

**UNIVERZITA HRADEC KRÁLOVÉ**

**Pedagogická fakulta**

**Katedra tělesné výchovy a sportu**

**Analýza podání v ženském volejbalu**

**Bakalářská práce**

**Autor:** Andrea Kopečková  
**Studijní program :** P7507 Specializace v pedagogice  
**Studijní obor:** Tělesná výchova a sportovní aktivity se zaměřením na vzdělávání  
Ruský jazyk se zaměřením na vzdělávání

# Univerzita Hradec Králové

## Pedagogická fakulta

### Zadání bakalářské práce

**Autor:** Andrea Kopečková  
**Studium:** P111098  
**Studijní program:** B7507 Specializace v pedagogice  
**Studijní obor:** Ruský jazyk se zaměřením na vzdělávání,  
Tělovýchovné a sportovní aktivity se zaměřením na vzdělávání

**Název bakalářské práce:** Analýza podání v ženském volejbalu

Název bakalářské práce AJ: Analysis of serve in women's volleyball

**Cíl, metody, literatura, předpoklady:**

Cíl: Teoreticky popsat jednotlivé druhy podání, zjistit jejich četnost, úspěšnost a prostorové rozložení za koncovou čarou volejbalového hřiště. Metody: pozorování, statistické zpracování.

BUCHTEL, J. a kol. Teorie a didaktika volejbalu. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2005. 194 s. ISBN 80-2461011-6. HANÍK, Z. Volejbal viděno třemi od základních odbití po herní činnosti. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. 344 s. ISBN 978-80-247-2744-8. KAPLAN, O. Volejbal technika, pravidla, herní systémy, průpravná cvičení. 1. vyd. Praha: Grada 1999. 101 s. ISBN 80-7169-762-1.

**Garantující pracoviště:** Katedra tělesné výchovy a sportu,  
Pedagogická fakulta

**Vedoucí práce:** PhDr. Pavel Šmíd, Ph.D.

**Oponent:** PhDr. Ivan Růžička, Ph.D.

**Datum zadání závěrečné práce:** 14. 3. 2013

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala pod vedením vedoucího bakalářské práce samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 24. 6. 2015

## **Poděkování**

Chtěla bych poděkovat panu PhDr. Pavlu Šmídovi, Ph.D. za cenné rady, připomínky a pomoc při zpracovávání bakalářské práce.

## **Anotace**

Kopečková, Andrea. *Analýza volejbalového podání*. Hradec Králové: Pedagogická Fakulta Univerzity Hradec Králové, 2015. 51 str. Bakalářská práce.

Tématem bakalářské práce je volejbalové podání, jeho jednotlivé druhy, četnost, úspěšnost a provedení z jednotlivých zón hřiště za koncovou čarou. Teoretická část práce se zabývá charakteristikou a historií volejbalu. Dále se věnuje popisu smečovaného, plachtícího podání ze země a plachtícího podání ve výskoku. V praktické části jsou popsány výsledky průzkumu na základě přímého sledování zápasů 2. ligy žen, které byly zaneseny do tabulek a grafů.

Klíčová slova: volejbal, podání, druhá volejbalová liga žen, Hradec Králové

## **Annotation**

Kopečková, Andrea. *Analysis of serve in women's volleyball*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2015. 51 pp. Bachelor Degree Thesis.

Bachelor thesis focuses on a volleyball serve. It discusses different kinds of volleyball serves, its frequency, its potential to gain points and its placement to different playing zones. The theoretical part deals with the characteristics and history of volleyball. Other major part of thesis describes different kinds of volleyball serves – jump topspin serve, float serve and jump float serve. The practical part contains a survey and its results based on direct observation of volleyball serve of the second women league. The final result are entered into tables and graphs.

Keywords: volleyball, serve, second women league, Hradec Králové

# Obsah

ÚVOD.....	9
<b>1</b> <b>VOLEJBAL</b> .....	10
1.1 Charakteristika volejbalu.....	10
1.2 Historie volejbalu.....	11
1.3 Vývoj volejbalu ve světě.....	11
1.4 Vývoj volejbalu u nás.....	12
1.5 Zvláštnosti tréninku žen.....	13
<b>2</b> <b>PODÁNÍ</b> .....	14
2.1 Definice podání.....	14
2.2 Charakteristika podání.....	14
2.3 Druhy podání.....	14
2.4 Technika podání.....	15
2.4.1 Spodní podání.....	15
2.4.1.1 Postoj podávajícího.....	15
2.4.1.2 Nadhození míče.....	15
2.4.1.3 Úder do míče.....	16
2.4.2 Plachtící podání ze země.....	16
2.4.2.1 Postoj podávajícího.....	16
2.4.2.2 Držení míče.....	16
2.4.2.3 Nadhoz míče.....	16
2.4.2.4 Úder.....	17
2.4.2.5 Činnost po úderu.....	17
2.4.3 Skákané plachtící podání.....	17
2.4.3.1 Postoj podávajícího.....	17
2.4.3.2 Držení míče.....	17
2.4.3.3 Kroky před nadhozením míče.....	17
2.4.3.4 Nadhoz míče.....	18
2.4.3.5 Odraz.....	18

	2.4.3.6 Činnost v letové fázi.....	18
	2.4.3.7 Kontakt s míčem.....	18
	2.4.3.8 Činnost po úderu.....	18
	2.4.4 Smečované podání.....	18
	2.4.4.1 Postoj podávajícího.....	18
	2.4.4.2 Rozběh a odraz.....	19
	2.4.4.3 Nadhození míče.....	19
	2.4.4.4 Úder do míče.....	19
<b>3</b>	<b>PŘIHRÁVKA.....</b>	<b>20</b>
	3.1 Libero.....	21
<b>4</b>	<b>CÍLE, HYPOTÉZY.....</b>	<b>22</b>
	4.1. Cíle práce.....	22
	4.2 Hypotézy.....	22
<b>5</b>	<b>METODOLOGIE VÝZKUMU.....</b>	<b>23</b>
	5.1 Objekt výzkumu.....	23
	5.2 Metody práce.....	23
	5.3 Škála pro hodnocení úspěšnosti podání.....	23
	5.4 Zóny volejbalového hřiště.....	23
<b>6</b>	<b>VÝSLEDKY A DISKUZE.....</b>	<b>25</b>
	6.1 Sledovaná utkání.....	26
	6.2 Souhrnná data ze všech utkání.....	46
	6.3 Vyhodnocení hypotéz.....	48
	<b>ZÁVĚR.....</b>	<b>50</b>



## Úvod

Volejbal je jedním z nejrozšířenějších sportů u nás i ve světě, je možno ho hrát na rekreační, výkonnostní i vrcholové úrovni. Jeho oblíbenost souvisí s tím, že je nenáročný na hrací plochu, téměř v každém kempu, na koupalištích, chatových osadách i na sídlištích se můžeme setkat s volejbalovými hřišti. Pravidla jsou velice jednoduchá a díky tomu, že se jedná o nekontaktní sport, přináší uspokojení lidem různého věku, pohlaví i dovedností. Díky své bezkontaktnosti je volejbal velice populární u žen, dětí i staršího obyvatelstva. Ale i přesto, že se jedná o nekontaktní sport, neztrácí na své akčnosti a pestrosti, také pro diváka je tento sport velice atraktivní. Na profesionální úrovni se jedná o takticky, psychicky a fyzicky náročný sport. Volejbal na rekreační úrovni hrají lidé po celém světě především pro radost z pohybu a potěšení.

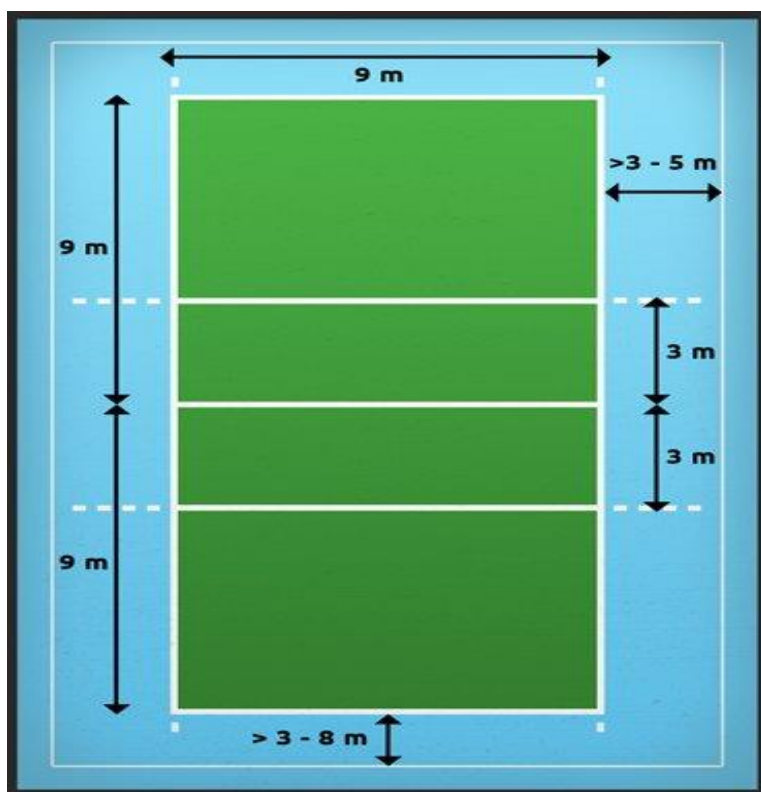
V teoretické části práce představíme volejbal, jeho pravidla, charakteristiku a počátky vzniku. Dále se budeme věnovat vývoji volejbalu v našich zemích i ve světě. A jelikož se naše práce zabývá výzkumem ženského podání, zmíníme se také o ženském tréninku a jeho zvláštích a odlišnostech od mužů. Dále teoreticky popíšeme jednotlivé druhy podání, jejich provedení a techniku. V neposlední řadě se budeme zabývat přihrávkou, která z velké části ovlivňuje úspěšnost podání.

V praktické části je předmětem našeho zkoumání podání ve druhé lize žen. Cílem práce je zjištění četnosti plachtícího podání, plachtícího podání s výskokem a smečovaného podání. Posléze se budeme zabývat úspěšností zmíněných podání a zastoupení podání z jednotlivých zón hřiště za koncovou čarou.

# 1 Volejbal

## 1.1 Charakteristika volejbalu

Volejbal se hraje na obdélníkovém hřišti o rozměrech 9x18, hřiště je v polovině rozděleno sítí, která je vysoká 224 cm pro ženy a 243 cm pro muže. Každé družstvo hraje se šesti hráči. Míč je do hry uveden podáním z libovolného místa za koncovou čarou. Cílem hry je dostat míč přes síť na soupeřovu polovinu hřiště tak, aby spadl na zem. Družstvo má právo na tři odbití, aby vrátilo míč soupeři, blok se nepočítá jako dotek. Rozehra pokračuje, dokud se míč nedotkne země, není out nebo nepovolený způsob odbití. Oficiální volejbalová utkání se hrají na tři vítězné sety. Set končí dosažením 25 bodů s minimálním dvoubodovým rozdílem. Pátý set je zkrácený do 15 bodů také s dvoubodovým rozdílem. (Kaplan, 1999; Stará, Stará, Šamšula, 2015)



Obrázek č. 1: Volejbalové hřiště (<http://www.prestaboss.com/volejbal/>)

## **1.2 Historie volejbalu**

Na konci 19. století se do popředí dostával velký zájem o sport, který pronikal nejvíce do Ameriky, kde se mu věnovali především studenti kompenzující si svůj sedavý styl života. Atletika, rugby, baseball, to jsou sporty, které patřily k nejoblíbenějším. Jedná se o aktivity, které se rozvíjely nejvíce v letní sezóně. Studenti v zimě neprojevovali takový zájem o tělesnou výchovu a to především díky tomu, že nemohli najít rovnocennou aktivitu těmto letním sportům. (Český volejbalový svaz, 2005)

Za zakladatele volejbalu je považován profesor tělesné výchovy W. G. Morgan. Tělocvičnu rozdělil tenisovou sítí vysokou asi 183 cm, nejdříve ke hře sloužil basketbalový míč, který studenti odbíjeli z jedné části hřiště na druhou. Basketbalový míč byl na hru těžký, byl tedy nahrazen gumovou duší, která také nebyla vyhovující pro svoji lehkost. Morgan dal vyrobit první volejbalový míč, který měl odpovídající rozměry a materiál pro usnadnění hry.

Volejbal byl založen roku 1895 v Springfieldu ve státě Massachusetts (USA). Zpočátku se hrál pouze v tělocvičně, avšak postupem času se přesouval ven do přírody. Hra byla nenáročná na pravidla, vybavení i hrací plochu. Nekontaktní způsob hry umožňuje spojení osob různého pohlaví i věku, díky tomu se volejbal stal jednou z nejoblíbenějších rekreačních her. (Kaplan, Buchtel, 1987)

## **1.3 Vývoj volejbalu ve světě**

V roce 1900 se volejbal dostal do Kanady, ve stejném roce proniknul i do Indie. Postupně se dostával i do Střední Ameriky. V roce 1912 pan Hopkins představil volejbal v Uruguay a v roce 1915 byla založena první národní volejbalová federace.

Volejbal postupně pronikal i do Asie, kde díky místním podmínkám a mentalitě hráčů získával specifický charakter. Rekreační způsob hry postupně vystřídalo závodní pojetí volejbalu. V Evropě má volejbal své místo od roku 1917, díky vojákům z USA, kteří bojovali v 1. světové válce na území Francie. Postupně se rozšířil i do ostatních evropských zemí.

## 1.4 Vývoj volejbalu u nás

V Československu se volejbal začal rozvíjet po 1. světové válce prostřednictvím Československé armády. Hlavním představitelem volejbalu u nás byl J. A. Pipal, který byl ředitelem YMCA, to byla mezinárodní náboženská organizace mladých mužů, která založila volejbalový svaz.

Důležitou roli při rozšiřování volejbalu měli studenti vysokých škol, u kterých hra získala brzy velké zalíbení. Prvním vysokoškolským oddílem byla Strakova akademie, postupně vznikaly i další vysokoškolské oddíly vznikající i mimo Prahu. Volejbal začaly hrát i dělnické spolky, jež měly své soutěže. Velice populární byl volejbal i na středních školách.

V roce 1921 byl založen Český volejbalový a basketbalový svaz (ČVBS). V témže roce bylo uspořádáno první mistrovství České republiky, kde zvítězilo mužstvo Strakovy akademie. Na rozvoji volejbalu u nás se značně podílelo trampské hnutí. Vznikla Trampská volejbalová liga, která měla desetkrát více registrovaných hráčů než volejbalový svaz.

