

**ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA  
V PLZNI**

**FAKULTA PEDAGOGICKÁ  
KATEDRA TĚLESNÉ A SPORTOVNÍCH VÝCHOVY**

**ÚTOČNÉ KOMBINACE PŘI POČETNÍ VÝHODĚ V HÁZENÉ  
DIPLOMOVÁ PRÁCE**

Bc. Jiří Sedláček

Učitelství pro SŠ, obor TV-PS

Vedoucí práce: PaedDr. Tomáš Klobouk CSc.

Plzeň, 2013

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně  
s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

.....

Vlastnoruční podpis

Chtěl bych poděkovat panu PaedDr. Tomáši Kloboukovi CSc. za odborné rady během vedení práce. Dále Panu Vladimíru Haberovi a Mgr. Romanovi Čechurovi a spoluhráčům z Talentu Plzeň.

# Obsah

1.	Úvod .....	5
2.	Cíle a úkoly práce .....	6
2.1	Cíl .....	6
2.2	Úkoly .....	6
3.	Vývoj a historie házené .....	7
4.	Herní činnosti jednotlivce – útočné .....	9
5.	Útočné herní kombinace .....	11
6.	Kombinace na signál .....	12
7.	Útočné systémy .....	13
8.	Popis kombinací .....	14
8.1	Akce č.1 „Hamburk“ .....	14
8.2	Akce č. 2 „Očko“ .....	14
8.3	Akce č. 3 „Očko s“ .....	15
8.4	Akce č. 4 „Pěčko“ .....	16
8.5	Akce č. 5 „Vrácená“ .....	16
8.6	Akce č. 6 „Dlouhá vpravo“ .....	17
8.7	Akce č. 7 „Květák“ .....	17
9.	Tvorba videoprogramu .....	18
9.1	Základní charakteristiky programu .....	18
9.2	Technický scénář .....	18
10.	Diskuse .....	21
11.	Závěr .....	23
12.	Resumé .....	24
12.1	Česky .....	24
12.2	English .....	24
12.3	Deutsch .....	24
13.	Seznam použité literatury .....	25
14.	Seznam příloh .....	26

# 1. ÚVOD

Házená se řadí mezi kolektivní míčové sporty, které se největší oblíbenosti těší zejména v Evropě a slušně se prosazuje i v Asii. Patrně nejlepší klubová soutěž je německá Bundesliga, kde se prosazuje již i mnoho českých krajánků. Velké oblibě se těší též ve Španělsku a Francii. V bývalém Československu jsme patřili ke špičkám v tomto sportu, ale bohužel, již delší dobu marně čekáme na větší úspěch našich sportovců v tomto odvětví.

Házená jako sport se stejně jako i ostatní sporty zrychluje a stává se stále dynamičtější a tvrdší hrou. S tím souvisí i větší počet vylučovaných hráčů, z kterého plyne zásadní aspekt hry, kterým je přesilová hra. Tato situace bohužel nebývá vždy využita dle očekávání a naopak tým v početní převaze místo toho, aby úspěšným zakončením změnil stav utkání ve svůj prospěch nebo ukrojil náskok soupeře, tak naopak gól inkasuje. Nezdědka se to stává i na extraligové úrovni, z čehož vychází podnět pro moji práci.

V níže zpracovaném materiálu je několik ukázek herních kombinací, které řeší tuto situaci. Tato cvičení mohou sloužit přímo pro užitek nebo jako inspirace pro podobnou kombinaci. Kombinace jsou nastíněny přehlednou animací a poté názorně předvedeny ze dvou úhlů pohledu. Každá kombinace je popsána a jsou uvedeny důležité činnosti jednotlivých hráčů. Kombinace jsou různě náročné.

Videoprogram vznikl za podpory juniorky, starších dorostenců a extraligového týmu SSK Talent Plzeň a s pomocí trenéra současné reprezentace ČR pana Vladimíra Habera.

Věřím, že tato práce najde své uplatnění a poslouží jako inspirace pro řešení hry v početní převaze.

## **2. CÍLE A ÚKOLY PRÁCE**

### **2.1 Cíl**

Cíl práce je sestavit a ověřit zásobník útočných herních kombinací při početní výhodě a na základě toho vytvořit přehledný videoprogram.

### **2.2 Úkoly**

- Vytvořit zásobník kombinací
- Ověřit herní kombinace v praxi v průběhu sezóny 2012 – 2013
- Příprava videotechniky
- Natočení videomateriálu
- Střih a zpracování natočeného materiálu
- Vytvoření teoretické části práce

### 3. VÝVOJ A HISTORIE HÁZENÉ

Jako první obdobu současné házené můžeme považovat hru Holgera Nielsena Haandbold, kterou začal vyučovat na ordrupském gymnáziu v roce 1898. Haandbold si získával rychle popularitu a šířil se po Dánsku. Haandboldový svaz byl založen již roku 1904 jeho činností bylo organizování pravidelných soutěží. V roce 1906 se vydala pravidla v tištěné formě a dle nich se začalo hrát v celém Dánsku.

Jako druhá odnož dnešní házené může být brána švédská obdoba s názvem handboll. V počátcích se rovněž hrála na školách, ale převážně v halách. Proto byly upraveny rozměry hřiště. Premiérové utkání v Handbollu odehráli roku 1907 žáci námořních škol v Karlskronu.

Mezinárodním milníkem pro rozvoj házené se stal rok 1934, ve kterém na třetím kongresu Mezinárodní amatérské házenkářské federace IAHF byla uznána skandinávská pravidla. To celé vyústilo v Berlíně roku 1938, kdy se uskutečnilo první mužské mistrovství světa. Mistrovství se účastnila čtyři mužstva a hrálo se systémem každý s každým. Hrací doba byla poloviční co dnes, tzn. hrálo se pouze dva poločasy po 15ti minutách.

