohem více informací, než pouhý zápis o utkání či individuální statistiky utkání.

Závěrem bych chtěl říci, že z této statistiky vyplývá, že i nejlepší týmy (a to nejen u nás) mají veliké rezervy v obrané činnosti nejen jednotlivce, ale i kolektivu. V tomto já vidím obrovské rezervy současného basketbalu a domnívám se, že se cestou zdokonalení obranné fáze utkání bude v budoucnu vydávat více a více trenérů, kteří budou chtít dovést svůj tým až k maximální dokonalosti. Proto jsem rád, že mi tato práce moji hypotézu potvrdila a ukázala mi širší pohled na danou problematiku.

9. Použitá literatura:

Boone, J., 10 Principles of Man – to - Man Defence. *Athlet. J.* 62, 1982, č. 8, s. 32 – 35.

Dobrý, L. *Didaktika sportovních her*. Praha : SPN, 1988.

Dobrý, L. *Malá škola basketbalu*. Praha : Olympia, 1986. s. 15.

Dobrý, L., Velenský, E. *Košíková : teorie a didaktika*. Vyd. 1. Praha : SPN, 1987.

Dobrý, L., Semiginovský, B. *Sportovní hry. Výkon a trénink*. Praha : Olympia, 1988.

Hendl, J. *Úvod do kvalitativního výzkumu*. Praha : Karolinum, 1999.

Primo, G., *Basket la Difenza*. Firenze : 1989.

Procházka, Zdeněk. *Pravidla basketbalu*. Vyd. Praha : ČBF, 2004.

Šmíd, P. *Abeceda basketbalu – průpravné hry*. Školní sport 2006, č.12, 1987.

Velenský, E. *Basketbal*. 1. vyd. Praha : Olympia, 1987.

Velenský, E. *Košíková : trénink, technika, taktika*. Praha : Olympia, 1976.

Velenský, E., Možnosti hodnocení obrany v košíkové. *Zpravodaj*, č. 13, 1977, s. 18-21.

Velenský, Michael. *Basketbal : základní program aplikace útočných a obranných činností*. Vyd. 1. Praha : NS Svoboda, 1998. ISBN 80-205-0553-9.

Velenský, M a kol. *Průpravné hry*. Praha : Karolinum, 2005.

Velenský, M. *Streetball : sportovní hra tříčlenných družstev na jeden koš : Street/ball : sportovní hra tříčlenných družstev na jeden koš (Variant.)*. Vyd. 1. Praha : Olympia, 1999. ISBN 80-7033-625-0.

http://fsps.muni.cz/~petivlas/Basketbal/Method_materialy/Sylabus%20herni%20cinnosti%20jednotlivce.doc

www.fsport.uniba.sk/vedprac/lubor.tomane%20systematika%202004.rtf