

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Fakulta tělesné výchovy a sportu

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Analýza tenisové dvouhry na antukovém povrchu

Vedoucí práce:

Mgr. Tomáš Kočib

Vypracoval:

Jakub Sommer

Praha 2016

Abstrakt

Název práce:

Analýza tenisové dvouhry na antukovém povrchu

Cíl práce:

Cílem práce bylo zanalyzovat a porovnat 10 elitních hráčů na antukovém povrchu a současně zjistit jaké jsou rozdíly ve sledovaných aspektech jejich hry.

Metoda:

Analýza byla provedena prostřednictvím pozorování videozáznamů vybraných tenisových utkání na turnaji French Open 2016. Jednalo se o notační analýzu. Výsledky byly zaznamenávány do předem připravených záznamových archů. Samotná analýza byla nejprve provedena u všech utkání metodou deskriptivní. Následná analýza všech utkání byla provedena deskripcí grafů z naměřených hodnot.

Výsledky:

Výsledky informují o odlišnosti pojetí hry mezi muži na antuce s ohledem na podání a varianty s ním spjaté, ritern a varianty s ním spjaté, délku výměn a další sledované varianty. Z toho vyplývající další taktické odlišnosti mezi tenisty.

Klíčová slova:

Tenis, muži, rozdíly, podání, ritern

Abstract

Title:

Analysis of tennis single on clay

Objectives:

The aim of the work was to analyze 10 elite players on clay and also to discover differences in observed aspects of their plays.

Methods:

The analysis was done by observing video recordings of chosen matches from the French Open 2016 tournament. It was a notational analysis. The results were recorded into record sheets that were prepared in advance. Firstly, descriptive analysis was used to analyze all of the matches. Thereafter, all of the matches were analyzed by descriptive analysis of graphs and measured values.

Results:

The results show different techniques and styles among male athletes on clay, given the service and its variations, the return and its variations, the length of plays, and other observed aspects; resulting in other tactical differences among the players.

Keywords:

Tennis, men, differences, serve, return

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně, za odborného vedení Mgr. Tomáše Kočíba, a uvedl veškerou literaturu a ostatní zdroje, které jsem v ní použil.

Praha 2016

.....

Jakub Sommer

Evidenční list

Svoluji k zapůjčení své diplomové práce ke studijním účelům. Prosím o vedení evidence vypůjčovateli, kteří musejí pramen převzaté literatury řádně citovat.

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

Poděkování

Děkuji vedoucí práce Mgr. Tomáši Kočibovi za pomoc, odborné vedení a spolupráci při zpracování mé diplomové práce.

Obsah

1 ÚVOD	9
2 TEORETICKÁ ČÁST	10
2.1 Charakteristika tenisu	10
2.2 Technická příprava	11
2.2.1 Faktory techniky	12
2.2.2 Technika a její hodnota v tenise	12
2.2.3 Etapy rozvoje ve výuce techniky	13
2.3 Úderová technika	14
2.3.1 Podání	14
2.3.1.1 Typy podání	15
2.3.1.2 Držení rakety při podání	18
2.3.1.3 Rychlost podání	18
2.3.2 Ritern	19
2.3.2.1 Druhy riternu	20
2.3.2.2 Pochopení strategie podání	20
2.3.2.3 Přečtení techniky podání	24
2.3.3 Náběh k síti	25
2.3.4 Forhend	25
2.3.5 Bekhend	27
2.3.6 Prohození	28
2.3.7 Lob	28
2.4 Taktická příprava	28
2.4.1 Taktika v tenise	29
2.4.2 Taktické systémy	30
2.4.3 Herní situace	35
2.4.4 Strategie zápasu	38
2.4.5 Technicko - taktická připravenost	39
2.5 Antukový povrch	39
2.5.1 Specifika antukového povrchu	39
3 VÝZKUMNÁ ČÁST	41
3.1 Cíle práce	41
3.2 Vědecké otázky	41
3.3 Úkoly práce	41
4 METODIKA PRÁCE	42

4.1 Výzkumný soubor	42
4.2 Charakteristika výzkumného souboru.....	42
4.3 Použité metody.....	45
4.4 Sběr dat.....	45
4.5 Analýza dat.....	45
<i>5 KATEGORIZAČNÍ SYSTÉM ALTERNATIV HRÁČE</i>	<i>46</i>
5.1 Varinty prvního podání.....	46
5.2 Varinty druhého podání	49
<i>6 VÝSLEDKOVÁ ČÁST</i>	<i>50</i>
6.1 Sledované zápasy	50
6.1.1 Zápas 1.....	50
6.1.2 Zápas 2.....	52
6.1.3 Zápas 3.....	54
6.1.4 Zápas 4.....	56
6.1.5 Zápas 5.....	58
<i>7 POROVNÁNÍ DÍLČÍCH ZKOUMANÝCH VARIANT.....</i>	<i>60</i>
<i>8 DISKUZE.....</i>	<i>71</i>
<i>9 ZÁVĚR</i>	<i>74</i>
<i>10 PŘEHLED POUŽITÉ LITERATURY.....</i>	<i>74</i>
<i>11 SEZNAM TABULEK, OBRÁZKŮ A GRAFŮ.....</i>	<i>77</i>
<i>12 PŘÍLOHY.....</i>	<i>79</i>

1 ÚVOD

Tenis je sport, který je velice rozšířený a divácky atraktivní. Tento sport často označován jako bílý sport, je stále zdokonalován a v posledních letech se dost změnil. Hráči a hráčky hrají podstatně rychleji, přesněji a často také agresivněji. I v tenise, tak jako v ostatních sportech, lze pozorovat neustálý vývoj materiálu vpřed. To vše napomáhá k progresu a k tomu, že se dá tenis hrát na takové úrovni, na jaké se současně hraje. Vrcholový tenis už dávno není jen o nadšení hráčů a hráček, ale za jejich výsledky stojí obrovský kus práce, každodenní dřina a vědecké poznatky, které mohou tento sport posunout ještě dál. Můžeme jen polemizovat, o kolik lze hranice současného tenisu ještě posunout.

Sám hraji tenis od útlého věku a mám k němu velmi kladný vztah. Už jsem odehrál slušnou řádku mistrovských utkání a pár turnajů, avšak pouze na regionální úrovni. Hraji ho stále aktivně.

Moji práci lze z obecného hlediska rozdělit na dvě velké části. Na teoretickou a výzkumnou část. V první jmenované části jsem se zaměřil na danou problematiku z pohledu teoretického, jako jsou technické a taktické přípravy, úderová technika, apod. K této části jsem čerpal informace z literatury, které jsou vypsány na konci mé práce. V druhé části mé práce jsem se zaměřil na samotný výzkum.

Diplomová práce zčásti navazuje na mou bakalářskou práci – Jednání v herních situacích v tenise u mužů a žen. Rozhodnul jsem se ale pro jisté změny, které budu v mé diplomové práci aplikovat. Ve výzkumu mé diplomové práce jsem se rozhodnul zkoumat jen tenisty a rozdíl mezi nimi, namísto zkoumání rozdílu mezi tenisty a tenistkami. Výzkum se nyní skládá jen z výsledků jednoho grandslamového turnaje namísto dvou, z čehož vyplývá, že se budu soustředit pouze na antukový povrch. Zkoumané aspekty se také mění. Vytvořil jsem také odlišný záznamový arch.

2 TEORETICKÁ ČÁST

2.1 Charakteristika tenisu

Systematicky je tenis zařazen do kategorie sportovních her síťového typu, kdy hrací plochy soupeřů jsou od sebe odděleny sítí a jde tedy proto o sportovní hru neinvazní. Úkolem každé ze soupeřících stran je dopravit míč raketou do pole soupeře tak, aby ho ten nebyl schopen vrátit zpět. Hráči se utkávají ve dvou typech utkání: dvouhry – utkání jednotlivců a čtyřhry – dva páry hrající proti sobě (Kočib, 2007).

Tenis je hra otevřených dovedností, což znamená, že hráč se nemůže rozhodnout, jaký úder zahrát, dokud míč neodehraje nejdříve jeho soupeř. Hráč se tedy musí vždy přizpůsobit reakci soupeře a poté se snažit zvolit optimální řešení (Gentile, 2000).

Tenis vyžaduje rychlost, vytrvalost, koordinaci, rychlou reakci, pohyblivost, sílu, výbušnost a také odolnou psychiku hráče. Hráč běhá vpřed, do stran i vzad. Intenzita zatížení během utkání kolísá. Tenis vyžaduje také výbornou úroveň explozivní síly, reaktivní síly, rychlé síly, frekvenční rychlosti (Grosser, Schönborn, 2010).

Tenis je sportovním odvětvím, v němž se projevují všechny obecné koordinační schopnosti (diferenciační - kinestetická, orientační, rovnovážná, reakční, rytmická, schopnost sdružování pohybů a přestavby pohybu) s rozličnou důležitostí. Mezi speciální koordinační schopnosti, které se uplatňují v tenise, patří kontrola míče, regulace vzdálenosti a tzv. timing. Tenis se vyznačuje velkou šíří různých úderů a je také výrazně ovlivňován vnějšími podmínkami (vítr, déšť, slunce atd.) (Zháněl, 2011).

Kovacs (2007) tvrdí, že tenisová hra se stala extrémně rychlou. Čas kontaktu mezi míčem a raketou je mezi 0,003 a 0,006 sekundami. Raketa a míč musí být v tomto čase v optimálním postavení, aby bylo dosaženo žádoucího úderu. Tenis na nejvyšší úrovni vyžaduje opakovaně nejvyšší preciznost v rychlém sledu.

Obsahově bohatá činnost současného tenisu klade na hráče značné požadavky. Pro tenis je charakteristický rychlý let malého míče a střídání soupeřů ve styku s míčem spojené s krytím značně velké plochy dvorce. Obtížnost hry zvyšuje používání

speciálního náčiní – tenisové rakety, velmi citlivě reagující na přednosti i nedostatky hráčovy techniky. Hráči se při rozehrání bodu pravidelně střídají v zásazích míče, tedy v úsecích hry, kdy mají kontrolu nad míčem. Nemohou si však připravovat akce obdobně, jako např. v kolektivních míčových hrách. Jejich herní záměry může vždy narušit soupeřův následující úder. Přesto i v tenisu lze označovat určité úseky hry jako útočné nebo obranné. Tenisové utkání je komplexní dynamický systém, v němž se stále ve vzájemné souvislosti uplatňuje celková strategie, taktika jednotlivých herních situací a techniky hry. Vlastním prostředkem boje se soupeřem je technika hry; tu je nutno posuzovat jak z biomechanického hlediska, tak z hlediska taktické účinnosti (Höhm, 1982).

Tenis je velmi náročný sport, při kterém jsou často přetěžovány jednotlivé části těla, které vyžadují větší pozornost při kompenzaci. Kompenzace je v tenise zanedbávána nejen u dětí, ale i u dospělých. U tenistů se vyskytuje nejvíce zranění dolních končetin, a to kolen a chodidel. Povrch dvorce ovlivňuje plantární zatížení. Zatížení plosky nohy je na tvrdých površích cca o 12 % větší než na antukových dvorcích (Eberle, 2007).

2.2 Technická příprava

Technická příprava, pro níž jsou jako teoretický základ využívány poznatky o motorickém učení, si klade za cíl vytvářet a zdokonalovat sportovní dovednosti. Za dovednosti se pokládají získané předpoklady sportovce účelně, účinně a úsporně řešit pohybové úkoly dané specializace. Jsou komplexem, který se týká nejen motoriky člověka, ale uplatňuje se zde i jeho psychika a fyziologické funkce. Dovednosti jsou specifické podle sportů. Způsob řešení pohybového úkolu v souladu s pravidly příslušného sportu, biomechanickými zákonitostmi a pohybovými možnostmi sportovce se vyjadřuje pojmem technika (Dovalil, 2012).

Sportovní technika zahrnuje souhrn pohybů umožňujících přizpůsobit motorické chování sportovce charakteristikám náčiní, materiálů, prostředí a především soupeřům, aby v určité sportovní situaci bylo dosahováno lepších výkonů v souladu s pravidly, pohybovou zdatností a schopnostmi, antropologickými a psychologickými charakteristikami jednotlivce (Merni, 1989).

Perič a Dovalil (2010) uvádějí, že technika provedení – úroveň dovedností – je podmíněna řadou faktorů. Jedná se především o:

- Kondiční připravenost (rozvoj silových, rychlostních, vytrvalostních schopností)
- Koordinační funkci CNS (koordinace vnitro a mezisvalová)
- Psychické vlastnosti a schopnosti (motivace, koncentrace, regulace a další)

Jak při tréninku osvojování techniky, tak při tréninku aplikace techniky musí rozvoj i zdokonalování techniky probíhat tak, aby byly orientované na cíl, na úkol, na situaci, a tudíž na jednání. Toto je naléhavý a nezbytný základní požadavek, a proto i společný základ pro oba stupně (Schönborn, 2008).

2.2.1 Faktory techniky

V každém sportovním výkonu sportovec řeší konkrétní pohybový úkol. Může to být úkol jednoduchý, jehož řešení je standardní (stejně), nebo úkol složitější, který je řešen variabilním způsobem. Technikou se rozumí účelný způsob řešení pohybového úkolu, který je v souladu s možnostmi jedince, s biomechanickými zákonitostmi pohybu a uskutečňuje se na základě neurofyziologických mechanismů řízení pohybu. Využívají se přitom i další předpoklady sportovce, především kondiční, somatické i psychické (Dovalil, Choutka, 2002).

Výuka techniky by se měla od začátku vyznačovat značnou rozmanitostí a komplexností (Lehnertz, 1996).

2.2.2 Technika a její hodnota v tenise

V tenise je potřebná vysoká komplexnost vyžadovaných pohybů. Existuje relativně málo sportovních odvětví, kde jsou kladeny nároky na tuto oblast. Nejen komplexnost rozličných pohybů v průběhu jednoho úderu, ale také komplexnost a souvislosti, a také vzájemné ovlivňování různých kondičních, koordinačních, mentálních a funkčních faktorů v průběhu procesu výuky příp. tréninku, mají rozhodující význam pro optimální úspěch ve výuce případně v tréninku. Proto může být technika optimálně rozvíjena pouze tehdy, pokud je chápána jako jedna část celého

systemu, což znamená, že musí být rozvíjen především celý systém (Schönborn, 1999).

Technika je (specifický) sled pohybů s cílem hraní účinných úderů (Stojan, Brabenec 1999).

2.2.3 Etapy rozvoje ve výuce techniky

Schönborn (2006) ve své knize uvádí, že výuka techniky musí být prováděna po etapách, které musí vždy sledovat rozdílné základní cíle. To vyžaduje diferenciaci jednotlivých vývojových cílů, a tím také obsahů rozvoje. Celý proces rozvoje techniky je založen na běžných biochemických postupech přizpůsobení (fyziologická adaptace) celého organismu. Tyto adaptační procesy mají své zákony, které se nemohou obcházet, nebo vynechat. Proto je účelné a nutné stanovit přesné cíle pro jednotlivé vývojové stupně. Dlouhodobý, plánovaný a především systematický postup v rozvoji techniky a výkonu je předpokladem pro to, aby hráč, pokud chce dosáhnout vyšších výkonnostních stupňů, mohl dosáhnout své individuální potenciální hranice výkonu.

V souladu s D. Martinem (1991) se dá cesta rozvoje označit následně:

- Zažití engramů techniku určujících dovedností v biomechanickém optimu. Snaha o účelnost, efektivitu, úspornost techniky. Tento proces probíhá pod hlavním pojmem trénink osvojování techniky – výuka.
- Stabilita a schopnost prosazení techniky při měnících se vnějších a vnitřních podmínkách. Technika nemusí fungovat pouze za ideálních podmínek, ale musí prokázat stabilitu ve všech obtížných zápasových situacích. Toho se dosáhne v etapě tréninku osvojování techniky – automatizace.
- Virtuozita ovládnutí techniky – rozumí se ukončené mistrovské ovládnutí techniky.
- Schopnost variabilního užití – variabilní, situací podmíněná použitelnost, která umožňuje řešit situace podle taktických úmyslů různým způsobem. Virtuozita a schopnost variabilního užití stojí v samém středu tréninku uplatnění techniky.

Tento stupňovitý program nám ukazuje rozdílné etapy způsobu postupu. A pokud se jedná o rozdílné stupně s rozdílnými cíli, musí mít tyto také logicky rozdílné obsahy. Proto se musí přistoupit k systematizaci technického tréninku (Schönborn, 2006).

2.3 Úderová technika

V současném tenisu by se na techniku (provedení) mělo pohlížet jako na funkci biomechanických principů a jako na prostředek pro efektivnější realizaci taktických záměrů. Technika úderů je odvislá od taktického záměru hráče. Krátce řečeno forma (technika) by měla odpovídat funkci (taktice), (Crespo, Miley, 2001).

Obecně se každý úder v tenise skládá z několika fází a tento mechanismus se pak spojí v jeden celek. Tyto fáze mají pevné uspořádání a jdou za sebou v pořadí, kdy zaprvé hráč sleduje míč zrakem, následuje práce nohou, poté je zahájen pohyb rakety a následně je vložena do úderu váha těla (Lichner, 1985).

2.3.1 Podání

Jelikož je podání úder, který je v mém výzkumu velmi důležitým zkoumaným úderem, přikládám mu proto patřičnou důležitost i v teoretické části.

Podání je jediný úder, kterým uvádíte míč do hry a neodpovídáte jím na úder soupeřův. Podání velmi významně ovlivňuje další vývod hry. Dává vám možnost vyvíjet soustavný tlak na soupeře. Získat přímý bod nebo se účinně připravit na následující koncový úder (Koromházová, Linhartová, 2008).

Tenisové podání je něco jako nadhoz v baseballu. Pohyb při podání se mnoho let nejlépe vysvětloval jeho srovnáním s baseballovým nadhozem. Při nadhozu v baseballu vytváří mechanika paže a ramena něco, čemu se říká kinetický řetězec. Kinetický řetězec je sled pohybů, který začíná z nápřahu, kdy ruka s rukavicí zahajuje rotaci ramene a způsobuje napnutí svalů hrudníku. Tím se energie přenáší do házející ruky, která míč uvolňuje ze sevření. Pružnost svalů paže a hrudníku umožňuje, aby se v tomto sledu pohybů vytvořila energie, která se přesunuje napínáním a uvolňováním. K tomu dochází i při tenisovém podání, které posílá energii pro zásah nahoru do hlavy rakety. Avšak s výjimkou mechaniky hodu jsou v celkové technice tenisového podání a baseballového nadhozu významné rozdíly. Zřetelné rozdíly jsou v pohybech, protože hody směřují na různé cíle. Baseballový nadhoz využívá mechanické charakteristiky, které vytváří energii směrem k cíli

vpředu: rukavici chytače. Agresivní tenisové podání má charakteristiky potřebné pro nasměrování energie k cíli nahore: bodu zásahu. Agresivní podání lze nejlépe popsat jako „nadhaz nahoru“ (Bollettieri, 2016).

