

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2024

Jan Svoboda

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu

**Sledování možností taktické přípravy na utkání v nejvyšší
volejbalové lize mužů v České republice**

Bakalářská práce

Vedoucí práce:

Vypracoval:

PhDr. Rostislav Vorálek, Ph.D.

Jan Svoboda

Praha 2024

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

V Praze, dne

.....

Podpis autora práce

Evidenční list

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

Jméno a příjmení: Fakulta / katedra: Datum vypůjčení: Podpis:

Poděkování

Rád bych poděkoval PhDr. Rostislavovi Vorálkovi, P.D. za odborné vedení mé bakalářské práce, za cenné rady a náměty, za podnětné připomínky a společné konzultace. Dále bych chtěl poděkovat všem 13 trenérům, kteří působí v nejvyšší volejbalové lize mužů v České republice za pomoc při realizaci dotazníkové studie, bez které bych nemohl získat dostatek podkladů pro vypracování mé bakalářské práce.

Abstrakt

- Název:** Sledování možností taktické přípravy na utkání v nejvyšší volejbalové lize mužů v České republice
- Cíl:** Cílem mé bakalářské práce bylo zjistit, jakým způsobem se provádí taktická příprava na utkání v nejvyšší volejbalové lize mužů v České republice
- Metody:** K získání potřebných informací jsem použil dotazníkové šetření od 13 hlavních trenérů, kteří působí v nejvyšší volejbalové lize mužů v České republice
- Výsledky:** Získané poznatky budou významnou inspirací pro ostatní trenéry, jak zkvalitnit práci v taktické přípravě na utkání a zároveň určitou konfrontací a srovnáním postupů v taktické přípravě jednotlivých trenérů mezi sebou
- Klíčová slova:** Volejbal, utkání, taktika, extraliga mužů, taktická příprava na utkání

Abstract

Title: Tracking the possibilities of tactical preparation for a match in the highest men's volleyball league in the Czech Republic

Objectives: The aim of my bachelor's thesis was to investigate how tactical preparation for matches is conducted in the highest men's volleyball league in the Czech Republic

Methods: To obtain the necessary information, I used a questionnaire survey from 13 head coaches who work in the highest men's volleyball league in the Czech Republic

Results: The findings will be a significant inspiration for other coaches on how to improve their work in tactical preparation for matches, as well as a certain confrontation and comparison of the methods in tactical preparation of individual coaches among themselves

Keywords: volleyball, match, tactics, extraleague of men, tactical preparation

Obsah

1. ÚVOD	9
2. TEORETICKÁ VÝCHODISKA PRÁCE	11
2.1 Charakteristika volejbalu	11
2.2 Charakteristika vrcholového volejbalu	12
2.3 Herní činnosti jednotlivce	14
2.3.1 Podání	14
2.3.2 Přihrávka	15
2.3.3 Nahrávka	16
2.3.4 Útočný úder	17
2.3.5 Blok	18
2.3.6 Vybírání	18
2.4 Herní kombinace	19
2.4.1 Herní kombinace útočné bez signálu	20
2.4.2 Herní kombinace útočné na signál	21
2.4.3 Herní kombinace obranné i útočné	22
2.4.4 Herní kombinace obranné	23
2.5 Herní systémy	24
2.6 Specializace hráčů	26
2.6.1 Smečáři	26
2.6.2 Nahrávači	27
2.6.3 Blokaři	27
2.6.4 Univerzálové	28
2.6.5 Libera	28
2.8 Taktická příprava na utkání	31
2.9 Analýza herních činností	33
2.10 Nejvyšší volejbalová liga v České republice	35
3. PRAKTICKÁ ČÁST	37
3.1 Cíl práce	37
3.3 Hypotézy	38
3.5 Metodika	39
3.5.1 Zvolený postup	39
3.5.2 Charakteristika zkoumaného souboru	39

4. VÝSLEDKY	40
5. DISKUZE	57
6. ZÁVĚR.....	61
Seznam použitých zdrojů	63
Seznam grafů	65
Seznam příloh	67

1. ÚVOD

Od začátku studia na Fakultě tělesné výchovy a sportu bylo zřejmé, že téma mé bakalářské práce se bude týkat „mého“ sportu, který od mládí provozuji závodně, a tím je volejbal.

Volejbal byl v polovině 20. století v bývalém Československu na světové úrovni a naše družstva získávala medaile ze světových šampionátů i Olympijských her. Bohužel ke konci dvacátého století nastal úpadek, a my jsme nebyli schopni udržet krok se světovou špičkou. Naštěstí v posledních letech naše reprezentace, a to zejména mládežnická, chlapecká, navazuje na dřívější skvělé úspěchy a sbírá medaile z Evropských šampionátů. S tím je spojená i zvyšující se kvalita nejvyšší volejbalové ligy v České republice – ČEZ volejbalová extraliga mužů. Můžeme si toho všimnout především v klubových evropských pohárech, kde má Česká republika pět zástupců ve třech klubových soutěžích.

Sportovní výkon se dnes posouvá daleko k hranicím lidských možností. Výkon je ovlivňován celou řadou faktorů: somatické, kondiční, technické, taktické a psychické. Dovedeme-li každý faktor k nejvyšší dokonalosti, můžeme pomýšlet na vysoké světové příčky. Ovšem tuto skutečnost ví i naše konkurence. Vystává tedy otázka, co je třeba vylepšovat, jak být napřed před soupeřem.

Najdeme velké množství publikací a odborných článků, které se zabývají jednotlivými faktory, které ovlivňují sportovní výkon, ale právě taktická příprava je ta oblast, která je dosud opomíjená, přesto, že může mít klíčový význam pro úspěch sportovce a celého týmu, zejména, když se výkonnost družstev neustále vyrovnává. Proto jsem si jako téma mé bakalářské práce zvolil taktickou přípravu na utkání, abych upozornil na nutnost věnovat větší pozornost právě této oblasti.

Cílem mé bakalářské práce bylo zjistit, jakým způsobem se provádí taktická příprava na utkání v České volejbalové extralize mužů. Dílčím cílem pak upozornit na důležitost taktické přípravy v rámci celého systému sportovního tréninku. Shromáždit a vyhodnotit poznatky o různých přístupech provádění taktické přípravy na utkání od nejlepších českých i zahraničních trenérů, kteří působí v rámci extraligy mužů v České republice. Důraz je kladen na identifikaci klíčových faktorů v taktické přípravě, které vedou k úspěchu volejbalových týmů před utkáním.

Práce je rozdělená na část teoretickou a část praktickou. V teoretické části jsem popsal základní strukturu volejbalové přípravy. Herní činnosti jednotlivce, herní

kombinace, herní systémy. Ve druhé, teoretické části se zaměřuji na taktickou přípravu, speciálně na taktickou přípravu před utkáním. Praktická část je věnovaná přímo výzkumu, který je zaměřen na taktickou přípravu na utkání, jako důležitého faktoru k dosažení vynikajícího výsledku a úspěchu v soutěžích.

K získání potřebných informací jsem použil dotazníkové šetření od 13 trenérů, kteří působí v nejvyšší volejbalové lize mužů v České republice. Při stanovení hypotéz jsem vycházel z cíle výzkumu, z odborné literatury i z vlastních zkušeností jako extraligového hráče, který absolvoval přes 300 taktických porad před utkáními, pod vedením různých trenérů.

Výsledky práce mohou být významnou inspirací pro ostatní trenéry, jak zkvalitnit práci v taktické přípravě na utkání a zároveň určitou konfrontací a srovnáním postupů v taktické přípravě jednotlivých trenérů mezi sebou.

2. TEORETICKÁ VÝCHODISKA PRÁCE

2.1 Charakteristika volejbalu

„Volejbal patří mezi jedno z nejrozšířenějších sportovních odvětví na světě i v naší zemi. Od svého vzniku u nás v roce 1921 prošel vývojem, který byl ovlivňován významnými změnami v pravidlech. Mezi nejvýznamnější patřilo povolení přesahu bloku přes síť (1964) a zavedení změny v počítání a hráče specializace libero (1988).“ (Buchtel, Ejem a Vorálek 2011 s. 134). Věnuje se mu na různých výkonnostních úrovních až 800 milionů lidí po celém světě.

Volejbal v sobě spojuje prvky individuálních dovedností a týmové spolupráce, tvořivost s disciplínou a kázní. Mezinárodní pravidla předpokládají hru šestičlenných mužských či ženských týmů, ale existují i různé modifikace hry co do počtu hráčů, jakož i utkání smíšených družstev (Císař 2005).

Volejbal patří mezi týmové nekontaktní síťové sporty. Ovládá se společný předmět, kterým je míč. Hráči se snaží dostat míč na soupeřovu polovinu přes síť tak, aby jej soupeř nemohl vrátit zpět na jejich stranu. Snaží se tedy docílit bodu ve prospěch svého družstva a tím získat 25 bodů, které tvoří jednotlivé sety. Vítězem v setu se tedy stává družstvo, které jako první získá 25 bodů, pokud je však skóre vyrovnané na konci setu, musí jeden celek vyhrát rozdílem dvou bodů, například 26:24. Družstvo, které jako první získá 3 sety se stává vítězem v utkání. Při rovnosti setů 2:2 se tedy hraje pátý, rozhodující set tzv. „tie-break“ neboli zkrácená sada pouze do 15 bodů.

Hřiště má rozměr 9 x 18 metrů, kdy každá polovina má 9 x 9 metrů. Označeno je čarami o šíři 5 cm, které jsou součástí hřiště. Dále je zde středová čára, která rozděluje obě poloviny a pak útočné čáry, které jsou vzdálené 3 metry od středové čáry. Výška sítě je rozdílná, závisí na pohlaví a věku hráčů např.: pro muže je standardní 243 cm (Buchtel 2005).

Jak už bylo zmíněno, volejbal se na rozdíl od brankových sportů hraje po celou dobu hry na vlastní polovině a dochází k minimálnímu kontaktu se soupeřem (pouze při přesahu bloků, šlápnutí na střední čáru). Tato skutečnost snižuje potencionální možnost úrazů, a především zvyšuje přitažlivost pro hráče a diváky, kteří mají rádi bezkontaktní sporty. Díky této skutečnosti a nižší energetické náročnosti hraje volejbal více žen než ostatní kolektivní sporty. Volejbal je také vzhledem k chybějícím přímým osobním kontaktům oblíbený u dětí a rovněž u starších lidí a zdravotně postižených (Kaplan 1999).

Příbramská (1989) uvádí, že pro volejbal je zásadní hráčská všestrannost, vysoká úroveň tělesné kondice i potřebných technických a taktických dovedností. Při zatížení jsou rovnoměrně rozvíjeny všechny pohybové schopnosti, zejména rychlost ve spojení s obratností, vytrvalostí a v neposlední řadě i silová výbušnost dolních končetin. Hra vyžaduje zcela přirozenou součinnost jednotlivých hráčů, vzájemnou souhru, která je základem vztahů, jež se ať v kladném či záporném smyslu mezi hráči vytvářejí (Choutka, Dobrý & Rovný 1966).

2.2 Charakteristika vrcholového volejbalu

Buchtel a kol. (2005) rozděluje volejbal z výkonnostního hlediska:

- a) rekreační volejbal
- b) výkonnostní volejbal
- c) vrcholový volejbal

a) **Rekreační volejbal** hrají jedinci především pro radost z pohybu a prožitků, které jim tato hra přináší. Vrcholný výkon a výsledek není hlavním cílem. Důležité je také zmínit zdravotní aspekt (upevňování zdraví) a společenský (utváření přátelských vztahů skupiny lidí).

Družstva rekreačního volejbalu jsou složena většinou z hráčů, kteří nejsou registrováni v Českém volejbalovém svazu. Jedná se o smíšená družstva žen a mužů, počet je daný tím, kolik lidí na trénink přijde. Scházejí se jednou až dvakrát týdně a většinou u nich nejde o tréninkový proces, prostě si jdou jenom zahrát volejbal. Náplní tréninků je rychlé rozcvičení a potom volná (neřízená) hra.

b) **Výkonnostní volejbal** realizují hráči registrovaní v Českém volejbalovém svazu, tvořící největší část „volejbalové rodiny“. Jejich největším cílem je touha po aktivní zábavě a zároveň dosažení uspokojivých výsledků. Dosahované výkony však nemohou být na nejvyšší úrovni, protože hráči k nim nemají odpovídající předpoklady a nechtějí nebo nemohou věnovat tréninku tolik času. Nejsou jim také vytvořeny odpovídající materiální i finanční podmínky. Do oblasti výkonnostního volejbalu počítáme družstva, hrající soutěže přibližně od krajského přeboru do 1. národní ligy a AVL (amatérská volejbalová liga).

Týdenní tréninkový objem těchto družstev se pohybuje v rozmezí dvou až tří tréninkových jednotek týdně. I zde vidíme velký věkový rozdíl od hráčů, kteří hrají mládežnické kategorie až po starší zkušené hráče, kteří hrají po své vrcholové kariéře pro radost.

c) **Vrcholový volejbal** je výběrová forma provádění této sportovní hry. Je určena pro talentované hráče, kteří prochází systémem přípravy talentované mládeže v mládežnických reprezentacích, aby měli dostatečné mezinárodní zkušenosti. Po celou dobu jejich studia musí jasně upřednostňovat volejbal a po vystudování střední školy se volejbal stává jejich zaměstnáním a ve studiu nepokračují. Trendy, které se objevují ve fotbale či hokeji, že hráči kolikrát nemají dokončené ani středoškolské vzdělání se začínají objevovat poslední dobou i ve volejbale, protože konkurence je zde extrémní. Plná profesionalizace hráčů v naší republice nastala několik let zpátky, kdy všechny kluby se staly profesionálními a žádný hráč nemá k volejbalu zaměstnání, avšak řada hráčů odchází do ciziny, kde má velmi dobré podmínky uplatnit své schopnosti a vydělávat mzdu vyšší než v České republice. Družstva v nejvyšší volejbalové lize trénují pětkrát v týdnu, často dvoufázově a mají většinou dvě utkání týdně. Ty nejlepší hrají 3 soutěže – volejbalová extraliga, Český pohár, Evropský klubový pohár. O vrcholová družstva se starají realizační týmy, složené z hlavního trenéra a jeho asistenta, lékaře, maséra, fyzioterapeuta, statistika, manažera. Velkou roli zde hraje také účast sponzorů, bez níž by činnost družstev nebyla možná. Finanční dotace Českého volejbalového svazu jsou omezené a většinou směřují k mládežnickým družstvům.

Do oblasti vrcholového volejbalu zahrnujeme reprezentační celky mládežnických kategorií a dospělých a nejvyšší volejbalovou ligu mužů a žen.

2.3 Herní činnosti jednotlivce

Kaplan a Buchtel s.30 (1987) říká „*Individuální herní situace se řeší herní činností jednotlivce. Ta představuje promyšlený komplex pohybové činnosti hráče, kterou řeší vzniklou herní situaci.*“

Císař (2005) ve volejbale rozlišuje herní činnosti jednotlivce na převážně útočné – podání, přihrávka, nahrávka a útočný úder. Dále na obranné i útočné – blokování a jako poslední převážně obranné a tím je vybírání.

Druhé dělení individuálních herních činností je podle Haníka a Vlacha (2008), kteří je dělí, na herní činnosti s míčem a herní činnosti bez míče. Mezi herní činnosti s míčem počítáme – útočný úder, podání, blokování, vybírání, přihrávku a nahrávku. Jsou to herní situace, při kterých hráč má přímý kontakt s míčem, nebo se snaží získat kontrolu nad míčem. Naopak herními činnosti bez míče jsou – výběr vhodného místa, neustálé sledování míče a hry, přípravné pohyby na místě a úpravy postojů. Na první pohled se zdá, že dominantními herními činnostmi jsou činnosti s míčem, ale kolikrát v utkání právě rozhodují činnosti bez míče.

