

Univerzita Palackého v Olomouci  
Fakulta tělesné kultury

ANALÝZA HERNÍHO VÝKONU FOTBALOVÝCH BRANKÁŘŮ NA MISTROVSTVÍ  
SVĚTA 2014 V BRAZÍLIÍ

Diplomová práce  
(magisterská)

Autor: Tomáš Heinzke, Tělesná výchova a sport, Anglická filologie

Vedoucí práce: Mgr. Radim Weisser

Olomouc 2016

## **Bibliografická identifikace**

**Jméno a příjmení autora:** Tomáš Heinzke

**Název závěrečné práce:** Analýza herního výkonu fotbalových brankářů na MS 2014 v Brazílii

**Pracoviště:** Katedra sportů Univerzity Palackého v Olomouci

**Vedoucí práce:** Mgr. Radim Weisser

**Rok obhajoby:** 2016

**Abstrakt:** Práce se zabývá analýzou herního výkonu brankářů na fotbalovém mistrovství světa v Brazílii v roce 2004 metodou pozorování. Dále se práce zaměřuje na faktor výšky brankáře a její důležitost při řešení herních činností během utkání či subjektivní zhodnocení úrovně technických dovedností při výkopech z rukou a odkopech ze země při rozehrávce a komunikačních dovedností brankářů během turnaje. Brankáři byli při analýze separováni a porovnáváni ve skupinách například podle toho, kolik let strávili v evropských týmech, jiných než evropských, či byli vybráni a porovnáváni pouze ti, kteří působil/li po jistou dobu v anglické Premier League či španělské La Lize.

Při vyhodnocování výsledků bylo zjištěno, že evropští brankáři byli úspěšnější v řešení většiny vybraných herních činností. Dále výsledky ukázaly, že výška brankáře nehrála roli jako faktor úspěšného řešení činností brankářů během zápasů a také, že technicky nejzdatnější v přihrávkách byli evropští brankáři. Co se komunikace se spoluhráči na hřišti týče, jako nejúspěšnější byli shledáni brankáři reprezentující týmy z Jižní Ameriky a brankáři ve věku nad 30 let.

**Klíčová slova:** fotbal, fotbalový brankář, výkon, úspěšnost, chytání.

Souhlasím s půjčováním závěrečné písemné práce v rámci knihovních služeb

## **Bibliographic identification**

**Author's first name and surname:** Tomáš Heinzke

**Title of the thesis:** The analyses of football goalkeepers' performance during the football World Cup in Brazil in 2004.

**Department:** Department of Physical Education

**Supervisor:** Mgr. Radim Weisser

**The year of presentation:** 2016

**Abstract:** The thesis deals with the analyses of football goalkeepers' match performance during the football World Cup in Brazil in 2004. There was a method of observation used. Furthermore, the thesis focuses on the height factor of the goalkeepers and its importance when goalkeeping or the subjective assessment of the level of the technical abilities in passing and their communicative abilities on the pitch. While having been analyzed, the goalkeepers were separated and compared in groups according to the number of years they have spent in either European football teams or in non-European ones. Also, the work includes the analyses of goalkeepers having spent certain time in English Premier League and Spanish La Liga.

The results showed the European ones to be more successful at most of the selected game operations. Further, the analyses confirmed that the height of goalkeepers played no significant role in successful game operation performing of the goalkeepers as well as that technically most gifted seemed those representing the European group. As it comes to communication with teammates, the goalkeepers of the South Africa teams and goalkeepers over 30 years old were found as the most prosperous.

**Keywords:** soccer, football, goalkeeper, performance, success, goalkeeping.

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracoval samostatně pod vedením Mgr. Radima Weissera a že jsem uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 23.6. 2016

.....

Děkuji Mgr. Radimu Weisserovi za pomoc a cenné rady, které mi poskytl při zpracování diplomové práce. Dále chci poděkovat trenéru brankářů Mgr. Jakubu Lampartovi za ochotu v diskusích a hlavně panu Josefu Jarolímovi, jakožto zkušenému fotbalistovi, za jeho názory při tvoření téhle práce.

1	ÚVOD .....	8
2	SYNTÉZA POZNATKŮ .....	10
2.1	Charakteristika fotbalu .....	10
2.2	Mistrovství světa ve fotbale.....	11
2.3	Anglická Premier League a španělská La liga.....	12
2.4	Komponenty sportovního výkonu fotbalového brankáře .....	13
2.4.1	Kondiční předpoklady fotbalového brankáře.....	14
2.4.1.1	<i>Rychlostní schopnost</i> .....	14
2.4.1.2	<i>Reakční rychlost</i> .....	16
2.4.1.3	<i>Agilita</i> .....	17
2.4.1.4	<i>Silové schopnosti</i> .....	18
2.4.1.5	<i>Vytrvalost</i> .....	20
2.4.2	Technické a taktické schopnosti.....	21
2.4.3	Psychická odolnost.....	23
2.4.3.1	Anticipace .....	27
3	CÍLE A ÚKOLY PRÁCE .....	29
3.1	Hlavní cíl .....	29
3.2	Dílčí cíle .....	29
3.3	Úkoly práce.....	29
3.4	Výzkumné otázky .....	30
4	METODIKA.....	31
4.1	Design a získávání dat z MS 2014 v Brazílii a charakteristika výzkumného souboru .....	31
4.2	Charakteristika výzkumného souboru .....	32
4.3	Metody získávání a zpracování dat .....	34
4.4	Analyzované komponenty herního výkonu .....	34
4.4.1	Herní činnosti při centrovaných míčích z křídelních prostor .....	36
4.4.2	Herní činnosti při centrovaných míčích ze středu hřiště .....	37
4.4.3	Herní činnosti při centrovaných míčích za obranu mimo pokutové území.....	37
4.4.4	Herní činnosti při rozehrávce míče 1 .....	38
4.4.5	Herní činnosti po přihrávce od spoluhráče.....	39
4.4.6	Herní činnosti při rozehrávce míče 2 .....	40
4.4.7	Herní činnosti při střelbě .....	41
4.4.8	Vypadnutí střílených či přihrávaných míčů/brankářova chyba.....	43
4.5	Analýza odborné literatury .....	43
5	VÝSLEDKY .....	44

5.1	Analýza řešení vybraných herních situací .....	44
5.1.1	Řešení situací při centrovaných míčích z křídelních prostor .....	44
5.1.2	Řešení situací při centrovaných míčích ze středu hřiště.....	45
5.1.3	Dlouhé odkopy od brány ze země při rozehrávce .....	45
5.1.4	Dlouhé výkopy z rukou .....	46
5.1.5	Přímé a nepřímé volné pokutové kopy.....	47
5.1.6	Skvělé zákroky a hrubé chyby .....	47
5.2	Vliv faktoru výšky brankáře na úspěšnost řešení vybraných herních situací.....	49
5.2.1	Analýza řešení situací při centrovaných míčích ze středu hřiště .....	49
5.2.2	Analýza řešení situací při centrovaných míčích z křídelních prostor hřiště.....	51
5.3	Komparace úspěšnosti řešení vybraných herních situací brankářů anglické Premier League a španělské La Ligy. ....	53
5.4	Subjektivní odborné posouzení úrovně technických dovedností a komunikace v průběhu utkání.....	54
5.4.1	Zhodnocení technických dovedností při výkopech.....	54
5.4.2	Zhodnocení komunikačních dovedností.....	54
6	DISKUSE .....	55
7	ZÁVĚRY.....	60
8	SOUHRN .....	63
9	SUMMARY .....	64
10	REFERENČNÍ SEZNAM.....	65

## 1 ÚVOD

Post fotbalového brankáře je vnímán jako velmi specifický. Post brankáře ve fotbale bývá kromě brankářů, kteří si jsou sami vědomi úskalí a výhod účinkování na tomto postu, špatně chápán, podhodnocován, či často nesmyslně přehlížen. Nicméně je to právě fotbalový brankář, který je posledním hráčem strážícím fotbalovou branku, snažící se zabránit míčům, aby padaly do sítě své brány. Je hráčem, jehož chyby, které během hry udělá, mohou ovlivnit výsledek zápasu. Proto je výběr brankářské jedničky ve vrcholových týmech považován za velmi důležitou záležitost. Brankáři se potkají s míčem během zápasu málo, a pokud k tomu dojde, je jejich řešení těchto situací velmi důležité, někdy až co se týče průběhu zápasu klíčové a chyby, které při řešení takových herních situacích vznikají, bývají často velmi „drahé“.

Stát se fotbalovým brankářem znamená přijmout náročnou roli v týmu, která může být velice nevděčná, jelikož je na brankáře zejména ve vyšších soutěžích vyvíjen velký tlak, který někteří brankáři špatně snášejí. Při srovnání fotbalového brankáře a fotbalového útočníka nacházíme množství rozdílů a hlavně nevýhod na straně brankáře. Brankáři jsou úplným opakem útočníků, kteří bývají během zápasu takřka neustále zapojeni do hry. Chyby, které mají na svědomí, jsou očekávány a jejich góly (či dokonce i střely vedle brány) jsou často oslavovány. I přes všechny zmíněné (a jiné) výhody útočníků, fotbaloví brankáři pobírají ne tak vysoký plat jako hráči na jiných postech a zřídka vyhrávají cenné trofeje.

V zápasech jsou fotbaloví brankáři zpravidla pojmáni buď jako hrdinové nebo jako viníci porážky. Bývalý anglický, reprezentační fotbalový brankář David Seaman ve své autobiografii zdůrazňuje velikou nevděčnost role fotbalového gólmana a poznamenává, že brankáři musí přijmout a vyrovnat se s tím, že za zápas mohou předvést 10 fantastických zákroků, ale poté může dojít k jednomu nešťastnému momentu, kdy mu míč nešťastně vypadne během zákroku z rukou a skončí v síti. Tento moment je právě ten, který si bude každý pamatovat a probírat jej. Právě tahle chyba bude náplní jednotlivých diskuzí fotbalových odborníků (Seaman, 2001).

Proč by se tedy na základě všech těchto faktorů chtěl mladý začínající sportovec stát fotbalovým brankářem? Odpověď je jednoduchá. Je to skvělý post, ze kterého se dá pozorovat celá hra, dá se z něj řídit mužstvo a brankáři často svými zákroky zachraňují své týmy. Fotbalový brankář s výhodou možnosti využívání při zápasech svých horních končetin, tvoří část týmové páteře (brankář, střední obránce, střední záložník a útočník). Ti nejlepší hráči hrají ve středu a brankář je jeden z nich (Ubide, 2013).



Rozhodli jsme se tedy v téhle práci zabývat pouze postem fotbalového brankáře, k čemuž nás vedl fakt, že autor práce již mnoho let zastává ve fotbalovém týmu roli brankáře a vedoucí práce má s fotbalem a konkrétně s tímto specifickým postem značné zkušenosti.

Rozhodli jsme se analyzovat herní činnosti vybraných fotbalových brankářů hrajících ve svých týmech na Mistrovství Světa (dále jen MS) 2014 v Brazílii. Jejich výkony jsme se rozhodli zanalyzovat a následně je srovnávat a nacházet odlišnosti v řešení různých herních situací brankářů, kteří značnou část své kariéry působí v Evropě a na jiných světových kontinentech. Naším dalším zájmem bylo analyzovat výkon brankářů hrajících v anglické Premier league a španělské La Lize, fotbalových soutěžích, které podle mnohých odborníků patří mezi nejkvalitnější a nejsledovanější fotbalové soutěže na celém světě a jejichž styl hry, který je v obou prezentován, se zdá být odlišný. Dále jsme se rozhodli zabývat se faktorem výšky brankářů z hlediska výkonnosti a posoudit komunikační a technické dovednosti brankářů. Tímto bychom rádi přispěli ke zkvalitnění tréninkového procesu brankářů.

## 2 SYNTÉZA POZNATKŮ

### 2.1 Charakteristika fotbalu

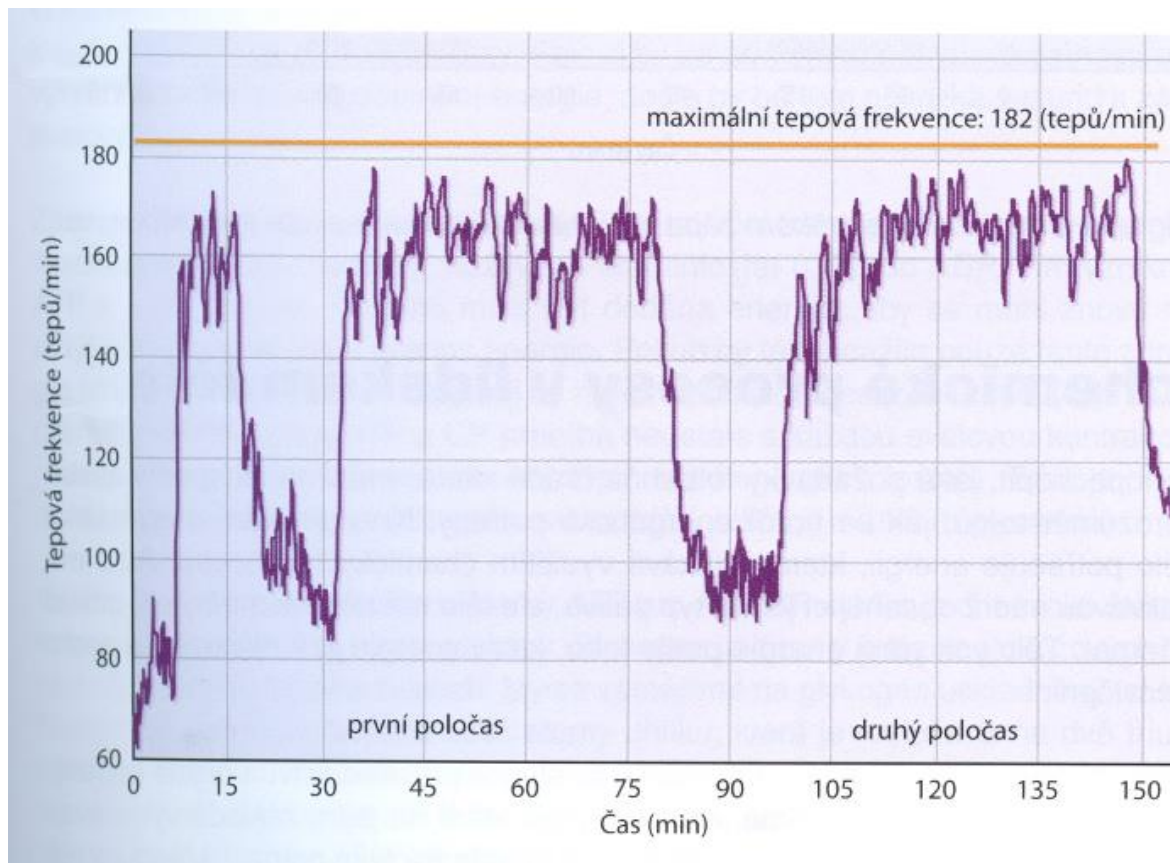
Fotbal je míčová hra, která vznikla v Anglii. Při této hře se míč pohání celým tělem kromě horních končetin, hlavně však dolními končetinami. Fotbalové mužstvo se skládá dohromady z 11 hráčů, kteří operují na 4 různých herních postech (brankář, obránci, záložníci a útočníci). Hráči během fotbalového utkání usilují během hrací doby 2x 45 minut o vstřelení většího počtu branek než mužstvo soupeře, což jim zajistí výhru v utkání. Co se týče rozměru hřiště, průměrná délka a šířka fotbalového hřiště je 70 x 105 metrů, i když je nutno podotknout, že délka hřiště může kolísat mezi 90 až 120 metry a šířka mezi 45 až 90 metry (Pěničinský, 1993).

Fotbal je ryze kolektivním sportem, což znamená, že klade nároky na komplexní a intenzivní fyzickou a také psychickou přípravu sportovce, která se výrazně liší od přípravy sportů individuálních (cyklista, plavec). Fotbalisté musí dosahovat určité úrovně ve všech kondičních schopnostech, což znamená, že výborně připravený fotbalista má výrazně vyvinutou úroveň kondičních schopností a ani v jedné nemusí výrazně vynikat. Tím, že fotbal je hra, která nevyžaduje extraordinární výkony v jednotlivých schopnostech je podle Kirkendalla (2011) kouzlo fotbalu – hrát jej může každý.

Charakter zatížení ve fotbale je intermitentní, což znamená, že se hráči nepohybují stále a hra tudíž není kontinuální. Ve fotbale rozlišujeme několik činností: stoj, chůze, klus, rychlý běh a sprint. V průběhu zápasu provede fotbalista až tisíc různých pohybových aktivit. Na základě toho, že během zápasu dochází k častým a nepředvídatelným změnám, není náhodou, že fotbalisté také disponují vysokou úrovní obratnosti. Odborníci se shodují, že průměrná vzdálenost, kterou elitní fotbalista během mistrovského utkání překoná, se blíží až k 13 700 metrům. V profesionálním ženském fotbale tato průměrná vzdálenost činí asi 8000 m.

Z fyziologického hlediska se fotbal označuje jako aerobní sport s výrazným příspěvkem anaerobního metabolického krytí, což koresponduje s faktem, že fotbalista během zápasu vykoná velké množství velice intenzivních pohybových aktivit krátkého trvání, během kterých je energie pro potřebné svaly zabezpečována výhradně energetickými zdroji, které jsou ATP a CP a procesem zvaným anaerobní glykolýza, při které se začíná ve svalových buňkách tvořit laktát a vodíkové ionty, které poté způsobují každému fotbalistovi známý a velice nepříjemný pocit pálení svalů (Silbernagl & Despopoulos, 2014).

Ve fotbale je základním sledovaným parametrem srdeční frekvence. Tepová frekvence fotbalových hráčů je v zápase jen velice zřídka stabilní, což je odrazem přerušovaného charakteru zatížení (její nárůst je okamžitě střídán rychlým poklesem). U elitních fotbalistů se tepová frekvence pohybuje mezi 150-170 tepy za minutu (Kirkendall, 2011).



Obrázek 1. Dynamika tepové frekvence elitních fotbalistů v zápase (Kirkendall, 2011).

## 2.2 Mistrovství světa ve fotbale

Mistrovství světa ve fotbale je největší a možná také nejpoblárnější turnajové klání na celém světě, jelikož se stalo nejsledovanější světovou sportovní událostí (její sledovanost předčí každoročně i olympijské hry). Tento turnaj je organizovaný světovou fotbalovou konfederací FIFA, která je hlavní řídicí organizací světového fotbalu, jejíž sídlo se nachází ve švýcarském Curychu.

Mistrovství světa ve fotbale se koná každé 4 roky a přes 200 týmů usiluje kvalifikovat se a zapojit se do finálního turnaje. Konečné číslo zemí kvalifikovaných do turnaje je 32 a finální turnaj hostí vždy některá země, která má výhodu jasné kvalifikace do turnaje.

