



FOTBALOVÝ BRANKÁŘ

Ročníková práce

Školní rok 2022/2023

Školní rok: 2022/2023
Autor: Daniel Opustil, 9.A
Konzultant: Bc. Petr Grulich

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto ročníkovou práci vypracoval samostatně a použil jsem jen uvedené prameny.

Ve Veselici dne 22. 5. 2023

Daniel Opustil

Poděkování

Na tomto místě bych rád poděkoval vedoucímu práce Bc. Petru Grulichovi za ochotnou pomoc a cenné rady při vypracovávání ročníkové práce a vytrvání.

Obsah

Prohlášení	2
Poděkování.....	3
1 Úvod.....	5
2 Schopnosti a dovednosti brankáře	6
2.1 Psychika	6
2.2 Pozice v týmu	6
2.3 Jak chytat	6
3 Pravidla	8
3.1 Chytání rukama	8
3.2 Rozehra.....	8
3.3 Ostatní pravidla	9
3.4 Standartní situace a penalty	9
4 Výbava brankáře	9
4.1 Rukavice.....	9
4.2 Kopačky.....	10
4.3 Dres.....	11
5 Jak se stát brankářem.....	11
6 Moje cesta brankáře.....	12
6.1 Začátky	12
6.2 Kariéra v Šošůvce	12
6.3 Zpět ve Vavřinci.....	13
6.4 Brankářské tréninky.....	13
7 Nejlepší brankáři současnosti	14
7.1 Manuel Neuer	14
7.2 Thibaut Courtois	14
8 Závěr	15
9 Resumé.....	16
10 Zdroje.....	17

1 Úvod

Už od šesti let jsem pobíhal s kamarády po hřišti a dával góly, ale časem mě to přestalo bavit. Stále jsem chodil na fotbalové tréninky a přemýšlel, co dělat jiného a tehdy mě to došlo. Mohl bych se stát brankářem. Na pár trénincích jsem zkusil chytat a začalo mě to bavit, a tak jsem u toho zůstal. Chytání mě naplňuje a baví už 9 let. Vždy mám výborný pocit, když v zápase chytím gólovou střelu. A protože jsem tím tak unesen, rozhodl jsem se seznámit i vás s tímhle skvělým odvětvím fotbalu.

2 Schopnosti a dovednosti brankáře

2.1 Psychika

Hlavní úkol brankáře je podpořit svůj tým, pomoci mu nejen svými zákroky, ale také psychicky. Protože tým, který ví, že může věřit brankáři, je jistější, a tím pádem hraje lépe.

Dále musí být klidný a rozvážený. Jakmile udělá nějakou zbrklou, může z toho být nepříjemná situace. Například nebezpečná gólová šance soupeře, která může skončit gólem.

2.2 Pozice v týmu

Další, co musí brankář umět je řídit tým. Brankář řídí hru, protože vidí na hřišti s nejlepším rozhledem. Proto může ostatním hráčům radit, kam mají nahrát, jestli je někdo napadá a podobně.

2.3 Jak chytat



A nesmíme zapomenout na samotný úkol, který vyplývá i z názvu tohoto postu, tedy bránění brány. Každý brankář chytá trochu jinak, ale základy jsou většinou stejné. Správný styl chytání vychází z postoje brankáře.



Střely na tělo nebo kousek od těla nad úrovní ramen by měl brankář chytit do obou rukou s palci u sebe. Pokud jde střela vysoko, je potřeba, aby brankář vyskočil a kolenem kmitl nahoru pro lepší odraz a ochranu, když je u něj

hráč. Když jde střela mimo tělo, je potřeba chytit míč oběma rukama a doskočit za něj tělem. Pokud jde střela na brankáře pod úroveň ramen, měl by míč chytit do tzv. koše, a když letí míč po zemi, měl by přikleknout a sebrat míč do koše. Přikleknutí se dělá z důvodu, kdyby míč propadl, aby jej brankář zachytil přikleknutou nohou. Kdyby náhodou nohou nepřiklekl, při propadnutí míče se nemá míč o co zastavit a skončí v bráně.

Dále i umění správného skoku je důležité. Měl by být z nohy na straně odrazu. Tedy skáču na levou stranu, odrazím se z levé nohy. Dále by skok měl být směrem dopředu a ruce mířit směrem na míč. Ruce by měly jít obě zároveň, aby brankář míč chytit a nevyrazil jej kvůli případné dorážce. Jiná situace je, když na míč oběma rukama brankář nedosáhne. Pak se vytáhne jednou rukou, aby střelu chytit.