Ženský volejbal se začal rozvíjet ve druhé polovině 20. let, pravidla byla stejná pro muže i ženy a lišila se pouze výškou sítě. Od roku 1931 ženy hrály oficiální mistrovské soutěže.

V roce 1946 vznikla mezinárodní volejbalová federace (FIVB), která vytvářela podmínky pro všestranný rozvoj světového volejbalu. Ve stejném roce byl také v Československu založen samostatný Český volejbalový svaz. První mistrovství Evropy se konalo roku 1948 v Římě, kde Československo vyhrálo zlatou medaili. O rok později bylo uspořádáno i první mistrovství světa mužů v Praze, odkud si naše mužstvo odvezlo stříbro.

V 60. letech byl velký nárůst rozvoje volejbalu, řešily se otázky, zda volejbal patří do ven či do haly. Naši volejbaloví odborníci se shodli, že volejbal na vrcholové úrovni bude patřit do haly, což se v novodobé historii volejbalu potvrdilo.

V současné době je volejbal jedním z nejrozšířenějších sportů u nás jak v rekreační, tak i ve vrcholové podobě. Základem úspěchu vrcholového volejbalu je kvalitní příprava ve volejbalových třídách, klubech, základních školách, sportovních

centrech ČVS i střediscích vrcholového sportu ve volejbale, které vychovávají hráče a hráčky extraligových a reprezentačních družstev. (Buchtel, 2005)

## **1.5 Zvláštnosti tréninku žen**

Jelikož se v této práci zabýváme výzkumem volejbalového podání ve druhé lize žen, přiblížíme zde zvláštnosti a odlišnosti v jejich tréninku.

V posledních letech se ženská sportovní výkonnost neustále zvyšuje. Volejbal je u žen oblíben stejně jako u mužů, nasvědčuje tomu fakt, že na celém světě existuje mnoho ženských rekreačních i vrcholových týmů. Ženy mají menší výšku, těžiště, tělesnou hmotnost a to je spjato s tím, že mají menší hmotnost svalů a tím je ovlivněna i jejich výkonnost. Ženy mají přibližně o 20% menší srdce, rozdíly v srdeční činnosti i vitální kapacitě také značně ovlivňují jejich výkony. Výkonnost žen je zhruba o 40% nižší než výkonnost mužů. Ženské tělo není uzpůsobeno na tak velké svalové zatížení jako mužská stavba těla, na rozdíl od mužů ženy ke zvýšení své svalové síly používají dynamická cvičení a měly by zvedat nižší váhy přibližně do 30% své tělesné hmotnosti. Ženy lépe ovládají činnosti, kde je základem rovnováha. V technické a taktické přípravě se rozdíly neprojevují. V ženském tréninku hraje důležitou roli čas, ženy se hůře adaptují na výkon, a proto je dobré, aby jejich příprava byla delší s postupným zatěžováním. Celkově by měl být ženský trénink méně namáhavý než mužský.

Výkon žen je také vysoce ovlivňován menstruačním cyklem, až 50% žen dosahuje v době menstruace vyšších výkonů, ale naopak ženy s nepravidelným cyklem mohou v době menstruace mít výkon snížen. Je to způsobeno tím, že v době menstruace se mění tělesná teplota, zvyšuje se tepová frekvence a krevní tlak. Díky všem těmto odlišnostem a zvláštnostem je v ženském volejbalu také důležitý individuální přístup. (Buchtel, Kaplan, 1987; Dovalil, 2002)

## **2 Podání**

V této práci se zabýváme volejbalovým podáním, popíšeme zde jeho druhy, techniku a podrobně se zaměříme na plachtící podání ze země, ve výskoku a smečované podání, která jsou předmětem našeho zkoumání.

### **2.1 Definice podání**

Dle Buchtela, Ejema (1981) je podání odbití míče jednou rukou do pole soupeře, kterým se zahajuje každá rozehra. Účinnost podání je ovlivněna:

- prudkostí letu míče
- rotací a křivkou letu míče
- umístěním míče

### **2.2 Charakteristika podání**

Podání je základní herní činností jednotlivce, na kterou nemají vliv ostatní hráči ani spoluhráči, hráč se spoléhá pouze sám na sebe. V současné době podání není jen uvedení míče do hry, ale značně se podílí na výsledku zápasu. V moderním volejbalu má podání dva základní úkoly: dosažení přímého bodu z podání a zabránění soupeři v provedení útoku, tedy zabránění rychlým útočným kombinacím a získání času k přípravě na svou vlastní obranu. (Haník, Lehnert, 2004; Kaplan, 1999)

### **2.3 Druhy podání**

Rozdělení podání z hlediska způsobu provedení podle Buchtela (2005)

- spodní podání v čelném postoji
- spodní podání v bočním postoji
- vrchní podání čelné – prudké (z místa, z rozběhu, z výskoku – tzv. smečované podání)
- vrchní podání čelné pomalé
- vrchní podání čelné plachtící z místa
- vrchní podání čelné plachtící ve výskoku

Vzhledem k tomu, že se naše práce zabývá podáním ve druhé lize žen, zkoumáme plachtící podání ze země, plachtící podání s výskokem a smečované podání, je nám bližší rozdělení, které uvádí Haník, Lehnert (2004)

spodní podání

- vrchní rotované podání v čelném postavení
- smečované podání
- vrchní plachtící podání v čelném postavení
- skákané plachtící podání

## **2.4 Technika podání**

### **2.4.1 Spodní podání**

Spodní podání je prvním z uvedených druhů, které se používá u mládeže a začínajících hráčů v rekreačním a školním volejbalu, příjem takového podání není nijak složitý, ve vrcholovém volejbalu tedy pro něj není místo. Popis techniky se vztahuje k provedení pravou rukou.

#### **2.4.1.1 Postoj podávajícího**

Hráč zaujme postavení za koncovou čarou hřiště, kde hmotnost těla je rozložena na obě končetiny, jedna noha je mírně předsunuta a chodidla ve vzdálenosti na šířku ramen, důležitou roli hrají pokrčená kolena a mírný předklon trupu.

#### **2.4.1.2 Nadhození míče**

Před úderem do míče je důležité míč nadhodit, hmotnost těla je posunuta více dozadu na pravou nohu, trup je mírně předkloněn a levá ruka drží míč, který je šikmo vpravo před tělem, míč je pře tělem v dosahu pravé ruky a v úrovni pasu. Při tomto postoji a držení míče se míč nadhodí zhruba 5 cm.

#### **2.4.1.3 Úder do míče**

Úder začíná ve stejnou dobu jako nadhození míče, je proveden pravou nataženou paží a míč je zasažen patkou dlaně. Dlaň se přikládá volně s rozevřenými

prsty nebo s prsty pokrčenými směrem k dlani. S úderem do míče se přenáší váha ze zadní nohy na přední. Při provedení podání je důležité, aby byl trup stále předkloněn, až do dokončení podání. (Císař, 2005)

#### **2.4.2 Plachtící podání ze země**

Plachtící podání je podání s výrazně odlišnou technikou úderu do míče. Míč se musí udeřit, tak aby vůbec nerotoval, toho dosáhneme tím, že udeříme prudkým úderem dlaní do středu míče. (Císař, 2005)

##### **2.4.2.1 Postoj podávajícího**

Hráč stojí za koncovou čarou čelem k síti, nohy má od sebe přibližně na šíři ramen, levá je mírně předsunuta. Kolena jsou uvolněna a mírně pokrčena, váha těla je na zadní noze. Vzdálenost místa podání od koncové čáry není přesně stanovená, zaleží na hráči. (Haník, Lehnert, 2004)

##### **2.4.2.2 Držení míče**

Hráč drží míč před tělem, je důležité, aby hráč měl míč ve výšce obličeje a z tohoto místa provedl nadhoz. Z důvodu zkrácení dráhy nadhozu. (Haník, Lehnert, 2004)

##### **2.4.2.3 Nadhoz míče**

Paže, která nadhazuje míč, zůstává při pohybu téměř napjata a hráč nadhazuje míč plynulým pohybem. Míč opouští ruku v tom samém okamžiku, když se ocitne v úrovni ramen. Nadhoz se provádí před ramenem úderové paže, poměrně nízko nad úroveň hlavy, a to ve směru cíle podání. (Haník, Lehnert, 2004)

##### **2.4.2.4 Úder**

Úderová paže se současně s nadhozem vrací zpět do polohy s ohnutým předloktím, rukou mířící vpřed a loktem mírně před úrovní ramene. Úderová paže je v průběhu celého pohybu mírně pokrčena a nenapíná se v lokti ani v okamžiku úderu, proto poslední část pohybu je jakoby po přímce a ne po oblouku. Dlaň se mírně vytáhí



ven. Míč musí být udeřen před tělem nad hlavou. Ruka do míče udeří krátkým, agresivním úderem. Ruka a zápěstí jsou zpevněné. (Haník, Lehnert, 2004)

#### 2.4.2.5 Činnost po úderu

Ihned po krátkém, razantním úderu se paže rychle zastaví, stejně tak i zápěstí a míč v žádném případě nenásledují, následování míče by způsobilo vrchní rotaci. (Haník, Lehnert, 2004)

### 2.4.3 Skákané plachtící podání

#### 2.4.3.1 Postoj podávajícího

Výchozí postoj může být různý, jedná se o individuální záležitost. Ve výchozím postoji je tělo vzpřímené. Pravá noha i pravé rameno jsou vpředu. (Haník, Lehnert, 2004)

#### 2.4.3.2 Držení míče

Hráč drží míč v pravé ruce v předpažení, aby nebylo hned jasné, zda bude provádět smečované nebo skákané plachtící podání, pokud nechce tajit způsob provedení, může držet míč od začátku v obou rukách. (Haník, Lehnert, 2004)

#### 2.4.3.3 Kroky před nadhozením míče

Rozběh bývá zpravidla tříkrokový, stejně jako u smečovaného podání, ale ne tak razantní. Začíná se krokem levou nohou, tedy odrazem z pravé, která je vpředu. Zatím následuje krok pravou, jehož brzdící efekt je oslaben. Poslední přídavný krok levou nohou také nemá brzdící charakter. Pohyb podávajícího hráče pokračuje relativně vpřed. (Haník, Lehnert, 2004)

#### 2.4.3.4 Nadhoz míče

Nadhoz míče je uskutečňován oběma rukama, je nízký a bez rotace. (Haník, Lehnert, 2004)

#### 2.4.3.5 Odraz

Odraz je odlišný od nadhozu smečovaného podání. Nedochozí k zášvihu paží, boky se nepohybují dozadu jako při smečovaném podání. Mezi trupem a stehny je

větší úhel. Intenzita odrazu je menší a výskok je nízký a směřuje vpřed.“ (Haník, Lehnert, 2004)

#### 2.4.3.6 Činnost v letové fázi

Letová fáze je kratší než u smečovaného podání, trup je v letové fázi ve vzpřímené poloze. Doba mezi úderem a nadhozem je kratší, nadhoz je nízký a dochází ke kratšímu nápřahu. (Haník, Lehnert, 2004)

#### 2.4.3.7 Kontakt s míčem

Ruka a zápěstí se při úderu drží ve zpevněné poloze, prsty jsou spojeny a dlaně plochá. Kontakt dlaně s míčem by měl být co nejmenší. Míč je třeba udeřit tak, stejným způsobem jako při plachtícím podání ze země. (Haník, Lehnert, 2004)

#### 2.4.3.8 Činnost po úderu

Ihned po krátkém, ostrém úderu se paže rychle zastaví, tak jako při plachtícím podání ze země. Ihned po dopadu se hráč vyráží do svého postavení v poli. (Haník, Lehnert, 2004)

### **2.4.4 Smečované podání**

#### 2.4.4.1 Postoj podávajícího

Při správném provedení se úder do míče realizuje nad hracím polem a dráha letu míče je rovná a nestoupá, tím se zkrátí doba jeho letu. Hráč je tak daleko za koncovou čarou, aby se mohl rozběhnout a provést odraz. Ve výchozím postavení stojí hráč čelem k hřišti. (Císař, 2005)

#### 2.4.4.2 Rozběh a odraz

Pravák začíná pohyb výkrokem levé nohy, následuje pravá, pak pokračuje dlouhý krok levou nohou. Se snižováním kyčlí provede hráč odrazový dvojtakt, vykročí pravou a rychle přisune levou a provádí odraz a výskok. Výška výskoku závisí na dynamice provedení odrazu. Největší síla odrazu je vyvíjena později než u výskoku na smeč, protože hráč nemusí zcela zastavit horizontální pohyb. Doskok do hřiště je žádoucí. Hlavní odrazová síla působí ve stejnou dobu, když jsou kyčle nad chodidly a odrážejí se od země. (Císař, 2005)

#### 2.4.4.3 Nadhození míče

Z důvodu přirozené synchronizace je výhodnější, aby praváci prováděli nadhoz pravou rukou. Ale i tak mnoho hráčů nadhazuje míč oběma rukama nebo dokonce neúderovou paží. Při vykročení levou nohou se pravá ruka pohybuje přirozeně vpřed, nadhození tedy nevyžaduje žádné úpravy pohybového stereotypu. Výška nadhození je rozdílná a měla by odpovídat individuální dynamice provedení celého podání. Míč je třeba nadhodit tak vysoko, aby hráč plynule provedl rozběh, výskok a úder. (Císař, 2005; Haník, 2014)

#### 2.4.4.4 Úder do míče

Obě paže jdou po odrazu vzhůru, ve výši ramen, levá paže pokračuje a pravá se ohýbá v lokti, loket je vzad a následně táhne rameno dozadu. Při úderu vede hráč paži po oblouku. Vlastní pohyb je složen z pohybu v menším rozsahu v rameni, ve větším rozsahu a s větší rychlostí v lokti a zápěstí. Prudkým dotažením ruky v lokti, přiklopením dlaně a prstů na míč s prudkým zatažením zápěstí při současném vytažení z ramene vzhůru přivede hráč míč do potřebné horní rotace. V okamžiku úderu musí být zápěstí zpevněné. (Císař, 2005)

### 3 Přihrávka

Vzhledem k tomu, že se v této práci zaměřujeme také na úspěšnost podání, považujeme za důležité zmínit se o příjmu podání, které značnou měrou ovlivňuje úspěšnost podání, a také celý průběh rozehry.