První mistrovství světa ve fotbale se konalo v Uruguayi a turnaj málem skončil fiaskem, jelikož se ještě 2 měsíce před začátkem do turnaje nekvalifikovalo žádné evropské mužstvo, kvůli daleké cestě, kterou by museli absolvovat přes Atlantský oceán. Nakonec však tehdejší prezident organizace FIFA Jules Rimet přiměl k účasti týmy z Belgie, Francie, Rumunska (všichni jeho účastníci byli dělníci jedné továrny), Maďarska a tehdejší Jugoslávie (Pěničinský, 1992).

Historicky první gól na MS ve fotbale vstřelil francouzský hráč Lucien Laurent a první autor vstřeleného hattricku byl nikdo jiný než americký hráč Bert Patenaude. Ve finálovém utkání porazila domácí Uruguay Argentinu a před 93 000 diváky se Uruguay stala prvním národním týmem, který zvedl nad hlavu zlatý pohár pro mistra světa <http://www.historyoftheworldcup.com>.

### **2.3 Anglická Premier League a španělská La liga**

Anglická Premier League a španělská La Liga jsou nejvyšší fotbalové soutěže v Anglii a Španělsku. Podle mnohých fanoušků a odborníků se zdají býti dvěma fotbalovými soutěžemi, které jsou možná nejatraktivnější fotbalové soutěže na celém světě. V obou soutěžích hrají týmy, které jsou svou fotbalovou historií a kvalitou, kterou na fotbalovém trávníku předvádí buď během soutěžních, mistrovských utkání nebo v utkáních evropských soutěží či ligy mistrů dobře známy. Ač už zmíníme kluby jako Arsenal Londýn, Manchester United či Real Madrid nebo Fc Barcelona, můžeme nejspíše říci, že i „nefotbalový fanoušek“ o takových fotbalových gigantech již slyšel.

Je nutné podotknout, že obě fotbalové soutěže disponují rozlišným stylem hry. Anglická Premier League se prezentuje velice dynamickým tempem hry, který je charakteristický nízkým počtem přerušování hry. Styl hry je v této soutěži popisován jako velice direktivní, silový až agresivní, což se projevuje velkým počtem osobních soubojů o míč, při kterých se angličtí hráči nevyhýbají fyzickému kontaktu s protihráčem.

Anglický fotbal je také popisován jako náročnější, co se týče kondiční připravenosti hráčů. Ve srovnání se španělskou fotbalovou ligou, anglická Premier League nabízí utkání, ve kterých je divák svědkem většího množství dlouhých přihrávek na půli soupeře, které jsou situovány do velkého pokutového území. Její divácká oblíbenost by se dala vysvětlit také tím, že i přes nízký počet týmů, které ve většině sezón „okupují“ přední příčky soutěže neplatí, že by tyto týmy nebyly poraženy mužstvy, které celou sezonu bojují o „pouhé“ udržení se v hlavní soutěži. Někdy mají dokonce porážku „gigantů“ na

svědomí i druholigové či dokonce třetiligové anglické celky, s kterými se ty nejlepší týmy Premier League pravidelně střetávají v zápasech Anglického Poháru. V La Lize jsou tyto porážky velice vzácné a španělský fotbalový fanoušek si takové „klopýtnutí“ Realu Madrid či Barcelony snad ani nedokáže představit.

Na druhou stranu španělská La Liga je fotbalovou soutěží, která je více technicko - takticky zaměřena. Anglická fotbalová liga je jiná ve srovnání se španělskou ligou, ve které nenabývá taktický faktor takové důležitosti. Technická vyzrállost hráče, dribling s míčem a dokonalost prvního doteku s míčem bývají atributy, které jsou označovány jako esenciální u hráčů hrajících nejvyšší španělskou fotbalovou soutěž. Styl španělské hry se označuje jako styl mezi velice defenzivním stylem Série A v Itálii a rázným stylem, který nabízí anglická Premier League. Španělská La Liga se prezentuje postupným budováním hry s větším množstvím přihrávek na vlastní polovině hřiště, což kontrastuje s anglickým stylem hry Sarmiento et al. (2013), Benítez (2011), Wood (2013).

#### **2.4 Komponenty sportovního výkonu fotbalového brankáře**

Jako teoretický základ práce bude sloužit analýza jednotlivých komponent, které jsou důležité z hlediska výkonu fotbalového brankáře. Následující kapitoly se budou zaměřovat na jednotlivé komponenty sportovního výkonu brankářů, zahrnující jejich deskripci, popis diferenciací v jejich stimulaci z hlediska rozdílů mezi charakterem postu fotbalového brankáře a jiných postů ve fotbalovém týmu. Skladba komponent sportovního výkonu je členitá a např. Měkota & Cuberek (2007) uvádí až 6 možných celistvých komponent.



Obrázek 2. Komponenty sportovního výkonu Měkota & Cuberek (2007).

#### 2.4.1 Kondiční předpoklady fotbalového brankáře

Rozvoj kondičních motorických schopností je u fotbalových brankářů nezbytná věc, tudíž se v tréninzích fotbalových brankářů zařazují kromě koordinačních cvičení a cvičení, která jsou zaměřená na rozvoj flexibility také cvičení stimuluující rychlostní schopnost, sílu a vytrvalost. Jak bude naznačeno v následujících kapitolách, proces zvyšování úrovně veškerých motorických schopností se liší na základě odlišných charakteristik postu fotbalového brankáře od ostatních postů ve fotbale.

##### 2.4.1.1 Rychlostní schopnost

Rychlost se řadí mezi motorické, kondiční schopnosti. Rychlostní schopnost je považována za schopnost předpokladu pohybu, který je prováděn vysokou až maximální rychlostí. O rychlostní schopnosti mluvíme jako o schopnosti zahájit a realizovat pohyb, v co nejkratším čase. Taková pohybová činnost je prováděna až maximální intenzitou, trvající však krátce (do 15 sekund), a proto při ní nevzniká únava (Čelikovský et al., 1979).

Čelikovský et al., (1979) definují rychlostní schopnost následovně: „*Rychlostní schopnosti rozumíme vlastnost pohybem přemístit tělo, jeho části, nebo určité břemeno v co nejkratším časovém úseku nebo s maximální frekvencí*“. Čelikovský et al., (1979) také dodávají, že

mechanická (fyzikální) definice rychlosti vysvětluje pohyb jako časovou změnu vzhledem k dráze, z které je následně odvozena veličina jiná, která charakterizuje zrychlení, což je derivace dráhy podle času. O dráze, rychlosti a zrychlení píše jako o funkcích času.

Choutka (in Měkota, Novosad 2007) definuje rychlost jako: „*Pohybovou schopnost konat krátkodobou pohybovou činnost do 20 s v daných podmínkách (konstantní dráha nebo čas bez odporu, nebo s malým odporem) co nejrychleji*“.

Rychlost charakterizujeme jako pohybovou schopnost vykonávat pohybovou činnost v minimálním čase, maximální rychlostí, a maximálním úsilím a bez výraznějšího odporu. Jedná se o činnost maximální intenzity, která vyžaduje vysokou koncentraci vůle (Choutka & Dovalil, 1987).

Rychlost provádění herních činností se ve sportovních odvětvích nezastavitelně zvyšuje. Vyšší rychlost řešení herních situací je požadována nejen od obránců, záložníků a útočníků, ale adaptace je očekávána také ze strany brankářů (Rienzi et al., 2000).

Rychlostní schopnost je pro fotbalového brankáře schopností klíčovou a proto se právě na rozvíjení této kondiční schopnosti klade v tréninkových jednotkách brankářů všeho věku velký důraz. Fotbalový brankář využívá rychlosti při vybíhání na centrované míče vzduchem, kdy usiluje o to buď míč ztlumit v brankářských rukavicích, nebo vyrazit (boxovat) ještě předtím, než se míč při útoku stačí dostat k hráčům soupeře.

Rychlost hraje důležitou roli při „vycestování“ brankáře ze svého území, což si představujeme jako řešení určitých herních činností, při kterých se brankáři nevyskytují ve velkém pokutovém území a musí často napravovat chyby svých obránců. V takových situacích se každý brankář snaží být u ztraceného míče dříve než útočník soupeře.

Každý kdo má jistý „fotbalový přehled“, sleduje ligu mistrů či mezinárodní zápasy, je si jistě vědom, že jeden z mála fotbalových brankářů, který se v těchto situacích vyloženě „vyžívá“ není nikdo jiný než německý brankář působící v německém týmu Bayern Mnichov Manuel Neuer. Neuer působí při řešení takových nebezpečných situacích neuvěřitelně suverénně a fotbaloví fanoušci po celém světě mohou jenom žasnout nad jeho riskantními výběhy a skluzy, při kterých kazí veškeré snahy soupeře o daleké přihrávky za soupeřovu obranu při rychlých protiútocích a to vše daleko za svým pokutovým územím.

Neuer se dokonce nebojí vybíhat, až na středovou čáru hřiště kde hlavičkuje nebo odkopává zbloudilý míč do autu, o čemž se (jak věříme) může mnohým špičkovým brankářům, kteří operují převážně v a maximálně na hranici velkého pokutového území pouze jen zdát. Jasná jednička německého reprezentačního fotbalového mužstva Manuel Neuer je typickým příkladem toho, že v dnešní době je třeba, aby brankáři byli připraveni se

neohroženě vydávat za hranici velkého pokutového území a tím pomáhat svým obráncům buď v rozehrávce, či zastavení protiútoků soupeře odkopem míče či skluzem před útočníkem soupeře. Můžeme tedy tvrdit, že dnešní brankáři jak na vysokých, tak také na nižších úrovních se stávají takzvanými „hrajícími libery“.

Obránci ve sportovních hrách totiž při svých defenzivních činnostech nadělají během zápasů spousty chyb a poté očekávají pomoc svého brankáře, který by měl být v těchto situacích připravený rychle zasáhnout (Votík 2005).

Zabrousit se při diskusi této problematiky dá i do jiných sportovních odvětví než je fotbal. O důležitosti rychlosti a také anticipace hokejového brankáře je psáno v článku Michaela Farbera (2001), pojednávajícím o schopnosti skvěle předpovídat ofenzívu soupeře a při zrodu nedorozumění svých obránců na poslední chvíli zasáhnout a odvrátit inkasování. Farber uvádí jako příklad práci švédského hokejového brankáře Toma Sala, působícího po jistou dobu v zámořském týmu Edmonton Oilers. „*Nemusíš se jako obránce moc obávat extra risků, protože víš, že to za tebe Tommy vždy vyčistí*“. Nechal se slyšet Tom Poti, jeden z obránců Oilers, který jak se zdá svému brankáři za zády plně důvěřoval.

Rozvinutá rychlostní schopnost pomáhá fotbalovým brankářům také při výkopech jak ze země, tak i z rukou, kdy mluvíme o spojení síly a rychlosti.

#### **2.4.1.2 Reakční rychlost**

Pokud mluvíme o rozvoji rychlosti jako o klíčovém prostředku v tréninku fotbalových brankářů, nesmíme v této souvislosti zapomínat zmínit důležitost rozvíjení reakční rychlosti fotbalových brankářů. Reakčně- rychlostní schopnost je definována Čelikovským jako: „*Předpoklad odpovídat (započít s pohybem těla nebo jeho částmi) na daný podnět co nejdříve*“. (Čelikovský et al., 1979).

Za zmínku stojí vyjádření Holienky (2005), podle kterého je reakční rychlost ve fotbale jedním z rozhodujících faktorů pro úspěšné řešení nebezpečných herních situací. Holienka zdůrazňuje, že hráč/brankář může včasným reagováním na vzniklou herní situaci vytvořit předpoklad pro úspěšné vyřešení pohybové úlohy a tím i samotné herní situace. Reakční rychlost se uplatňuje při reagování na různé klamavé pohyby soupeře, při rychlých startech ve volném prostoru, při uvolnění se (odpoutání) od soupeře, při reagování na rotované nebo tečované míče apod.

Holienka (2005) dále tvrdí, že zejména na fotbalové hráče jsou kladeny vysoké požadavky na rozhodování v časové tísní nebo prostorové tísní pod tlakem soupeře. Pro hráče



je důležitá nejen rychlost a správnost řešení vzniklých herních situací. Potřebná je především složitá (výběrová) motorická reakce na pohybující se předmět, respektive soupeře.

Nezbytnou nutností při potřebě stimulace reakční rychlosti u fotbalových brankářů je zkrácení takzvané „reakční doby“, která je Grosserem v (Měkota, Novosad, 2007) definována jako: „*Časový interval od vzniku smyslového podnětu k zahájení volní reakce, tj. první svalové kontrakce (například u sprintera je to okamžik zvýšení tlaku na startovní blok při výstřelu startéra)*“.

Wang (2009) je názoru, že v tréninku je nutné zkracovat reakční dobu sportovce tím, že trenéři během tréninků jednoduše zvyšují tempo tréninkového procesu. Jako příklad Wang udává známou věc, kdy fotbaloví trenéři tvoří takový plán tréninku, kdy v intervalovém zatížení nutí hráče kontrolovat míč jen po omezenou dobu a každý hráč, kterému je přihráno, se musí míče zbavit, jak nejrychleji dovede tým, že okamžitě přihrává spoluhráči, který je poblíž. (Wang, 2009).

V tréninku brankářů je postup totožný. Pro rozvoj reakční rychlosti (zkrácení reakční doby) jsou brankáři nuceni pracovat v intervalových dávkách vysokou intenzitou v podmínkách kyslíkového deficitu, kdy reagují na mnoho střel a musí řešit mnoho rozličných situací.

### **2.4.1.3 Agilita**

Agilita je další z mnoha schopností, jejíž stimulace se zdá být klíčovou v tréninku fotbalových brankářů na všech výkonnostních úrovních. Při zabývání se pojmem agility čtenáři narážejí na jednu velkou překážku, která spočívá v tom, že nejsou často schopni plně porozumět přesnému významu tohoto pojmu. V překladu je možné anglický pojem agility charakterizovat jako obratnost. Ve skutečnosti je agilita velice komplexní, multidimenzionální schopností, které lze přičíst několik faktorů. Hoffman (2006) a Verstegen (2005) jsou názoru, že agilita patří zejména do rychlostních schopností. Podle Castagny et al., agilita zahrnuje tři fáze zpracování - vnímání, výběrová reakce a provedení pohybu a představuje klíčovou část výkonu v mnoha sportech (Castagna et al., 2008).

Je nutné poznamenat, že řadit vyjádření vztahu agilita - rychlostní schopnosti se zdá být poněkud neúplné. V téhle jak již bylo označeno „multidimenzionální“ schopnosti se totiž snoubí akcelerace, reakční rychlost, koordinace a také nejspíše i rychlostní vytrvalost. Při potřebě definování agility tudíž naráží čtenář na širokou škálu definicí.

Agilita (česky hbitost, pozn. autora) je schopnost udržet nebo kontrolovat pozici těla při rychlé změně směru během několika pohybů (Twist & Benickly, 1995).

Dle Dobrého (2003) by se dalo o agilitě hovořit jako o specifické lokomoci sportovce nebo o herní či kombinované lokomoci, kterou bychom mohli definovat jako schopnost se přemísťovat z jednoho místa na druhé, po různé dráze s různým druhem lokomoce v co nejkratším čase za účelem vyřešení aktuální herní úlohy. Například rychlý cval bokem nebo sprint dozadu se nemůže zlepšit, pokud bude hráč běhat jen 30m stejné úseky na dráze. Herní lokomoce musí být výraznou součástí kondičního a herního tréninku (Impellizzeri et al., 2008).

Shepard a Young (2006) definují agilitu jako rychlý pohyb těla se změnou rychlosti nebo směru jako odpověď na jistý impuls. Zajímavá se také zdá být definice Barnese et. al, kteří agilitu definují jako rychlý, přesný pohyb celého těla jako odpověď na jistý podnět nebo schopnost změnit směr, stejně jako rychle začít nebo se rychle zastavit (Barnes et al., 2007). Při pohledu na všechny dílčí schopnosti je jasné, že rozvíjet agilitu se zdá být u fotbalových brankářů také důležitou záležitostí.

#### **2.4.1.4 Silové schopnosti**

Bez svalové kontrakce by nemohl proběhnout žádný pohybový akt, proto je mnohými autory silová schopnost označována jako schopnost, která je nadřazena ostatním typům motorických schopností (Pavlík, 1996). Čelikovský et al., (1990) uvedli definici silových schopností následovně: „*Silovou schopností rozumíme takový systém v organismu, jímž člověk překonává odpor vnějších a vnitřních sil podle zadaného pohybového úkolu*“.

Schopnost produkovat technicky náročné dovednosti závisí kromě úrovně jiných motorických schopností na úrovni silových schopností. Ve fotbalovém prostředí je „kopání“ neboli údery dolními končetinami do míče nejdůležitější a nejčastěji používané pohybové dovednosti, jejíchž cílem je poslat míč přesně na předem určený cíl, či na předem určené místo na hřišti během mnoha různých situací, které mohou během hry nastat. Proto, aby měly odkopy jak z rukou tak také ze země či daleké odhozy brankáře dostatečnou razanci a tudíž i délku, je nutné připisovat důležitost stimulace síly v tréninku brankářů.

Hart et al., (2014) prováděli studii, při které posuzovali, jak síla dolních končetin ovlivňuje technickou zdatnost při provádění pohybových dovedností. Do studie bylo zapojeno 31 australských fotbalových profesionálů, kteří měli za úkol nacházet přihrávkou vzduchem svého spoluhráče na vzdálenost 20 metrů. Po vykonání 10 pokusů byli hráči rozčlenění na

méně a více úspěšné a ti byli následně testováni na úroveň síly jejich dolních končetin. Při testování síly nohou byli probandi požádáni k vykonání několik sérií dřepů s činkou. Výsledek studie ukázal, že fotbalisté z úspěšnější skupiny (více povedených nahrávek na 20 metrů), oplývali také větší silou dolních končetin. Takže v konečném důsledku Hart et al., (2014) uvedli, že vyšší síla dolních končetin může přispívat ke zvýšení kapacity sportovce být technicky zdatnější, což se projevuje ve větší přesnosti vykonávání herních dovedností na hřišti.

U fotbalových brankářů je také nutné posilování končetin horních. Posilování horních končetin bývá v tréninku brankářů často opomíjeno. Pravdou však je, že sílu horních končetin brankář využívá při chytání míčů, či mu rozvinutá silová schopnost horních končetin pomáhá udržet míč v ruce po střele, kdy brankář míč nevyraží, čímž by zvýšil šanci útočníků soupeře poslat míč do sítě.

Silové schopnosti velice úzce souvisí se schopnostmi rychlostními. I když je rychlostní schopnost motorickou schopností, jejíž úroveň je z biologického hlediska nejvíce závislá na dědičnosti, stimulace rychlosti je od 15tého roku sportovce limitována a její další zlepšování se provádí právě stimulací schopností silových spolu se zlepšováním techniky pohybů.

Jak již bylo naznačeno v předešlých kapitolách, fotbal se vyvíjí a to hlavně rychlostí hry samotné tudíž je po fotbalových brankářích požadována jistá adaptace na zvýšené tempo hry. Proto jejich provádění pohybových dovedností musí být rychlejší.