Je potřeba pomoci i obraně, kdy brankář vyběhne i za hranici vápna a odkopne míč pryč od brány. U rohů by si měl brankář hlídat prostor před bránou, a když letí míč, tak jej buď chytí do rukou, nebo vyboxuje.

Další situací, která může nastat, je souboj 1 na 1. Hráč jde sám na brankáře, brankář vyběhne proti nebo může zůstat na brankové čáře, ale to nedoporučuji. Pokud se rozhodne pro výběh, tak se nesmí v půli cesty zastavit, ale výběh dokončit. Když se dostane k míči dříve než hráč, jednoduše míč chytí a rozehraje. Ale

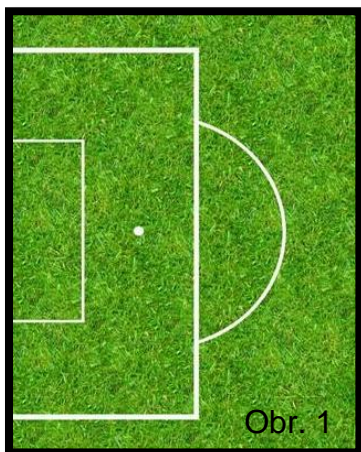


pokud je u míče dřív hráč, tak se snaží brankář dostat co nejbližší. Když se hráč rozhodne střílet, je to ta lehčí varianta na chytání. Ale pokud se rozhodne jít do kličky,

musí brankář počkat, co hráč udělá a po následném pohybu skočit rukama po míči a chytit jej.

3 Pravidla

3.1 Chytání rukama



Brankář má jednu zásadní výhodu, že může míč chytit do rukou. Ale samozřejmě ne všude. Má vymezený prostor, kterému se říká vápno. V celém tomhle prostoru smí chytat rukama, pokud ale chytí míč mimo tento prostor, dostává červenou kartu a je vyloučen ze zápasu.

Pokud brankář chytí míč do rukou po přihrávce nohou od spoluhráče, kope soupeř penaltu. Říká se tomu malá domů.

3.2 Rozehra

Samozřejmě může hrát brankář i nohama, a to kdekoli chce. A tím se dostáváme k rozehře. Když dopadne míč za bránu, musí brankář rozehrát ze země. Když rozehrává po zákroku, může rozehrát, jakkoliv chce, takže může i vyhodit rukou nebo míč vykopnout z ruky.

Při výkopech jsou pravidla rozdílná pro týmy mužů a žáků. U mužů smí brankář vykopávat, jak chce daleko, ale například žáci smí vykopávat míč po dopadu za bránu pouze po svou polovinu hřiště. Jakmile míč přeletí půlicí čáru, soupeřův tým má rozehru z místa, kde míč překročil hranici.

3.3 Ostatní pravidla

Dále pro brankáře platí stejná pravidla jako pro hráče v poli. Když někoho chytí za dres, srazí hráče, nebo mu podrazí nohy bez doteku míče, nebo bez úmyslu jít po míči, je to foul. Pokud se to stane mimo vápno, kope se přímý kop. Pokud se to stane ve vápně, kope se penalta.

3.4 Standartní situace a penalty

Standartní situace a pokutový kop probíhají následovně. Při penaltě musí brankář být na brankové čáře, dokud hráč kopající penaltu nekopne do míče. Při nesplnění této povinnosti se penalta opakuje.

U přímého kopu si brankář staví tzv. zeď. To znamená, že si hráči stoupnou vedle sebe, aby zabránili průchodu míče do brány. Když se staví zeď, tak krajní hráč musí stát na spojnici mezi okrajem brány a míčem. Brankář si pak stoupne na druhou stranu brány, která není kryta zdí. Standartní situace a penalty nemusí kopat jen hráči z pole, ale mohou i brankáři. Takže i brankář si může dát gól, třeba i z penalty.

4 Výbava brankáře

4.1 Rukavice

Rukavice jsou hlavním pomocníkem brankáře, apřoto se do nich vyplatí nejvíce zainvestovat a určitě si ověřit kvalitu. Mě samotnému se stalo, že jsem koupil dražší rukavice, ale nebyli moc kvalitní. Na rukavicích je nejdůležitější jejich pěna na



Obr. 2

dlani a prstech zepředu. Ta zařizuje to, že rukavice „lepí“. Samozřejmě čím víc lepí, tím lépe, protože je jednodušší udržet míč v rukou. Rukavice dostatečné kvality pro brankáře, který chytá pravidelně a je brankářem nějakého týmu, seženeme od 700 Kč až po 1300 Kč. V tomto cenovém rozmezí kupuji rukavice i já. Dražší rukavice už jsou pro brankáře, který nechytá profesionálně, zbytečně drahé. A levnější se nevyplatí kvůli jejich nízké kvalitě.