2.3.1 Podání

„*Podání je odbití míče do pole soupeře způsobem předepsaným pravidly, kterým se zahajuje každá rozehra.*“ (Buchtel a kol. 2005 s. 51)

Podání je základní herní činností jednotlivce ve volejbale. V současné době neznamena pouze přemístění míče do pole soupeře. Plní i úkoly útoku a významně se podílí na zisku přímých či nepřímých bodů (Kaplan 1999).

Císař (2005) uvádí, že přihrávajícímu soupeři nejvíce ztíží přihrávku krátká doba letu, protože přihrávač má minimální čas na přípravu. Také rotace míče nebo nepravidelnost jeho letu a jako poslední vhodné umístění, které se snaží vytvořit na soupeře co největší tlak.

Buchtel a kol. (2005) uvádí, že počet podání v jednom utkání na jedno družstvo se pohybuje mezi 65-125. Jeden hráč provede v utkání okolo 23 podání, tedy nějakých 6 podání na set.

Umístění do zón je následující: zóna 1 – 17%, zóna 6 – 44%, zóna 5 – 23%, zóna 2 - 6%, zóna 3 - 8%, zóna 4 - 2% (Buchtel a kol.2005).

Haník a Foltýn (2021) rozlišují dva typy podání – smečované a plachtící. V současnosti je nejpoužívanějším podáním v mužských složkách podání smečované, které je vysoce účinné, ale náročné na koordinaci pohybů a má vyšší chybovost. Přesto je v moderním volejbalu úspěšné smečované podání základním prvkem následné obrany. Podání má v moderním volejbalu dvě zásadní úlohy: dosáhnout přímého bodu nebo znesnadnit soupeři rozvinutí útoků. Plachtící podání se používá především v ženské kategorii. Provedení je náročné na techniku a vyžaduje větší sílu paže, protože nelze použít rozběh.

Viera a Ferguson (1996) ve své publikaci uvádí dokonce čtyři různé typy podání – spodní, plachtící, smečované a boční plachtící. Toto rozdělení je však pro začátečníky a v USA se používá při tělesné výchově na základních školách.

2.3.2 Příhrávka

„Příjem je odbití míče po podání soupeře s cílem usměrnit míč k nahrávači a umožnit mu optimální rozvinutí útoku.“ (Haník a Foltýn 2021 s. 192)

„Příhrávkou rozumíme odbití míče letícího od soupeře usměrněné na spoluhráče (nebo do prostoru, kam spoluhráč vběhne) tak, aby mohl provést nahrávku nebo jinou herní činnost jednotlivce. Kvalita příhrávky ovlivňuje výběr útočných kombinací při řešení herních situací.“ (Kaplan 1999 s. 21)

Příjem podání je specifickou formou přihrávání. Úspěšnost příjmu podání nezávisí pouze na individuálních dovednostech jednotlivých hráčů, ale také na spolupráci přihrávajících hráčů, na jejich organizaci a komunikaci při podání. Přihrávající hráči se snaží míč umístit na vbíhajícího nahrávače, který se nachází obvykle asi 3 metry od pravé postranní čáry a asi 0,5-1 metr od sítě na rozhraní zón 2 a 3 (Císař 2005).

Kaplan (1999), Buchtel a kol. (2005) rozdělují příhrávku na dva způsoby odbití – obouruč spodem (bagr) a odbití obouruč vrchem (prsty). Buchtel a kol. (2005) dále dělí příhrávku podle herní situace na – příhrávku podání, které bývá označené jako příjem podání a na příhrávku v průběhu roze hry, kdy provádíme příjem různých herních činností soupeře. Jako poslední dělení uvádí podle směru letu míče – příhrávka nahrávače u sítě, příhrávka na vbíhajícího ze zadní zóny a příhrávka jako útočný úder, kdy hrajeme bagrem přes k soupeři.

„Ve výkonnostním i vrcholovém volejbalu provádí příjem podání i přihrávku rozehry specializovaný hráč – libero“ (Buchtel a kol. 2005 s. 54). Tento hráč přijímá 50–70 % všech míčů. Zbývající míče pak přijímají další dva hráči, kteří hrají na postu smečáře.

Wise (1999) uvádí ve své knize, že základem pro úspěšný příjem hráče je práce dolních končetin nohou. Ideální postavení, které může hráč zaujmout je, když má ramena před úrovní kolen, aby se mu vytvořil hrb na zádech, pokrčené dolní končetiny a jedno chodidlo lehce před druhým. Těžiště hráče by mělo být co nejvíce dole, ale ne tak, aby mu bránilo v rychlém pohybu.

2.3.3 Nahrávka

„Nahrávka je odbití míče, letícího od spoluhráče k následnému útočnému úderu. Nejčastěji směřuje rovnoběžně se sítí krátkým, dlouhým, nízkým nebo vysokým obloukem a různou rychlostí. Úspěšnost nahrávky je v těsném vztahu s útočným úderem.“ (Kaplan 1999 s. 26)

Při nahrávání musíme dodržovat základní postoj ve směru budoucího letu míče. Pohyb vychází z dolních končetin, následně trup se vzpřímí a síla je přenášena do paží, zápěstí, prstů až do míče. Při nahrávce pohyb volejbalisty připomíná pružinu (Haník, Lehnert a kol., 2004).

Buchtel a kol. (2005) rozdělují druhy nahrávek podle způsobu odbití – obouruč vrchem, obouruč spodem a jednoruč vrchem, dále podle směru letu míče – před sebe nebo za sebe. Následné dělení je podle výšky a rychlosti letu míče – tzv. normál, krátká střelba, rychlík před a za nahrávače, krátká střelba za sebe, pipe a jednonožka. Také uvádí dělení podle úhlu, který svírá křivka letu míče při nahrávce se sítí a jako poslední dělení je podle toho, který hráč nahrávku provádí – nahrávač z přední zóny 2,3, a 4, ze zadní zóny 4,5, a 6, nebo kterýkoli jiný hráč na hřišti.

2.3.4 Útočný úder

„Útočný úder je odbití míče do pole soupeře během rozehry, prováděné nejčastěji jednoruč ve výskoku s cílem znemožnit soupeři udržení míče ve hře, a tak dosáhnout bodů pro své družstvo.“ (Buchtel a kol. 2005 s. 56)

Kaplan (1999) ve své knize uvádí fáze, kterými hráč musí projít, a to co možná nejlepší technikou, aby co nejvýše zvýšil pravděpodobnost úspěšného útoku – rozběh, odraz, letová fáze, úder do míče a dopad.

Haník a Foltýn (2021) dělí útočný úder podle druhů útoku:

- Úder k tělu: paže rotuje při úderu doleva a sklápí se přes hrudník
- Úder od těla: paže rotuje v ramenním kloubu, a přitom se vyklání od těla
- Úder se zkráceným náprahem: zkrácení náprahu paže v časové tísni
- Směrem k rozběhu: je dán výchozím postavením a předchozí činností
- Zóny útoku: úder ze zóny II a IV se mírně liší „přes ruku a „po ruce“

Jako druhé dělení uvádí podle variant útoku:

- Drajv: míč je zasahován zezadu a let míče je vodorovný
- Lob: míč je zasahován zezadu zdola. Zápěstí mu uděluje rotaci – oblouková dráha
- Roláda: zásah jako u lobu, pohyb ruky se lehce zpomalí. Míči je udělena silná horní rotace
- Ulívka: míč je zasahován prsty otevřené dlaně, pohybem zápěstí nebo celé paže
- Vytlučení bloku: provádí se, když je míč blízko bloku a často už úder míří do outu
- Power tip: hozená ulívka
- Tvrdý úder: ze shora mířen do hřiště soupeře

Buchtel a kol (2005) dělí útočný úder také podle obrany soupeře na síti:

- Bez bloku
- Jednoblok
- Dvojblok
- Trojblok

2.3.5 Blok

„Blokování je přehrazení určitého prostoru nad sítí, které provádí jeden hráč nebo skupina nejvýše tři hráčů útočné řady ve výskoku rukama ve vzpažení s úkolem zabránit přeletu míče do vlastního pole.“ (Buchtel a Ejem 1981 s. 126)

Blokování je herní činnost jednotlivce, při níž se brání určitý prostor nad sítí s úkoly – zabránit přeletu míče do vlastního pole, srazit míč do pole soupeře, odrazit míč vzhůru a dozadu vlastního pole a jako poslední jistit určitý prostor vlastního pole ve směru útoku soupeře (Kaplan 1999).

Buchtel a kol. (2005) ve své knize uvádí předpoklady úspěšného blokování, kterými jsou:

- Rychlý a včasný přesun k místu blokování
- Včasný a dostatečný výskok
- Správné postavení paží a nastavení rukou proti míči
- Činnost po bloku – samovykrývání

Jednoblok se vyskytuje v situacích, kdy soupeř útočí z jednoduché situace po rychlé nahrávce. Dvojblok se používá ze standardní situace ze zóny II a IV a trojblok vidíme ve hře tehdy, když dostaneme soupeře pod tlak a je jasné, odkud bude soupeř útočit. Naši hráči mají čas blok seskupit, jedná se o tři hráče přední řady (Buchtel a kol. 2005).

Buchtel a kol. (2005) také ve své knize uvádí počet bloků na jedno utkání. V třísetovém utkání se průměr pohybuje okolo 9–12 bodových bloků. Nejvíce bloků na svém kontě mají především blokaři, jelikož při těžkých situacích soupeře jsou to právě oni, kteří blokují jak v zóně II, tak i v zóně IV.

2.3.6 Vybírání

„Vybírání je vždy nouzová činnost, vynucená herní situací, a má vyloženě obranný charakter. V některých případech jde o obranu aktivní – to tehdy, kdy družstvo po vybrání míče prvním odbitím může ještě nahrát nebo přímo zaútočit.“ (Buchtel a Ejem 1981 s. 135)

Každá útočná akce se snaží být ukončená prudkou smečí a následným bodem. Hráči, kteří brání soupeři v útoku, nejdříve brání blokem na síti a následně také činností hráčů v poli, různými způsoby vybírání. Zpravidla nejšikovnějšími a nejúspěšnějšími hráči na vybírání a pohyb v poli jsou libera (Kaplan 1999).

Buchtel a kol. (2005) říkají, 85% soupeřova útoku přejde přes síť a vyžaduje zásah v poli. Vybírání ale úzce souvisí s kvalitou bloku.

„Úspěšnost vybírání u vítězného družstva se pohybuje kolem 15%, z jednotlivců má nejvyšší úspěšnost libero – v průměru 36%.“ (Buchtel a kol. 2005 s. 62)

Haník a Foltýn (2021) považují za vybírání každé odbití míče po útoku či bloku soupeře. Z charakteru hry ho rozdělují:

- Vybírání tvrdého útoku soupeře
- Vybírání ulívky soupeře
- Vykrývání: vybírání odražených míčů od bloku soupeře
- Vybírání odražených míčů od svých vlastních spoluhráčů
- Vybírání odražených míčů „*zadarmo*“

Shondell, Reynaud a kol. (2002) ve své publikaci uvádí, že základem pro úspěšné vybírání soupeřova útoku musí hráč disponovat silnými dolními končetinami, aby vydržel v nízkém postavení. Následně dokonalou souhrou očního kontaktu s horními končetinami, flexibilitou a nejdůležitějším prvkem je snaha hráče vybrat míč.

2.4 Herní kombinace

„Herní kombinace zaujímají ve volejbale důležité místo v oblasti technicko-taktické stránky hry. Představují vzájemnou spolupráci dvou až šesti hráčů, kteří realizují taktický záměr v celém utkání“ (Buchtel a kol. 2005 s. 108)

Řetězce kombinací se opakují a plynule na sebe navazují. Jednotlivé kombinace se liší, ale především žádná z nich se neopakuje. To dělá volejbal volejbalem a je atraktivní nejen pro diváky ale i pro hráče (Buchtel a kol.2005).

Choutka, Dobrý, Rovný (1996), Sobotka (1996) se shodují, že herní kombinace je záměrná spolupráce vícero hráčů, která je cílená. Máme různá dělení, podle toho o jakou herní kombinaci se jedná. Pro všechny je ale nezbytné zvládnutí individuálních herních kombinací všemi zúčastněnými hráči.

Základní dělení herních kombinací podle Císaře (2005) je na:

- Herní kombinace převážně útočné
- Herní kombinace obranné i útočné
- Herní kombinace převážně obranné

2.4.1 Herní kombinace útočné bez signálu

Podle Císaře (2005) zaujímají první stupeň náročnosti, protože jsou nejjednodušší a nejsnáze pochopitelné. Používají je především hráči rekreační úrovně nebo při výuce tělesné výchovy ve škole. Výjimečně se objevují i ve vrcholovém volejbale.

S nahrávačem přední řady

Tyto kombinace začínají přihrávkou k síti, následně nahrávka směřuje do postranních zón a je vyšší a delší. Útočným úderem z postranních zón kombinace končí. Pro soupeře je akce pomalá a dává dostatek času k přípravě obrany. Nahrávač ve většině případů stojí v zóně II nebo III. Nahrávač už má předem naplánováno, kam bude nahrávat, protože se snaží o rovnoměrné zatížení všech útočníků (Císař 2005).

S vbíhajícím nahrávačem

Pravidla volejbalu dovolují hráčům zadních zón po úderu podávajícího hráče soupeře změnit místo. Tím se umožňuje, aby zadní hráč po přeběhu k síti do předních zón nahrál na útočný úder někomu z útočících hráčů. Hráč vbíhá mezi zóny II a III co nejkratší možnou cestou, aby měl dostatek času zaujmout vhodné místo pro přilétající míč. Tyto kombinace jsou obtížnější z důvodu, že přihrávající hráči směřují míč do míst, kde v tu chvíli nikdo není. Rychlost, jakou se hráč dostává do místa nahrání, by měla odpovídat rychlosti míče. Je nezbytné, aby hráč celou dobu pozoroval dráhu letu míče právě pro správné zvolení místa, odkud bude nahrávat (Císař 2005).

Útok po nahrávce z pole

Tento typ kombinací se používá v nestandardních a těžkých situacích např.: při nepřesné přihrávce soupeřova podání, při vybírání útočného úderu nebo při tečovaných míčích vlastním blokem. Snažíme se, aby i tyto míče směřovaly od nahrávače, ale v nouzových momentech může nahrát jakýkoli hráč, který má k míči nejbližší. Snaha všech hráčů, kteří nahrávají v této situaci je o co nejpřesnější nahrávku a připravení vhodné situace pro útočícího hráče (Císař 2005).

Útok po přihrávce k útoku

Tyto kombinace nastávají v momentu, kdy zpracováváme jednoduché míče od soupeře. Hráč, který přijímá první míč se snaží už tímto dotekem připravit vhodnou situaci pro nahrávače v zóně II nebo III, který může útočit na druhou přes. Nahrávač i přesto většinou ve výskoku nahrává svým spoluhráčům, ale někdy se snaží překvapit soupeře a útočí. Vhodné pro tuto kombinaci je, aby nahrávač byl schopný zahrát úder levou rukou, protože stojí pravým bokem k síti (Císař 2005).

2.4.2 Herní kombinace útočné na signál

Císař (2005) uvádí, že tyto kombinace se uskutečňují po nahrávce hráče předních i zadních zón. Je typické po předem připraveném signálu dvou či více hráčů s cílem provést rychlý a účinný útok.

