

Teorie a sportovního tréninku

14. Se Taktická příprava

Doc. PaedDr. František Langer, CSC.
Katedra sportovních her

.....

.....

.....

.....

.....

TAKTICKÁ PŘÍPRAVA

...jako složka sportovního
tréninku zabývající se způsobem
vedení sportovního boje



Proces osvojování a zdokonalování *vědomostí, dovedností, schopností a postupů* směřující vybrat a realizovat v každé situaci optimální řešení,

Podstatnými atributy taktické přípravy jsou **taktické vědomosti a zkušenosti...**

Taktická příprava musí probíhat v tréninkovém procesu současně s přípravou kondiční, technickou a psychickou.

.....

.....

.....

.....

.....

OBSAH TAKTICKÉ PŘÍPRAVY

Obsahem taktické přípravy jsou **činnosti zaměřené na taktické myšlení a konání.**



Systémovým uplatňováním cvičení:

- S proměnlivými podmínkami,
- S průpravnými pohybovými hrami,
- S průpravnými sportovními hrami,
- S modelováním sportovního tréninku apod....

... uplatňujeme vždy téměř shodné podmínky s podmínkami v soutěži.

Nutností je vnímat dynamické změny konfliktních situací, rychle vybírat a realizovat optimální řešení často ve velmi krátkém časovém úseku.

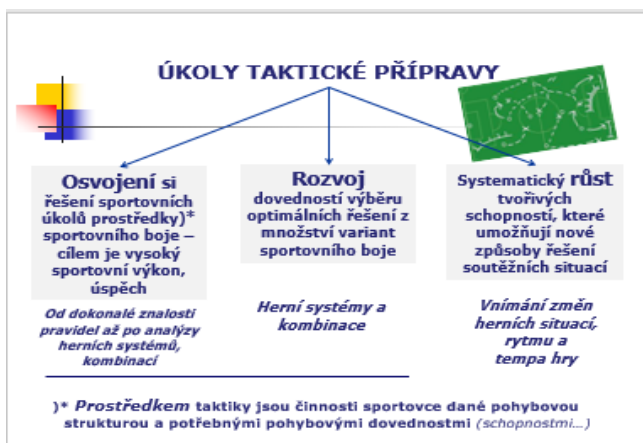
.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....



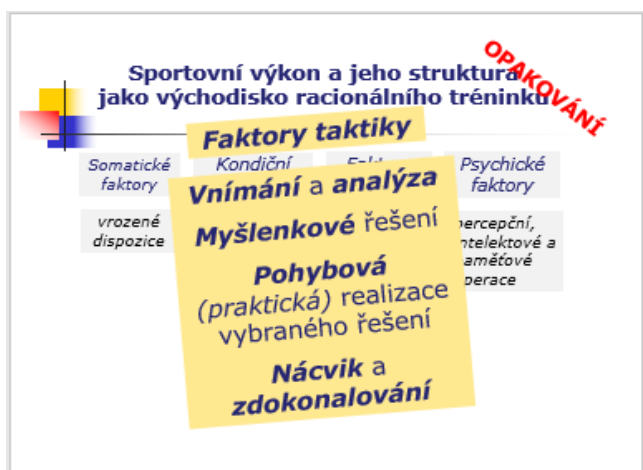
.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

JINÉ MOŽNOSTI KONTAKTU SE SOUPEŘEM

(upraveno podle Dovaila, 2002)

INDIVIDUÁLNÍ	NEPŘÍMÝ	PŘÍMÝ	CÍLENÝ
Soutěží se postupně, za sebou, výsledek je konečný (gymnastika)	Soutěží se současně, není však možný přímý kontakt soupeřů (plavání, běh v drahách, tenis, volejbal)	Možný tělesný kontakt se soupeřem, výkon probíhá současně, nesmí se používat kontakt ke zlepšení vlastního výkonu (vytrvalostní běhy, triatlon)	Tělesný kontakt se soupeřem v rámci pravidel je možné využít kontaktu ke zlepšení vlastního výkonu (úpolové sporty)

.....

.....

.....

.....

.....

FÁZE TAKTICKÉHO JEDNÁNÍ



.....

.....