Veškeré herní činnosti, které brankář musí během mistrovského utkání řešit, jsou náročné jak z hlediska rychlostních a silových schopností, tudíž pro pohybové dovednosti jako jsou výskoky, odkopy, výhozy, výběhy či odrazy je nutné zvyšovat úroveň právě těchto dvou schopností.

Pokud se zabýváme importancí síly a rychlosti u fotbalových brankářů, je nutné zmínit explozivní sílu jako schopnost vhodnou pro stimulaci ve sportovním tréninku ve fotbale. Explozivní síla je schopností, při které je překonáván nemaximální odpor s maximálním zrychlením. Explozivní síla je schopnost dosáhnout co největšího silového impulsu v časovém intervalu, ve kterém se musí pohyb realizovat. Explozivní síla dolních a horních končetin je v tréninku stimulována převážně plyometrickým tréninkem (Lehnert et al., 2012).

#### 2.4.1.5 Vytrvalost

I když se zdá, že rozvíjet v tréninku fotbalových brankářů vytrvalost z hlediska charakteru postu je věci naprosto zbytečnou, zaměřovat se na rozvoj téhle kondiční schopnosti má v tréninku brankářů také své místo.

Vytrvalost je Lehnertem et al., (2012) definována jako: „*Schopnost udržet požadovanou intenzitu pohybové činnosti po delší dobu bez snížení efektivity této činnosti*“.

Vytrvalostní výkon je daný jak fyziologickými charakteristikami, tak i úrovní techniky a psychiky sportovce. Lehnert et al., udávají typologii vytrvalosti, ve které tuhle motorickou schopnost rozdělují na rychlostí vytrvalost (při zatížení do 20 sekund), krátkodobou vytrvalost (do 2-3 minut), střednědobou (8-10 minut) a dlouhodobou vytrvalost (10 minut a více).

Jelikož se fotbalový brankář během zápasu často ocitá v situacích, kdy musí provést několik náročných zákroků po sobě (například při hře mužstva v početní nevýhodě se často stává, že v řadách soupeřů se vyskytuje o jednoho či více hráčů navíc a tak dochází k „obléhání“ branky a tudíž má brankář více práce a reaguje na více situací, při kterých (při maximální intenzitě zatížení předvádí i více zákroků) důležitost stimulace převážně rychlostní vytrvalosti v tréninku roste. Steven Rodden (2014) ve svém článku na internetovém blogu *elitegkacademy* přirovnává fotbalové brankáře ke sprinterům. Rodden tvrdí, že je naprostý nesmysl zanedbávat zvyšování úrovně kondičních schopností fotbalových brankářů na základě mylných domněnek, že brankáři nemusí být „fit“ když pouze stojí v bráně a reagují během zápasu pouze na minimum střel. Jak již bylo naznačeno, Rodden věří, že výkon brankáře v utkání je trochu podobný výkonu sprintera kteří pracují výhradně v anaerobním režimu (bez přístupu kyslíku), kdy intenzita zatížení, které jsou vystaveni, výrazně převyšuje maximální spotřebu kyslíku a svaly musí spoléhat na získávání energie ze zásob, které jsou v nich uložené. Dále tvrdí, že brankáři během hry předvádějí dvojí či trojí zákroky, musí vybíhávat (někdy daleko za pokutové území) a odehrávat míče před útočníky soupeře či při situacích „jeden na jednoho“, při kterých dochází k pokusu o obehrání brankáře útočníkem.

Při takových situacích trvajících převážně do ale i nad 10 vteřin je po gólmanech vyžadováno pracovat při maximální intenzitě zatížení a proto musí docházet v tréninzích k rozvoji speciálního druhu vytrvalostních schopností, při kterém dochází ke stimulaci anaerobní kapacity brankářů - rychlostní vytrvalosti.

Rychlostní vytrvalost se v tréninzích zvyšuje metodou intervalového tréninku. Během intervalů zatížení (IZ přibližně 80-90% VO<sub>2</sub> max) brankáři většinou pracují rovnou v bránách a reagují na střílené míče. Při takových tréninzích je využíváno mnoho variant a pomůcek a

dochází nejen ke stimulaci anaerobní a aerobní kapacity, ale také explozivní síly, reakční rychlosti a koordinace. Parrish (2014) ve svém článku tvrdí, že fotbalový brankář musí být schopen sprintu od 10 do 24 stop v nejvyšší intenzitě, což znamená, že během tréninku musí být rozvíjen jeho anaerobní metabolismus. Zároveň však upozorňuje, že nesmí být zapomínáno na aerobní aktivity v tréninku, i když jim z hlediska specifčnosti postu brankáře není připisována taková důležitost.

Kromě budování takzvaného „kondičního základu“ na začátku každé přípravy Parrish připisuje důležitost takovému druhu zatížení i v jiných odvětvích. Mezi výhody aerobního zatížení řadí zvyšování psychické odolnosti (například při absolvování Cooperovy zkoušky pro hrubý odhad VO<sub>2</sub> max, jejíž výkon je velmi závislý na vůli) nebo také tvrdí, že zapojení brankářů do většinou aerobních činností s ostatními spoluhráči z týmu přispívá udržování koheze v týmu Parrish (2014).

#### **2.4.2 Technické a taktické schopnosti**

Technická příprava je definována jako tréninková činnost, která se primárně soustřeďuje na způsob provedení pohybového úkolu (přesnost, rychlost, dosažení cíle atd.) (Perič & Dovalil, 2010).

Na profesionální fotbalové úrovni je po fotbalových hráčích požadována vysoká úroveň pohybových dovedností. Výjimkou samozřejmě není ani brankář, po kterém je vyžadováno perfektní technické provedení různých pohybových dovedností navíc ve velké rychlosti, což samotné provedení dovednosti zhoršuje. Důležitost technické vyzrállosti brankáře je jasně dána specifickými charakteristikami postu. Jak již bylo naznačeno v úvodu práce, post brankáře se dost liší od postu jako je obránce, útočník či záložník. Jedná se o velmi důležitou, velice zodpovědnou a psychicky náročnou funkci, která se může stát velmi nevděčnou. Na základě zodpovědnosti, která je z hlediska postu fotbalového brankáře vyžadována, musí brankáři oplývat vysokou úrovní techniky při produkování přihrávek svým spoluhráčům.

Při vykonávání pohybových dovedností útočníky v časové tísni útočníci často selhávají a střely či přihrávky končí daleko mimo svůj cíl. Takových selhání si útočník za zápas připíše mnoho. Brankář si na druhé straně tolik selhání během zápasu dovolit nemůže, jelikož veškerý nesprávně trefený míč při odkopu od brány, jakákoliv chyba při výběhu na centrovaný míč, či špatně utlumený míč v rukavicích po střele soupeře, který koresponduje s vypadnutím míče z rukou brankáře, daleko častěji znamená inkasování a zvrát v zápasech.

Technická vyspělost brankáře se projevuje při odkopech od brány, kdy odkopy musí disponovat dostatečnou výškou (takové, kterých se nemůže zmocnit soupeř) a délkou. Navíc je důležité, aby byly míče situovány přesně do míst, kde se nachází útočník. Často jsou v klubech totiž doslova určeni ti útočníci, kteří jsou úspěšní při vzdušných, hlavičkových soubojích, na jejichž hlavy je potřeba při odkopu míč posílat.

Technická zdatnost se také ukazuje při schopnosti dostatečně (pod vhodným úhlem) sklopit nárt chodidla při odkopech po přihrávkách svých spoluhráčů do pokutového území. Odehrát takový míč bez zpracování (na jeden dotek) bývá velmi složité, jelikož brankář často přihrávku nečeká, je v časové tísní (přihrávky jsou automaticky povšimnuty soupeřem, jehož útočníci ihned sprintují k brankáři a snaží se jej svým rychlým přístupem vyvést z míry, přivést do psychického diskomfortu, z čehož pramení chyby, které jsou pak následně okamžitě využity).

Brankář je nucen při tvoření rychlých protiútoků zahajovat akci dalekým výkopem, který musí být přesně situován a zdatně technicky proveden v podmínkách časového deficitu, proto si při takových výkopech brankář musí být jasně vědom, jak daleko a pod jakým úhlem míč před úderem dolní končetiny upustit. Dále musí vědět jakou polohu těla při výkopu zvolit (jak moc se zaklonit, či naklonit doleva nebo doprava).

Technická připravenost brankáře se také prokazuje při práci horními končetinami při tlumení střel nebo chytání míčů. Dobře technicky vybavení brankáři dokáží míč dostatečně ztlumit v rukavicích tak, že jim nevypadává.

Zkrátka zaměřovat se v tréninku brankářů na rozvoj techniky (nutné je, aby byly zákroky prováděny technicky správně i za podmínek velké rychlosti provedení) se opět zdá být významnou potřebou, kterou by si měli trenéři uvědomovat.

Taktickou přípravou rozumíme složku sportovního tréninku, při které se sportovec zaměřuje na zvládnutí možných způsobů řešení pohybových úkolů a zdokonalování schopnosti jejich optimálního výběru v soutěžních situacích.

Co se týče obsahu, taktická příprava je proces osvojování potřebných vědomostí a nácviku zdokonalování různých způsobů řešení soutěžních situací na základě analýzy situace, přizpůsobování osvojených řešení měnícím se podmínkám (Lehnert et al., 2012).

Brankáři jsou před mistrovskými utkáními také informováni o taktických úkolech, které během zápasu mají mít na mysli a s kterými se musí ztotožňovat. Brankáři plní taktické úkoly, během kterých se snaží míče při rozehrávce distribuovat po zemi kvůli výškové převaze obránců soupeře raději než provádět daleké výkopy, které by se stali lehkou kořistí obránců soupeře, či naopak se snaží při chycení míče po přihrávce vzduchem okamžitě založit

útok dlouhým výkopem na polovinu soupeře. Jsou i případy, kdy mají brankáři na základě smluveného signálu trenéra (zvednutá levice atd.) za úkol zdržovat hru i za rizika kartového postihu nebo při rohových kopech verbálně znervózňovat cholerické hráče soupeře (Lex et al., 2015).

### 2.4.3 Psychická odolnost

*„Psychologická příprava je složkou sportovního tréninku orientující se na ovlivňování psychické komponenty sportovního výkonu“ (Perič & Dovalil, 2010).*

Psychika hraje u sportovce velice důležitou roli a je právem považována za primární faktor ovlivňující sportovní výkon. Pokud brankář, či hráč působí v jedné z vyšších soutěží daného sportovního odvětví, je na něj vyvíjen tlak trenérem, či médií. Každému jdou věci lehce, pokud není ve stresu, pokud je na tom psychicky dobře a má chuť se zlepšovat. Ovlivnění sportovního výkonu fotbalistů psychikou je toho pravým důkazem. V týmu každý bojuje o místo v základní sestavě a ti, kteří netrénují stejně tvrdě jako spoluhráči, nepřesvědčí trenéra a nenastupují v mistrovských utkáních.

Každý hráč nebo brankář může ve své kariéře prožívat slabší období, které se projevuje podáváním nevyvážených až slabých výkonů. V takových případech, kdy dochází ke ztrátě sportovní formy, hraje psychika primární roli. Je známo mnoho případů, kdy špičkoví sportovci přestali podávat výkony, na které byli jak jejich spoluhráči, trenéři i fanoušci zvyklí. Důsledkem byla například úmrtí jednoho z příbuzných, problémy v manželství a podobně. Pokud je psychika sportovce takhle narušena, nemohou trenéři po hráčích požadovat kvalitní výkony. Sportovec se musí, jak se říká rychle „otřepat“, což znamená rychle se vzpamatovat, nabýt opět ztracenou formu a podávat stabilní, kvalitní výkony, jinak je bez milosti posazen na lavičku mezi náhradníky a šanci dostávají ihned jiní. Hráč musí začít znovu hrát s chutí a to bývá ve většině případů velmi obtížné. Sám taky vím, že pokud brankáře v průběhu zápasu cokoli rozhodí, například gól, inkasovaný po vlastní chybě, není snadné dobře se bavit hrou po zbytek utkání. Po takové nepříjemné chvíli musí brankář na vše zapomenout a znovu se plně koncentrovat. Je to však náročné, protože již ví, že si „pošpinil“ svůj čistý štít.

Naopak pokud v jeho osobním životě nemá mnoho starostí a s radostí trénuje, poté bývá oporou celého týmu, kterou lze jen těžko nahradit.

Složitou pozici v týmu má náhradní brankář. Náhradník je vždy ve stínu toho prvního a je neustále vystaven napětí a stresu. Psychicky dobře vybavení hráči jsou vždy ve velkém plusu, ale ti, jež postrádají sebedůvěru a třepou se jim kolena, často selhávají. Náhradní brankář se jen těžko dostává pravidelně do základní sestavy a musí vyčkávat na svou šanci, kterou buď využije a dostane se na post jedničky, nebo naopak nepřesvědčí trenéra o svých kvalitách a zůstává opět náhradníkem. To se často stává, protože když brankář delší dobu vysedává na lavičce a nezasahuje pravidelně do mistrovských utkání, nevěří si a často pokud dostane příležitost, nadělá spoustu zbytečných chyb, jež mohou rozhodnout zápas. Musí zkrátka zatnout zuby a beze strachu ze sebe vydat jen to nejlepší. Profesionální náhradní brankáři jsou velice dobře placeni i přesto, že nastupují v mistrovských utkáních někdy minimálně, jelikož i oni jsou pro tým důležití. Na druhou stranu trpí frustrací, nespokojeností, pocitem viny a ztrátou sebedůvěry. Jak prohlásil anglický brankář Richard Lee: „*Je to zvláštní, když se vyhraje zápas a vy necítíte to stejné bzučení jako hráči ze základu. Jste za kluky rád, protože jsou to vaši kamarádi a vy chcete, aby se jim dařilo, ale jak tak jdete po zápase domů, tak to pro Vás nic neznamená. Když hrajete velký zápas a uspějete, někdy nejste schopni spát nadšením až do 4 do rána*“ Shepka (2014).

Podobně jako kondiční a technicko - taktická vyspělost hráče má nesmírný vliv na výkon brankáře v utkání jeho psychická odolnost. Opět je nutné zmínit, že post fotbalového brankáře představuje velkou zodpovědnost. Elitní brankáři jsou tak jako ostatní hráči v poli vystaveni velkému tlaku při výkonu. Je nutné si však uvědomovat, že každá chyba vyprodukovaná brankářem může mít následky daleko horší než chyby, kterých se dopustí útočníci. Psychicky odolní hráči se musí umět vyrovnávat s nejistotou a musí zvládat soustavnou kritiku. Proto se tvrdí, že elitní sportovci musí zvládat všechny druhy tlaku – fyzický, psychický a emoční.

Psychickou odolností hráče se rozumí ochota a odvaha přebírat zodpovědnost, mít soutěživý přístup k utkání a tréninku, optimistické a pozitivní naladění, vysokou míru sebedůvěry, nepoddajnost, ochotu riskovat, nepodléhat rušivým vlivům, nikdy se nevzdávat a být cílevědomý či stále se učit z vlastních chyb.



Sebedůvěra ve vlastní schopnosti je základem úspěšného výkonu. Bez patřičné sebedůvěry mají hráči tendenci se stahovat do své „komfortní zóny“, což znamená, že v zápasech méně riskují, méně přebírají zodpovědnost, čímž vyloženě trpí celkový výkon.

Uvědomme si, že fotbalový brankář během zápasů vykonává mnoho činností, které mají velmi riskantní náaturu, proto ztráta sebedůvěry brankáře může znamenat, že brankář ztratí jistotu ve vybíhání z branky za účelem vyrážení či chytání míčů putujících k němu ze vzduchu či po zemi Slepíčka et al., (2011).

Z fyziologického hlediska přílišný stress přináší mnoho neduh jako je například narušení celkové koordinace, jemné motoriky či vyčerpání energetických substrátů. Nervóznímu brankáři vypadávají míče z rukou při chytání nebo střely kvůli stresu raději vyráží, než že je chytá. Je nutné také poznamenat, že jistota výkonu brankáře v utkání má také psychologický efekt na výkon jeho spoluhráčů v poli, kteří se cítí daleko více uvolněně, pokud mají za zády sebevědomého brankáře, který nechybuje, je komunikačně aktivní a někdy dokáže své spoluhráče „agresivně“ navodit, což přispívá ke zvýšenému výkonu hráčů. (Silbernagl & Despopoulos, 2014)

Fotbalovému brankáři je připisována role „řídícího obrany“, jelikož je to právě on, který má při útocích soupeře největší rozhled a přehled o situaci. Je po něm doslova vyžadováno, aby komunikoval, upozorňoval či „burcoval“ své hráče k lepším výkonům. K tomu, aby brankář oplýval těmito dovednostmi, musí v týmu hrát roli osobnosti. V týmu si musí vybudovávat respekt jak svým chováním tak také úrovní prokazování dovedností (nezapomínejme, že fotbaloví brankáři nastupují v elitních soutěžích již od 19 - 20 let a musí si vydobýt respekt u starších a zkušenějších spoluhráčů). Tento respekt ale nejde vybudovat bez potřebné dávky sebevědomí, kterou brankář nesmí postrádat. Ztráta sebevědomí tudíž oslabuje nejen kondiční a technickou zdatnost, ale také snižuje sociální postavení brankáře v týmu, čímž poté trpí výkon celého týmu.

Anglický sportovní, fotbalový psycholog Beswick (2014) píše ve své knize, že zejména mladým hráčům vkládá na mysl, aby si představili, že jim na rameni jednoho papouška, z nichž jeden jim povídá „Dokážeš to!“ a druhý zase „Nemáš na to!“. Podle něj je sebedůvěra otázka volby a je to pouze hráč, na kterém záleží, kterého papouška bude poslouchat Beswick (2014).

Fotbal je hra plná emocí a zejména těžké zápasy dokážou v hráčích vzednout vlny emocí, které mohou buď hráči uškodit či pomoci. Špičkoví hráči oplývají tzv. emoční inteligencí, která je definována jako schopnost kontrolovat sám sebe a využít emoce ve svůj

vlastní prospěch. Fotbal se stal velmi strategickou hrou. Tahle změna přispívá ke ztrátě sebekontroly, která může vyústit ve vyloučení a oslabení mužstva.

Elitní hráči během zápasů musí čelit různým vlivům, které na ně mohou mít negativní efekt ve smyslu vyvedení hráče z koncentrace. Fotbalový brankář se během zápasů stává terčem nadávek a zastrašování ze strany protihráčů, kteří se například při rohových kopech či penaltách snaží brankáře znejistit všemožným vyhrožováním či zastrašováním. Také fanoušci soupeře vyskytující se za branou brankáře mohou mít podíl na snížení výkonu brankáře vulgárními nadávkami či bujarými oslavami každého neúspěšného zákroku, který brankář provede. Navíc, během zápasu se brankáři stávají živým terčem, do kterého se diváci snaží trefovat mincemi či zapalovači. Pouze psychicky odolní jedinci si těmito vlivy nenechají ovlivnit svůj výkon v utkání Beswick (2014).