„Podle počtu hráčů spolupracujících s nahrávačem rozlišujeme jednoduché signály (s nahrávačem spolupracuje jeden hráč) a složité signály (s nahrávačem spolupracují dva i více hráčů).“ (Císař 2005 s. 60)

Jednoduché signály

Jednoduché signály začínají přesnou přihrávkou, nahrávač volí různé druhy nahrávek a končí útočným úderem. Mezi tyto signály patří:

- Útok z kolmé, krátké a rychlé nahrávky tzv. rychlík
- Útok z krátké a dlouhé vystřelené nahrávky
- Útok po rychlé nahrávce s oběhnutím nahrávače

Aby hráči byli schopni realizace těchto signálů je důležité vymezení míst, odkud hráči jednotlivých zón útočí, a k tomu provedení odpovídající druh nahrávky:

- 0 - bez označení, tj. vystřelená nahrávka do zóny IV a II
- 1 - rychlík v těsné blízkosti před nahrávače a jeho další varianty
- 2 - polovysoká nahrávka do zóny II se změnou při rozběhu
- 3 - rychlík za nahrávače a jeho varianty
- 4 - krátká vystřelená nahrávka na 1,5 – 2 m před nahrávače
- 5 - polovysoká nahrávka hraná v tandemu za rychlíkem

Složité signály

Nejčastější druh kombinací je ve vrcholovém volejbalu, kdy nahrávač spolupracuje s dvěma až třemi hráči přední i zadní řady. Signály stanovuje nahrávač před začátkem roze hry. Většinou signál ukazuje předem smluveným gestem na blokaře, podle kterého se řídí zbytek hráčů. Máme zde tři sledy navazujících útočných úderů. Rychlé útočné údery, kdy smečující předbíhá nahrávku a váže na sebe blokující hráče. V dalším časovém sledu jako tandem následuje druhý sled a ve třetím sledu rychlá nahrávka na útočníka ze zadní řady. Všechny zmíněné signály se provádí bez křížení útočníků, s křížením útočníků nebo v tandemu, což znamená, že hráči jdou za sebou. Obecně pro tento typ složitých signálů platí hrát jich méně ale kvalitně nacvičených. Nahrávač volí signály s taktickou myšlenkou např.: vést hru přes nejmenšího blokujícího hráče.

2.4.3 Herní kombinace obranné i útočné

Císař (2005) ve své publikaci zmiňuje, že hráči při předpokládané herní kombinaci zaujmají takové rozestavení v poli, které je nejvýhodnější pro následující kombinaci, ale hlavně pro nejefektivnější příjem soupeřova podání. Nejčastěji vidíme vyrovnané postavení předních a zadních hráčů řady 3 – 3.

Postavení při podání soupeře

Účelné rozmístění hráčů pro příjem vytváří ideální podmínky pro zahájení budoucího útoku. Dělíme je podle hráčů, kteří přijímají na: postavení 5–1, kdy hráči rovnoměrně pokrývají zadní prostor hřiště a jediný nahrávač stojí v přední části nebo vbíhá ze zadní, ale nepřihrává. Toto postavení se ve vrcholovém volejbalu vyskytuje zřídka, protože se naopak blokaře snažíme schovat z příjmu podání. Postavení 4–2, je typickým postavením, kdy právě blokař je schovaný na následný rychlý útok a univerzál nám dopomáhá s příjmem, nebo nahrávač je v zadní zóně a vbíhá. Dalším postavením je 3–3, kdy v zadní části hřiště jsou jen přihrávající hráči, a to dva smečáři a jedno libero. Posledním postavením, se kterým se můžeme setkat je 2–4. Toto postavení se používá při problémech jednoho z přijímajících hráčů, který se schovává před podáním soupeře a přijímají jen dva hráči. Ze všech postavení se snažíme zvolit takové, které maximalizuje schopnost družstva pro příjem a umožní rychlý přechod a realizaci útočné kombinace (Císař 2005).

2.4.4 Herní kombinace obranné

Z důvodu, že ne všechny útoky jsou ukončeny v poli soupeře, je nutná herní kombinace obranná Císař (2005). Obranné kombinace používáme při vykrývání našeho smečujícího hráče, kdy se míč může odrazit od bloku soupeře, nebo při čistě obranné kombinaci proti útočícímu soupeři.

Vykrývání vlastního smečáře dvěma hráči

Tato kombinace se používá při rychlé útočné kombinaci, kdy ostatní hráči nemají čas vykrývat svého spoluhráče, protože nabíhají na nahrávku. Vykrývat by mělo vždy libero, protože se nepřipravuje na útok, nebo hráč, který je nejbliž a má nejvíce času. Měl by to být také nahrávač, protože jako první zná směr a místo nahrávky (Císař 2005).

Vykrývání vlastního smečáře třemi hráči

Při těžších a více standartních situacích se setkáváme s vykrytím smečujícího hráče třemi či více hráči. Jedná se o situace, kdy víme, kam nahrávka poletí a hráči mají dostatek času se dostat do postavení, aby nejeфекtivněji pokrývali co nejvíce území. (Císař 2005).

Obecná taktika pro vykrývání je, aby každý útok byl minimálně jedním hráčem vykrýván. Postavení v poli vykrývajících je nutné volit v závislosti na způsobu útočícího hráče. Hráči by neměli stát za sebou, protože pak vykrývají jen určité území a také podle kvality a schopnosti blokařů volíme vzdálenost vykrývajících za smečářem.

Postavení proti útočnému úderu soupeře

Prvním způsobem je kombinace bez bloku, kdy soupeř nemůže tvrdě útočit a volí pouze nouzové přehrání obouruč vrchem či spodem. Družstvo volá „míč zadarmo“ a zaujme postavení jako při příjmu podání 5–1 a tedy, že každý hráč je připraven brát první míč, kromě nahrávače, který stojí u sítě a je připraven nahrávat. Druhá kombinace je s jednoblokem. Používá se tehdy, kdy soupeř rychlou kombinací neumožní seskupení dvojbloku a bránící družstvo je pod tlakem. Jediný, kdo blokuje je hráč, který předem stál proti útočícímu hráči. Tři hráči v zadní řadě zaujímají předem dané postavení pro zachycení smeče. Třetí obranná kombinace je s dvojblokem a používá se při standardní situaci, nebo, kdy blokař předem odhadne směr nahrávky. Hráči na bloku kryjí nad sítí širší prostor ve směru útočného úderu a vytváří stín bloku. Čtyři hráči v poli v několika variantách postavení tvoří obranu v poli. Jako poslední máme kombinace s trojblokem,

kdy soupeř se dostal pod tlak útokem nebo servisem a je jasné, kam poletí nahrávka. Tato obranná kombinace je nejúčinnější a nejvíce náročná pro skórování útočícího hráče (Císař 2005).

Taktika při obranných kombinacích je pro družstvo náročná a musí ji předcházet určitá míra anticipace bránících hráčů v přední i zadní části hřiště. Zásadní pro úspěšnost obranné kombinace je soulad a vysoká úroveň dovedností hráčů. Hráči musí být variabilní a podle vzniklé herní situace reagovat.

2.5 Herní systémy

„Systém hry družstva představuje organizaci individuálních i skupinových činností, zaměřenou na splnění úkolů útoku nebo obrany v jednotlivých úsecích utkání. Je charakterizován složením družstva (vzhledem ke specializaci hráčů), které určuje do jisté míry výběr některých herních kombinací i postavení jednotlivých hráčů v poli. Dále uvedené systémy hry plní úkoly útoku i obrany.“ (Buchtel a Ejem 1981 s. 185)

Ve volejbale jsou herní systémy v zásadě děleny podle počtu nahrávačů:

- Každý střední přední hráč nahrávačem (0-6)
- Se třemi nahrávači (3-3)
- Se dvěma nahrávači (4-2)
- S jedním nahrávačem (5-1) (Kaplan 1999)

Každý střední přední hráč nahrávačem

Systém každý střední hráč nahrávačem používají družstva začátečníků, ve výuce tělesné výchovy ve školách nebo v rekreačním volejbale. Každý hráč, který se dostane do zóny III plní funkci nahrávače. Obvykle nahrává do postranních zón, protože je to nejjednodušší styl nahrávky (Kaplan 1999).

Se třemi nahrávači

Při tomto systému každý ze smečářů má svého nahrávače před sebou. Tento systém se dřív používal jako systém dvojic a v dnešní době se již nevyskytuje (Kaplan 1999).

Se dvěma nahrávači

„V minulosti se používal další systém hry – se dvěma nahrávači. V současnosti u něj zůstává pouze reprezentační družstvo žen Kuby, které s ním dosáhlo v 80. letech výrazných úspěchů ve světových i kontinentálních soutěžích.“ (Buchtel, Ejem a Vorálek 2011 s. 10)

Hraje-li se se dvěma nahrávači, je družstvo složeno ze dvou nahrávačů, dvou smečarů a dvou blokařů. Tento systém vidíme často v mládežnických kategoriích či výkonnostním volejbale (Kaplan 1999). Císař (2005) uvádí, že systém 4-2 v dnešním profesionálním volejbale nevidíme, protože je snazší najít jednoho nadprůměrného nahrávače pro tým než dva průměrné ale se shodným typem nahrávky.

S jedním nahrávačem

Herní systém 5-1 s jedním nahrávačem používá jednoho nahrávače, dva smečáře, dva blokaře a jednoho diagonálního hráče (univerzál). Nahrávač v tomto systému realizuje všech 90 procent nahrávek. V postavení při obraně nahrávač zaujímá postavení u sítě v zóně II, kdy v zóně III je blokař, aby byla co nejvíce efektivní obrana. V zadní části hřiště stojí nahrávač v zóně I aby měl co nejkratší cestu doprostřed hřiště, a tedy k nahrávce (Kaplan 1999).

Systém 5-1 vidíme u všech špičkových týmů na světě. Důvodem je, že se snažíme hru nekomplikovat a mít všechny herní činnosti jednotlivce dokonale zvládnuté. Souhra nahrávače je mnohem větší a přesnější, pakliže je pouze jeden (Císař 2005). Navíc tento systém umožňuje zapojit do hry diagonálního hráče a útok celého týmu se stává efektivnější, protože útočí 4 hráči a ne 3, jak tomu bylo u systému 4-2.

2.6 Specializace hráčů

V každém kolektivním sportu najdeme rozdělení do specializací. Ve fotbale a hokeji se rozlišují brankáři, obránci a útočníci. Ve volejbale máme specializace – nahrávač, smečář, blokař, univerzál a libero. Děje se tomu tak, protože pro každý post je vhodná jiná predispozice a vyžaduje jiný druh dovedností. Somatické předpoklady pro danou specializaci se snažíme odhadnout už v mládežnických kategoriích a volit hráče pro vhodnou specializaci. Volejbal počítá s určitou mírou všestrannosti, ale i tak některé posty nevyžadují všechny herní dovednosti.

Specializovaní hráči hrají vždy ve svých příslušných zónách u sítě i v zadní části hřiště. Nahrávač a univerzál v zóně II, blokaři v zóně III a smečáři v zóně IV. V zadní části hřiště nahrávač s univerzálem stojí v zóně I, smečáři v zóně VI a blokaři, kteří nahrazují po podání libero stojící v zóně V (Kaplan 1999).

2.6.1 Smečáři

„Úspěšný smečář musí mít velmi dobré skokanské schopnosti, výhodou je i výška a délka paží (to i při přihrávání). S rostoucí úrovní soupeřů rostou také nároky na kvalitní techniku smečování a pestrost úderů pro ovládnutí míče během útoku.“ (Císař 2005 s. 98)

Smečáři bývají ti nejvšestrannější hráči, které můžeme vidět na palubovce. Může za to fakt, že jde o jediný post, kde musí hráči zvládat všechny herní činnosti. Stěžejní je pro ně ale příjem a smečování. Bývají vzrůstu okolo 195 cm. Smečáři také vynikají repertoárem úderů, který používají při těžkých nahrávkách, kdy se nahrávač opírá především o smečáře ze zóny IV.

Selinger (1986) ve své knize Power Volleyba-Ball uvádí celou řadu údajů vztahujících se k nejrůznějším parametrům smečářského rozběhu a odrazu hráček hrající na postu smečářek v reprezentaci USA z osmdesátých let. Je zde uveden zajímavý vztah dvou údajů – a to doba trvání odrazu a výška výskoku. Tato čísla naznačují, že hráčky s kratší dobou potřebnou k provedení odrazu dosahovaly vyššího výskoku (Sue Wait: 0,32s – 74,0 cm na rozdíl od Rity Crockett: 0,10s – 98 cm).

2.6.2 Nahrávači

Nahrávač je stěžejním hráčem pro hru týmu. Úspěšný nahrávač je prakticky zapojený do každé výměny, protože jeho úkolem je se dotknout každého druhého dotyku ze tří možných. Musí mít tedy dobrou kondici, rychlost, obratnost a prostorovou orientaci. Měl by být psychicky vyrovnaný, a především mít vůdčí schopnosti. (Císař 2005).

Nahrávači jsou menších postav (muži 185-195 cm, ženy 170-175cm), protože jejich úkoly jsou spíše technicko – taktického rázu a důraz se klade spíše na obratnost a prostorové vnímání). Není proto výjimkou, když najdeme špičkového hráče, kterému je přes 30 let. V České lize zpravidla bývají nejstarší top nahrávači ve věku až okolo 35 let, a to z důvodu, že post nahrávače si klade nejvyšší nároky právě na již zmiňovanou taktickou znalost, ke které dozrávají věkem.

Nahrává-li nahrávač ve výskoku, je jeho hra účinnější. Soupeř musí být stále v pozoru, protože nahrávač může zahrát míč přes, na druhou stranu a také, protože dráha letu bude nejkratší, a tedy i nejrychlejší. Měl by nahrávat ve výskoku i tehdy, když je hráčem zadní řady. Po nahrávce by měl chodit automaticky vykrýt útočnicka, protože jako první ví, kam nahrávka poletí (Císař 2005).

2.6.3 Blokaři

Blokaři jsou nejvyššími hráči na palubovce dosahující 200-210 cm. Může za to fakt, že v roce 1998 zavedla světová volejbalová federace post libera, který právě chodí za zmíněné blokaře na tři postavení do zadní části hřiště. Blokaři tedy nemusí umět některé z individuálních herních činností, a proto jejich výška může být vyšší než u ostatních, protože třeba nároky na obratnost jsou minimální.

Císař (2005) uvádí klíčové požadavky pro úspěšného blokaře:

- Výška a schopnost dynamického výskoku (nutná je tělesná výška a schopnost přesáhnout na stranu soupeře)
- Dokonalé zvládnutí blokařské techniky
- Vysoká úroveň anticipace hry
- Načtení soupeře, a to především nahrávače
- Dodržování jasných pravidel a systému týmu, protože za jeho blokem se seskupuje obrana v poli

2.6.4 Univerzálové

Univerzál, jinými slovy diagonální hráč je v současné době zpravidla nejvíce bodující hráč. Na rozdíl od smečáře nemusí přijímat podání soupeře, ale hlavně dostává nahrávky ze přední a zadní zóny. Počet nahrávek se za utkání pohybuje mezi 30-50 a má tedy nejvíce možností skórovat. Na rozdíl od všech postů, jsou hráči na postu univerzála více muskulaturní. Důvodem je právě již zmíněná náplň tohoto postu, kdy se jedná jen o smečování, podávání a blokování, čili tyto herní činnosti jim tento somatotyp dovolují. Univerzálové v sobě spojují vysoký dosah blokařů s výbušnou silou smečářů (muži 200-207 cm, ženy 185-192 cm).

2.6.5 Libera

Pojem libero je převzatý z italštiny a má význam „volný“. Zavedení libera jako specializovaného hráče mělo pomoci posílit obranné schopnosti týmu a zároveň i zlepšit útočnou stránku, protože blokaři už nemusejí přihrávat a jejich výška tedy průměrně vzrostla. Libero je jediný post, kde není žádný nárok na výšku, jelikož nepřichází do kontaktu se sítí, ale chodí za blokaře do zadních postavení (Císař 2005).

Libero je hlavním organizátorem obranné činnosti. Nesmí se dostat do předních zón a kontaktu se sítí. Omezen je také při nahrávce v útočném pásmu, kdy nesmí nahrávat obouruč vrchem. Libera musí být brilantní přihrávající hráči, dále také obratní, šikovní, mrštní, hbití v poli a schopní anticipovat hru. V průběhu utkání se na rozdíl od ostatních hráčů může střídát neomezeně bez pokynu rozhodčího. Liberem se kolikrát stávají v pozdějším stádiu kariéry smečáři, kteří už nemají dostatečné skokanské parametry a jsou velmi dobře přihrávající hráči.