V poválečné Evropě se dalším důležitým milníkem stal rok 1946., Tehdy se v Kodani založila Mezinárodní házenkářská federace IHF. Mezi 8 zakládajícími členy dominovaly skandinávské země, které tvořily celou polovinu. Od toho se odvodilo umístění sídla IHF do Švédska. Po Švédsku se sídlem pro IHF stalo Švýcarsko , konkrétně Basilej.

Historii mistrovství světa tak datujeme na konec padesátých let. Byla pořádána každé 3 roky jak pro mužskou tak ženskou kategorii. Na olympijské hry se premiérově házená dostala v roce 1972. Ženy si musely počkat o jeden olympijský cyklus déle. Každý sudý rok se tedy hraje buď Mistrovství světa nebo Olympijský turnaj.

Na klubové úrovni se první utkání v Čechách konalo 30.listopadu 1947.Pořádalo se zásluhou J.Radotínského. Ten poznal házenou během svého vysokoškolského zájezdu ve Francii v létě téhož roku. První soutěžní ročník v házené se jak pro muže tak pro ženy konal roku 1950.Díky vzniku společného řídicího orgánu jak pro handball, národní házenou i házenou byl stanoven zákaz hraní házené v letních měsících. Házená měla mít funkci doplňkového sportu v zimě. Ústředí se snažilo tlačit házenkářské kluby, aby přihlásily své týmy do soutěží v české házené. Nerušený vývoj bez omezení tak pokračoval od roku 1952, kdy vznikla sekce výboru jen pro házenou.

Největšími úspěchy na reprezentační úrovni se řadí zlatá medaile žen z MS v roce 1957. Muži na tento kousek kovu museli čekat o 10 let déle. Stříbrnou medaili mají ženy z roku 1986, kdy ve finálovém utkání nestačily na výběr SSSR. Muži přivezli stříbrnou

medaili z nechvalně známé olympiády v Mnichově. Na klubové úrovni největších úspěchů dosáhla Dukla Praha, která zvítězila v Poháru mistrů celkem 3x. Stejnou soutěž vyhrály i ženy Spartaku Praha, které ho vyhrály jednou.

(Jančálek,1989, s.16-17)



## 4. HERNÍ ČINNOSTI JEDNOTLIVCE – ÚTOČNÉ

### 4.1.1 Zaujímání útočného postavení

Cílem je zaujetí co nejvýhodnější a včasné postavení pro útočnou činnost. Útočné postavení každého hráče je určené jeho funkcí, kterou musí zastat ve vybraném útočném systému hry svého týmu. Rychlý přechod z obranné činnosti na útočnou polovinu hřiště a navazujícího zaujetí útočných rolí hráčů ve funkci křídel a pivotmana vytváří složitější situaci soupeři pro zkonsolidování obrany a dává tím větší naději na vstřelení jednodušší branky. Formování útočného postavení při rychlém útoku klade zvýšené nároky na rychlost startu a změn směru běhu. Priorita je, aby hráč byl připraven převzít přihrávku v každé chvíli během zaujímání útočného postavení.

(Jančálek, 1989, s. 46)

### 4.1.2 Uvolňování hráče bez míče

Cíl této činnosti je odpoutání se od obrany soupeře, pro co nejbezpečnější převzetí přihrávky od spoluhráče a pro získání místa, co nejvhodnějšího, pro střelecké postavení. Úspěšné uvolnění útočníka zakončené převzetím přihrávky, zpravidla ve výhodném střeleckém postavení a v pravý čas, vyžaduje rychlost, rozhodnost, správnou techniku pohybu spolu se správným a vhodným čtením herních situací a možností, které může spoluhráč s míčem vytvořit. Pokud se útočník uvolňuje bez míče příliš brzy nebo do místa, kde by se eventuálně mohl prosadit spoluhráč s míčem, není tato činnost vhodná, a naopak může působit kontraproduktivně a mít za výsledek zhoršení pozice pro hráče s míčem. Zaujetí vhodného postavení pro uvolnění útočníka bez míče je primární podmínkou úspěšnosti. Na postavenou zformovanou obranu se hráč bez míče snaží uvolnit několika druhy pohybu *zabíhání* – probíhá-li uvolnění útočníka do postavení za obránce; *vbíhání* – útočník se pokouší uvolnit přímým během do mezery mezi obránci kolmo na brankoviště; *přebíhání* – útočník bez míče směřuje svůj pohyb napříč hřiště (podél čáry volného hodu);

*vybíhání* – nabízí-li se útočník pohybem z obranné formace soupeře směrem k vlastnímu brankovišti, pro chycení přihrávky od spoluhráče, který je tísněn; *odbíhání* – uvolňuje-li se útočník směrem od spoluhráče s míčem; *nabíhání* – nejčastější a nejužívanější způsob, kdy hráč směřuje kolmo k brance soupeře. Důležitou součástí uvolňování útočníka bez míče jsou činnosti, které vedou ke klamání soupeře. Tyto činnosti slouží k tomu, aby co nejvíce ztížily obránci předvídat činnost útočníka. Mezi klamavou činností před uvolňováním

útočníka bez míče slouží náznaky startu, náznaky úniku do klamného směru, náznaky změny směru aj.