Pérez a Nussbaum (2006) tvrdí, že podání je nejvíce důležitým úderem, určující následný vývoj dané rozehry a také celého zápasu.

Čím dříve hráč zvládne tento úder, tím dříve může přejít na sofistikovanější a efektivnější průběh pohybu (Brown, 2004).

Šafařík (1978) rozlišuje podání při první a druhém pokusu.

Jen málokterá část hry o vás prozradí víc než vaše druhé podání. Soutěživý hráč, který se chce zlepšovat, do toho jde naplno i při druhém podání. Druhé podání umožňuje zjistit, zda si hráč důvěřuje a věří tomu, že se dostane do vyšších úrovní hry. Když chcete hrát tenis na téměř jakékoli úrovni, musíte mít agresivní druhé podání. Abyste měli agresivní mentální postoj i pro své druhé podání, nesmíte se ho bát a musíte do něho jít naplno. Je pravda, že když budete agresivnější, tak některá druhá podání ztratíte, ale časem tam začnou padat a vaše podání selepší (Bollettieri, 2016).

Janura a Zahálka (2004) shrnují výsledek podání, kterým je míč letící maximální možnou rychlostí s přidělenou rotací a dopadající dovnitř soupeřova pole na předem vybrané místo.

Velmi zajímavou analýzu provedli Albert a Koning (2007) a to ohledně závislosti u mužů a žen (jak nasazených, tak nenasazených na turnajích) a procenta jejich výher vlastního podání na vývoj v utkání. Sledovali tím, jestli nejlepší hráči jsou schopni zahrát svůj nejlepší tenis a tím pádem také uhrát nejvíce bodů ve vypjatých okamžicích zápasu. Zjistili, že u nasazených mužů opravdu s vypjatějším okamžikem ve hře roste všeobecná úspěšnost, kdežto u žen je hladina stále stejná.

2.3.1.1 Typy podání

Mnoho let se vyučovala pouze jedna technika podání. Rozkročte se na šíři ramen s přední nohou směrem k cíli, ruku s raketou a ruku s míčem dejte před sebe ve výši pasu, rukou s raketou a rukou s míčem zároveň klesejte dolů a pak stoupejte nahoru, svojí zadní nohu nechte v klidu, dokud neprovedete zásah míče, potom vkročte do dvorce. No, časy se změnily. Klasické pohyby při podání stále používá třeba Roger Federer nebo Pete Sampras, ale stejně efektivních je i mnoho jiných pohybů. Třeba podání s polovičním pohybem, kdy raketa neklesá dolů, ale rovnou stoupá vzhůru, nebo zkrácený pohyb, kdy se raketa dostává nad rameno ještě před provedením nadhozu (Bollettieri, 2016).

Základní typy podání:

- Přímé
- S boční rotací
- S kombinovanou rotací (kombinace boční a horní rotace)

(Koromházová, Linhartová, 2008)

Přímé podání

Při přímém podání letí míček téměř bez rotace, je nejrychlejší a nejprůbojnější. Podání je jediný úder v tenise, který hraje hráč z klidové pozice a z vlastního nadhozu míčku, umožňuje poměrně přesný biomechanický rozbor (Meruňka, Kukul, 1983).

Podání s boční rotací

Nikdo neuměl podání klouzající ven z dvorce (tzv. podání s „jedovatou“ boční rotací) tak jako John McEnroe. John svým soupeřům dokonce říkal, na co se mají připravit, a přesto většinou nedokázali jeho podání vrátit. Nezapomeňte, že John byl levák a jeho jedovatá boční rotace do levého pole podání dostala přijímajícího daleko za uličku pro čtyřhru, takže John pak měl celý dvorec otevřený a prázdný. Podání s boční rotací nedosahuje rychlosti dělového podání, ale může být účinnější (Bollettieri, 2016).

Moravec, Dušek, Sever a Strnisková (2002) uvádí k podání s boční rotací následující:

- Při podání praváka z pravé strany dvorce vynucuje soupeřovy ztráty pozice při podání ven z dvorce do forhendu.
- Nátlak do soupeřova forhendu nebo u leváka nátlak do strany bekhendu, pokud

se jedná o jeho slabší úder.

- Při podání z levé části dvorce je snažší kontrola a umístění ke středové čáře.
- Má nižší dráhu letu míče, po dopadu má menší rychlost a nižší odskok, což znesnadňuje ritern.
- Takticky úspěšné může být využití roztočení míče přímo na tělo soupeře, vzhledem k tomu, že je obtížné rozeznat rotaci a směr míče ve vzduchu.
- Nutí soupeře ke značnému pohybu stranou, pokud si chrání svůj slabší bekhend ve snaze vrátit míč z forhendové strany.

Podání s kombinovanou rotací

Podání s kombinovanou rotací je mix boční a horní rotace.

Podání s horní rotací se nejčastěji využívá jako podání druhé nebo jako jedna z variant podání prvního. Umožňuje hráči zahrát míč výše nad sítí, a přesto dopadá do pole pro podání (snižuje se procento možné chyby). Dopad míče dolů je rychlejší než u podání přímého. Míč odskakuje výše, což znesnadňuje soupeři jeho ritern. Při okamžitém postupu vpřed k síti, zejména ve čtyřhře nabízí podávajícímu větší časový prostor k náběhu k síti, protože míč letí vzduchem déle než u podání přímého. Někteří hráči mívají větší problémy s riternem rotovaného podání, protože pokud hráč pouze úder blokuje (jen nastavuje raketu), pak se míč odráží od hlavy rakety mimo dvorec. To platí zejména v případě bekhendového příjmu podání (Dušek, 2002).

Sledování ukazuje, že přední hráči jen zřídka využívají zcela přímého podání. Obvykle hrají rychlé podání, kdy bezprostředně před a po zásahu míče dochází k pohybu předloktí vzhůru i stranou a proto udělují míči mírnou horní rotaci (Crespo, Miley, 2001).

Při podání s horní rotací mají hráči vyšší procentuální úspěšnost, neboť míč přelétá síť po více zakřivené dráze a po dopadu odskakuje výše. Čím je povrch drsnější, tím vyšší je odskok. Proto se toto podání s úspěchem používá na antukových dvorcích (Crespo, Miley, 2001).

Faktory, které ovlivňují provedení podání, rozdělujeme systémově do struktury: rozměry tenisového dvorce, výška sítě, výška odbití míče, technická kvalita rakety a

míče v okamžiku odbití, aerodynamické poměry letícího míče, technika servisu, stav organismu, strategické a taktické řešení varianty podání, stav vnějšího prostředí (osvětlení apod.) (Vaverka, 2010).

2.3.1.2 Držení rakety při podání

Mezi doporučená a nejčastěji používaná držení patří držení kontinentální (podání přímé) a východní bekhendové. U dnešních světových hráčů velmi často převládá držení východní bekhendové (udělující míči boční a kombinovanou rotaci). Východní forhendové držení se u pokročilých hráčů nevyskytuje téměř vůbec. Můžeme ho ale velmi často vidět u začátečníků a děvčat v mladých věkových kategoriích. Obecně je známo, že naučit děti podání s bekhendovým držením je velmi náročné a často je právě u těchto začátečníků vidět držení forhendové, které připomíná chytání motýlů do síťky. Základem držení je však pozice celého držadla rakety v dlani. Postupem času si hráč může držení upravit a raketu mírně z dlaně vysunout, což by mu pravděpodobně mohlo usnadnit práci zápěstí a tím také větší rychlost podání (McNab, 1991).

2.3.1.3 Rychlost podání

Jak uvádí Maška (1995) – Rychlost podání ovlivňuje několik faktorů

- Výška, síla a výbušnost hráče
- Provedení nápřahu
- Timing mezi nadhozem, nápřahem a zásahem
- Vložení váhy těla do úderu
- Rotace trupu a ramen
- Zapojení mnoha svalových skupin
- Přiklepnutí zápěstí

Zvyšující se rychlost podání může vést k získání přímého bodu a v případě obranného returnu uvádí soupeře do defenzívy. Podání je úder, který můžeme velmi dobře trénovat, hráč je odkázán sám na sebe a není ovlivněn činností soupeře. Počáteční rychlost podání se u mužů běžně pohybuje kolem 200 km.h⁻¹ a nejlépe podávající hráči dosahují hodnot 220-230 km.h⁻¹. Nejrychleji podávající ženy se také přibližují hranici 200 km.h⁻¹ (Vaverka, Černošek, 2007).

Tabulka 1: Zvyšování rychlosti podání mezi lety 1989 a 2004

	Rekordní rychlost (km/h)	
	MUŽI	ŽENY
1989	210	173
1994	218	183
1999	230	197
2004	244	202

(Schönborn, 2008).

Tuto skutečnost bych rád doplnil informacemi od Bollettieriho (2016).

V minulých letech profesionálové jako Milos Raonic, Andy Roddick, Ivo Karlović, Ryan Harrison a Feliciano Lopez překonali hranici 240 km/h. Mnozí další, jako např. John Isner, Jerzy Janowicz, Ernests Gulbis, Dmitrij Tursunov, Jo-Wilfried Tsonga a Gaël Monfils, pravidelně při podání překračují rychlost 230 km/h. Slibný australský hráč Samuel Groth má podle Guinnessovy knihy rekordů nejrychlejší zaznamenané podání na světě: 263 km/h.

2.3.2 Ritern

Taktéž ritern je v mé práci velmi důležitým úderem ve výzkumné části.

Díky všeobecně stoupající kvalitě se zřetelem k rychlosti jak prvního, tak druhého podání u obou pohlaví je stále obtížnější dosáhnout breaku, který je nutný pro získání setu. To znamená, že možnost breaku se naskýtá jedině přes vynikající ritern. Pasivním nebo neutrálně zahraným riternem se breaku nedá dosáhnout. I když technicky vzato je výchozí základnou pro techniku riternu úder od základní čáry, je ritern speciální úder, který vyžaduje vlastní techniku. Hraje se zpravidla pod velkým časovým tlakem, při velmi vysoké rychlosti přilétajícího míče a velice často v nevýhodném postavení na dvorci. Kvůli tomu je možnost nápřahu velmi omezená. Protože je také silně zkrácená rotace těla, přebírá hlavní zátěž předloktí. Ritern se dá tedy zdokonalit jedině cíleným a intenzivním kvalitním tréninkem (Schönborn, 2008).

Příjem je druhý úder v rozeběhu, který následuje neprodleně po podání. Podání

jako první úder je klasifikován jako útočný, tudíž by příjem měl být úder obranný. Elitní hráči jsou přesto schopni hrát tento úder i neutrálně, nebo i útočně. Vzhledem k rychlostem, které dosahují podání v současném tenise na profesionální úrovni, je při příjmu velmi důležitá schopnost anticipace (Crespo, Miley, 2001).

2.3.2.1 Druhy riternu

Jak uvádí Mečíř a Nakládal (1995) existují tyto druhy riternu:

- nouzový (hraný s rizikem),
- rozehrávací (za relativně optimálních podmínek ho hrajeme prudce a nedovolíme soupeři, aby vyvinul tlak),
- útočný (hraný s rizikem).

U nouzového returnu riskujeme z donucení a při útočném si míru rizika volíme sami. Při returnu můžeme vest úder švihem nebo kmitem. Nápřah při kmitu začíná za tělem, úder vedeme rovně dopředu a míč zasahujeme mírně před tělem, nebo vedle něho. Raketa je v závěru obrácená do nového směru letu míče. Nápřah při švihem začíná před tělem a zdůrazněný oblouk vede až za něj. Do míče udeříme před bokem a vedení rakety ukončuje setrvačný pohyb ruky ve směru míče. Švih používáme při základní čáře a za ní. Kmit převážně při bližší vzdálenosti (Mečíř a Nakládal, 1995).

Většina úderů hraných po odskoku se hraje útočně tvrdšími údery pro vytvoření razance. Při riternu musíte upravit své forhendové a bekhendové údery hrané po odskoku pro obrannější použití. Rychlost podání obecně poskytuje hodně razance, takže nebudete potřebovat tvrdý útočný švih. Potřebujete pracovat s kompaktní, zkrácenou verzí úderů po odskoku, kdy při svých úderech zužitkujete již existující razanci, kterou míč má. Nápřah byste skoro neměli používat, zaměřte se především na bod zásahu a protažení úderu. Pokud používáte blokový ritern, nemáte velký nápřah ani protažení úderu (Bollettieri, 2016).

Pro vysvětlení break znamená zisk hry při podání soupeře.

2.3.2.2 Pochopení strategie podání

Když čelíte soupeři, který provádí frontální vzdušný útok, můžete se snažit jeho úder jen vykrýt, nebo se nenecháte zastrašit a ihned mu vpálíte míč zpátky. Každý bod

začíná podáním a jeho vrácením. Razantní podání má samozřejmě obrovskou výhodu, ale vy ji můžete vykompenzovat jeho spolehlivým vrácením s mentálním postojem. To podání vyberu a hned ti ho vpálím zpět. Podávající s dělovým podáním jsou ve výhodě, ale současní výborně riternující hráči jako Rafael Nadal, Novak Djoković, Andy Murray, Serena Williamsová a Maria Šarapovová mají velkou šanci podání soupeře prorazit. V posledních několika letech dochází u riternu k velkým změnám, hlavně kvůli pomalejším dvorcům, pomalejším míčům a novinkám v technologii výroby raket a výpletů, které umožňují hráčům hrát razantní riterny pouhým trhnutím zápěstí. I kdybyste měli výjimečné atletické schopnosti jako Rafa Nadal, budete pro účinné riterny potřebovat víc než jen rychlé reflexy. Potřebujete mít silnou intuici a umět předvídat něco, co se teprve stane. Potřebujete se naučit techniky pro získání větší kontroly nad každou situací a ukazatele, které vám pomohou odhalit záměr podávajícího (Bollettieri, 2016).

Názory na ritern se různí: Někteří hráči preferují udržet míč ve hře tak, že zahrají křížný úder, při němž míč přejde přes nejnižší místo sítě a urazí nejdelší vzdálenost, zatímco jiní hráči vsadí všechno na jednu kartu. Andre Agassi po několika hrách rozdělil území a vybojoval si na podávajícím výhodu, podobně jako to dělá Serena Williamsová. Trenéři a hráči tráví hodně času při snaze sesbírat drobné tipy, které naznačují, kam podávající umístí své podání (např. sledováním nadhozu, pohybu těla atd.) (Bollettieri, 2016).

Bollettieri (2016) ve své zahraniční publikaci také uvádí, že zkušený přijímající dokáže prolomit bezpečnostní kódy a nabourat se do trezoru, aby získali přístup k utajovaným strategickým dokumentům podávajícího. Během několika úvodních her zápasu si šikovný přijímající vytvoří správné načasování a rytmus, protože se zaměří na rutiny a vzorce podávajícího. Přijímající si podobně jako počítač ukládá data z předchozího odehraného bodu a sleduje trendy nebo tendence, které lze předpovídat. Přijímající s dobrou intuicí hledá, podobně jako zkušený karetní hráč, nápovědu a náznaky toho, co bude následovat. Záměry podávajícího na obou dvorcích a rozhodnutí, k nimž má pod tlakem sklón, jsou přijímajícím hráčům typu Nadala nebo Djokoviće jasné obvykle již ke konci první sady. Tito hráči také vyzývají umístění, s nimiž má podávající problémy, a tyto informace pak využívají ve svůj prospěch. Proaktivní přijímající přidá do situace tlak a využije pozici a podmínky na dvorci, aby manipuloval s myšlenkovým procesem podávajícího.

Abyste zlepšili svoje předvídací schopnosti pro vrácení podání, potřebujete pochopit myšlenkový proces podávajícího. Na základě několika prvních her byste měli mít dobrou představu o tom, čemu musíte čelit. Nemůžete se nechat znechutit tím, že neprorazíte podání soupeře na začátku zápasu. Potřebujete zůstat v klidu a dát si šanci osvojit načasování a cit pro podání tak, jak postupně získáváte potřebné informace. To vám pomůže prorazit podání soupeře později. Bylo by nerealistické očekávat, že podání pokaždé prorazíte. Pokud pravidelně podržíte své podání, pak vše, co potřebujete k vítězství, je prorazit jediné podání soupeře v sadě.

Úroveň 1: Přežívání s druhým podáním

První úroveň strategie podání není příliš důmyslná. Hráči vědí, že mohou dostat míč do hry dvěma údery. Vypálí tedy první podání a sledují, jestli je dobré, a potom „šťouchnou“ míč do dvorce druhým podáním. Hráči s touto strategií svému podání příliš nevěří a vůbec nevědí, jak by ho strategicky využili.

Většina takových prvních dělových podání jsou obvykle chyby a procento jejich úspěšnosti je zanedbatelné. Aby tito hráči přežili bitvu, využívají k tomu své druhé podání.

Podání hráčů, kteří používají metodické podávací rutiny, lze prorazit snadno, protože k tomu můžete využít spoustu druhých podání. Dejte si pozor, abyste se nenechali unést velmi snadnými druhými podáními, jinak odevzdáte hodně bodů při chybách. Pokud přidáte do této situace trochu tlaku tím, že se občas postavíte blíž k čáře podání, můžete drasticky zvýšit pravděpodobnost dvojchyb.

Úroveň 2: Útok na slabinu

Podávající na vyšší úrovni uznávají význam útočení na slabinu. Tito podávající se svá podání snaží umístit, ne jen odehrávat míč do dvorce. Podávající si často myslí, že slabší stranou je bekhend, takže s velkou pravděpodobností soustředí většinu svých podání na bekhend přijímajícího. Pokud jim nedokážete, že se pletou, budou po většinu času hrát na váš bekhend. Chcete-li podávajícímu naznačit příležitost a přimět ho tak změnit umístění podání, můžete posunout svou výchozí pozici na dvorci doprava nebo doleva.

Úroveň 3: Střídání umístění míče

Podávající na této úrovni sice používá tvrdé první podání a druhé podání s rotací, ale posouvá svou taktiku od předvídatelných útoků na slabinu do lépe

promyšlených změn umístění. Stanovit načasování vašeho riternu by mělo být jednoduché, protože rychlost podání se ještě moc nemění, mění se jen umístění míče. Tito hráči vás budou přesouvat ze strany na stranu, aby otestovali váš dosah na míč a pokrytí dvorce při riternu.

Úroveň 4: Plné střídání rychlosti, rotace a umístění

„Pozdravte se s mým malým přítelem. Teď se budete muset bránit skutečné podávací zbraní. Pokud podávající dokáže udržet vysoké procento úspěšnosti (60 - 70 %) prvních podání do hry, a mění při podání rychlost, rotaci a umístění míče, budete se muset postavit proti kompletnímu podávacímu arzenálu hráče, který ho umí využívat. Ale neházejte ručník do ringu: snažte se hrát skvělé riterny a modlete se. Máte přece i své vlastní podání.

