

UNIVERZITA HRADEC KRÁLOVÉ
Přírodovědecká fakulta

Bakalářská práce

Univerzita Hradec Králové
Přírodovědecká fakulta
Katedra tělesné výchovy a sportu

ÚSPĚŠNOST ÚTOČNÉHO ÚDERU V ZÁVISLOSTI NA PŘIHRÁVCE V MUŽSKÉM VOLEJBALU

Bakalářská práce

Autor: Zuzana Moravcová
Studijní program: B1501 Biologie
Studijní obor: Biologie se zaměřením na vzdělávání
Tělovýchovné a sportovní aktivity se zaměřením
na vzdělávání
Vedoucí práce: PhDr. Pavel Šmíd, Ph.D.

Hradec Králové

červen 2015

Zadání bakalářské práce

Autor: Zuzana Moravcová

Studium: S12131

Studijní program: B1501 Biologie

Studijní obor: Biologie se zaměřením na vzdělávání, Tělovýchovné a sportovní aktivity se zaměřením na vzdělávání

Název bakalářské práce: Úspěšnost útočného úderu v závislosti na přihrávce v mužském volejbalu

Název bakalářské práce AJ: Effectivity of Offensive Stroke Related to Passing in Mens Volleyball

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Cílem teoretické části práce je rozbor a charakteristika přihrávky a útočného úderu ve volejbalu.

Cílem praktické části práce je určení vztahu mezi přihrávkou a úspěšností útočného úderu.

Metody: přímé, nepřímé pozorování, matematicko- statistické metody

Literatura: BUCHTEL, J. a kol. Teorie a didaktika volejbalu. Praha: Karolinum 2006. 196 s. ISBN80-246-1011-6 HANÍK, Z. a kol. Volejbal viděno třemi. Praha: Grada 2008. 344 s. ISBN 978-80-247-2744-8 HANÍK, Z., LEHNERT, M. a kol. Volejbal 1 Herní dovednosti a kondice v tréninku mládeže. Praha: Český volejbalový svaz 2004. 518 s. ISBN 80-246-1011-6 HANÍK, Z., VLACH, J. a kol. Volejbal 2 /učební texty pro školení trenérů/ 1. vyd. Praha: Český volejbalový svaz 2008. 348s. ISBN 978-80-7376-078-6 KAPLAN, O., BUCHTEL, J. Odbíjená /teorie a didaktika/ 1. vyd. Praha: SPN 1987. 184 s. ISBN 14-396-87

Garantující Katedra tělesné výchovy a sportu,

pracoviště: Pedagogická fakulta

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

Oponent: PhDr. Ivan Růžička, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 24.10.2012

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, uvedla jsem všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Hradci Králové dne.....

.....

podpis

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucímu práce panu PhDr. Pavlovi Šmídovi, Ph.D. za cenné připomínky a odborné rady, kterými přispěl k vypracování této bakalářské práce. Současně bych také ráda poděkovala volejbalovému týmu TJ Baník Vamberk za spolupráci při výzkumu.

Anotace

MORAVCOVÁ, Zuzana *Úspěšnost útočného úderu v závislosti na přihrávce v mužském volejbalu*. Hradec Králové, 2015. Bakalářská práce na Přírodovědecké fakultě Univerzity Hradec Králové. Vedoucí bakalářské práce Pavel Šmíd. 2014. 48 s.

Tato bakalářská práce se zabývá úspěšností útočného úderu v závislosti na přihrávce v mužském volejbalu. V teoretické části je pomocí odborné literatury popsána přihrávka a útočný úder. Práce popisuje důležitost přihrávky ve volejbale mužů a pomocí statistiky předkládá, že přihrávka se výrazně podílí na realizaci úspěšného útoku a útok je v dnešním volejbale nejdůležitější činností.

Praktická část práce se zabývá zkoumáním závislosti útoku na úspěšnosti přihrávky. Byla provedena analýza přihrávky, útočného úderu a hodnocení jednotlivých výsledků v krajském volejbalu mužů. Zjištěné poznatky jsou zpracovány, porovnány a použity k zodpovězení výzkumných otázek a zodpovězení hypotéz.

Klíčová slova: volejbal, přihrávka, útočný úder, úspěšnost

Annotation

MORAVCOVÁ, Zuzana. *Effectivity of Offensive Stroke Related to Passing in Mens Volleyball*. Hradec Králové, 2015. Bachelor Degree Thesis at Faculty of Science University of Hradec Králové. Thesis Supervisor Pavel Šmíd. 48 s.

This bachelor thesis deals with the successfulness of the offensive stroke depending on the pass in men's volleyball. There is the stroke and pass described by literature in the theoretical part of the work. The work depicts the importance of pass in men's volleyball and with the assistance of statistic it presents that the pass participates markedly on implementation of a successful stroke and the stroke is the most important activity in today's volleyball.

The practical part concerns with the examination of dependence of stroke on successfulness of pass. The analysis of pass and offensive stroke and also evaluation of individual results of the regional men's volleyball were accomplished. The established facts are processed, compared and used for answering researching questions and hypothesis.

Key words: volleyball, pass, offensive stroke, successfulness

Obsah

ÚVOD

1. PŘEHLED SOUČASNÝCH POZNATKŮ	9
1.1 Základní charakteristika volejbalu	9
1.2 Charakteristika přihrávky a útočného úderu	12
1.2.1 Přihrávka	12
1.2.2 Útočný úder.....	13
1.3 Technika přihrávky a útočného úderu.....	15
1.3.1 Technika přihrávky	15
1.3.1.1 Základní technika	16
1.3.1.2 Varianty techniky přihrávky podle charakteru herní situace.....	18
1.3.1.3 Přihrávka ve vybraných herních situacích.....	19
1.3.2 Technika útočného úderu.....	21
1.3.2.1 Základní technika	21
1.3.2.2 Varianty techniky útočného úderu podle charakteru herní situace ...	24
1.3.2.3 Útočný úder ve vybraných herních situacích	29
1.4 Hodnocení a pozorování herního výkonu	29
2. EMPIRICKÁ ČÁST	31
2.1 CÍLE, ÚKOLY A HYPOTÉZY	31
2.1.1 Úkoly výzkumu.....	31
2.1.2 Hypotézy a výzkumné otázky.....	31
2.2 METODIKA VÝZKUMU	32
2.2.1 Výzkumný soubor	32
2.2.2 Metody a organizace sběru dat	32
2.2.2.1 Hodnocení přihrávky	32
2.2.2.2 Hodnocení útočného úderu.....	34
2.2.3 Metody zpracování dat.....	34
2.3 VÝSLEDKY A DISKUZE	35
3. ZÁVĚR	44
REFERENČNÍ SEZNAM	46
SEZNAM TABULEK	48

ÚVOD

Volejbal patří mezi nejrozšířenější a nejpobulárnější týmové sportovní hry. Je to krásná hra bez fyzického kontaktu, která má zcela zvláštní postavení mezi ostatními kolektivními míčovými sporty. Své postavení si získává výbušným charakterem hry, kdy dochází ke kombinaci rychlosti, síly, obratnosti a pohyblivosti. Volejbal je atraktivní sport, ve kterém je potřeba rychle řešit různé herní situace a kombinace, při kterých je nutná sehanost a spolupráce celého týmu.

V průběhu téměř devadesátiletého vývoje se volejbal změnil z původně rekreační sportovní činnosti v celosvětově rozšířenou, olympijskou sportovní hru. Volejbal si získal poměrně širokou hráčskou základnu u nás i na celém světě. K oblíbě této hry přispívá několik základních faktorů. Ke hře není potřeba žádné speciální vybavení a je možné hrát ji celoročně. Věnují se mu lidé v mládí, ale i v pokročilém věku. Pravidla hry jsou jednoduchá a snadno se dají podle potřeby přizpůsobit. Hra je oblíbena u mužů i žen a stále větší oblíbě se těší propojení obou kategorií. Volejbal je velmi zajímavá a přitažlivá činnost pro hráče i hráčky různého věku, která naplňuje touhu po aktivním pohybu a soutěživosti.

Cílem bakalářské práce je zjistit úspěšnost přihrávky a útočného úderu a posoudit úspěšnost útočného úderu v závislosti na přihrávce. Problematika přihrávky a útočného úderu, která je zpracována v této práci, je v dnešní době aktuální. Tyto dvě herní činnosti (přihrávka a útočný úder) na sebe navazují, a proto je důležité zjistit, na kolik se tyto činnosti vzájemně ovlivňují a následně jaké může toto zjištění přinést výsledky využitelné v praxi. Vyhodnocení výsledků bude realizováno pomocí analýzy literárních pramenů, přímým pozorováním a využitím matematicko-statistických metod. Předmětem výzkumu je družstvo mužů TJ Baník Vamberk, které hraje první krajskou soutěž.

Pro svou bakalářskou práci jsem zvolila téma volejbalu, protože se tomuto sportu věnuji od útlého dětství a v poslední době se věnuji také trenérské činnosti. Díky této skutečnosti jsem se rozhodla zabývat myšlenkou, jaký vliv má na hru podání a jeho přihrávka.

1. PŘEHLED SOUČASNÝCH POZNATKŮ

1.1 Základní charakteristika volejbalu

Volejbal je výjimečný typ síťové sportovní hry – výjimečný proto, že je hrou kolektivní. To mu umožňuje využít v ději hry některé specifické prostředky, podobné prostředkům brankových sportovních her, zvláště pak využít kolektivní spolupráce při plnění herních úkolů a řešení herních situací. Na druhé straně omezení typická pro všechny síťové hry tyto možnosti – ve srovnání s hrami brankovými – nejen podstatně limitují, ale také významně ztěžují jejich provádění (Ejem, 1988, s. 9).

Volejbal je charakteristický ovládním společného předmětu – míče. Hra je založena na vzájemné spolupráci hráčů, přitom hráči se při hře nedostávají do osobního (přímého) kontaktu se soupeřem (Buchtel et al., 2006).

Hrají 2 družstva po 12 hráčích, z nichž 6 hraje současně na jedné polovině hřiště. Cílem je dopravit míč přes síť do pole soupeře maximálně na 3 doteky, a to tak, aby soupeř nemohl míč vrátit zpět na jejich stranu hřiště.

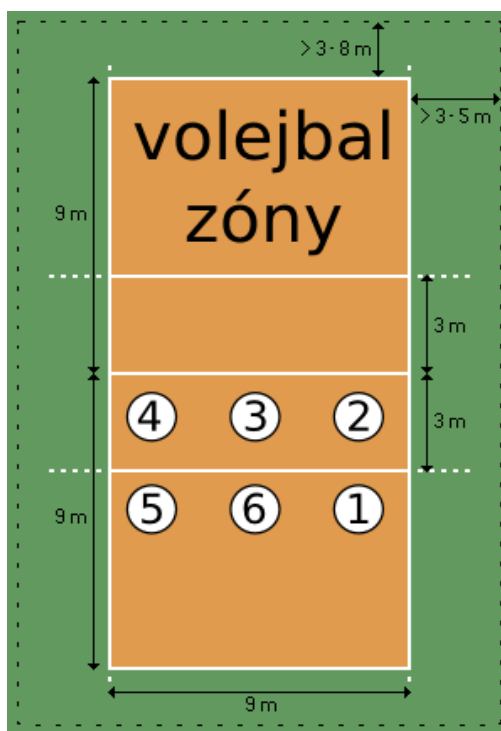
Utkání ve volejbalu se skládá z jednotlivých setů. Jednotlivé části hry, které začínají podáním a končí chybou některého z družstev, nazýváme rozehrami. Rozehra představuje časový úsek od podání v okamžiku úderu do míče do chyby zapískané rozhodčím. V průběhu utkání dochází k neustálému střídání útoku a obrany. Tyto části hry nazýváme fázemi hry. Útok i obrana mají ve hře stejný význam. Základní fáze hry se dělí na menší části, úseky hry, za které považujeme prostorové a časově ohraničené části hry v útoku nebo v obraně. Je to přechod z obrany do útoku (základní útok) – přihrávka, vedení a zakončení útoku – nahrávka a útočný úder, přechod z útoku do obrany – obranné postavení, a vlastní bránění – blok a obrana v poli (Nykodým, 2006, s. 106).