Dalším velmi negativním vlivem na celkovou výkonnost brankáře je bezesporu vliv médií. Média se velice blízce zaměřují na výkon hráčů a zejména brankářů, jejichž výkony donekonečna probírají, analyzují, kritizují a zesměšňují a tím se stávají velkým stresem sportovců Sisjord & Kristiansen (2008).

Brankáři jsou vystaveni kritice daleko více než jakýkoli hráč hrající na jiném postu a jsou tudíž nejvhodnějším důkazem toho, jak dokážou média ovlivňovat sportovní výkon. Americký fotbalový brankář Hahneman chytající v anglickém klubu Wolverhampton se nechal slyšet: „*Nikdo snad již nechce chytat a příčinou je fakt, že tisk je k nám tak nemilosrdný. Za cokoli špatného, co se stane na hřišti, viní nás!*“ (Longman, 2010 in Kristiansen et. al., 2011).

Média nestresují hráče pouze za výkony na hřišti, nýbrž elitní fotbalisté se musí smířit s faktem, že neunikají pozornosti médií i mimo fotbalový trávník a jsou pronásledováni i v jejich soukromém životě, což mnoho z nich může nést velice těžce.

David Seaman kdysi brankář anglické reprezentace zmiňoval důležitost soustředění se na výkon i mimo hřiště (doma před zápasem). Seaman kritizoval právě otravnost médií, která jej svými nekonečnými rozbory jeho „nešťastných“ zákroků mu tohle soustředění velice ztěžovala. Na základě jedné analýzy jednoho nešťastného zákroku, který si připsal na konto, Seaman ve své knize *My autobiography: Safe Hands*, kritizoval drzost médií a jejich snahu o vytváření „živých senzací“. Sám Seaman poznamenal: „*Když tehdy lidé, kteří četli noviny, uvěřili reportérům, museli si snad myslet, že jsem si ten míč do brány hodil naschvál*“.

Média ovlivňují sebevědomí brankářů buď tím, že jej prohlásí za hrdinu, či viníka celkového neúspěchu. Často jsou elitní brankáři označováni pouze těmito dvěma termíny a žádné „středové“, neutrální hodnocení neexistuje.

Přílišná kritika médií a tlak ze strany trenéra či dokonce fanoušků může mít na brankáře dokonce i ten nejhorší účinek. Podle mnoha důkazů sebevražda německého brankáře Roberta Enkeho podle všeho pramenila právě z podobných nátlaků. Enke podle vyjádření svého otce celou svou fotbalovou kariéru bojoval s chronickým strachem ze selhání a „bombardování“ jeho osoby zapalovači, lahvemi od piva a dokonce i mobilními telefony fanoušky po nešťastných gólech, které dostal během zápasů, mu rozhodně ke klidu nepomohlo Kristiansen et al., (2011)

#### **2.4.3.1 Anticipace**

Jako poslední nicméně také velice důležitý komponent výkonu fotbalového brankáře je u nás uvedena a popsána anticipace. Anticipace je spojena jak s rozhodnutím o způsobu pohybové odpovědi, tak i s rychlostí jejího provedení.

*„Anticipace je psychický proces, pomocí kterého je odhadován další průběh a konečný výsledek pohybu podle zahájení a náznaků určité situace“.* (Měkota & Novosad, 2007).

Zkušenosti jsou pro sportovce zásadní a hrají důležitou roli ve všech sportovních odvětvích. Zkušený fotbalový brankář například může předem již dobře předpovídat herní situaci před svou bránou a následně ji rychle vyřešit. Anticipace pomáhá brankáři rozhodnout se, jestli na centrovaný míč vyběhnout nebo zůstat stát v brance, jestli má rozehrát okamžitě nebo s rozehrávkou chvíli počkat, jestli provést výkop z rukou, či míč upustit na zem a přihrávat ze země nebo jestli například zvolit levou nebo pravou stranu branky při pokutovém kopu.

Zkušený fotbalový nebo jiný útočník zase ví, kde se přesně má při útočné situaci svého týmu vyskytovat a vytěžit maximum. Být ve správném okamžiku na správném místě je doména mnoha fotbalových nebo hokejových útočníků. Jako typický příklad může být uveden holandský fotbalový útočník Ruud Van Nistelrooy nebo vzrůstem malý Ital Filippo Inzaghi, ve své době hrající za špičkový klub AC Milán. O těchto dvou hráčích často nebylo skoro celý zápas slyšet, ke konci zápasu si však dosud skoro neviditelný Inzaghi naběhl osamocený na centr a skóroval nebo zůstal při útočné akci stát naivně stranou a odražený míč poslal nekompromisní střelou do sítě. Často byl druhý tým takovým zásahem „zčistajasna“ otřesen a

do konce utkání se již na vyrovnání nezmohl. Jak již bylo zmíněno, důležitost anticipace ve sportu je nesmírná.

Říká se, že zejména fotbaloví brankáři zrají jako víno a že na kterémkoli jiném fotbalovém postu dostávají ve většině případů přednost mladší (rychlejší a dravější) hráči před staršími a zkušenějšími. Na postu fotbalového brankáře tohle pravidlo však neplatí. Lze si jen těžko představit jiný post ve sportovním odvětví, pro který je zkušenost tak důležitá vlastnost. Důkazem toho jsou brankáři pokročilého věku, kteří hrají či hrávali v nejvyšších fotbalových soutěžích. Jako příklad může být uveden Brad Friedel, Edwin van der Sar nebo Jens Lehman, kteří patřili či ještě patří k pilířům svých týmů i ve věku nad 40 let Ripley (2011).

V článku o házené Peta Tysona (2011) je psáno, že většina diváků se při sledování utkání v házené koncentruje pouze na míč. Lidé si užívají akce během hry. Nedokážou však porozumět, proč jsou jisté střely na bránu nebo nahrávky do prostoru úspěšné a jisté zase ne. Tyson radí, aby se diváci soustředili nejenom na hráče s míčem, ale také na děj kolem něj. V článku Tyson popisuje: „*Pokuste se sledovat basketbalové profesionální hráče během hry. Většina z nich jsou bezpochyby skvělí střelci. Úchvatná však je jejich schopnost prosperovat ve hře, i když právě míč nemají v držení. Být na pravém místě v pravou chvíli a pohybovat se bez míče jsou schopnosti, které hráče dělají superhvězdami. To samé platí i v házené. Pokud během hry budete bedlivě pozorovat jednoho skvělého hráče, získáte znalost, jak být úspěšný po celou dobu utkání.*“

### 3 CÍLE A ÚKOLY PRÁCE

#### 3.1 Hlavní cíl

Hlavním cílem diplomové práce byla analýza a komparace herního výkonu fotbalových brankářů na MS 2014 v Brazílii. Výsledky jednotlivých analýz se budou srovnávat na základě výkonů brankářů v jednotlivých utkáních ve vybraných herních činnostech.

#### 3.2 Dílčí cíle

- Na základě statistického zpracování zjistit důležitost výšky jako faktoru úspěšného řešení herních činností, při kterých brankář zasahuje při centrovaných míčích ze stran, či ze střední části hřiště. Analýze podléhají brankáři hrající signifikantní dobu své kariéry v Evropě, na amerických kontinentech a jiných než na evropském a jednom z amerických kontinentů.
- Porovnání úspěšnosti při řešení centrovaných míčů ze stran a ze středu hřiště fotbalových brankářů působících v anglické Premier League a brankářů španělské La Ligy.
- Subjektivně zhodnotit úroveň technických dovedností při výkopech z rukou a odkopech ze země při rozehrávce a komunikačních dovedností brankářů při zápasech na MS 2014 na základě diskusí a rozborů s fotbalovými trenéry.

#### 3.3 Úkoly práce

- Sestavit testovaný soubor, tedy vybrat fotbalové brankáře k analýze.
- Na základě pozorování záznamů či utkání online na internetu zaznamenat do předem připravených záznamových archů všechny vybrané herní činnosti brankářů během všech zápasů.
- Zpracovat a zanalyzovat získaná data.
- Prostudovat odbornou literaturu, která by nám pomohla zejména při tvoření teoretické části a diskuse.

### 3.4 Výzkumné otázky

1. Budou evropští brankáři úspěšnější ve více než 50 % z celkového počtu analyzovaných herních činností?
2. Dosáhnou nejvyšší procentuální úspěšnosti při řešení herních činností, při kterých brankář reaguje na centrované míče ze stran nebo ze středu hřiště brankáři ze skupiny z nejvyšší průměrnou výškou?
3. Budou brankáři hrající signifikantní část své kariéry v anglické Premier League úspěšnější v řešení situací při centrovaných míčích ze stran a ze středu než brankáři ze španělské La Ligy?

## **4 METODIKA**

### **4.1 Design a získávání dat z MS 2014 v Brazílii a charakteristika výzkumného souboru**

Data vyjadřující výkony brankářů na mistrovství jsme získávali metodou pozorování utkání buď online, či ze záznamů na internetových stránkách [www.ceskatelevize.cz/sport/zive-vysilani/](http://www.ceskatelevize.cz/sport/zive-vysilani/). Vzhledem k velkému počtu utkání, bylo také mnoho zápasů nahráváno na DVD, které se následně pozorovalo a analyzovalo. Pozorování zahrnovalo všech 48 zápasů základní a všech 16 zápasů vyřazovací části. Analyzováno bylo dohromady 34 brankářů. Analyzováni byli pouze ti brankáři, kteří absolvovali minimálně 1 zápas základní, či vyřazovací části. Analýza se zaměřovala na rozdíly ve výkonech 23 evropských a 11 brankářů působících po značnou část své kariéry v klubu situovaném na jiném než evropském kontinentu. Pojmem „značná část své kariéry“ rozumíme setrvání brankáře minimálně 5 let z posledních 10 let své sportovní kariéry buď na evropském či jiném světovém kontinentu. Informace o somatických faktorech či kariérní informace jsme získávali z internetových stránek [www.transfermarkt.co.uk](http://www.transfermarkt.co.uk)

#### 4.2 Charakteristika výzkumného souboru

Sloupec1	Sloupec2	Sloupec3
<b>Brankář</b>	<b>Výška (cm)</b>	<b>Země</b>
Akinfeev	186	E
Barry	180	E
Begovic	198	E
Benaglio	194	E
Bravo	184	E
Buffon	191	E
Casillas	182	E
César	187	E
Cillesen	187	E
Courtois	199	E
Dauda	180	R
Domínguez	193	R
Enyeama	182	R
Haghighi	193	R
Hart	196	E
Howard	191	E
Itandje	193	E
Karnezis	190	E
Kawashima	185	R
Kwarasey	188	E
Lloris	188	E
M'Bolhi	190	E
Muslera	189	R
Navas	185	E
Neuer	193	E
Ochoa	185	R
Ospina	183	E
Patricio	190	E
Pletikosa	193	E
Valladares	179	R
Romero	192	E
Ryan	184	R
Seung-Gyu	187	R
Sung-Ryong	190	R

Tabulka 1. Celkový seznam analyzovaných brankářů



*Vysvětlivky:*

E – brankář reprezentující evropský kontinent

R – brankář reprezentující jiný než evropský kontinent

Pro analýzu důležitosti výšky jako faktoru úspěšného řešení herních činností, při kterých brankář zasahuje na centrované míče ze stran, či ze středu hřiště, jsme provedli jiné rozdělení celkového testovaného souboru. Testovaný soubor námi byl dále podrobněji selektován na skupinu brankářů působící značnou část své kariéry (5 let) v Evropě, v týmech na amerických kontinentech a skupinu brankářů působící na jiném než evropském, či jednom z amerických kontinentů. Analýze byly vystaveny tudíž ne skupiny 2 ale 3.

<b>Testovaný soubor</b>		
<b>Evropa</b>	<b>Amerika</b>	<b>Jiný</b>
Neuer, Navas, Bravo,	Ochoa	Dauda
M'Bolhi, Lloris, Enyeama,	Muslera	Ryan
Ochoa, Howard, Hart,	Valladares	Haghighi
Intandje, Romero, Barry,	Dominguez	Kawashima
Ospina, Courtois, Pletikosa,		Sung – Ryong
Patricio, César, Benaglio,		Seung - Gyu
Cillesen, Karnezis, Akinfeev,		
Begovič, Casillas, Kwarasey		

Tabulka 2. Seznam brankářů reprezentující Evropu, americké kontinenty a jiné

Pro analýzu na základě porovnání úspěšnosti řešení situací při centrování míčů ze stran a ze středu hřiště fotbalových brankářů působících v Anglické Premier League a brankářů Španělské La Ligy (terciální cíl) byly námi vytvořeny 2 skupiny brankářů. První skupinu tvořili brankáři, kteří působili minimálně 3 sezóny v klubech v anglické Premier League. Druhou skupinu tvořili brankáři, kteří po stejnou dobu působili v týmech ve španělské La Lize.

<b>Testovaný soubor</b>	
<b>Premier League</b>	<b>La Liga</b>
Howard	Casillas
Intandje	Karnezis
Begovic	Courtois
César	Bravo
Hart	Navas

Tabulka 3. Seznam brankářů reprezentující Premier League a La Ligy

### 4.3 Metody získávání a zpracování dat

Při realizaci úkolů jsme se rozhodli využít následujících metod a testů (Gibilisco, 2012):

- Metoda pozorování
- Aritmetický průměr
- Spearmanova korelace
- Kruskal – Wallisova ANOVA

### 4.4 Analyzované komponenty herního výkonu

Klíčové byly pro naše analýzy zaznamenávání jednotlivých herních činností všech vybraných brankářů. Pro záznamy jednotlivých herních činností se pro nás stala klíčovou šablona zvolená Tomášem Černým (2007), který vycházel ze záznamové šablony Psočky (2005).

Šablona byla po důkladném promyšlení limitována o určitý počet herních činností a naopak obohacena o jiné, které jsou pro nás naopak důležité a v původním schématu chyběly.

Důvodem pro využití schématu Psočky byla hlavně komplexnost jeho schématu. Na základě metody pozorování jsme zaznamenávali veškeré herní činnosti, s kterými se museli brankáři potýkat. Archy pro zapisování jsou uspořádány tak, aby byl vždy explicitní výsledek řešení těchto situací brankářem. Při sledování každého zápasu byl vytvořen 1 arch, který zahrnoval výkony obou brankářů, kteří v zápase hráli. Záznamy byly následně přeneseny do počítače pro statistické zpracování.

Jak již bylo řečeno, při hledání vhodné struktury záznamového archu jsme vycházeli ze šablony Psočky (2005), jehož rozdělení herních činností fotbalového brankáře je následující:

- Herní činnosti při centrovaných míčích
- Herní činnosti při míčích za obranu – v pokutovém území
- Herní činnosti při míčích za obranu – mimo pokutovém území
- Herní činnosti při střelbě
- Herní činnosti po přihrávce od spoluhráče
- Herní činnosti při rozehrávce
- Individuální chyby při činnostech
- Obdržené branky

I když jsme vycházeli při volbě herních činností z Psotky (2005) a Černého (2007) rozhodli jsme se uchýlit k mnoha modifikacím, které spočívaly v nahrazení jistých herních činností, které jsme neshledali důležité a ty jsme nahradili jinými, pro nás daleko zajímavějšími. Některé herní činnosti, které ve svém archu prezentoval Černý (2007), byly námi opomíjeny. Na druhou stranu jsme vytvořili tabulku jinou, do které jsme zaznamenávali chyby brankářů při výběžích. Podběhnutí míče symbolizovalo špatný timing brankáře při výběhu. Podběhnutím je myšlen moment, kdy míč při výběhu brankáře přeletí (dostane se do větší výšky než je brankář schopen dosáhnout horními končetinami) a brankář se míče nedotkne. Neaktivitou při centrovaném míči myslíme neangažovanost brankáře při herní situaci, i když je jeho působení během situace očekáváno. Jinými slovy, pokud se míč v letové fázi ocitl v nebo na hranici malého pokutového území a brankář byl neaktivní a zůstal stát v bráně, byla tahle neangažovanost zaznamenána jako neaktivita. Za slabé vyrazení míče myslíme všechny herní činnosti, při kterých brankář vyrazil jakoukoli končetinou přihrávaný míč z křídelních prostor, kdy došlo k tomu, že se míč nedostatečně po vyrazení vzdálil (2-3 metry) do prostor, kde se nacházeli hráči soupeře. Neudržení míče v rukavicích rozumíme jako neschopnost brankáře ztlumit míč v rukavicích, i když jeho prvotní záměr byl takový, kdy dochází k nabídnutí šance ke skórování útočníkům soupeře. Minutí míče je charakterizováno jako minutí míče horními či dolními končetinami, když se míč v letové fázi nachází na výškové úrovni dolních či horních končetin brankáře. Pozdním výběhem myslíme výběh, který brankář na základě vývoje situace vykonat nemusel. Při takových často dochází k situacím, kdy brankář vyběhne na centrovaný míč, ale nezvládne jakkoli zasáhnout míč. Navíc při takových situacích se taky stává, že se brankář sráží buď se spoluhráčem či protihráčem.

Nakonec jsme se shodli na následujícím schématu:

#### 4.4.1 Herní činnosti při centrovaných míčích z křídelních prostor

První činností, kterou jsme se rozhodli zabývat se, byly činnosti při centrovaných míčích, které byly rozděleny na herní činnosti, při kterých brankář míče buď chytal, nebo vyrážel. Za centrované míče pokládáme všechny míče letící v různé výšce, rotaci a rychlosti směřující do velkého či malého pokutového území z křídelních prostor.

ČINNOSTI PŘI CENTROVANÝCH MÍČÍCH Z KŘÍDEL			
Neuer			Navas
CHYTÁNÍ	do prstů		
	do koše		
	jednou rukou		
CHYTÁNÍ	ve výskoku		
	ve stoje		
	v předklonu		
	v pokleku		
	v pádu na stranu		
	v pádu do předu		
	míčů ze vzduchu		
	míčů po dopadu		
VYRÁŽENÍ	obě ruce		
	jednou rukou		
	jinou částí těla		
VYRÁŽENÍ	ve výskoku		
	ve stoje		
	v předklonu		
	v pokleku		
	v pádu na stranu		
	v pádu do předu		
VYRÁŽENÍ	míčů ze vzduchu		
	míčů po dopadu		
	míčů po zemi		

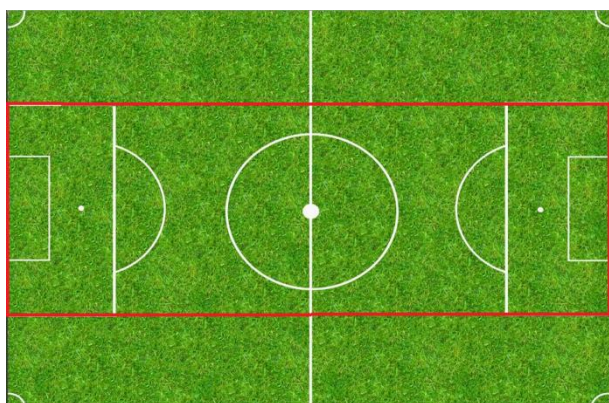
Tabulka 4. Šablona činnosti při centrovaných míčích ze stran

CHYBY PŘI CENTROVANÝCH MÍČÍCH Z KŘÍDEL		
	Buffon	Enyeama
PODBĚHNUTÍ MÍČE		
NEAKTIVITA PŘI CENTROVANÉM MÍČI		
SLABÉ VYRÁŽENÍ MÍČE		
NEUDRŽENÍ MÍČE V RUKAVICÍCH		
MINUTÍ MÍČE		
POZDNÍ VÝBĚH		

Tabulka 5. Chyby při centrovaných míčích ze stran

#### 4.4.2 Herní činnosti při centrovaných míčích ze středu hřiště

Na rozdíl od Černého (2007) jsme se rozhodli zaměřovat se na řešení herních činností, které jsme pojmenovali herními činnostmi při centrovaných míčích ze středu hřiště. Centrovaným míčem ze středu hřiště myslíme každý míč jakékoli výšky, rotace či rychlosti, který putuje do velkého či malého pokutového z jiného území než z území křídelních prostor (viz obrázek 8.). Záznamový arch je v podstatě identický jako arch činností při centrovaných míčích ze stran, proto jsme se rozhodli jej neuvádět.