2.7 Obecná taktika ve volejbale

CHARAKTERISTIKA

„Úkolem není jen zvládnutí pohybového obsahu hry, ale také rozvoj taktického myšlení a tvůrčích schopností hráčů, jež představují správnou orientaci a nejúčinnější výběr řešení ve složitých herních situacích. Tvoří základ rychlého a pružného rozhodování, které vede k úspěšnosti hráčů i celého družstva.“ (Buchtel a Ejem 1981 s. 69)

Slovo „taktika“ pochází z řeckého slovního spojení „taktiké techné“, což znamená „umění seřadit vojsko“. Bojová technika se v tomto ohledu nemění od sportu, protože i zde se jedná o soubor prostředků a metod vedoucích k porážení soupeře. Nejdříve máme strategii, což je předem připravený plán, ze kterého právě vychází taktika. Cílem taktiky je úspěšné vedení sportovního boje a správné řešení herní situace (Holoubek 2005).

Taktika je pojímána jako metoda řešení širokého spektra úkolů, které jsou prováděny v souladu s pravidly příslušného sportu. Zahrnuje výběr nejvhodnějších řešení pro strategické a taktické úkoly. Taktika je úzce spjata s technikou. Pro úspěšnou realizaci taktických záměrů je potřebná určitá míry techniky (Dovalil a kol. 2011).

Dovalil a kol. (2011) rozdělují jednotlivé komponenty taktiky – typ soupeření, možnosti kontaktu se soupeřem, délka sportovního boje a množství kooperujících. Typ soupeření rozdělují na souběžné a protichůdné. Volejbal řadíme do protichůdného, kdy vítězství jednoho znamená bezpodmínečně prohru druhého. Druhý komponent je možnost kontaktu se soupeřem. Máme zde individuální, nepřímý, přímý a cílený. Volejbal spadá převážně do skupiny nepřímé, protože týmy hrají každé na své straně. Někdy vidíme kontakt nad sítí nebo pod sítí a můžeme tedy v některých situacích brát i jako sport s přímým kontaktem. U třetího komponentu délky sportovního boje rozlišujeme krátkodobý, střednědobý a dlouhodobý. Volejbal patří do dlouhodobých sportovních bojů, protože strategický plán je možné během sportovního výkonu zcela diametrálně změnit. Posledním komponentem je množství kooperujících, které se dělí na jednotlivce, skupiny a družstvo. Volejbal je kolektivním sportem a patří tedy do poslední skupiny, kdy sportovní výkon provádí současně několik jedinců, kteří se navzájem ovlivňují.

Perič a Dovalil (2017) rozdělují také tři různé možnosti řešení soutěžní situace – improvizace, algoritmizace a vzorce. První možností je improvizace, která se uplatňuje v soutěžní situaci, když nastala poprvé. Zásadní pro ni je tvořivost a kreativita sportovce. Ve volejbale se s improvizací můžeme setkat v situaci, kdy například hrajeme proti Asijskému týmu, který je typický velkou mírou různých oběhů, které se v Evropském vyskytují minimálně. Druhým možným řešením je algoritmizace. Sportovec si volí z několika předem připravených variant. Ve volejbale typicky vybírá z různých variant nahrávač, který se rozhoduje kam nahraje. Posledním řešením jsou vzorce, kdy všichni předem vědí, co mají v dané situaci dělat. Tyto vzorce je nutné předem důkladně nacvičit a zvládnout. Toto řešení se obvykle objevuje v individuálních sportech, ale ve volejbale se to objevuje na podání, kdy každý ví, co bude následovat.

DĚLENÍ TAKTIKY VE VOLEJBALE

Haník (2014) a Buchtel (2005) rozdělují taktiku ve volejbale na počet hráčů, kteří dané taktické pokyny mají plnit a to na – individuální taktiku, skupinovou taktiku a týmovou taktiku. Je důležité vnímat individuální taktiku, jako taktiku pro individuální herní činnosti. Skupinovou taktiku pro herní kombinace a týmovou taktiku pro herní systémy.

Císař (2005) uvádí, že právě taktika, a především pak taktická příprava u českých družstev zaostává oproti světovým družstvům. Jedním z důvodů může být nedostatek kvalifikovaných statistiků a trenérů, kteří rozumí a znají souvislosti v této problematice. V českých podmínkách tomu tak stále není a může to být jeden z důvodů, proč nejsme konkurence schopní.

Pro úspěch týmu v dnešní době je zásadní znát podrobné informace o hráčích soupeře a mít k dispozici vhodnou přípravu na utkání. Precizní teoretická příprava zabere trenérům a celému realizačnímu týmu několik hodin a je důležité znát na jaké herní činnosti, informace a důležité momenty se soustředit. Často se tak stává, že hráči po teoretické stránce nejsou dostatečně připraveni a soupeř už má výhodu před začátkem utkání.

Individuální taktika

Sada taktických pokynů je speciálně připravená pro individuální potřeby každého hráče, přičemž se zohledňují jeho predispozice, herní dovednosti a herní inteligence. Typickým příkladem z utkání je, když hráč jde na podání a trenér mu dává taktický pokyn do jaké zóny a jakou razancí by měl směřovat podání (Haník 2014).

Skupinová taktika

Soubor taktických pokynů, které jsou určeny pro 2–5 hráčů. Taktické pokyny jsou úzce spjaté s herními kombinacemi. Nejčastěji se setkáváme se skupinovou taktikou na teoretické přípravě před utkáním. Trenér či statistik předává všem specializacím různé taktické pokyny. Například blokařům se dávají informace o nahrávači soupeře a jeho distribuci nahrávek. Blokaři mají za úkol si tento spis nastudovat a ve hře co nejlépe aplikovat (Haník 2014).

Týmová taktika

Týmová taktika je obrázek hry, kterou chceme hrát. Je to soubor individuální a skupinové taktiky. Příkladem může být utkání proti soupeři, který je papírově silnější. Týmovou taktikou bude odvážnost a agresivita na útoku a podání. Druhým příkladem bude, když se hraje proti papírově slabšímu týmu a tým je favorit v utkání. Pokyn družstvu bude, hrát naopak bez chyb, trpělivě a vyčkávat na chyby soupeře. Toto jsou jedny z mála příkladů, kdy používáme týmovou taktiku (Haník 2014).

2.8 Taktická příprava na utkání

Taktická příprava je jedním z faktorů, které ovlivňují celkový vývoj utkání. Realizační tým včetně statistiků vytváří přípravu na utkání, která poslouží jako manuál hráčům. Většinou hráči na teoretické poradě dostanou papírovou formou zpracované informace o soupeři – soupiska, charakteristika družstva, směry podání a útoků, formaci přihrávajících hráčů a distribuci nahrávače. Toto jsou základní prvky hry, které potřebujeme znát o hře soupeře. Správně stanovená taktika dokáže v rozhodujících okamžicích rozhodovat utkání (Krpáč, 2011).

TEORETICKÁ PŘÍPRAVA NA UTKÁNÍ

Samotná teoretická taktická příprava začíná už několik dní před utkáním. Trenéři a statistik si rozdělí jednotlivé úkoly. Každý člen realizačního družstva sleduje rozdílné části hry soupeře. Většinou se rozdělují podle specializací, kdy jeden sleduje nahrávače, druhý smečáře a univerzála a třetí blokaře. Společně vyhodnocují celkový obraz hry, kdy se snaží najít slabiny soupeře. Taktické porady zpravidla bývají dvě, kdy první je 2-3 dny před utkáním a je rozdělena na víc částí, kde se schází jednotlivé specializace a analyzují herní činnosti, které jsou rozhodující pro jejich post. Například blokaři se věnují distribuci nahrávače nebo smečáři s liberem sledují směry podávajících hráčů. Druhá porada je často v den utkání, kde se schází celé družstvo a sledují jednotlivé pasáže hry soupeře, které jsou něčím výjimečné od jiných soupeřů, aby hráči na ně byli připraveni. Také se často objevují na těchto poradách slabiny soupeře, aby o nich hráči věděli a v praxi jich dokázali využít. Porady vede jeden z členů realizačního týmu a pouští se jednotlivé úseky na televizi nebo plátně. Hráči jsou pasivní, jen koukají a někdy si píšou poznatky do svých bloků. Je důležité, aby hráči přikládali teoretické přípravě důležitost a chodili na porady připraveni a byli při nich plně koncertováni (Krupáč 2011, Haník 2014).

„Taktická příprava se proto chápe jako proces osvojování a zdokonalování vědomostí, schopností a postupů, které umožní sportovci vybírat v každé sportovní situaci optimální řešení, a to řešení úspěšně prakticky realizovat.“ (Dovalil a kol, s 184)

PRAKTICKÁ PŘÍPRAVA NA UTKÁNÍ

Příprava na utkání není jen o teorii a spoustě papírů. Je nezbytné, aby si hráči vyzkoušeli, co mají na papíře v praxi. Děje se tak často právě po teoretické poradě, kdy hráči jdou na trénink a situace soupeře simulují. Na tréninku většinou hráči, kteří nebudou nastupovat do utkání v základní sestavě napodobují hru soupeře i přesto, že je to jiný styl volejbalu, než oni hrají. Můžou dostat pokyn od jednoho z trenérů zkusit herní systémy nebo kombinace. Často vidíme i malé detaily, které se snaží hráči napodobit. Tato vzájemná spolupráce umožní hráčům základní sestavy si situace vyzkoušet a lépe si je načíst (Krupáč, 2010).

2.9 Analýza herních činností

Historie analýzy herních činností a celkového pojetí hry sahá až do úplných začátků volejbalu. Po druhé světové válce začalo nejjednodušší zaznamenávání výkonů jednotlivých hráčů na papír. Tato jednoduchá metoda sloužila tehdy jako jediný záznam o utkání. S nástupem moderních technologií, a především počítače se analýza stala jednodušší a efektivnější. První, kdo pomocí počítačů vyhodnocoval jednotlivý průběh utkání bylo družstvo USA na Olympijských hrách v roce 1988 v Soulu. Díky úspěchu amerického týmu, který do té doby byl průměrným družstvem a vyhrál dvoje Olympijské hry za sebou, tak konkurence začala přemýšlet o vlastním záznamu z utkání a o co nejpřesnější metodě, která by zachycovala jednotlivé pasáže a obrázek hry. Práce s daty velmi ovlivnila pohled na hru a začala se přenášet do tréninkových metod (Salamoni 2004).

Na území České republiky se začíná objevovat záznam z utkání na začátku 21. století. V té době byl nejpřesnější a nejvíce dostupný program z Belgie – ProVoline, který se využíval jen v seniorských reprezentačních družstvech. V současné době na trhu se statistickými programy je nejpoužívanější program z Itálie „Data Volley“, který provozuje firma Dataproject. Program Data Volley je nedílnou součástí všech reprezentačních družstev a naprosto běžná pomůcka v těch nejlepších světových ligách po celém světě, včetně České ligy (Haník, Vlach, a kol. 2008).

Všechny používané softwarové metody dokáží informace přenést do video záznamu, ze kterého je jednodušší pro hráče si vzít informace než z kódů a hesel. I pro trenéry příchod všech různých softwarových programů přinesl benefit nejvíce v právě ušetření času, který pravidelně nad teoretickou přípravou stráví.

Nejčastějšími metodami v současné době pro zaznamenávání vývoje utkání a podrobnou analýzu všech hráčů jsou:

- Nejstarší metoda – tužka a papír
- Videozáznam
- Záznam do počítače

Každá z výše uvedených metod má své výhody a nevýhody. Všechny metody se ale snaží dodržovat základní dělení individuálních herních činností – podání, příjem, nahrávka, útočný úder, blokování a vybírání. Většinou trenéři kombinují všechny zmíněné metody, protože je to nejefektivnější, někteří trenéři v průběhu utkání používají i nejstarší metodu – tužku a papír.

DATA PROJECT

Data Project je Italská počítačová společnost, která se primárně zaměřuje na vývoj softwaru (Data Volley) a je jedna z hlavních firem, která na tomto poli působí. Všechny světové týmy v žebříčku podle FIVB (mezinárodní volejbalová federace) používají již zmiňovaný Data Volley od společnosti Data Project. Je to jeden z hlavních důvodů proč se snaží svůj prototyp stále zdokonalovat a inovovat, protože mají určitou zodpovědnost za vývoj volejbalu, kam bude v následujících letech směřovat (DATA PROJECT S.r.l.,2014).

Prvotní myšlenku vymyslet software, který bude analyzovat děj v utkání měl Emilia Spiritua z Itálie v 80. let minulého století. Tehdejší profesionální hráč volejbalu přednesl první návrh softwarového systému italské volejbalové federaci a poprvé byl použit v praxi v roce 1985 na mistrovství světa (DATA PROJECT S.r.l.,2014).

DATA VOLLEY

Data Project nabízí software, který se jmenuje „Data Volley“. Data Volley slouží jako podrobná statistika o vývoji z utkání. Výsledkem zaznamenávání podrobných detailů je po konci utkání tzv. „match report“ což v překladu znamená statistika z utkání. V této statistice jsou obsaženy základní informace včetně těchto údajů: data a místa utkání, jednotlivé herní činnosti jednotlivce vyjádřeny v procentech, celková úspěšnost všech herních činností týmu nebo postavení v jakém týmu na začátku každých setů začínaly a jaký hráč byl kým vystřídán (Buchtel, Ejem, Vorálek, 2011).

Tento software je placený a pořizovací cena činí přibližně 30 000 korun českých. Trenéři, týmy a federace mají možnost využít Data Volley pouze na jeden rok za cenu 5 000 korun.

Po vzoru špičkových reprezentačních družstev využívá Česká volejbalová federace pro své reprezentační celky software od roku 2007. Následující rok začal být používán i všemi kluby v české nejvyšší volejbalové lize. Data Volley v dnešní době používají ligy a reprezentační družstva ze všech kontinentů (USA, Brazílie, Itálie, Rusko, Čína, Japonsko, Austrálie, Egypt a další) (DATA PROJECT S.r.l.,2014).

2.10 Nejvyšší volejbalová liga v České republice

První ročník nejvyšší československé volejbalové ligy byl konán v roce 1924. Ligu nezastavila ani světová válka a hrála se až do rozpadu Československa. Nejúspěšnějšími týmy minulého století byly RH Praha (9 titulů), Zbrojovka Brno (8 titulů), ATK Praha (6 titulů), Dukla Liberec (5 titulů), VŠ Praha (5 titulů), Dukla Kolín (5 titulů), Aero Odolena Voda (4 tituly). Od roku 1993 do roku 1998 si nesla název „Volejbalová extraliga mužů“. V roce 1998 přišel první generální sponzor a liga byla přejmenovaná na „Kooperativa volejbalová extraliga mužů. Název vydržel až do roku 2010, kdy změnila název na „UNIQA volejbalová extraliga mužů. Poslední změna názvu přišla v roce 2023 na „ČEZ volejbalová extraliga mužů“. Nejvíce vítězství má na svém kontě VK Jihostroj České Budějovice – 10. Následuje AERO Odolena Voda a DUKLA Liberec shodně se čtyřmi tituly. Vítězem minulého ročníku se poprvé stalo družstvo VK Lvi Praha.

Momentálně v České volejbalové extralize mužů působí 13 družstev a soutěž je rozdělena do dvou etap. První je základní část, kdy hraje každý s každým na dvě utkání, jednou na domácí půdě a jednou u soupeře. Po odehrání všech 26 kol prvních šest týmů se automaticky kvalifikuje do play-off. Poslední družstvo čeká na vítěze 1. národní ligy a hrají baráž o postup do nejvyšší volejbalové ligy. Sedmý tým hraje s desátým a osmý hraje s devátým předkolo play-off na dvě vítězná utkání. Vítězové doplní první šestku týmů v play-off. Následuje „pavouk“, který je rozřazen podle konečného postavení v základní části. První tým jde na osmého v tabulce, druhý jde na sedmého atd. Čtvrtfinále se hraje na tři vítězná utkání. Výhodu domácího prostředí pro první utkání má vždy výše nasazené družstvo ze základní části. V semifinále se utkají družstva také na tři vítězná utkání. Poražené týmy z těchto sérií jdou hrát o třetí místo, které se hraje už jen na dvě vítězná utkání. Finále se opět hraje na tři vítězná utkání a jako vždy výhodu domácího prostředí má výše umístěné družstvo ze základní části.