Hrací plocha se skládá z hřiště a volné okolní plochy. Hřiště má rozměry 9x18 metrů a je vyznačené obvodovými čarami o šíři 5 cm, které jsou součástí hřiště. Uprostřed kolmo na delší stranu je hrací plocha rozdělena středovou čarou (šíře 5 cm) na dvě poloviny. Středová čára je součástí obou polovin hřiště. Každá polovina hřiště je dále rozdělena čarou, která je rovnoběžná se sítí ve vzdálenosti 3 metry od středu hřiště na přední a zadní území. Čára, vyznačující útočné třímetrové pásmo, je součástí předního území a je přerušovaně

prodloužena do stran mimo hřiště. Nad středovou čarou je zavěšena síť. Výška saka pro muže je 243 cm a pro ženy 224 cm (Císař, 2005, s. 11-12).

Volejbalové hřiště se dělí na 6 jednotlivých zón, čísla zón vycházejí z jednotlivých postavení hráčů v poli. Zóny se značí proti směru hodinových ručiček čísly I.-VI. Zóny na hřišti nejsou viditelně označeny. Využívají se zejména pro trenérskou činnost a analýzu jednotlivých útočných a obranných postavení. Od tohoto základního rozdělení se vyvíjejí další herní situace a specializace jednotlivých hráčů.

Hráči se v družstvu označují podle herních činností, které nejčastěji vykonávají. Rozlišuje se nahrávač, smečař, blokař, diagonální hráč (dříve označovaný jako univerzální hráč) a libero. Nahrávač připravuje útočné akce svých spoluhráčů a je hlavním organizátorem útočných akcí družstva (zóna II.). Smečař obvykle útočí ze zóny IV. (hlavní kůl). Kromě útoku jsou smečaři také odpovědní za přihrávku soupeřova servisu. Blokaři jsou většinou nejvyšší hráči týmu a jsou specialisty na obranu na síti (blok). V útočné fázi jsou zapojováni do rychlého útoku středem hřiště (zóna III.). Diagonální hráč je v současném volejbale hlavní útočnou silou družstva. Kromě útočných kombinací na síti ze zóny II. a III. bývá zapojován i do útoku ze zadní části hřiště (zóna I.). Libero je hráč specializovaný na přihrávku soupeřova servisu a hru v poli. Tento hráč se účastní hry v zadní části hřiště, kde nahrazuje jakýkoliv post.



obr. č. 1: Zóny volejbalového hřiště

<http://volejbal-holice.blog.cz/1005/herni-situace-utok-obrana>

Vlastní pravidla hry omezují manipulaci s míčem na „odbití“, tedy z časového hlediska minimální dobu kontaktu s míčem. Každé družstvo může míč odbít pouze třikrát, přičemž žádný hráč se nesmí míče dotknout dvakrát po sobě. Za chybu je považováno i nečisté odbití míče, které může být posouzeno jako dvojí po sobě jdoucí odbití míče jedním hráčem. Povolen není ani delší kontakt s míčem – držení míče (Císař, 2005).

Volejbal je hra orientovaná k dosažení vítězství nad soupeřem. Na rozdíl od velké skupiny sportů ve volejbalu neexistuje nerozhodný výsledek. Herní výkon není myslitelný bez soupeře, bez přímé výměny obranných a útočných kombinací. Časová neomezenost a způsob bodování, vyžadující rozdílů nejméně jedné sady k vítězství v utkání a rozdíl nejméně dvou bodů k získání páté sady prodlužuje utkání, přičemž zdůrazňuje jeho dramatický charakter a činí z utkání systémové řešení herních situací s uplatněním strategie a taktiky. Velké množství rozeher v nevyrovnaných utkáních klade mimořádné nároky na přerušování a zapojování pozornosti a zvyšuje psychickou úroveň hráče. To vše zvyšuje nároky na morálně volní vlastnosti hráčů. Nutnost předvídání a bezprostřední reakce na činnost soupeře předpokládá tvořivý proces ve stále se měnících podmínkách (Kaplan, 1999, s. 7).

Herními činnostmi jednotlivce jsou: podání, přihrávka, nahrávka, útočný úder, blokování, vybírání a vykrývání. Tyto herní činnosti se nedají jednoznačně klasifikovat jako útočné nebo obranné, protože vždy plní více úkolů např. přihrávkou se družstvo brání soupeřově podání, ale zároveň připravuje podmínky pro založení vlastního útoku. Používá se rozdělení na činnosti převážně útočné (podání, přihrávka, nahrávka, útočný úder), činnosti obranné i útočné (blokování) a činnosti převážně obranné (vybírání) (Juřík, 1993).

Z uvedených charakteristik vyplývá, že volejbal vyžaduje hráčskou všestrannost. Klade nároky na fyzickou kondici a osvojení potřebných technických a taktických dovedností. Při hře se rozvíjí především rychlost (reakční), síla (dynamická, explozivní), obratnost a kloubní pohyblivost. Důležitá je přesnost a plynulost jednotlivých pohybů. Psotta, Velenský a kol. (2009, s. 130) uvádí: „Volejbal poskytuje specifické podněty pro zkracování doby reakce, zvyšování rychlosti, výbušné odrazové síly a pohybové koordinace.“

1.2 Charakteristika přihrávky a útočného úderu

1.2.1 Přihrávka

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

Přihrávka je prvním odbitím míče ve vlastním poli (s výjimkou té situace, kdy míč je tečován vlastním blokem). Je charakteristická tím, že:

- vyskytuje se většinou po míčích, které soupeř odbíjí z velké vzdálenosti
- jedná se o odbití míče pod menším úhlem, přibližně 0 - 45°
- z hlediska přesnosti klade nároky především na délku a výšku odbití
- neklade velké nároky na rozptyl umístění míče do stran

Ve vrcholovém volejbalu by měla přihrávka směřovat středně vysokým obloukem nad síť tak, aby nahrávač mohl provést nahrávku ve výskoku. U začínajících volejbalistů by měl míč při přihrávce letět vyšším obloukem a směřovat na nahrávače, který stojí u sítě nebo se k ní přemísť.

Je nutné si uvědomit, že jeden z druhů přihrávky – příjem podání - neklade na hráče velké nároky z hlediska psychické stránky. Hráč nemusí rychle zhodnotit herní situaci a podle toho vybrat nejvhodnější druh přihrávky, protože předem ví, kam a na koho ji umístit. Nejčastěji to bývá na rozhraní zóny 2 a 3. Při příjmu podání má i dostatek času soustředit se na správné provedení této herní činnosti jednotlivce. V případě přihrávky v průběhu rozehry to však neplatí (Buchtel, 2006, s. 54).

Přihrávka patří mezi nejdůležitější herní činnosti jednotlivce, protože má velký vliv na další průběh hry. Pokud je přihrávka dostatečně přesná, je možné sehrát rychlé útočné kombinace, tzv. signály. V opačném případě se musí použít útočné kombinace z normálních nahrávek, které jsou následně zakončeny proti kvalitně sestavené obraně na síti (dvojblok, trojblok). Ve výkonnostním a vrcholovém volejbalu přijímá podání a přihrává míče v průběhu rozehry specializovaný hráč – libero. Libero přijímá 60 – 80% všech míčů. Zbývající míče pak přihrává převážně hráč útočící ze zóny IV (hlavní kůl) – smečář (Buchtel, 2006).

Ve vrcholovém volejbalu je 73% přihrávek po podání provedeno přesně, kdy nahrávač může použít nahrávky na signál. 22% přihrávek je provedeno nepřesně a nahrávač nebo jiný hráč může hrát pouze normální nahrávku nebo musí míč odbít zadarmo. 5% míčů je zkaženo a znamená bod pro soupeře. U vyspělých družstev dochází také ke specializaci hráčů na příjem podání. Je nutné si uvědomit, že kvalita přihrávky je výrazně ovlivněna kvalitou podání (Kaplan, Buchtel, 1987).

Předpokladem úspěšně přihrávajícího hráče je schopnost sledovat míč od momentu, kdy opouští ruce podávajícího hráče až do chvíle, kdy dopadne na ruce hráče přihrávajícího. Dobře přijímající hráč musí být schopný přesně odhadnout vzdálenost a musí mít vynikající prostorové vidění. Další důležitou vlastností je soustředěnost hráče. Klíčové vlastnosti dobře přihrávajícího hráče jsou sebevědomí, herní soustředění, psychická připravenost, trénovanost a také představitivost. Především sebevědomí, psychická připravenost a herní soustředění vyčnívají nad ostatní vlastnosti. Přihrávající hráč musí být schopný se přenést přes vlastní chyby a soustředit se na další průběh hry. Hráčské sebevědomí znamená důvěru ve vlastní schopnosti a umění uplatnit své schopnosti a dovednosti automaticky a bez sebemenšího zaváhání (Lenberg, 2006).

Z uvedených definic vyplývá, že pro správnou přihrávku je rozhodující výška a délka odbití. Opomíjeno je umístění přihrávky, které je zásadním faktorem úspěšné přihrávky. Pouze míče, které směřují do zóny II. nebo III., jsou hodnoceny jako přihrávka úspěšná. Tudíž přihrávka klade velké nároky i na rozptyl umístění míče do stran, nejenom na výšku a délku odbitého míče. Náročnost v odbití míče přihrávkou je způsobena tím, že míč má obvykle velkou prudkost, nepravidelný let a mnohdy i rotaci, což jsou vlastnosti, které zhoršují odhad hráče a tím i zpracování míče.

Přihrávka je herní činností jednotlivce a ve výjimečných nebo náhodných případech je možné pomocí přihrávky získat bod.

1.2.2 Útočný úder

Buchtel (2006, s. 56) uvádí: „Útočný úder je odbití míče do pole soupeře během rozehry, prováděné nejčastěji jednoruč ve výskoku s cílem znemožnit soupeři udržení míče ve hře a tak dosáhnout bodu pro své družstvo. Z hlediska pořadí odbití může být útočný úder kterýmkoliv odbitím míče v poli.“

Za útočný úder považujeme každé odbití míče do pole soupeře, provedené v průběhu rozehry. Nejčastěji se provádí ve výskoku, úderem do míče jednoruč, a jeho cílem je znemožnit soupeři další udržení míče ve hře. Může to být kterýkoliv z povoleného počtu tří odbití útočícího družstva (Příbramská, 1989, s. 39).

Účinnost útočného úderu spočívá v rychlosti míče, která soupeři ztěžuje odbití, v umístění do nekrytého nebo nedostatečně krytého prostoru v soupeřově poli, ve výběru útočného úderu a ve využití soupeřova bloku (Buchtel, 2006).

Útočný úder je metoda smečování míče do soupeřova hřiště. Žádná jiná sportovní dovednost v nějakém sportu není podobná této. Příčinou je fakt, že hráč musí udeřit míč tak tvrdě, jak jen může, zatímco je vysoko nad zemí. Nemůže se opřít o plochu jako při házení. To znamená, že musí používat tělo zvláštním způsobem – tělo musí vyvažovat samo sebe. Jednotlivé segmenty těla vzájemně kompenzují své pohyby, tak, aby si tělo ve vzduchu zachovávalo vyváženou svislou polohu, což mu umožní předat co největší impuls míči, udělit mu maximální možnou hybnost. Nežádoucí pohyby mohou vést ke značným ztrátám energie, která pak nemůže být předána míči (Císař, 2005, s. 102).

V odbíjené je smeč hlavním útočným prvkem. Míč je při něm odbit prudkým úderem jednoruč, provedeným jakýmkoliv způsobem ve vlastním poli tak, aby přímo klesal do pole soupeřova. Čím tvrdší je rána, čím kolměji letí míč k zemi, tím více soupeři znesnadňuje a někdy i znemožňuje zpracování. Dráha letu míče při smeči je podmíněna jednak výškou sítě a jednak výškou, ve které je míč zasažen úderem ruky smečáře (Polívka et al., 1961, s. 211).

Až na malé výjimky je útočný úder finální herní činností jednotlivce v útočné kombinaci. V současném vrcholovém volejbalu se častěji vyskytuje silové zakončení v přímočarém směru. Ve výkonnostním volejbalu převažují útočné úderu umístěné s malou rotací a rychlostí míče. Smečář musí ovládat na odpovídající úrovni útočné údery všech tří sledů (Kaplan, 2001).