4.2 Kopačky

Další výbavou jsou kopačky. Každý brankář na tohle téma pohlíží jinak. Někdo vám řekne, že dražší kopačky se vyplatí kvůli držení míče u nohy. Já na to mám odlišný názor. Mě stačí levnější kopačky, protože se v bráně moc nepotkám s potřebou držet míč perfektně na noze. Ale zjistil jsem a řekl mi to i trenér, že do brány jsou lepší kolíkové kopačky, které se lépe zaryjí do trávníku a lépe se s nimi mění směr pohybu.



Obr. 3

Bohužel se kolíkové kopačky až po dorost nosit nesmí.

4.3 Dres

Další výbavou je dres. Většinou když se díváte na fotbal v televizi, tak mají brankáři jen kraťasy, tričko a štulpny. Je to z toho důvodu, že už mají chytání nacvičeno a pod



kraťasy mají podvlékačí kraťasy s vycpávkou. Já používám kalhoty po kolena rovnou



s vycpávkou, abych nemusel řešit podvlékačí kalhoty. Po kolena kvůli nárazům, a abych si kolena zbytečně neodřel a pod nimi mám samozřejmě chrániče a štulpny. Jako horní část dresu mám tričko

s dlouhým rukávem, abych si neodřel lokty a zbytek rukou. Na rukou vycpávky nepoužívám, protože mi nepřijdou potřebné.

5 Jak se stát brankářem

Prví je vůbec rozhodnout se a zkusit si to. Když vás to začne bavit, tak si musíte obstarat brankářskou výbavu a ideálně najít trenéra. Určitě to nepůjde hned, ale je potřeba chytat pár let pravidelných tréninků 1 a víckrát týdně, aby byly vaše výkony dostatečně dobré na chytání, kterým dokážete podržet tým.

6 Moje cesta brankáře

6.1 Začátky

Jako brankář jsem začal před několika lety a jak už jsem říkal, nebylo to první, co jsem ve fotbale dělal. Ale od doby, co jsem se stal brankářem, se můj pohled na fotbal trochu změnil. Začínal jsem chytat s jedním kamarádem ve Vavřinci na trénincích, ale moc mi to nešlo, protože jsem neměl žádného trenéra pro brankáře. Takže rok, možná víc jsem chytal podle toho, co mi řekli trenéři hráčů anebo podle toho, co jsem viděl v televizi. Po nějaké době se rozhodl brankář mužů, že mě něco o chytání naučí. Takže jsme měli pár tréninků, ale vůbec ne dost. Myslím, že to bylo maximálně 9krát za rok. Ale alespoň nějaké základy jsem měl. Bohužel, to ale nic moc zázračného nebylo. Ale stačilo to na zápasy, co jsme hráli. V té době jsme byli příprava a soutěž jsme nehráli. Hráli jsme občas přáteláky nebo turnaje. Ze dvou turnajů jsem si odnesl cenu za nejlepšího brankáře.



6.2 Kariéra v Šošůvce

Po získání ocenění, si mě všiml trenér Šošůvky a chtěl mě do týmu. A já jsem šel, protože jsem vycítil šanci dostat se na zápasy s lepšími týmy. Byli jsme domluveni, že za Šošůvku budu chytat, dokud nezačne Vavřinec hrát soutěž a budu stále chodit na vavřinecké tréninky. Byl jsem v Šošůvce jen krátce, ale stálo to za to. Seznámil jsem se s mnoha hráči a s jiným stylem hry, než hrál Vavřinec. Také jsem získal mnoho zkušeností ze zápasů a jsem velmi rád, že jsem do toho šel.

6.3 Zpět ve Vavřinci

Rok potom začal Vavřinec hrát soutěž a já šel zpátky. Náš první zápas jsme hráli proti Blansku a dostali jsme nakládačku 14:2. A prohráli jsme několik dalších zápasů, ale pár jsme jich i vyhráli. Bohužel to nestačilo a byli jsme u posledního místa. Další rok se nám povedl o dost víc a byli jsme uprostřed tabulky, což byl velký úspěch. Ale to jsme nevěděli, že třetí rok budeme v čele tabulky mezi prvními. Na letošní sezónu jsme čelili jako tým rozhodnutí. Půjdeme do dorostu, nebo budeme hrát žáky na Prostějovsku? Rozhodli jsme se, že dorost ještě nezvládneme a jsme rád, protože kdybychom šli do dorostu, tak bych chytal na velkou bránu a na to jsem ještě nebyl připraven. Na podzim jsme hráli dobře. Spoustu zápasů jsme vyhráli a v posledním zápase jsem si dokonce dal gól.