(Jančálek, 1989, s.46)

### **4.1.3 Uvolňování hráče s míčem**

Hráč s míčem má za prioritní úkol získat takové postavení, aby mohl sám zakončit nebo přihrát lépe postavenému spoluhráči, kterému vytvořil pozici. Tím, že navázal na sebe jednoho či více obránců. Hráč s míčem má několik možností uvolnění. Obrátka bývá nejčastěji využívána nejčastěji hráči v pivotu nebo na postu. Využití tohoto druhu uvolnění právě těmito hráči se odvíjí od jejich postavení, které je zády nebo bokem k soupeřově brance. Výskokem se obvykle ukončuje předešlá činnost jako dvojtakt, trojtakt, čtyřtakt nebo již po zmíněné obrátce. Házenkáři nejčastěji využívají odraz jednož přičemž praváci se odráží z levé nohy a leváci naopak z pravé. Situace, kdy hráč zakončuje výskokem nad brankoviště, se v házené označuje jako náskok. Posledním způsobem uvolnění je výskok. Ten by měl být dynamický, rychlý a nečekaný. (snížit počet rozběhových kroků)

(Jančálek, 1989, s.46)

## 5. ÚTOČNÉ HERNÍ KOMBINACE

Útočné herní kombinace se dají nejjednodušeji rozdělit na kombinace s míčem a bez míče. Přitom stále platí, dle jednoty a celku provázanosti, jakmile jeden hráč ze skupiny, která hraje danou kombinaci, je v držení míče, pak všichni kdo se účastní kombinace kontrolují míč. Tím je tedy daná herní kombinace řazena do herních kombinací s míčem. Dalším dělením útočných kombinací je dle toho ve které fázi útoku nebo přechodu jsou realizovány. Útočné herní kombinace se skládají jak z herních kombinací s míčem, tak z útočných kombinací bez míče..

Systematičnost utřídění útočných kombinací je dána rozdělením na jednotky a dílčí sekvence součinnosti. Tyto jednotky označujeme za základní útočné kombinace. Jedná se pouze o nejjednodušší případy spolupráce dvojice útočníků. Obsahem útočných kombinací je souhrn všech herních a technických i fyzických činností jednotlivce. Forma je tvořena uspořádáním podstatných prvků těchto herních činností. Způsob a obsah jsou dány většinou taktickým záměrem. Podle různé taktiky, a tím i markantních rozdílů v obsahu a formě, rozlišujeme čtyři nejjednodušší typy útočných kombinací. Jedná se o základní útočné kombinace založené na *přihrávání* – hráč se snaží přihrát lépe postavenému hráči. *Odlákávání* – při tom se hráč snaží vázat obránce svým pohybem a vytvořit tak prostor pro svého spoluhráče. *Přebíhání* – při něm se útočník snaží narušit kompatibilitu obrany a narušit její celistvost. *Clonění* – nejčastěji provádí pivotman, snaží se zamezit pohybu obránci v pohybu proti útočníkovi nebo vytvořit prostor pro sebe nebo jiný záběh. Souvislá spolupráce s využitím přihrávání, clonění, odlákávání, přebíhání se provádí jak s míčem tak bez míče. Tyto základní jednoduché kombinace se v utkání nevyskytují izolovaně. Při řešení konkrétních herních situací nelze sehrát jen jednu ze základních útočných kombinací. Z toho vznikají složitější herní situace, ve kterých jsou jasně vymezeny a propojeny. Těmto celkům říkáme útočné kombinace vyššího řádu. Útočné kombinace vyššího řádu se skládají minimálně ze dvou elementárních útočných kombinací. Do útočných kombinací vyššího řádu se tedy zapojuje činnost dvojic a většího počtu hráčů.

Pro praktické využití rozdělujeme útočné kombinace vyššího řádu dle:

- Taktického záměru
- Počtu zúčastněných hráčů a funkce zakončujícího hráče
- Početního poměru útočníků a obránců

(Jančálek, 1989, s.70 – 71)

## 6. KOMBINACE NA SIGNÁL

Problematika nácvičku a zdokonalování kombinací na signál a jejich praktické využití v průběhu utkání se viditelně projevují všechny nedostatky o co nejlepší spojení zautomatizované a kreativní hry. Kombinací na signál (KNS) . Realizace této KNS může probíhat pouze v dané typové herní situaci, která se vyvíjí standartně.

Cílem téměř všech KNS je snaha o vytvoření co nejlepší a nejjednodušší pozice pro zakončujícího hráče. Z herního hlediska vyplývá, že největší nevýhodou nacvičených KNS je v tom, že se dají zahrát pouze na určitou danou herní situaci. Dojde-li ke změně této situace nebo k nestandardnímu vývoji celé situace, bývá kombinace zbytečná nebo neúspěšná. Nejčastěji k těmto situacím dochází z těchto důvodů:

- Soupeř reaguje na KNS nepředvídaným způsobem. Herní situace se „netypicky“ vyvíjí
- Soupeř hraje v obraně systém, proti němuž nelze danou KNS použít. Potřebná herní situace nevznikne
- Soupeř KNS zná a kombinaci narušil
- Některý hráč nesplnil správně svůj úkol v KNS
- Není na hřišti některý z hráčů, kteří KNS nacvičovali

Úspěšná realizace KNS v průběhu utkání často nemá takový úspěch a význam na úkor času, který se věnuje jejímu nácvičku. Složitější KNS vyžadují zdlohavější a složitý nácviček, přičemž výsledek často nemá odpovídající hodnotu.

Moderní trenéři se snaží použít KNS flexibilně a nechávají v těchto kombinacích místo pro vlastní iniciativu a možnost řešení na jednotlivých hráčích. Rovněž jsou tyto kombinace nacvičovány ve více obměnách s více možnostmi dohrání. Tyto kombinace jsou svým charakterem na rozhraní kombinací na signál a vlastními kombinacemi. Zejména u jednodušších variačních KNS můžeme najít určité rysy, které by se daly hodnotit v určité fázi jako vlastní kombinaci.