Obrázek 3. Území pro analýzu herních činností ze středu hřiště

#### 4.4.3 Herní činnosti při centrovaných míčích za obranu mimo pokutové území

Další naší modifikací bylo zaměřovat se na počet úspěšných či neúspěšných zásahů brankářů při výbězích mimo svých velkých pokutových území. K takovým situacím docházelo tehdy, když přihrávky vzduchem či po zemi soupeře byly situovány za obránce brankáře na útočníky. Při takových dlouhých přihrávkách „za obranu“ (míč stále mimo velké pokutové území brankáře) je nutností, aby brankář vyběhl a odehrál míč dříve, než se dostane k útočnickovi soupeře a tím zneškodní akci. Zkrátka zaměřovali jsme se na připravenost brankáře vybíhat a odehrávat míče i mimo svou „komfortní zónu“ (velké pokutové území), což koresponduje s úrovní brankářovi anticipace, technických schopností a sebevědomí během zápasu. Během analýzy jsme se také zaměřovali na chyby, které při takových situacích vznikaly (podběhnutí míče, neaktivita, slabé vyrazení míče, minutí míče)

<b>ČINNOSTI PŘI MÍČÍCH ZA OBRANU MIMO POKUTOVÉ ÚZEMÍ</b>			
		<b>Courtois</b>	<b>Ospina</b>
<b>ODEHRÁNÍ</b>	míčů ze vzduchu		
	míčů po dopadu		
	míčů po zemi		
<b>ODEHRÁNÍ</b>	prvním dotekem		
	druhým dotekem		
	vice doteků		
<b>ODEHRÁNÍ</b>	nohou		
	rukama		
	jinou částí těla		

Tabulka 6. Činnosti při míčích za obranu mimo pokutové území

<b>PODBĚHNUTÍ MÍČE</b>	
<b>NEAKTIVITA PŘI MÍČI ZA OBRANU/POZDNÍ VÝBĚH</b>	
<b>SLABÉ VYŘÁŽENÍ MÍČE</b>	
<b>MINUTÍ MÍČE</b>	

Tabulka 7. Chyby při činnostech při míčích za obranu mimo pokutové území

#### **4.4.4 Herní činnosti při rozehrávce míče 1**

Činnosti při rozehrávce míče jsme rozdělili na dvě části. V první části jsme si všímali přesností odkopů od brány, kterými je myšleno odkopy z hranice malého pokutového území poté, co se míč zásluhou soupeře ocitl za koncovou čarou brankářovy brány. Dále jsme se soustředili na přesnost odkopů/přihrávek po přihrávce spoluhráčem a také na přesnost výkopů/přihrávek po chycení a následném upuštění míče na zem. Všechny tři druhy činností spojuje to, že brankáři vykopávali míč ze země. Odkopy rozlišujeme na odkopy krátké, kterými je myšleno odkopy do vzdálenosti cca 40 metrů od brankové čáry brankáře a dlouhé, které jsou od vzdálenosti 40 metrů a více. U takových přihrávek, či odkopů jsme zaznamenávali přesnost. Odkop či přihrávka označená jako adresná, pro nás znamenalo situování míče do míst, kde se vyskytoval spoluhráč, který míč buď zpracovával, či absolvoval hlavičkový souboj, i když v něm například prohrál a míče se zmocnil soupeř. Dále jsme do archu zařadily také odkopy do autu či kvůli ošetření jiného hráče. Kvůli očekávaným problémům s kamerou jsme zařadili i řádek pro odkopy, jíž výsledek jsme se nedozvěděli kvůli nezabrání situace kamerou.

ČINNOSTI PŘI ROZEHRÁVCE MÍČE 1			
Lloris			Howard
ODKOP OD BRÁNY	Krátké	Adresné	
		Na soupeře	
		Do autu	
	dlouhé	Adresné	
		Na soupeře	
		Do autu	
	Pro ošetření		
	Mimo kamery		
PO PŘIHRÁVCE OD SPOLUHRÁČE	Krátké	Adresné	
		Na soupeře	
		Do autu	
	Dlouhé	Adresné	
		Na soupeře	
		Do autu	
	Pro ošetření		
	Mimo kamery		
PO CHYCENÍ A NÁSLEDNÉM UPUŠTĚNÍ MÍČE NA ZEM	Krátké	Adresné	
		Na soupeře	
		Do autu	
	Dlouhé	Adresné	
		Na soupeře	
		Do autu	
	Pro ošetření		
	Mimo kamery		

Tabulka 8. Činnosti při rozehrávce míče 1

#### 4.4.5 Herní činnosti po přihrávce od spoluhráče

Dále jsme se také rozhodli pro vyhotovení tabulky, do které jsme zaznamenávali herní činnosti brankářů prováděné po přihrávce od svého spoluhráče. Naším primárním cílem bylo analyzovat úroveň technických dovedností skrze sledování počtu doteků, které brankář vykonával při zpracování míče, či pokud v případě minutí míče udělal chybu. Do tabulky jsme také přidali rubriku špatné a úspěšné odkopy pod tlakem. Odkopy pod tlakem rozumíme takové, které vykonával brankář při nedokonalých přihrávkách svých spoluhráčů, kdy před odkopem neměl čas na analýzu celkové situace kvůli rychlému napadání útočníků soupeře a ocitl se pod tlakem. Brankáři mají tendenci při takových stresových situacích často chybovat a dostávat branky. Jako neúspěšný odkop pod tlakem je brán takový odkop, který směřuje za pomezí čáru, či soupeři. Úspěšný odkop pod tlakem je námi myšlený jako odkop, který končí u spoluhráčů nebo takový, který předchází hlavičkovému souboji, kterého se zúčastní alespoň jeden spoluhráč nehledě na výsledek souboje.

ČINNOSTI PO PŘIHRÁVCE OD SPOLUHRÁČE					
			Barry	Romero	
NOHOU	1. dotekem				
	2. dotekem				
	Více doteků než 2				
	Minutí míče				
ŠPATNÉ TLAKEM	ODKOPY	POD			
ÚSPĚŠNÉ TLAKEM	ODKOPY	POD			

Obrázek

Tabulka 9. Činnosti po přihrávce od spoluhráče

#### 4.4.6 Herní činnosti při rozehrávce míče 2

Dalšími herními činnostmi, které jsme se rozhodli analyzovat, jsou vyhazování, vykopávání z rukou či vykonávání přímých či nepřímých volných kopů. Vyhazování jsme opět klasifikovali jako krátké (do cca 10 metrů délky), dlouhé (cca nad 10 metrů) a také podle přesnosti na adresné (pokud přihrávka našla spoluhráče) či neadresné (přihrávky se zmocnil hráč soupeře). Herní činnost vykopávání z rukou je charakteristická výkopem, před kterým dochází k upuštění míče z rukou a samotný výkop je proveden dolní končetinou (většinou nártem) buď provedené klasickou technikou či technikou zvanou half-volej která je charakteristická tím, že ještě před samotným odkopem předchází odraz míče od země a až poté následuje samotný odkop.



<b>ČINNOSTI PŘI ROZEHRÁVCE MÍČE 2</b>				
			<b>Ochoa</b>	<b>Hart</b>
<b>VYHAZOVÁNÍ</b>	Krátké	Adresné		
		Na soupeře		
		Do autu		
	dlouhé	Adresné		
		Na soupeře		
		Do autu		
	Pro ošetření			
Mimo kamery				
<b>VYKOPÁVÁNÍ Z RUKOU</b>	Krátké	Adresné		
		Na soupeře		
		Do autu		
	Dlouhé	Adresné		
		Na soupeře		
		Do autu		
	Pro ošetření			
Mimo kamery				
<b>PŘÍMÉ A NEPŘÍMÉ VOLNÉ KOPY</b>	Krátké	Adresné		
		Na soupeře		
		Do autu		
	Dlouhé	Adresné		
		Na soupeře		
		Do autu		
	Pro ošetření			
Mimo kamery				

Tabulka 10. Činnosti při rozehrávce míče 2

#### 4.4.7 Herní činnosti při střelbě

Dále jsme se soustředili na zaznamenávání herních činností, při kterých museli brankáři reagovat buď chycením či vyražením míče po střelách protihráčů. Je nutné vysvětlit, že vysokými míči jsou myšleny všechny ty, které se při zákrocích brankáře vyskytovaly na výškové úrovni brankářovi hlavy a nad její úrovní. Polovysoké míče na druhou stranu jsou takové, které se při zákrocích brankářů vyskytují ve výškové úrovni hrudníku a níže. V zápasech jsme se také rozhodli zaznamenávat zákroky s označením skvělé a zákroky označené jako hrubá chyba. Každým skvělým zákrokem je myšlen zákrok, který byl z hlediska dalšího vývoje zápasu důležitý pro mužstvo, ve kterém brankář hrál. Těmito zákroky brankář zabraňoval například navýšení vedení soupeře, které by se jen těžce dohánělo (2:0) a tak svůj tým stále „držel ve hře“ tedy uchovával naději v kladný výsledek. Takovými zákroky zabraňoval inkasování těsně před přestávkou oddělující oba poločasy, jelikož jak je známo „gól do šatny“ bývá veli-

kou psychickou vzpruhou pro tým, který gól vstřelil a naopak nepříjemností pro tým, který branku inkasoval. Za zákroky s označením skvělé jsme také považovaly ty, které brankář vykonal při zneškodnění trestného pokutového kopu nebo každý provedený při finálním penaltovém rozstřelu.

Hrubé chyby klasifikujeme jako každý brankářův „přehmat“, nepovedený zákrok, po kterém brankář dostal gól, který hrál důležitou roli v konečném výsledku zápasu. Ať už se jednalo o podběhnuté centrované míče, nedostatečně vyražený míč při „boxování“, špatně provedený odkop, kterého se zmocnil útočník, minutí míče po přihrávce od spoluhráče, vypadnutí míče brankáři z náručí či dlaní, všechny tyto chyby byly označeny jako hrubé, pokud rezultovaly v inkasování gólu, který přinesl mužstvu prohru či jim velice silně zkomplikoval situaci během zápasu.

<b>ČINNOSTI PŘI STŘELBĚ</b>			
	<b>César</b>		<b>ntandje</b>
<b>CHYTÁNÍ</b>	Vysokých míčů		
	Polovysokých míčů		
	Přízemních míčů		
	Po dopadu		
<b>CHYTÁNÍ</b>	Do prstů nad hlavou		
	Do prstů před tělem		
	Do koše		
<b>CHYTÁNÍ</b>	Ve stoje		
	Ve výskoku		
	V předklonu		
	V pokleku		
	V pádu na stranu		
	V pádu dopředu		
	Mimo pokutové území		
<b>VYRÁŽENÍ</b>	Vysokých míčů		
	Polovysokých míčů		
	Přízemních míčů po zemi		
	Po dopadu		
<b>VYRÁŽENÍ</b>	Ve stoje		
	Ve výskoku		
	V předklonu		
	V pokleku		
	V pádu na stranu		
	V pádu dopředu		
	V pádu vzad		
	Obě ruce		
	Jedna ruka		
	Jiná část těla		
	SKVĚLÝ ZÁKROK		
	HRUBÁ CHYBA		

Tabulka 11. Činnosti při střelbě

#### 4.4.8 Vypadnutí střílených či přihrávaných míčů/brankářova chyba

Jako poslední jsme se zaměřili na záznam činností, při kterých brankářům při zákrocích chybně vypadávaly míče z dlaní či náruče při střelách či přihrávkách, které neměly dostatečnou razanci na to, aby je brankář musel vyrážet. Při takových chybách mohli míče (ale nemusely) skončit v síti buď na základě samotné chyby brankáře, nebo z kopaček soupeře, kteří na základě chybného řešení situace brankářem mohli míč poslat do jeho brány.

<b>VYPADNUTÍ STŘÍLENÝCH MÍČŮ/BRANKÁŘOVA CHYBA</b>		
	<b>M'Bolhi</b>	<b>Pletikosa</b>
Vysoký míč		
Polovysoký míč		
Přízemní střela po zemi		
Po dopadu		
Z rukou nad hlavou		
Z rukou před tělem		
Z koše		
Z pokleku		
Z pádu na stranu		
Z pádu do předu		

Tabulka 12. Vypadnutí střílených či přihrávaných míčů/brankářova chyba

#### 4.5 Analýza odborné literatury

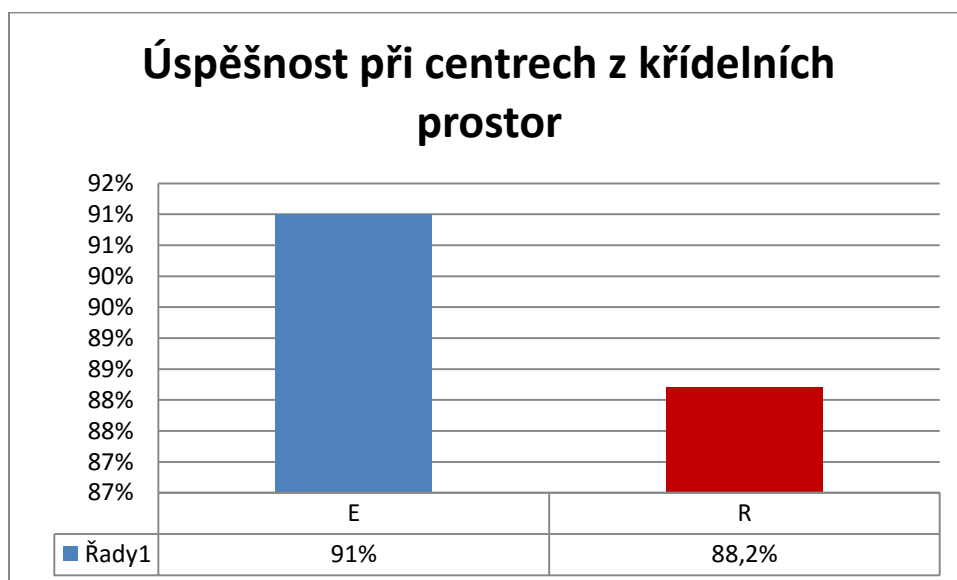
Mezi hlavní úkoly analýzy literatury bylo zjistit veškeré informace o všech brankářích, které jsme chtěli analyzovat a dále je pak rozdělovat do potřebných skupin. Dále jsme se soustředili na informace o rozvoji důležitých motorických schopností v tréninku brankářů pro teoretickou část práce, která byla vytvořena zejména na základě publikací Knihovny Univerzity Palackého a její internetové databáze. Zejména jsme čerpali z SCHOLAR GOOGLE (<http://scholar.google.cz/>) a z EBSCO (<http://search.ebscohost.com/login.aspx?authtype=cookie,ip,url&community=y&isadminmobile=n>). Jako klíčové se při hledání odborné literatury ukázaly slova fotbal, fotbalový brankář, úspěšnost, výkon a zápas.

## 5 VÝSLEDKY

### 5.1 Analýza řešení vybraných herních situací

#### 5.1.1 Řešení situací při centrovaných míčích z křídelních prostor

Výsledná analýza, zkoumající celkovou procentuální úspěšnost brankářů při řešení herních situací, při kterých brankáři reagovali nebo měli reagovat na centrované míče z křídelních prostor, ukázala lepší výsledky brankářů reprezentující evropský kontinent s celkovou úspěšností 91%. Brankáři reprezentující jiný než evropský kontinent dosáhli úspěšnosti 88,2% (viz graf).



Obrázek 4. Graf vyjadřující % úspěšnost při centrovaných míčích ze stran

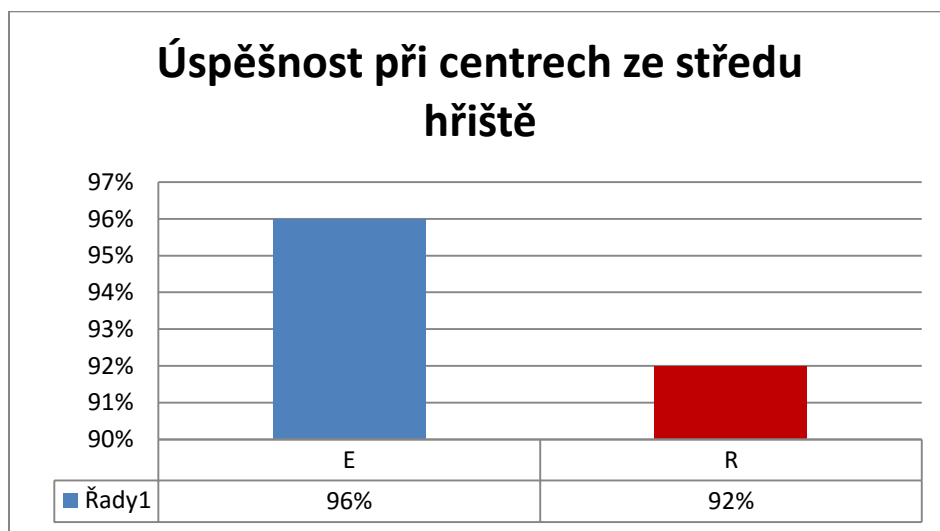
*Vysvětlivky:*

E – Brankáři reprezentující evropský kontinent

R – Brankáři reprezentující jiný než evropský continent

### 5.1.2 Řešení situací při centrování míčů ze středu hřiště

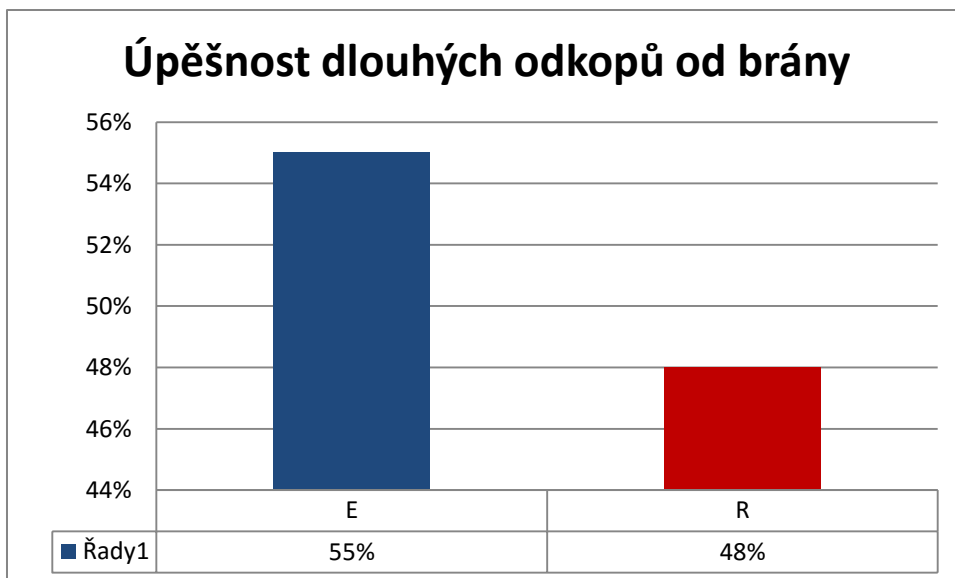
Analýza, která zkoumala úspěšnost řešení situací, při kterých se brankáři zapojovali do herních situací, při kterých docházelo k přihrávkám ze středu hřiště, byli opět úspěšnější evropští fotbaloví brankáři s procentuální úspěšností 96%. Neevropští brankáři dosáhli 92% úspěšnosti.