Schopnost podávajícího pracovat s různým umístěním míče udržuje přijímajícího v nejistotě, na kterou stranu se má připravit. Variabilita rychlosti a rotace prvního podání narušuje načasování přijímajícího. Pokud podávající cítí, že přijímající očekává tvrdé přímé podání, může účinně zařadit překvapivě pomalý rotovaný míč.

Podávající, který má účinné a spolehlivé druhé podání, bude při prvním podání zřejmě agresivnější. Pro podávajícího jsou velmi důležitou kategorií body získané z druhého podání. Když dokážete získat víc než polovinu bodů ze hry po svém druhém podání, můžete si dovolit při prvním podání zariskovat a zkusit získat víc bodů z podání prvního. Podávající by si měl uvědomit, že nadměrné přežívání s druhým podáním je flirtování s katastrofou. Při prvním podání je pod tlakem přijímající, který zaujímá obranný postoj. Při druhém podání se však tlak přesunuje na podávajícího. Podávající nemá žádný prostor pro chybu, podobně jako baseballový nadhazovač za stavu 3-2. Při druhém podání může přijímající převzít útočnější úlohu. Podávající začíná rituální rutinu, kterou metodicky předvádí před každým podáním: několika údery míče o zem se připravuje k bitvě. Ještě vrhne poslední pohled na přijímajícího, aby se ujistil, že je připraven, a pak se s konečnou platností rozhodne, jak bude podávat. Mezitím přijímající studuje každý pohyb podávajícího a připravuje se podobnými rituály. Kolébavým pohybem a poskakováním se chystá rychle zareagovat na soupeřův úder do míče. Když letí nadhoz do vzduchu, přijímající postupuje dopředu a při zásahu podání se zvedá, připravený dopadnout na zem již v běhu.

Aby přijímající přidal svým blokovaným riternům na síle, snaží se, aby jeho tělo při splitstepu a reakci mělo mírnou dopřednou lineární hybnost. O směru svého

pohybu rozhoduje přijímající ještě předtím, než se podání dostane do hry. Ve chvíli, kdy soupeř odpálí podání, musí ho přijímající pouze přechytit a podle plánu na něj zareagovat (Bollettieri, 2016).

2.3.2.3 Přečtení techniky podání

Bollettieri (2016) ve své literatuře také píše, že postavení podávajícího, z něhož začne pohyb, nadhoz míče, úprava švihů a dokonce změna pozice na základní čáře jsou možné ukazatele omezení podávajícího nebo záměru jeho podání:

- Pokud se z výchozího postavení podávající stočil stranou s přední nohou rovnoběžně vůči základní čáře, měli byste sledovat, jestli se jeho přední noha při podání zvedne ze země.
- Sledujte, zda se při dokončení úderu tělo podávajícího zcela otočí směrem k síti. Jestliže se podávající nevymrští ze země nahoru a zcela se neotočí, bude mít problémy s určitým umístěním míčů.
- Pokud se neodlepí od země a dostatečně se při pohybu neotočí, tak pravák podávající do pravého pole podání bude mít vždy problémy umístit míč ven z dvorce a diagonálně. Nejlepší a oblíbené podání takového podávajícího bude zřejmě na střed dvorce v pravém poli podání. V levém poli podání bude tento podávající preferovat podání ven z dvorce na bekhend přijímajícího praváka a podání na střed dvorce pro něj bude obtížnější.
- Leváci s takto omezeným postavením budou fungovat opačně: silné podání ven z dvorce a slabé na střed dvorce v pravém poli podání, silné na střed dvorce a slabé ven z dvorce v levém poli podání.
- Když je podávající k síti natočený přední nohou, která směřuje spíše ke sloupku, nemůžete podle jeho postavení odhadnout žádné vzorce silného nebo slabého umístění.

Co tedy můžete zjistit při sledování nadhozu podávajícího? Pokud nehrajete proti velmi zkušenému podávajícímu, který ví, jak zcela zamaskovat nadhoz pro podání s boční nebo silnou horní rotací a přímá podání, můžete často předvídat podání podle umístění jeho nadhozu.

Když víte, jak vypadá nadhoz podávajícího pro jeho nejtvrďší a nejtěžší přímé podání, můžete toho využít jako vodítko. Pokud pravák při podání hází míč za hlavu, z perspektivy přijímajícího je takový nadhoz napravo od místa, kam podávající

nadhazuje na přímé podání. Můžete tedy čekat vysoko odskakující podání se silnou horní rotací, a pokud jste praváci, tak zřejmě na vaši bekhendovou stranu. Pokud vidíte nadhoz nalevo od nadhozu pro tvrdé přímé podání, můžete většinou čekat podání s boční rotací, zřejmě na tělo nebo na forhendovou stranu. Nečekejte, že lepší podávající vás budou takto informovat o nastavení svého nadhozu, ale když se taková příležitost objeví, využijte ji.

Někdy také uvidíte, že se hráči za základní čarou staví víc stranou od středu než normálně. Když Agassi podával do levého pole podání, tak se někdy postavil až k podélné čáře, aby získal lepší úhel a vyhnal přijímajícího ven z dvorce. Kdykoli vidíte, že podávající stojí víc stranou od středu, připravte se na podání ven z dvorce, protože je pravděpodobné, že takové přijde.

2.3.3 Náběh k síti

Náběh v tenisu je jedním z útočných úderů. Hráč jím zahajuje postup k síti a obvykle ho hraje v běhu. Důležitá je dynamická rovnováha (hlava a tělo jsou v klidu). Náběh forhendem je obvykle hrán přímým úderem, nebo úderem s horní rotací. Nicméně na rychlých dvorcích, či na dvorcích s nízkým odskokem, jako je tráva, lze rovněž využít úder se spodní rotací. Náběh bekhendem jednoruč lze zahrát přímo, se spodní, ale i s horní rotací. Náběh bekhendem obouruč se obvykle hraje přímo, nebo s horní rotací. Nicméně je doporučováno, aby hráč, který hraje bekhend obouruč, ovládal i náběh bekhendem jednoruč se spodní rotací, aby tak měl na výběr z větší škály úderů (Crespo, Miley, 2001).

Postupem na síť vytváří hráč na soupeře tlak. Přístupem k síti se hráči extrémně zvětšuje výseč pro jeho údery. Hráč na síti má vždy snahu hrát útočně, ale ne vždy soupeř tomuto tlaku podlehne. Nastávají tak situace, kdy je hráč nucen od sítě ustoupit zpět na základní čáru. Například po lobu soupeře (Crespo, Miley, 2001).

2.3.4 Forhend

Forhend je jedním z nejdůležitějších tenisových úderů. Při výměnách od základní čáry je u vyspělých hráčů nejpoužívanějším úderem. Dobrý forhend se může

stát velkou zbraní všech typů hráčů. Tento úder je často používán, chce-li hráč dostat soupeře pod tlak či dosáhnout přímého bodu (Crespo, Miley, 2001).

S tím souhlasí Lekič a Suková (1984) kteří tvrdí, že forhend je většinou útočný úder, po kterém se často dostáváte k síti nebo jím hrajete vítězné údery a také Šafařík (1978), který ve své literatuře uvádí, že rozsah paže s raketou dovoluje profesionálnímu hráči pokrýt až 80% dvorce nátlakovým forhendem.

Podle Mečíře a Nakládala (1995) se forhend dělí na forhend s horní rotací a na forhend se spodní rotací.

Forhend s horní rotací

Většina forhendových úderů se hraje s horní rotací ať už menší (lift), nebo větší (topspin). Horní rotace úder pojišťuje, zpomaluje. Zároveň ovlivňuje směr, výšku a délku dráhy letu míče a úhel odrazu, na kterém závisí rychlost.

Forhend se spodní rotací

Tento úder patří do registru každého kvalitního tenisty. Je nutné při něm udělat větší náprah, ne však tak vysoký, aby soupeř mohl dopředu rozeznat charakter úderu. I když je forhend se spodní rotací převážně obranným úderem, někdy bývá velmi účinný. Zahrajeme ho v těchto případech:

- Pokud chceme dosáhnout změnu rytmu, a nebo si soupeř již zvykl na forhend s horní rotací
- Pokud se soupeř hůře pohybuje dopředu, popřípadě má slabší volej, krátkým a nízkým „řezaným“ forhendem ho lákáme k síti
- Pokud je povrch rychlý, tento úder sklouzne a nízký odskok nutí soupeře dostat se nízko pod míč, potom musí zahrát volnější úder směrem nahoru, což nám otvírá možnost útoku
- Když jsou kurty měkké a vlhké, nebo pokud se míč odráží jen velmi nízko
- Pokud reagujeme na rychlejší vysoko odskakující míče
- Pokud dobíháme stopbol
- Pokud dobíháme vzdálené míče hlavně při běhu bokem

2.3.5 Bekhend

Bekhend je úder „proti ruce“. Aplikují se dva různé druhy bekhendů – jednoruč a obouruč (Langerová, Heřmanová, 2005).

Autoři Crespo a Miley (2001) dělí bekhend na bekhend jednoruč s horní rotací, bekhend obouruč a bekhend jednoruč se spodní rotací.

Bekhend jednoruč s horní rotací

V současném moderním tenisu se bekhend s horní rotací stal silnou zbraní. Lze jej použít k:

- Úderu se silnou horní rotací, která způsobí, že míč má po dopadu na soupeřově straně kurtu vysoký odskok
- Zvýšení síly a konzistentnosti úderů ve výměně
- Prohození soupeře nabíhajícího k síti
- Hraní tvrdých prohozů po lajně
- Zahrání míče křížem ven z kurtu (s pomocí horní rotace)

Bekhend obouruč

Bekhend obouruč má mnoho předností, k nimž patří zejména:

- Snadná změna z forhendového držení
- Z hraní bekhendu obouruč nevyplývají žádné nevýhody, co se dosahu na kurtu týče, neboť v případě nutnosti lze použít bekhend jednoruč se spodní rotací (tj. v kritických situacích)
- Je k němu potřeba menší svalové síly (ve srovnání s bekhendem jednoruč)
- Vysoko odskakující míče lze hrát agresivně
- Umožňuje hrát vysoko odskakující míče ještě před kulminací
- V okamžiku zásahu míče absorbují náraz dvě ruce
- Hráčův záměr zůstává díky poněkud opožděnějšímu momentu zásahu míče soupeři déle utajen

2.3.6 Prohození

Prohoz se hraje stejným způsobem jako běžné údery od základní čáry. Ale je zde jeden velký rozdíl: soupeř je u sítě a míč musí směřovat mimo jeho dosah. Jedním z klíčových momentů dobrého prohozu je zahrání míče nízko nad sítí. Důležité je rovněž utajení směru prohozu (Crespo, Miley, 2001).

2.3.7 Lob

Autoři Crespo a Miley (2001) dělí ve své knize tento úder na lob s horní rotací a lob s dolní rotací.

Lob s horní rotací

Jedná se o lob výrazně útočného charakteru. Jakmile míč přeletí nad soupeřem, díky silné rotaci strmě padá a po dopadu rychle odskakuje s dosahu soupeře.

Lob se spodní rotací

Tento lob se používá jako obranný, neboť míč při něm opisuje vysokou dráhu a dává hráči čas se připravit se na další soupeřův úder. Důležité je přesné umístění míče.

2.4 Taktická příprava

Úspěšné řešení složité soutěžní situace se tak stává stěžejní podmínkou vysokého sportovního výkonu, taktické aspekty sportovních činností patří v mnoha odvětvích k limitujícím faktorům struktury sportovního výkonu. I když rozhodování může být také intuitivní, v zásadě i na taktické požadavky výkonu se sportovci musejí předem v tréninku připravovat.

Taktická příprava se proto chápe jako proces osvojování a zdokonalování vědomostí, dovedností, schopností a postupů, které umožní sportovci vybírat v každé sportovní situaci optimální řešení a toto řešení úspěšně prakticky realizovat (Dovalil, 2012).

2.4.1 Taktika v tenise

Taktika se dá označit jako variabilní využití strategií. Přitom lze ale vycházet z toho, že malý počet vyzkoušených variant je úspěšnější, než množství možností, které mohou celou taktickou koncepci zpochybnit. Taktické varianty, pokud mají mít úspěch, musí vždycky navazovat jak na dříve naučené taktické koncepce, tak na nastudované technické modely. Takticky se dá v zápase použít jen to, co hráč ovládá i technicky (Schonborn, 2012).

Taktika by se dala definovat jako schopnost optimálního využití vlastních předností a soupeřových nedostatků, vzhledem k okamžitým podmínkám hry. Je to schopnost vybrat pro každou situaci nejvhodnější řešení při zachování nejpříznivějšího poměru mezi jistotou a účinností (Maška, 1995).

Na dvouhře je nejpřitažlivější to, že po hráči vyžaduje umět prodat své přednosti a pokud možno odhalit slabiny svého protivníka (Applewhaite, 2005)

Všichni lidé nejsou stejní. Každý jednatel má své individuální vrozené a výchovou vypěstované vlastnosti. Když se hovoří o taktice, pak se sice dají všeobecné moudrosti bez problémů vyjmenovat a vypočítat, jak je ale jednotlivý hráč realizuje a použije ve hře, to je jiná strana mince. Když se například porovná Laver s Rosewallem, Borg s McEnroem, Sampras s Agassim nebo Federer s Nadalem, pak se dá sice zjistit, že všichni byli nebo jsou hráči absolutní světové špičky, že všechny uvedené dvojice hrály nebo ještě hrají ve stejné době, ale že jejich taktické názory a jejich realizace, jejich způsoby hry byly nebo jsou v zásadě rozdílné, ačkoli odpovídající příslušné časové etapě. Totéž se týká i ženského tenisu: Navrátilová – Evertonová, Grafová – Sabatinová, Sanchezová – Vicariová, Williamssová – Clijstersová – Wozniacká atd (Schönborn, 2012).

Hráči, kteří se výsledkově pohybují mezi nejlepšími deseti na světě, se vyznačují vírou ve svou hru. Tato víra ve vlastní schopnosti jim poskytuje psychickou odolnost a své maximální úsilí mohou koncentrovat do boje o každý jednotlivý bod. Lze říci, že mentalita těchto hráčů je odolná a téměř bez výkyvů (Gallwey, 2006).

Zde je několik zásad správné taktiky od Stojana a Brabence (1999):

- Snižte počet zbytečných chyb.

Jen málo hráčů dělá více přímých bodů než chyb, a ne ještě v každém zápase. Podle statistik končí až 1/3 míčů chybou/vítězným míčem. Závisí to na optimálním bodu úderu míče, množství rotace míče apod.

- Hrajte dlouhé míče.

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

- Bez chyby první dva údery.
- Nedávat žádné „dary“, soupeř si musí každý bod zasloužit.
- Rozdělit riziko nabíhaného míče a voleje 50:50.

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

- Hrajte míče křížem.

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

2.4.2 Taktické systémy

Podle způsobu řešení herních situací se z hlediska taktiky uplatňují tři systémy hry (Jankovský, 2002):

Celodvorcový útočný systém

Jde o systém, při kterém hráč využívá pro nástup do útoku celý prostor své poloviny dvorce. Podstata tohoto systému spočívá v stále snaze o aktivní hru a co nejrychlejší vypracování optimální příležitosti zaútočit na síť. Na velmi rychlých površích se tento systém značně přibližuje výlučně útočnému systému.

Celodvorcový systém

Využívá se většinou na dvorcích s pomalejším povrchem, zakládá se převážně na hře úderů od základní čáry. Charakter tohoto systému je spíše defenzivní a pro nudný stereotyp je divácky málo atraktivní. Při výměně míčů od základní čáry se užívá úderů, které mají horní topspinovou rotaci.

Výlučně útočný systém

Tento systém je založený na neustálé snaze o postup k síti. Svě opodstatnění má na dvorcích s velmi rychlým povrchem, které svými vlastnostmi nutí hráče co nejvíce vyhýbat hře od základní čáry. Postup k síti se tak stává pravidlem po každém podání. Výlučně útočný taktický systém vyžaduje plně zautomatizované používání všech druhů úderů, rychlou reakci a především vynikající fyzickou kondici.

Taktický systém prezentuje též Bollettieri (2016) který radí, abyste se stali nejlepším soupeřem, jakým se stát můžete, musíte při vytváření svého herního plánu podniknout hluboké zkoumání své duše a vzít v úvahu vše, co je důležité. Skvělí hráči mají vždy herní plán nebo strategii, které si berou do boje a které odráží jejich herní styl a taktické přednosti s ohledem na daného soupeře. Abyste pochopili myšlenku herního stylu, zamyslete se nad provozem na dálnici. I když obvykle nevíte, kdo tam s vámi jede, můžete se o ostatních řidičích hodně dozvědět už jen tím, že je budete pozorovat. Osobnost, chování a styl řízení jsou často zřejmé z toho, jaké si řidič vybral auto. Řidiči, kteří jsou agresivní a tráví většinu času v předjížděcím pruhu, si často vybírají vozy, které odpovídají jejich povaze a životnímu stylu, např. sportovní vozy. Jejich způsob řízení vozu vypovídá hodně o tom, co jsou zač, jak budou reagovat a o jejich předvídatelných vzorcích řízení.

Herní styl tenisty je skoro totéž. Taktika, kterou hráči používají, úroveň agrese v jejich hře, rozhodnutí, která dělají, a předvídatelné vzorce jejich chování jsou často v souladu s jejich osobností a odrážejí přednosti ze souboru jejich dovedností. Podívejte se např. na dva odlišné rivaly, kteří oba trénovali v naší akademii: Pete Sampras a Andre Agassi. Sampras měl tvrdé podání a zbraně u sítě. Hrál stylem podání-volej, který nejenom zdůrazňoval jeho přednosti, ale odrážel i velkou část jeho osobnosti. Agassi byl agresivní obránář od základní čáry. Tento jeho herní styl rovněž skvěle

odpovídal jeho soutěživé povaze. Kdyby se Sampras pokoušel hrát herní styl a plán Agassiho, tak by nikdy nemohl uspět. Totéž platí naopak. Rozdíly v osobnosti, herním stylu a rozhodování si můžeme přiblížit ještě příkladem z basketbalu. Kdyby do konce zápasu zbývalo 5 sekund a vy jste si mohli vybrat, zda budete v týmu, který vede o 2 body a brání se, nebo v týmu, který o 2 body prohrává, má zrovna míč, šanci vystřelit na koš a vyhrát nebo srovnat skóre, který tým byste zvolili? Já myslím, že Sampras by si vybral tým, který vede o 2 body a brání se. A pokud jde o Agassiho, jsem si skoro jistý, že by nejen chtěl být v týmu, který má míč, šanci vystřelit na koš a vyhrát, ale že by chtěl být právě tím hráčem, který tuto poslední šanci bude mít. Někteří hráči by chtěli hrát v týmu s Andrem, ale necítili by se dobře, kdyby právě oni měli přijmout zodpovědnost spojenou s posledním hodem na koš. Když to převedeme zpátky do tenisu, jde často o hráče, kteří si o sobě myslí, že jsou střelci a chtějí tímto stylem hrát, ale nemají dovednosti a sebedůvěru, aby jako střelci uspěli.