Přihrávka je jednou z nejdůležitějších herních činností jednotlivce. Příjem podání se nejčastěji vybírá za pomoci úderu odbití spodem a odbití obouruč vrchem. Samotný příjem podání je velmi důležitý pro rozvoj útoku. Je-li přihrávka přesná, umožňuje využití mnoha útočných kombinací. Při příjmu podání jsou důležité dovednosti přihrávajícího hráče, ale v neposlední řadě také komunikace mezi jednotlivými hráči a jejich organizace, tak aby mohli vytvořit účinnou útočnou kombinaci. (Buchtel, 2005; Císař, 2005)

Správný postoj při přihrávce by měl být uvolněný a klidný. V okamžiku úderu podávajícího hráče udělá přihráváč poskok nebo sérii poskoků na úrovni postoje. Úvodní pohyb se odehrává na špičkách chodidel. Do střehového postoje se hráč dostane po zakončení přípravných pohybů, jedná se o přenesení váhy a odlehčení směrové nohy. Paže se spojují již napjaté, pohyb začíná protlačováním ramen dopředu a předklonem hlavy. Paže se nasazují tak, aby se předloktí ocitlo daleko před trupem, kvůli prodloužení dráhy tlumení. Paže se nepohybují, jsou klidné. Paže začínají tlumící pohyb podle rychlosti letu míče, ramena jsou zatlačena dopředu, lokty fixovány, zápěstí se tlačí k sobě a dolů. (Haník, Němec, Tlstovičová, Novák, 2008)

Předpoklady úspěšného přihrávče dle Císaře (2005)

- dobrý zrak
- koordinace očí, nohou a paží
- dobrý pohyb a automatizace techniky přihrávání
- zdravá agresivita
- mentální odolnost

Podmínky pro správný postoj při příjmu podání dle Císaře (2005)

- sledování míče během celého přesunu do místa přihrávání

- přenesení hmotnosti na přední část chodidel
- mírné snížení těla pro získání lepší rovnováhy

### **3.1 Libero**

Ve výkonnostním a vrcholovém volejbalu přihrávku provádí hráč, který se nazývá libero, tento hráč se specializuje pouze na příjem podání a přihrávku. Libero je hráč, který hraje v zadní řadě hřiště, ale nesmí provádět podání. Tento hráč je odlišen jinou barvou dresu než ostatní spoluhráči. Tento hráč nesmí blokovat a nesmí nahrávat prsty v předních zónách hřiště ani provádět útočný úder nad okrajem sítě. Libero se vyměňuje s libovolným hráčem zadní řady, ale vždy pouze za stejného, který ho předtím vyměnil, většinou se jedná o blokaře. Střídání libera nejsou brány jako řádná střídání, mohou být tedy uskutečňovány neomezeně. Není povoleno, aby hráč zastávající pozici libera, byl kapitánem družstva. (Buchtel, 2005; Císař 2005)

Libero je hráč, který by měl mít vynikající přihrávku. Na post libera většinou přechází hráči z jiných postů, protože byly dobrými přihrávači, není to tak, že by se někdo chtěl stát vyloženě liberem. Míče zadarmo (míče neútočného charakteru, které přes síť letí zpravidla větším obloukem a umožňují soupeři vytvořit útočné kombinace) také většinou přijímá libero, aby ostatní hráči měli dostatek času na rozvinutí útoku. Jeho odpovědnost při příjmu je vysoká, od něho se odvíjí úspěšnost útoku. Libero většinou stojí v zóně 5 nebo 6, častěji je hráč postaven do zóny 5, kam směřuje nejvíce útoků. (Císař, 2005)

## **4 Cíle, hypotézy**

### **4.1 Cíle práce**

Cílem této bakalářské práce je teoreticky popsat jednotlivé druhy podání. Prozkoumat četnost a úspěšnost plachtícího podání ze země, plachtícího podání s výskokem a smečovaného podání. A v neposlední řadě zjistit zastoupení podání z jednotlivých zón hřiště za koncovou čarou.

### **4.2 Hypotézy**

1. Největší zastoupení v utkání bude mít plachtící podání ze země.
2. Největší zastoupení v utkání dle kritéria prostoru budou mít podání provedená ze zóny 1.
3. Nejnižší úspěšnost bude mít plachtící podání ze země.
4. Nejvyšší úspěšnost bude mít smečované podání.

## **5 Metodologie výzkumu**

### **5.1 Objekt výzkumu**

Pro tuto bakalářskou práci jsme dle našich kritérií vybrali zápasy druhé ligy žen. Bylo sledováno celkem 10 domácích utkání družstva Slavia Hradec Králové v sezóně 2014 - 2015. Do výzkumu jsou zahrnuty i soupeřící družstva, jednotlivá utkání byla sledována v období od října do února.

### **5.2 Metody práce**

V této bakalářské práci jsme použili metodu přímého pozorování. Zápasy jsme sledovali na domácí palubovce Hradce Králové, data byla zaznamenávána do předem připravených tabulek, kde jsme pomocí čárkovací metody zaznamenávali četnost jednotlivých podání, úspěšnost plachtícího podání ze země, plachtícího podání ve výskoku, smečovaného podání. A zastoupení podání z jednotlivých zón za koncovou čarou hřiště.

### **5.3 Škála pro hodnocení úspěšnosti podání**

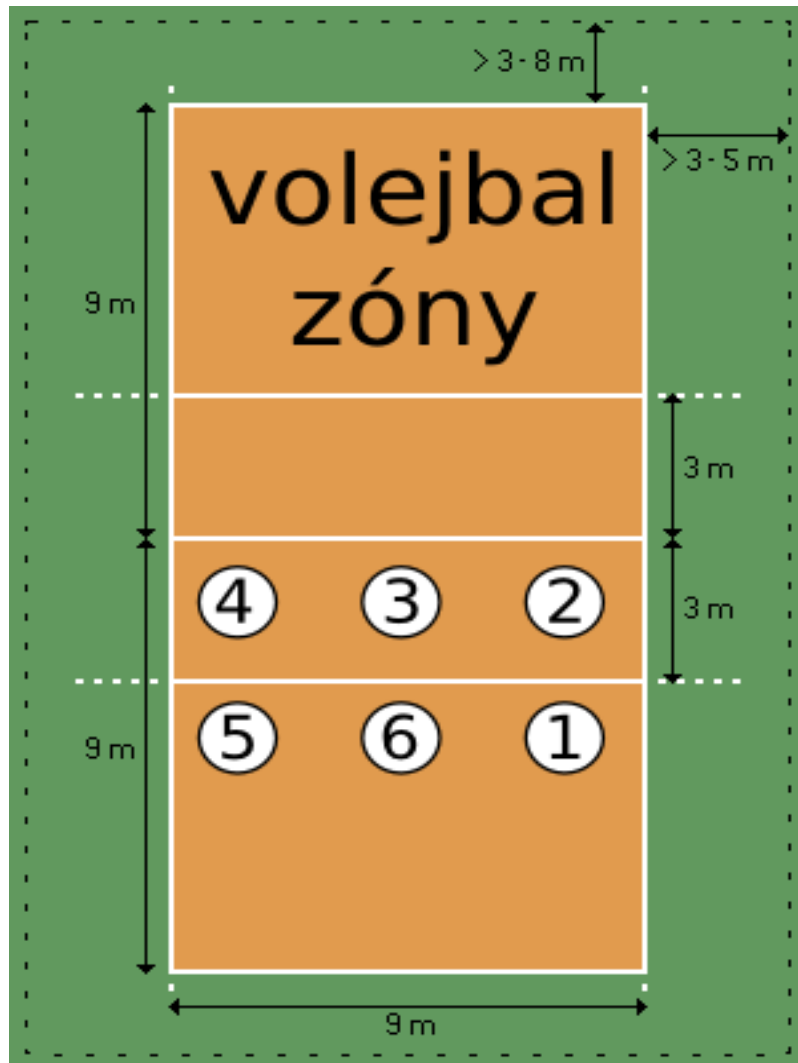
Na základě předvýzkumu jsme vytvořili hodnotící stupnici 1 - 4, přičemž první dvě se hodnotí jako úspěšná podání a poslední dvě jako neúspěšná.

1. Přímý bod z podání, eso
2. Soupeř musí přehrát míč přes síť zadarmo
3. Soupeř může použít útočný úder
4. Zkažené podání

### **5.4 Zóny volejbalového hřiště**

V bakalářské práci jsme sledovali rozmístění podání za koncovou čarou, proto zde vysvětlíme, jaké má volejbalové hřiště rozdělení. Hřiště je rozděleno do šesti

základních zón. Pro naši práci jsou důležité zóny 1, 5, 6, zpoza kterých je možné provádět podání. Vše bude ukázáno na následujícím obrázku.



Obrázek č. 2: Zóny volejbalového hřiště

(<http://volejbal-ekonomka.webnode.cz/>)



## 6 Výsledky a diskuze

V praktické části bakalářské práce jsme pro každý zápas vytvořili tři tabulky a tři grafy. V první tabulce je zapsána četnost smečovaného, plachtícího a plachtícího podání s výskokem v jednotlivých setech, druhá tabulka zaznamenává zastoupení podání zpoza zón hřiště a třetí tabulka nám udává procentuální úspěšnost podání. První graf znázorňuje četnost podání, druhý graf podání z jednotlivých zón hřiště a třetí graf znázorňuje procentuální úspěšnost smečovaného, plachtícího a plachtícího podání s výskokem.

<b>Domáci:</b>	<b>Hosté:</b>
<b>Podání</b>	
Plachtící	Plachtící
Plachtící s výskokem	Plachtící s výskokem
Smečované	Smečované
<b>Zóna</b>	
1	1
5	5
6	6
<b>Úspěšnost</b>	
Přímý bod z podání, eso	Přímý bod z podání, eso
Míč zadarmo od soupeře	Míč zadarmo od soupeře
Útočný úder od soupeře	Útočný úder od soupeře
Zkažené podání	Zkažené podání

Obrázek č. 3: Záznamový arch.

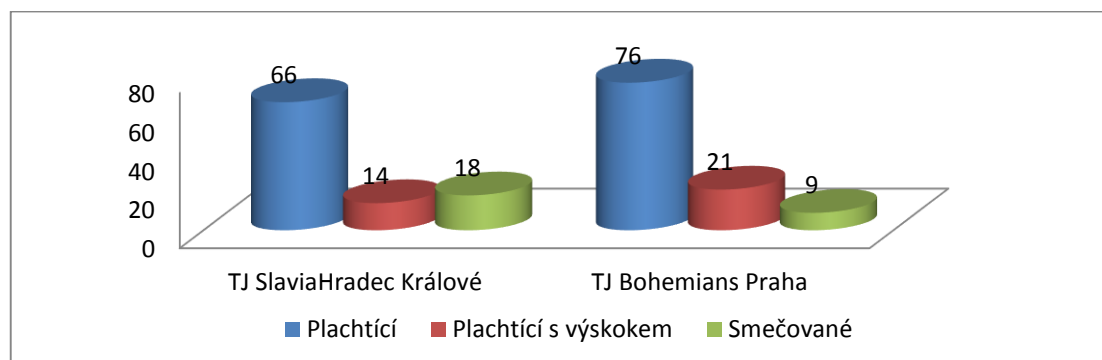
## 6.1 Sledovaná utkání

### TJ Slavia Hradec Králové – TJ Bohemians Praha

V prvním utkání má největší četnost plachtící podání celkem 142, nejvyšší zastoupení má podání ze zóny 1, a nejvyšší procentuální úspěšnost smečované podání družstva TJ Bohemians Praha s úspěšností 35%.

Tabulka č. 1: Četnost podání v prvním utkání.

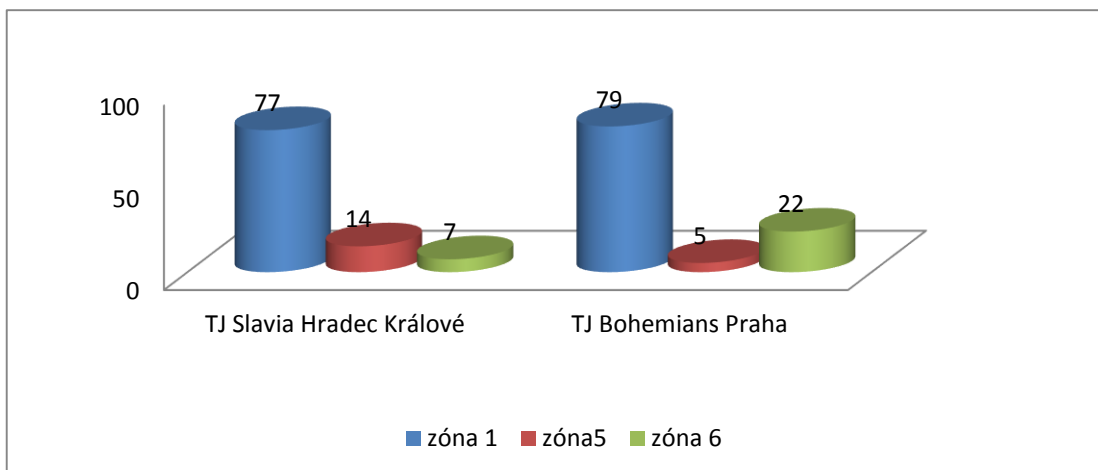
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ Bohemians Praha					
Podání	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
Plachtící		13	14	19	15	5	66	18	18	11	17	12	76
Plachtící s výskokem		4	3	3	2	2	14	4	3	3	8	3	21
Smečované		4	8	3	2	1	18	3	3	3	0	0	9



Obrázek č. 4: Grafické znázornění četnosti podání v prvním utkání.

Tabulka č. 2: Zastoupení podání z herních zón v prvním utkání.

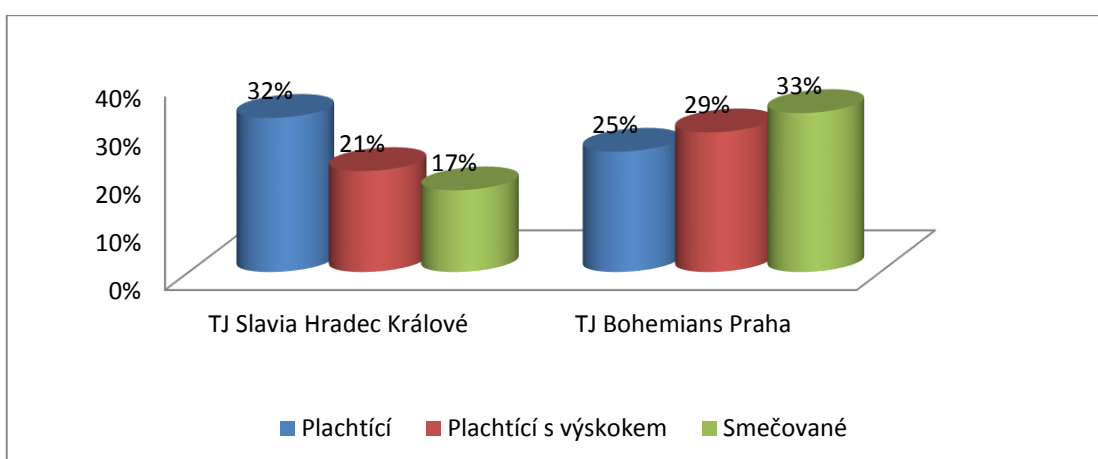
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ Bohemians Praha					
Zóna	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
1		17	21	18	15	6	77	20	22	15	17	5	79
5		3	3	4	3	1	14	3	0	2	0	0	5
6		1	1	2	1	2	7	2	2	0	8	10	22



Obrázek č. 5: Grafické znázornění podání z herních zón v prvním utkání.