Obrázek 5. Graf vyjadřující % úspěšnost brankářů při centrování míčů ze středu hřiště.

### 5.1.3 Dlouhé odkopy od brány ze země při rozehrávce

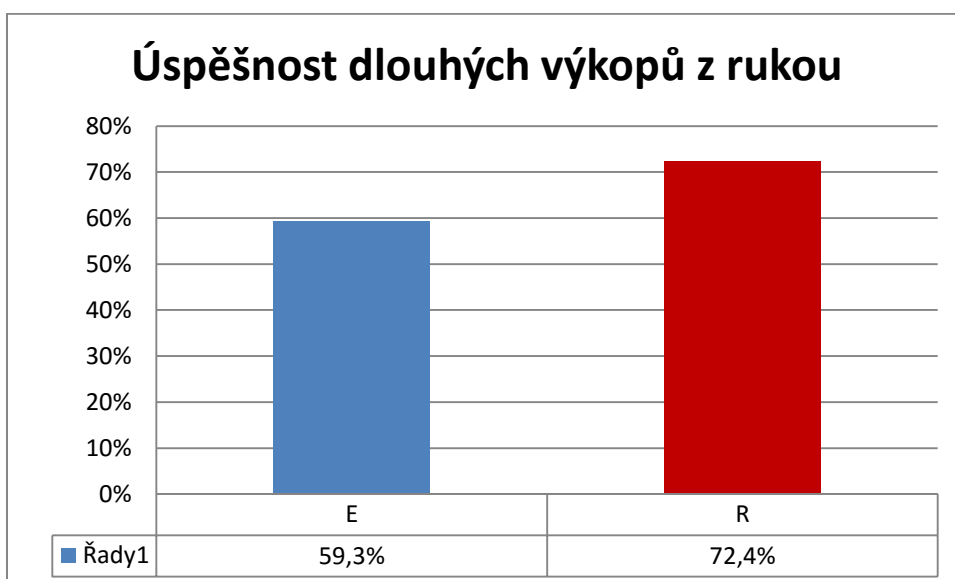
Ve výsledku byli na základě analýzy brankáři reprezentující evropský kontinent úspěšnější než brankáři reprezentující jiný než evropský kontinent. Evropští brankáři byli v 55% přesní v odkopech od brány na polovinu soupeře. Druhá skupina byla úspěšná pouze ve 48 % výkopů.



Obrázek 6. Graf vyjadřující úspěšnost dlouhých odkopů od brány ze země.

#### 5.1.4 Dlouhé výkopy z rukou

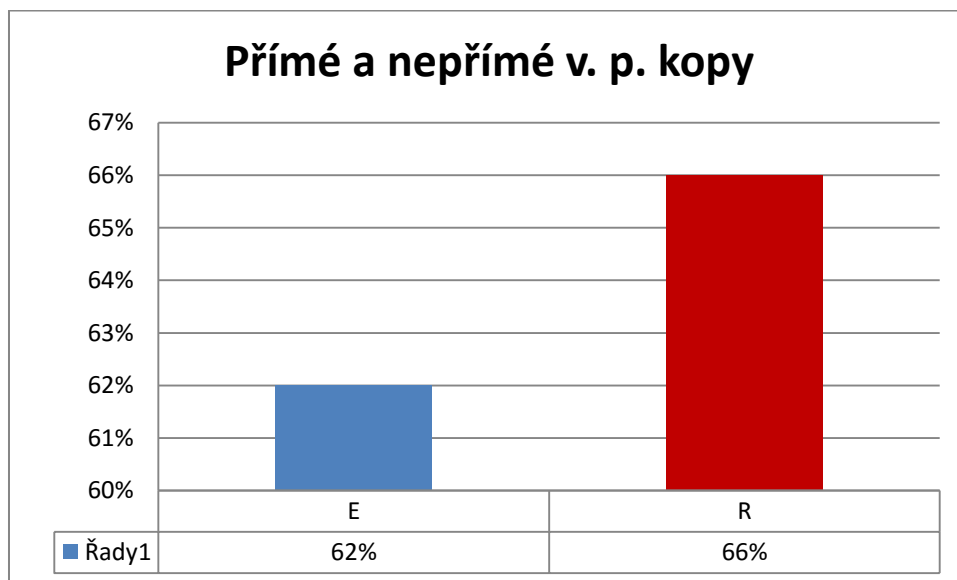
Analýza, která byla provedena pro porovnání úspěšnosti dlouhých výkopů z rukou během turnaje ukázala, že větší úspěšností a přesností při dlouhých výkopech oplývali brankáři reprezentující jiný než evropský kontinent, kteří byli úspěšní v 72,4% z celkového počtu svých odkopů.



Obrázek 7. Graf vyjadřující % úspěšnost dlouhých výkopů z rukou

### 5.1.5 Přímé a nepřímé volné pokutové kopy

Při zahrávání přímých a nepřímých pokutových kopů ukázala analýza lepší procentuální úspěšnost brankářů reprezentující jiný než evropský kontinent s celkovou procentuální úspěšností 66%, kdežto brankáři reprezentující evropský kontinent dosáhli úspěšnosti 62%.

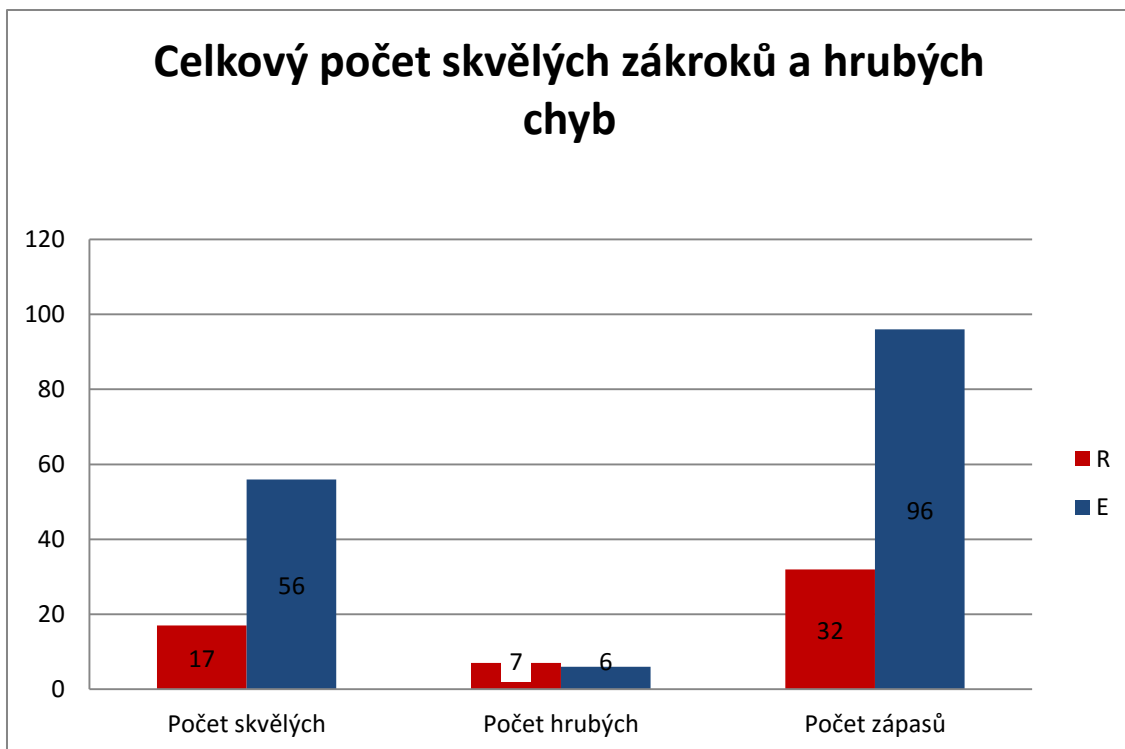


Obrázek 8. Procentuální úspěšnost přímých a nepřímých kopů

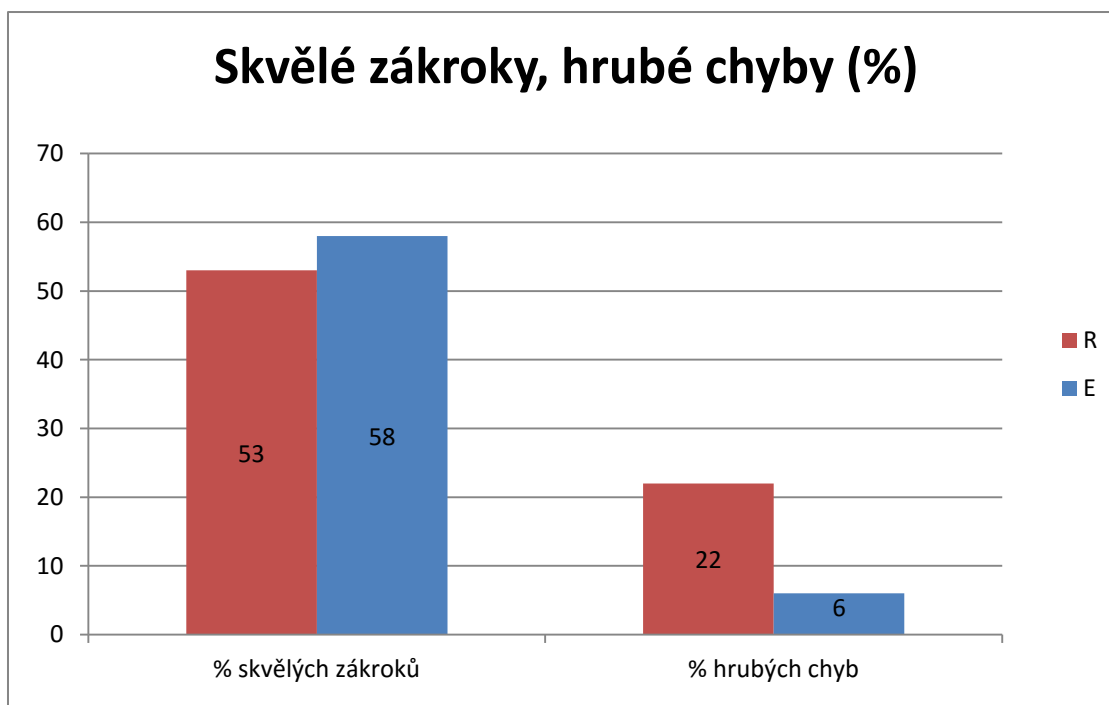
### 5.1.6 Skvělé zákroky a hrubé chyby

Z procentuálního vyjádření vyplývá, že evropští brankáři vykonali klíčový zákrok v 58% z celkového počtu zápasů na turnaji. Naopak brankáři z druhé skupiny vykonávali klíčový zákrok v pouze 53% z celkového počtu zápasů.

Brankáři z neevropských zemí vykonali 7 hrubých chyb z celkového počtu 32 zápasů, načež Evropané vykonali přesně 6 hrubých chyb v celkovém počtu 96 zápasů, což jasně ukazuje na vyšší chybovost brankářů neevropských, kteří vyrobili během zápasů daleko více klíčových hrubek.



Obrázek 9. Graf vyjadřující celkový počet skvělých zákroků a hrubých chyb.



Obrázek 10. Graf vyjadřující % vyjádření skvělých zákroků a hrubých chyb.



## 5.2 Vliv faktoru výšky brankáře na úspěšnost řešení vybraných herních situací

### 5.2.1 Analýza řešení situací při centrování míčů ze středu hřiště

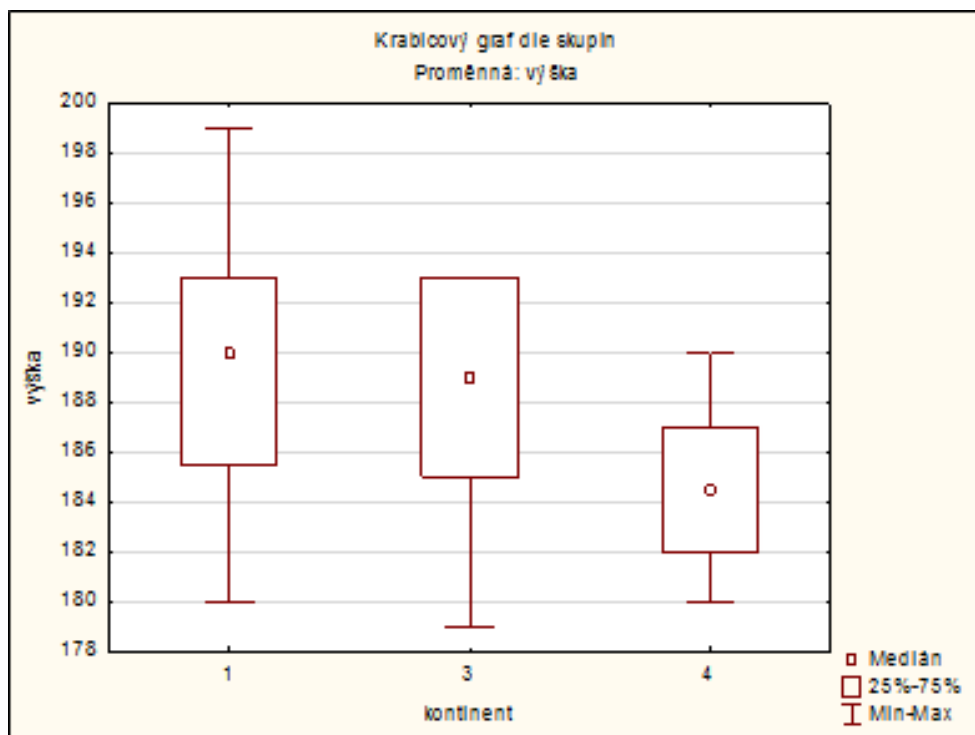
Spearmanova korelace, která byla aplikována, aby zjistila, jak koreluje úspěšnost při řešení situací s výškou brankáře, ukázala, že výška nehrála důležitou roli, jelikož při statistickém zpracování dat nedošlo k významným statistickým rozdílům mezi proměnnými, jelikož se klíčová hodnota ukázala být vyšší než 0,05.

Spearmanova korelace		
Proměnná	Výška	Úspěšnost
Výška	1,000000	0,257364
Úspěšnost	0,257364	1,000000

Tabulka 13. Tabulka vyjadřující korelaci úspěšnosti brankáře s výškou

Na základě aplikace statistického testu Kruskal-Wallisova Anova, který zkoumal vztah % úspěšnosti - brankář reprezentující určitou skupinu (Evropa (1), Amerika (3), Jiný (4)), došlo naopak k významným statistickým rozdílům mezi brankáři ze skupiny jiný než evropský, či americký kontinent s průměrnou výškou 184 cm a jinými skupinami. Brankáři reprezentující tuhle skupinu nadělali nejméně chyb na hranici statistické významnosti  $p = 0,0476$ .

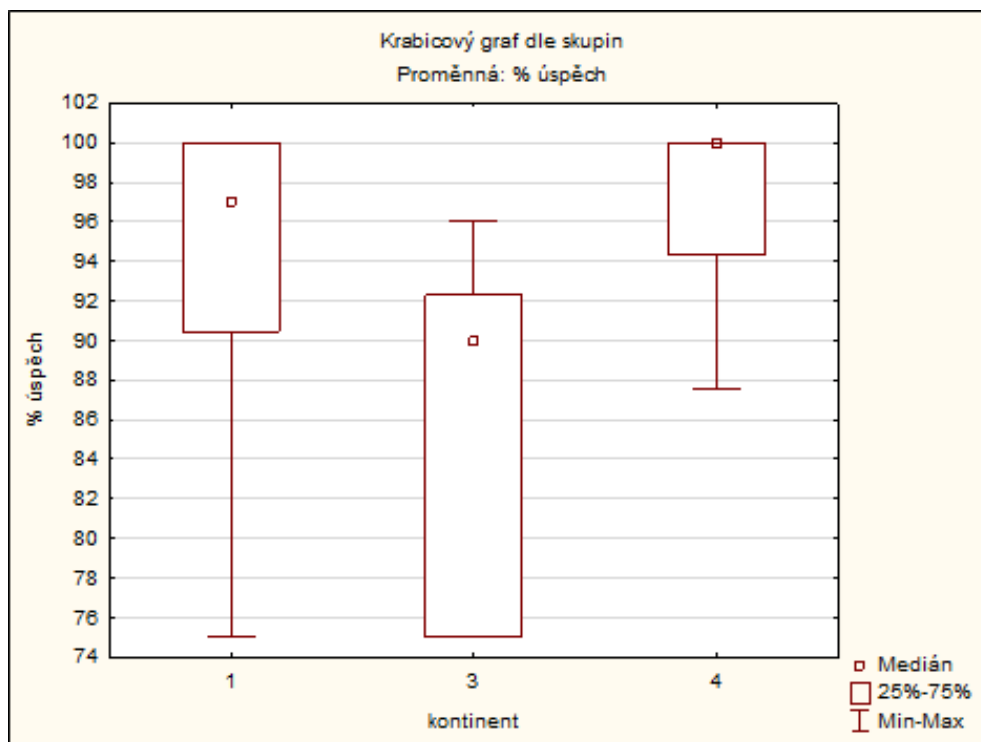
Lze tudíž tvrdit, že brankáři ze skupiny s nejnižším vzrůstem byli paradoxně neúspěšnější v řešení situací, při kterých reagovali na míče ze středu



Obrázek 11. Graf vyjadřující průměrnou výšku brankářů ve všech 3 skupinách

*Vysvětlivky:*

- 1 – brankáři reprezentující Evropu
- 3 – brankáři reprezentující americké kontinenty
- 4 – brankáři reprezentující jiný než evropský či americký kontinent



*Vysvětlivky:*

- 1 – brankáři reprezentující Evropu
- 3 – brankáři reprezentující americké kontinenty
- 4 – brankáři reprezentující jiný než evropský či americký kontinent

Obrázek 12. Úspěšnost řešení situací při centrech ze středu na základě průměrné výšky všech 3 skupin

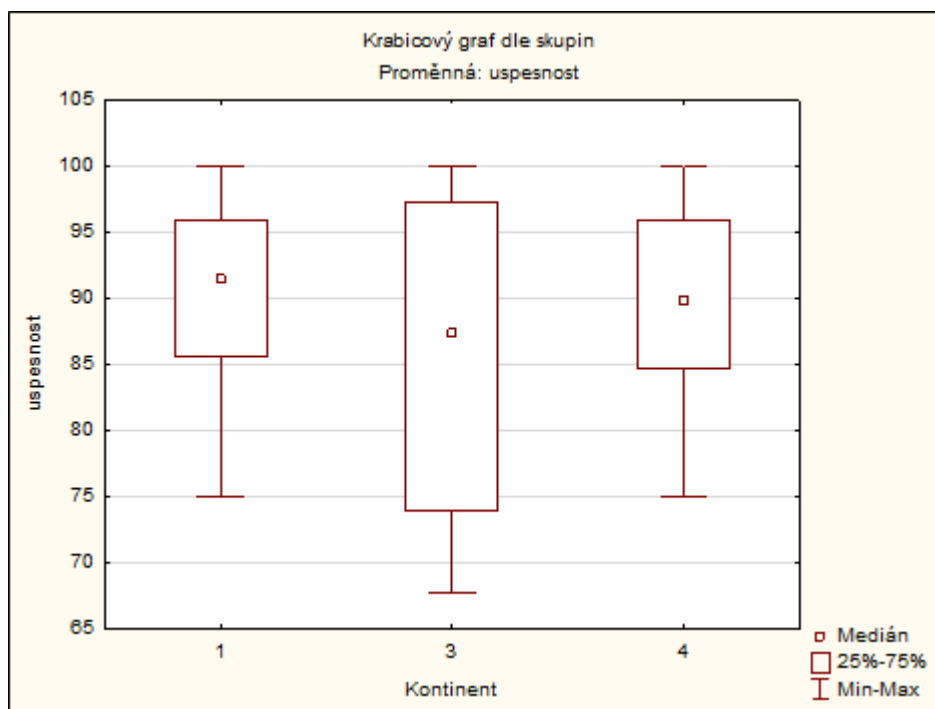
### 5.2.2 Analýza řešení situací při centrovaných míčích z křídelních prostor hřiště

Při zaměření se na situace při centrovaných míčích z křídelních prostor ukázala aplikovaná Spearmanova korelace negativní vztah mezi výškou brankářů a úspěšností, tudíž to znamenalo, že čím byl brankář vyšší, tím měl paradoxně nižší úspěšnost při řešení situací.