(Jančálek, 1989, s. 72-73)

## 7. ÚTOČNÉ SYSTÉMY

Při početní převaze se nejčastěji hraje na postavenou zorganizovanou obranu, čili se jedná o postupný útok. Postupný útok je definován jako útok, při kterém družstvo se přesouvá optimální rychlostí do střeleckých prostorů u branky soupeře. Poté se snaží pomocí domluvených kombinací překonat postavenou obranu. Cílem je obranu rozpohybovat, vymanévrovat, roztáhnout hru nebo vytáhnout obrannou formaci. V postupném útoku jsou házenkáři v základním rozestavení ve dvou útočných řadách. Jednu řadu tvoří pivoti a křídla, druhou spojky.

Nejčastěji se využívají dva druhy útoku. Buďto poziční útočný systém s jedním pivotem nebo postem. Pivot se pohybuje v obranné formaci soupeře. Tu se snaží narušovat, vytvářet místo pro spojky a čekat přihrávku od spoluhráče. Nejdůležitějším úkolem pivota je boj o místo. Je důležité, aby navázal nebo zablokoval hráče a tím dal možnost pro uvolnění svému spoluhráči. Systém s jedním postem se při přesilových hrách příliš nevyužívá, neboť svým postavením na čáře volného hodů není pro tým užitečný. Druhou formou útoku je cirkulační. Ten vychází v podstatě z pozičního (to je s jedním pivotem v obraně), ale po přípravné kombinaci nebo v rámci přípravné kombinace vbíhá druhý pivot do obrany soupeře. Tím se snaží narušit kompaktnost a organizaci obrany.

Při početní výhodě se družstvo snaží vytvořit prostor pro volnou střelbu z naskoku nejlépe na středu brankoviště.

(Jančálek, 1989, s.81-84)

## 8. POPIS KOMBINACÍ

### 8.1 Akce č.1 „Hamburk“

Cílem této přesilové kombinace je uvolnění prostoru na středu brankoviště, ve kterém zakončuje zaběhnuvší střední spojka.

Kombinace začíná standardní obehávkou všech hráčů. Postavení pivota začíná u bránící pravé spojky. Akci začíná střední spojka svým záběhem do druhé pivota. Jeho postavení je mezi svým pivotem a bránícím středním hráčem. Míč pokračuje do levé spojky a do levého křídla. Levé křídlo provádí uvolnění mezi první dva obránce a přihrává levé spojce. Levá spojka značí střelbu a dává dlouhou přihrávku na pravou spojku. Ve stejný okamžik se trhá původní pivot směrem za míčem a váže svého obránce s sebou. Pravá spojka kolmým náběhem na bránící levou spojku poutá pozornost a přihrává do prostoru sedmimetrového hodu. Zde zůstává zcela volný zaběhnutý pivot, který má dostatečný prostor pro zakončení. Kombinaci lze pochopitelně hrát i z opačné strany. Pokud bude na pravé spojce pravák může hrozit vypíchnutí dlouhé přihrávky.

Jako další alternativa dohrání se nejčastěji stávala situace kdy, střední obránce zůstal u druhého pivota a nereagoval na přeběh. V tomto případě pravá spojka po náznaku střely okamžitě dává přihrávku přeběhnutému pivotu, který zůstane nebráněn. Jiná varianta se v podstatě nevyskytla. Tato kombinace byla jedna z nejúspěšnějších, neboť není složitá a má snadné dohrání do výhodné pozice. Není ani složitá na natrénování. Klíčový moment je odpoutání a navázání přebíhajícího pivota svého obránce. Tento přeběh musí být věrohodný a správně načasovaný. Dále pravá spojka musí dát vhodnou přihrávku na střed. Ideálně přihrávku klepnutím.

### 8.2 Akce č. 2 „Očko“

Tato kombinace se snaží připravit střelecký prostor pod druhým levým respektive pravým obráncem podle strany hraní kombinace. I v tomto případě zakončuje střední spojka po svém záběhu.

Postavení pivota je na začátku kombinace u mezi bránící dvojkou a trojkou na straně, kde se bude kombinace dohrávat. Kombinace obvykle začíná obeháním míče dokola. Akci začíná střední spojka tím, že odehraje pravé spojce a sbíhá k pravé bránící dvojce. Pravá spojka vrací dlouhou přihrávku na levou spojku. Ta najíždí kolmo na seběhnuvší střední spojku, naznačuje střelbu a dává dlouhou přihrávku opět na pravou spojku. Ve stejný okamžik

se zaběhnutá střední spojka uvolňuje kolem clonícího pivota oběhem pod druhého pravého obránce, který je vázán náběhem a náznakem střelby pravé útočící spojky. Ta místo střelby nahrává střední spojce a ta zakončuje náskokem nad brankoviště. Křídla zaujmají postavení v rozích hřiště, aby co nejvíce roztáhli hru a znesnadnili obráncům jejich činnost. Důležité okamžiky v této kombinaci jsou důkladné odclonění pivotmanem středního bránícího, dále správný timing přeběhu střední spojky do prostoru zakončení. Největší riziko výskytu technické chyby je u dlouhých přihrávek mezi krajními spojkami. Rovněž každá musí svým náběhem umožnit spoluhráči nabrání hloubky a času na opětovný náběh.

Při hraní tohoto signálu z druhé strany, pokud je střední spojka pravák, je lehce nevýhodné, že zakončení vychází do odskoku přes ruku.