Zvyšující se úroveň nejvyšší volejbalové ligy je zřejmá zejména na koeficientu Evropských klubových soutěží. Česká republika má zaručených pět míst v Evropských pohárech. Dva nejlepší týmy z předchozího ročníku hrají Ligu mistrů, která je nejprestižnější klubová soutěž. Třetí a čtvrtý tým má zaručené místo v CEV Cupu a páté družstvo má možnost hrát třetí výkonnostní soutěž a tím je vyzývací pohár.

ČEZ volejbalová extraliga mužů v sezoně 2023/24 je plně profesionální liga, kde najdeme pouze hráče, kteří mají volejbal jako zdroj příjmu. Fakt, že úroveň ligy se zvyšuje si můžeme všimnout i na počtu zahraničních hráčů, kteří hrají za jednotlivé celky v lize. Na přelomu milénia byla naprostá výjimka, aby hráči ze zahraničí chodili hrát do Čech, jednak z důvodu výkonnostního, kdy jsme zaostávali za špičkou evropských lig a byli průměrná liga, druhým důvodem bylo platové ohodnocení, které v Česku bylo na minimální úrovni oproti zahraničí. Volejbal je v dnešní době produkt, na který chodí stovky někdy až tisíce lidí a je pravidelně zprostředkován Českou televizí, protože je o ligu velký zájem. Pro představu v letošním ročníku hrálo ČEZ volejbalovou extraligu mužů 66 hráčů ze zahraničí. Nejvíce zahraničních hráčů na soupisce měl tým VK ČEZ Karlovarsko a Kladno Volejbal shodně po 9, což znamená jen 5 českých. V celé lize bylo nejvíce hráčů z Kanady (7), z Argentiny (6) a 5 z Ukrajiny. V letošním ročníku ČEZ extraligy mužů se objevili hráči ze všech kontinentů světa a do značné míry to ukazuje atraktivitu naší nejvyšší volejbalové ligy na světě.

3. PRAKTICKÁ ČÁST

3.1 Cíl práce

Cílem mé bakalářské práce bylo zjistit, jakým způsobem se provádí taktická příprava na utkání v nejvyšší volejbalové lize mužů v České republice. Shromáždit a vyhodnotit poznatky o různých přístupech provádění taktické přípravy na utkání od českých i zahraničních trenérů, kteří působí v rámci volejbalové extraligy mužů.

3.2 Úkoly

- Výběr tématu mé bakalářské práce
- Studium odborné domácí a zahraniční literatury
- Studium internetových zdrojů
- Výběr metody k zjištění potřebných dat
- Tvorba dotazníku
- Projednání dotazníku s trenéry a požádání je o spolupráci
- Distribuce dotazníků
- Zpracování a vyhodnocení dotazníků
- Shrnutí poznatků z výzkumu jako náměty a inspirace pro trenéry

3.3 Hypotézy

Při stanovení hypotéz jsem vycházel z cíle výzkumu, z odborné literatury i z vlastních zkušeností jako extraligový hráč, který absolvoval přes 300 taktických porad před utkáními pod vedením různých trenérů.

Předpokládám, že výzkum potvrdí, eventuálně vyvrátí mé hypotézy:

Hypotéza 1

Předpokládám, že taktickou přípravu na utkání připravuje hlavní trenér, bez statistika nebo asistenta trenéra.

Hypotéza 2

Předpokládám, že taktická porada je rozdělena na dvě sezení, aby hráči nebyli zahlceni informacemi, které si nezapamatují. Porady se provádí většinou 1 den před utkáním a v den utkání.

Hypotéza 3

Předpokládám, že k vytvoření taktické přípravy používají všichni trenéři video a systém Data Volley. Výstup z taktické porady pro hráče bude písemnou formou jen v nejlepších šesti klubech.

Hypotéza 4

Předpokládám, že hlavní trenér dělá přípravu na všechny hráče soupeře, nejenom pro předpokládanou základní sestavu. Většina hráčů je aktivní a pomáhá dopracovat taktiku na konkrétního soupeře.

Hypotéza 5

Předpokládám, že prioritou při taktické přípravě je sledování – distribuce nahrávače, směrů podání a útoků. V pozadí zůstává přihrávka a obrana soupeře.

Hypotéza 6

Předpokládám, že trenéři při taktické přípravě využívají poznatky především z internetových zdrojů a seminářů, které pořádá Český volejbalový svaz.

3.5 Metodika

Jako hlavní metodu pro sběr dat k mé bakalářské práci jsem zvolil metodu nestandardizovaných dotazníků s uzavřenými i otevřenými otázkami. Tuto metodu jsem zvolil, protože jsem potřeboval ve větším počtu získat odpovědi od respondentů v krátkém časovém úseku, vzhledem k soutěžnímu období a časovým možnostem respondentů. Na základě všech odpovědí shromážděných v rámci dotazníkového šetření budu vyvracet nebo potvrzovat stanovené hypotézy. Dotazník měl elektronickou formu, aby respondenti ušetřili čas při vyplňování a pro lepší dosažitelnost.

3.5.1 Zvolený postup

Před rozesláním dotazníku jsem kontaktoval trenéry všech třinácti klubů, kteří v sezóně 2023/2024 vedli týmy ČEZ volejbalové extraligy mužů a informoval je o svých záměrech a požádal je o spolupráci na mém výzkumu. Požádal jsem je o uvedení pravdivých odpovědí, zdůraznil jim, že dotazník je anonymní a výsledky nebudou jmenovitě interpretovány.

Dotazník má celkem 26 otázek z toho 22 bylo uzavřených, 3 polootevřené a 1 otevřená. Respondenti měli většinou na výběr z předem připravených odpovědí. U některých polootevřených otázek měli respondenti možnost případně napsat svoji odpověď, jestliže ani jedna z předem připravených odpovědí nebyla pro ně ta správná. V dotazníku se respondentů ptám, jak taktickou přípravu vnímají, jak ji svým hráčům připravují a jak vypadá finální forma taktické přípravy.

Všechny odpovědi budu analyzovat a následně porovnávat se stanovenými hypotézami. Výsledky shromážděných odpovědí budou zaznamenány graficky, které vždy podrobně rozvedu svým komentářem.

3.5.2 Charakteristika zkoumaného souboru

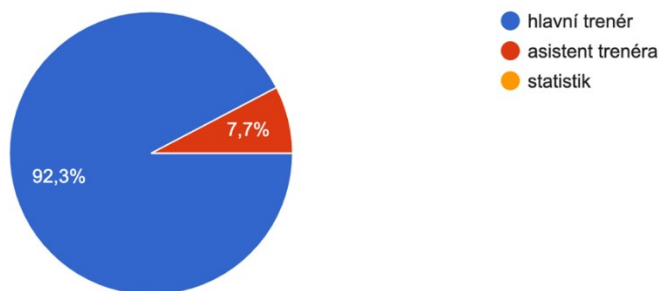
Výzkumný soubor tvořilo všech třináct trenérů České volejbalové extraligy mužů. Devět trenérů bylo z České republiky, čtyři ze zahraničí. Tři trenéři byli z Polska a jeden z Argentiny. Na dotazník odpovídali pouze hlavní trenéři, bez statistiků a dalších členů realizačních týmů. Všech třináct dotázaných trenérů odpovědělo na všechny položené otázky. Velmi si této skutečnosti vážím, neboť taktická příprava je do určité míry interní informací o práci jednotlivých trenérů i celých týmů.

4. VÝSLEDKY

1)

Kdo vede porady?

13 odpovědí



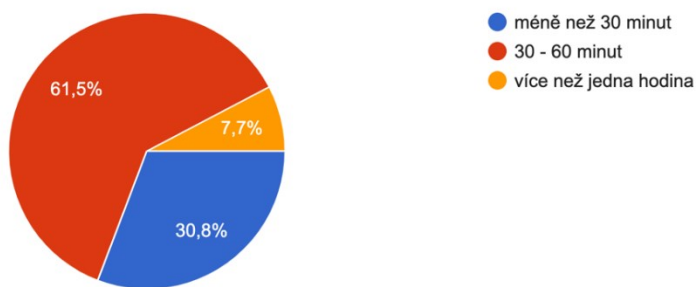
Graf 1: Kdo vede porady?

Z grafu č.1 vidíme, že v naprosté většině (92,3 %) vede poradu hlavní trenér. Jen v jednom klubu (7,7 %) vede poradu asistent hlavního trenéra. Statistik v týmu nevede poradu v žádném klubu nejvyšší volejbalové ligy v České republice.

2)

Kolik minut má porada?

13 odpovědí



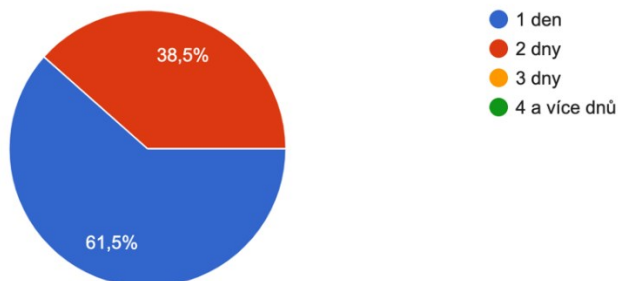
Graf 2: Kolik minut má porada?

Ve druhém grafu vidíme, jak dlouho trvá taktická porada v jednotlivých týmech. Ve čtyřech týmech trvá porada na utkání méně než 30 minut. Ve většině týmů trvá porada v rozmezí od 30 do 60 minut. Pouze v jednom týmu přesahuje porada hranici jedné hodiny.

3)

Kolik dní před utkáním máte poradu?

13 odpovědí



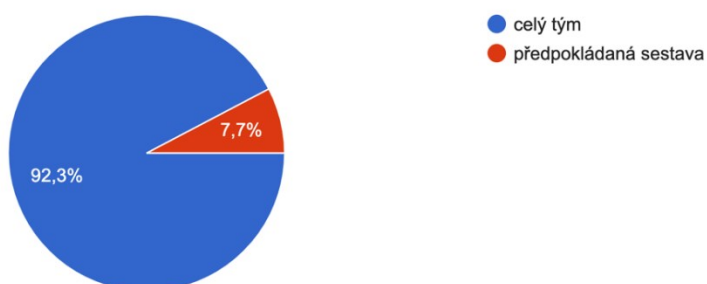
Graf 3: Kolik dní před utkáním máte poradu?

U třetí otázky se odpovědi rozdělily jen na dvě skupiny ze čtyř možných. 5 dotazovaných trenérů uvedlo, že se scházejí 2 dny před utkáním. Většina utkání v nejvyšší volejbalové lize je na programu v sobotu, což znamená, že se scházejí ve čtvrtek. Většina, tedy 8 trenérů mají v týdenním harmonogramu poradu v pátek – den před utkáním.

4)

Děláte přípravu na všechny hráče, nebo jen na předpokládanou sestavu?

13 odpovědí



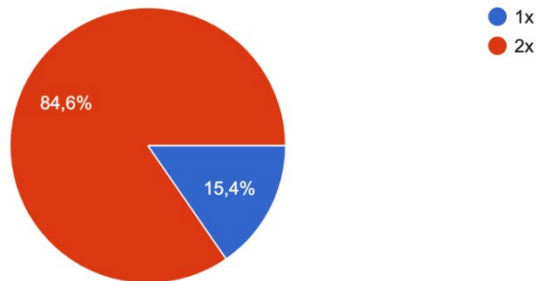
Graf 4: Děláte přípravu na všechny hráče, nebo jen na předpokládanou sestavu?

Na tuto otázku odpovědělo 12 trenérů (92,3 %), že se připravují na celý tým, což je 12-14 hráčů. Pouze 1 trenér (7,7 %) trenér dělá přípravu jen na předpokládanou sestavu, která by měla nastoupit v dalším utkání.

5)

Máte jednu, nebo dvě porady na utkání?

13 odpovědí



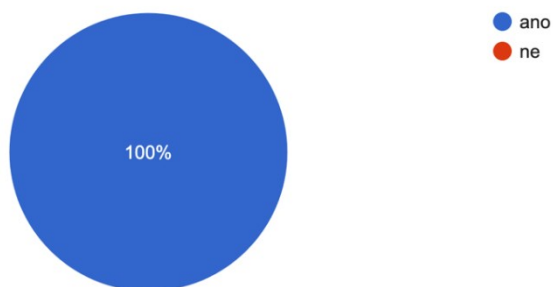
Graf 5: Máte jednu, nebo dvě porady na utkání?

Pátý graf nám říká, že 11 trenérů má rozdělenou taktickou přípravu do dvou různých sezení s týmem. Pouze dva trenéři preferují jen jednu taktickou přípravu na konkrétní utkání.

6)

Máte poradu s videem?

13 odpovědí



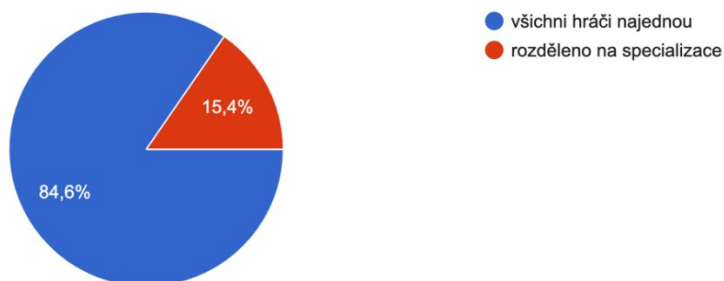
Graf 6: Máte poradu s videem?

Tato otázka směřovala k využití moderních technologií při taktické přípravě na utkání, jako první bylo zvoleno video. Všichni dotázaní trenéři provádí taktickou poradu s videem.

7)

Porada je pro všechny hráče, nebo rozdělena na specializace?

13 odpovědí



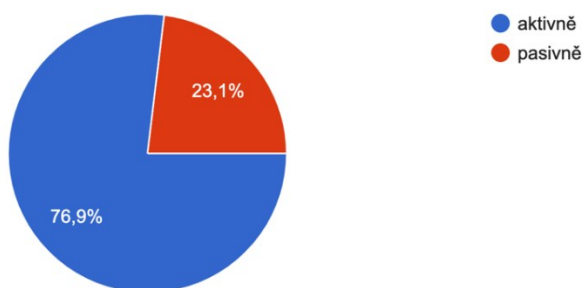
Graf 7: Porada je pro všechny hráče, nebo rozdělena na specializace?

Na grafu č. 7 je vidět, že u většiny trenérů (11) se porad účastní všichni hráči dohromady, bez ohledu na specializace. Tyto porady pak bývají zpravidla delší. Pouze dva trenéři mají porady rozdělené na specializace.

8)

Zapojují se hráči aktivně, nebo jen sledují výklad trenéra?

13 odpovědí



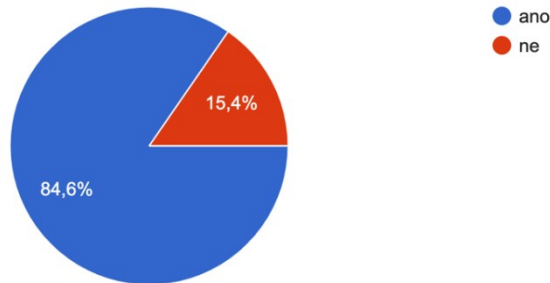
Graf 8: Zapojují se hráči aktivně, nebo jen sledují výklad trenéra?

Hráči se z velké většiny zapojují aktivně. Pod pojmem aktivní přístup na poradě se myslí, že trenér se ptá na názory svých svěřenců z minulých utkání proti stejnému soupeři. Případně i sami hráči mají další zkušenosti o které se mezi sebou dělí. Je to postup, při kterém se hlavní trenér snaží udělat přípravu taktiky co nejefektivnější se kterou bude souhlasit celé družstvo. Naopak ve dvou týmech jsou hráči pasivní a jen poslouchají trenéra.

9)

Je součástí porady i výstup písemnou formou?