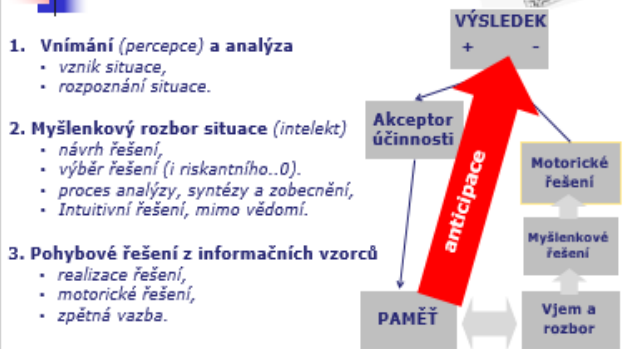
.....

.....

.....

FÁZE TAKTICKÉHO JEDNÁNÍ

Taktika je realizována prostřednictvím taktického jednání v utkání, zápasu, soutěži, závodě nebo v turnaji... řešením konfliktních situací



.....

.....

.....

.....

.....

FÁZE TAKTICKÉHO JEDNÁNÍ
(pokračování)



VNÍMÁNÍ A ANALÝZA

Vznik situace Konfliktní situace – reakce – akce
(vnímání prostoru, rytmu, objektů, pohyb hráčů, míče, kombinace...)

Rozpoznání situace Znalosti, vědomosti + zkušenosti (přesnější rozlišení, vnikají tzv. pocity ... míče, vody, skluzu aj.)

MYŠLENKOVÉ ŘEŠENÍ

Rozbor situace Analýza situace – „hledání“ cílového bodu
(rozpoznání či rozbor herní situace),

Návrh řešení Skládání jednotlivých částí v celek

Výběr řešení Výběr podle vědomostí, dovedností, schopností, vlastností a zkušeností (někdy i riskantní, intuitivní, rozhodnutí, např. v časové tísni...)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

FÁZE TAKTICKÉHO JEDNÁNÍ
(pokračování)

ROZHODOVÁNÍ, POHYBOVÉ ŘEŠENÍ - EFEKT

Realizace řešení Vlastní („intelektová“) realizace vybraného řešení
(vycházející z informačních vzorců...).

ZPĚTNÁ VAZBA

Zpětná vazba Porovnání dosaženého stavu s navrženým stavem.

ANTICIPACE

Předjímání (anticipace) „Paměťové bloky“ – zapamatované situace a odpovědi na ně

.....

.....


.....

.....

.....

.....

PAMĚŤ



Umožňuje uchovávat a uspořádat (...a vybavovat si je!)
vědomosti a proměňovat je ve zkušenosti.

Předvídání, anticipace, rozsah a kvalita paměti Podstatný význam pro účinnost taktického jednání.
Podstatný význam pro schopnost tvořit.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

VOLBA OPTIMÁLNÍHO ZPŮSOBU VEDENÍ SPORTOVNÍHO BOJE



Anticipace (vlastnost především zkušených sportovců),

Osobnostní schopnosti (např. především s rozsah a kvalita paměti (umožňuje uchovávat vědomosti a transformovat je ve zkušenosti), procesy vnímání, myšlení, rozhodování, zkušenost).

Kondice (např. prevence vzniku únavy), **technika** (např. zvládnutí variant úderu nebo kopu do míče), **psychická a teoretická připravenost** sportovce, resp. týmu,

Znalost soupeře a identifikace jeho aktuálního jednání,

Charakter dané strategie a s pro ni platnými zásadami (např. jak hrát proti soupeři, který má výškovou převahu, který zhušťuje obranu před vlastní brankou),

Efektivní způsoby nábviku příslušné taktiky v tréninkovém procesu.

.....

.....



.....

.....

.....

.....

MOŽNOSTI ŘEŠENÍ KONFLIKTNÍ SITUACE

Řešení konfliktní situace

Improvizace
Tvůrčí projev bez předchozí přípravy. Neplánovaná činnost, reakce, přizpůsobení se vzniklé situaci... řešení „s patra“

Algoritmy
Algoritmus musí být vždy konečný. Nemůže si dovést se někde zacyklit, vždy musí skončit s konečným počtem kroků.

Vzorce
Předepsaný způsob vyjádření

Příprava strategického plánu

Cíl utkání - Strategie soupeře - Vlastní výkonnost - Informace o prostředí a podmínkách

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ZAMĚŘENÍ SPORTOVNÍ TAKTIKY

Schopnost korigovat řešení dílčích úkolů ve vztahu k celkovému plánu,

Schopnost vybrat z několika variant nebo alternativ,

Rozvoj tvořivých schopností (pružně a kreativně reagovat na změny ve vývoji sportovní soutěže).

Praktický nácvik taktického jednání (lehké úkoly a podmínky ztížené a náročné),

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

.....