Spearmanova korelace		
Proměnná	výška	Úspěšnost
výška	1,000000	-0,338213
úspěšnost	0,338213	1,000000

Tabulka 14. Tabulka vyjadřující negativní vztah mezi výškou a úspěšností brankář

Na základě aplikace statistického testu Kruskal-Wallisova Anova, který zkoumal vztah % úspěšnosti-brankář reprezentující určitou skupinu (Evropa, Amerika, Jiný), nebyly prokázány významné statistické rozdíly, tudíž výška brankáře opět nehrála signifikantní roli ( $p = 0,8566$ ).



Obrázek 13. Celková % úspěšnost brankářů na základě jednotlivých skupin při centrech z křídelních prostor.

*Vysvětlivky:*

- 1 – brankáři reprezentující Evropu
- 3 – brankáři reprezentující americké kontinenty
- 4 – brankáři reprezentující jiný než evropský či americký kontinent

### 5.3 Komparace úspěšnosti řešení vybraných herních situací brankářů anglické Premier League a španělské La Ligy.

Analýza ukázala, že při řešení situací, při kterých brankáři reagovali na centrované míče z křídelních prostor, byli podle očekávání úspěšnější angličtí brankáři s celkovou úspěšností 92%, kdežto brankáři španělští dosáhli úspěšnosti 88%.

V případě centrovaných míčů ze středu hřiště byli opět úspěšnější brankáři reprezentující skupinu 1 s úspěšností 97%. Španělští brankáři byli úspěšní v 91%.

<b>Celková úspěšnost při centrovaných míčích ze stran</b>			
<b>Premier League</b>	<b>Celková úspěšnost</b>	<b>La Liga</b>	<b>Celková úspěšnost</b>
Reina	<b>92%</b>	Casillas	<b>88%</b>
Forster		Karnezis	
Begovic		Courtois	
César		Bravo	
Hart		Navas	
Howard			
Intandje			

Tabulka 15. Celková úspěšnost při centrovaných míčích ze stran

<b>Celková úspěšnost při centrovaných míčích ze středu</b>			
<b>Premier League</b>	<b>Celková úspěšnost</b>	<b>La Liga</b>	<b>Celková úspěšnost</b>
Reina	<b>97%</b>	Casillas	<b>91%</b>
Forster		Karnezis	
Begovic		Courtois	
César		Bravo	
Hart		Navas	
Howard			
Intandje			

Tabulka 16. Celková úspěšnost při centrovaných míčích ze středu

## **5.4 Subjektivní odborné posouzení úrovně technických dovedností a komunikace v průběhu utkání**

### **5.4.1 Zhodnocení technických dovedností při výkopech**

Subjektivní hodnocení technických dovedností a komunikačních dovedností vycházelo z analýzy dat sledovaných při projevu individuálních dovedností brankářů a odborného posouzení trenéra Slavojce Podolí Praha Josefa Jarolíma a trenéra brankářů Mgr. Jakuba Lamparta.

Na základě pozorování všech zápasů na mistrovství světa v Brazílii jsme usoudili, že nejlepší technikou odkopů z rukou, či ze země oplývali brankáři hrající signifikantní dobu své kariéry v evropských týmech.

### **5.4.2 Zhodnocení komunikačních dovedností**

Je nutno říci, že tohle porovnání a analýza komunikačních dovedností brankářů na turnaji nebyla jednoduchá záležitost, jelikož projev komunikačních dovedností brankářů při zápasech je podle nás závislá na charakterových vlastnostech brankáře. Troufáme si tvrdit, že jsou to právě charakterové vlastnosti, které ovlivňují projev komunikačních dovedností brankáře během důležitých utkání. Brankáři, kteří se během většiny utkání zdáli být komunikačně „nejzdatnější“ reprezentovali týmy Jižní Ameriky.

Co se týče úrovně komunikačních dovedností brankářů během turnaje, musíme poznamenat, že ti nejefektivnější komunikátoři na postech fotbalových brankářů byli ti zkušenější a starší hráči, jejichž věk byl vyšší než celkový průměrný věk všech analyzovaných brankářů na turnaji (29 let). Zkušenější brankáři ve věku 31 a výše byli v každém zápase „slyšet“, neustále komunikovali s obránci svého týmu, které nepřestávali hlasitě podporovat nebo kárat za chyby, které působili a tím se snažili o prevenci takových chyb v dalším průběhu zápasu.

## 6 DISKUSE

Realizací výzkumu mé diplomové práce jsme se snažili analyzovat brankáře na mistrovství světa 2014 v Brazílii v jistých herních činnostech, které se nám zdají z hlediska role brankáře důležitými. Přínos práce vidíme v tom, že práce se může stát vhodným materiálem pro trenéry brankářů. Jsme přesvědčení, že trenéři zejména nižších fotbalových soutěží mohou na základě téhle diplomové práce více nahlédnout do problematiky tréninku brankářů a zjistit něco více o všem, co tenhle post obnáší. Je pravdou, že na základě našich zkušeností jsou to zejména trenéři nižších, amatérských soutěží, kteří nemají vhodné vědomosti a zkušenosti s tréninkem fotbalových brankářů a tréninkový proces a celkový herní vývoj brankářů tak trpí a bývá zcela zbytečně zabrzděn. Na základě našich zkušeností bývá tenhle post často i během žákovského či dorosteneckého věku trenéry opomíjen, jelikož fotbaloví trenéři mají ve většině případů zkušenosti s posty útočníků, obránců či středopolařů, kterými byli během svých aktivních kariér Mulqueen & Woltalla (2011).

Je nutné si uvědomovat, že právě post fotbalového brankáře je stejně důležitý jako post útočníků. Stejně jako góly produkované útočníky jsou to právě klíčové zákroky, vykonávané brankáři, které rozhodují o konečném stavu v utkání a o jejich zvratech. Tahle práce má zejména takovým trenérům sloužit jako základní vodítko k nahlédnutí do „duše“ brankáře. Práce může pomoci trenérům zjistit, jaké jsou jeho výhody či nevýhody a na základě takových znalostí uzpůsobit trénink brankářů (Ubide, 2013).

První primární věcí je nejspíše si uvědomit, že post fotbalového brankáře je jedinečný a musí se proto k brankářům v týmu a jejich tréninku přistupovat odlišně než k hráčům hrajících na jiných postech. Celá teoretická část je tvořena na základě výběru klíčových motorických schopností a dovedností a nutnosti jejich stimulace v tréninkovém procesu, které jsou námi považovány jako velmi důležité.

V části práce, ve které jsme analyzovali důležitost výšky jako faktor úspěšného řešení herních činností a brankáře jsme dělili dále do 3 skupin (Evropa, Amerika, Jiný), soustředíce se na činnosti během kterých brankář zasahoval při centrovaných míčích ze středu hřiště, se prokázal významný statistický rozdíl mezi brankáři ze skupiny jiný než evropský nebo americký kontinent s průměrnou výškou 184 cm. Lze tvrdit, že brankáři s nejnižší výškou na turnaji provedli nejméně chyb na hranici statistické významnosti  $p = 0,0476$ , čímž si lze odvodit, že brankáři ze skupiny s nejnižším vzrůstem byli nejuspěšnější v řešení herních činností, při kterých reagovali na míče ze středu hřiště. Tohle byl pro nás trochu paradox.

Na druhou stranu tenhle fakt si vysvětlujeme tím, že počet přihrávek ze středu hřiště, se kterými se museli brankáři vypořádat, nebyl zdaleka tak vysoký jako celkový počet centrovaných míčů ze stran, na které brankáři reagovali. Celkový počet situací, při kterých brankáři na turnaji reagovali na centrované míče z křídelních stran, byl 1061. Na druhou stranu celkový počet situací, při kterých reagovali na míče ze středu hřiště, byl pouze 744. V konečném důsledku mohli brankáři nadělat menší množství chyb při centrovaných míčích ze středu než při centrech ze stran. Je také nutné zmínit, že řešení centrovaných míčů ze středu hřiště nebylo pro brankáře zdaleka tak obtížné jako řešení takových situací při centrovaných míčích ze stran na základě, jak již bylo zmíněno frekvence, ale také nižší výšky míčů, které putovali do velkého pokutového území, což bylo pro brankáře jednodušší. Navíc jako brankář vím, že pro brankáře na centrované míče středem hřiště je daleko jednodušší reagovat, jelikož je pro něj daleko přirozenější herní činnosti, při kterých je k míči čelem, než když musí reagovat na centrované míče ze stran, což je pro brankáře daleko složitější z hlediska anticipace/timingu a také obratnosti. Navíc, na základě mé vlastní zkušenosti při dlouhých přihrávkách za obranu ze středu hřiště nemají útočníci stejnou tendenci zúčastňovat se kontaktních soubojů s brankáři v malém i velkém pokutovém území než při centrovaných míčích ze středu hřiště, které jsou daleko více frekventované a právě na centrované míče z křídelních prostor se útočníci specializují a v tréninkovém procesu a nácviku správného provedení takové herní dovednosti je věnována daleko větší pozornost.

Při zaměření se na situace při centrovaných míčích z křídelních prostor ukázala opět aplikovaná Spearmanova korelace negativní vztah mezi výškou brankářů a úspěšností, tudíž to znamenalo, že čím byl brankář vyšší, tím měl paradoxně nižší úspěšnost při řešení takových situací. Tuhle negativní korelaci jsme si zpočátku vysvětlovali faktem, že od brankářů s vyšším věkem je často trenéry doslova požadováno, aby svou výšku využívali zejména v takových herních činnostech, při kterých musí chytat míče ve výskoku a tím pomáhají při řešení nebezpečných situací svým obráncům, kteří nesmějí zasahovat ve velkém pokutovém území horními končetinami. Navíc brankáři po úspěšném chycení míče mohou okamžitě zakládat protiútoky dlouhými výhozy, či výkopy, což je typické například pro mnohokrát zmíněného Manuela Neuera. Vysocí brankáři mají obecně tendence se do takových aktivit daleko více zapojovat také na základě svého vlastního vědomí, jelikož dobře ví o své výškové převaze a snaží se z ní sami profitovat a pomáhat týmu svými výběhy a výskoky na „vysoké“ centrované míče. S vyšším množstvím výběhů se také pojí větší skóre chybovosti. Existuje nepsané pravidlo, že brankáři nižšího věku mají často tendenci se do takových herních dovedností nepouštět, aby nechybovali, a často zůstávají při takových



situacích stát na brankové čáře. Jsou to právě jejich vyšší obránci, kteří se zúčastňují vzdušných soubojů místo nich Ziv et al., (2011). Je však nutno poznamenat, že taková tendence je velice individuální záležitost a výběhy na vysoké, centrované míče mohou být doménou i brankářů s nižší výškou.

Průměrná výška všech brankářů zahrnutých do naší analýzy byla 188 cm. V podvědomí nám zůstali brankáři nižšího vzrůstu jako Casillas (182 cm), Ochoa (185 cm), Valladares (179 cm), či Ospina (183 cm), kteří se do vzdušných soubojů raději nezapojovali a nechávali tuhle práci na svých obráncích. Také si pamatujeme, že při vybíhání na vysoké míče a absolvování vzdušných soubojů (pokud se zapojili) nepůsobili vůbec jistě a často chybovali. Naše domněnka byla také podpořena faktem, že jsme se domnívali, že nižší úspěšnost vysokých brankářů byla zapříčiněna narůstající únavou, která pramenila z opakovaného vykonávání podobných herních činností. Proto jsme testovaný soubor rozdělili do 2 skupin. První skupinu tvořili brankáři s výškou 190 cm a vyšší, druhou skupinu tvořili brankáři s výškou pod 190 cm. Ukázalo se však, že brankáři patřící do skupiny s větší výškou neabsolvovali více herních činností při centrovaných míčích ze středu ani z křídelních prostor než brankáři s nižší výškou. Průměrný počet herních činností ze středu hřiště byl 21 zákroků vykonaných „vyššími“ a 20 vykonaných vzrůstově nižšími. Co se týče herních činností při centrech z křídelních prostor, byl průměrný počet vykonaných zákroků během turnaje u vyšších 31 a u nižších dokonce 32, což je o jeden zákrok více. Takle naše predikce se ukázala tedy jako chybná.

V diplomové práci byly analyzovány a porovnány výkony brankářů v určitých herních činnostech. V části práce, ve které jsme se zaměřovali na analýzu úspěšnosti skvělých zákroků, a hrubých chyb výsledky ukázaly, že evropští brankáři provedli celkově daleko větší počet klíčových zákroků během turnaje než brankáři ze skupiny druhé. Evropští brankáři provedli z celkového počtu všech zákroků 56 klíčových, kdežto brankáři ze skupiny druhé provedli takových zákroků 17. Je nutné však poznamenat, že celkový počet klíčových zákroků evropských brankářů (56) byly provedeny během 96 zápasů, kdežto počet klíčových zákroků brankářů z druhé skupiny (17) byly provedeny během daleko menšího počtu zápasů (32), jelikož týmy, které reprezentovali brankáři z jiných než evropských zemí, nebyly tak úspěšné a končily turnaj již v základní skupině. I přes velký rozdíl mezi počtem odehraných zápasů brankářů obou skupin nás procentuální zpracování utvrdilo v tom, že evropští brankáři nadělali méně hrubých chyb, které negativně ovlivnili další průběh zápasu a také si připsali větší množství zákroků označených jako „skvělých“, tudíž takových, které byly z hlediska vývoje zápasu klíčové v pozitivním slova smyslu.

V části práce, ve které jsme se rozhodli zhodnotit úroveň technických dovedností při výkopech během rozehrávky brankářů, jsme jako technicky nejzdatnější brankáře označili brankáře reprezentující evropský kontinent. Brankáři jako Manuel Neuer, Keylor Navas, Stipe Pletikosa či Iker Casillas se prezentovali přesnými odkopy na vysoké technické úrovni i za podmínek, kdy byli brankáři pod tlakem, v psychickém diskomfortu. Technika odkopů míčů byla ve většině případech precizní. Při odkopech byly míče trefovány střední částí nártu, což bývá označováno jako nejvhodnější místo na chodidle, kterým by se měl míč při odkopech trefovat. Míče, které jsou při odkopech trefovány spíše vnitřní či vnější stranou nártu nemají dostatečnou výšku, nepříjemně rotují a nejsou dostatečně daleké, což je „nepříjemné“ pro spoluhráče brankářů, kteří mívají s takovými typy přihrávek od svých brankářů problémy během zpracování míčů. Proto fotbaloví brankáři usilují při odkopech ze země trefovat míče hlavně nártem středním Mohammad et. all (2011). Dále to byli převážně evropští brankáři, kteří nejméně kazili výkopy pod tlakem v podmínkách psychického diskomfortu, kdy docházelo k okamžitému napadání útočníkem soupeře. Navíc se prezentovali technicky výborným zpracováním míče a případy, kdy by jim míče při zpracování výrazně odsakovaly, byly velice ojedinělé.

V části práce, ve které jsme analyzovali komunikační dovednosti brankářů na turnaji, jsme si nemohli nevšimnout, že kromě brankářů Jižní Ameriky to byli převážně starší a zkušenější brankáři, kteří svou komunikací spolupracovali s obránci svého týmu a tím eliminovali mnohá nebezpečí ve hře. Byli to ve větší míře méně zkušení a mladší brankáři, kteří vykonávali ve spolupráci se svými obránci zmatky a chyby, které pramenily ze špatného dohodnutí se mezi brankářem a obráncem. Opět se také potvrdilo pravidlo, že převážně starší, zkušenější brankáři na turnaji měli u svých obránců dostatečný respekt. Takový respekt se projevoval způsobem, že při standartních situacích okamžitě poslouchali brankáře, který jim nakazoval polohu, ve které měli stát při tvoření obranné „zdi“. Dále jsme si všimli malého počtu situací, při kterých jeden z obránců míč odehrál i přes hlasité zvolání svého brankáře znamenající, aby míč neodehrával. V takových situacích se stává, že si brankář zavolá a očekává, že míč, který k němu směřuje, nebude odehrán žádným z jeho obránců, aby jej mohl chytit na základě jeho lepšího postavení. Když už docházelo k takové situaci, při které byl míč odehrán obráncem i přes signál, který mu byl brankářem sdělen, aby se míče nedotýkal, nebáli zkušenější brankáři svůj nesouhlas dát hlasitě najevo a dotyčného hráče tvrdě zkritizovat. Gianluigi Buffon (36), Claudio Bravo (31), Tim Howard (35), či Boubacar Barry (35) koordinovali a řídili své obránce celý zápas, přes tisíce diváků na stadionech je bylo slyšet jak při povzbuzování, tak i při kritizování. Je nutné poznamenat, že věkový průměr všech

brankářů na turnaji, kteří byli zahrnuti do naší analýzy, byl 29 let. Obecně se říká, že zkušený brankář je takový, který dosáhne věku nad 30 let, jak dokazuje i článek Dana Ripleyho (2011).