Útočný úder je opět herní činností jednotlivce, jehož prostřednictvím lze přímo dosáhnout bodu. Útok patří mezi divácky nejatraktivnější a nejdynamičtější část volejbalu. Přináší souhru nahrávače s útočícím hráčem a zároveň souboj útočníka s blokem a obranou soupeře. Úspěšný smečář musí mít velmi dobré skokanské schopnosti, výhodou je i výška a délka paží. S rostoucí úrovní soupeřů rostou také nároky na kvalitní techniku smečování a pestrost úderů se stále stejným cílem ukončit rozehru nebo alespoň co nejvíce znepríjemnit soupeři přihrávku. Důležitou roli hraje

také tvořivost útočníka ve spolupráci s nahrávačem i při samotném řešení situace proti soupeřově obraně.

1.3 Technika přihrávky a útočného úderu

Správná technika není nic jiného než optimální fungování pohybového řetězce k dosažení určitého cíle. Naopak problémy s technikou jsou výsledkem porušení optimálního pohybového řetězce. A chybou je v podstatě vše, co není optimem. Ať už vynechání některé části pohybu těla, stejně jako zapojení části těla, která není nosná pro daný pohybový úkol, nebo nesprávné časové zapojení části těla, stejně jako správně, ale ne dost efektivní využití všech částí těla (Haník, Lehnert et al., 2004).

1.3.1 Technika přihrávky

Přihrávka je odbití míče letícího od soupeře s cílem usměrnit míč nahrávači, popř. jinému hráči a umožnit mu rozvinutí útoku. Přihrávka je prvním odbitím družstva a je v podstatě založením útoku.

Přihrávání je herní činností jednotlivce, při které hráč uplatňuje kvalitu zvládnutí základních herních dovedností (odbití obouruč spodem a odbití obouruč vrchem).

Kvalitní přihrávka podání soupeře je základem pro bezproblémovou činnost nahrávače při zakládání útočných kombinací. Mluví se o přihrávce podání a přihrávce útočného úderu. V případě přihrávky tvrdého útočného úderu soupeře se jedná o vybírání. Jiné případy, například tzv. míč „zadarmo“ se řeší způsobem přihrávky, která se technickým provedením ani cílem neliší od přihrávky podání. Zatímco u vybírání tvrdého útočného úderu je cílem udržet míč ve hře, cílem přihrávky drajvovaného, lobovaného úderu nebo míče „zadarmo“ je přihrát perfektně do požadovaného místa, aby mohla být rozvinuta útočná kombinace. Taková situace je téměř totožná a technicky identická s přihrávkou podání. Přihrávku podání lze rozdělit z hlediska techniky na přihrávku volně letícího míče a přihrávku rychle letícího míče. Přihrávka volně letícího míč „zadarmo“ má rychlost cca 20 – 25 km/h. Přihrávka rychle letícího míč má rychlost cca 65 km/h. (Haník, Lehnert et al., 2004, s 64).

1.3.1.1 Základní technika

Podle Haníka, Lehnerta et al. (2004):

- **výchozí postoj a činnost při nadhozu míče podávajícího hráče**

Správný přípravný postoj by měl být uvolněný a v klidu. Nízký postoj nebo předklánění jsou obtížné pro rychlý start vpřed i stranou. V momentu nadhozu podávajícího hráče udělá přijímající hráč krok vpřed. Ruce jsou drženy na těle nebo v jeho blízkosti. Trup je vzpřímený a mírně předkloněný. Kolena jsou mírně pokrčena. Chodidla vedle sebe, nohy jsou roztaženy, ale ne příliš. Váha je na přední části chodidel.

- **při úderu podávajícího hráče – pohyb do střehového postoje**

V momentu úderu udělá přihrávač poskok (sérii rychlých poskoků) na urovňání postoje. Poskakování (popř. jiný akční pohyb) se odehrává na špičkách chodidel. Paže jsou v tuto chvíli pohodlně od těla kvůli rovnováze. Trup je mírně předkloněný. Nohy jsou vedle sebe.

- **poloha paží před spojením – při pohybu do střehového postoje**

Těsně před spojením se paže v loktech napínají. Spojují se již napnuté (nebo jen nepatrně pokrčené před propnutím), tím se odbourává nevhodné propínání paží před kontaktem s míčem. Pohyb začíná protlačováním ramen dopředu a předklonem hlavy. To má za následek vytvoření tzv. propadlého hrudníku. Trup setrvává v mírném předklonu nebo se předklání ještě o něco více. Nohy jsou pokrčené od sebe, rozkročené na šíři ramen.

- **střehový postoj (zakočení přípravných pohybů)**

Z poskoku přechází hráč do bočního úkroku (při pohybu stranou). Pohyb musí začínat krokem nebo minimálně odlehčením souhlasné nohy, následuje odskok. Pohyb je často jenom přenesením váhy nebo odlehčením směrové nohy. Přihrávač dokončuje pohyb s nohama vedle sebe, připravený buď přihrát, nebo udělat další úkrok. Poskok i ukročení umožňují hráči čelní postavení vůči podání při pohybu a též lečí zastavení. Na delší vzdálenost se přesunuje během (vpřed i stranou), a to především u míčů zadarmo a při krátkých podání. Trup je stále mírně předkloněný. Paže se nasazují tak, aby se předloktí ocitlo daleko před trupem kvůli prodloužení dráhy tlumení. Úhel napnutých paží je různý vzhledem k rychlosti letícího míče. Nohy jsou pokrčené od sebe více než na šíři ramen.

- **činnost paží ve střehovém postoji**

Paže jsou ve stejné poloze jako ve střehovém postoji. Trup je mírně předkloněný. Nohy jsou rozkročené na šíři ramen.

- **pohyb vedoucí ke kontaktu s míčem**

Široký postoj je stabilní a umožňuje oběma nohám další drobné korekce. Pohyb vedoucí ke kontaktu s míčem se děje zpravidla výkrokem (úkrokem) nebo pouhým přenesením těžiště ve fixovaném postoji. Poloha trupu se začíná přizpůsobovat dráze letu. Poloha nohou se přizpůsobuje letu míče. Postoj může zůstat široký (příhrávka v ose těla) nebo se začne měnit a jedna noha směřuje vzad (příhrávka mimo osu těla). Může docházet i k dalším modifikacím – pády, výskok.

- **akce paží před kontaktem s míčem**

Pohyb paží proti míči je minimální nebo žádný. Princip příhrávky je odnímání rychlosti míči. Pouze při velmi malé rychlosti letícího míče je možné registrovat nepatrný pohyb paží proti míči. Impuls síly vychází z nohou a trupu. Pojem pomalu letící míč znamená míč zadarmo nebo krátké plachtící podání. Snaha zachovat úhel mezi trupem a pažemi se projevuje i při příhrávce mimo osu těla tím, že trup rotuje, teprve potom se začne úhel trup – paže zmenšovat. Držení trupu se přizpůsobuje situaci (vzpřímený, předkloněný, rotující). Činnost nohou je obdobná jako při pohybu vedoucímu ke kontaktu s míčem.

- **akce těla při kontaktu s míčem**

V momentu kontaktu s míčem (částečně už těsně před ním) se nohy napínají a trup se napřimuje. To neplatí pro některé velmi krátké míče nebo pro pády. Paže se nepohybují, jsou klidné a do poslední chvíle drží velký úhel vůči trupu. Všechny úhly v kloubech dolních končetin se zvětšují.

- **akce paží při kontaktu s míčem**

Paže se vytočí měkkou částí předloktí nahoru a drží se v těsné blízkosti, zápěstí se tlačí dolů. Kontakt s míčem je proveden v horní polovině předloktí. Paže začínají tlumící amortizační pohyb podle rychlosti letícího míče, ramena jsou zatlačena dopředu, lokty fixovány, zápěstí se tlačí k sobě a dolů. Hlava a trup jsou drženy v klidné a stálé poloze determinované letem míče.

- **akce nohou při a po kontaktu s míčem**

Pohyb nohou je u každého odbíjení aktivní. V tomto případě aktivní pohyb vzad, který je dán rychlostí letícího míče. Trup pokračuje v pohybu vzad celý nebo jeho část.

1.3.1.2 Varianty techniky přihrávky podle charakteru herní situace

Podle Haníka, Lehnerta et al. (2004, s. 243):

Obecné zásady platí pro většinu herních situací. Proměnlivost herních podmínek si vynucuje modifikovat základní techniku a přizpůsobit ji dané situaci tak, aby byl účelně splněn cíl, to znamená dopravit míč do požadovaného místa. Některé situace jsou uvedeny pouze výčtem.

- **různé způsoby přihrávky vzhledem k druhu předchozího lokomočního pohybu**
 - při pohybu těla do strany
 - při pohybu těla vpřed, vzad
- **různé způsoby tlumení (amortizace) míče**
 - tlumení pohybem nohou vzad
 - tlumení pohybem nohou stranou nebo šikmo vzad
 - tlumení zakloněním trupu
 - tlumení pohybem paží vzad mezi rozkročené nohy
 - tlumení pohybem paží vzad vedle těla ve fixovaném postoji
 - tlumení pohybem paží vzad vedle těla rotací kolem nesouhlasné nohy
 - tlumení pádem stranou
 - tlumení pádem vzad
- **varianty přihrávky podle polohy těla při kontaktu s míčem**
 - přihrávka v pokleku (na jedno koleno)
 - přihrávka v pádu stranou
 - přihrávka v pádu vpřed
 - přihrávka v pádu vzad
 - přihrávka mimo osu těla ve výskoku nad úroveň ramen
- **další odlišné techniky přihrávky**
 - přihrávka obouruč vrchem
 - přihrávka jednoruč
 - přihrávka nohou
- **technika přihrávky podle druhu podání soupeře**
 - přihrávka smečovaného podání
 - přihrávka plachtícího podání

Ve volejbalu se často používá termín odbití bagrem v ose a mimo osu těla. Rozeznávají se následující způsoby odbití: odbití blízko vedle těla, odbití před tělem v úkroku a odbití vedle těla v úkroku. Při odbití blízko vedle těla je nesouhlasná noha mírně vpředu a toto odbití se neliší od odbití před tělem ani situováním osy ramen, ani činností paží, liší se pouze postojem v momentu kontaktu s míčem. Odbití před tělem v úkroku je situace, kdy hráč provede úkrok nohou, pokrčí ji a trup ve vzpřímené poloze posune směrem nad ukročenou nohu. Pak provede odbití před tělem s tím, že spojnice ramen je natočena do směru odbití. Při odbití vedle těla v úkroku provede hráč úkrok nohou, nestihne zasáhnout míč před tělem, ale kontakt proběhne vedle těla. Stále se snaží zachovat polohu spojnice ramen natočenou do směru odbití a oči stále sledují míč. U všech zmíněných způsobů odbití míče mimo osu těla nedochází k rotaci trupu.

Další technika odbití je odbití mimo osu těla s rotací trupu. I u této techniky existují různé varianty: odbití s rotací trupu v pevném postoji a odbití s rotací kolem nesouhlasné nohy. V prvním případě hráč provede úkrok pravou nohou a pokrčí ji. Snaží se posouvat trup doprava směrem nad ukročenou nohu. V případě, že se míč dostal za tuto rovinu, musí stahovat rameno souhlasné paže vzad. Do odbití se pak zapojí rotace trupu a částečně i pohyb paží. Jde – li o odbití s rotací kolem nesouhlasné nohy, je toto odbití typické pro přihrávku rychle letícího míče. Používá se, pokud hráč nestihne dojít k míči včas nebo míč letí na okraj těla ve výši hrudi. Napnuté paže se stácejí mimo tělo, osa těla rotuje. Noha, která je na straně odbití (souhlasná), se posouvá vzad a vzdálenější noha funguje jako opora.

Z hlediska charakteru herní situace se ve volejbalu objevuje ještě odbití míče přes osu těla. Jedná se o zvláštní modifikaci odbití bagrem. Hráč se v takové situaci pokouší nahrát, respektive přihrát míč v situaci, kdy je otočen zády ke směru odbití. Odbití se děje výraznější činností paží a jejich pohyb vzhůru podstatně určuje následný let míče (Haník et al., 2008).