Tabulka č. 3: Úspěšnost podání v prvním utkání.

Družstvo	TJ Slavia Hradec Králové			TJ Bohemians Praha		
	úspěšné	celkem	%	úspěšné	celkem	%
Plachtíci	21	66	32%	19	76	25%
Plachtíci s výskokem	3	14	21%	6	21	29%
Smečované	3	18	17%	3	9	33%



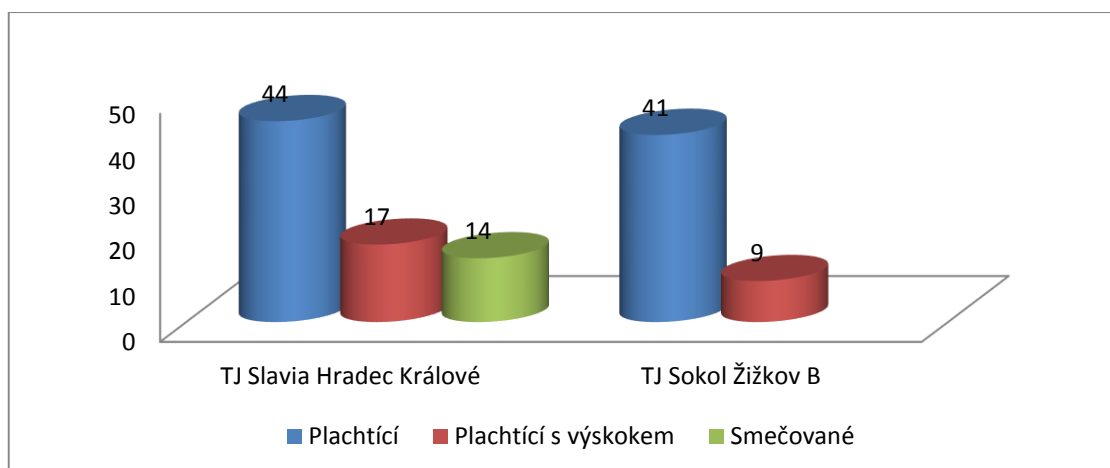
Obrázek č. 6: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti podání v prvním utkání.

## TJ Slavia Hradec Králové – TJ Sokol Žižkov B

Ve druhém utkání je nejpoužívanější plachtící podání s celkovým počtem 85, nejvyšší zastoupení ze zóny 1 a nejúspěšnější je plachtící podání s výskokem družstva TJ Slavia Hradec Králové s úspěšností 35%.

Tabulka č. 4: Četnost podání ve druhém utkání.

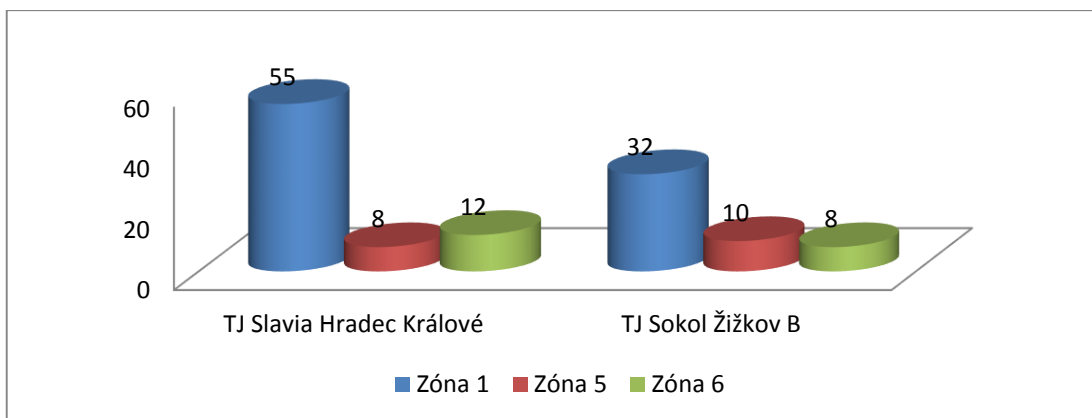
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ Sokol Žižkov B					
Podání	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
Plachtící		13	15	16			44	16	12	13			41
Plachtící s výskokem		6	7	4			17	3	2	4			9
Smečované		6	3	5			14	0	0	0			0



Obrázek č. 7.: Grafické znázornění četnosti podání ve druhém utkání.

Tabulka č. 5: Zastoupení podání z herních zón ve druhém utkání.

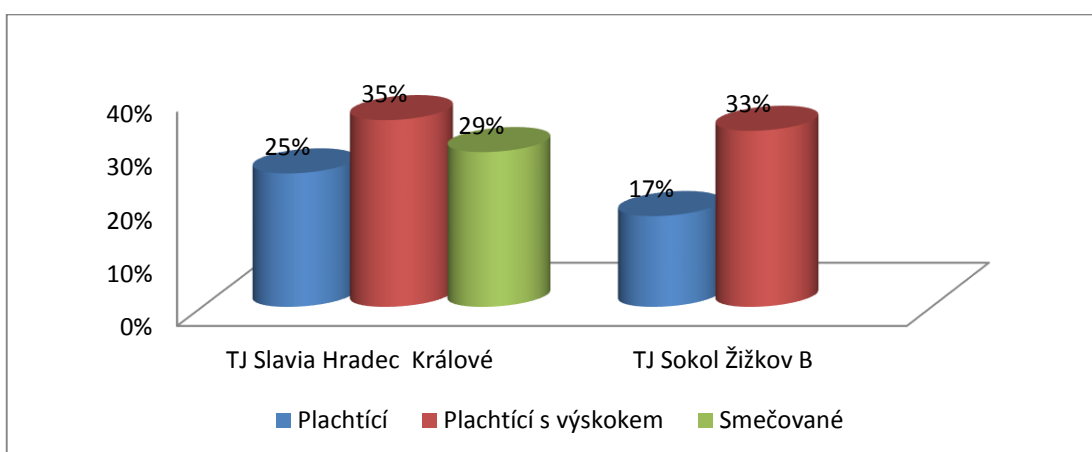
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ Sokol Žižkov B					
Zóna	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
1		18	20	17			55	12	9	11			32
5		4	2	2			8	5	3	2			10
6		3	3	6			12	2	2	4			8



Obrázek č. 8: Grafické znázornění podání z herních zón ve druhém utkání.

Tabulka č. 6: Úspěšnost podání ve druhém utkání.

Družstvo	TJ Slavia Hradec Králové			TJ Sokol Žižkov B		
	úspěšné	celkem	%	úspěšné	celkem	%
Plachtíci	11	44	25%	7	41	17%
Plachtíci s výskokem	6	17	35%	3	9	33%
Smečované	4	14	29%	0	0	0



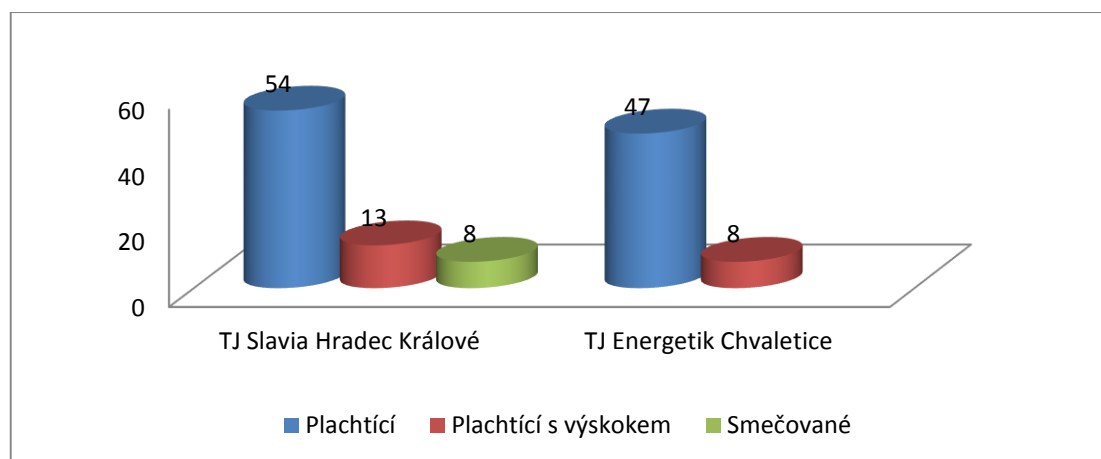
Obrázek č. 9: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti podání ve druhém utkání.

## Slavia Hradec Králové - TJ Energetik Chvaletice

Ve třetím utkání má největší zastoupení plachtící podání s celkovým počtem 101. Hráčky ke svému podání nejvíce využívají zónu 1, nejúspěšnější je smečované podání družstva TJ Slavia Hradec Králové s úspěšností 50%

Tabulka č. 7: Četnost podání ve třetím utkání.

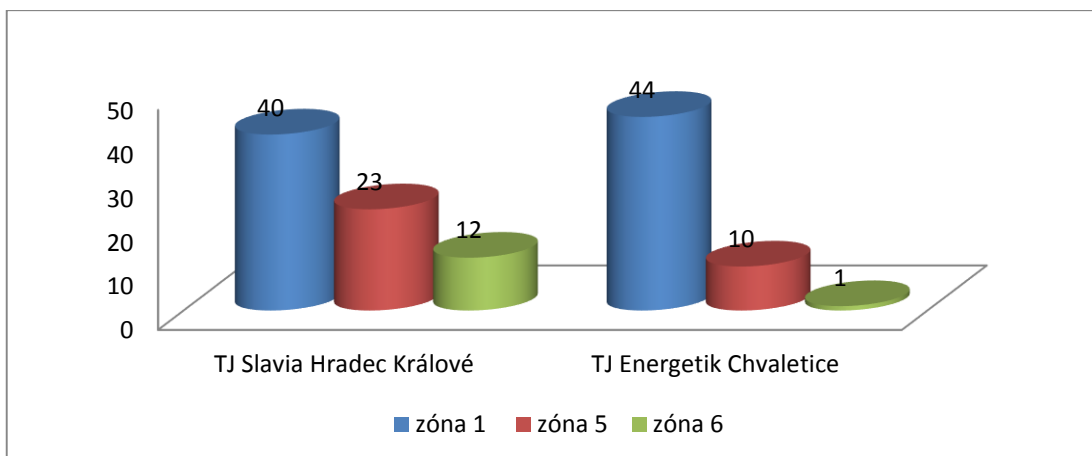
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ Energetik Chvaletice					
Podání	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
Plachtící		17	21	16			54	16	16	15			47
Plachtící s výskokem		5	3	5			13	5	2	1			8
Smečované		3	1	4			8	0	0	0			0



Obrázek č. 10: Grafické znázornění četnosti podání ve třetím utkání.

Tabulka č. 8: Zastoupení podání z herních zón ve třetím utkání.

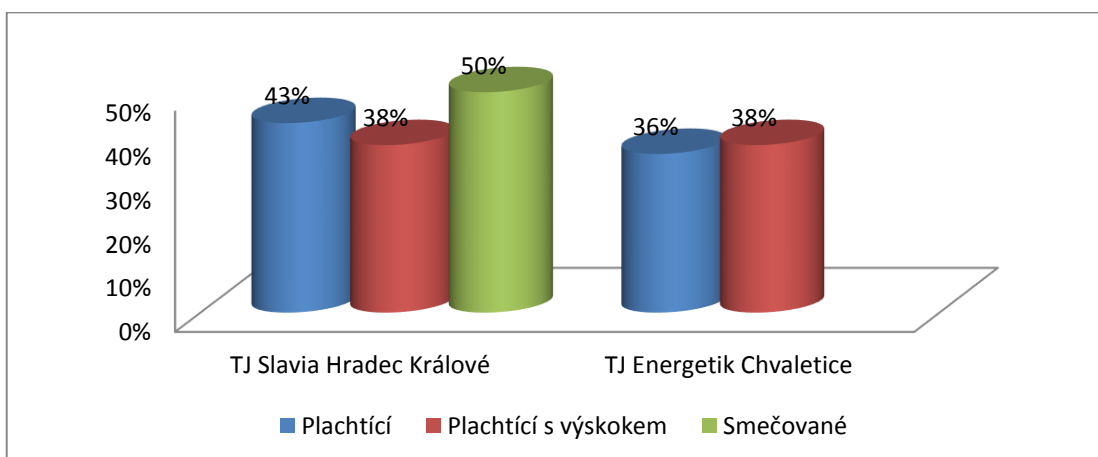
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ Energetik Chvaletice					
Zóna	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
1		16	10	14			40	16	15	13			44
5		4	10	9			23	5	3	2			10
6		5	5	2			12	0	0	1			1



Obrázek č. 11: Grafické znázornění podání z herních zón ve třetím utkání.

Tabulka č. 9: Úspěšnost podání ve třetím utkání.

Družstvo	TJ Slavia Hradec Králové			TJ Energetik Chvaletice		
	úspěšné	celkem	%	úspěšné	celkem	%
Plachtíci	23	54	43%	17	47	36%
Plachtíci s výskokem	5	13	38%	3	8	38%
Smečované	4	8	50%	0	0	0



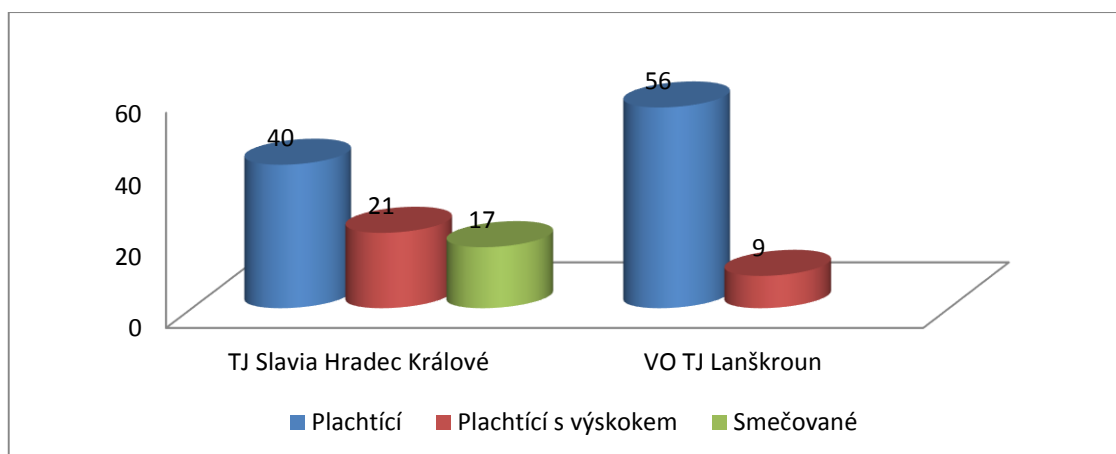
Obrázek č. 12: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti podání ve třetím utkání.