Zde uvádí Bollettieri (2016) nejobvyklejší herní styly a způsoby.

Vraceč

Vraceč hraje příliš bezpečný tenis, kterým se chce vyhnout chybám. Riskuje jen zřídka, rád hraje dlouhé body a jeho zbraní je konzistentnost. Je to velmi úspěšná strategie pro úroveň začátečníků a méně až středně pokročilou úroveň, kde obvykle vyhrává hráč, který udělá nejméně nevynucených chyb. Sklon k vracení míčů má svůj původ v nedostatku sebedůvěry hrát víc agresivně. Vraceči navíc v počátečních fázích soutěžení vítězí. Jejich údery mají jen malou nebo žádnou razanci a zkouší vaši trpělivost. Soupeři z nich mají strach a zároveň je nenávidí, protože vraceči nikoho neporazí vlastní dovedností, ale otráví vás natolik, že se porazíte sami.

Obránce základní čáry

Obránce základní čáry je rozvinutější, ostřílenější a zkušenější než typický vraceč. Tento hráč si velmi věří v tom, že může zvítězit jen zarputilou obranou za základní čarou. Ačkoli tento typ hráče si dokáže prosadit svůj styl hry, umí hrát i útočně, pokud ho k tomu přinutíte. Rád hraje dlouhé body, dobíhá každý míč a udolá vás konzistentností.

Nenechá se rozhodit vašimi občasnými vítěznými údery, protože právě do nich vás tlačí. Obránci základní čáry musí být velmi fyzicky zdatní, konzistentní na obou

stranách a musí hrát vzorce s vysokým procentem úspěšnosti, aby se vyhnuli otevření dvorce svému soupeři. Tato strategie je účinná proti střelcům, kteří obvykle zahrají mnohem víc chyb než vítězných úderů. Nejlepšími představiteli tohoto stylu jsou David Ferrer a Lleyton Hewitt, ale nezapomeňme ani na takové velikány historie, jako byl Michael Chang. V dnešní době však tento typ hráče už bude mít velké problémy vyhrát Grand Slam.

Obránář

Obránář chápe, že většina soupeřů preferuje útočnou hru. Při útoku je agresor často zranitelný, čímž dává obránáři příležitost udeřit. Obránáři často při výměně kombinují celou škálu různých míčů a pracují na tom, aby dostali míč z úderové zóny soupeře. Využívají soupeřovu razanci a snaží se ho nalákat do útoku. Jsou spokojeni s obrannou pozicí, hrají dlouhé výměny a čekají, až soupeř stiskne spoušť jako první. To soupeře přiměje k mnoha nevynuceným chybám. Obránář chápe, že vítězné údery soupeře nebudou ve výsledku stačit na mnohem vyšší počet jeho chyb. Obránář dokáže zahrát nejnemožnější údery, kterými přivádí svého soupeře k šílenství. Když je k tomu obránář přinucen, postoupí si dopředu a hraje voleje a liftované voleje. Dobrým příkladem obránáře je Andy Murray.

Gilbert a Jamison (1994) popisují tento typ hráče následovně: všechno vrátit do kurtu. Vyhovuje jim zpravidla pomalejší povrch (antuka). Na rychlém povrchu však ztrácejí.

Střelec

Tento styl je často vysoce rizikový a málo se vyplácí. Mnozí hráči ho mají rádi, protože mají velkou radost, když se jim příležitostně povede efektní úder. Mnoho hráčů navíc považuje tento styl hry za nejatraktivnější. Střelec může být nebezpečný, protože se bude snažit o efektní údery kdykoli a odkudkoli. Celý tento styl je o útoku a tvrdých úderech. Postoj střelce je „Dávej pořádné rány, nebo to zabal.“ Když tento postoj nemáte, jste pouhý vraceč! Takové uvažování neumožňuje střelci hrát defenzívně, i kdyby se třeba jednalo o nejchytřejší způsob hry. Střelec umí vytvořit strhující údery a vítězné kombinace, ale obvykle mu dělá potíže udržet vysokou úroveň brilance po celý zápas. Pokouší se o příliš mnoho velmi riskantních úderů a nakonec udělá tolik nevynucených chyb, že zápas prohraje. Existuje však několik výjimečných střelců, kteří zvládají zkombinovat svoji střeleckou brilanci se solidní hrou po celou

dobu zápasu. Pokud jde o tento případ, může být takový hráč opravdu výjimečný. Jako příklad můžeme uvést Rogera Federera, Serenu Williamsovou a Kei Nišikoriho. Ti to zvládají skvěle.

Proti střelci musí být soupeř trpělivý, hrát konzistentně a být připraven během zápasu přečkat občasné bleskové přeháňky. Celkové statistiky obvykle jasně ukazují, že střelec se většinou netrefí. Je to nejrychlejší způsob, jak havarovat, shořet a prohrát i s vracečem.

Útočný hráč

Mezi přednosti útočných hráčů patří zahájení a zakončení bodu, ale obvykle se jim tolik nedaří při výměnách od základní čáry. Snaží se vyhnout dlouhým výměnám a při každé příležitosti preferují přesun k síti, aby zakončili body. Používají nejrůznější kombinace obvykle hned od zahájení bodu, včetně kombinací podání-volej, return se spodní rotací-přechod k síti a náběh-volej, aby si připravili hru u sítě a přinutili soupeře zahrát prohoz nebo lob.

Tento styl hry neustále vytváří na soupeře tlak, aby odehrával kvalitní údery a buď vyhrál bod, anebo zanechal svého snažení. Útočný hráč musí mít razantní podání i return a skvělou techniku u sítě. Podání také musí být variabilní, aby přijímajícího znervóznilo.

Stará nálepka útočného hráče byla „Postupuju k síti.“ Hráči jako Stefan Edberg, Yannick Noah a Paul Annacone postupovali k síti, protože od základní čáry nebyli tak dobří. To se už změnilo. Pete Sampras, Novak Djoković a Serena Williamsová zvládají vše, co je potřeba. Podívejte se na Rogera Federera. Ten umí zvládnout všechno a nyní ho jeho trenér, Stefan Edberg, vede ke stále většímu využívání jeho útočných dovedností.

Agresivní hráč od základní čáry

Agresivní hráči od základní čáry mají silné obranné dovednosti, ale snaží se diktovat útok, kdykoli se jim naskytne příležitost. Jejich největšími zbraněmi jsou skvělý pohyb po dvorci a fyzická zdatnost. Občas vás zatáhnou do dlouhých výměn, aby zkoušeli vaši trpělivost a unavili vás. Budou hrát z rohu do rohu a řezat údery křížem ven z dvorce, aby vás vyhnali mimo dvorec. Při jakékoli příležitosti s krátkým míčem si postoupí před základní čáru a zahrají míč do otevřeného dvorce. Agresivní hráč od základní čáry často používá různé kombinace dvou až tří míčů, aby si otevřel dvorec a zakončil bod. Není neobvyklé, že nečekaně zaútočí na vysoko plachtící míče

a odehraje liftovaný volej. Hráč s tímto stylem také rád přechází do protiútku a miluje prohozy cíle u sítě. Agresivní hráč od základní čáry je pohybový specialista, který má obvykle jednu zbraň pro údery po odskoku a je velmi konzistentní na druhé straně.

Celodvorcový hráč

Celodvorcový hráč je typ hráče Rogera Federera, který má vyrovnaný útok i obranu a je schopen hrát to nejlepší z každého stylu hry. V závislosti na přednostech, slabínách a stylu hry soupeře a také skóre bude celodvorcový hráč měnit taktiku, aby udržoval soupeře v nejistotě. Hraje se mu dobře z jakékoli pozice na dvorci a dokáže vyvíjet neustálý tlak. Tento hráč umí být agresivní od základní čáry, dokáže ji bránit, je to útočník a dokonce i střelec, když musí. Celodvorcoví hráči mají širokou škálu dovedností, málo slabín (pokud vůbec nějaké), umí být velmi nepředvídatelní a málokdy zkaží vlastní míč.

2.4.3 Herní situace

Linhartová (2009) tvrdí, že ve dvouhře existuje pět herních situací a uvádí také jednotlivé údery, které se v těchto situacích využívají:

- Když podáváte – první a druhé podání
- Když přijímáte – ritern
- Když jste oba u základní čáry – forhend, bekhend
- Když postupujete k síti – nabíhané údery, volej, smeč
- Když soupeř postupuje k síti – prohození, lob

Varianty herních situací publikuje Bollitteri (2016) takto:

Podání-volej

Kdysi to byl převládající styl hry, dnes jde spíš o taktiku, která využívá moment překvapení. Podání slouží jako nabíhaný úder a volejem se zakončuje. Tato taktika vám umožňuje vyhnout se úderům soupeře po odskoku míče, přičemž na něho okamžitě vyvíjíte tlak, aby vás porazil u sítě.

Podání s boční rotací ven z dvorce a úder do opačného rohu

To je účinná taktika pro praváky typu Federera v pravém poli podání a jde o běžnou kombinaci, kterou využívá Nadal v levém poli podání. Podání s boční rotací vyžene soupeře při returnu ven z dvorce, který se tak otevře pro nechyatelný míč do opačného rohu. Pokud je vaší předností forhend, je to dobrá příležitost, jak zakončit bod forhendem inside-out nebo inside-in jako Nadal.

Podání na střed dvorce a nechyatelný míč do rohu

Tato kombinace se nastavuje tvrdým podáním na střed dvorce, které často vede ke kratšímu returnu na střed dvorce. To vytváří příležitost zahrát nechyatelný míč forhendem inside-out nebo inside-in.

Drajvový return a postup k síti

Tato taktika se používá pro vyvinutí tlaku při druhém podání, protože nutí podávajícího zahrát druhým úderem prohoz. Přijímající zachytí míč před jeho kulminací na nebo před základní čarou, většinou odehraje úder s vysokým procentem úspěšnosti po lajně nebo přímo před sebe a pak postupuje ve směru svého returnu.

Return se spodní rotací a postup k síti

Tato taktika se také používá pro vyvinutí tlaku při druhém podání, protože nutí podávajícího zahrát druhým úderem prohoz. Při returnu se spodní rotací má přijímající o trochu víc času na to, aby si postoupil k síti, protože míč letící na podávajícího má menší razanci. Přijímající zachytí míč před jeho kulminací na nebo před základní čarou, většinou odehraje úder s vysokým procentem úspěšnosti po lajně nebo přímo před sebe a pak postupuje ve směru svého returnu. Return se spodní rotací má nižší odskok, který vám často nabídne příležitost k vysokému voleji, jímž můžete zakončit bod.

Z rohu do rohu

Pokud má váš soupeř sklon opakovaně hrát míč na střed dvorce, máte skvělou příležitost přesouvat ho z rohu do rohu. Tato taktika vám umožní kontrolovat střed dvorce a vašeho soupeře přinutí odehrávat míč v běhu. Tím se jeho nohy unaví a soupeř bude ztrácet výdrž. Tato kombinace pomáhá také nastavit další možnosti, jako je kombinace roh a úder do místa, odkud soupeř vybíhá.

Roh a úder do místa, odkud soupeř vybíhá

Velmi účinnou taktikou proti pohybovým specialistům je vyhnat je ven z dvorce a odehrát jim míč do protiběhu. To od nich bude vyžadovat velmi úpornou změnu směru, která unaví jejich nohy. Údery do místa, odkud soupeř vybíhá, jsou důležité proto, že nutí soupeře zpochybňovat předvídání dalšího úderu. Bude váhavější a nebude reagovat na svůj odhad příštího úderu tak rychle. Tato taktika je účinná zejména v kombinaci s taktikou z rohu do rohu. Úder do místa, odkud soupeř vybíhá, rovněž využívá pohybová a taktická omezení. Když hráč odehrává údery s nízkým procentem úspěšnosti nebo když se nevrací do základního postavení do správné pozice nebo když při tomto návratu stáčí svá ramena od sítě, je zranitelný právě úderem do protiběhu. Tento úder je účinný hlavně na antuce a trávě, kde je povrch méně stabilní.

Dlouhý drajv a liftovaný volej

Agresivní hráči od základní čáry často používají tuto taktiku pro zvládnutí vysokých míčů od vracečů. Rovněž v případě, kdy jste přinutili svého soupeře ustoupit dozadu dlouhým a prudkým nátlakovým míčem, snažte se postupovat za svým úderem, abyste si vytvořili příležitost k liftovanému voleji. Liftovaný volej vám umožní nepozorovaně zaútočit, dostat se k síti a zakončit dalším volejem nebo smečí.

Dlouhý po lajně a krátký křížem

Tato klasická kombinace může být účinná při výměně, kdy jste před základní čarou. Nejúčinnější je u příležitostí s krátkými míči, kdy odehrajete nabíhaný úder po lajně, po němž zahrajete krátký volej pod úhlem ven z dvorce nebo stopvolej.

Dlouhý nabíhaný úder a stopvolej

Pokud je váš nabíhaný úder nebo první volej dlouhý a prudký a zatlačili jste soupeře daleko za základní čáru, je stopvolej skvělou volbou pro zakončení. Používání stopvolejů nutí soupeře zaujmout pozici blízko základní čáry, aby bránil přední část dvorce. Když se pak rozhodnete zahrát prudký a dlouhý úder, máte lepší šanci přinutit soupeře k chybě.

Nabíhaný stopbol a volej

Pokud je soupeř daleko za základní čarou a vy dostane pro útok krátký míč, soupeř od vás bude obvykle očekávat dlouhý a prudký nabíhaný úder. Proto je velmi zranitelný nabíhaným stopbolem. Tímto úderem projděte až k čáře podání. Pokud soupeř míč doběhne, můžete často bod zakončit vysokým volejem nebo smečí.

Krátký křížem a dlouhý po lajně

Prvním úderem této kombinace je ostrý úder křížem ven z dvorce nebo stopbol. Druhý úder dopadá daleko do opačného rohu a zakončuje bod.

Úder křížem ven z dvorce a úder křížem ven z dvorce do protiběhu

Prvním úderem této kombinace je nejčastěji ostrý úder křížem ven z dvorce, ale může to být i stopbol křížem ven z dvorce. Pokud jde úder křížem ven z dvorce do poloviny nebo tři čtvrtin dvorce a soupeř se rozhodne zahrát křížný úder s vysokým procentem úspěšnosti, bude se muset vrátit do základního postavení velmi agresivně. To vytváří možnost zakončit dalším úderem křížem ven z dvorce odehraným do protiběhu soupeře. Pokud se soupeř po vašem ostrém úderu křížem ven z dvorce nebo stopbolu rozhodne odehrát po lajně, zakončete křížným úderem do otevřeného dvorce.

Stopbol a lob nebo prohoz

Tato taktika je neúčinnější, když občas používáte dlouhé údery se spodní rotací, abyste si připravili a maskovali případný stopbol. Stopbol nemusí být okamžitým vítězným úderem, proto pracujte s nízkým rizikem chyby. Vaším cílem je zaútočit krátkým míčem a přinutit soupeře postoupit k síti. Když váš stopbol doběhne a veškerá jeho hybnost směřuje k síti, je praktickou volbou úderu zahrát dalším úderem lob do zadní části hřiště. Někdy lze tuto kombinaci dobře zakončit prohozem do otevřeného dvorce.

2.4.4 Strategie zápasu

Základy strategie vychází z pochopení toho, jak váš výběr úderů ovlivňuje pozici na dvorci, základní postavení u základní čáry a u sítě a důvody pro použití kombinací úderů a herních vzorců. Jejím cílem není přesvědčit vás, abyste opustili svůj herní styl. Naopak, používejte to, co máte, ale buďte efektivnější pomocí výběru

vhodnějších úderů, úprav základního postavení a propracované strategie své hry. Aniž byste měnili svůj styl, tak můžete být při zápasech konzistentnější a vyhrávat proto, že se naučíte ovládat střed dvorce a používat vhodné údery (Bollettieri, 2016).

2.4.5 Technicko - taktická připravenost

Technicko-taktická připravenost je prakticky také základním předpokladem dosažení sportovního mistrovství; pouze vysoký stupeň tělesné připravenosti bez odpovídající technicko – taktické vyspělosti nezabezpečuje vrcholovou výkonnost. Talentovaný mladý tenista musí výborně ovládat všechny tenisové údery: tři druhy podání (přímé, řezané a s kombinovanou rotací), tři druhy forhendu, bekhendů (přímé, s horní rotací, řezané a nabíhané) voleje hrané ve všech výškách, všechny druhy smeče, lob (přímý, s horní rotací), halfvolej, stopbol. Dosažení tohoto vyžaduje víceroční cílevědomí a plánovitý proces, a to i u talentovaných tenistů, protože jen talent neznamená ani v tenisovém sportu zdaleka všechno. Proto musí mít také objem tréninku těchto hráčů stoupající tendenci (Meruška, Kukul 1983).

2.5 Antukový povrch

Jelikož bude výzkum proveden pouze na antukovém povrchu, uvedu zde jistá specifika právě tohoto povrchu.

2.5.1 Specifika antukového povrchu

Antuka je specifický povrch v několika ohledech. Od ostatních se liší tím, že nemá kompaktní strukturu, nýbrž je tvořena částicemi z rozbitých cihel nebo dlaždic. Ve fyzikálních důsledcích této odlišnosti je odskok míče vyšší a naopak horizontální rychlost míče po odskoku nižší. Navíc struktura povrchu umožňuje hráči snadněji provádět skluzu. Příčinou je struktura antuky, v jejímž důsledku se částičky dvorce chovají jako kuličky ložisek. Tato skutečnost snižuje adhezi podrážek hráčových bot a smykové tření jeho bot na antuce je proto v porovnání s ostatními povrchy výrazně nižší (Cross, 2008).

Vlastností antuky je její pórovitost, pružnost a propustnost vody. Antuka se pokládá přibližně 3x ročně a je nutné ji několikrát během sezóny kropit. Jedná se o

nejpomalejší povrch, na kterém je v tenise preferována hra od základní čáry. Antuka také ze všech povrchů nejméně zatěžuje pohybový aparát tenistů. Podle výzkumu míček od antuky odskočí s 59% svoji původní rychlosti. To znamená, že při podání na French Open kde se hraje na tomto povrchu, bude rychlost podání 200 km/hod, po odrazu míče bude rychlost pouze 118 km/hod.

V tomto bodě bych rád ukončil první část mé práce, kde jsem se věnoval teoretické části mé práce. V následující části mé práce se budu soustředit na samotný výzkum.

3 VÝZKUMNÁ ČÁST

3.1 Cíle práce

Cílem práce je zanalyzovat a porovnat 10 elitních hráčů na antukovém povrchu a současně zjistit jaké jsou rozdíly ve sledovaných aspektech jejich hry.

3.2 Vědecké otázky

Kolik procent prvního a druhého podání je umísťováno doprava, kolik doleva a kolik na tělo soupeře?