1.3.1.3 Přihrávka ve vybraných herních situacích

Haník, Lehnert et al. (2004, s. 244) uvádí:

Kvalitu i způsob přihrávky ovlivňuje i herní kontext.

- **přihrávka v součinnosti s dalšími přihrávajícími hráči**
- přihrávka ve dvojici
- přihrávka ve trojici

- přihrávka ve čtveřici
- přihrávka s „krytím“ slabšího přihrávajícího spoluhráče
- přihrávka v různých postaveních
- **přihrávka v řetězci činností**
 - přihrávka s následným útokem z přední zóny
 - přihrávka s následným útokem ze zadní zóny
 - přihrávka s následným vykrýváním vlastního útočníka
 - přihrávka míče zadarmo po odstoupení od sítě

Rozhodující faktory, které ovlivňují kvalitu přihrávky, jsou činnost spoluhráčů a následující činnost přihrávajícího hráče. Tyto okolnosti ovlivňují i techniku provedení. Pozornost se věnuje zejména přihrávce v součinnosti s dalšími přihrávajícími hráči a přihrávka z hlediska herních řetězců. Druhu podání soupeře (plachtící nebo smečované) zásadně ovlivňuje výchozí pozici hráče, volbu techniky i součinnost s ostatními hráči.

Další taktický aspekt spočívá ve výběru základní techniky. Smečované podání se přihrává většinou spodem (před tělem nebo vedle těla) a u plachtícího je tendence přihrávat prsty. Základním pravidlem je, že při podání, které směřuje mezi dva hráče, by měli reagovat oba, kdo bude u míče dříve, přihrává. Existuje mnoho předem stanovených pravidel a domluv mezi hráči např. přihrává vždy zadní, přednost má vždy libero, přednost má vzdálenější od podávajícího hráče, pravidlo pravé ruky. Jedná se o taktické principy přihrávky. Trénink přihrávky je zároveň součástí tréninku k zakládání útoku (Haník et al., 2008).

Zásady taktiky při příjmu podání jsou uvědomit si své postavení na hřišti, optimalizovat postavení i postoj podle druhu podání a dráhy letu míče, včas komunikovat, nesnažit se hrát tvrdé a obtížné míče těsně k síti a být připraven pomoci při nezdaru spoluhráče. Přihrávka ze hry je náročnější a její řešení závisí na obranném systému, který družstvo používá a na útoku soupeře. Při rychlém útoku jde spíše o reflexní reakce, které je ale také potřeba nacvičovat. Přihrávka míčů zadarmo je založena především na pozornosti a koncentraci hráče. Většinu takových míčů by mělo mít na starosti libero (Císař, 2005).

1.3.2 Technika útočného úderu

Za útočný úder považujeme každé odbití míče do pole soupeře, provedené v průběhu rozehry. Nejčastěji se provádí ve výskoku, úderem do míče jednoruč. Jeho cílem je znemožnit soupeři další udržení míče ve hře. Pohybová struktura jednotlivých úderů je téměř shodná, liší se jen v hlavní fázi – fázi kontaktu s míčem (Zapletalová et al., 2001).

Pohybová struktura útočného úderu se obvykle dělí do 5 fází:

- rozběh
- odraz
- let
- úder
- doskok

(Haník, Lehnert et al., 2004, s. 75)

1.3.2.1 Základní technika

Podle Haníka, Lehnerta et al., (2004):

- **výchozí postoj determinující charakter rozběhu**

Výchozí postavení a postoj jsou dány předcházející činností hráče (přihrávka, vybírání v poli, odstoupení od sítě do pole, dopad z bloku atd.). Z ní se odvíjí délka a směr rozběhu, počet kroků i jejich charakter. Nejčastější postoj je uvolněný s mírným před krokem jednou nohou, lehkým předklonem a pažemi podél těla. Někdy může být tento postoj nahrazen jinou polohou (vztyk z pádu, zastavovacím krokem z pohybu vzad atd.).

- **směrový (časovací) krok v tříkrokovém rozběhu – orientace, sledování a čekání + přibližování k místu odrazu**

Pro modelovou situaci základního rozběhu v zóně IV platí, že směr rozběhu by měl být prováděn šikmo, levým ramenem blíže k síti. První krok tříkrokového rozběhu levou nohou je základem časování, nutí k čekání a vyhodnocování dráhy letu míče. Pokud je nahrávka vysoká, bývá pomalý, flegmatický, ale nikdy nesmí chybět. Je modifikován herní situací, která si někdy vynutí jeho zrychlení. Začíná mírným předklonem, tím se přenesení váha na přední pravou nohu a levá se uvolní pro první krok. Ve chvíli, kdy se hráč rozhodne zahájit rozběh, vykročí levou nohou směrem k místu odrazu.

- **začátek a průběh brzdícího kroku – zrychlování pohybu vpřed**

Tímto krokem se začíná zrychlovat tempo rozběhu. Hráč má představu o tom, kde bude místo odrazu. V průběhu kroku tempo rozběhu narůstá. Správná koordinace pravé nohy a ošvihujících paží je velmi důležitá. Délka kroku a zásvih paží se vzájemně ovlivňují. Začíná odrazem z levé nohy na konci směrového kroku. Je to zpravidla nejdelší krok rozběhu. Pravá noha vyráží razantně vpřed a během tohoto kroku se začíná propínat, aby došlápla co nejdále. Při dopadu našlapuje na zem důsledně přes patu a chystá se „rolovat“ směrem ke špičce. Chodidlo se pokládá na zem natočené mírně vpravo a začíná tak modifikovat konečný postoj při odrazu i otočení spojnice ramen ještě šikměji k síti.

Na začátku kroku je pravá paže před tělem, levá v mírném pokrčení vedle těla nebo mírně před tělem. V průběhu kroku prudce současně zapažují a dokončují pohyb vzad, kam to jen ramenní kloub dovolí a to v momentu před došlapem pravé nohy na zem. Trup se během zásvihu paží začíná mírně předklánět a tím se zmenšuje úhel mezi trupem a stehny.

- **konec brzdícího kroku – počátek převodu energie do odrazu**

V této fázi nastává převod pohybu vpřed na pohyb vertikální. Paže začínají švihát ze zapažení směrem vpřed, trup se začíná napřimovat a tím se i boky dostávají vpřed. Tělo je v relativně svislé napřimené poloze a umožňuje působení síly odrazu směrem vzhůru.

- **dokrok – otáčení těla do smečářské polohy**

Tento krok dostává levou nohu před pravou a dokončuje natočení trupu levým ramenem k síti. Levá noha došlapuje na zem přes špičku, šikmo k pravé noze. Tím napomáhá dobrzdění pohybu a zapojuje se do vertikálního odrazu. Tělo se natáčí doprava směrem ke smečující paži. Kolena se v průběhu kroku přiblížila k sobě a to má vliv na intenzitu odrazu.

Na začátku kroku začínají paže švihát dopředu, boky pokračují v pohybu dozadu. V průběhu kroku se paže míjejí s tělem v blízkosti boků. Paže ze zásvihu pokračují v pohybu vpřed a vzhůru, aby se připravily pro začátek následného smečářského pohybu.

- **dokončení odrazu a přechod do letové fáze**

Většina podstatného pro pohyb těla v letové fázi úderu se odehraje na zemi při rozběhu a odrazu. Zprostředkovaně má místo a způsob odrazu vliv i na provedení úderu.

Načasování švihů paží a pohyb boků je klíčem k razantnímu úderu. Nohy prošly napínáním v kolenních kloubech a v tomto momentu odrazu jsou již napnuté a dokončují odraz ze špiček. Paže jsou téměř napnuté a dostávají se společně do polohy mírně nad hlavou.

- **nápřah – poloha lukostřelce**

Úderová pravá paže se z polohy mírně nad hlavou ohýbá v lokti, stahuje se vzad a společně s rotací trupu. Nadloktí pravé paže je v prodloužení spojnice ramen (někdy se loket dostává o něco níže). Paže se v lokti ohýbá do extrému a co nejvíce dozadu (lukostřelec). Ramena a boky se natáčí šikmo k síti. Správný nápřah připomíná polohu lukostřelce, který natahuje luk. Neúderová levá paže zůstává nad hlavou, jakoby ukazovala na míč, tento pohyb probíhá spontánně kvůli zachování rovnovážné polohy trupu. Také nohy zaujímají polohu k zachování rovnováhy.

- **úder – bič švihá na konci**

Celá následná činnost úderové paže je pohybovým řetězcem na sebe navazujících pohybů. Každá část řetězce „přebírá“ na začátku svou energii od pohybu předcházejícího (tělo – horní část paže – předloktí – zápěstí). Celkově připomíná celý akt švihnutí bičem – to dodá úderu rychlost. Úderová paže začíná pohybový řetězec z polohy „lukostřelce“ zvednutím předloktí mírně nahoru. Ohnutá paže spolu s ramenem rotují vpřed. Loket se dostává před rameno a zastavuje se. Ruka padá vzad (v oblasti nad uchem). Při vlastním úderu je paže vytažená nahoru a napnutá, v ideálním případě ve svislé poloze. Ruka se dotýká míče nad pravým ramenem a mírně před ním. Směr letu míče dolů mu dá až zápěstí, ne paže ani předloktí. Rotace trupu se zastavuje s úderem. Trup musí být vzpřímený, svislý a zpevněný a tím tvoří základnu, která je oporou pro pohyb paže.

- **dokončení pohybu a dopad**

Smečarovo tělo se zastaví v rotačním pohybu, letová fáze pokračuje po dráze tvaru paraboly jako následek rozběhu a odrazu. Úderová paže pokračuje v pohybu za míčem. Při dopadu obě paže přirozeně reagují na polohu těla. Nohy reagují na úder, mírně se sklopí k trupu, aby zachovaly dynamickou rovnováhu těla. Pravá noha se někdy pokrčí víc. Nohy se postupně připravují na dopad, špičky se propnou. Obě nohy se podílí na měkkém dopadu ohnutím v kotnících, kolenou a kyčlích. Levá noha většinou dopadá na zem dříve.

1.3.2.2 Varianty techniky útočného úderu podle charakteru herní situace

Podle Haníka, Lehnerta et al., (2004):

- **směr rozběhu**

Směr rozběhu k útočnému úderu bývá různorodý. Při útoku z krajů sítě je snaha rozbíhat se zvnějšku hřiště. Při útoku prvním sledem je rozběh šikmo, levým ramenem blíže k síti. Pokud se středový hráč rozbíhá ze zóny II, provádí rozběh po obloukovité dráze. Směr rozběhu je určen: výchozím postavením, charakterem předcházející činnosti.

- **délka rozběhu**

Je třeba rozlišit pohyb z výchozího postavení (např. pro příjem podání) do postavení (střehový postoj), z kterého začínají vlastní rozběhové kroky. Pohyb z výchozího postavení probíhá úkroky nebo během a vlastní rozběhové kroky mohou buď plynule navázat, nebo pokračovat po krátkém zastavení. Délku rozběhu určuje výchozí postavení. Rozběh může být minimální, žádný nebo až 7 – 9 m dlouhý.

- **počet kroků rozběhu**

Počet kroků v rozběhu je různý podle délky rozběhu. Tříkrokový rozběh je potřebný k tomu, aby se hráč vyrovnal s nepřesnou nahrávkou. Pokud je hráč nucen provést dvoukrokový rozběh, je to ve specifických herních situacích např. nedostatek času nebo nedostatek místa, útok po vystřelené nahrávce atd. Je – li rozběh vícekrokový, mají zásadní význam pro konečné provedení útočného úderu poslední tři kroky (přípravný – směrový, brzdící a dokrok), kroky předcházející mají přibližovací význam.

- **rozdíly v technice podle zóny**

úder ze zóny IV

Nejobvyklejší rozběh v zóně IV je zvnějšku hřiště. Je nejvýhodnější, protože nahrávka jde v optimálním úhlu ke směru pohybu úderové paže, smečář má větší přehled o situaci a může lépe volit místo odrazu podle délky nahrávky. Nemusí příliš upravovat směr rozběhu vůči své poloze při odrazu, tj. levým bokem k síti. Pokud má hráč dostatek času, vždy se snaží dostat mimo hřiště.