## TJ Slavia Hradec Králové – VO TJ Lanškroun

Ve čtvrtém utkání je nejvíce zastoupeno plachtící podání s celkovým počtem 96. Ze zóny 1 byl uskutečněn nejvyšší počet podání. Nejvyšší úspěšnost v zápase má smečované podání družstva TJ Slavia Hradec Králové - 53%.

Tabulka č. 10: Četnost podání ve čtvrtém utkání.

Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						VO TJ Lanškroun					
Podání	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
Plachtící		16	14	10			40	23	15	18			56
Plachtící s výskokem		9	3	9			21	3	5	1			9
Smečované		3	8	6			17	0	0	0			0

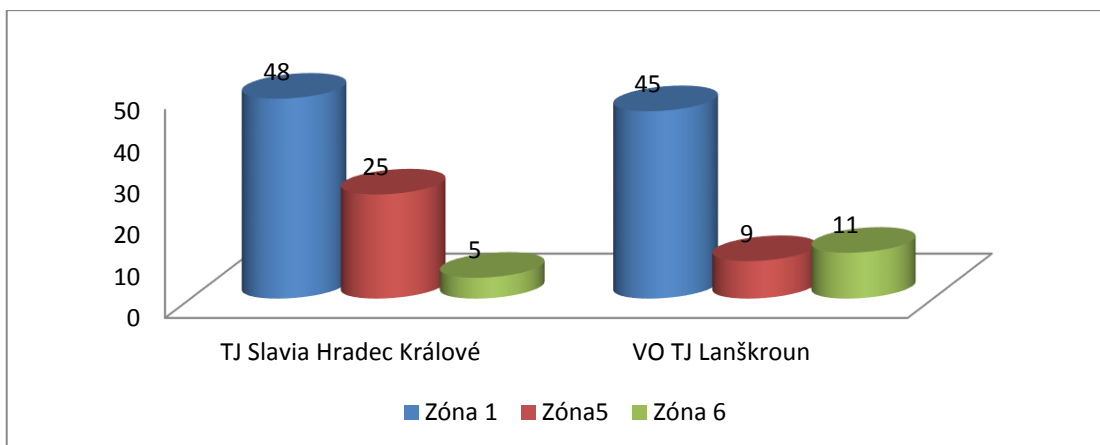


Obrázek č. 13: Grafické znázornění četnosti podání ve čtvrtém utkání.

Tabulka č. 11: Zastoupení podání z herních zón ve čtvrtém utkání.

Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						VO TJ Lanškroun					
Zóna	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
1		16	16	16			48	18	17	10			45
5		10	9	6			25	4	3	2			9
6		2	0	3			5	4	0	7			11

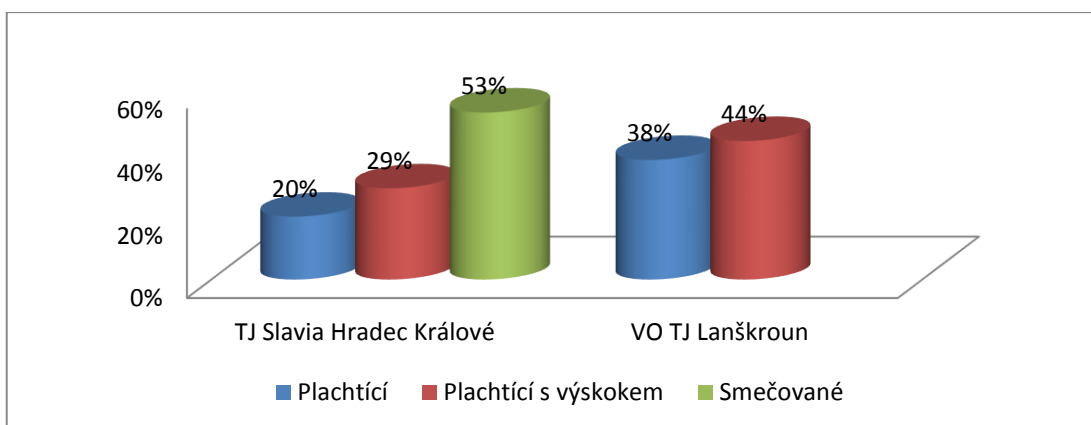




Obrázek č. 14: Grafické znázornění podání ze zón ve čtvrtém utkání.

Tabulka č. 12: Úspěšnost podání ve čtvrtém utkání.

Družstvo	TJ Slavia Hradec Králové			VO TJ Lanškroun		
	úspěšné	celkem	%	úspěšné	celkem	%
Plachtíci	8	40	20%	21	56	38%
Plachtíci s výskokem	6	21	29%	4	9	44%
Smečované	9	17	53%	0	0	0



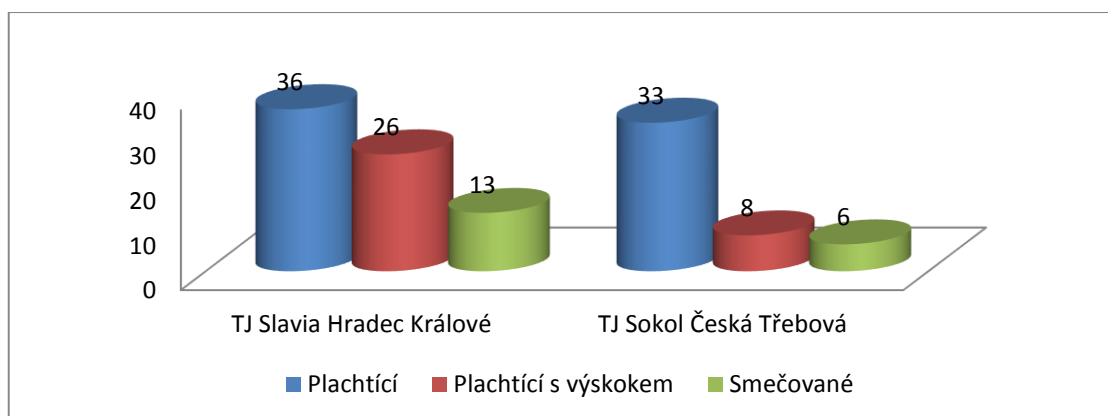
Obrázek č. 15: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti ve čtvrtém utkání.

## TJ Slavia Hradec Králové - TJ Sokol Česká Třebová

V pátém utkání se nejčastěji využívá plachtící podání s celkovým počtem 69. Největší zastoupení podání je ze zóny 1. A nejvyšší procentuální úspěšnosti dosahuje smečované podání družstva TJ Slavia Hradec Králové s úspěšností 54%

Tabulka č. 13: Četnost podání v pátém utkání.

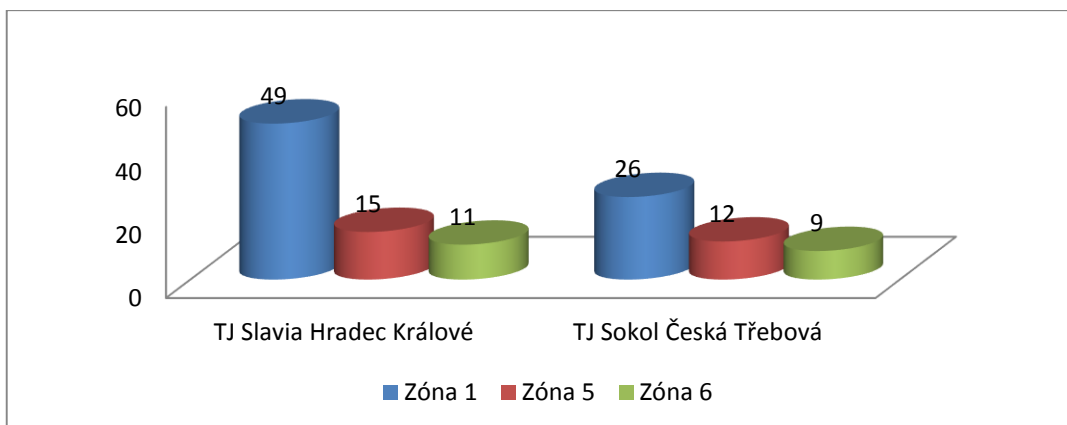
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ Sokol Česká Třebová					
Podání	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
Plachtící		13	12	11			36	10	11	12			33
Plachtící s výskokem		8	7	11			26	3	2	3			8
Smečované		4	6	3			13	2	3	1			6



Obrázek č. 16: Grafické znázornění četnosti podání v pátém utkání.

Tabulka č. 14: Zastoupení podání z herních zón v pátém utkání.

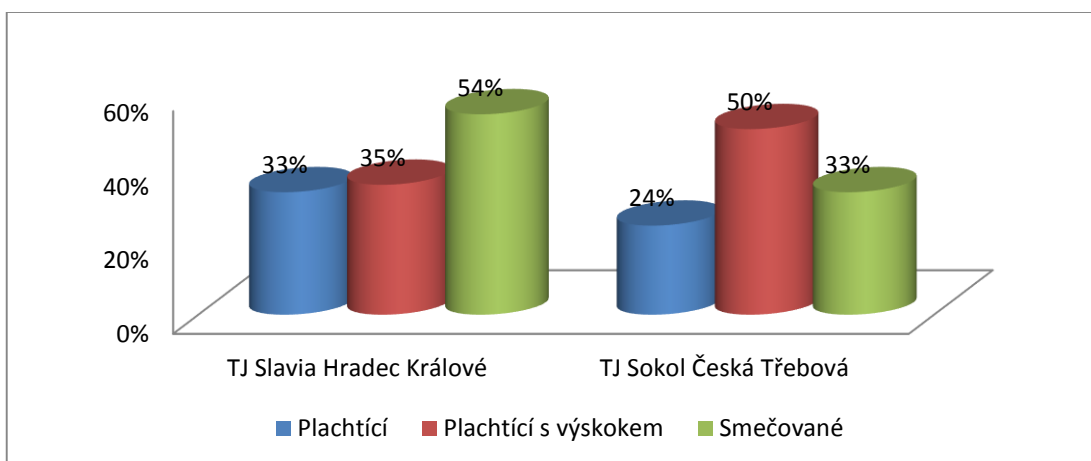
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ Sokol Česká Třebová					
Zóna	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
1		18	16	15			49	7	10	9			26
5		5	6	4			15	6	2	4			12
6		2	3	6			11	2	4	3			9



Obrázek č. 17: Grafické znázornění podání ze zón v pátém utkání.

Tabulka č. 15: Úspěšnost podání v pátém utkání.

Družstvo	TJ Slavia Hradec Králové			TJ Sokol Česká Třebová		
	úspěšné	celkem	%	úspěšné	celkem	%
Plachtíci	12	36	33%	8	33	24%
Plachtíci s výskokem	9	26	35%	4	8	50%
Smečované	7	13	54%	2	6	33%



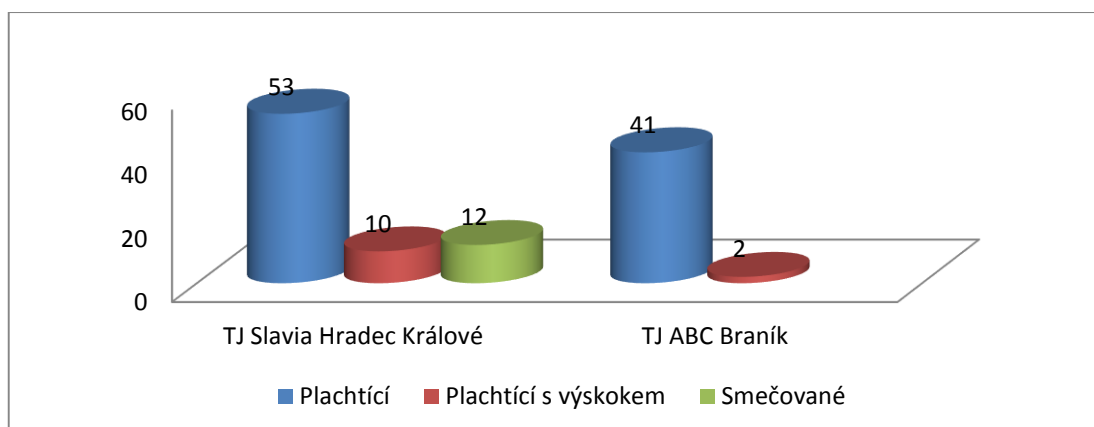
Obrázek č. 18: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti v pátém utkání.

## TJ Slavia Hradec Králové – TJ ABC Braník

V šestém utkání má největší četnost plachtící podání s celkovým počtem 94. Hráčky nejvíce využívají pro podání zónu 1. Nejúspěšnější je smečované podání družstva TJ Slavia Hradec Králové s úspěšností 75%.

Tabulka č. 16: Četnost podání v šestém utkání.

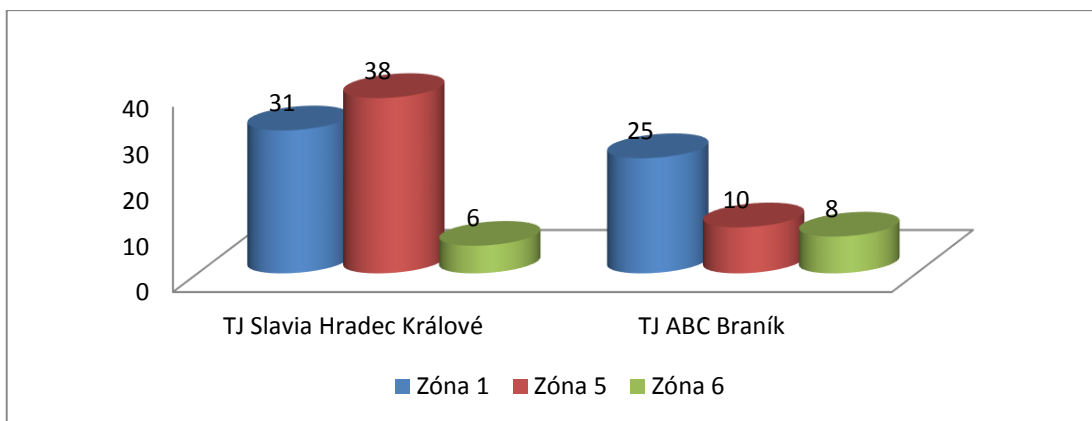
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ ABC Braník					
Podání	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
Plachtící		17	15	21			53	10	10	21			41
Plachtící s výskokem		5	3	2			10	2	0	0			2
Smečované		3	7	2			12	0	0	0			0



Obrázek č. 19: Grafické znázornění četnosti podání v šestém utkání.