Další možnosti dohrání jsou nasnadě. Pokud bránící hráč na pozici pravé dvojky přečte hru a zůstane na šestce a přebere přeběhnutou střední spojku, levá spojka jde automaticky do střelby. Další možnost je, že bránící dvojka opět zůstane na čáře a odbrání sběhnutou spojku, zároveň však bránící jednička vyrazí a zkusí bránit nabíhající spojku. V tomto případě spojka dohrává do pravého křídla, které má v podstatě spojkový úhel pro zakončení. Dále je možnost vrátit míč levé spojce a pokračovat ve hře na dva pivoty. Tato kombinace má výhodu v tom, že navazuje na běžně hrané signály, které se obvykle aplikují na obranu 1:5. Což jsou kombinace se seběhnutou střední spojkou. I tato kombinace byla úspěšná. Výhodou „Očka“ je více variant zakončení. Tím pádem, i když soupeř věděl jaká kombinace se bude hrát, nedokázal vždy pokrýt veškeré varianty dohrání. Při nácviku klademe důraz na načasování oběhu a kolmých náběhů krajních spojek.

### **8.3 Akce č. 3 „Očko s“**

Jak již z názvu vypovídá jedná se o podobnou kombinaci jako je „Očko“. Postavení pivota je tedy identické jakou „Očka“. I zde začíná akce tím, že se míč dostane od křídla do křídla. Změna oproti předchozí akci je hned v úvodu, kde střední spojka sbíhá s míčem na bránící pravou dvojku, staví odblok, a přihrává nabíhající levé spojce. Ta značí střelbu a dává dlouhý balon na pravou spojku. Ve stejný okamžik střední spojka se trhá od hráče, které zaclonila a běží opět kolem pivota pod pravou spojku. Zde už jsou varianty dohrání stejné jako u „Očka“. Obměna může být taková, že levá spojka může zakončovat hned přes odblok střední spojky.

Tato kombinace slouží zejména v situacích kdy je již normální „Očko“ očekávané. Začátek kombinace naruší participaci obrany a vytvoří nové herní situace. Je vhodné tyto

kombinace nacvičovat spolu, aby hráči mohli navázat na pohyb střední spojky dostatečně rychle a v dostatečné kvalitě.

#### **8.4 Akce č. 4 „Péčko“**

I v této akci bude zakončovat střední spojka v prostoru pod pravou spojkou. Tradiční začátek obeháním dokola. Po přihrávce od levé spojky zabíhá střední spojka k bránící pravé dvojce. Pivot začíná postavením u bránící trojky. Pravá spojka si narazí o pravé křídlo a přenáší hru na levou stranu. Levá spojka nabíhá na cloněného obránce a přihrává do křídla. Křídlo najede na svého obránce vrací levé spojce, která mezitím vycouvá a může jít znovu do náběhu. Tato výměna proběhne ještě jednou. Vážeme tím obranu a připravujeme pozici na druhé straně. Při druhém náběhu spojka se snaží navázat svým pohybem druhého obránce a přihrává na pravou spojkou. V tuto chvíli se zaběhnutý „středák“ odpoutává a provádí oběh kolem clonícího pivota a dostává míč od pravé spojky, která svým pohybem poutá svého obránce a tím vytvoří místo „středákovi“ pro zakončení.

Zde je mnoho variant alternativního zakončení. Pokud se obránce nedostatečně nebo špatně vysune k levé spojce může jít přes něj do zakončení. Nebo pokud se bránící křídlo přisune na pomoc druhému krajnímu obránci tak je možnost dohrání a střelby z levého křídla. Další možností je, že se obránce nevysune na pravou spojkou. V tomto případě jde spojka do střelby rovnou z náběhu. Rovněž tuto kombinaci můžeme hrát z druhé strany, ale podmínkou je že na pravé spojce i křídle je levák.

#### **8.5 Akce č. 5 „Vrácená“**

Tuto akci zakončuje levá spojka na středu brankoviště. Obehání míče dokola je začátek i zde. Výchozí pozice pivota je u bránícího středního obránce. Akci začíná levé křídlo L únikem mezi prvního a druhého obránce. Přihrávku směřuje levé spojce, která nejde do náběhu a rovnou přihrává střední spojce. Ta směřuje svůj náběh na prostředního obránce jde do věrohodného náznaku střelby. V tu chvíli pivot odšlapuje druhého obránce a mezi vysunutého středního obránce a odstaveného druhé obránce nabíhá levá spojka, která dostává vrácenou přihrávku od střední spojky. Zde je vytvořen dostatečný prostor pro proskok a následné zakončení.

Jiné varianty zakončení jsou závislé na činnosti obrany. Pokud druhý obránce se dostane přes clonu na nabíhající spojku, ta shazuje právě na uvolněného pivota. Kdyby se na něho ještě dostalo bránící křídlo, pivot jenom posune míč do křídla a to má spojkový úhel pro zakončení.



Tato kombinace je hůře hratelný na druhou stranu, neboť střední spojka, pokud je pravák, má stížený náznak a dohrání doprava. Naopak pozitivum této kombinace je, že se dá sehrát v časové tísní, neboť jde v podstatě o 3 přihrávky. Tato kombinace byla nejvíce úspěšná v dorostenecké kategorii, kde hráči ještě neumí tolik předvídat a číst hru. Rovněž nácvik této kombinace je snadný, klíčové místo je ve správném načasování a provedení odbloku od pivota.