13 odpovědí



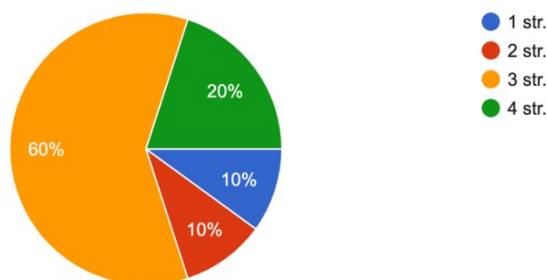
Graf 9: Je součástí porady i výstup písemnou formou?

Zde v grafu č. 9 je přehled u kolika týmů je součástí porady výstup na papíře. 10 týmů má taktickou přípravu zpracovanou do písemné podoby. Jen u dvou týmů písemný výstup nenajdeme a je zde pouze výklad trenéra.

10)

Jestli ano, kolik má výstup stránek?

10 odpovědí



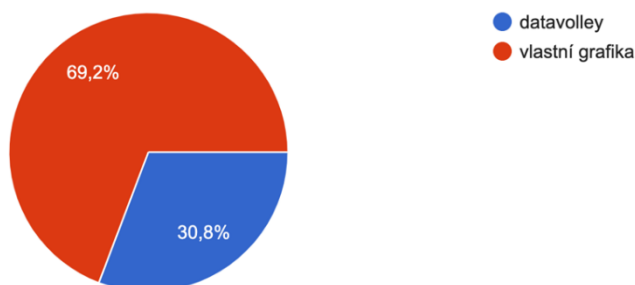
Graf 10: Jestli ano, kolik má výstup stránek?

V této otázce jsme se ptali, kolik má písemná příprava stránek. Pouze 10 trenérů uvedlo, že součástí jejich taktické přípravy je výstup písemnou formou. Výstup na jednu stránku má jen jeden trenér, další trenér má přípravu na dvě stránky. Na čtyři stránky mají výstup dva trenéři a nejvíc trenérů (6) předává hráčům taktickou přípravu v písemné podobě na tři stránky.

11)

Tisknete na papír přípravu z Data Volley nebo máte svoji grafiku např.: v excelu směry útoků a servisů?

13 odpovědí



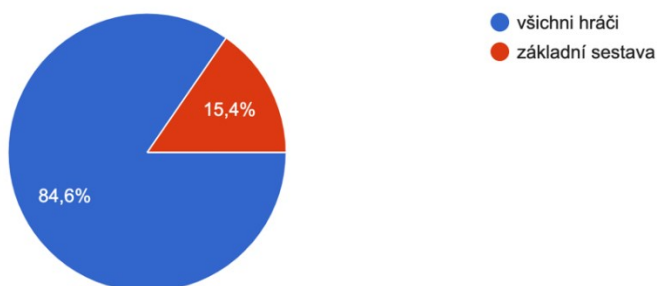
Graf 11: Tisknete na papír přípravu z Data Volley nebo máte svoji grafiku např.: v excelu směry útoků a servisů?

Z grafu č. 11 je vidět, že taktické úkoly z porady předávají hráčům přes předem připravenou grafiku pomocí Data Volley pouze 4 trenéři. Ostatní trenéři (9) používají vlastní grafiku, ať už v excelu nebo v jiných dostupných programech.

12)

Sledujete podání všech hráčů, nebo jen základní sestavy?

13 odpovědí



Graf 12: Sledujete podání všech hráčů, nebo jen základní sestavy?

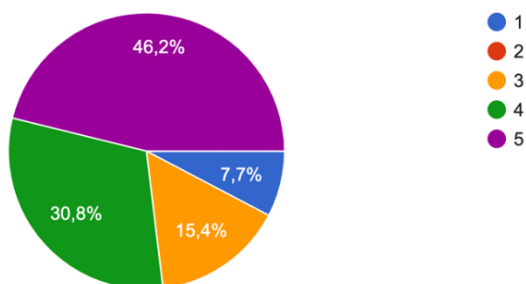
V otázce č.12 se ptáme trenérů, jestli sledují herní činnost podání u celého týmu soupeře nebo jen u základní sestavy, která pravidelně hraje. 11 trenérů sleduje se svým týmem všechny hráče soupeře, aby připravili své příjímací hráče na všechny možnosti.

13)

V následujících pěti otázkách jsme zjišťovali, jakou prioritu dávají trenéři jednotlivým herním činnostem. Škála byla od 1 do 5, kdy 1 znamenala nejnižší prioritu a tedy, že trenéři nepřikládají velký důraz na tuto činnost a netráví tím při taktické přípravě mnoho času. Naopak 5 znamená tu nejvyšší prioritu, kdy trenéři se snaží připravit své hráče důkladně na danou herní činnost.

Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování podání? (1-nejnižší, 5-nejvyšší)

13 odpovědí



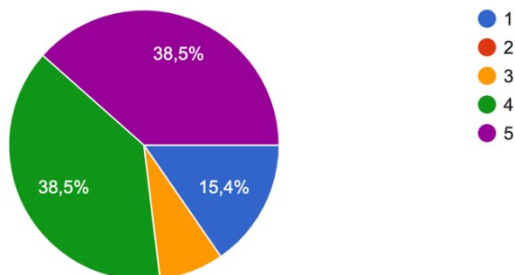
Graf 13: Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování podání?

Na grafu č.13 vidíme herní činnost podání. Pouze jeden trenér neklade velký důraz na podání a dal v tomto případě známku 1. Dva trenéři dali průměrnou známku 3. Na hodnotu 4 odpověděli čtyři trenéři. Na nejvyšší prioritu 5 odpovědělo šest trenérů a bylo to nejpočetnější zastoupení se 46,2 %.

14)

Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování distribuce nahrávače?

13 odpovědí



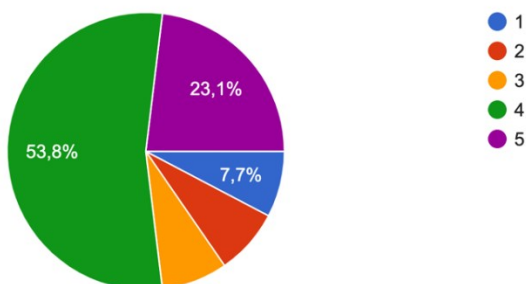
Graf 14: Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování distribuce nahrávače?

Při sledování nahrávače a jeho distribuce vidíme velmi podobný graf jako u předešlé otázky. Dva trenéři zvolili hodnotu 1. Žádný z trenérů nevolil známku 2. Pouze jeden trenér dal známku 3. Shodného výsledku 38,5 % jsme dostali u známek 4 a 5.

15)

Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování směrů útoků?

13 odpovědí



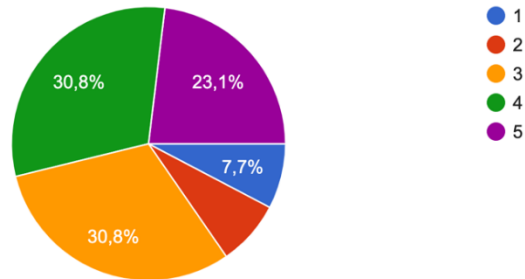
Graf 15: Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování směrů útoků?

U herní činnosti podání trenéři dali shodně po jednom hlasu u priority 1,2 a 3. Nejpočetnější skupina 53,8 %, tedy 7 trenérů ohodnotilo tuto činnost známkou 4. Nejvyšší známku 5 volili tři trenéři.

16)

Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování přihrávačů soupeře?

13 odpovědí



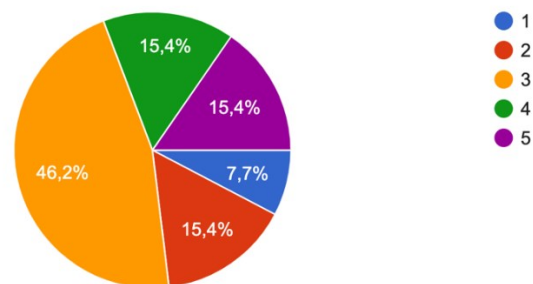
Graf 16: Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování přihrávačů soupeře?

Z grafu č.16 vidíme, že nejnižší hodnotu 1 zvolil pouze jeden trenér. Stejně tak tomu bylo i u známky 2. Shodné množství odpovědí jsme dostali také u známek 3 a 4, kdy nám odpověděli 4 trenéři. 3 trenéři označili rozbor přihrávky soupeře nejvyšší možnou známkou 5.

17)

Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování obraně soupeře?

13 odpovědí



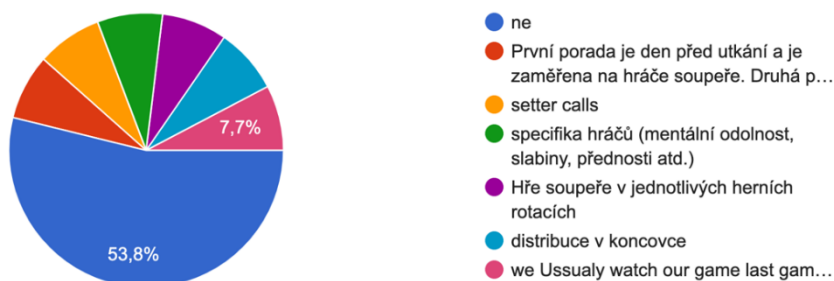
Graf 17: Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování obraně soupeře?

V grafu č. 17 vidíme nejvyrovnanější odpovědi ze všech otázek, které směřovaly na sledování konkrétních herních činností. Jeden trenér dal sledování této činnosti nejnižší známku 1. Shodně 2 hlasy a tedy 15,4 % jsme dostali u priority 2,4 a 5. Největší zastoupení bylo u průměrné hodnoty 3, kterou uvedlo 6 trenérů.

18)

Je zde ještě něco, co tu není zmíněné a je pro Vás důležité?

13 odpovědí



Graf 18: Je zde ještě něco, co tu není zmíněné a je pro Vás důležité?

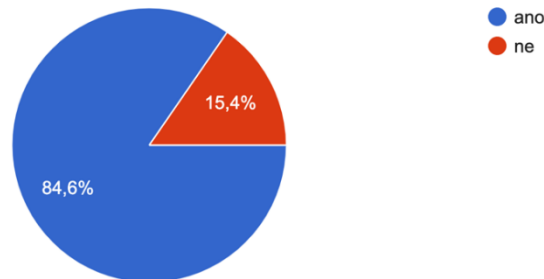
Při polootevřené otázce se ptáme, jestli při předešlých pěti otázkách jsme zapomněli zmínit něco, co je pro trenéry důležité. Pro 7 trenérů už nic jiného není důležité a je to tedy nejpočetnější skupina s 53,8 %. Dostali jsme ale také 6 různých odpovědí. První z nich nám říká, že trenér má první poradou den před utkáním a je zaměřena na hráče soupeře. Druhá poradou je v den, kdy probíhá utkání a hráči sledují distribuci nahrávače a směry útoků a podání. Druhý trenér odpověděl anglickým termínem „setter calls“, což v překladu znamená signály nahrávačů. Můžeme si pod tím představit situaci, kdy nahrávač ukáže svému blokaři signál K1, tak kolik procent s ním K1 zahraje nebo v opačném případě nahraje do zóny 4 nebo 2. Další trenér uvedl, že sledují specifika hráčů (mentální odolnost, slabiny, přednosti). Vidíme tu i odpověď, kdy trenér sleduje hru soupeře v jednotlivých herních rotacích, kde je soupeř silný, a naopak v jakém postavení je nejzranitelnější. Jeden z trenérů také rozlišuje distribuci nahrávače v první půlce setu a poté sleduje distribuci nahrávače v koncovce setu, tím se myslí skóre od stavu 20:20. Poslední odpověď je také v angličtině od zahraničního trenéra. Tento trenér sleduje první den v týdnu průběh posledního utkání svého týmu se stejným soupeřem, se kterým bude hrát. Den před utkáním mají hráči 15 minutové video na distribuci nahrávače a v den utkání po ranním tréninku sledují směry útoků a podání 25 minut.

19)

Dostávají hráči video domů, aby se připravili? Např.: přes e-mail, uložit, přes disk, přes light verzi

Data Volley...

13 odpovědí



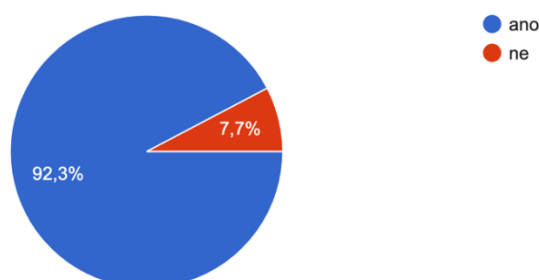
Graf 19: Dostávají hráči video domů, aby se připravili? Např.: přes e-mail, uložit, přes disk, přes light verzi Data Volley...?

Nejvíce trenérů (11) odpovědělo, že hráči dostávají pomocí nějakého programu video domů, aby měli možnost se podívat v klidu na to, co je pro ně důležité, aby byli co nejlépe připraveni na utkání. Pouze ve dvou týmech hráči tuto možnost nemají.

20)

Shrnujete informace z porady v šatně před utkáním?

13 odpovědí



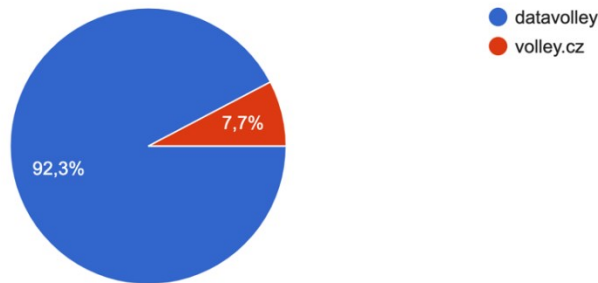
Graf 20: Shrnujete informace z porady v šatně před utkáním?

Většina (92,3 %) trenérů shrnuje informace z porady hodinu před utkáním v šatně, aby hráčům připomněli nejdůležitější momenty taktické přípravy na soupeře. Pouze jeden trenér takto nečiní a nechává hráče se plně soustředit na utkání.

21)

Používáte na taktickou přípravu Data Volley? Pokud ne, tak jaký program?

13 odpovědí



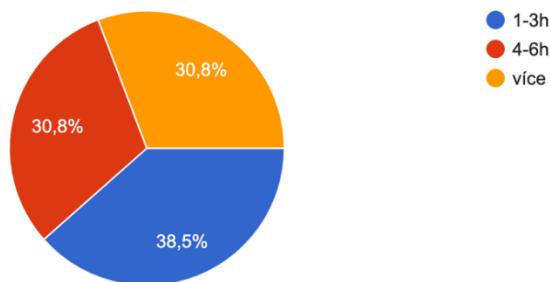
Graf 21: Používáte na taktickou přípravu Data Volley? Pokud ne, tak jaký program?

Na otázku č. 21 nám opět převážná většina trenérů odpověděla, že používají pro taktickou přípravu program „Data Volley“. Pouze jeden trenér volí jiný program a tím je „volley.cz“.

22)

Kolik času strávíte nad taktickou přípravou v hodinách?

13 odpovědí



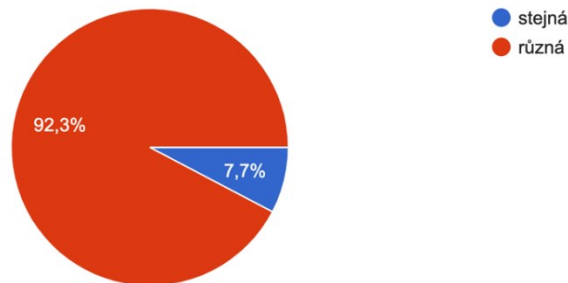
Graf 22: Kolik času strávíte nad taktickou přípravou v hodinách?

Na otázku 22 máme nejvyrovnanější odpovědi ze všech otázek. 4 trenéři (30,8 %) stráví nad taktickou přípravou 4–6 hodin a 4 trenéři dokonce i více. Nejnižší počet hodin (1–3) věnuje přípravě taktiky na utkání nejpočetnější skupina 5 trenérů.