Tabulka č. 17: Zastoupení podání z herních zón v šestém utkání.

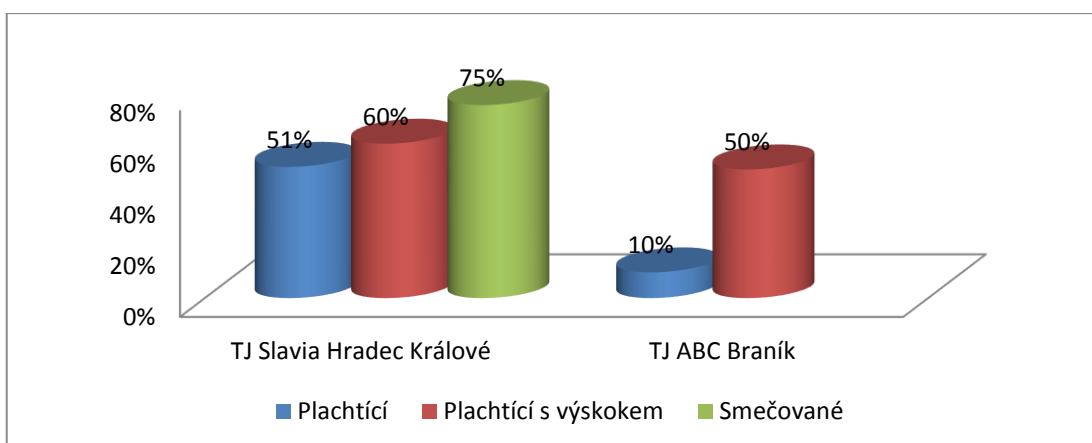
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ ABC Braník					
Zóna	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
1		15	10	6			31	8	6	11			25
5		10	12	16			38	2	4	4			10
6		0	3	3			6	2	0	6			8



Obrázek č. 20: Grafické znázornění podání ze zón v šestém utkání.

Tabulka č. 18: Úspěšnost podání v šestém utkání.

Družstvo	TJ Slavia Hradec Králové			TJ ABC Braník		
	úspěšné	celkem	%	úspěšné	celkem	%
Plachtíci	27	53	51%	4	41	10%
Plachtíci s výskokem	6	10	60%	1	2	50%
Smečované	9	12	75%	0	0	0%



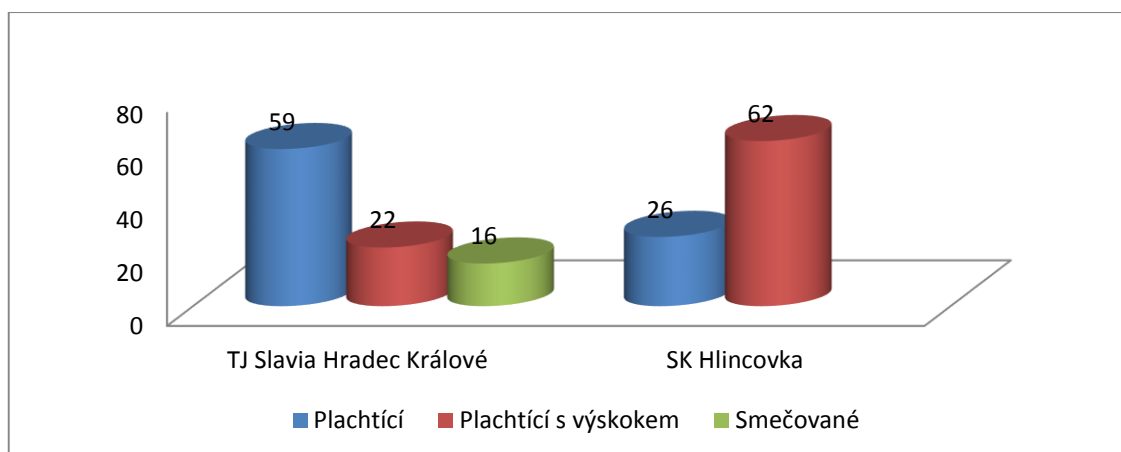
Obrázek č. 21: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti v šestém utkání.

## TJ Slavia Hradec Králové – SK Hlincovka

V sedmém utkání je nejčetnější plachtící podání s celkovým počtem 85. Největší zastoupení má podání ze zóny 1. Nejvyšší úspěšnost má smečované podání družstva TJ Slavia Hradec Králové s úspěšností 50%.

Tabulka č. 19: Četnost podání v sedmém utkání.

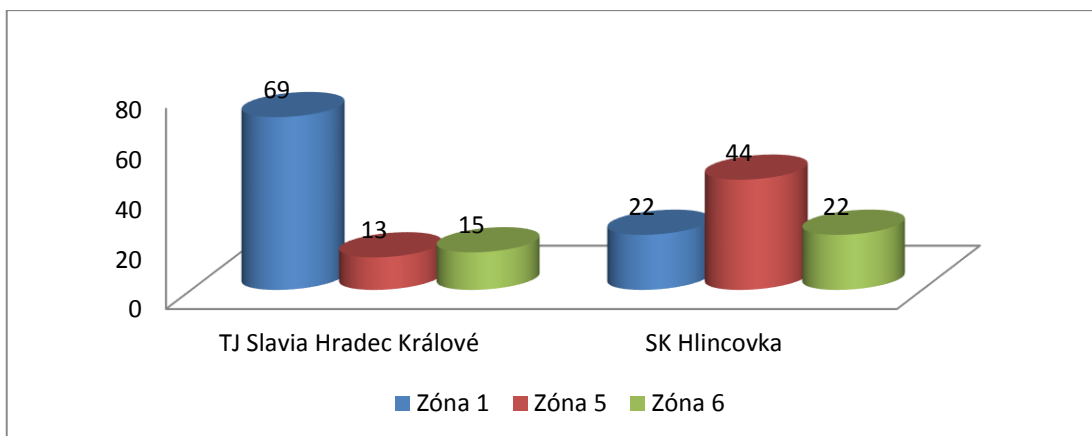
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						SK Hlincovka					
Podání	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
Plachtící		17	12	16	14		59	8	5	7	6		26
Plachtící s výskokem		5	6	7	4		22	17	14	11	20		62
Smečované		0	6	2	8		16	0	0	0	0		0



Obrázek č. 22: Grafické znázornění četnosti podání v sedmém utkání.

Tabulka č. 20: Zastoupení podání z herních zón v sedmém utkání.

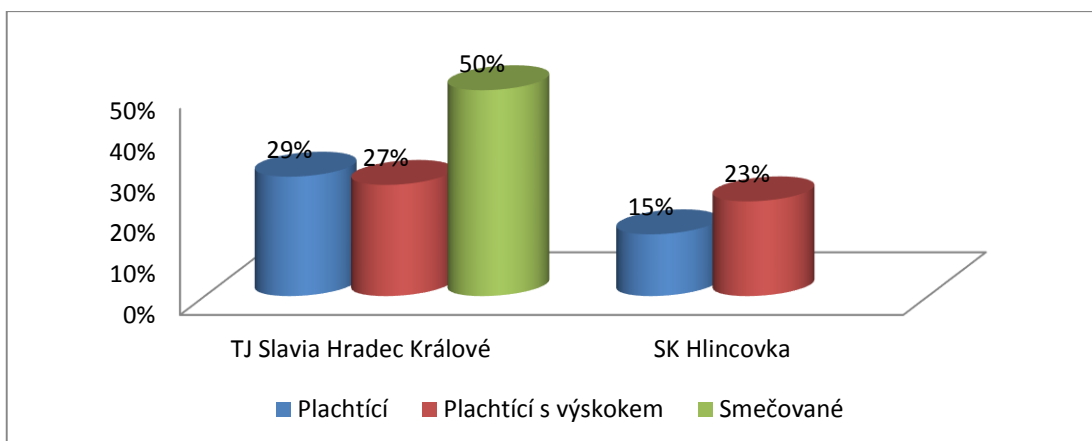
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						SK Hlincovka					
Zóna	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
1		14	20	16	19		69	3	5	2	12		22
5		2	2	6	3		13	16	9	11	8		44
6		6	2	3	4		15	6	5	5	6		22



Obrázek č. 23: Grafické znázornění podání ze zón v sedmém utkání.

Tabulka č. 21: Úspěšnost podání v sedmém utkání.

Družstvo	TJ Slavia Hradec Králové			SK Hlincovka		
	úspěšné	celkem	%	úspěšné	celkem	%
Plachtíci	17	59	29%	4	26	15%
Plachtíci s výskokem	6	22	27%	14	62	23%
Smečované	8	16	50%	0	0	0%



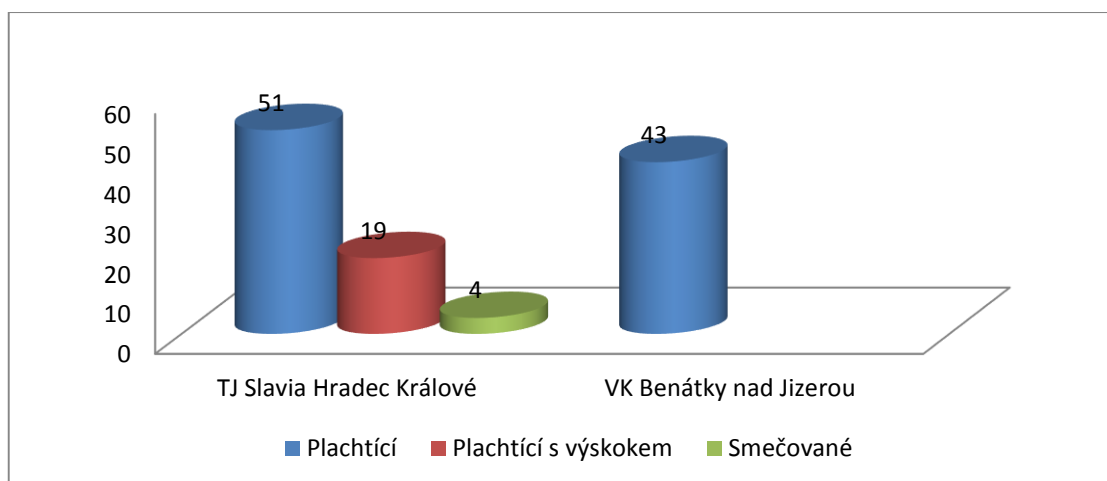
Obrázek č. 24: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti v sedmém utkání.

## TJ Slavia Hradec Králové – VK Benátky nad Jizerou

V osmém utkání hráčky nejvíce využívají plachtící podání s celkovým počtem 94. K provedení podání je nejvíce využívána zóna 6. Nejúspěšnější je plachtící podání s výskokem družstva TJ Slavia Hradec Králové s úspěšností 37%.

Tabulka č. 22: Četnost podání v osmém utkání.

Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						VK Benátky nad Jizerou					
Podání	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
Plachtící		19	20	12			51	11	20	12			43
Plachtící s výskokem		4	3	12			19	0	0	0			0
Smečované		1	2	1			4	0	0	0			0

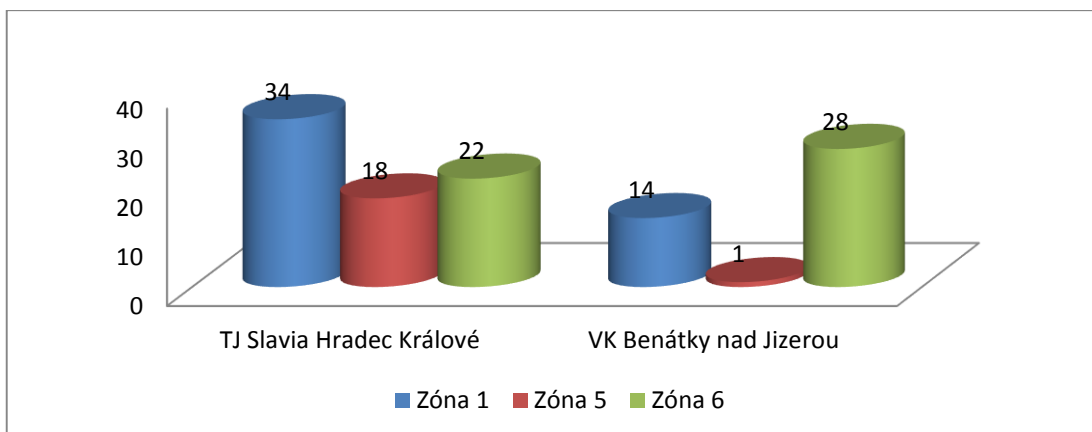


Obrázek č. 25: Grafické znázornění četnosti podání v osmém utkání.

Tabulka č. 23: Zastoupení podání z herních zón v osmém utkání.

Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						VK Benátky nad Jizerou					
Zóna	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
1		6	12	16			34	5	5	4			14
5		8	7	3			18	0	1	0			1
6		10	6	6			22	6	14	8			28

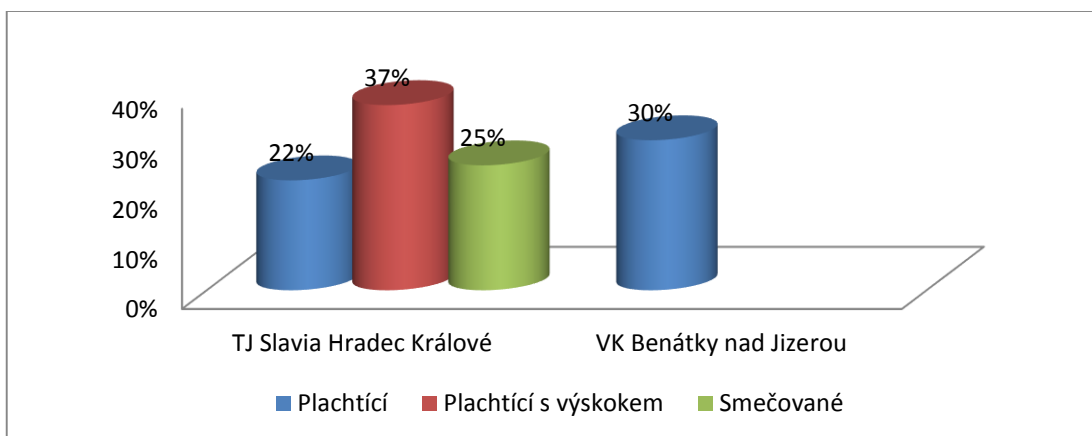




Obrázek č. 26: Grafické znázornění podání ze zón v osmém utkání.