## **8.6 Akce č. 6 „Dlouhá vpravo“**

Tuto kombinaci zakončuje pravá nebo levá spojka, záleží ze které strany jí hrajeme. Pivota má postavení mezi druhým a prvním obráncem, spíše u druhého. Akce začíná pohybem křídla s míčem ven ze hřiště, přihrává levé spojce, která směřuje svůj pohyb mezi jedničku a dvojku, čímž také stahuje obranu k jedné straně. Střední spojka následuje pohybem své spoluhráče a nutí obranu posunout se k jedné straně. Pivota zůstává na opačné a odblokovává posledního obránce. Střední spojka dává dlouhou přihrávku nabíhající pravé spojce, která má dostatečný prostor pro zakončení. Zde se vyskytovaly nejčastěji dvě možné alternace. První, že obránce nepřistoupil ke střední spojce, ta dala dál, a celá akce se zakončila v křídle. Nebo obránce přešel přes pivota, čímž se ovšem on uvolnil a mohl zakončovat po shozu od pravé spojky. Kombinace vhodná pro hraní z obou stran.

## **8.7 Akce č. 7 „Květák“**

Tato akce končí zakončením pivota. Jeho postavení je u druhého krajního obránce. Akci zahajuje po obehání míčem kolem střední spojky křížem s pravou spojku. Pravá spojka směřuje svůj náběh na druhého obránce zprava a přihrává levé spojce. Ta nabíhá na druhého obránce zleva a svým pohybem ho odlákává více doprava. Po náznaku střelby dohrává do pivota, který se trhá od bránícího křídla a zakončuje z prostoru brankoviště na levé spojce.

Pokud by obránce stihl pohyb pivota kopírovat, spojka dohrává do levého křídla, které má volnou půlku brankoviště. Pokud by se druhý obránce nevysunul na levou spojku, ta střílí ze středu brankoviště. Zde je nejdůležitější, aby pivot dokázal udržet bránící křídlo za sebou. Rovněž tato kombinace může být hrána z obou stran.

## 9. TVORBA VIDEOPROGRAMU

### 9.1 Základní charakteristiky programu

- Titul: Útočné kombinace v početní výhodě v házené
- Název cyklu: Házená
- Obor: Tělesná výchova
- Stručná anotace: program je určen pro potřeby trenérů pokročilejších kategorií na úrovni staršího dorostu a mužů. Dále pak pro studenty tělovýchovných oborů.
- Rok vzniku: 2013
- Jazyková verze: česká
- Délka programu: 10:31,36 min
- Druh a formát záznamu: barevný, DVD, .avi
- Zvuk: stereo
- Hudba: Joe Satriani: Borg Sex
- Pracoviště vzniku: Václavská 6 Plzeň 312 00
- Odborný poradce: PaedDr. Tomáš Klobouk, CSc.
- Scénář: Jiří Sedláček
- Kamera: Jiří Sedláček
- Střih: Jiří Sedláček
- Režie: Jiří Sedláček
- Účinkující: Jiří Jedlička, Jiří Fořt, David Voves, Karel Šmíd, Lukáš Hurt, Miroslav Skočil, Stefan Bajič Karel Květoň, Jan Čiviš, Adam Langer, David Černý, Jakub Tonar
- Produkce: Athlon 64X 2, digitální videokamera Sony 23VT587

### 9.2 Technický scénář

Jméno	Trvání	Start
Titulek: 'Still381a4800'	0:00:04.00	0:00:00.00
Titulek: 'Still6bde76b3'	0:00:04.00	0:00:04.00
Video klip: '1 [13:11.11]'	0:00:14.14	0:00:08.00
Video klip: 'Hamburk_1H_ok_střed střelí M2u01584 [4:17.11]'	0:00:09.12	0:00:22.14
Zvukový klip: 'Hamburk_1H_ok_střed střelí M2u01584'	0:00:09.12	0:00:22.14

