

Štruktúra herného výkonu v basketbale

Mgr. Tomáš Vencúrik, Ph.D.

Herný výkon

- Realizované individuálne a skupinové konanie hráčov v priebehu stretnutia, charakterizované mierou splnenia herných úloh.
- Rozlišujeme:
 - Herný výkon hráča (individuálny HV)
 - Herný výkon družstva

BOX SCORE

SPAIN

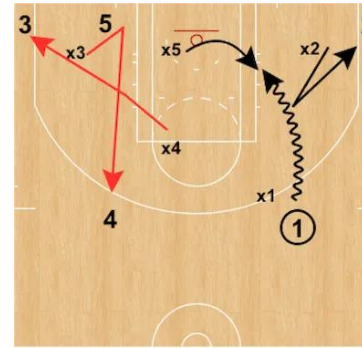
NAME	MIN	FG		2P FG		3P FG		FT		REB		AS	TO	ST	BS	PF	C	D	+/-	PTS
		M/A	%	M/A	%	M/A	%	M/A	%	O	D									
*4 Basol, P.	32:29	9/18	50.0	8/17	47.1	1/1	100.0	6/8	75.0	4	8	12	4	0	1	3	1	10	14	25
*5 Fernandez, R.	20:57	4/7	57.1	3/3	100.0	1/4	25.0	2/2	100.0	0	1	1	1	1	2	0	2	3	15	11
6 Rodriguez, S.	22:40	2/6	33.3	2/3	66.7	0/3	0.0	0/0	0.0	0	2	2	6	2	0	0	1	0	4	4
7 Hemangomez, G.	00:19	0/0	0.0	0/0	0.0	0/0	0.0	0/0	0.0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
*8 Ribas, P.	20:05	2/4	50.0	1/1	100.0	1/3	33.3	0/0	0.0	0	1	1	0	0	0	0	2	0	7	5
9 Reyes, F.	17:54	2/4	50.0	2/3	66.7	0/1	0.0	4/4	100.0	1	0	1	1	1	0	1	3	4	10	8
10 Olaver, V.	14:44	3/4	75.0	2/2	100.0	1/2	50.0	0/0	0.0	2	4	6	0	1	0	2	3	1	0	7
11 San Emeterio, F.	10:09	0/1	0.0	0/1	0.0	0/0	0.0	0/0	0.0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	7	0
*12 Llull, S.	30:34	5/7	71.4	3/5	60.0	2/2	100.0	0/0	0.0	0	6	6	5	4	1	0	2	1	17	12
13 Aguilar, P.	00:57	0/0	0.0	0/0	0.0	0/0	0.0	0/0	0.0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-1	0
*14 Mirotic, N.	28:15	3/8	37.5	1/3	33.3	2/5	40.0	0/0	0.0	0	2	2	2	0	1	0	3	0	12	8
15 Vives, G.	00:57	0/1	0.0	0/0	0.0	0/1	0.0	0/0	0.0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
TEAM/COACH										0	3	3	1			1				
TOTAL		30/60	50.0	22/38	57.9	8/22	36.4	12/14	85.7	8	28	36	10	10	5	6	20	19		80

LITHUANIA

NAME	MIN	FG		2P FG		3P FG		FT		REB		AS	TO	ST	BS	PF	C	D	+/-	PTS
		M/A	%	M/A	%	M/A	%	M/A	%	O	D									
*5 Kalnietis, M.	36:01	5/15	33.3	2/9	22.2	3/6	50.0	0/0	0.0	0	1	1	6	3	2	0	0	1	-11	13
6 Galius, D.	00:57	0/0	0.0	0/0	0.0	0/0	0.0	1/2	50.0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-1	1
*8 Maoulis, J.	28:24	3/8	37.5	2/4	50.0	1/4	25.0	1/2	50.0	2	2	4	2	3	1	1	3	2	-14	8
*10 Seibutsis, R.	26:35	4/9	44.4	2/5	40.0	2/4	50.0	3/4	75.0	1	3	4	0	3	0	0	0	3	-13	13
11 Sabonis, D.	00:57	0/1	0.0	0/1	0.0	0/0	0.0	0/0	0.0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
12 Kavaliauskas, A.	12:55	1/4	25.0	1/4	25.0	0/0	0.0	2/2	100.0	3	2	5	0	1	0	0	4	2	-6	4
*13 Jankunas, P.	19:55	0/4	0.0	0/0	0.0	0/4	0.0	0/4	0.0	1	3	4	0	1	0	0	4	6	-22	3
15 Javtokas, R.	00:49	0/0	0.0	0/0	0.0	0/0	0.0	0/0	0.0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0
*17 Valanciunas, J.	26:16	5/10	50.0	5/10	50.0	0/0	0.0	0/0	0.0	4	5	9	2	1	0	0	5	1	-12	10
19 Kuzminskas, M.	26:20	4/9	44.4	4/7	57.1	0/2	0.0	0/0	0.0	1	5	6	2	1	0	0	1	2	2	8
21 Milaknis, A.	08:46	1/3	33.3	0/1	0.0	1/2	50.0	0/1	0.0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	-4	3
43 Lekavicius, L.	12:05	0/2	0.0	0/2	0.0	0/0	0.0	0/0	0.0	0	0	0	2	0	1	0	0	0	-6	0
TEAM/COACH										6	2	8				0				
TOTAL		23/65	35.4	16/43	37.2	7/22	31.8	10/17	58.8	19	23	41	14	13	4	1	19	19		63

Faktory ovplyvňujúce individuálny herný výkon

- Faktor techniky
- Faktor taktiky
- Faktor somatický
- Faktor kondície
- Faktory psychické



Pohybové schopnosti v basketbale

Základom fyzickej pripravenosti pre vlastné herné činnosti je vysoká úroveň kondičných a koordinačných pohybových schopností.