Rozběh zevnitř hřiště je určen předcházející činností, ať je to přihrávka, vybírání nebo jiná činnost. V tomto případě se hráč i tak snaží dostat prvními kroky mimo hřiště. Pokud to herní situace neumožní, začíná hráč rozběh pravým bokem k síti a otáčí se do

žádaného odrazového postoje (levým bokem k síti) až během dvou posledních kroků rozběhu. V krajním případě směřuje brzdící krok kolmo k síti a teprve následně řeší situaci zakončením brzdícího kroku na chodidlo pravé nohy natočené šikmo k síti. Dokrokem se pak hráč dostane do správného odrazového postoje s trupem natočeným šikmo k síti.

úder ze zóny II

Při úderu z této zóny opět převažuje rozběh z vnějšku hřiště. Na úderu se podílí rotace trupu, proto musí být odrazová poloha chodidel obdobná jako při úderu ze zóny IV. Z této pozice je možná větší variabilita v postavení spojnice ramen vůči síti v momentu odrazu.

Při rozběhu zevnitř hřiště je situace obdobná jako v zóně IV.

úder ze zadní zóny

Pro úder z zadní zóny bývá specifický způsob odrazu s potlačením brzdícího efektu pohybu vpřed dokrokem levé nohy do větší vzdálenosti před pravou. Při odrazu se trup nepředklání a boky se při odrazu nedostávají tolik odzadu. Hlavním důvodem je potřeba odrazit se víc do dálky.

• **varianty podle úderové techniky**

Všechny techniky mají obecný základ v zásadách správné techniky provedení útočného úderu. Platí všechny zásady, liší se pouze mírně v nápřahu, v položení ruky na míč a v intenzitě úderu.

drajv

Míč je zasažen zezadu a charakter letu míče po úderu je po přímce.

lob

Hráč zasahuje míč zezadu zdola. Zápěstím a prst mu uděluje silnější rotaci. Dráha letu míče po úderu je obloukovitá. Lob je základním úderem, měl by ho ovládat každý hráč. Neschopnost provést lob je signálem chybné techniky, která se projeví u smeče.

zkrácený úder (roláda)

I při tomto úderu platí, že musí být proveden nápřah, aby nebyl zamýšlený úder příliš čitelný. Loket však nejde tolik dozadu a míč se zasáhne podobně jako u lobu. Intenzita úderu je menší, protože pohyb ruky se v závěru zpomalí. Míči je v momentu úderu udělena silná rotace.

ulívka s otevřenou dlaní

Začátek pohybu paže je stejný jako u zkráceného úderu. Loket nejde tolik dozadu, pohyb ruky se v závěru zpomalí, až zastaví a míč se zasáhne prsty otevřené dlaně. Odbití se provede delším kontaktem s míčem pohybem zápěstí nebo mírným pohybem celé paže.

vytlučení bloku

Při úderu, který využívá nedokonalosti bloku a směřuje od hřiště, trefuje útočník míč relativně vysoko a úder směřuje do zadní části hřiště. Úder počítá s tím, že dlaně a prsty blokařů neudrží po tvrdém úderu polohu v prodloužení předloktí, jsou úderem zkráceny vzad a míč se odráží nahoru dozadu nebo stranou mimo hřiště. Záměr je prorazit blok, zahrát míč nad blokem nebo ho vytlout.

Úder, který směřuje mimo hřiště, provádí útočník jako drajv. Dráha takto zahraného drajvu by směřovala mimo hřiště, pokud by nedošlo ke kontaktu míče s blokem. Tento úder se provádí, když je míč blízko bloku a je vysoká pravděpodobnost, že úder skončí na ruce blokařů. Útočník trefuje míč relativně vysoko. V takovém případě je záměrem vytlout blok a podle toho volí i směr úderu.

vyhození míče o blok

Používá se v situacích, kdy je míč velmi blízko okraji sítě. Útočící hráč se odráží blízko sítě, vyskakuje kolmo vzhůru, položí otevřenou ruku s roztaženými prsty na míč, zatlačí jej na ruce blokaře a vyhodí míč do strany o blokařovy ruce. Tento úder se hraje otevřenou dlaní.

• **rozdíly v technice podle charakteru nahrávky**

Největší rozdíl mezi útokem po různě vysokých nahrávkách je v časování rozběhu.

útok po nahrávce podél sítě

Po vysoké nahrávce začíná první krok tříkrokového rozběhu až poté, kdy míč opustil nahrávačovy prsty.

Po polovysoké nahrávce přichází začátek tříkrokového rozběhu v momentu dotek nahrávačových prstů s míčem.

Po vystřelené nahrávce je zásadní, že se úder provádí po dvoukrokovém rozběhu. Někdy dochází ke kontaktu nahrávačových prstů s míčem dokonce v průběhu závěrečného smečářského dvojkroku. I u tohoto rozběhu je nutná reakce smečáře na směr letu a rychlost nahrávky.

úder po nahrávce z pole

Časování rozběhu i počtu kroků a celkové provedení techniky je stejné jako u vysoké nahrávky. Liší se ve směru rozběhu. Hráč se snaží před začátkem rozběhu najít takovou pozici, aby mohl být následný rozběh zhruba kolmý na směr letu nahrávky.

- **směr úderu a jeho utajení**

rozběh modifikuje usměrnění míče

Rozběh by měl být konzistentní a smečař by si jím měl vytvářet takové podmínky, aby po odrazu mohl volit libovolný směr útoku. Nesprávný rozběh si vynutí pouze jeden směr útoku.

usměrnění míče činností zápěstí

Činnost zápěstí je nejdůležitějším momentem. Při klasickém úderu je paže v momentu úderu nad pravým ramenem, vytažená a napnutá. Úhel dráhy letu míče po úderu vůči zemi je dán právě činností zápěstí a rotací předloktí. Zvýšeným tlakem malíkové strany ruky doleva od směru pohybu úderové paže ne zvýšeným tlakem palcové strany doprava od směru pohybu úderové paže.

usměrnění míče činností paže

V moderním volejbale jsou zcela běžné jiné varianty pohybu paže.

Úder od osy těla je podobný úderu, kdy je míč usměrňován rotací zápěstí doprava od směru pohybu úderové paže. V tomto případě rotuje paže v ramenním kloubu a přitom se vyklání mírně doprava od vzpažené úderové paže. Tento úder je doprovázen ještě rotací zápěstí doprava. Trup zůstává v poloze, která byla dána odrazem nebo se mírně naklání doleva. Smyslem celé akce je předstírat úder podle postavení trupu a změnit jej činností paže, předloktí a zápěstí.

Úder přes osu těla je podobná situace, ale s opačným směrem. Vyskytuje se při úderu přes osu těla. V tomto případě rotuje paže doleva od roviny vzpažené úderové paže a sklápí se přes hrudník. Při dokončení pohybu po úderu se paže ohýbá v lokti. Tento úder je často doprovázen rotací zápěstí doleva. Trup zůstává ve vzpřímené poloze a nedokončuje rotaci.

Úder se zkráceným nápřahem je další možností, která umožňuje usměrnění míče. Úspěšnost utajení je navíc dána schopností vyhodnotit správně herní situaci a vybrat optimální řešení, bohatostí úderového rejstříku a zachováním podmínek pro správnou techniku provedení útočného úderu.

- **rozdíly v technice podle předcházející činnosti**

- úder bez předcházející činnosti

- Hráč podle herní situace zaujímá postavení pro případné zahájení rozběhu na útok.

- úder po vlastní přihrávce

- Hráč po přihrávce provede úkrok a poté se dalšími úkroky nebo překroky dostane do místa, odkud zahájí rozběh. Pokud se chystá k úderu po vystřelené nahrávce, musí se dostat blíže k útočné čáře a připravit se k pokrokovému rozběhu, který přichází po kontaktu nahrávačových prstů s míčem.

- úder po vybrání míče v poli

- V takové situaci se stává, že smečař nemá dostatek času k tříkrokovému rozběhu. Volí dvoukrokový rozběh, u kterého musí být zachovány všechny zákonitosti pohybového řetězce.

- úder po odstoupení od sítě

- Odstoupení neblokujícího hráče od sítě má svůj přesný sled kroků.

- úder po dopadu z bloku

- úder odrazem z jedné nohy

Úder je používán především v ženském volejbalu a u mužů je vidět minimálně.

- **rozběh**

Prvním rozdílem od techniky odrazu obounož je směr rozběhu. Ten probíhá ve velmi ostrém úhlu k síti. Druhým rozdílem je časování: útočící hráč může závěr rozběhu přizpůsobit nahrávce, ale v principu musí důvěřovat nahrávači, podobně jako při nahrávce do prvního sledu.

- **odraz**

Zásadním rozdílem je závěr rozběhu, místo a způsob odrazu. Krok pravou nohou není brzdícím krokem pohybu vpřed. Poslední krok rozběhu se děje levou nohou. Ta se klade na zem přes patu a je místem odrazu jednonož. Místo odrazu může hráč do určité míry volit podle dráhy a rychlosti letu míče. Odraz je prováděn do dálky.

- **let a úder**

Letová fáze probíhá podél sítě, během ní se hráč napřahuje. Hlavní přednost tohoto způsobu útoku spočívá v tom, že hráč může podle vývoje herní situace volit místo kontaktu s míčem.

▪ **dopad**

Je zpravidla na odrazovou (levou) nohu.

1.3.2.3 Útočný úder ve vybraných herních situacích

V herních situacích dochází k modifikaci techniky útočného úderu. Největší odlišnosti se objevují u útoku po nahrávce do prvního sledu. Při tomto druhu úderu útočník nečasuje rozběh podle nahrávky, ale podle přihrávky nahrávačovi. Útočník je nahrávkou „hledán“. Tento druh útoku je základem většiny útočných kombinací a hry středových hráčů (Haník, Lehnert et al, 2004).

Zásady taktiky útočení podle Císaře (2005, s. 106):

- Útočit pokaždé, když je rozehraný míč na naší polovině.
- Být agresivní. Sledovat postavení soupeřovy obrany, blokařů i hráčů v poli.
- Přistupovat k útoku tvořivě, využívat možnosti nahrávky, slabin bloků i obrany.
- Vybudovat si cit pro rytmus hry a vhodně, pro soupeře překvapivě, jej měnit.
- Komunikovat s nahrávačem a nezervóznovat ho při nezdařeném útoku.
- Svou hrou vyzařovat sebevědomí.

1.4 Hodnocení a pozorování herního výkonu

Sportovní statistika se stává, díky rozvoji informačních technologií a díky rostoucím

technickým možnostem volejbalových týmů, jednou z nejklíčovějších oblastí volejbalové přípravy. Kvalitním statistickým zpracováním dat z utkání je možné se mnohem lépe soustředit na konkrétní výkon hráčů i celého týmu.

Trenérům poskytuje informace o tom, jak družstvo realizovalo jednotlivé herní činnosti, množství různých izolovaných činností, série činností, zakončení útočných i obranných fází, úspěšnost činností jednotlivce i herních kombinací atd.

Existuje několik způsobů tvorby statistik. Nejdůležitějším faktorem je účel, pro jaký statistiku vytváříme. Pro určení úrovně herních činností se používají hodnotící škály. Škály ukazují, jak dobře nebo s jakým výsledkem byly provedeny herní činnosti. (Haník, Vlach, 2008).

Metody hodnocení využívají prosté vyjádření procentuálního zastoupení daného stupně škály: % úspěšnosti = počet úspěšných pokusů/počet všech pokusů. Další

metody využívá vyjádření pomocí koeficientu, který zohledňuje vícestupňové hodnocení. Excelentní příjem může mít vyšší hodnotu a o to je potom vyšší celkový výsledek metody (Haník, Vlach, 2008).

Vzhledem ke složitosti a především proměnlivosti herní situace se zatím nepodařilo stanovit jednotnou metodiku objektivního hodnocení, u kterého by se výsledky daly spolehlivě používat jako kritérium pro vyhodnocení vztahů s ostatními faktory herního výkonu. Praxe ověřila různé postupy, které jsou svým charakterem subjektivní nebo objektivní. Mezi metody subjektivního hodnocení patří: hodnocení bez pomoci jakéhokoliv jiného prostředku, hodnocení postupným srovnáním všech hráčů, hodnocení pomocí speciálně připravených dotazníků, hodnocení pomocí speciálně připravených hodnotících stupnic (Buchtel, Kaplan, 1987).