23)

Měníte taktickou přípravu podle soupeřů, nebo máte stále stejnou šablonu?

13 odpovědí



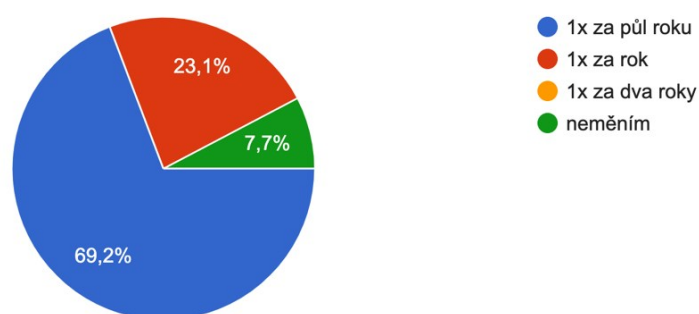
Graf 23: Měníte taktickou přípravu podle soupeřů, nebo máte stále stejnou šablonu?

Graf č.23 ukazuje, že většina trenérů (92,3 %) mění taktickou přípravu na utkání podle aktuálních herních výsledků soupeře i vlastního týmu s přihlédnutím k momentální formě svých hráčů. Pouze jeden trenér provádí taktickou přípravu podle stejné šablony na všechny soupeře.

24)

Jak často vylepšujete svoji taktickou přípravu ?

13 odpovědí



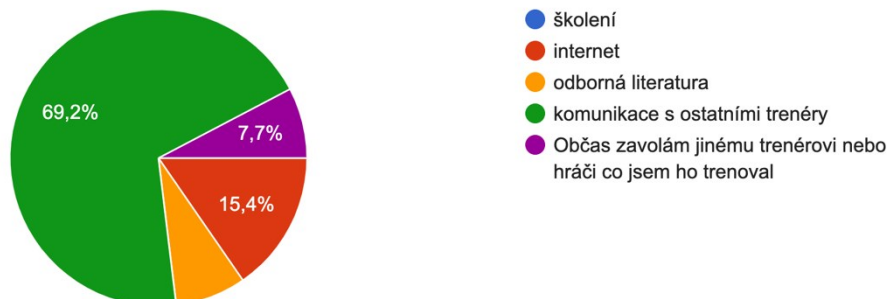
Graf 24: Jak často vylepšujete svoji taktickou přípravu?

V grafu č.24 vidíme, jak často trenéři mění taktickou přípravu. Pouze jeden trenér ji nemění. 3 trenéři mění taktickou přípravu po každé sezóně, tedy jednou za rok. Největší zastoupení trenérů (9) mění svoji taktickou přípravu každý půl rok.

25)

Odkud čerpáte nové poznatky?

13 odpovědí



Graf 25: Odkud čerpáte nové poznatky?

Z grafu č. 25 vidíme, že žádný z trenérů nečerpá nové poznatky z některých školení pořádaných Českým volejbalovým svazem. Jeden trenér čerpá z odborné literatury. Dva trenéři získávají informace z internetu. Jeden trenér odpověděl mimo předem připravené odpovědi a to tak, že někdy pro konzultaci volá ostatním trenérům nebo bývalým hráčům, které trénoval. 69,2 % (9) trenérů odpovědělo, že čerpají nové poznatky po vzájemné komunikaci s ostatními trenéry.

Poslední otázka byla otevřená a směřovala k zjištění, jak by měla vypadat ideální taktická příprava.

26)

Jednou větou prosím uveďte, jak by podle Vás měla vypadat ideální taktická příprava? (např.: 4 papíry, 2 porady po 30 min, 2 dny před utkáním...)

Odpovědi:

Trenér č.1: „Co nejstručnější a srozumitelná“

Trenér č.2: „Na to se nedá jednoznačně odpovědět. Záleží na zkušenostech hráčů, co jsou schopni pobrat a realizovat.“

Trenér č.3: „2 porady max 40 min. (rozdělení např. servis – příjem, útok – obrana), 2 a 1 den před utkáním“

Trenér č.4: „2 Porady po 30 min“

Trenér č.5: „2 porady po 30 min“

Trenér č.6: „4 papíry, 2 porady po 30 min, 2 a v den před utkáním“

Trenér č.7: „3 dny před utkáním 1 hodina, analýza na doma, shrnutí před utkáním s vypíchnutím nejpodstatnějšího“

Trenér č.8: „1-2 listy více neunesou porada nad 60 minut ztrácí koncentraci a taktika je hlavně o MB a zažil jsem jenom jednotlivce co to vstřebají a plní pro Opp OH je to daleko jednodušší“

Trenér č.9: „3 papíry, 2 porady po 30 min, 2 dny před utkáním a v den zápasu, hráči se aktivně zapojují“

Trenér č.10: „4-5 papíru, max 2x 30-40min, 3 a 2 dny před utkáním“

Trenér č.11: „Ta, která vychází z dostatečného počtu dat a informací. Snahou je nejen "odpřednášet" přípravu, ale vzbudit zájem samotných hráčů o hře soupeře přemýšlet.“

Trenér č.12: „1 page for severs, 1 or 2 pages for attackers, 1 page for distribution. Day before the game we will watch distribution and repeat this on the practice this day, and morning before the game serve and attackers from the other team. the videos never are longer than 25 or 30 min “

Překlad odpovědi trenéra č.12: 1 strana servírujících hráčů, 1 nebo 2 strany směřů útoků, 1 strana distribuce nahrávače. Den před utkáním se koukáme na distribuci a následně na tréninku zkusíme jednotlivé akce, ráno před utkáním zkusíme servis a útoky soupeře. Vídeá nikdy nejsou delší než 25 nebo 30 minut.

Trenér č.13: „Stručná a krátká“

V poslední otázce č.26, která byla jako jediná otevřená v našem dotazníku, jsem se trenérů ptal na to, jak by stručně definovali ideální taktickou přípravu, kterou můžeme pro hráče připravit. Když shrnu všechny odpovědi trenérů, tak naprostá většina preferuje teoretickou taktickou přípravu rozdělit do dvou porad, které budou kratší, aby hráči všechny informace vstřebali, a především je byli schopni realizovat při utkání. Měla by být stručná a také srozumitelná, trenéři by neměli mluvit v anglických termínech ale tak, aby hráči pochopili myšlenky trenéra. Velmi se mi líbí odpověď trenéra č. 11, který pochopil základní zásadu teoretické taktické přípravy. Příprava slouží pro hráče, nikoli pro trenéra. Hráči by měli být aktivní a shodovat se na taktice, aby obrázek hry, který budou následně předvádět v utkání byl založen na podkladech, které dostali, a nejen na intuici, která jim v danou chvíli bude říkat co by měli dělat. Správně trenér č. 11 také uvedl, že hráči by měli přemýšlet o hře a je to jeden ze základních aspektů pro následný úspěch týmu v utkání. Tento atribut je kolikrát důležitější než samotný obsah taktické přípravy. Dále bych rád vyzdvihl i odpověď trenéra č. 2. Taktická příprava a porada by měla odpovídat herním možnostem a zkušenostem hráčů. Bude rozdílná v týmu, který se bude skládat z mladých hráčů, kteří hrají svoje první sezóny v profesionálním volejbale a nemají tolik zkušeností z utkání a taktických porad. Naopak odlišná taktická příprava bude pro tým, který je složen ze starších hráčů, kteří mají několikaleté zkušenosti z utkání v zahraničních ligách či dokonce v reprezentacích. Někteří trenéři uvedli, že součástí taktické přípravy by měl být písemný výstup, který si hráč může odnést domů, aby si připomněl základní informace z porady. Zajímavé je také tvrzení trenéra č. 8, který říká, že taktická příprava by měla především sloužit pro blokaře, kteří si musí nastudovat důkladně distribuci nahrávače. Pro diagonální hráče a smečáře je lehčí připravit a také pochopit taktickou přípravu, protože se nemusí připravit na tolik herních situací soupeře. Trenér č. 12 uvedl svoji odpověď v anglickém jazyce, která byla následně přeložena. Z odpovědi bych vyzdvihl, že teoretickou taktickou přípravu následně přenesou do praxe v tréninku před utkáním. V praxi to vypadá, že základní sestava hraje hru, jakou budou následně interpretovat v utkání. Například, že nahrávač soupeře je menší postavy

a většina nahrávek bude vedena přes smečáře do zóny 4, kteří právě utočí proti nahrávači, když blokuje u sítě. O to důležitější je simulace hráčů na druhé straně, kteří předstírají hru soupeře. Pokyny mohou být na všechny herní činnosti ať už směry i typy podání a smečí, distribuci nahrávače nebo obranný systém v poli. Pro hráče je lepší si všechny tyto akce vyzkoušet při tréninku, a ne v ostré praxi až při utkání.

5. DISKUZE

V této bakalářské práci se mi podařilo shromáždit cenný materiál pro práci ostatních trenérů. Cílem mé bakalářské práce bylo zjistit, jakým způsobem se provádí taktická příprava na utkání v nejvyšší volejbalové lize mužů v České republice. Do jisté míry zjistit co je obsahem taktických porad v jednotlivých klubech a na co se trenéři zaměřují a na co kladou největší důraz.

Potvrdilo se, že trenéři a realizační tým taktické přípravě věnují hodně času, přikládají jí velký význam a analýzu hry soupeře již berou jako stabilní součást tréninkového procesu. Výzkumem bylo zjištěno, že více než 60 % trenérů věnuje taktické přípravě na jedno utkání 4-6 hodin či více, což je pozitivní signál. Mezi dotazovanými nebyl žádný trenér, který by se taktickou přípravou vůbec nezaobíral. Z osobní zkušenosti vím, že poslední dobou je na trenéry taky tlak od samotných hráčů, kteří chtějí být po taktické přípravě na utkání připraveni, aby podali co nejlepší výkon.

Hypotéza č. 1 - „*Předpokládám, že taktickou přípravu na utkání připravuje hlavní trenér, bez statistika nebo asistenta trenéra.*“ byla potvrzena. Porady vede v absolutní většině hlavní trenér, jen v jednom případě asistent trenéra. To je podle mého názoru správně, neboť trenér určuje taktiku hry v utkání podle vývoje utkání a musí umět reagovat na změny. Je během utkání v přímém kontaktu s hráči (trenéři stojí vedle postranní čáry hřiště) a může hráčům verbálně připomínat taktické pokyny z porady i během utkání a případně je měnit.

Krpač (2011) ve své publikaci uvádí, že je důležité, aby hráči byli na poradách plně koncentrováni a vnímali ji jako nedílnou součást tréninkového procesu.

Hypotéza č. 2 „*Předpokládám, že taktická porada je rozdělena na dvě sezení, aby hráči nebyli zahlceni informacemi, které si nezapamatují. Porady se provádí většinou 1 den před utkáním a v den utkání.*“ Tato hypotéza byla zároveň potvrzena i vyvrácena. Trenéři z 84,6 % uvedli, že mají dvě taktické porady na jedno utkání, což moji hypotézu potvrdilo. Zároveň však trenéři uvedli, že v týdenním tréninkovém cyklu mají ze 62 % poradu 1 den před utkáním a 2 dny před utkáním z 38 %. V poslední otázce, která byla otevřená uvedl jediný trenér č.12, že realizační tým sleduje směry podání a útoků v den utkání.

Hypotéza č.3 - „*Předpokládám, že k vytvoření taktické přípravy používají všichni trenéři video a systém Data Volley. Výstup z taktické porady pro hráče bude písemnou formou jen v nejlepších šesti klubech.*“

Také tato hypotéza byla potvrzena jen z části. 100 % trenérů v dotazníku na otázku č. 6 odpovědělo, že samozřejmou součástí taktické porady je video, na kterém hráči sledují jednotlivé úseky herních činnosti jednotlivců a celkový obraz hry soupeře. Dále bylo potvrzeno, že trenéři využívají k vytvoření taktické přípravy systém „Data Volley“, přestože je na trhu nejdražší a jeho licence se musí každý rok obnovovat a zaplatit. Tento program pomůže analyzovat hru soupeře, hru vlastního družstva, shromažďovat a spojovat informace z neomezeného množství utkání a také může posloužit při tréninku, kde automaticky spojuje statistiku s videozáznamem. Pouze jeden trenér používá jiný program a tím je Volley.cz. Hypotéza však byla vyvrácena v poslední části, že výstup z taktické porady bude písemnou formou jen v šesti nejlepších klubech, kteří hrají ČEZ extraligu mužů. Z celkového počtu 13 trenérů 84,6 % uvedlo, že mají výstup písemnou formou. Dva trenéři, kteří písemný výstup nedělají jsou právě z šesti nejlépe hrajících klubů v extralize mužů. Z 11 trenérů, kteří odpověděli, že mají písemný výstup z taktické porady 60 % uvedlo, že písemná příprava je na 3 stránky. V papírové formě vidíme jednotlivé herní činnosti hráčů soupeře. Nejčastěji jde o distribuci nahrávače na jedné stránce, na druhé směry útoků a na třetí směry podání hráčů soupeře. Na čtvrté je případně charakteristika družstva či obrana soupeře. Považuji písemnou formu za další vylepšení taktické přípravy, protože si hráči mohou dělat v průběhu taktické přípravy poznámky a následně si písemnou formu taktické přípravy prostudovat doma a také využít přímo při utkání.

Hypotéza č. 4 – „*Předpokládám, že hlavní trenér dělá přípravu na všechny hráče soupeře, nejenom pro předpokládanou základní sestavu. Většina hráčů je aktivní a pomáhá dopracovat taktiku na konkrétního soupeře*“ byla potvrzena. Trenéři v otázce č. 4 odpovídali, jestli taktickou přípravu dělají na všechny hráče nebo pouze na předpokládanou sestavu. 12 trenérů ze 13 uvedlo, že svůj tým připravují na všechny hráče soupeře. Také naprostá většina uvedla, že hráči při jejich poradě jsou aktivní a pomáhají trenérovi vytvořit taktickou přípravu ze svých zkušeností. Jsem rád, že v 10 ze 13 týmů jsou hráči aktivní a domlouvají se s trenérem na taktice, kterou následně budou aplikovat v utkání.

Při zpracování dotazníků mě velmi překvapilo, že 85 % trenérů, jak vyplývá z grafu č. 7, má připravenou taktickou poradou pro celé své družstvo, a ne rozdělenou na specializace. Daleko efektivnější je, aby poradou byla rozdělena podle specializací. Problém v případě porady pro celé družstvo je ten, že hráči dostanou velké množství informací, které nedokážou zpracovat a mezi nimi jsou i informace, které se jejich postu netýkají. Porady by měly být rozděleny na blokaře, kteří budou sledovat distribuci nahrávačů v jednotlivých rotacích a v koncovkách setů. Naopak nahrávači by měli sledovat hru blokařů soupeře a snažit se pochopit systém, kterým se řídí soupeř, aby následně v utkání mohla jejich distribuce být co nejvíce nečitelná pro soupeře. Příhrávající hráči by měli sledovat směry podání soupeře. Kdo jakým typem servisu disponuje, jaké má varianty, zdali mění typ servisu v koncovkách či po time-outu. Libero, které má na starost obranu, musí nejvíce ze všech hráčů načíst jednotlivé směry útoků a variabilitu úderů všech útočících hráčů, aby následně mohl reagovat v utkání a měnit postavení v obraně, případně předávat pokyny i hráčům přední řady, kteří útočící hráče brání.