Kondičné schopnosti:

- rýchlostné schopnosti – reakčná, akceleračná, agility;
- silové schopnosti – dynamická (explozívna [HK](#), [DK](#)), [statická](#);
- Vytrvalostné schopnosti – predovšetkým anaeróbna (rýchlostná) vytrvalosť, aeróbna vytrvalosť.

Koordinačné schopnosti:

- reakčná schopnosť;
- orientačná schopnosť;
- rovnováhová schopnosť;
- [kinesteticko-diferenciačná schopnosť](#), atď.

Hráčske pozície

Rozlišujeme hráčske pozície:

- Rozohrávač
- Krídlo
- Pivot



Pohybová charakteristika basketbalu

Kategorizácia pohybovej činnosti:

- stoj/chôdza (0–1 m/s)
- poklus (1–3 m/s)
- beh (3,1–7 m/s)
- šprint (>7 m/s)
- pohyb v obrannom postoji nízkou intenzitou (<1,67 m/s)
- pohyb v obrannom postoji priemernou intenzitou (>1,68–2,5 m/s)
- pohyb v obrannom postoji vysokou intenzitou (>2,5 m/s)
- výskok.

Pohybová charakteristika basketbalu

Hráči vykonajú priemerne:

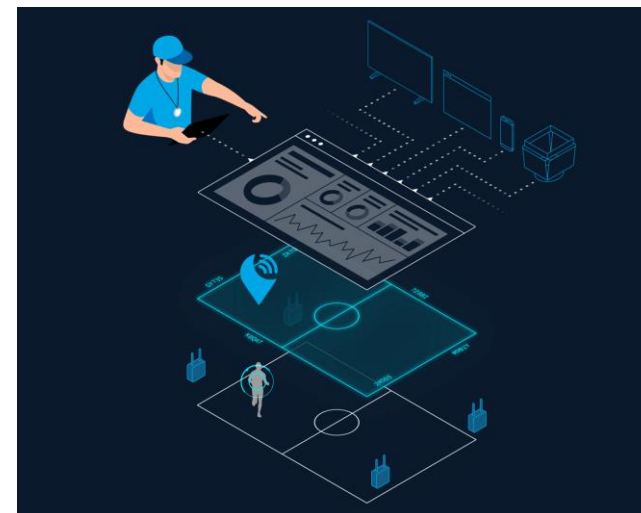
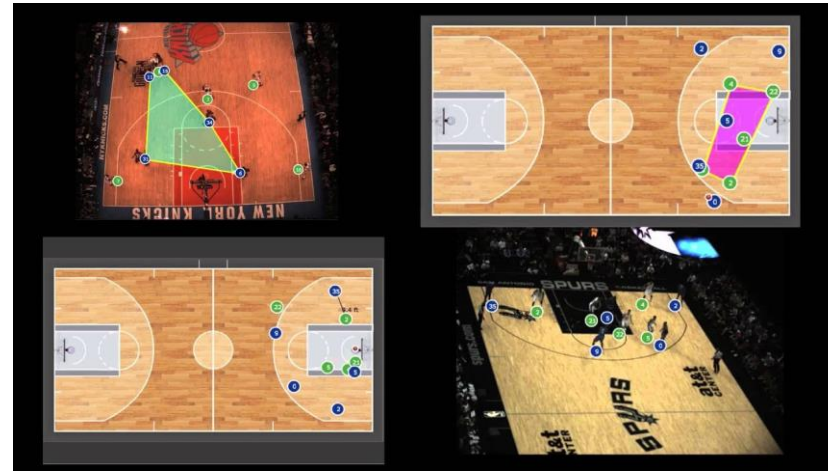
- 1050 ± 51 zmien typu lokomócie, čo zodpovedá zmene každé 2 sekundy
- 55x sprintov, 94x obranný pohyb, 44x výskok (činnosti vysokej intenzity)
- 97x beh, 197x obranný pohyb (činnosti priemernej intenzity)
- 113x klus, 175x obranný pohyb (činnosti nízkej intenzity)
- 129x chôdza, 147x stoj (zotavenie – doplnenie energetických zásob)

- Priemerná prekonaná vzdialenosť je 7558 ± 575 m
- Prekonaná vzdialenosť vo vysokej intenzite je priemerne 1743 ± 317 m, v priemernej intenzite 1619 ± 280 m a v nízkej intenzite 2477 ± 339 m

- Rozdiely medzi jednotlivými hráčskými pozíciami!

Monitoring pohybového zat'azenia

- Optické trackovacie systémy
- Inertial Measurement Units
- Local Positioning System
(Ultra wideband technology)



Fyziologická charakteristika basketbalu

Pohlavie	Štúdia	Úroveň súťaže	≥ 85% z SF _{max}	% z SF _{max}
Ženy	Rodríguez-Alonso et al. (2003)	Národná	-	90,8
		Medzinárodná	-	94,6
	Metthew & Delextrat (2009)	Univerzitná	80,4	89,1 ± 3,9
			93,1 [†]	92,5 ± 3,3
	Scanlan et al. (2012)	Regionálna	-	68,6 ± 3,1
			-	82,4 ± 1,3
Muži	McInnes et al. (1995)	Národná	75 [†]	89 ± 2
	Ben Abdelkrim et al. (2007)	Národná U19	-	91 ± 2
	Ben Abdelkrim et al. (2010)	Národná U19	75,3 ± 4,9	-
	Hůlka et al. (2013)	Prípravné zápasy U18	63,11 ± 16,39	85,06 ± 6,4