Tabulka č. 24: Úspěšnost podání v osmém utkání.

Družstvo	TJ Slavia Hradec Králové			VK Benátky nad Jizerou		
	úspěšné	celkem	%	úspěšné	celkem	%
Plachtíci	11	51	22%	13	43	30%
Plachtíci s výskokem	7	19	37%	0	0	0%
Smečované	1	4	25%	0	0	0%



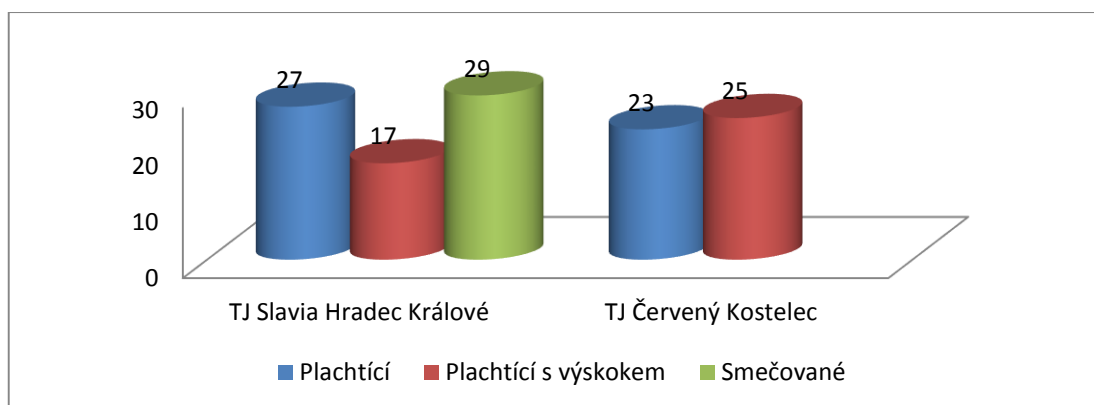
Obrázek č. 27: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti v osmém utkání.

## TJ Slavia Hradec Králové – TJ Červený Kostelec

V devátém utkání se nejvíce využívá plachtící podání s celkovým počtem 50. Největší zastoupení mají podání provedená ze zóny 1. Nejvyšší úspěšnost má smečované podání družstva TJ Slavia Hradec Králové s úspěšností 52%.

Tabulka č. 25: Četnost podání v devátém utkání.

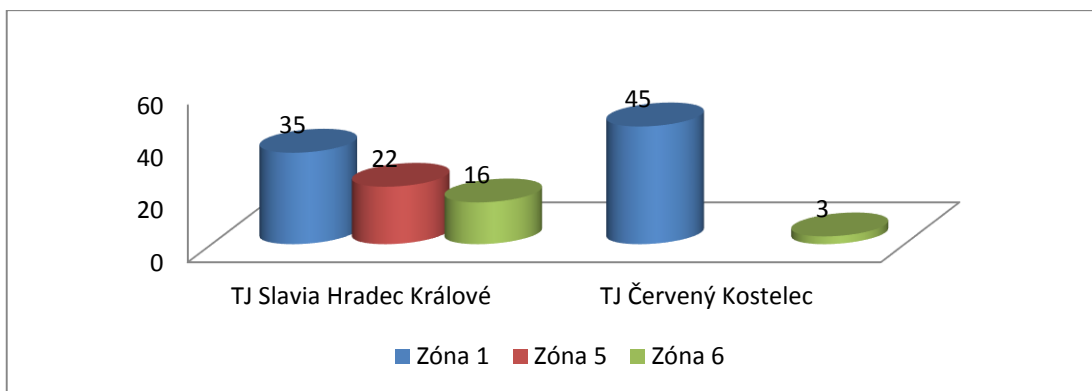
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ Červený Kostelec					
Podání	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
Plachtící		11	6	10			27	11	4	8			23
Plachtící s výskokem		6	6	5			17	7	7	11			25
Smečované		7	13	9			29	0	0	0			0



Obrázek č. 28: Grafické znázornění četnosti podání v devátém utkání.

Tabulka č. 26: Zastoupení podání z herních zón v devátém utkání.

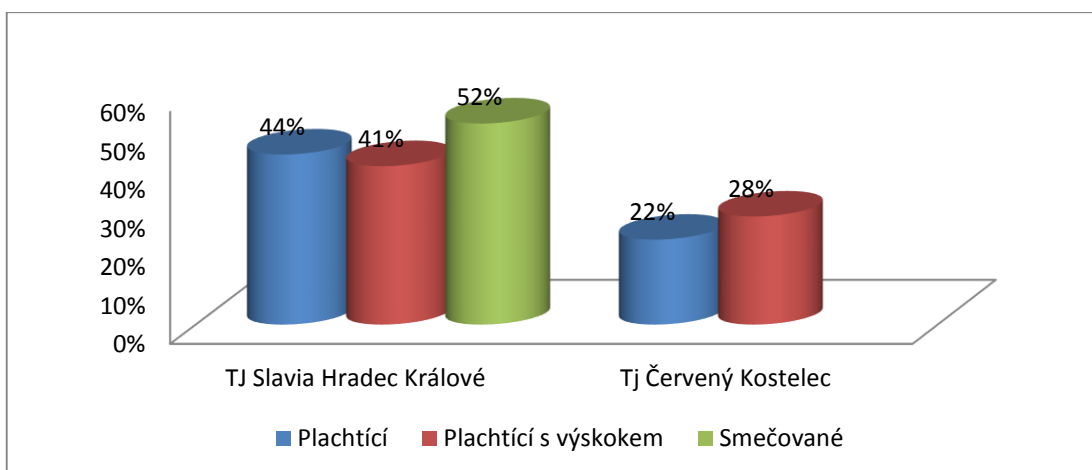
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						TJ Červený Kostelec					
Zóna	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
1		10	14	11			35	18	8	19			45
5		9	6	7			22	0	0	0			0
6		5	5	6			16	0	3	0			3



Obrázek č. 29: Grafické znázornění podání ze zón v devátém utkání.

Tabulka č. 27: Úspěšnost podání v devátém utkání.

Družstvo	TJ Slavia Hradec Králové			TJ Červený Kostelec		
	úspěšné	celkem	%	úspěšné	celkem	%
Plachtíci	12	27	44%	5	23	22%
Plachtíci s výskokem	7	17	41%	7	25	28%
Smečované	15	29	52%	0	0	0%



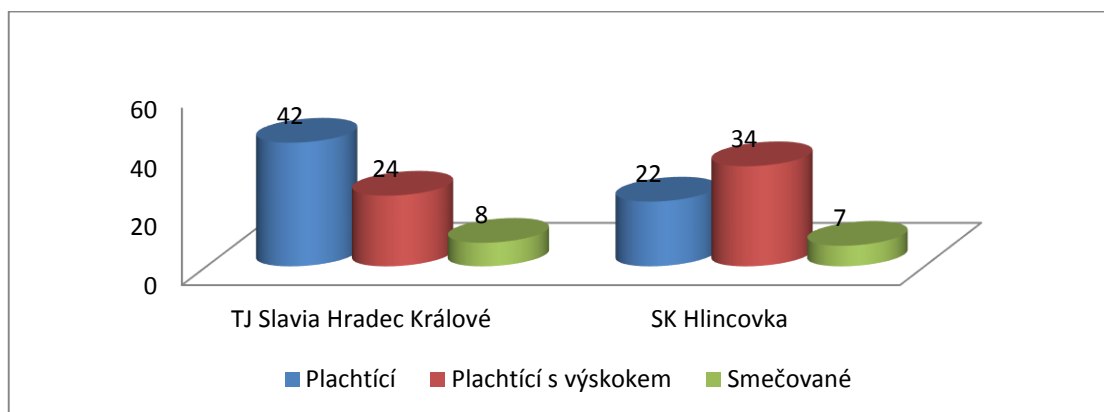
Obrázek č. 30: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti v devátém utkání.

## TJ Slavia Hradec Králové – SK Hlincovka

V desátém utkání je opět nejčetnější plachtící podání s celkovým počtem 64. Zóna 1 je nejvíce využívána k provedení podání. O nejvyšší úspěšnost se dělí smečované podání družstva TJ Slavia Hradec Králové a plachtící podání s výskokem družstva SK Hlincovka s úspěšností 38%.

Tabulka č. 28: Četnost podání v desátém utkání.

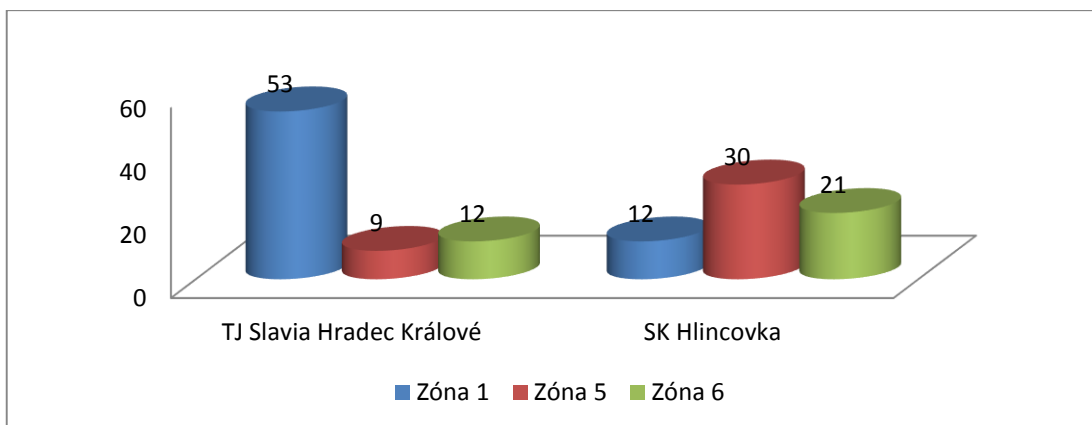
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						SK Hlincovka					
Podání	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
Plachtící		12	17	13			42	7	10	5			22
Plachtící s výskokem		9	6	9			24	10	12	12			34
Smečované		3	3	2			8	4	2	1			7



Obrázek č. 31 :Grafické znázornění četnosti podání v desátém utkání.

Tabulka č. 29: Zastoupení podání z herních zón v desátém utkání.

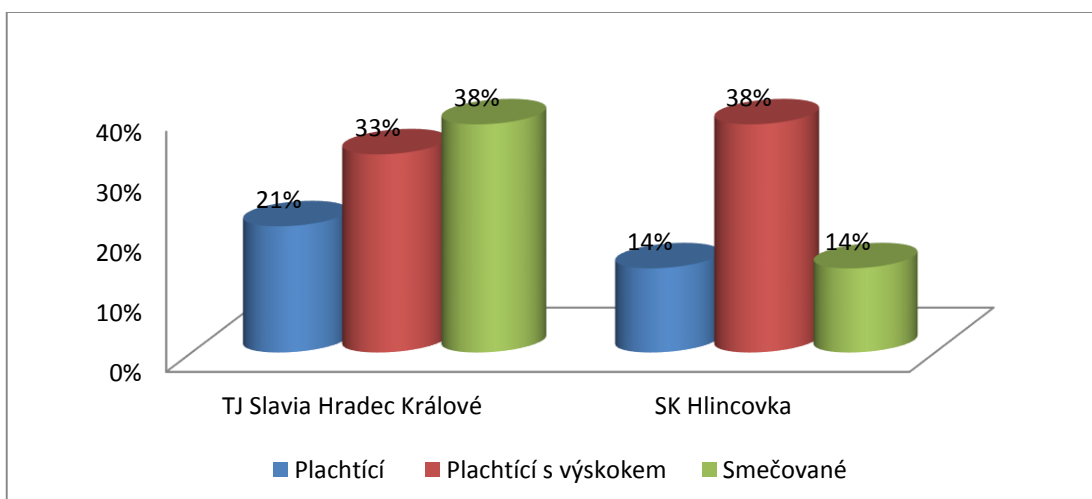
Družstvo		TJ Slavia Hradec Králové						SK Hlincovka					
Zóna	Set	1	2	3	4	5	celkem	1	2	3	4	5	celkem
1		17	18	18			53	7	1	4			12
5		4	3	2			9	9	14	7			30
6		3	5	4			12	5	9	7			21



Obrázek č. 32 : Grafické znázornění podání ze zón v desátém utkání.

Tabulka č. 30: Úspěšnost podání v desátém utkání.

Družstvo	TJ Slavia Hradec Králové			SK Hlincovka		
	úspěšné	celkem	%	úspěšné	celkem	%
Plachtíci	9	42	21%	3	22	14%
Plachtíci s výskokem	8	24	33%	13	34	38%
Smečované	3	8	38%	1	7	14%



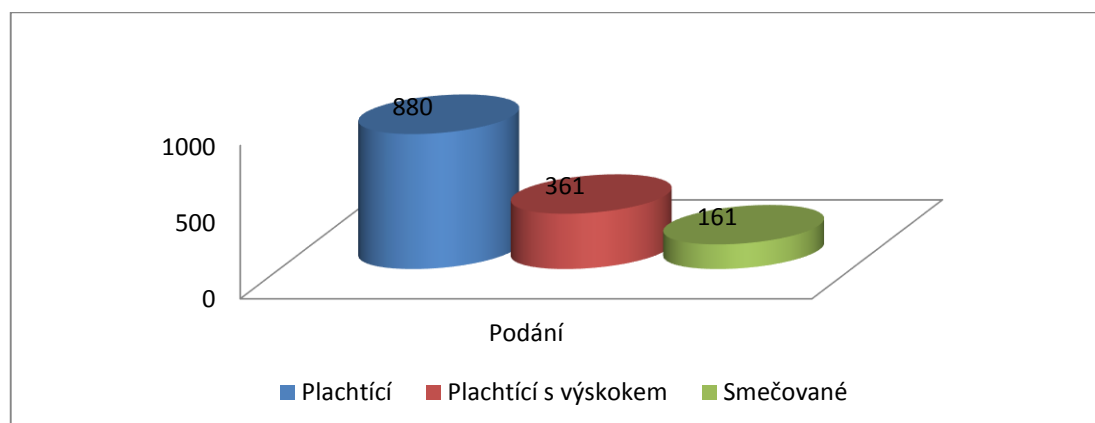
Obrázek č. 33: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti v desátém utkání.