Kolik procent rozeher je v zápasech dnešních elitních tenisových hráčů kratších, než 3 údery a kolik procent rozeher je delších, než 3 údery na antukovém povrchu?

Jaká je procentuální úspěšnost prvního podání u elitních tenisových hráčů?

3.3 Úkoly práce

- stanovit cíle
- studium dané problematiky
- vytvoření záznamového archu
- udělat předvýzkum na zkoumané varianty
- vybrat hráče, kteří se samotného výzkumu zúčastní
- sledování vybraných utkání a zápis do archu
- zpracování a analýza naměřených dat
- porovnání výsledků mezi tenisty
- interpretovat výsledky analýzy

4 METODIKA PRÁCE

4.1 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor se skládá z deseti elitních tenisových hráčů okruhu ATP. Analýza těchto zápasů probíhala na grandslamovém turnaji French Open 2016. Analyzoval jsem celkem 5 zápasů s tím, že sledování byli v zápase oba tenisté. Pro potřeby této práce jsem vždy vybral utkání, která se budou hrát počínaje 3. kolem na turnaji a dále. Všichni hráči byli vybíráni bez ohledu na věkové rozdíly a bez zřejmého omezení, které by mohlo negativně ovlivnit jejich hru. Záměrně jsem se snažil vybírat hráče s odlišnými herními styly. Pro lepší názornost a porovnání jsem od každého hráče zanalyzoval 50 úderů. Ve výsledku to znamená, že z každého zápasu jsem získal 100 bodů. Výzkumný soubor je složen z hráčů, kteří byli v době konání turnaje umístěni na okruhu ATP od 1. do 33. místa

4.2 Charakteristika výzkumného souboru

Zde uvedu jednotlivé zkoumané hráče a jejich krátkou charakteristiku.

Sledování hráči:

Tomáš Berdych

Tomáš Berdych je v současnosti nejlepším českým hráčem. Narodil se 17. září 1985 ve Valašském Meziříčí, měří 196 cm a váží 91 kg. Na profesionální okruh vstoupil v roce 2002. Tomáš Berdych je fantastický tenista, hráč, na kterého se moc dobře kouká. Hráč, který baví útočným pojetím, agresivitou a také výborným podáním. Můžeme ho zařadit mezi hráče s pojetím hry od základní čáry s důrazem na agresivní údery. Jeho tajemství úspěchu je ve velice dobrém podání a útočném forhendu. Základním prvkem jeho hry je také velice dobrý pohyb po dvorci. Mezi jeho přednosti patří dobrý ritern a snaha diktovat tempo hry.

John Isner

John Isner se narodil 26 dubna 1985 v USA. Po Chorvatu Ivu Karlovičovi je to druhý nejvyšší hráč na okruhu ATP. Jeho výška je 208 centimetrů a váha 108 kilogramů.

Ve své dosavadní kariéře vyhrál na okruhu ATP World Tour deset turnajů ve dvouhře a tři ve čtyřhře. Silnými údery jsou pro něj forhend a zejména dělové podání. Tvrdý podklad je jeho oblíbeným povrchem.

Novak Djoković

Novak Djoković hraje profesionálně od roku 2003. Narodil se 22. května 1987 v srbském hlavním městě Bělehrad, měří 188 cm a váží 80 kg. Djoković dokáže kontrolovat většinu výměn ze základní čáry, získat převahu a vytěžit z toho příležitost ukončit výměnu přechodem k síti. Je klasickým příkladem agresivního hráče od základní čáry s dobrým podáním a riternem. Výhodou tohoto herního stylu je to, že může být použit na jakémkoliv typu kurtu a je velice flexibilní. Djoković je však také obranně založeným hráčem a dokáže doběhnout mnoho míčů, které by byly pro ostatní tenisty nehratelné. Jeho obouručný bekhend je považován za jeden z nejlepších na světě.

Andy Murray

Andy Murray je skotský profesionální tenista. Narodil se 15 května 1987 v Glasgow. Měří 190 cm a váží 84 kg. Je klasickým představitelem defenzivního hráče hrajícího na základní čáře, který se snaží vrátit každý míček. Spoléhá na to, že soupeř nakonec buď vyrobí nevynucenou chybu, nebo provede nějaký slabší úder, který mu umožní něco vymyslet. Výměny bývají poměrně dlouhé a soupeři často začnou být frustrováni, takže začnou hrát ještě agresivněji (což vede k dalším nevynuceným chybám). Jeho další výhodou je také skvělá technika. Nevýhodou tohoto herního stylu je to, že je psychicky i fyzicky poměrně náročný.

Dominic Thiem

Dominic Thiem se narodil 3. září 1993 a je rakouský profesionální tenista, který na ATP World Tour vstoupil v roce 2011. Jeho výška je 185 centimetrů a váha 82 kilogramů. Hraje pravou rukou a bekhend hraje jednoruč. Ve své dosavadní kariéře vyhrál na okruhu ATP World Tour sedm singlových turnajů. Oblíbeným úderem je pro něj forhend, antuka zase neoblíbenějším povrchem. Jeho servisy létají často přes hranici 200 kilometrů v hodině.

Stan Wawrinka

Stanislas Wawrinka je švýcarský tenista, od roku 2002 profesionálem. Narodil se 28. března 1985. Měří 183 centimetrů a váží 81 kilogramů. Hraje pravou rukou. V roce 2009 označil bývalý první hráč světa John McEnroe jeho bekhend za jeden z nejsilnějších, který viděl a popsal ho jako „nejlepší jednoručný bekhend v dnešní hře“.

Albert Ramos-Viñolas

Albert Ramos-Viñolas se narodil 17 ledna 1988 v Barceloně ve Španělsku a je to profesionální tenista. Ve své dosavadní kariéře vyhrál na okruhu ATP World Tour jeden turnaj. Mezi jeho přednosti patří silný forhend a nejraději hraje na antukových površích. Je 188 centimetrů vysoký a 80 kilogramů těžký. Hraje levou rukou a bekhend hraje obouruč. Španělé jsou pověstní svou neúnavnou hrou od základní čáry, kdy hrají trpělivý tenis a vyčkávají na chybu protihráče. Antuka je k tomuto optimální povrch.

David Goffin

David Goffin je pětadvacetiletý profesionální Belgický tenista. Jeho profesionální kariéra začala v roce 2009. David měří 180 centimetrů a váží 68 kilogramů. Hraje pravou rukou, bekhend obouruč. Preferuje kurty tvrdého podkladu.

Pablo Cuevas

Pablo Cuevas je současný uruguayský profesionální tenista. Je mu 30 let. Ve své dosavadní kariéře vyhrál 3 turnaje ve dvouhře a 4 turnaje ATP World Tour ve čtyřhře. Profesionálem je již od roku 2004. Jeho výška je 180 centimetrů a váha 80 kilogramů. Hraje pravou rukou. Bekhend hraje jednoruč.

Roberto Bautista Agut

Roberto Bautista Agut je španělský profesionální tenista. Ve své dosavadní kariéře na okruhu ATP World Tour vyhrál tři singlové turnaje. Profesionálem je od roku 2006. Hraje pravou rukou a bekhend hraje obouruč. Roberto je vysoký 183 centimetrů a váží 76 kilogramů.

4.3 Použité metody

Sledování byli v zápase vždy oba tenisté. Zaznamenáno bylo 50 bodů v každém utkání od každého z nich. Jakmile jsem získal 50 bodů od jednoho tenisty, jeho sledování jsem přerušil a začal se soustředit na druhého, u kterého potencionálně 50 bodů ještě nebylo dovršeno. Zapisovat jsem začal v začátcích zápasů, abych měl i při nejkratším možném scénáři utkání jistotu analýzy právě všech 50 bodů od obou tenistů. Nutnost započít analýzu přímo se začátkem utkání však pro potřeby mé diplomové práce nebyla nutná. Záznamový arch jsem měl připravený v elektronické podobě v Microsoftu Excel. Sledovaný hráč byl vždy ten, který byl momentálně na riternu.

4.4 Sběr dat

Pro získání výsledků práce pak byla použita metoda nepřímého pozorování. Nepřímé pozorování je pořízení videozáznamu, kde můžeme záznam několikanásobně zpomalit a přehrát pro přesné vyhodnocení dat. Tuto techniku jsem použil z toho důvodu, že jsem v předvýzkumu často nestihl zapsat všechny sledované varianty a hráči už byli v další výměně a tak jsem tomu tímto chtěl předejít. Tudiž jsem si mohl v případě potřeby zápas libovolně zastavit, či vrátit zpět a pokračovat dále. Výsledky byly zaznamenány do připravených archů, kde jsou vytvořeny všechny zkoumané úderové alternativy. Pro zpracování výsledků jsem využil základních statistických operací.

Vědecké pozorování je technika sběru informací založená na zaměřeném, systematickém a organizovaném sledování smyslově vnímatelných projevů aktuálního stavu prvků, aspektů, fenoménů, které jsou objektem zkoumání (Reichel, 2009).

4.5 Analýza dat

Všechny naměřené hodnoty jsem zapisoval do softwaru Microsoft Office Excel 2016, do kterého jsem všechny naměřené hodnoty zapsal. Při zpracování dat jsem využil základních matematických a matematicko - statistických metod. Mezi ně patří součet všech dat, dále vyjádření celkového zastoupení jednotlivých úderů, které byly použity k základní interpretaci.

5 KATEGORIZAČNÍ SYSTÉM ALTERNATIV HRÁČE

5.1 Varinty prvního podání

Chyba z 1. podání

V této variantě jsem zaznamenal tuto možnost a přepnul v archu na list s druhým podáním, které budu rozebírat později.

Eso

Varianta, kdy riternující hráč vůbec nezareagoval na podání soupeře a míče se nedotnul.

Rychlost podání

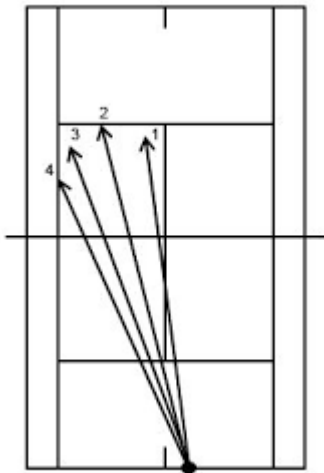
V tomto případě jsem si vědom jisté subjektivy tohoto aspektu po celou dobu mého výzkumu. Vycházel jsem z oficiálních statistik předešlých grandslamových turnajů a stanovil jsem limitující určující rychlosti podávajícího a to tyto následující:

- rychlé – nejčastěji jde o první přímé podání - (rychlost 195 km/hod a více)
- středně rychlé – nejčastěji jde o druhé podání s rotacemi – (rychlost 170 km/hod až 195 km/hod)
- pomalé – podání s nízkou rychlostí a maximální rotací – (rychlost 170 km/hod a méně)

Umístění podání

Varianta, kterou jsem hodnotil z pozice podávajícího hráče

Obrázek 1: Varianty umístění podání



Varianty:

- vpravo – varianta 1
- vlevo – varianty 3 a 4
- na tělo – varianta 2

Na délce podání nezáleží, zohledňuje se pouze jeho umístění.

Ritern

Hodnocení již z pozice přijímajícího (riternujícího) hráče.

Varianty:

- bekhend – varianta kdy riternující odehraje podání bekhendem
- forhend - varianta kdy riternující odehraje podání forhendem
- obíhaný forhend - varianta kdy riternující odehraje podání obíhaným bekhendem
- obíhaný bekhend - varianta kdy riternující odehraje podání obíhaným bekhendem

Rotace:

Varianta použití rotace hráče při riternu

Varianty:

- horní
- spodní

Umístění riternu

Varianty:

- podél podélné čáry (podél)
- křížem

Účinnost/neúspěšnost riternu

Tato varianta byla zapisována, pouze pokud první úder přijímajícího hráče (ritern) byl konečný a výměna byla tímto u konce

Varianty:

- účinný – všechny získané body buď přímo riternem nebo vynucenou a také nevynucenou chybou z následujícího prvního úderu hráče na podání
- neúspěšný – všechny situace, kdy hráč z riternu chybuje a situace, kdy podávající hráč z následujícího úderu ukončuje vítězně výměnu

Ritern + 1 úder

Situace, kdy riternující hráč ukončuje vítězně výměnu prvním následujícím úderem po riternu

Varianty:

- forhend podél podélné čáry (podél)
- forhend křížem
- bekhend podél podélné čáry (podél)
- bekhend křížem
- prohoz
- lob
- stopbol
- volej
- smeč

Do této varianty byly započítávány pouze vítězné údery. Pokud podávající hráč buď vynucenou, nebo nevynucenou chybou zasánu do dalšího dění po druhém úderu riternujícího, o totu variantu se již nejednalo.

Konec výměny

Zaznamenáván je ten kdo výměnu vyhraje (z pohledu riternujícího hráče) a to při každé situaci (zapisuje se vždy) i když například hráč zahraje vítězný úder z riternu.

Varianty:

- vítězná výměna
- prohraná výměna

5. 2 Varinty druhého podání

V případě, že podávající hráč zkazil první podání, přepnul jsem si na list s druhým podáním, kde jsou všechny varianty stejné jako u prvního podání až na to, že ubývá možnost chyby z prvního podání a přibývá varianta dvojchyby.

Při jednom zaznamenaném bodu bylo tedy možné zapsat i maximálně 7 různých variant, což bylo někdy náročné a z tohoto důvodu jsem byl nucen utkání zastavovat, případně vracet zpět.

6 VÝSLEDKOVÁ ČÁST

V následujících tabulkách jsou naměřené všechny potřebné hodnoty pro náš výzkum. Následujících 5 zápasů bylo zaznamenáno na antukovém grandslamovém turnaji French Open 2016.

6.1 Sledované zápasy

6.1.1 Zápas 1

Součty všech variant z utkání Andy Murray vs John Isner (7:6, 6:4, 6:3).

V době turnaje figuroval Murray na 2. místě žebříčku ATP a Isner na 22. místě. Jednalo se o osmifinálový zápas.

Tabulka 2: Naměřené výsledky (Murray vs Isner)

ZÁPAS 1.		ANDY MURRAY	Procentuální vyjádření	JOHN ISNER	Procentuální vyjádření
PODÁNÍ					
	Chyba z prvního podání	12	24	15	30
	Eso	5	10	7	14
	Dvojchyba	3	6	2	4
RYCHLOST PODÁNÍ	Rychlé podání	36	72	37	74
	Středně rychlé podání	2	4	9	18
	Pomalé podání	12	24	4	8
UMÍSTĚNÍ PODÁNÍ	Umístění podání vpravo	19	38	23	46
	Umístění podání vlevo	22	44	22	44
	Umístění podání na tělo	9	18	5	10
RITERN					
VARIANTA RITERNU	Ritern bekhendem	23	46	21	42

	Ritern forhendem	22	44	26	52
	Ritern obíhaným forhendem	5	10	3	6
	Ritern obíhaným bekhendem				
ROTACE	Ritern rotace horní	29	58	22	44
	Ritern rotace spodní	21	42	28	56
UMÍSTĚNÍ RITERNU	Ritern umístěný podél	18	36	16	32
	Ritern umístěný křížem	32	64	34	68
ÚČINNOST/ NEÚSPĚŠNOST	Ritern účinný	7	14	2	4
	Ritern neúspěšný	10	20	12	24
RITERN + 1 ÚDER	forhend	2	4	1	2
	bekhend	2	4		
	prohoz				
	stopbol				
	lob	1	2		
	volej			1	2
	smeč			1	2
KONEC VÝMĚNY	vítězná	31	62	22	44
	prohraná	19	38	28	56

V tomto zápasu se spolu utkali hráči se zcela odlišnou herní taktikou a já bych zde chtěl popsat největší odlišnosti, které z analýzy vyplynuly.

Prvním velkým rozdílem je jistě podání. John Isner je jedním z hráčů, kteří dokáží podávat rychlostí přesahující 220 km/ hod., nicméně úspěšnost jeho podání je velice proměnná v průběhu zápasu a z tohoto faktu vyplývá ztráta gamů. Je známé, že pokud Isner nemá den a o podání se nemůže zrovna opřít, ztrácí je poměrně lehce. Oproti tomu Andy Murray je hráčem se stabilním podáním, který v průběhu zápasu nezaznamenává žádné větší odchylky a tak paradoxně, i když nepodává razancí jako John Isner, získává gamy se svým podáním velice spolehlivě.

Dalším velkým rozdílem je ritern, kde dosahuje vyšší úspěšnosti Andy Murray. Touto herní činností dokáže na soupeře vytvořit tlak, který vyústí v zisk soupeřových gamů. Právě tyto drobné rozdíly tak v zásadě rozhodují vyrovnaná utkání, kde bychom na začátku mnohdy marně tipovali vítěze zápasu.

Posledním rozdílem je jistě pohyb po kurtu, který má Andy Murray spolu s Novakem Djokovičem jeden z nejlepších na okruhu. To zcela jistě ovlivňuje vývoj celého zápasu, protože dlouhé výměny pak většinou získává ve svůj prospěch. Proti Johnu Isnerovi tomu nebylo jinak. Jednak se tím Murrayho herní styl vyznačuje a vzhledem k tělesným parametrům Johna Isnera je to i zřejmé.

6.1.2 Zápas 2

Součty všech variant z utkání Novak Djokovič vs Roberto Bautista-Agut (3:6, 6:4, 6:1, 7:5).

V době turnaje figuroval Djokovič na 1. místě ATP a Bautista-Agut na 17. místě ATP. Jednalo se o osmifinálové klání.

Tabulka 3: Naměřené výsledky (Djokovič vs Bautista-Agut)

ZÁPAS 2.		NOVAK DJOKOVIČ	Procentuální vyjádření	ROBERTO AGUT	Procentuální vyjádření
PODÁNÍ					
	Chyba z prvního podání	12	24	19	38
	Eso	5	10	2	4
	Dvojchyba	3	6	1	2
RYCHLOST PODÁNÍ	Rychlé podání	38	76	31	62
	Středně rychlé podání	3	6	2	4
	Pomalé podání	9	18	19	38
UMÍSTĚNÍ PODÁNÍ	Umístění podání vpravo	36	72	27	54
	Umístění podání vlevo	12	24	15	30
	Umístění podání na tělo	2	4	8	16
RITERN					

VARIANTA RITERNU	Ritern bekhendem	27	54	36	72
	Ritern forhendem	14	28	10	20
	Ritern obíhaným forhendem	1	2	2	4
	Ritern obíhaným bekhendem				
ROTACE	Ritern rotace horní	42	84	36	72
	Ritern rotace spodní	8	16	14	28
UMÍSTĚNÍ RITERNU	Ritern umístěný podél	21	42	28	32
	Ritern umístěný křížem	29	58	36	72
ÚČINNOST/ NEÚSPĚŠNOST	Ritern účinný	8	16	3	6
	Ritern neúspěšný	3	6	7	14
RITERN + 1 ÚDER	forhend	2	4	1	2
	bekhend	2	4		
	prohoz				
	stopbol	1	2		
	lob				
	volej				
	smeč				
KONEC VÝMĚNY	vítězná	36	72	14	28
	prohraná	14	28	36	72

Srbský tenista Novak Djokovič nastupoval do zápasu jako jasný favorit. Djokovič je hráč celodvorcový, který těží ze své agresivní hry od základní čáry. Z analýzy vyplynuly zcela konkrétní závěry, které budu prezentovat.