Za objektivní přístupy jsou považovány ty, které se uskutečňují při turnajích hraných systémem každý s každým nebo objektivní analýzou hry (Buchtel, Kaplan, 1987). Diagnostické údaje pro hodnocení se získávají pomocí záznamu o utkání. Nejčastěji se využívá statistický záznam, grafický záznam nebo videozáznam.

V případě objektivních metod se přistupuje k hodnocení výkonu na základě objektivně zjištěné kvantity a kvality jednotlivých složek přímo v utkání. Toto hodnocení vychází z pozorování a analýzy činnosti hráčů při utkání. V případě tohoto postupu je výkon hráče rozložen na jednotlivé herní činnosti jednotlivce, které jsou v průběhu utkání sledovány. Statistické analýzy těchto složek jsou prováděny podle předem stanovené metodiky. Hodnocení kvality jednotlivých složek se sice uskutečňuje subjektivním posouzením, ale zařazením do několika jasně definovaných, kvalitativních stupňů s přesně stanoveným koeficientem významnosti dává možnost objektivního zhodnocení (Haník, Vlach, 2008).

2. EMPIRICKÁ ČÁST

2.1 CÍLE, ÚKOLY A HYPOTÉZY

Bakalářská práce má dva hlavní cíle. Prvním z nich je teoreticky popsat a definovat dvě základní herní činnosti jednotlivce, a to přihrávku a útočný úder. Druhým cílem je na základě pozorování a následného vyhodnocení statistických údajů stanovit úspěšnost přihrávky a útočného úderu a zachytit vzájemnou závislost přihrávky a útočného úderu.

2.1.1 Úkoly výzkumu

1. Studium odborné volejbalové literatury.
2. Pozorování domácích zápasů krajské soutěže mužů.
3. Zpracování a vyhodnocení zaznamenaných statistických údajů z utkání.
4. Vyhodnocení údajů vzhledem ke stanoveným výzkumným otázkám a hypotézám.

2.1.2 Hypotézy a výzkumné otázky

O1: Jaká je úspěšnost přihrávky v krajském volejbalu mužů?

O2: Jaká je úspěšnost útoku v krajském volejbalu mužů?

O3: Existuje závislost útočného úderu na přihrávce v krajské volejbalové soutěži mužů?

PH1: Družstvo, které je úspěšnější na přihrávce a v následném útoku, vítězí v utkání.

PH2: Pokud je úspěšnost přihrávky nad 50%, bude úspěšnost útoku vyšší než 40%.

2.2 METODIKA VÝZKUMU

2.2.1 Výzkumný soubor

Jako výzkumný vzorek, na kterém byla zaznamenána a zpracována statistika zápasů, hodnocení úspěšnosti útočného úderu, úspěšnosti přihrávky a závislosti přihrávky na útoku, bylo vybráno družstvo mužů TJ Baník Vamberk. TJ Baník Vamberk hraje první krajskou volejbalovou soutěž mužů. Zaznamenáno a vyhodnoceno bylo 9 domácích zápasů v sezóně 2012/2013.

2.2.2 Metody a organizace sběru dat

Pro zpracování údajů byla použita metoda přímého pozorování. Podle bodové škály byla hodnocena úspěšnost přihrávky soupeřova podání a úspěšnost útočného úderu, který následoval po přihrávce.

Získaná data byla zaznamenána do tabulek. Základní tabulka obsahuje datum konání zápasu, soupeře, výsledný stav, počty jednotlivých přihrávek a útoků a procentuální vyjádření úspěšnosti přihrávky a útoku jednotlivých družstev.

Pro vyhodnocení závislosti útoku na přihrávce byla sestavena druhá tabulka. V levém sloupci tabulky byla zaznamenána hodnocení útoku v závislosti na přihrávce. Do tabulky byly postupně zaznamenávány počty přihrávek s hodnocením 1-3 a hodnocení následného útočného úderu. Přihrávky, které byly hodnoceny jako přihrávky 4 a 5, nebyly zahrnuty do hodnocení, protože po těchto přihrávkách nebyl realizován útok.

Výsledky byly rozpracovány do dílčích tabulek pro lepší a podrobnější vyhodnocení výsledků.

2.2.2.1 Hodnocení přihrávky

Pro hodnocení přihrávky bylo zvoleno pět kategorií, které byly označeny číslicemi 1-5. Jako přihrávka byl hodnocen příjem po soupeřově podání.

▪ **hodnocení 1**

Míče, které jsou přihrány tak, že nahrávač je schopen zapojit do útoku první sled s využitím signálu 3. Jedná se o přihrávku, po které lze realizovat libovolnou útočnou kombinaci. Přihrávka směřuje mezi zónu II a III.

▪ **hodnocení 2**

Přihrávka, z které může nahrávač realizovat omezené útočné kombinace. Z této přihrávky lze zapojit útok prvního sledu, ale nelze využít útok třetího sledu (signál 3).

▪ **hodnocení 3**

Přihrávka, z které lze realizovat pouze vynucené útočné kombinace. Z takovéto přihrávky nelze zapojit první sled. Tato kategorie zahrnuje také odbití, která nahrával jiný hráč v poli nebo nahrávač ve vynucené situaci (odbití obouřuč spodem).

▪ **hodnocení 4**

Přihrávka, po které lze přehrát míče k soupeři zadarmo. Zahrnuje míče, které přímo po odbití (přihrávce) letěly k soupeři.

▪ **hodnocení 5**

Jedná se o chybný příjem. Tato kategorie zahrnuje přímé body z podání a přihrávky, po který hra dále nepokračovala.

Pro vyhodnocení úspěšnosti přihrávky byl použit vzorec:

$$\frac{1+2}{1+2+3+4+5} \times 100 = \quad \%$$

(Haník, Vlach, 2008)

Do čitatele se dosazuje součet přihrávky, která je hodnocená jako přihrávka za 1 nebo za 2. Ve jmenovateli je součet všech hodnocených přihrávek, tedy hodnocení 1, 2, 3, 3, 4, 5. Za úspěšnou přihrávku je tedy považována přihrávka hodnocena číslem 1 a 2. Přihrávky z kategorií 3, 4, 5 jsou považovány za neúspěšné.

Do vzorce se postupně dosazují počty jednotlivých hodnocení. Po vynásobení stem se získá procentuální vyjádření úspěšnosti přihrávky.

2.2.2.2 Hodnocení útočného úderu

Pro hodnocení útoku byly zvoleny tři kategorie, které byly označeny číslicemi 1, 2, 3. Pro statistické zpracování byl hodnocen útok po přihrávce soupeřova podání.

- **hodnocení 1**

Útočné údery, které zajistily útočícímu družstvu bod. Hra byla ukončena a dále nepokračovala. Jsou to body získané přímo z útoku, body získané vytlučením bloku nebo body získané chybou přihrávajícího družstva.

- **hodnocení 2**

Útočné údery, po kterých hra dále pokračovala.

- **hodnocení 3**

Útočné údery, které zajistily bod soupeři. Útok do bloku, do sítě nebo do autu.

Pro hodnocení úspěšnosti útoku byl použit vzorec:

$$\frac{1}{1+2+3} \times 100 = \%$$

(Haník, Vlach, 2008)

Do čitatele se dosazuje součet útoků hodnocený číslem 1. Do jmenovatele se dosazuje součet útoků hodnocených číslem 1, 2, 3. Po vynásobení 100 se získá úspěšnost útoku vyjádřena v procentech.

2.2.3 Metody zpracování dat

Získaná data byla vyhodnocována matematicko-statistickými metodami. Pro zpracování a analýzu dat byl použit program Microsoft Office Excel a Microsoft Office Word. Výsledky byly zpracovány do přehledných tabulek.

2.3 VÝSLEDKY A DISKUZE

Tab. 1
Výsledky jednotlivých zápasů

družstvo	výsledek (sety)	úspěšnost přihrávky %	úspěšnost útoku %
TJ Baník Vamberk	3	71	39
SK Jánské Lázně	2	54	41
TJ Baník Vamberk	3	64	40
TJ Jičín	0	58	21
TJ Baník Vamberk	3	67	44
TJ Sokol Bílá Třemešná	2	62	32
TJ Baník Vamberk	3	56	40
VK Hronov B	1	62	36
TJ Baník Vamberk	3	64	33
TJ Dvůr Králové nad Labem	2	65	40
TJ Baník Vamberk	3	64	41
SCM Slavia HK	0	52	21
TJ Baník Vamberk	3	59	28
TJ Sokol Černčice	1	63	49
TJ Baník Vamberk	2	60	29
TJ Slavia HK B	3	60	45
TJ Baník Vamberk	3	79	38
TJ Červený Kostelec	1	47	18

Tab. 1 obsahuje výsledky 9 domácích zápasů. V prvním sloupci je uvedeno družstvo, v druhém sloupci je zaznamenán výsledný stav zápasu a třetí a čtvrtý sloupec znázorňuje procentuální úspěšnost přihrávky a útočného úderu. Červenou barvou je vyznačeno vítězné družstvo, vítězný stav a vyšší úspěšnost na přihrávce a v útoku.

Tab. 1 slouží k vyhodnocení hypotézy H1: Družstvo, které je úspěšnější na přihrávce a v útoku, vítězí v utkání. Toto tvrzení se 100% nepotvrdilo. Ve dvou případech byl zaznamenán stav, kdy družstvo úspěšnější na přihrávce, nepotvrdilo svou převahu v útoku, a přesto v zápase zvítězilo. Dvakrát byl zaznamenán výsledek, kdy družstvo bylo méně úspěšné na přihrávce soupeřova podání i v následném útoku, a přesto v utkání zvítězilo.

Na základě výzkumu se potvrzuje, že ve volejbalu stejně jako v ostatních sportech, neplatí nic absolutně. Vyskytují se neočekávané situace, jako je vítězství v zápase, i přestože vítězné družstvo má menší úspěšnost na přihrávce i v útoku.

V tomto případě by hlavní příčinou vítězství mohl být nepatrný rozdíl v úspěšnosti přihrávky (1 a 4%). To znamená, že družstva měla téměř shodnou kvalitu přihrávky. Ve výzkumu byla hodnocena přihrávka podání. Vítězné družstvo nepotvrdilo

svou kvalitu útočným úderem, ale úspěšně se bránilo následným útokům soupeře a vyčkalo na jeho chybu.

Z následujících výsledků tedy lze vyvodit, že přesná přihrávka je základem hry a může rozhodnout o vítězství v utkání. Kvalitní obranu nelze nahradit ani sebevíc úspěšným útokem.

Tab. 2
Úspěšnost přihrávky a útoku v krajském volejbale mužů

PŘIHRÁVKA		
hodnocení	počet	úspěšnost
1	484	61,6%
2	386	
3	325	
4	111	
5	106	
celkem	1412	
ÚTOK		
hodnocení	počet	úspěšnost
1	424	35,5%
2	487	
3	283	
celkem	1194	

Tab. 2 zaznamenává úspěšnost přihrávky a útoku v krajském volejbale mužů a zároveň slouží k vyhodnocení druhé hypotézy H2: Pokud je úspěšnost přihrávky nad 50%, bude úspěšnost útoku nad 40%.

Ze sledovaných 9 zápasů krajské soutěže mužů vyšla úspěšnost na přihrávce 61,6%. Úspěšné provedení přihrávky je předpokladem pro úspěšné založení útočných kombinací. Se zvyšující se úspěšností na přihrávce roste pravděpodobnost úspěšně založeného útoku. Pro získání bodu je potřeba na dobrou přihrávku dále navázat kvalitní nahrávkou a útokem.

Úspěšnost útočného úderu v 9 sledovaných zápasech krajské soutěže mužů je 35,5%. Družstvo bez kvalitního útoku má omezenou možnost získat v zápase body potřebné k vítězství. Hlavním cílem družstva je ukončit rozehru, která je nejčastěji zakončena právě útočným úderem, ve svůj prospěch. To je hlavní příčinou, proč je útočný úder považován za nejdůležitější činnost ve volejbalu. Při porovnání se statistikami ostatních soutěží mužů ze systému datavolley by měla být úspěšnost útočného úderu min. 40%.