U Hypotézy č. 5 „*Předpokládám, že prioritou při taktické přípravě je sledování – distribuce nahrávače, směrů podání a útoků. V pozadí zůstává přihrávka a obrana soupeře.*“. V otázkách č. 13-18 jsme se trenérů ptali na to, jakou prioritu na škále 1-5 přiřkládají jednotlivým herním činnostem. Tato hypotéza byla také jednoznačně potvrzena. Jako zásadní vidí trenéři analýzu hry nahrávače, kde shodně volili po 38,5% největší možnou prioritu 4 a také 5. Jeho distribuce nahrávky je rozhodující a určuje styl hry soupeře. Je to režisér hry a trenér se snaží pomocí analýzy “rozkódovat”, které kombinace nahrávač používá v jednotlivých rotacích, po příjmu, po obraně, po míči zadarmo a v koncovkách setů. U servisu, se družstva připravují na všechny hráče soupeře, protože ve volejbalu má každé družstvo i na lavičce specialisty, kteří chodí do hry pouze na servis anebo pravidelně střídají hráče, u kterého není tato činnost na nejvyšší úrovni. Zde jsme dostali dokonce nejvíce odpovědí trenérů, kteří uvedli prioritu 5 (46,2 %). Sledování směrů útoků, které používají jednotliví hráči je samozřejmostí a statistické programy umí podrobně zakreslit typy a směry útoků podle zón ve hřišti. To jsou herní činnosti jednotlivce, které se pravidelně objevují na taktických poradách. Trenéři toto tvrzení potvrdili a jsou základem pro vytvoření taktické přípravy na soupeře. V druhé části hypotézy, předpokládám, že trenéři nebudou své hráče už tak důkladně připravovat na přihrávkače a obranu soupeře. Trenéři pouze určí, který hráč soupeře by měl

být cílem podání a nejvíce zaneprázdněný hráč při utkání touto herní činností. Podávající hráči se snaží vynechat post libera na příhrávce, protože tuto činnost obvykle zvládá ze všech nejlépe. Analýzu hry soupeře v obraně vidím jako nedostatek u trenérů. Mé tvrzení potvrdili v otázce č.18, kdy největší prioritu zvolili jen dva trenéři. Nejvíce odpovědí bylo u priority 3 (6) a objevovali se zde i nejmenší priority 1 a 2. Tady by trenéři měli více využít možnosti, které statistické programy nabízejí a na úrovni reprezentace se s nimi pracuje podrobněji.

Hypotéza č. 6 – *„Předpokládám, že trenéři při taktické přípravě využívají poznatky především z internetových zdrojů a seminářů, které pořádá Český volejbalový svaz.“* Tato hypotéza byla vyvrácena. Trenéři v otázce č. 25 odpověděli, že nové poznatky ohledně taktické přípravy primárně mají od svých kolegů. Pouze 15,4 % a tedy 2 trenéři nové poznatky čerpají z internetu. Dokonce žádný z trenérů neuvedl možnost, že získal podněty pro práci, ze seminářů pořádaných Českých volejbalovým svazem. Domnívám se, že Český volejbalový svaz by měl pořádat semináře k taktické přípravě a zároveň obsluze Data Volleye. Jak už bylo uvedeno u hypotézy č.3 Data Volley je placený program a používá se jen v nejvyšší volejbalové lize mužů i žen v České republice. I přesto Český volejbalový svaz má některé specialisty, kteří pracují u reprezentačních družstev a mohli by předávat „know-how“ trenérům z extralig. Pro trenéry by tyto semináře měly být přínosné především v Evropských klubových pohárech, kdy pro české týmy je těžké měřit síly s konkurencí a toto je jedna z mála možností, jak se konkurenci přiblížit.

6. ZÁVĚR

Cíl mé bakalářské práce byl splněn. Podařilo se mi získat informace o tom, jakým způsobem je prováděná taktická příprava na utkání v nejvyšší volejbalové lize mužů v České republice. Vzhledem k tomu, že v této lize působí velice kvalitní čeští i zahraniční trenéři, jsou data, která se mi podařilo shromáždit velmi cenná, neboť jde většinou o zkušené trenéry, kteří taktickou přípravu na utkání provádějí již mnoho let u volejbalových týmů v různých zemích. Pro celou práci bylo nesmírně důležité a zároveň přínosné, že jsem pro výzkum získal všech 13 extraligových trenérů, kteří odpověděli na všech 26 otázek. Už samotná skutečnost, že i zahraniční trenéři velmi ochotně odpověděli na všechny položené otázky v rámci dotazníkového šetření ukazuje, že zvolené téma je velmi důležité a v současné době velmi aktuální pro vedení týmů v soutěžích, které se neustále výkonnostně vyrovnávají.

V teoretické části jsem popsal základní strukturu volejbalové přípravy. Herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy. Ve druhé, teoretické části jsem se zaměřil na taktickou přípravu, speciálně na taktickou přípravu před utkáním. Vytvořil jsem tak teoretická východiska pro praktickou část, která byla věnovaná přímo výzkumu, zaměřeného na taktickou přípravu na utkání, jako klíčového faktoru k dosažení úspěchu v soutěžích.

K získání potřebných informací jsem použil dotazníkové šetření od 13 trenérů, kteří působí v nejvyšší volejbalové lize mužů v České republice. Při stanovení hypotéz jsem vycházel z cíle výzkumu, z odborné literatury i z vlastních zkušeností, jako extraligový hráče, který absolvoval přes 300 taktických porad před utkáními, pod vedením různých trenérů.

Ze šesti stanovených hypotéz byly 3 hypotézy potvrzené, 2 částečně potvrzené a jedna zcela vyvrácená. Z hypotéz potvrzených, třeba jen částečně se ukázalo, že většina trenérů věnuje taktické přípravě hodně času a považují ji za nezbytnou součást tréninkového procesu a systému soutěží. Rozdíly jsou pochopitelně ve vlastní realizaci a způsobu provedení. Absolutním překvapením byla nepotvrzená hypotéza č.6, kdy dotazem bylo zjištěno, že podněty pro práci získávají trenéři především z internetových zdrojů, od svých kolegů, ale v žádném případě ne z odborných seminářů. Domnívám se, že tady je pro Český volejbalový svaz možnost, ale i výzva, zabývat se víc touto problematikou a uspořádat vzdělávací semináře, jak ke statistice, tak i k taktické přípravě hráčů na utkání.

Ideální model taktické přípravy je velice těžké sestavit, neboť je ovlivněn obrovskou škálou faktorů, jak subjektivních, tak i objektivních. Podle dotázaných trenérů extraligových družstev mužů v České republice se jeví jako optimální taktická porada, která bude stručná, krátká, srozumitelná, výstižná, konaná 1–2 dny před utkáním s písemným výstupem pro hráče.

Jsem přesvědčen o tom, že získané poznatky poslouží trenérům jako pomoc a zároveň inspirace ke zkvalitnění taktické přípravy pro vlastní týmy.

Jako určitý námět pro další práci, eventuálně výzkum se jeví srovnání taktické přípravy extraligových trenérů s taktickou přípravou, kterou dělají reprezentační trenéři, eventuálně i ve srovnání s názory hráčů, kteří se porad zúčastňují.

Seznam použitých zdrojů

- 1) BUCHTEL, Jaroslav, 2005. *Teorie a didaktika volejbalu*. 1. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1011-5.
- 2) BUCHTEL, Jaroslav a Miloslav EJEM, 1981. *Odbijená: Metodika nácviku a trénink*. 2. vydání. Praha: Olympia.
- 3) BUCHTEL, Jaroslav, Miloslav EJEM a Rostislav VORÁLEK, 2011. *Trénink volejbalu*. Vyd. 1. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1967-5.
- 4) CÍSAŘ, Václav, 2005. *Volejbal: technika a taktika hry, průpravná cvičení*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-0502-6.
- 5) DATA PROJECT S.r.l. (2014). *History of Data project company*. 4 s.
- 6) DATA PROJECT S.r.l. (2014). *Data Volley*. [online]. Retrieved from: <http://www.dataproject.com/Products/US/en/Volleyball/DataVolley>
- 7) DOVALIL, Josef, 2009. *Výkon a trénink ve sportu*. 3. vyd. Praha: Olympia. ISBN 978-80-7376-130-1.
- 8) HANÍK, Zdeněk a Ondřej FOLTÝN, 2021. *Základní škola volejbalu: sedm kroků, sedm věků*. Vydání první. Praha: Euromedia Group a.s. ISBN 978-80-242-7685-4.
- 9) HANÍK, Zdeněk, 2014. *Volejbal: učebnice pro trenéry mládeže*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta. ISBN 978-80-204-3380-0.
- 10) HANÍK, Zdeněk a Michal LEHNERT, 2004. *Volejbal 1: herní dovednosti a kondice v tréninku mládeže*. Praha: Český volejbalový svaz.
- 11) HANÍK, Zdeněk a Jaroslav VLACH, 2008. *Volejbal 2: učební texty pro školení trenérů*. 1. vyd. Praha: Pro Český volejbalový svaz vydalo nakl. Olympia. ISBN 978-80-7376-078-6.
- 12) HANÍK, Zdeněk, 2008. *Volejbal: viděno třemi : od základních odbití po herní činnosti*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2744-8.
- 13) HOLOUBEK, Petr, 2005. *Taktika boje*. 1. vyd. Praha: Naše vojsko. ISBN 978-80-206-0760-7.
- 14) CHOUTKA, Miroslav, Miroslav ROVNÝ a Lubomír DOBRÝ, 1966. *Sportovní hry*. 1. vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- 15) KAPLAN, Oldřich, 1999. *Volejbal: technika, pravidla, herní systémy, průpravná cvičení*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-7169-762-6.

- 16) KAPLAN, Oldřich a Jaroslav BUCHTEL, 1987. *Odbíjená – Teorie a didaktika*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- 17) KENNY, Bonnie a Cindy GREGORY, 2006. *Volleyball: steps to success*. Champaign, IL: Human Kinetics. Steps to success sports series. ISBN 978-0-7360-6337-1.
- 18) KRPAČ, Radek, 2011, *Statistici*. In Metodika ČVS. [online]. Dostupné z:<http://metodika.cvf.cz/herni-analyzy/statistici> [cit. 30.4.2020].
- 19) KRPAČ, Radek, 2010, *Proč sledovat a analyzovat herní výkon družstva*. In: Metodika ČVS.[online]. Dostupné z: <http://metodika.cvf.cz/herni-analyzy/proc-sledovat-a-analyzovat>
- 20) MEMMERT, Daniel, 2022. *Rozvoj taktické kreativity ve sportu*. Vydání první. Přel. Petr JANOUGH. Praha: Euromedia Group. ISBN 978-80-242-8571-9.
- 21) PERIČ, Tomáš a Josef DOVALIL, 2010. *Sportovní trénink*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2118-7.
- 22) PŘÍBRAMSKÁ, Alena, 1989. *Volejbal: Učební text pro trenéry 3. třídy*. 1. vyd. Praha: Olympia. ISBN 978-80-7033-028-9.
- 23) SALOMONI, Alberto 2004, Data Volley, data video system. [online]. [cit. 2017-01-06]. Dostupné z: http://www.volleyball-training.de/material/salomoni_data_video_system.pdf
- 24) SELINGER, Arie a Joan ACKERMANN-BLOUNT, 1986. *Arie Selinger's power volleyball*. New York: St. Martin's Press. ISBN 978-0-312-04916-4.
- 25) SHONDELL, Donald S. a Cecile REYNAUD, ed., 2002. *The volleyball coaching bible*. Champaign, Ill: Human Kinetics. ISBN 978-0-7360-3967-3.
- 26) VIERA, Barbara L. a Bonnie J. FERGUSON, 1996. *Volleyball: steps to success*. 2nd ed. Champaign, Ill: Human Kinetics. Steps to success activity series 1, Sports instruction series. ISBN 978-0-87322-646-2.
- 27) WISE, Mary, ed., 1999. *Volleyball drills for champions*. Champaign IL: Human Kinetics. ISBN 978-0-88011-778-4.

Seznam grafů

Graf 1:Kdo vede porady?.....	40
Graf 2: Kolik minut má porada?	40
Graf 3: Kolik dní před utkáním máte poradu?	41
Graf 4: Děláte přípravu na všechny hráče, nebo jen na předpokládanou sestavu?.....	41
Graf 5: Máte jednu, nebo dvě porady na utkání?.....	42
Graf 6: Máte poradu s videem?.....	42
Graf 7: Porada je pro všechny hráče, nebo rozdělena na specializace?.....	43
Graf 8: Zapojují se hráči aktivně, nebo jen sledují výklad trenéra?	43
Graf 9: Je součástí porady i výstup písemnou formou?	44
Graf 10: Jestli ano, kolik má výstup stránek?	44
Graf 11: Tisknete na papír přípravu z Data Volley nebo máte svoji grafiku např.: v excelu směry útoků a servisů?.....	45
Graf 12: Sledujete podání všech hráčů, nebo jen základní sestavy?	45
Graf 13: Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování podání?	46
Graf 14: Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování distribuce nahrávače?	47
Graf 15: Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování směrů útoků?.....	47
Graf 16: Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování přihrávačů soupeře?	48
Graf 17: Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování obraně soupeře?.....	48
Graf 18: Je zde ještě něco, co tu není zmíněné a je pro Vás důležité?	49
Graf 19: Dostávají hráči video domů, aby se připravili? Např.: přes e-mail, uložit, přes disk, přes light verzi Data Volley...?	50
Graf 20: Shrnujete informace z porady v šatně před utkáním?	50
Graf 21: Používáte na taktickou přípravu Data Volley? Pokud ne, tak jaký program? ..	51
Graf 22: Kolik času strávíte nad taktickou přípravou v hodinách?	51
Graf 23: Měníte taktickou přípravu podle soupeřů, nebo máte stále stejnou šablonu? ..	52

Graf 24: Jak často vylepšujete svoji taktickou přípravu?	52
Graf 25: Odkud čerpáte nové poznatky?	53

Seznam příloh

Příloha č.1 distribuovaný dotazník

1. Kdo vede porady?

- hlavní trenér
- asistent trenéra
- statistik

2. Kolik minut má porada?

- méně než 30 minut
- 30-60 minut
- více než jedna hodina

3. Kolik dní před utkáním máte poradu?

- 1 den
- 2 dny
- 3 dny
- 4 a více dnů

4. Děláte přípravu na všechny hráče, nebo jen na předpokládanou sestavu?

- celý tým
- předpokládaná sestava

5. Máte jednu, nebo dvě porady na utkání?

- 1x
- 2x

6. Máte poradu s videem?

- ano
- ne

7. Porada je pro všechny hráče, nebo rozdělena do specializací?

- všichni hráči najednou
- rozděleno na specializace

8. Zapojují se hráči aktivně, nebo jen sledují výklad trenéra?

- aktivně
- pasivně

9. Je součástí porady i výstup písemnou formou?

- ano
- ne

10. Jestli ano, kolik má výstup stránek?

- 1 str.
- 2 str.
- 3 str.
- 4 str.

11. Tisknete na papír přípravu z Data Volley nebo máte svoji grafiku např.: v excelu směry útoků a servisů?

- Data Volley
- vlastní grafika

12. Sledujete podání všech hráčů, nebo jen základní sestavy?

- všichni hráči
- základní sestava

13. Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování podání? (1-nejnižší, 5-nejvyšší)

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

14. Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování distribuce nahrávače?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

15. Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování směrů útoků?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

16. Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování přihrávačů soupeře?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

17. Jakou prioritu 1-5 dáváte sledování obraně soupeře?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

18. Je zde ještě něco, co tu není zmíněné a je pro Vás důležité?

- ne
- otevřená odpověď

19. Dostávají hráči video domů, aby se připravili? Např.: přes e-mail, uložit, přes disk, přes light verzi Data Volley...

- ano
- ne

20. Shrnujete informace z porady v šatně před utkáním?

- ano
- ne

21. Používáte na taktickou přípravu Data Volley? Pokud ne, tak jaký program?

- Data Volley
- otevřená odpověď

22. Kolik času strávíte nad taktickou přípravou v hodinách?

- 1-3 h
- 4-6 h
- více

23. Měníte taktickou přípravu podle soupeřů, nebo máte stále stejnou šablonu?

- stejná
- různá

24. Jak často vylepšujete svoji taktickou přípravu?

- 1x za půl roku
- 1x za rok
- 1x za dva roky
- Neměním

25. Odkud čerpáte nové poznatky?

- školení
- internet
- odborná literatura
- komunikace s ostatními trenéry

26. Jednou větou prosím uveďte, jak by podle Vás měla vypadat ideální taktická příprava? (např.: 4 papíry, 2 porady po 30 min, 2 dny před utkáním...)

- otevřená otázka