Jednou z hlavních odchylek ve hře obou soupeřů je jistě procento úspěšnosti prvního servisu, kde zcela jasně dominoval Novak Djokovič. Toto číslo nám neurčuje pouze počet prvních podání, nýbrž také styl hry při srbově podání. Velkým procentem

prvních podání vyvíjí na soupeře neustálý tlak, který se odráží v počtu získaných bodů. Další zajímavostí jistě je, že Novak daleko častěji využíval umístění podání do soupeřova bekhendu, z čehož vyplývá jeho jasná taktická varianta.

Další věcí, která vyplynula ze sledovaných činností, byl ritern. Je všeobecně známé, že Novak Djokovič má jeden z nejlepších riternů na světovém okruhu, což potvrdil i v tomto zápasu a v podstatě eliminoval výhodu podání Roberta Bautisty-Aguta. Zde jistě stojí za zmínku i počet riternů umístěných podél podélné čáry, které mohou být pro podávajícího hráče překvapivé z toho hlediska, že je síť v oblasti riternu podél vyšší a je tak daleko těžší takový ritern provést. Vzhledem k rychlosti, kterou dokáže Novak Djokovič riternům udělit a momentu překvapení, jsou tyto riterny často koncové. Takto získané body pak mohou vést kvelkému množství brejkbolů a zisku gamů.

6.1.3 Zápas 3

Součty všech variant z utkání Tomáš Berdych vs Pablo Cuevas (4:6, 6:3, 6:2, 7:5).

V době turnaje figuroval Berdych na 8. místě žebříčku ATP a Pablo Cuevas na 19. místě. Jednalo se o 1/16-finále.

Tabulka 4: Naměřené výsledky (Berdych vs Cuevas)

ZÁPAS 3.		TOMÁŠ BERDYCH	Procentuální vyjádření	PABLO CUEVAS	Procentuální vyjádření
PODÁNÍ					
	Chyba z prvního podání	18	36	22	44
	Eso	2	4	3	6
	Dvojchyba			2	4
RYCHLOST PODÁNÍ	Rychlé podání	32	76	28	56
	Středně rychlé podání	15	30	13	26
	Pomalé podání	3	6	9	18
UMÍSTĚNÍ PODÁNÍ	Umístění podání vpravo	29	58	22	54
	Umístění podání	13	26	24	48

	vlevo				
	Umístění podání na tělo	8	16	4	8
RITERN					
VARIANTA RITERNU	Ritern bekhendem	19	38	27	54
	Ritern forhendem	29	58	21	42
	Ritern obřhaným forhendem	2	4	2	4
	Ritern obřhaným bekhendem				
ROTACE	Ritern rotace horní	31	62	29	58
	Ritern rotace spodní	19	38	21	42
UMÍSTĚNÍ RITERNU	Ritern umístěný podél	8	16	7	14
	Ritern umístěný křížem	42	84	43	86
ÚČINNOST/ NEÚSPĚŠNOST	Ritern účinný	5	16	2	4
	Ritern neúspěšný	9	18	8	16
RITERN + 1 ÚDER	forhend	1	2	2	4
	bekhend	1	2	2	4
	prohoz	1	2		
	stopbol				
	lob				
	volej				
	smeč				
KONEC VÝMĚNY	vítězná	29	58	22	44
	prohraná	21	42	28	56

Zhodnocení zápasu z hlediska sledovaných variant.

V tomto zápasu se střetli tenisté s celodvorcovým pojetím a s podobným taktickým zaměřením. Nyní popíši v krátkosti herní rozdíly, které vyplývají ze

záznamového archu.

Oba tenisté dosáhli poměrně nízké úspěšnosti prvního podání. Tomáš Berdych však zaznamenal v tomto ukazateli lepší výsledek a spolu s lepším umístěním druhého podání dokázal několikrát „prorazit“ podání Pabla Cuevase. Je zde videt jistá tendence Berdycha záměrně vytěžovat bekhendový ritern svého soupeře a nedostávat se tak pod tlak při vlastním podání.

Další sledovanou herní činností byl ritern, který opět zvládal lépe Tomáš Berdych a tak spolu s lepším pohybem po kurtu, svého soupeře porazil.

6.1.4 Zápas 4

Součty všech variant z utkání Dominic Thiem vs David Goffin (4:6, 7:6, 6:4, 6:1).

V době turnaje figuroval Thiem na 9. místě žebříčku ATP a Pablo Cuevas na 13. místě. Jednalo se o čtvrtfinálové klání.

Tabulka 5: Naměřené výsledky (Thiem vs Goffin)

ZÁPAS 4.		DOMINIC THIEM	Procentuální vyjádření	DAVID GOFFIN	Procentuální vyjádření
PODÁNÍ					
	Chyba z prvního podání	18	36	21	42
	Eso	1	2	2	4
	Dvojchyba	3	6	1	2
RYCHLOST PODÁNÍ	Rychlé podání	28	56	24	48
	Středně rychlé podání	16	32	23	46
	Pomalé podání	6	12	3	6
UMÍSTĚNÍ PODÁNÍ	Umístění podání vpravo	26	52	20	40
	Umístění podání vlevo	22	44	25	50
	Umístění podání na tělo	2	4	5	10

RITERN					
VARIANTA RITERNU	Ritern bekhendem	21	41	27	54
	Ritern forhendem	27	54	22	44
	Ritern obíhaným forhendem	2	4	1	2
	Ritern obíhaným bekhendem				
ROTACE	Ritern rotace horní	41	82	42	84
	Ritern rotace spodní	9	18	8	16
UMÍSTĚNÍ RITERNU	Ritern umístěný podél	17	34	12	24
	Ritern umístěný křížem	33	66	38	76
ÚČINNOST/ NEÚSPĚŠNOST	Ritern účinný	5	10	4	8
	Ritern neúspěšný	10	20	8	16
RITERN + 1 ÚDER	forhend	1	2	1	2
	bekhend				
	prohoz				
	stopbol				
	lob				
	volej				
	smeč			1	2
KONEC VÝMĚNY	vítězná	19	38	28	56
	prohraná	31	62	22	44

Zhodnocení zápasu z hlediska vyrovnanosti jednotlivých herních činností.

V tomto utkání byl mírným favoritem Dominic Thiem. Hlavním rozdílem bylo stabilní a dobře umístěné první podání. Oproti tomu podání Davida Goffina bylo pouze průměrné a vyznačovalo se i poměrně velkým procentem chyb z prvního podání.

Je patrné, že Thiem nemá problém s riternem podél a v celkovém součtu je jich o

5 více než u Goffina. Zajímavé je, že mnou sledované parametry jsou velmi podobné, či možná vyznívají lehce pro Goffina a je to způsobené tím, že v prvních dvou úvodních sadách byl zápas více než vyrovnaný a až poté nasadil Thiem k trháku.

6.1.5 Zápas 5

Součty všech variant z utkání Stan Wawrinka vs Albert Ramos-Viñolas (6:2, 6:1, 7:6,).

V době turnaje figuroval Wawrinka na 3. místě žebříčku ATP a Ramos-Viñolas na 33. místě. Jednalo se o semifinálové utkání.

Tabulka 6: Naměřené výsledky (Wawrinka vs Ramos-Viñolas)

ZÁPAS 5.		STAN WAWRINKA	Procentuální vyjádření	ALBERT RAMOS	Procentuální vyjádření
PODÁNÍ					
	Chyba z prvního podání	14	28	19	38
	Eso	3	6	2	4
	Dvojchyba	1	2		
RYCHLOST PODÁNÍ	Rychlé podání	26	52	23	46
	Středně rychlé podání	20	40	21	42
	Pomalé podání	4	8	6	12
UMÍSTĚNÍ PODÁNÍ	Umístění podání vpravo	19	38	17	34
	Umístění podání vlevo	26	52	30	60
	Umístění podání na tělo	5	10	3	6
RITERN					
VARIANTA RITERNU	Ritern bekhendem	22	44	26	52
	Ritern forhendem	26	52	21	42
	Ritern obíhaným forhendem	2	4	3	6
	Ritern obíhaným bekhendem				

ROTACE	Ritern rotace horní	32	82	35	70
	Ritern rotace spodní	18	18	15	30
UMÍSTĚNÍ RITERNU	Ritern umístěný podél	14	34	12	24
	Ritern umístěný křížem	36	66	38	76
ÚČINNOST/NEÚSPĚŠNOST	Ritern účinný	5	10	2	4
	Ritern neúspěšný	9	20	12	24
RITERN + 1 ÚDER	forhend			1	2
	bekhend	2	4		
	prohoz				
	stopbol				
	lob	1	2		
	volej				
	smeč				
KONEC VÝMĚNY	vítězná	31	62	18	36
	prohraná	19	38	32	64

V tomto utkání se vyskytnul jediný levoruký hráč v mém souboru a tím je Albert Ramos-Viñolas.

Co bylo velmi překvapující tak styl, kterým se oba prezentovali. Byl to opravdu velmi pestý celodvorcový tenis, plný stopbalů, lobů a prohozů.

Jedním z největších rozdílů je srovnání podání Stana Wawrinky a Alberta Ramose. Velký rozdíl oproti Albertu Ramosovi zaznamenal v rychlosti podání, v počtu prvních podání a i v lepším umístění podání.

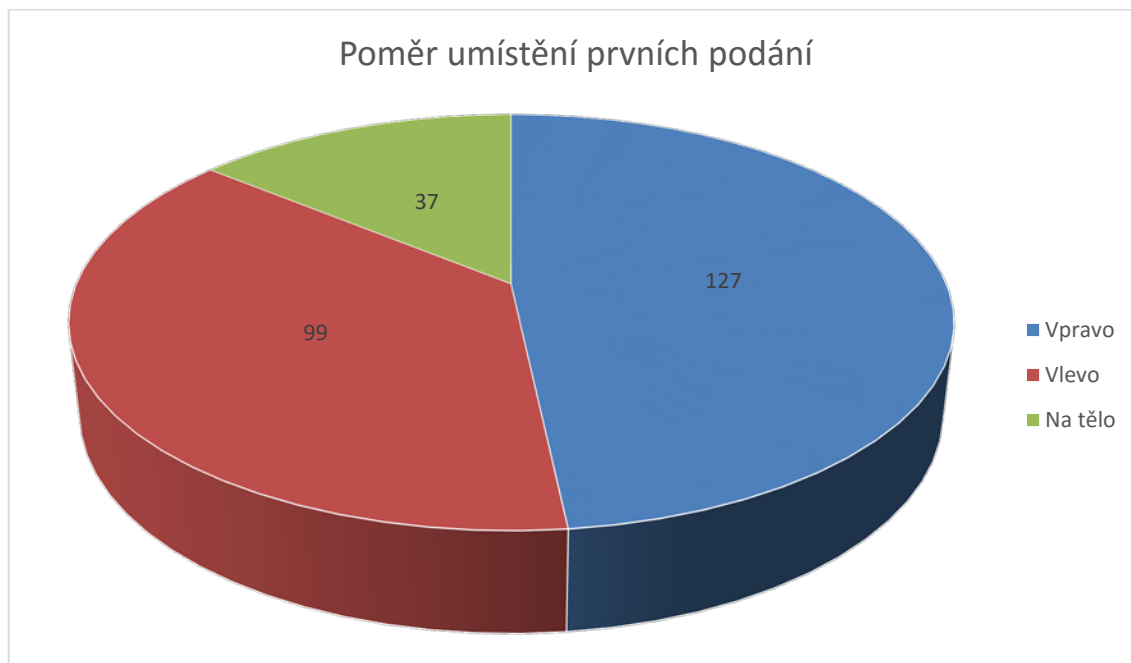
Dalším rozdílem, který vedl k celkovému vítězství, byl lepší ritern a také větší procento bodů získaných po riternu, Jeho bekhend hraný jednoručně je velice nebezpečný a v tomto případě vedl k zisku cenných bodů.

Utkání mělo celkem jednoznačný průběh. Stan Wawrinka byl jasně lepším hráčem a pouze při ztrátě koncentrace ve třetím setu dokázal Albert Ramos utkání zdramatizovat a zaznamenal zde dokonce setbol. Albert Ramos ho však nevyužil a tím umožnil Stanu Wawrinkovi návrat do zápasu a celkové vítězství.

7 POROVNÁNÍ DÍLČÍCH ZKOUMANÝCH VARIANT

V této části bych rád interpretoval výsledky dílčích variant mého výzkumu.

Graf č. 1: Poměr umístění prvních podání



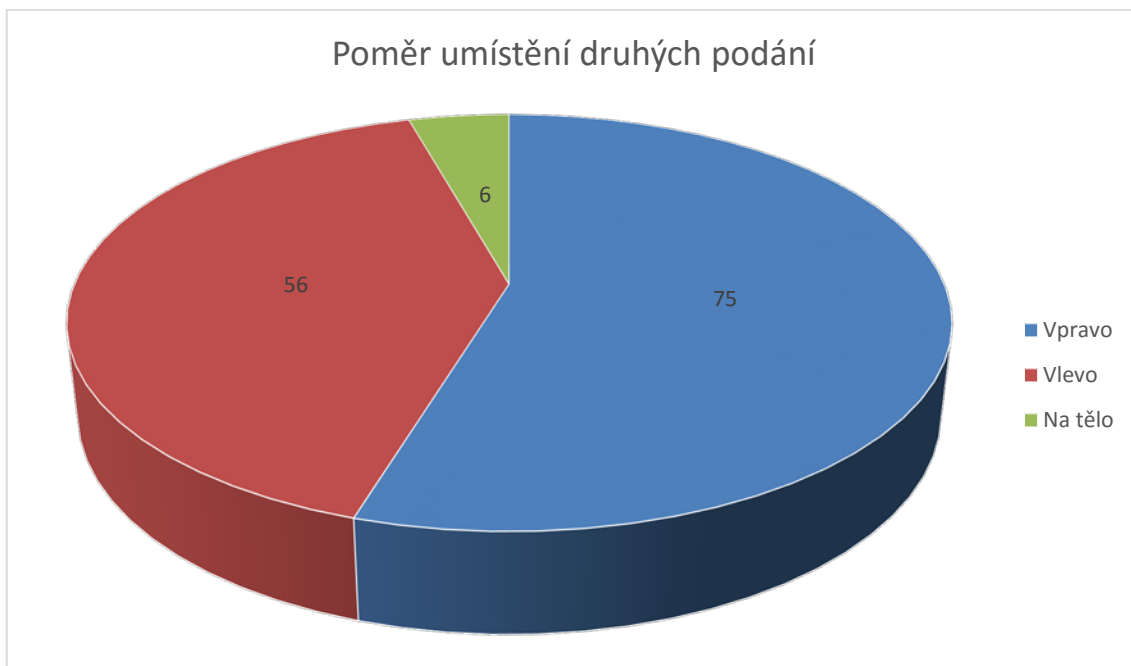
Do tohoto vzorku bylo zahrnuto 8 hráčů (Isner, Murray, Berdych, Bautista-Agut Cuevas, Djokovič, Thiem a Goffin). Zápas Wawrinka a Ramos-Viñolas nebyl do tohoto vzorku zahrnut, z toho důvodu, že Ramos-Viñolas je levoruký hráč a taktické varianty jsou tudíž díky této skutečnosti jiné.

Variantu podání vpravo volili tenisté ve 127 případech, což je 48 %. Pokud spolu hrají dva tenisté, kteří hrajou pravou rukou, tato varianta vychází do bekhendové strany riternujícího hráče, což se zde ve všech případech ukázalo.

Variantu zahrát podání vlevo zvolí hráči v 99 případech, což je 38%. Tato varianta vychází na forhendovou stranu riternujících.

Varianta na tělo hráče byla zaznamenána 37 krát, což je 14%.

Graf č. 2: Poměr umístění druhých podání

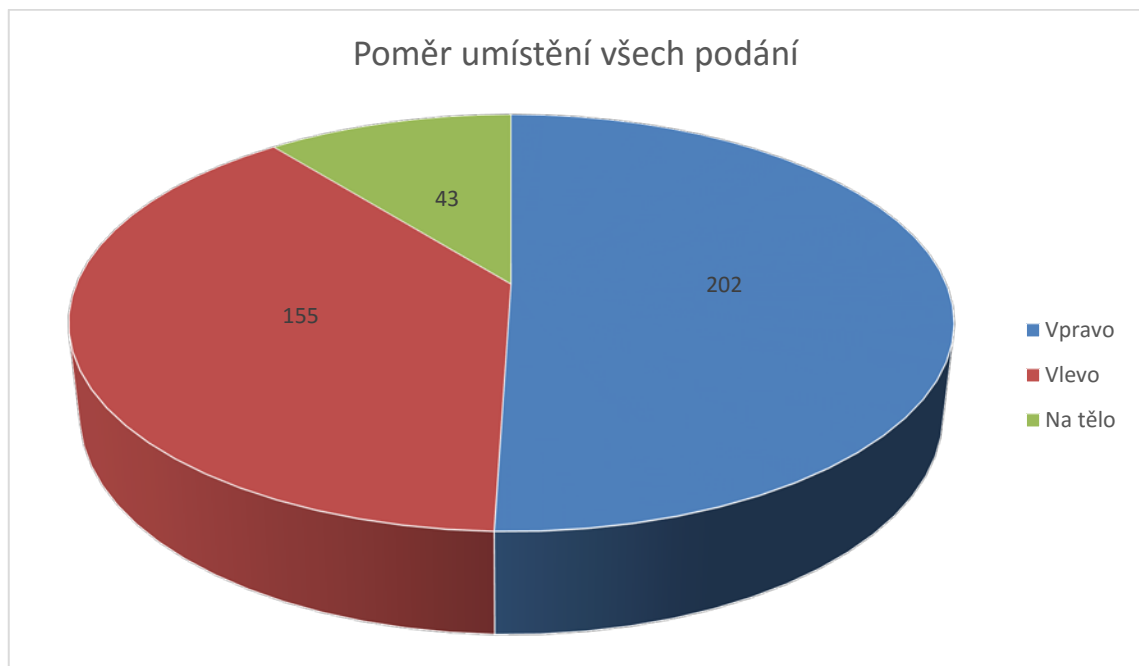


Do tohoto vzorku bylo zahrnuto 8 hráčů (Isner, Murray, Berdych, Bautista-Agut Cuevas, Djokovič, Thiem a Goffin). Zápas mezi Wawrinkou a Ramosem-Viňolasem nebyl do tohoto vzorku zahrnut, z toho důvodu, že Ramos-Viňolas je levoruký hráč a taktické varianty jsou tudíž díky této skutečnosti jiné.