Výsledky uvedené v tabulce hypotézu H2 nepotvrzují. I když úspěšnost přihrávky byla nad 50%, úspěšnost útoku 40% nepřesáhla. Úspěšnost útočného úderu družstev krajské soutěže mužů nesplnila limit potřebný k potvrzení hypotézy. Při posouzení úspěšnosti v útoku bylo dosaženo 35,5%, což je o 4,5% méně, než byl limit potřebný k potvrzení hypotézy.

Důvodem nepotvrzené hypotézy může být komplexnost jednotlivých herních činností jednotlivce, které vytváří předpoklad k úspěchu v utkání. Jedná se hlavně o propojenost přihrávajícího, nahrávajícího a útočícího hráče. V teoretické části bylo řečeno, že přihrávka je základním kamenem ofenzivy a útok je nejdůležitější činností ve volejbalu. Je důležité doplnit, že nahrávka je považována za strategii ofenzivy. Další příčinou je skutečnost, že útočný úder a jeho provedení je technicky nejnáročnější herní činnost. Jde o koncovou činnost družstva a psychický tlak na hráče je velký. V takové situaci závisí na technice i taktice.

Je důležité si uvědomit, že soupeř je na útok připraven svou obrannou činností. Dochází k soupeření mezi nejdůležitější činností ve volejbalu, kterou je útočný úder, a nejnáročnější činností ve volejbalu, kterou je blok. Tyto důvody mají za následek situace, kdy při úspěšné přihrávce i úspěšné nahrávce, dojde k selhání útoku. Důvodem je selhání technicko-taktické vyspělosti hráče.

Tab. 3
Závislost útočného úderu na přihrávce

přihrávka-útok	1. set	2. set	3. set	4. set	5. set	celkem	%
1-1	44	46	51	48	13	202	16,7
1-2	53	44	33	34	12	176	14,6
1-3	25	26	23	25	7	106	8,8
2-1	17	45	27	31	12	132	10,9
2-2	44	37	45	23	5	154	12,8
2-3	25	18	31	19	7	100	8,3
3-1	20	31	24	11	4	90	7,5
3-2	29	41	47	29	11	157	13
3-3	21	19	18	25	6	89	7,4
celkem	278	307	299	245	77	1206	100

Výzkum potvrdil předpoklad, že při úspěšné přihrávce podání a následném úspěšném útoku v součinnosti s nahrávkou, je vyšší šance na výhru v utkání.

Pokud družstvo přihrávalo úspěšně (přihrávka za 1 nebo za 2), vytvořilo si 72,1% šanci na získání bodu. Využití této šance však záviselo na úspěšně provedeném útoku, kdy hráči mohli získat přímý bod, nebo dali šanci soupeři na založení protiútku.

Z výsledků je patrné, že hráči bodovali v útoku po kvalitní přihrávce s úspěšností 27,6%. Ve 27,4% případů nebylo dosaženo přímého bodu a byla dána možnost soupeřícímu družstvu založit protiútok. Zbývající hodnotu 17,1% tvoří neúspěšně provedené útočné údery, které znamenaly přímý bod pro soupeře.

Při přihrávce, kde byla možná realizace vynucené útočné kombinace, znamenalo 7,5% případů přímý bod, ale v případě 13%, byla dána možnost soupeři zaútočit. Z celkových 27,9% případů při neúspěšné přihrávce 7,4% útoků znamenalo přímý bod pro soupeře.

Z výše uvedených výsledků je patrná závislost úspěšnosti útočného úderu na úspěšnosti přihrávky. Tato závislost může být ovlivněna činností nahrávače, který svojí nahrávkou připravuje pozici útočícímu hráči. Je to právě nahrávač, kdo může v případě nepřesné přihrávky zvýšit možnost úspěšného provedení útočného úderu, ale na druhou stranu v případě úspěšné přihrávky to může být právě on, kdo chybje.

Je proto důležité pochopit, že úspěšná přihrávka neznamena jistotu bodu. Jde o spolupráci hráčů na hřišti. Přihrávka je prvním a útočný úder posledním krokem k přehrání soupeře.

Tab. 4
Počet přihrávek v krajské soutěži mužů v jednotlivých setech

PŘIHRÁVKA							
hodnocení	počet přihrávek					celkem	%
	1. set	2. set	3. set	4. set	5. set		
1	122	116	107	107	32	484	34,2
2	86	100	103	73	24	386	27,3
3	69	91	89	55	21	325	23,1
4	32	17	32	20	10	111	7,9
5	34	21	30	15	6	106	7,5
celkem	343	345	361	270	93	1412	100

V tab. 4 je zaznamenán počet přihrávek v jednotlivých setech a jejich procentuální zastoupení. Za úspěšnou přihrávku je považována přihrávka hodnocena stupněm 1 nebo 2. Po takové přihrávce je možné realizovat s nahrávačem libovolnou útočnou kombinaci a tím zvýšit možnost získání bodu. Ve sledovaných 9 zápasech tvořila 61,5% úspěšná přihrávka.

Přihrávka hodnocena stupněm 4 nebo 5 je přihrávkou neúspěšnou a nevede k založení útočné kombinace. Takto přihrané míče znamenají buď přímý bod pro

soupeře, tzv. „eso“ nebo je míč přehrán bez nátlaku na soupeře a ulehčuje tak soupeři přípravu útočné kombinace. Z 9 zápasů tvořila neúspěšná přihrávka 15,4%.

Zbýlých 23,1% zaujímá přihrávka, po které bylo možné sehrát pouze vynucené útočné kombinace a útočník tak musel čelit kvalitně připravené obraně soupeře.

Podání se v posledních pěti letech stalo herní činností, která změnila současný volejbal. Zkvalitnění přihrávky je jedinou logickou odpovědí na tuto situaci. Ve volejbalu s novým počítáním má každá přímá chyba daleko větší psychický dopad než dříve. Po podání je přihrávka psychicky druhou nejnáročnější činností, protože úspěch se pokládá za standard, neúspěch za fatální chybu. Kvalita přihrávky je ovlivněna technikou provedení ještě více než jiné herní činnosti.

Tab. 5
Počet útoků v krajské soutěži mužů v jednotlivých setech

ÚTOK							
hodnocení	počet útoků					celkem	%
	1. set	2. set	3. set	4. set	5. set		
1	81	122	102	90	29	424	35,5
2	126	122	125	86	28	487	40,8
3	71	63	70	59	20	283	23,7
celkem	278	307	297	235	77	1194	100

Tab. 5 vyhodnocuje počet útoků v jednotlivých setech a jejich celkovou úspěšnost. 35,5% míčů z celkových 1194 zaútočených míčů tvořil útok za 1, tedy útočná kombinace po které družstvo získalo přímý bod. 40,8% zaútočených míčů umožnilo soupeři další hru. Družstvo tak nabízí soupeři další příležitost pro získání bodu. 23,7% útoků znamenalo přímý bod pro soupeře.

Z uvedených výsledků vyplývá, že v krajské soutěži mužů převažuje útok, který není zakončen ve prospěch útočícího družstva, ale naopak umožňuje získání bodu pro soupeře. Hlavní příčinou bude nedostatečná razance útočného úderu. Jak bylo zmíněno v teoretické části, útočný úder je technicky náročná herní činnost jednotlivce, kterou musí hráč perfektně ovládat, aby se mohl prosadit v útoku. Útočník, který neovládá správně techniku lobování, se nemůže prosadit. Správně zvládnutá technika se podílí i na taktické stránce útočného úderu.

Dalším faktorem, který ovlivňuje úspěšnost útočného úderu je spolupráce s nahrávačem. V krajském volejbalu je možné sledovat signály, které se používají i ve vrcholovém volejbalu. Zásadním rozdílem je, že většina nahrávačů krajské soutěže nahrává ze země. Nahrávka je tak pro soupeře lépe čitelná a umožňuje lepší postavení

obranu. Útočník poté útočí na seskupený dvojblok nebo trojblok. Opět se zde projevuje vzájemná propojenost jednotlivých herních činností, které jsou jednotlivě bezvýznamné.

Tab. 6
Procentuální vyhodnocení přihrávky v jednotlivých setech

PŘIHRÁVKA										
hodnocení	1. set	%	2. set	%	3. set	%	4. set	%	5. set	%
1	122	35,6	116	33,6	107	29,6	107	39,5	32	34,4
2	86	25,1	100	29	103	28,5	73	27	24	25,8
3	69	20,1	91	26,4	89	24,7	55	20,4	21	22,6
4	32	9,3	17	4,9	32	8,9	20	7,4	10	10,8
5	34	9,9	21	6,1	30	8,3	15	5,5	6	6,4
celkem	343	100	345	100	361	100	270	100	93	100

Tab. 6 ukazuje úspěšnost na přihrávce v jednotlivých setech. Nejvyšší úspěšnost na přihrávce byla zaznamenána ve čtvrtém setu (66,5%). Hráči ve čtvrtém setu mají již dostatečně přečteného soupeře, dokážou lépe odhadnout taktiku soupeřova útočného úderu a zvládnou si lépe připravit vlastní obranu. Dalším důvodem vysoké úspěšnosti přihrávky v tomto setu by mohlo být riziko pátého setu (tie-breaku), ve kterém se hraje jen do 15 bodů. Každá chyba v tie-breaku se násobí dvěma a může rozhodnout o výsledku utkání. Každé družstvo se proto snaží tie-breaku vyhnout.

Nejhorší přihrávka byla zaznamenána v prvním setu (19,2%). Neúspěch přihrávky v prvním setu by mohl být způsoben tím, že hráči nejsou dostatečně rozcvičeni a teprve poznávají soupeře. I když by to kvalitu přihrávky ovlivnit nemělo, seznamují se s technikou a taktikou soupeřova útočného úderu, a proto se pravděpodobně v tomto setu objevuje nejvíce chyb na přihrávce.

Průměrně 17,2% přihrávky v tie-breaku bylo hodnoceno jako přihrávka neúspěšná. Toto číslo je na pátý set poměrně vysoké. Z toho 6,4% byl přímý bod pro soupeře a míč nebyl ani rozehrán. Jak už bylo zmíněno tento set je zkrácený a hraje se jen do 15 bodů. Rozhoduje každá chyba. Projevuje se zde velký tlak na psychiku hráče a často vyhraje družstvo, které je psychicky odolnější, a nenechá se rozhodit.

Tab. 7
Procentuální vyhodnocení útoku v jednotlivých setech

ÚTOK										
hodnocení	1. set	%	2. set	%	3. set	%	4. set	%	5. set	%
1	81	29,1	122	39,7	102	34,3	90	38,3	29	37,6
2	126	45,3	122	39,7	125	42,1	86	36,6	28	36,4
3	71	25,6	63	20,6	70	23,6	59	25,1	20	26
celkem	278	100	307	100	297	100	235	100	77	100

Tab. 7 vyhodnocuje útok v jednotlivých setech. V průměru opět převažuje útok, který nepřináší přímý bod, ale umožňuje další rozehru (40%). 35,8% útočných úderů znamenalo přímý bod a rozehra byla ukončena ve prospěch útočícího družstva. Průměrně 24,1% útočných úderů bylo neúspěšných a znamenalo přímý bod pro soupeře.

Nejmenší úspěšnost na útku byla zaznamenána v pátém setu. Tento výsledek je překvapivý. V tomto setu je důležitý každý bod a zdařený nebo nezdařený útok může rozhodnout o výsledku utkání. V tomto setu by tedy měl být útok nejúspěšnější a hráči by se měli vyvarovat zbytečných chyb. Opak je ale pravdou. Projevuje se zde stejně jako u přihrávky obrovský psychický tlak na hráče, který je ještě umocněn tím, že útok je rozhodující činností pro získání bodu. Družstvo může mít tu nejkvalitnější přihrávku, ale bez úspěšného útoku neukončí rozehru ve svůj prospěch a nezvítězí v utkání. Opět se zde objevuje provázanost herních činností ve volejbale.