<b>Jméno</b>	<b>Trvání</b>	<b>Start</b>
[4:17.11']		
Video klip: 'Hamburk_1Z_ok_střed střelí M2u01570 [4:26.23]'	0:00:13.08	0:00:32.01
Zvukový klip: 'Hamburk_1Z_ok_střed střelí M2u01570 [4:26.23]'	0:00:13.08	0:00:32.01
Titulek: 'Kombinace č. 1 Hamburk'	0:00:04.00	0:00:45.09
Video klip: '2 [13:26.00]'	0:00:18.18	0:00:49.09
Video klip: 'Ocko_2H_ok M2u01596 [5:17.08]'	0:00:15.18	0:01:08.02
Zvukový klip: 'Ocko_2H_ok M2u01596 [5:17.08]'	0:00:15.18	0:01:08.02
Video klip: 'Ocko_2Z_ok_M2u01577 [5:33.01]'	0:00:11.22	0:01:23.20
Zvukový klip: 'Ocko_2Z_ok_M2u01577 [5:33.01]'	0:00:11.22	0:01:23.20
Titulek: 'Kombinace č. 1 Hamburk'	0:00:04.00	0:01:35.17
Video klip: '3 [13:44.18]'	0:00:14.04	0:01:39.17
Video klip: 'Ocko_s_3H_ok_M2u01582 [3:41.20]'	0:00:12.09	0:01:53.21
Zvukový klip: 'Ocko_s_3H_ok_M2u01582 [3:41.20]'	0:00:12.09	0:01:53.21
Video klip: 'Ocko_s_3z_ok_M2u01575 [5:08.08]'	0:00:09.00	0:02:06.05
Zvukový klip: 'Ocko_s_3z_ok_M2u01575 [5:08.08]'	0:00:09.00	0:02:06.05
Titulek: 'Kombinace č. 1 Hamburk'	0:00:04.00	0:02:15.05
Video klip: '5 [12:39.03]'	0:00:14.04	0:02:19.05
Video klip: 'Pecko_5H_ok_M2u01588 [5:44.23]'	0:00:21.24	0:02:33.09
Zvukový klip: 'Pecko_5H_ok_M2u01588 [5:44.23]'	0:00:21.24	0:02:33.09
Video klip: 'Pecko_5Z_ok M2u01592 [6:06.22]'	0:00:18.23	0:02:55.08
Zvukový klip: 'Pecko_5Z_ok M2u01592 [6:06.22]'	0:00:18.23	0:02:55.08
Titulek: 'Kombinace č. 1 Hamburk'	0:00:04.00	0:03:14.06
Video klip: '4 [14:00.22]'	0:00:15.18	0:03:18.06
Video klip: 'Vracena_4H_ok_M2u01580 [6:25.24]'	0:00:10.09	0:03:33.24
Zvukový klip: 'Vracena_4H_ok_M2u01580 [6:25.24]'	0:00:10.09	0:03:33.24
Video klip: 'Vrácená_4Z_ok_M2u01579 [6:36.10]'	0:00:07.14	0:03:44.08
Zvukový klip: 'Vrácená_4Z_ok_M2u01579 [6:36.10]'	0:00:07.14	0:03:44.08
Titulek: 'Kombinace č. 1 Hamburk'	0:00:04.00	0:03:51.22
Video klip: '6 [12:22.24]'	0:00:16.04	0:03:55.22
Video klip: 'Dlouha vpravo_H_M2u01601 [3:54.04]'	0:00:12.09	0:04:12.01
Zvukový klip: 'Dlouha vpravo_H_M2u01601 [3:54.04]'	0:00:12.09	0:04:12.01
Video klip: 'Dlouha vpravo_Z_M2u01613 [4:06.13]'	0:00:10.23	0:04:24.10
Zvukový klip: 'Dlouha vpravo_Z_M2u01613 [4:06.13]'	0:00:10.23	0:04:24.10
Titulek: 'Kombinace č. 1 Hamburk'	0:00:04.00	0:04:35.08
Video klip: '7 [12:55.07]'	0:00:14.04	0:04:39.08
Video klip: 'Kvetak_H_M2u01612 [4:40.06]'	0:00:11.19	0:04:53.12
Zvukový klip: 'Kvetak_H_M2u01612 [4:40.06]'	0:00:11.19	0:04:53.12
Video klip: 'Kvetak_Z_M2u01614 [4:52.03]'	0:00:16.05	0:05:05.06

<b>Jméno</b>	<b>Trvání</b>	<b>Start</b>
Zvukový klip: 'Kvetak_Z_M2u01614 [4:52.03]'	0:00:16.05	0:05:05.06
Titulek: '_x0001'	0:00:04.00	0:05:21.11
Titulek: 'Titulek 1 - Režie'	0:00:09.00	0:05:25.11
Video klip: 'M2U01615 [7:52.06]'	0:00:31.07	0:05:34.11
Zvukový klip: 'M2U01615 [7:52.06]'	0:00:31.07	0:05:34.11
Titulek: 'Titulek 1 - Režie'	0:00:04.00	0:06:05.18
Video klip: 'M2U01616 [9:17.09]'	0:00:36.09	0:06:09.18
Zvukový klip: 'M2U01616 [9:17.09]'	0:00:36.09	0:06:09.18
Titulek: 'Titulek 1 - Režie'	0:00:04.00	0:06:46.02
Video klip: 'M2U01617 [9:55.03]'	0:01:05.15	0:06:50.02
Zvukový klip: 'M2U01617 [9:55.03]'	0:01:05.15	0:06:50.02
Titulek: 'Titulek 1 - Režie'	0:00:04.00	0:07:55.17
Video klip: 'M2U01618 [11:00.18]'	0:00:34.06	0:07:59.17
Zvukový klip: 'M2U01618 [11:00.18]'	0:00:34.06	0:07:59.17
Titulek: 'Titulek 1 - Režie'	0:00:04.00	0:08:33.23
Video klip: 'M2U01620 [11:36.14]'	0:00:46.10	0:08:37.23
Zvukový klip: 'M2U01620 [11:36.14]'	0:00:46.10	0:08:37.23
Titulek: 'Titulek 1 - Režie'	0:00:04.00	0:09:24.08
Video klip: 'I_6_M2u01621 [8:24.18]'	0:00:52.16	0:09:28.08
Zvukový klip: 'I_6_M2u01621 [8:24.18]'	0:00:52.16	0:09:28.08
Titulek: 'Titulek 1 - Režie'	0:00:05.00	0:10:20.24
Titulek: 'Titulek 1 - Režie'	0:00:04.00	0:10:31.36

## 10. DISKUSE

Samotný výběr kombinací následoval po přečtení uvedené literatury a konzultaci s trenéry.

Z širšího výběru kombinací jsme vybraly takové, které se zdály nejvýhodnější z hlediska natrénovatelnosti, složitosti a možnostech maximálního využití ve hře.

S nácvikem daných kombinací jsme po domluvě s trenéry začali již v letní přípravě, aby byla možnost sehrát je již v přípravných zápasech a případně je změnit.

Nácviku se obvykle věnovala minimálně půl hodina tréninkové jednotky týdně. Nácvik nejprve probíhal bez obrany, aby hráči získali jistotu v prováděných pohybech. Dále následoval nácvik na pasivní a konečně na zcela aktivní obranu. Při nácviku bylo nejtěžší správné načasování náběhů a kvalita přihrávek.