Je zde jasně patrné, že tenisté podávali oproti prvním podáním daleko více do bekendové strany soupeřů, což má jistě své opodstatnění. Díky velikým rotacím, které druhé podání mají, míče odskakují a mají jednoznačně za úkol riternujících znesnadnit následný útok.

Procentuální zastoupení u varianty vpravo je 55%, u varianty vlevo 41% a u varianty na tělo 4%.

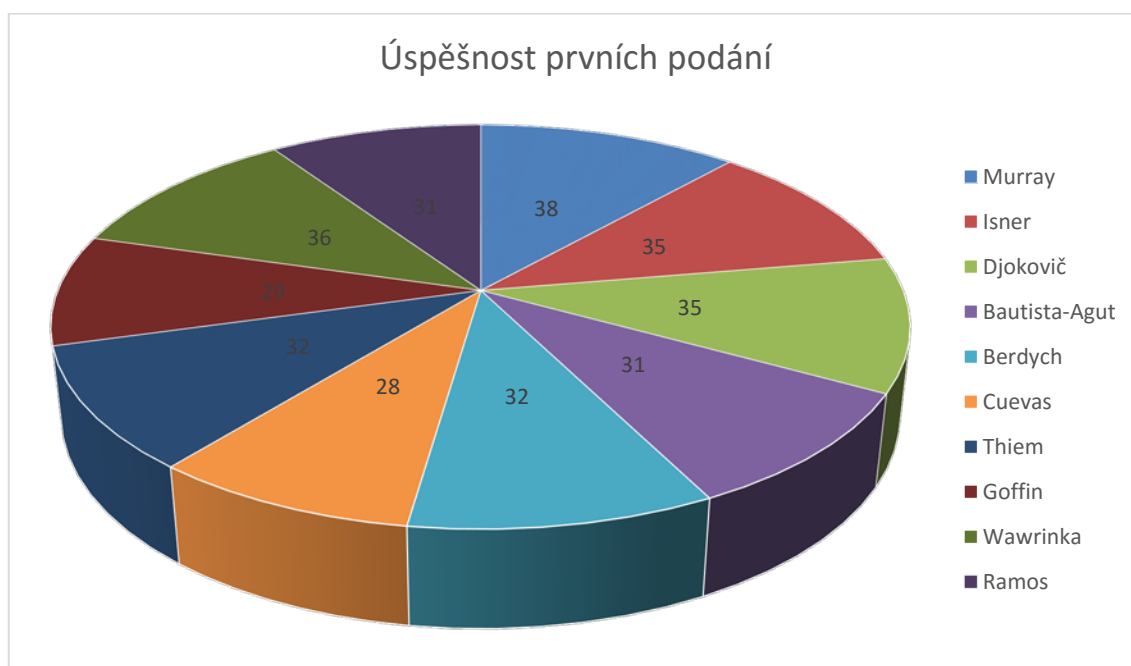
Graf č. 3: Poměr umístění všech podání



Do tohoto vzorku bylo zahrnuto 8 hráčů (Isner, Murray, Berdych, Bautista-Agut Cuevas, Djokovič, Thiem a Goffin). Zápas mezi Wawrinkou a Ramosem-Viňolasem nebyl do tohoto vzorku zahrnut, z toho důvodu, že Ramos-Viňolas je levoruký hráč a taktické varianty jsou tudíž díky této skutečnosti jiné.

V tomto vzorku všech 400 podání je zastoupení 202 podání umístěných vpravo (50,5%). 155 variant vlevo (38,75%) a poslední variantou na tělo bylo zaznamenáno celkem 43 pokusů (10,75%).

Graf č. 4 – Procentuální úspěšnost prvních podání

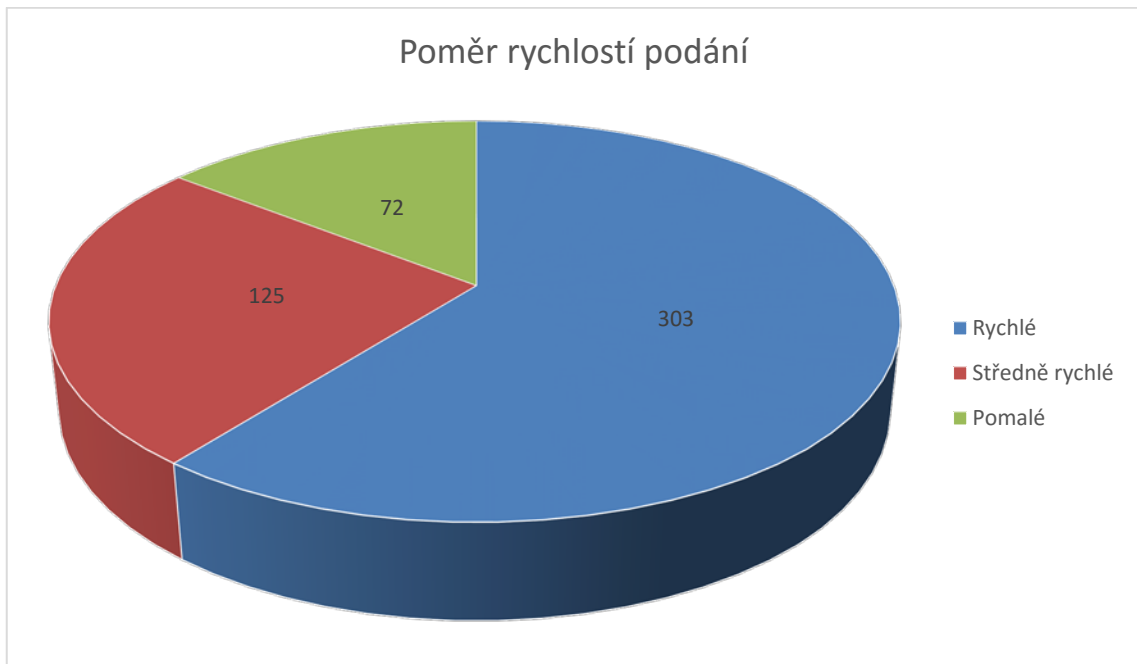


V tomto grafu je vidět počet úspěšných prvních podání u všech 10 tenistů z 50 podání.

Procentuální zastoupení je následující: Murray 76%, Isner 70%, Djokovič 70%, Bautista-Agut 62%, Berdych 64%, Cuevas 56%, Thiem 64%, Goffin 58%, Wawrinka 72% a Ramos 62%. Nejvyšší procento má tedy Murray a naopak nejnižší Cuevas.

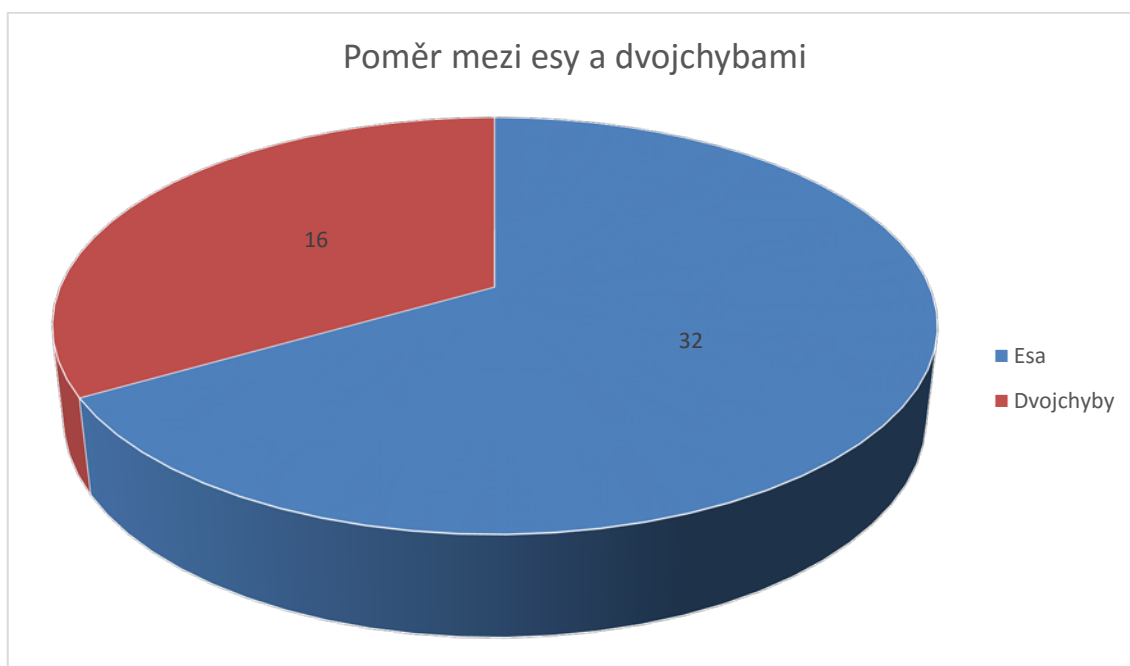
Průměrná úspěšnost ze všech sledovaných hráčů je v mém výzkumu 65%.

Graf č. 5 – Poměr rychlostí podání



Co se procentuálního rozložení týká, rychlé podání bylo zaznamenáno 303, což je 61%, středně rychlé podání bylo zaznamenáno 125, což je 25% a pomalé podání 72, což je 14%.

Graf č. 6: Poměr mezi esy a dvojchybami

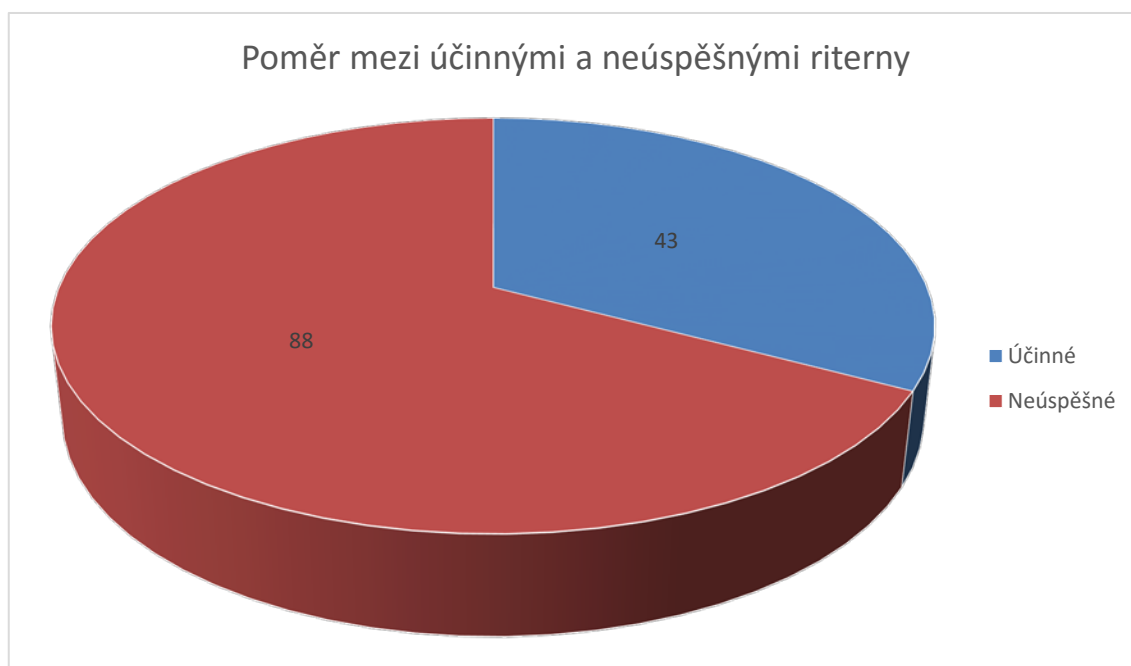


V tomto grafu je možné vidět poměr všech es a dvojchyb vyplývající z mé analýzy. Ve výsledku jsem zaznamenal celkem 32 es a 16 dvojchyb, což je přesně polovina.

V tomto aspektu si v mém výkumu vedl nejlépe John Isner, který z 50 sledovaných bodů zaznamenal 7 es a 2 dvojchyby. Naopak nejhůře dopadl Dominic Thiem, který má na kontě 1 eso a 3 dvojchyby a byl jediným sledovaným tenistou, který měl v tomto aspektu negativní bilanci. Za zmínku stojí také Berdych a Ramos, kteří nezaznamenali ve zkoumaném úseku hry ani jednu dvojchybu.

Procentuálně je zastoupení 67% es a 33% dvojchyb.

Graf č. 7: Poměr mezi účinnými a neúspěšnými riterny



Do toho grafu jsem zahrnul pouze situace, které končili buď riternem, nebo následným úderem podávajícího hráče. Esa, ani dvojchyby nebyly zohledněny. Nejlépe si v tomto hodnocení vedl Novak Djokovič, který se prezentoval 8 účinnými riterny a oproti tomu 3 neúspěšnými.

Účinných riternů jsme zaznamenali 43 - (33%) a neúspěšných riternů mi analýza poskytla zaznamenat 88 - (67%).

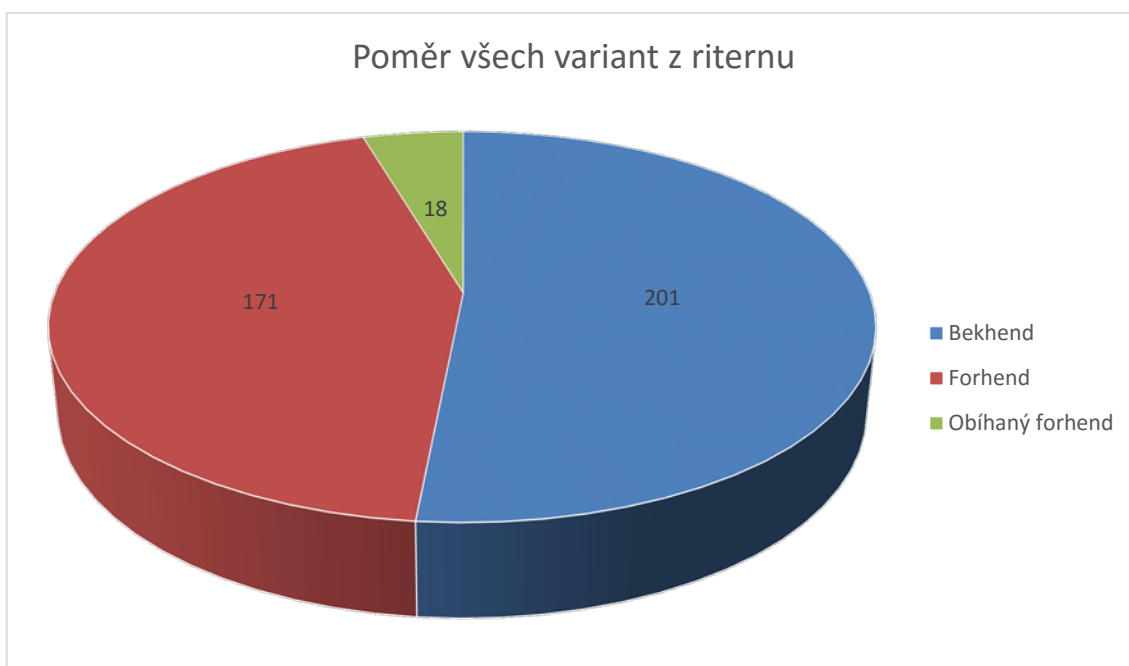
Graf č. 8: Poměr výměn končících do třetího úderu a delších než tři údery



Do tohoto grafu byly zohledněny údaje od všech sledovaných hráčů.

Z mého sledování tedy vyplynulo, že výměn do třetího úderu bylo 27%. Naopak výměn delších než 3 údery se vyskytlo 73%.

Graf č. 9: Poměr všech variant z riternu



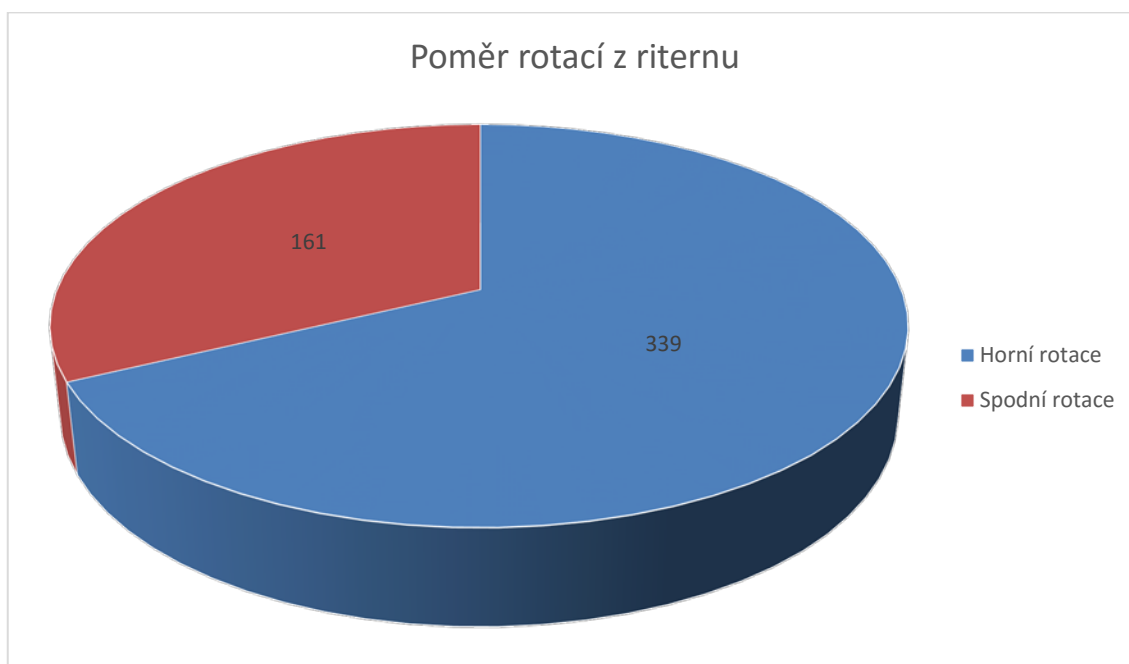
Do tohoto vzorku bylo zahrnuto 8 hráčů (Isner, Murray, Bautista-Agut Berdych, Cuevas, Djokovič, Thiem a Goffin). Zápas mezi Wawrinkou a Ramosem-Viñolasem nebyl do tohoto vzorku zahrnut, z toho důvodu, že Ramos-Viñolas je levoruký hráč a taktické varianty jsou tudíž díky této skutečnosti jiné.

V tomto grafu je k vidění poměr mezi všemi variantami na riternu. Tato varinat byla přímo ovlivněná tím, kam podávající hráč podával.

Zapsáno bylo 201 riternů bekhendem (50,25%), 171 forhendem (42,75%) a v 18 případech hráči hráli obíhané forhendy a to v případech zejména středně rychlých (4 případy) a nejvíce u pomalých servisů (ve 13 případech).

V mém výzkumu se ani jednou nevyskytnula varianta obíhaného bekhendu z riternu.