Na druhou stranu a pochopitelně nejmladší brankáři na turnaji působili komunikačně velice nejistě. Benjamínci turnaje jako byl Mathew Ryan (22), Jasper Cillessen (25) nebo Thibault Courtois (22) se neprojevovali vůdčími schopnostmi jako brankáři zkušenější. Během zápasů se komunikačně neprojevovali, způsobili svou lhostejností, či stresem několik hrubek, které pramenili z toho, že se při řešení určitých herních situací nedomluvili se svými obránci. V případě chyb svých obránců neměli tendenci je kritizovat v takové míře jako jejich starší kolegové a na druhou stranu nepovzbuzovali své obránce k aktivitě tak vehementně nebo pokud se o to snažili, nemělo to výrazný efekt. Několikrát byli paradoxně kritizováni oni samotní svými stopery. Jako příklad můžeme uvést brankáře Holandska Jaspера Cillessena, který během turnaje působil velice nejistě jak technicky při výkopech, tak i komunikačně, proto za něj roli řídicího obrany přebíral stoper Ron Vlaar. Na druhou stranu je nutné poznamenat, že nejistota při realizaci herních činností je u mladých brankářů chytajících poprvé na takovém turnaji, jako je světový šampionát pochopitelná. Pro zajímavost někteří poměrně zkušení brankáři, kteří rozhodně nebyli na „velkých“ fotbalových turnajích nováčky, působili nejenom komunikačně ale i technicky podobně nejistě jako ti brankáři, pro které byl světový šampionát prvním „velkým“ turnajem. Jako příklad může být uveden nepovedený výkon španělského reprezentačního brankáře Ikeru Casillase, kterého bychom se rozhodně nebáli označit na základě jeho velice slabých a nejistých výkonů jako jednoho z největších „strůjců“ neúspěchu španělského fotbalového týmu na turnaji. V jeho případě se shodujeme, že je to také (kromě jiných) momentální sportovní forma, která by měla rozhodovat při selekci hráčů na tak klíčových postech pro tak důležité turnaje jako je mistrovství světa. Během fotbalové sezony ve španělské La Lize byl Casillas spíše náhradníkem a je všeobecně známo, že brankář, který během většiny mistrovských utkání v sezoně střídá a poté se do brány zase dostane, potřebuje jistý čas na adaptaci a jeho sebevědomí v zápase není tak vysoké jako brankáře který nastupuje v mistrovských utkáních pravidelně. Proto pro nás bylo velkým překvapením, že byl Casillas zvolen jako jednička pro turnaj i navzdory tomu, že většinu sezony v La Lize nenastupoval a také pro to, že v Evropské fotbalové lize svými chybami přispěl velkou mírou k vyřazení svého týmu Real Madrid Ripley (2011).

## 7 ZÁVĚRY

Práce se zabývá analýzou herních činností fotbalových brankářů na mistrovství světa ve fotbale v Brazílii v roce 2014. Analýza ukázala, že evropští brankáři byli úspěšnější ve většině herních činností vybraných námi ke srovnání. Evropští brankáři byli během turnaje úspěšnější než brankáři reprezentující jiný než evropský kontinent při:

- Řešení situací při centrovaných míčích z křídelních prostor v poměru 91% k 88%.
- Při řešení situací při přihrávkách ze středu hřiště v poměru 96% k 92%.
- Při vykonávání dlouhých výkopů od brány ze země při rozehrávkách v poměru 55% k 48%.
- Ve vybrané oblasti analýzy, která byla nazvána *skvělé zákroky a hrubé chyby*, která ukázala, že Evropané předvedli klíčový zákrok v 58,3 % (ostatní 53,12%) utkání a vykonali hrubou chybu, která poté negativně ovlivnila další průběh zápasu v 6,25 % (ostatní 21,8 %) z celkového počtu utkání na turnaji.

Brankáři reprezentující jiný než evropský kontinent dosáhli lepších výsledků pouze ve dvou analyzovaných oblastech.

- Herní činnost nazvaná dlouhé výkopy z rukou, ve které dosáhli úspěšnosti 72,4 % (Evropané 59,3%).
- Zahrávání přímých a nepřímých pokutových kopů s úspěšností 66% (Evropané 62%).

Dalším cílem práce bylo zjistit důležitost výšky brankářů jako faktor úspěšného řešení herních činností, při kterých brankář zasahoval při centrovaných míčích ze stran a ze středu hřiště. Výsledky napověděly, že při porovnávání brankářů reprezentující Evropu, americké kontinenty a jiný než evropský či americký kontinent, došlo k významným statistickým rozdílům mezi brankáři ze skupiny jiný než evropský, či americký kontinent s průměrnou výškou 184 cm a jinými skupinami, kdy brankáři reprezentující tuhle skupinu nadělali nejméně chyb a paradoxně to byli právě oni, kteří byli nejúspěšnější ve vybrané herní činnosti. Tudiž můžeme tvrdit, že výška brankáře nehrála roli jako faktor úspěšného řešení činností.

Analýza, která se naopak zaměřovala na herní činnosti při centrovaných míčích z křídelních prostor, opět prokázala negativní vztah mezi výškou brankářů a úspěšností, což znamenalo, že čím byl brankář vyšší, tím měl paradoxně nižší úspěšnost při řešení situací, takže opět můžeme tvrdit, že výška brankářů nehrála signifikantní roli.

Posledním cílem práce bylo subjektivně zhodnotit úroveň technických dovedností při výkopech z rukou a ze země při rozehrávce a komunikačních dovedností brankářů při zápasech na MS 2014. Na základě pozorování námi bylo zjištěno, že to byli brankáři reprezentující evropský kontinent, kteří byli daleko přesnější a jistější při výkopech a odkopech míčů během zápasů. Při soustředění se na úroveň komunikačních dovedností během zápasů jsme se shodli na tom, že nejlepší komunikátoři byli brankáři z týmů Jižní Ameriky. Na základě analýzy jsme také shledali, že brankáři nad 30 let dokazovali vysokou úroveň komunikačních dovedností během zápasů. Na druhou stranu to byli právě nejmladší brankáři ve věku mezi 22-26 let, kteří prokazovali nízkou úroveň komunikačních dovedností po celý turnaj v Brazílii.

V diplomové práci byly formulovány následující výzkumné otázky:

**O<sub>1</sub>:** Budou evropští brankáři úspěšnější ve více než 50 % z celkového počtu analyzovaných herních činností?

**Odpověď:** Ano, analyzováno bylo dohromady 5 herních činností + 1, ve které jsme se zaměřovali na počet klíčových zákroků a hrubých chyb, které měly signifikantní vliv na celkový výsledek zápasu. Z celkového počtu 6 byli evropští brankáři úspěšnější ve 4 herních činnostech, takže jejich celková úspěšnost byla v 67% z celkového počtu činností.

**O<sub>2</sub>:** Dosáhnou nejvyšší procentuální úspěšnosti při řešení herní činnosti, při kterých brankář reaguje na centrované míče jak ze stran nebo ze středu hřiště brankáři ze skupiny z nejvyšší průměrnou výškou?

**Odpověď:** Ne, brankáři ze skupiny z nejnižší průměrnou výškou byli paradoxně nejúspěšnější v řešení situací, při kterých reagovali na přihrávky ze středu hřiště. Také v případě centrovaných míčů z křídelních prostor hřiště nebylo prokázáno, že by brankáři ze skupiny z nejvyšší průměrnou výškou (Evropané) byli úspěšnější než brankáři ze skupin ostatních.

**O<sub>3</sub>:** Budou brankáři hrající signifikantní část své kariéry v anglické Premier League úspěšnější v řešení situací při centrovaných míčích ze stran a ze středu než brankáři ze španělské La Ligy?

**Odpověď:** Ano, analýza ukázala, že v obou vybraných herních činnostech byli úspěšnější angličtí brankáři. Celková % úspěšnost anglických brankářů při řešení situací při centrovaných míčích ze stran byla 92%, kdežto španělských pouze 88%. Analýza zaměřující se na úspěšnost při řešení centrovaných míčů ze středu hřiště opět vyzněla lépe pro brankáře anglické s procentuální úspěšností 97%. Španělé dosáhli opět horšího výsledku, a to 91%

## 8 SOUHRN

Práce charakterizuje analýzu herního výkonu 34 fotbalových brankářů hrajících na fotbalovém mistrovství světa v Brazílii v 6 vybraných herních činnostech, což byl zvolen také jako primární cíl celé práce. Analýza, která byla prováděna metodou pozorování zápasů ze záznamů, se zaměřovala na rozdíly ve výkonech 24 evropských a 11 brankářů působících po značnou část své kariéry v klubu situovaném na jiném než evropském kontinentu. Práce obsahuje syntézu poznatků, která předkládá popis jednotlivých komponent výkonu fotbalového brankáře, popisující důležitost stimulace jednotlivých komponent v tréninku brankářů.

Jako dílčí cíl bylo zvoleno zjistit důležitost výšky brankářů jako faktoru úspěšného řešení herních činností, při kterých brankář zasahoval při centrovaných míčích ze stran, či ze střední části hřiště. Brankáři byli pro tuhle analýzu rozdělení do skupin. První skupinu tvořili brankáři hrající signifikantní dobu své kariéry v Evropě, druhou brankáři hrající na amerických kontinentech a třetí skupinu tvořili brankáři hrající signifikantní část své kariéry na jiných než na evropském a jednom z amerických kontinentů.

Dalším cílem práce bylo porovnat úspěšnost řešení herních činností při centrovaných míčích ze stran a ze středu hřiště fotbalových brankářů působících v Anglické Premier League a brankářů Španělské La Ligy. Během téhle analýzy byl testovaný soubor opět dělen do 2 skupin.

Čtvrtým a posledním cílem práce bylo subjektivně zhodnotit úroveň technických dovedností při výkopech z rukou a odkopech ze země při rozehrávce a komunikačních dovedností brankářů.

## 9 SUMMARY

The thesis describes the analyses of performance of 34 goalkeepers playing in the football World Cup tournament in Brazil. The analyses, chosen as the very major aim of the work, focuses on 6 certain game operations that had been being performed by the goalkeepers during all proper matches in the tournament. The method of observation had been used. We focused on differences in performances of 24 European goalkeepers and 11 non-European ones. The thesis contains a basic, informational part discussing certain individual performance components, discussing importance of its stimulation. As one of the sectional aims nothing else but the importance of height of keepers as a factor of successful goalkeeping was determined when focusing mainly on certain game actions such was the side and front crosses. It is important to mention us having selected the keepers into groups. The first group contained those that have spent significant a period in their football career in European clubs, the second those on American continents and the third group those neither European nor American.

The other aim of the work was to compare success at again side and front crosses of keepers from English Premier League and Spanish La Liga.

The last aim of the thesis was to construct a subjective approach of the level of technical abilities at passing and communicative ones of the goalkeepers.



## 10 REFERENČNÍ SEZNAM

- Bangsbo, J. (2007). *Aerobic and anaerobic training in soccer*. Copenhagen: Institute of exercise and sport sciences University of Copenhagen.
- Barnes, L., et al.(2007) Relationship of jumping and agility performance in female volleyball athletes. *Journal of Strength & Conditioning Research*. 4, 5.
- Benítez, R. (2011) *Is La Liga better than Premier League?* Retrieved 24. 3 2014 from World Wide Web: <http://www.rafabenitez.com/web/in/blog/liga-better-than-the-premier-league/16/>.
- Beswick, B. (2014). *Focused on Soccer*. USA: Human Kinetics. 241-245.
- Castagna C., Impellizzeri F., Rampinini E., D'Ottavio S., & Manzi V.(2008) The Yo-Yo intermittent recovery test in basketball players. *Journal of Science and Medicine in Sport*,11, 202–20.
- Čelikovský, S., et al. (1979) *Antropomotorika*. Praha: Pedagogické nakladatelství Praha.
- Čelikovský, S., et al (1990) *Antropomotorika pro studující tělesnou výchovu*. Praha: SNP.
- Černý, T. (2007) *Analýza herního výkonu brankáře fotbalu na mistrovství světa 2006*. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.
- Dobrá, L. (2003). Co je „agility“?. Praha: Olympia.
- Farber, M. (2001) Simply Superb. *Sports Illustrated* 25, 2.
- Fromel, K. (2002). *Kompendium pro psaní a publikování v kinantropologii*. Olomouc: Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého.

Hart, N., Nimphius, S., Spiteri, T., & Newton, R. (2014). Leg Strength and Lean Mass Symmetry Influences Kicking Performance in Australian Football. *Journal of Sports Science & Medicine, 13(1)*, 157–165.

History of the World Cup. (2015). *History of the World Cup* [online]. Berlin: Proudsugar, Retrieved 12.6. 2016 from World Wide Web: <http://www.historyoftheworldcup.com>

Hoffman, J., (2006). *Norms for fitness, performance, and health*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Holienka, M. (2005). *Kondiční tréning vo futbale*. Bratislava: PEEM.

Choutka, M., & Dovalil, J. (1987). *Sportovní tréning*. Praha: Olympia.

Impellizzeri F., Rampinini E., Castagna C., Martino F., Fiorini S., & Wisloff U. (2008) Effects of plyometric training on sand versus grass on muscle soreness and jumping and sprinting ability in soccer players. *Br. J. Sports Med, 42*, 42-46.

Kirkendall, D. (2011). *Fotbalový tréning*. Praha: Grada Publishing.

Kristiansen E., Roberts G., Sisjord M. (2011) Coping with negative media content: The experiences of professional football goalkeepers. *International Journal of Sport & Exercise Psychology, 9*. 295-307.

Lehnert et al. (2012) *Tréning kondice ve sportu*. Olomouc: Univerzita Palackého.

Lehnert, M., Novosad, J., & Neuls, F. (2001). *Základy sportovního tréningu I*. Olomouc: Hanex.

Lex, H., Essig, K., Knoblauch, A., & Schack, T. (2015). Cognitive Representations and Cognitive Processing of Team-Specific Tactics in Soccer. *Journal of Sports Science & Medicine, 27*.42-54.

Měkota, K., Cuberek, R. (2007) *Pohybové dovednosti*. Olomouc: Univerzita Palackého.

Měkota, K., Novosad, J. (2007) *Motorické schopnosti*. Olomouc: Univerzita Palackého.

Mohammad, A., Rivajuddin & Khan, J. (2011) A Kinematic Study of Instep Soccer Kick at Contact Phase. *International Journal Of Sports, Sciences & Fitness*, 1(2), 101-110.

Mulqueen, T., & Woltalla, M. (2011). The Complete Soccer Goalkeeper. *Soccer Journal*. 56 (3), 54-56. Retrieved 25.4. 2016 from EBSCO database on the World Wide Web: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=40&sid=5dc3b04f-ab55-4975-aec5-6b44b8f1dd45%40sessionmgr4002&hid=4206>.

Parrish, R. (2014) *Fitness Drills for Soccer Goalkeepers*.4(2), 2-4. Retrieved 4.3 2015 from the World Wide Web: <http://www.livestrong.com/article/467517-fitness-drills-for-soccer-goalkeepers/>.

Pavlík, J. (1996) *Silové schopnosti člověka*. Brno: Masarykova univerzita

Pěňčínský, M. (1992). *Fotbal*. Olomouc: Alda

Perič, T., Dovalil J. (2010) *Sportovní trénink*. Praha: Grada.

Rienzi, E., Drust, B., Reilly, T., Carter, J., Martin, A. (2000) Investigation of anthropometric and work-rate profiles of elite South American international soccer players. *Journal of Sports and Fitness* 40, 162-169.

Ripley, D. (2011). *Golden Oldies: Sportsmail investigates why goalkeepers are playing well into their 40s*. Retrieved 25.4. 2016 from the World Wide Web: <http://www.dailymail.co.uk/sport/football/article-1366477/Sportsmail-investigates-goalkeepers-playing-40s.html>.

Rodden, S. (2014) *The Importance of Goalkeeper Specific Fitness*. Retrieved 6.6 2015 from World Wide Web: <http://www.elitegkacademy.com/goalkeeper-fitness/>.

Sarmiento et al. (2013) English Premier League, Spain's La Liga and Italy's Serie's A – What's different? *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 13. 773-789.

Seaman, D. (2001). *My autobiography: Safe hands*. London: Orion House.

Sheppard J., Young W. (2006) Agility literature review: classifications, training and testing. *Journal of Sports Science*, 24, 919-932.

Shepka, P. (2015). *Back-up goalkeepers: What is life on the bench really like?* Retrieved 19.4 2016 from World Wide Web: <http://www.bbc.com/sport/football/30536497>.

Silbernagl S., & Despopoulos A. (2004). *Atlas fyziologie člověka*. Praha: Grada Publishing., p. 448.

Sisjord, M., & Kristiansen, E. (2008). Serious athletes or media clowns? Female and male wrestlers' perceptions of media constructions. *Sociology of Sport Journal*, 25, 350–368.

Slepička, P., Hošek, V., Hátlová, B. (2011) *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum.

*Transfermarkt* (2000). Hamburg: Mathias Seidel, Retrieved 13.6. 2016 from World Wide Web: <http://www.transfermarkt.co.uk/>

Tyson, P. (2011) Anticipation a key element to great defense. *Handball*, 61 (1), 63-63.

Twist, P., & Benicky, D. (1996) Conditioning lateral movements for multi-sport athletes: Practical strength and quickness drills. *Strength and Conditioning*, 18(5), 10-19.

Ubide, J. (2013) *The Goalkeeping Mind*. Retrieved 21.10 2014 from the World Wide Web: <http://www.insidesoccer.com/soccerblog/goalkeeping-mind/#.VEYyIPmsV1Y>.

Verstegen, M. (2005). *Core Performance: The Revolutionary Workout Program to Transform Your Body and Your Life*. New York: Rodale

Votík, J. (2005). *Trenér fotbalu „B“ UEFA licence*. Praha: Olympia.

Wang, J. (2009) Reaction-Time, Training for Elite Athletes: A Winning Formula for Champions. *International Journal of Coaching Science* 3, p. 67-78.

Wood, D. (2013) *The Premier League vs La Liga*. Retrieved 4.3 2015 from the World Wide Web: <http://footballspeak.com/post/2011/12/24/The-Premier-League-V-La-Liga.aspx>.

Ziv, Gal and Lidor, Ronnie. (2011) 'Physical Characteristics, Physiological Attributes, and On-Field Performances of Soccer Goalkeepers', *International Journal of Sport Physiology and Performance*, 6(4), 509-24.