Extraliga	2011/2012	2012/2013
Branek celkem	555	547
Branek v PH	155	170
% branek v PH z celkového počtu	28	31

Druhá liga	2011/2012	2012/2013
Branek celkem	481	453
Branek v PH	58	64
% branek v PH z celkové počtu	12	14

1.liga staršího dorostu	2011/2012	2012/2013
Branek celkem	593	481
Branek v PH	88	99
% branek v PH z celkového počtu	15	20

Pro lehký nástin ověření zde uvádím počty branek a poměr vstřelených branek v početních výhodách. Nelze však říci, že lehký pokrok je pouze odrazem většího nácviku těchto situací. Spolupodílí se rovněž sehranost týmu, aktuální forma, psychika, zranění a jiné faktory.

Obstaral jsem si tudíž kameru a stativ a po domluvě s trenérem Haberem jsem dostal vyhrazený čas na natáčení při tréninku. Natáčení probíhalo v obou halách, ve kterých trénujeme, tj. jak v hala Lokomotivy tak v hale při 31.ZŠ. Při samotném natáčení bylo nejtěžší vybrat samotné místo pro umístění kamery. Jako aktéři tedy posloužili hráči juniorky a dorostu Talentu Plzeň. Samotný průběh natáčení byl v podstatě bez větších problémů. Natočený materiál byl zpracován v programu Movie Maker. Animace jsou dělané v programu Macromedia Flash MX 2400.

## 11. ZÁVĚR

Během shánění podkladů a materiálů k mé práci jsem zjistil, že práce, které se věnují přesilovým hrám v házené nejsou téměř žádné(zmiňuje se o nich Jančálek jedním odstavcem v knize Teorie a didaktika z roku 1989 a rovněž jedním odstavcem Šafaříková v Malé škole házené 1986). Jak z hlediska taktického tak praktického. S tím souvisela trochu náročnější práce s teoretickou částí.

Nejvíce času zabere práce s natočeným materiálem jeho střih úpravy. Natáčení bylo zajímavé, ačkoli některé záběry se musely ještě dotáčet z různých důvodů.(špatná přihrávka,nezpracovaný míč, otřes kamery)

Tato práce by měla sloužit trenérům na střední a vyšší úrovni jako inspirace nebo jako pomůcka. Rovněž může sloužit studentům, kteří by chtěli dělat práci na podobné téma.

## **12. RESUMÉ**

### **12.1 Český**

Házená se řadí mezi kolektivní sporty, které se zejména v Evropských zemích těší velké popularitě. V Německu je to druhý nejoblíbenější sport po fotbalu a divácká návštěvnost tomu dává za pravdu. Navzdory tomu musí házená nyní soutěžit jak o zájem mladých, tak i o prostor v TV zejména s florballem.

V současnosti se tématu házenkářských přesilových her věnuje velmi málo pozornosti i materiálu. Mojí snahou bylo tedy vytvořit specifický soubor, který se věnuje čistě těmto situacím v házené.

### **12.2 English**

Handball ranks among such team sports which are very popular, especially in/across European countries. As a matter of fact, handball is the second most popular sport with the exception of football in Germany and spectator attendances confirm this assertion. On the other hand, handball is made to attempt to gain/win favour with young people and it also rivals floorball for more space on TV.

Nowadays only little attention and few materials are dedicated to the topic dealing with handball powerplay.

My endeavour was/has been to make a specific document/file/folder which deals only with these situations in handball.

### **12.3 Deutsch**

Der Handball gehört zu den kollektiven Sporten, die vor allem in den europäischen Ländern sehr populär sind. Im Deutschland gilt Handball als die zweitbeliebteste Sportart nach Fußball und die hohe Besucherzahl bestätigt es. Trotzdem muss der Handball kämpfen sowohl um das Interesse der jungen Leuten, als auch um den Raum im Fernsehen vor allem mit dem Floorball.

In der heutigen Zeit widmet man dem Überzahlspiel im Handball zu wenig Aufmerksamkeit und Material. Ich bemühte mich um die Schaffung einer spezifischen Gesamtheit, die beschäftigt sich mit diesen Situationen im Handball.



### 13. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BRKLOVÁ, D., HERCIG, S. *Diplomová a závěrečná práce studujících TV a sport. 2.*, upr. a rozš. vyd. Plzeň: ZČU, 1998. 58 s. ISBN 80-7082-413-1

MICHALÍK, P., ROUB, Z., VRBÍK, V. *Zpracování diplomové a bakalářské práce na počítači. 3. vyd.* Plzeň: ZČU, 2009. 67 s. ISBN 978-80-7043-828-2

JANČÁLEK, S., TÁBORSKÝ, F., ŠAFAŘÍKOVÁ, J. *Házená: teorie a didaktika.* Praha: SPN, 1989. 182 s. ISBN 80-04-23974-9

MATOUŠEK, J. *Teorie a didaktika házené. 1. vyd.* Brno: Masarykova univerzita, 1995. 86 s. ISBN 80-210-1203-X

TŮMA, M., TKADLEC J., *Házená. 1 vyd.* Praha: Grada publishing, 2002. 100s. ISBN 80-247-0219-3

TESAŘÍK, J., ŠAFAŘÍKOVÁ, J., *Zásobník cvičení trenéra házené. 1.vyd.* ČSTV, 1986 s.220

TÁBORSKÝ, F., ŠAFAŘÍKOVÁ, J. *Kapitoly z teorie a didaktiky házené.* Praha: SPN, 1982

TŮMA, M., TKADLEC, J. *Házená: herní trénink, kondiční trénink, průpravná a herní cvičení. 1. vyd.* Praha: Grada, 2002. 95 s. ISBN 80-247-0219-3

ŠAFAŘÍKOVÁ J., TÁBORSKÝ F., *Malá škola házené 1.vyd.* Olympia 1986 187 str.

## **14. SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha č.1 DVD Útočné kombinace v početní výhodě v házené