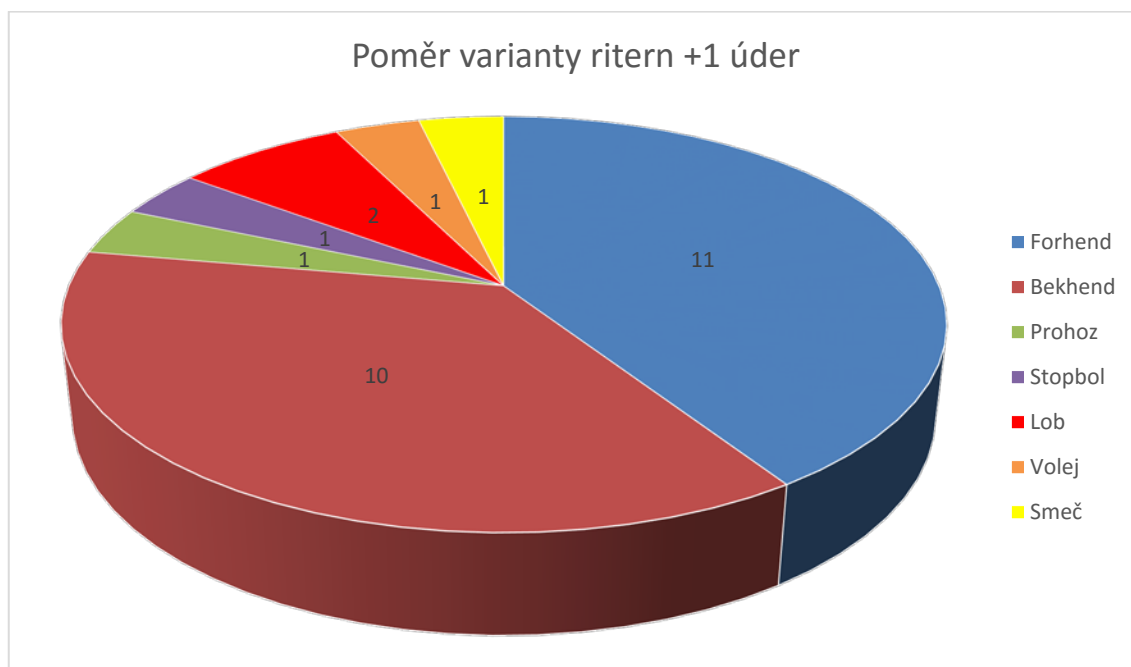
Graf č. 10: Poměr rotací z riternu



Zde je možno vidět poměr mezi horními a spodními rotacemi riternujících hráčů. Následující poměr – 339 (68%) oproti 161 (32%) demonstruje záměry riternujících, kdy ritern se spodní rotací je hrán převážně v situacích, kdy riternující hráč dostane podání na tělo, nebo v situaci prvních podání, kdy je nucen zahrát obraný ritern, právě se spodní rotací.

Horní rotaci použil nejčastěji Novak Djokovič ve 42 případech a naopak ritern se spodní rotací, volil nejčastěji John Isner v 28 případech.

Graf č. 11: Poměr varianty ritern +1 úder



V tomto grafu je možné vidět poměr jednotlivých herních činností u varianty ritern +1 úder.

Obecně byla tato varinta k vidění v 27 případech z 500 sledovaných bodů což je 5,4 %. Co se dílčích variant týče, nejfrekventovanější byl forhend s 11 body (41%), hned v závěsu bekhend s 10 body (37%), poté s 2 body lob (7%) a s jediným úspěšným pokusem všechny ostatní varinaty – prohoz (4%), stopbol (4%), volej (4%) a smeč (4%). Takto nízké zastoupení těchto variant přičítám vysoko nastavenou specifičností této varianty.

8 DISKUZE

Pro mé sledování jsem zvolil grandlamový turnaj French Open 2016. Tento turnaj patří k největším na světě a zúčastňují se jej skutečně ti nejlepší hráči. Jako pozorovaný výběrový soubor jsem zvolil 5 zápasů dvouhry, z čehož analýza se vztahovala na oba zúčastněné hráče.

Před započítáním mé práce jsem si stanovil několik vědeckých otázek a tak se na ně nyní zaměřím.

První z nich zněla - kolik procent prvního a druhého podání je umístěováno vpravo, kolik vlevo a kolik na tělo soupeře?

Na tuto otázku přímo odpovídají graf č. 1: Poměr umístění prvních podání a také graf č. 2: Poměr umístění druhých podání. Na tuto výzkumnou otázku byl použit vzorek pouze 8 hráčů. Zápas mezi Stanem Wawrinkou a Albertem Ramosem-Viňolasem nebyl do tohoto vzorku zahrnut, z toho důvodu, že Ramos-Viňolas je levoruký hráč a taktické varianty jsou tudíž díky této skutečnosti jiné. Variantu podání vpravo volili tenisté ve 127 případech, což je 48 %. Pokud spolu hrají dva tenisté, kteří hrajou pravou rukou, tato varinta vychází do bekhendové strany riternujícího hráče, což se zde ve všech případech ukázalo. Varintu vlevo se vyskytnula v 99 případech, což je 38%. Tato varianta vychází na forhendovou stranu riternujících. Varianta na tělo hráče byla zaznamenána 37 krát, což je 14%. Při prvním přímém podání, je to velmi účinná varianta, jelikož riternující hráč nemá moc času na přípravu a tak tyto podání končí často přímými body, nebo alespoň umožňují podávajícímu převzít lehce iniciativu po lehčím riternu protihráče. Výsledky poukazují na skutečnost, že je dobré mít ve svém arzenálu všechny tyto varianty a střídat je, protože je pak pro soupeře těžké přecíst vaše podání. Do praxe by bylo vhodné neopomíjet razatní podání na tělo, které může být obzvlášť pro hůře se pohybující hráče velikým problémem. V mém výzkumu se to ukázalo v zápase Andyho Murrayho proti Johnu Isnerovi. Murray použil tuto variantu devětkrát, což je nejvíce v mém vzorku a jeho záměr je patrný, jelikož Isner je považován za hráče s horším pohybem na kurtu, zejména kvůli jeho tělesným parametrům, které činí 208 centimetrů a 108 kilogramů.

Druhá výzkumná otázka se týkala délky daných výměn a zněla kolik procent je v zápasech dnešních elitních tenisových hráčů kratších, než 3 údery a kolik procent rozeher je delších, než 3 údery na antukovém povrchu?

Z mého sledování vyplynulo, že výměn do třetího úderu bylo součtem všech deseti zkoumaných hráčů celkem 136, což je 27%. Naopak výměn delších než 3 údery se vyskytlo 364, což je 73%. Do varianty výměn do třetího úderu jsem řadil tyto herní situace: Esa, dvojchyby a účinné a neúspěšné riterny.

Z těchto naměřených výsledků vidím potenciál pro jisté doporučení do praxe pro trenéry a hráče. Je zde vidět, že aby byl hráč úspěšný, je potřeba ve výměně vytrvat a připravovat si pozici pro zakončení výměny, nebo čekat na chybu soupeře. Jen málo výměn končí do třetího úderu a tak bych jako potřebné viděl klást patřičný důraz na to, připravovat své svěřence na delší výměny a přizpůsobit tomu i své tréninkové jednotky.

Třetí a zároveň poslední výzkumná otázka se zabývala podáním a zněla - jaká je procentuální úspěšnost prvního podání u elitních tenisových hráčů?

Na tuto problematiku přímo odpovídá graf č. 4 – Procentuální úspěšnost prvních podání. Z mé statistiky jsem zjistil, že průměrně elitní hráči podají 65% úspěšných prvních podání. Nejlépe si vedl Murray - 76%, naopak nejhůře si vedl Cuevas s úspěšností 56%.

Je jasné, že výsledky nemohou být zcela objektivní, protože dnešní světový tenis je již jednoznačně založen na psychické odolnosti jednotlivých hráčů a já jsem hráče mohl sledovat zrovna v jejich herním útlumu, jejich forma mohla být tou dobou špatná, popřípadě se nemuseli nacházet v jejich optimálním herním rozpoložení.

Před zahájením výzkumu jsem si udělal předběžný předvýzkum kvůli automatizaci zápisu daných variant a to ze záznamu zápasu finále French Open 2015. Kvůli rozsahu všech sledovaných variant jsem byl často nucen danou výměnu zastavit, popřípadě vrátit zpět. I přesto bylo zařazených některých variant obtížné a diskutabilní a bylo jen na mě, kam daný míč přiřadím a pro kterou variantu se momentálně rozhodnu. Další faktor, který může znehodnotit mé výsledky, může být fakt, že hráči se mezi sebou střetávají poměrně často a tak mají nastudované své silné i slabé stránky a přibližně ví, co by mohlo být proti danému soupeři efektivní. Jak jsem se již dříve zmiňoval, u rychlosti podání jsem si vědomě jistý subjektivitou posuzovaných vzorků. Nebylo lehké odhadovat přesně rychlost daných podání. U riternů zase varinaty účinný a neúspěšný

pokrývaly možná až zbytečně mnoho situací a bylo by potřeba je rozvrstvit a rozčlenit na další, dílčí varianty. Co se objektivitě obecně týká, rozhodně by mohl být počet sledovaných tenistů vyšší a počet sledovaných bodů taktéž. Vhodné by také bylo, kdyby byl daný hráč sledován na turnaji ve více zápasech.

Co se mého záznamového archu týče, myslím, že by si ho každý potenciální zájemce o něj, mohl poupravit podle vlastních potřeb. V takto pozměněné verzi by mohl fungovat jako trenérský manuál a mohl by být využíván v tréninku na dané varianty hráčů. V mém případě například nebyly zohledňovány vynucené, respektive nevynucené chyby hráčů a podobně. Rozhodně by nemusel být daný záznamový arch v elektronické formě, jako v mém případě, ale bylo by možné ho bez problémů modifikovat do tištěné podoby.

9 ZÁVĚR

Cílem práce bylo zanalyzovat a porovnat 10 elitních hráčů na antukovém povrchu a současně zjistit jaké jsou rozdíly ve sledovaných aspektech jejich hry.

Tato studie nám poskytla dané výsledky a to hlavně z oblasti podání, riternu a jejich dílčích variant.

Co se podání týče, výsledky poukazují na poměr umístění prvních, druhých a všech podání dohromady. Procentuální úspěšnost prvních podání. Také reflektují rychlosti podání a udávají poměr mezi esy a dvojchybami.

Ohledně riternu poukazují výsledky na poměr mezi účinnými a neúspěšnými riterny elitních hráčů, dále na poměr zahraničních dílčích variant z riternu a také jejich rotaci. Práce se také zabývala poměrem výměn končících do třetího úderu hráčů a delších, než tři údery a variantami hráčů na příjmu a jejich následném prvním úderu po riternu. V neposlední řadě výzkum ukázal, kdo výměny vyhrál.

Určitě bych viděl alternativu pokračovat v mém výzkumu dalšími cestami. Nabízí se možnost provést obdobný výzkum na jiném povrchu, provést obdobný výzkum s elitními tenistkami, zvolit probandy jiné věkové kategorie (děti, senioři) nebo nasměrovat studii k jinak výkonově orientovaným hráčům (hráči nižších lig a podobně). Kdyby se provedl výzkum právě s hráči nižších lig, mohlo by nám toto srovnání nabídnout informace o nedostatcích hráčů nižších kategorií a využít tyto poznatky v tréninku. Mohlo by být daleko více patrné, co dělá elitní hráče tak výjimečné.

10 PŘEHLED POUŽITÉ LITERATURY

ALBERT, J., KONING, R. H. *Statistical thinkings in sports*. 2007. ISBN-13: 978-1-58488-868-0

APPLEWHAITE, CH. *Jak se zlepšit v tenise*. 1.vyd. Brno: Computer Press, 2005. ISBN 80-251-0423-0

BOLLETTIERI, N. *Tennis handbook. second edition*. 2016. ISBN 978-1-4504-8943-0

BROWN, J. *Tennis steps to success*. Human Kinetics 2004. ISBN 0-87322-555-4

CRESPO, M., MILEY, D. *Tenisový trenérský manuál 2. stupně (pro vrcholové trenéry)*. 1.vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2001.

CROSS, R. *Tennis physics, anyone?*. Physics Today. Sydney: American Institute of Physics, 2008.

DOVALIL, J. a kol. *Výkon a trénink ve sportu*. 4. Vyd. Praha: Olympia, 2012. ISBN 978-80-7376-326-8

DOVALIL, J., CHOUTKA, M. *Sportovní výkon a jeho struktura jako východisko racionálního tréninku*. In DOVALIL, J. a kol. *Výkon a trénink ve sportu*. Praha : Olympia, 2002.

DUŠEK, I. *Tenisový trenérský manuál 1. stupně*. 2.vyd. Olomouc, 2002.

EBERLE, S. G. *Endurance sports nutrition*. second edition Champaign, IL: Human Kinetics, 2007. ISBN 978-0-7360-6471-2

GILBERT, B., JAMISON, S., *Winning Ugly*. 1994. ISBN-13: 0-67188400-0

GALLWEY, T. *El juego interior del tenis*. Madrid: Editorial Sirio. 2006. ISBN 13: 9788478084913

GENTILE, A. M. *Skill acquisition: Action, movement, and neuromotor processes. Movement science: Foundations for physical therapy in rehabilitation*, 2000.

GROSSER, M., SCHÖNBORN, R. *Závodní tenis pro děti a mladé hráče*. Vyd.1. Ladislav Hrubý, 2010. ISBN 859-40-315-0264-7

HÖHM, J. *Tenis – technika, taktika, trénink*. Olympia Praha: 1982.

JANKOVSKÝ, J. *Tenis*. První vydání. Praha 2002 ISBN 80-247-0169-30

JANURA, M., ZAHÁLKA, F. *Kinematická analýza pohybu člověka*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. ISBN 80-2440-930-5

KOROMHÁZOVÁ, V., LINHARTOVÁ, D. *Jak dokonale zvládnout tenis*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2316-7

- KOVACS, M. S. *Tennis Physiology*. Sports Medicine. 2007. ISBN 011-21-64-2
- LANGEROVÁ, M., HEŘMANOVÁ, B., *Tenis a děti*, Praha : Grada Publishing a.s., 2005. ISBN 80-247-1256-3
- LEHNETRZ, K. *Zur Theorie und Vermittlung sportlicher Techniken*. In *Leistungssport* 3, 1996.
- LEKIČ, M., SUKOVÁ, V. *Tenis pro chlapce a děvčata*. Praha 1984.
- LICHNER, I. a kolektiv. *Malá encyklopedie tenisu*. Vyd.1. Praha : Olympia, 1985. ISBN 27-029-85
- LINHARTOVÁ, D. *Tenis*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2703-5.
- MAŠKA, O. *Tenis pro každého*. 1 vyd. Most, 1995. ISBN 80-85194-98-8
- MCNAB, A. *Der Aufschlag*. Deutsche tennis zeitung, 1991.
- MEČÍŘ, M., NAKLÁDAL, R., *Tenis*. 1.vyd. Bratislava. 1995. ISBN 80-7096-222-4
- MERNI, F., *La valutazione delle tecniche sportive*. Scuola d. Sport, 1989.
- MERUŇKA, L., KUKAL, J. *Škola vrcholového tenisu*. 1. vyd. Bratislava: Šport, slovenské telovýchovné vydavateľstvo, 1983. ISBN 77-001-83
- MORAVEC, M., DUŠEK, I., SEVER, J., STRNISKOVÁ, J. *Tenisový trenérský manuál I. stupně*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2002.
- PÉREZ, M., A., NUSSBAUM, M. A. *Posture and motion variability in non-repetitive manual materials handling tasks*. Hum Movement Sci, 2006.
- PERIČ, T., DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-21118-7
- REICHEL, J. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada, 2009.
- SCHÖNBORN, R. *Advanced techniques for competitive tennis*. Published by Aachen: Meyer and Meyer, 2009. ISBN 3891-245-343
- SCHÖNBORN, R. *Moderní výuka tenisové techniky*. 2006. ISBN 978-3-89124-427-2
- SCHÖNBORN, R. *Optimální tenisový trénink*. Vyd. nevedeno. Olomouc: Univerzita Palackého, 2008. ISBN 3-938509-11-2
- SCHÖNBORN, R. *Strategie + taktika v tenisu*. 1. vydání Olomouc 2012. ISBN 978-3-86279-298-6

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

ŠAFARÍK, V. *Tenis*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1978.

VAVERKA, F. *Grand Slam 2008-2009*. 1. Vyd. Olomouc, 2010. ISBN 978-80-244-2532-0

VAVERKA, F., ČERNOŠEK, M. *Základní tělesné rozměry a tenis*. 1. Vyd. Olomouc 2007. ISBN 978-80-244-1647-2

ZHÁNĚL, J. a kol. *Trénink koordinace v závodním tenise*. Prostějov, 2011. ISBN 802-54-923-46

11 SEZNAM TABULEK, OBRÁZKŮ A GRAFŮ

Seznam tabulek

Tabulka 1: Zvyšování rychlosti podání mezi lety 1989 a 2004

Tabulka 2: Naměřené výsledky (Murray vs Isner)

Tabulka 3: Naměřené výsledky (Djoković vs Bautista-Agut)

Tabulka 4: Naměřené výsledky (Berdych vs Cuevas)

Tabulka 5: Naměřené výsledky (Thiem vs Goffin)

Tabulka 6: Naměřené výsledky (Wawrinka vs Ramos-Viñolas)

Seznam obrázků

Obrázek 1: Varianty umístění podání

Seznam grafů

Graf č. 1: Poměr umístění prvních podání

Graf č. 2: Poměr umístění druhých podání

Graf č. 3: Poměr umístění všech podání

Graf č. 4: Procentuální úspěšnost prvních podání

Graf č. 5: Poměr rychlostí podání

Graf č. 6: Poměr mezi esy a dvojchybami

Graf č. 7: Poměr mezi účinnými a neúčinnými riterny

Graf č. 8: Poměr výměn končících do třetího úderu a delších než tři údery

Graf č. 9: Poměr všech variant z riternu

Graf č. 10: Poměr rotací z riternu

Graf č. 11: Poměr varianty ritern +1 úder

12 PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Záznamový arch

1. podání	Riternující hráč:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Chyba z 1. podání											
Eso											
Rychlost podání	rychlé										
	středně rychlé										
	pomalé										
Umístění servisu	vpravo										
	vlevo										
	na tělo										
Ritern	bekhend										
	forhend										
	obíhaný forhend										
	obíhaný bekhend										
Rotace	horní										
	spodní										
Umístění	podél										
	křížem										
Účinnost / Neúspěšnost	Účinné										
	Neúspěšné										
Ritern + 1 úder	forhend podél										
	forhend kříž										
	bekhend podél										
	bekhend kříž										
	prohoz forhend										
	prohoz bekhend										
	lob										
	stopbol										
	volej forhend										
	volej bekhend										
	smeč										
Konec výměny	vítězný										
	prohraný										