Nejvyšší úspěšnost na útku byla zaznamenána ve druhém setu, kdy 39,7% útočných úderů bylo zakončeno ve prospěch a útočícího družstva a přineslo tak přímý bod pro družstvo. V druhém setu vyšel shodný počet míčů, které znamenaly přímý bod pro útočící družstvo a které umožnily další rozehru. Tento stav se nejvíc přibližuje ideálu, kdy by měl převážit útok za 1, tedy útok bez možnosti soupeře realizovat další rozehru. V druhém setu jsou hráči již dostatečně rozcvičeni a mohou plně realizovat herní kombinace. Stále ale platí pravidlo, že bez základu ofenzivy, kterou je přihrávka, není možné realizovat útok a tedy úspěšně zakončit rozehru.

Tab. 8

Závislost útočného úderu na přihrávce v jednotlivých setech

přihrávka- útok	1. set	%	2. set	%	3. set	%	4. set	%	5. set	%
1-1	44	15,8	46	15,0	51	17,0	48	19,6	13	16,8
1-2	53	19,1	44	14,3	33	11,0	34	13,9	12	15,6
1-3	25	9,0	26	8,5	23	7,6	25	10,2	7	9,1
2-1	17	6,1	45	14,7	27	9,3	31	12,7	12	15,6
2-2	44	15,8	37	12,1	45	15,1	23	9,4	5	6,5
2-3	25	9,0	18	5,9	31	10,3	19	7,8	7	9,1
3-1	20	7,2	31	10,1	24	8,0	11	4,5	4	5,2
3-2	29	10,4	41	13,3	47	15,7	29	11,7	11	14,3
3-3	21	7,6	19	6,1	18	6,0	25	10,2	6	7,8
celkem	278	100	307	100	299	100	245	100	77	100

Tab. 9 vyhodnocuje závislost útočného úderu na přihrávce v jednotlivých setech. Opět se potvrzuje, že útočný úder je ovlivněn přesností přihrávky.

Pokud byla přihrávka v prvním setu úspěšná, vytvořilo si družstvo 74,8% šanci na získání bodu z toho 21,9% znamenalo přímý bod pro útočící družstvo a 34,9% útočných úderů umožnilo soupeři další hru. Po úspěšné přihrávce tvořil neúspěšný útok v prvním setu 18%. Po neúspěšné přihrávce mělo družstvo 17,6% šanci zakončit výměnu ve svůj prospěch, z toho 7,2% zaútočených míčů znamenalo přímý získání bodu i přes nepřesnou přihrávku.

Ve druhém setu bylo úspěšně přihráno 70,5% míčů. 29,7% přihraných míčů bylo zakončeno ve prospěch útočícího družstva a 26,4% míčů umožnilo soupeři další hru. Neúspěšný útok v druhém setu tvořil 14,4% zaútočených míčů. 29,5% míčů v druhém setu nebylo úspěšně přihráno, ale družstvo i přesto dokázalo 10,1% míčů zaútočit a zakončit rozehru ve svůj prospěch. Po 23,4% míčů následovala další rozehra.

Přihrávka ve třetím setu měla úspěšnost 52,4%. Útočící družstvo získalo přímý bod z 26,3% zahraných míčů a 26,1% přihraných míčů umožnilo soupeři další hru. 17,9% míčů znamenalo přímý bod pro soupeře. Z 23,7% byla přihrávka ve třetím setu neúspěšná. I po nepřesné přihrávce dokázalo družstvo 8% míčů položit na zem. 23,7% míčů znamenalo další hru a umožnilo realizaci útoku soupeři.

Ve čtvrtém setu si družstvo po úspěšné přihrávce vytvořilo 70,3% šanci na získání bodu a z toho 32,3% znamenalo pro družstvo přímý bod. 23,3% přihraných míčů umožnilo soupeři další hru a 18% míčů znamenalo přímý bod pro soupeře. Po neúspěšné přihrávce mělo družstvo ve čtvrtém setu možnost zakončit ve svůj prospěch 38,9%

míčů. 4,5% míčů družstvo proměnilo ve svůj prospěch, 34,3% míčů umožnilo soupeři další hru a 10,2% míčů bylo zkaženo.

Ve zkráceném pátém setu byla po úspěšné přihrávce 72,7% šance získat bod. Z toho 32,40% opravdu přineslo družstvu přímý bod, 22,1% vytvořilo šanci pro soupeřovo družstvo zaútočit a 18,2% míčů bylo zkaženo. Po neúspěšné přihrávce v pátém setu družstvo zvládlo proměnit 5,2% míčů ve svůj prospěch. Po 19,5% míčů následovala další hra a 7,8% míčů znamenalo přímý bod pro soupeře.

3. ZÁVĚR

Tato bakalářská práce byla zaměřena na téma statistického hodnocení úspěšnosti útočného úderu v závislosti na přihrávce s cílem popsat techniku správně provedené přihrávky i útočného úderu, zjistit úspěšnost jednotlivých herních činností a prokázat jejich vzájemnou závislost. Cílem bakalářské práce bylo pomocí statistik získaných v 9 zápasech krajské soutěže mužů v sezóně 2012/2013 odpovědět na výzkumné otázky a potvrdit nebo vyvrátit stanovené hypotézy.

V teoretické části bylo hlavním cílem pomocí odborné literatury charakterizovat volejbal a popsat techniku přihrávky a útočného úderu jako herní činnost jednotlivce. U jednotlivých herních činností byla popsána základní technika, varianty techniky a vybrané herní situace přihrávky a útočného úderu.

Empirická část se věnovala vyhodnocení hypotéz a zodpovězení výzkumných otázek. Na základě pozorování 9 zápasů krajské soutěže mužů v sezóně 2012/2013 byla zjištěna úspěšnost přihrávky 61,6% a úspěšnost útočného úderu 35,5%.

Při posuzování závislosti útočného úderu na přihrávce bylo zhodnoceno, že úspěšnost útočného úderu je ovlivněna nejen úspěšností přihrávky ale také mnoha dalšími faktory, které ovlivňují herní činnosti. Výsledky prokázaly, že kvalitnější přihrávka družstva neznamená vždy vítězství v utkání. Ve vyrovnaných utkáních může být rozdíl v kvalitě přihrávky minimální. O vítězství v utkání rozhoduje nejen kvalitní přihrávka a útočný úder ale celá řada dalších činností a okolností. Pokud se ve volejbale objevuje tvrzení, že rozhodujícím faktorem vítězství je útok, pak přihrávka je základním kamenem rodící se ofenzivy.

Ze získaných údajů se nepodařilo potvrdit hypotéza, že družstvo úspěšnější na přihrávce a v následném útoku v utkání zvítězí. Zároveň se nepotvrdila ani druhá stanovená hypotéza, kdy předpokladem byla při 50% úspěšnosti na přihrávce 40% úspěšnost na útoku.

Na závěr lze konstatovat, že kvalita přihrávky hraje významnou roli ve vývoji utkání. Útočný úder v posledních letech změnil tvář volejbalu, a proto je zkvalitnění přihrávky logickou odpovědí na tuto situaci. Družstvo však musí úspěšnou přihrávku propojit s dalšími herními činnostmi, které musí být stejně úspěšné. Potvrzuje se tím, že volejbal je specifická týmová hra, která je založena na spolupráci hráčů a propojenosti jednotlivých herních činností.

Tato práce vznikla za účelem získání informací o daném tématu. Poznatky a zkušenosti získané během zpracování této práce budou využity v praxi pro mou trenérskou činnost.

REFERENČNÍ SEZNAM

- 1) BUCHTEL, J. et al *Teorie a didaktika volejbalu*. Praha: Karolinum, 2006, 194 s. ISBN 80-246-1011-6.
- 2) CÍSAŘ, V. *Volejbal*. 1. vyd. Praha: Grada, 2005, 168 s. ISBN 80-247-0502-8.
- 3) EJEM, M., *Volejbal: Přípravná a herní cvičení*. 1. vyd. Praha: Olympia, 1988, 167 s.
- 4) HANČÍK, V., MAŠLEJOVÁ, D. *Volejbal*. Bratislava: Šport, slovenské telovýchovné vydavateľstvo, 1990, 126 s. ISBN 80-7096-078-7.
- 5) HANÍK, Z. a M. SIDORJÁK. *Volejbalové trůny a kanály*. 1. vyd. Česká Lípa: END, 2002, 150 s. ISBN 80-901955-8-x.
- 6) HANÍK, Z., LEHNERT, M. *Volejbal 1: Herní dovednosti a kondice v tréninku mládeže*. Praha: Český volejbalový svaz, 2004, 518 s.
- 7) HANÍK, Z., NĚMEC M., TLSTOVIČOVÁ Z., NOVÁK A. *Volejbal viděno třemi: od základních odbití po herní činnosti*. první. Praha: Grada, 2008, 344 s. ISBN 978-80-247-2744-8.
- 8) HANÍK, Z., R. BRZOBOHATÝ, Z. HANÍK ML., R. KRPAČ a R. MARSCHNER. *Volejbalová statistická ročenka 2008*. Praha: Grada, 2008, 128 s. ISBN 978-80-247-3066-0.
- 9) HANÍK, Zdeněk a Jaroslav VLACH. *Volejbal 2: učební texty pro školení trenérů*. 1. vyd. Praha: Pro Český volejbalový svaz vydalo nakl. Olympia, 2008, 347 s. ISBN 978-80-7376-078-6.
- 10) JUŘÍK, R. *Volejbal: Základy hry družstva*. 1. vyd. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého v Olomouci, 1993, 32 s. ISBN 80-7067-301-x.
- 11) KAPLAN, O. a J. BUCHTEL. *Odbíjená: Teorie a didaktika*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1987, 184 s.
- 12) KAPLAN, O. *Volejbal*. Praha: Grada, 1999, 101 s. ISBN 80-7169-762-1.
- 13) LENBERG, Kinda S. *Volleyball skills & drills*. United States of America: American Volleyball Coaches Association, 2006, 197 s. ISBN 0-7360-5862-1.

- 14) NYKODÝM, J. *Teorie a didaktika sportovních her*. Brno: Masarykova univerzita, 2006, 106 s. ISBN 80-210-4042-4.
- 15) POLÍVKA, J. et al *Odbíjená: Příručka školení trenérů III. třídy*. Praha: Sportovní a turistické nakladatelství, 1961, 353 s.
- 16) PŘÍBRAMSKÁ, Alena. *Volejbal: učební text pro trenéry III. třídy*. vyd. 1. Praha: Olympia, 1989. 168 s.
- 17) PSOTTA, R. et al *Základy didaktiky sportovních her*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2009, 148 s. ISBN 978-80-246-1694-0
- 18) ROVNÝ, M., J. PERÚTKA a B. GOLIAN. *Volejbal*. Bratislava: Šport, vydavateľstvo SV ČSTV, 1964, 227 s. ISBN 77-008-64.
- 19) SOBOTKA, V. *Teorie a didaktika odbíjené*. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 1995, 20 s. ISBN 80-210-1194-7.
- 20) VAVÁK, M. *Volejbal: kondiční příprava*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011, 224 s. ISBN 978-80-247-3821-5.
- 21) ZAPLETALOVÁ, L., PŘÍDAL, V. & TOKÁR, J. *Volejbal. Učební texty pre školenia trénerov I.triedy*. Bratislava: 2001.

Elektronické zdroje:

Volejbal-holice. [online]. [cit. 2014-06-23]. Dostupné z: <http://volejbalholice.blog.cz/1005/herni-situace-utok-obrana>

Český volejbalový svaz. [online]. [cit. 2015-07-07]. Dostupné z: <http://www.cvf.cz/?rubrika=319>

SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1: Výsledky jednotlivých zápasů

Tabulka č. 2: Úspěšnost přihrávky a útoku v krajském volejbale mužů

Tabulka č. 3: Závislost útočného úderu na přihrávce

Tabulka č. 4: Počet přihrávek v krajské soutěži mužů v jednotlivých setech

Tabulka č. 5: Počet útoků v krajské soutěži mužů v jednotlivých setech

Tabulka č. 6: Procentuální vyhodnocení přihrávky v jednotlivých setech

Tabulka č. 7: Procentuální vyhodnocení útoku v jednotlivých setech

Tabulka č. 8: Závislost útočného úderu na přihrávce v jednotlivých setech