6.4 Brankářské tréninky

Před třemi lety jsem na začátku sezóny začal chodit na brankářské tréninky od J4K a jsem za to velmi rád. Na tréninky jsem ze začátku moc nechtěl, ale pak mě to začalo bavit a stal jsem se lepším brankářem. Protože jsem měl každý týden trénink, tak jsem se toho hodně naučil a hodně z toho, co jsem dělal špatně jsem se přeučil. Na brankářské tréninky chodím dodnes a pořád jsem vše nezdokonalil. Stále se mi stává, že padám dozadu, stojím často na patách a občas neudržím míč v rukou a vypadne mi. Navíc jsem začal po skoku dělat sudy což je hrozný zlozvyk, který se musím odnaučit. Potom mi pořád moc nejdou rohy, protože se bojím jít do střetu s hráči, abych nezpůsobil zranění sobě nebo někomu jinému. Ale jsem si jistý, že za dobu, co se věnuji chytání se ze mě stal dobrý brankář, který pomůže týmu a podrží ho v obtížných situacích, na které stačím.

7 Nejlepší brankáři současnosti

7.1 Manuel Neuer



Neuer je jeden ze starších brankářů. Je mu 37 let a narodil se 27. 3. 1986. Na svůj post má dobrou výšku, a to 194 cm. Je Němec a hraje za německý klub Bayern Mnichov. Za svou 22letou kariéru v Mnichově dostal pouze 310 gólů. Má zajímavou přezdívku The Wall, neboli zeď. Neuer je můj nejoblíbenější brankář a také můj vzor.

7.2 Thibaut Courtois

Courtois je 31letý Belgičan narozený 11. 5. 1992. Je jedním z nejvyšších brankářů, měří 2 m. Ale to také není úplně nejlepší. Být vysoký vám sice pomůže u skoků, ale omezí vás to v mrštnosti, takže jeho výhoda je i jeho slabina. V současnosti chytá za Španělský klub Real Madrid. Za pět let v Realu dostal 135 gólů. Tento rok dostal ocenění za nejlepšího brankáře světa.



8 Závěr

Na závěr bych chtěl znovu poděkovat panu učiteli Grulichovi a paní učitelce Ševčíkové za pomoc s mou prací. Chtěl jsem vám přiblížit, jak chytat, takže pravidla, styly, co musí brankář umět a co musí znát. Také jsem vám popsal, jak se brankářem můžete stát. Dále jsem vám řekl něco o výbavě brankářů o mých začátcích a celkově o mé kariéře, a nakonec jsem vám představil pro mě dva nejlepší brankáře. Doufám, že jste se dozvěděli nové informace a že vás tohle téma zaujalo.

9 Resumé

In my work I told you something about a soccer goalkeeper. I told you something about how to catch what you need to can and know as a goalkeeper. After that, I introduced you to the goalie equipment. I gave you information on how to become a goalkeeper. And I have presented to you the best goalkeepers in the world for me.

10 Zdroje

Internetové stránky:

https://cs.wikipedia.org/wiki/Manuel_Neuer

https://cs.wikipedia.org/wiki/Thibaut_Courtois

Obrázky:

1. <http://fotbal.9e.cz/obrazky/hriste.jpg>
2. https://cdn.myshoptet.com/usr/www.i4ksports.cz/user/shop/big/221-5_brankarske-rukavice-j4k-gk-pro-neg-cut-cervene.png?6373e059
3. https://i.sportisimo.com/products/images/1505/1505949/700x700/puma-future-z-1-4-mxsg_0.jpg
4. https://gfx.r-gol.com/media/res/products/367/133367/100x130/spodnie-brankarskie-adidas-tierro-3-4-junior_1.png
5. [https://contents.mediadecathlon.com/p2241782/k\\$e73c48de6aecbe0ede2ae44e6a84e482/sq/detsky-brankarsky-fotbalovy-dres-f100-zeleny.jpg?format=auto&f=646x646](https://contents.mediadecathlon.com/p2241782/k$e73c48de6aecbe0ede2ae44e6a84e482/sq/detsky-brankarsky-fotbalovy-dres-f100-zeleny.jpg?format=auto&f=646x646)
6. <https://i.pinimg.com/564x/db/66/89/db668958f722b0209cf3f2dd00391b37.jpg>
7. <https://sport360.com/wp-content/uploads/2018/07/0714-Courtois-1024x748.jpg>

ostatní obrázky – vlastní zdroje

Knihy:

SCHULZE-MARMELING, Dietrich. *Manuel Neuer: nejlepší brankář světa*. Přeložil David SAJVERA. Praha: XYZ, 2018. ISBN 9788075059697.