## 6.2 Souhrnná data ze všech utkání

K vyhodnocení výsledků jsou data ze všech deseti zápasů shrnuta do následujících tabulek a grafů. Za deset utkání bylo odehráno celkem 1402 podání.

Tabulka č. 31: Četnost podání ze všech utkání.

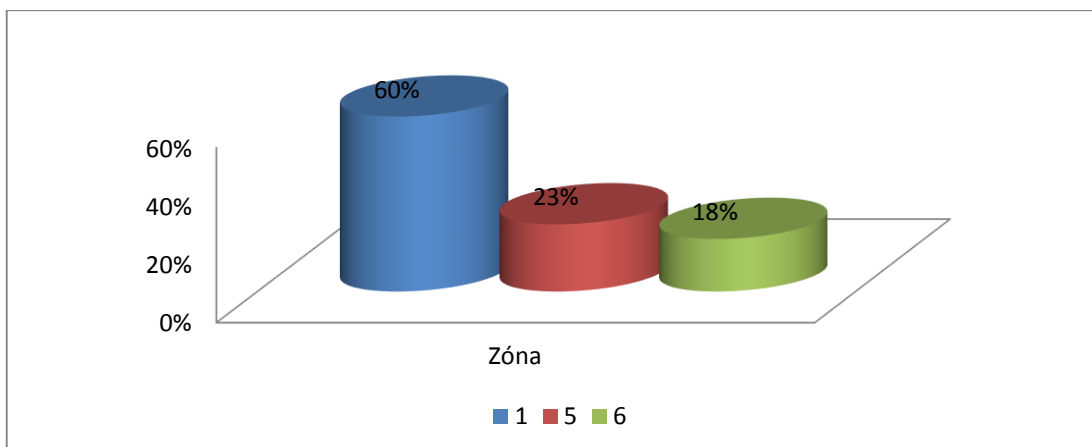
	Údaje ze všech utkání	
Podání	Celkem	%
Plachtíci	880	63%
Plachtíci s výskokem	361	26%
Smečované	161	11%



Obrázek č. 34: Grafické znázornění zastoupení podání ze všech utkání.

Tabulka č. 32: Zastoupení podání ze zón ve všech utkáních.

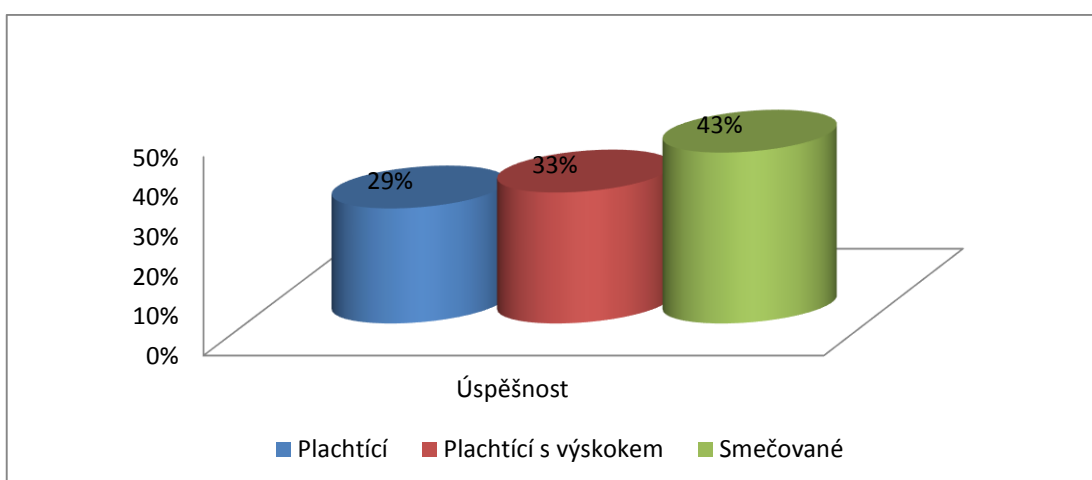
	Údaje ze všech utkání	
Zóna	Celkem	%
1	835	60%
5	316	23%
6	251	18%



Obrázek č. 35: Grafické znázornění procentuálního zastoupení ze zón ve všech utkáních.

Tabulka č. 33: Úspěšnost podání ze všech utkání.

Podání	Údaje ze všech utkání		
	Úspěšné	Celkem	%
Plachtíci	252	880	29%
Plachtíci s výskokem	118	361	33%
Smečované	69	161	43%



Obrázek č. 36: Grafické znázornění procentuální úspěšnosti ve všech utkáních.

### **6.3 Vyhodnocení hypotéz**

**Hypotéza č. 1: Největší zastoupení v utkání bude mít plachtící podání ze země.**

Výsledky výzkumu, které jsou uvedeny v tabulce č. 31 a obrázku č. 34 potvrzují naši hypotézu, že plachtící podání ze země bude mít největší zastoupení. Celkově bylo ve všech deseti utkáních odehráno 1402 podání, z toho 880 (63%) plachtících podání ze země. Ve druhé lize žen je tento způsob uvedení míče do hry nejčastěji používaný. Hráčky mohou umístit podání do herních zón hřiště a snadno podávat například na útočící hráčku, a tím ztížit útok. Ženy využívají plachtící podání pro jeho silovou a koordinační nenáročnost, a také z důvodu obavy z nezdařeného servisu. Plachtící podání s výskokem je zaznamenáno s četností 316 (26%). Smečované podání má nejmenší zastoupení s počtem 161 (11%). Smečované podání není jen pouhým uvedením míče do hry, tento způsob podání má i útočný charakter, přesto je ve druhé lize žen využíváno nejméně.

**Hypotéza č. 2: Největší zastoupení v utkání dle kritéria prostoru budou mít podání provedená ze zóny 1.**

V tabulce č. 32 a obrázku č. 35 vidíme, že největší počet podání se uskutečňuje za koncovou čarou ze zóny 1, výsledky výzkumu tedy potvrdily naši domněnku. Z celkových 1402 podání je 835 provedeno ze zóny 1. Celkem 60% podání je servírováno ze zóny 1, je to dáno tím, že většina hráček podává pravou rukou, mají tedy největší možnosti umístění podání. Výsledky výzkumu také ukazují, že ze zóny 5 bylo podáno 316 (23%) míčů. Toto umístění obvykle využívají hráčky na pozici smečařky, jelikož to mají blízko na své základní postavení v poli. Míčů ze zóny 6 bylo uskutečněno 251 (18%) podání. Hráčky druhé ligy tuto zónu využívají nejméně, obvykle z této zóny podávají blokařky a následně po úderu zaujmají svou pozici na hřišti.

**Hypotéza č. 3: Nejnižší úspěšnost bude mít plachtící podání ze země.**

Výsledek výzkumu, který je uveden v tabulce č. 33 a obrázku č. 36 vyjadřuje úspěšnost plachtícího podání ze země 29%, ve druhé lize žen je plachtící podání



nejčastější variantou. 29% odehraných úspěšných podání potvrzuje naši hypotézu, že nejnižší úspěšnost má plachtící podání ze země. Po tomto způsobu podání většinou nedochází k přímému bodu z podání, přijímající hráčky většinou dobře zvládnou míč přihrát, tak aby mohly být rozvinuty útočné kombinace. Tabulka č. 33 a obrázek č. 36 ukazuje, že plachtící podání s výskokem má úspěšnost o něco málo vyšší než plachtící podání ze země, konkrétně 33%. Ve druhé lize žen pouze některé hráčky ovládají tento způsob podání.

#### **Hypotéza č. 4: Nejvyšší úspěšnost bude mít smečované podání.**

Tabulka č. 33 a obrázek č. 36 ukazují, že smečovaný servis je nejúspěšnějším ze všech sledovaných podání. Úspěšnost 43% je poměrně vysoká a potvrzuje naši domněnku, že ve druhé lize žen je nejúspěšnější smečované podání. Toto podání je velmi náročné na techniku, koordinaci i fyzickou přípravu, ve druhé lize žen se vyskytuje zřídka. Smečované podání je riskantní, často skončí v zámezí, když je však umístěno do hřiště, velice často bývá přímý bod z podání nebo aspoň znepríjemní soupeři rozvinout útok. V družstvu TJ Slavia Hradec Králové smečované podání ovládají dvě hráčky, z toho pouze jedna hraje v základní sestavě. V ostatních týmech smečované podání využívají méně

## Závěr

Tato práce se zabývala volejbalovým podáním ve druhé lize žen. Cílem naší práce bylo teoreticky popsat jednotlivé druhy podání, zjistit četnost smečovaného podání, plachtícího podání ze země a plachtícího podání s výskokem. V neposlední řadě jsme pozorovali zastoupení podání z jednotlivých zón za koncovou čarou hřiště a následně úspěšnost všech sledovaných podání.

V teoretické části práce jsme popsali charakteristiku volejbalu a jeho základní pravidla. Kromě toho jsme se seznámili s historií a vývojem volejbalu u nás i ve světě. Práce popisuje podrobný popis provedení spodního podání, plachtícího podání ze země, plachtícího podání s výskokem a smečovaného podání. V teoretické části práce se také seznamujeme s příhrávkou, která hraje důležitou roli při zhodnocení úspěšnosti podání. Jelikož se práce zaměřovala na podání v ženském volejbalu, přiblížili jsme i některé zvláštnosti a odlišnosti v tréninku tohoto pohlaví.

V praktické části práce byly všechny námi získané údaje zapsány do tabulek a grafů. Sledovali jsme deset volejbalových utkání ve druhé lize žen v sezóně 2014 - 2015. Z grafů a tabulek jsme vyčetli souhrnná data, která jsou důležitá pro zhodnocení našich hypotéz. Z tabulek a grafů je zřejmé, že nejvyšší četnost má plachtící podání ze země. Je to nejméně náročný způsob z námi sledovaných podání, proto se v ženském volejbalu využívá nejvíce. Zóna číslo 1 je nejčastějším místem, ze kterého se ve druhé lize žen uskutečňuje podání, je to dáno tím, že hráčky obvykle podávají pravou rukou a mají tak největší možnosti umístění podání, ať po postranní čáře, dlouhé podání diagonálou nebo podání na útočící hráčku a tím zamezení v rozvoji útočných kombinací soupeřícího družstva. Z grafů a tabulek je také patrné, že nejnižší úspěšnost má plachtící podání ze země, většinou je to pouze uvedení míče do hry bez jakéhokoliv útočného charakteru. Plachtící podání s výskokem má o něco málo vyšší úspěšnost, než plachtící podání ze země. Nevyšší úspěšnost však má smečované podání, které je nejnáročnějším druhem podání. V ženském volejbalu se tento způsob využívá málo, protože je velmi náročný na fyzickou kondici a koordinaci.

Podání je v současném volejbalu velice důležitou činností. Ženy provádějí plachtící podání ze země spíše na jistotu, ale pomalu se do ženského volejbalu dostává i razantnější a silovější způsob smečovaného podání. Tato práce by mohla být přínosem pro trenéry ženského volejbalu při trénincích zaměřených na podání.

Závěrem do praxe možno říci, že vzhledem k rychlému vývoji volejbalu by se trenéři měli více zaměřit na podání jako na činnost útočnou, ne jako na pouhý způsob roze hry.

## Seznam literatury

### Monografie

- BUCHTEL, Jaroslav. A KOL. *Teorie a didaktika volejbalu*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2005, 194 s. ISBN 80-246-1011-6.
- BUCHTEL, Jaroslav, EJEM, Miloslav. *Odbíjená*. 2.Vyd. Praha, Olympia, 1981. 242 s.
- CÍSAŘ, Václav. *Volejbal: technika a taktika hry, průpravná cvičení*. 1.vyd. Praha: Grada, 2005, 168 s. ISBN 80-247-0502-8.
- DOVALIL, Josef. *Výkon a trénink ve sportu*. Vyd. 1. Praha: Olympia, 2002, 331 s. ISBN 80-7033-760-5.
- HANÍK, Zdeněk, LEHNERT, Michal A KOL. *Volejbal 1*. 1. Vyd. Český volejbalový svaz, 2004. 518 s.
- HANÍK, Zdeněk, Jaroslav VLACH A KOL. *Volejbal 2: učební texty pro školení trenérů*. 1. vyd. Praha: Olympia, 2008, 347 s. ISBN 978-80-7376-078-6.
- HANÍK, Zdeněk A KOL. *Volejbal: viděno třemi: od základních odbití po herní činnosti*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008, 344 s. ISBN 978-80-247-2744-8.
- HANČÍK, Vladimír. *Trénink vo volejbale*. 1. vyd. Bratislava: Šport, 1983, 284 s.
- HANZELKA, Rostislav. *Průpravná a herní cvičení ve volejbalu*. 1. vyd. OFTIS, 2006, 120 s. ISBN 80-86845-39-7.
- KAPLAN, Oldřich, BUCHTEL, Jaroslav. *Odbíjená: Teorie a didaktika*. 1. vyd. Praha: SPN, 1987. 184 s.
- KAPLAN, Oldřich. *Volejbal: technika, pravidla, herní systémy, průpravná cvičení*. 1. vyd. Praha: Grada, 1999, 101 s. ISBN 8071697621.
- LENBERG, Kinda. *Volleyball skills & drills*. Champaign, IL: Human Kinetics, 2006, x, 197 s. ISBN 0-7360-5862-1.
- VAVÁK, Miroslav. *Volejbal: kondiční příprava*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011, 224 s. ISBN 978-80-247-3821-5.

## Internetové zdroje

- *Český volejbalový svaz: vznik volejbalu.* [online] 2005, [cit. 2015-02-28].  
Dostupné z: <http://www.cvf.cz/?clanek=247>
- HANÍK, Zdeněk. *5x proč a protože o podání.* [online] 2014, [2015-03-04].  
Dostupné z: <http://www.hanikvolleyball.cz/volejbal-muj-osud/5x-proc-a-protuze-o-podani>
- STARÁ, Alena, STARÁ, Jana, ŠAMŠULA, Jaroslav. *Základy volejbalu: charakteristika volejbalu.* [online] 2012-2015, [cit. 2015-02-28]. Dostupné z: <http://www.prestaboss.com/volejbal/o-volejbale.html>
- *Volejbal-ekonomka: postavení na hřišti.* [online] 2010, [cit. 2015-03-14].  
Dostupné z: <http://volejbal-ekonomka.webnode.cz/postaveni-na-hristi/>