ČMSHb
Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6
+420 603 469 494
hokejbal@hokejbal.cz
www.hokejbal.cz
www.cmshb.cz

Herní kombinace obranné

Současná hra se vyznačuje velkou mírou organizace celků v obraně, jedním ze základů tvoří vědomá spolupráce nejčastěji 2 a 3 hráčů (případně i více) formou obranných kombinací. Cílem je získání míčku, omezení prostoru pro hru soupeře nebo její vytlačení do méně nebezpečných prostor případně zabránění zakončení či vstřelení branky. Základem úspěšné aplikace herních kombinací je čtení hry a zvládnutí dovednostního základu pro obranné činnosti jednotlivce.

V nácviku jsou základem cvičení, ve kterých se hráč učí pohybovat ve vztahu k sobě, poloze míčku, resp. hráčům soupeře.

Jaké další cíle a zásady lze herním kombinacím přisuzovat?

- Udržování obranného trojúhelníku s jedním nebo dvojicí hráčů na hrotu.
- Obrana je převážně soustředěna na bránění osy hřiště, resp. zamezení průniku k ose hřiště či do před brankového prostoru.
- Neustálá spolupráce, součinnost a komunikace je základem úspěchu.
- Snaha přečíslit soupeře v rozích hřiště.
- Jejich nácvik lze praktikovat zvyšování odporu cvičení zaměřených na útočné herní kombinace.

Jaké obranné činnosti jednotlivce tvoří základ pro herní kombinace?

Pro hru bránících hráčů je podstatná **kontrola odstupu** od soupeře (kontrola soupeře v prostoru, prostorové vnímání). Hráči se mnohdy dopouští chyb ve čtení hry např. přehnaným sledováním pouze hráče s míčkem, špatným vytvářením tlaku na soupeře vlastním pohybem a pomocí hole, nebo nedostatečnou komunikací mezi spoluhráči na hřišti.

Další důležitou činností je **obsazování hráče s míčkem**, ať již během vpřed či během vzad. Jakých chyb je možné se dopustit? Např. špatný přístup k soupeři, nevyužívání hole k tlaku na soupeře, špatný obranný postoj aj. Na uvedené navazuje činnost **obsazování soupeře bez míčku.**

Obrana prostoru, resp. vytváření prostorového tlaku patří spolu s **blokováním a chytáním střel** k dalším ze základních obranných činností jednotlivce.

Pod pojmem technika osobního souboje rozumíme přímý souboj o míček, a to se soupeřem s míčkem, jak ve volném prostoru, tak i u hrazení.

Přehled zásad pro vedení osobního souboje:

- nesoustředit se pouze na tělo soupeře nebo jenom na míček,
- čepel hole směřuje proti míčku s cílem vytváření tlaku,
- být v obranném postavení (mezi míčkem a vlastní brankou),
- zajištění dobré stabilita (širší postoj) včetně sníženého těžiště,
- schopnost rozlišení agresivního a pasivního přístupu,
- včasné a těsné přistupování k soupeři s míčkem.

facebook.com/cesky.hokejbal twitter.com/hokejbalcz plus.google.com/+HokejbalCzech

Jaké cíle plní obranná hra holí:

- hůl slouží k zachycení přihrávky nebo prohození hráče,
- k vytváření tlaku na soupeře,
- k eliminaci hole soupeře,
- k vedení osobního souboje,
- k odebírání míčku v osobních soubojích,
- k vypíchnutí míčku.

Jaké herní kombinace rozlišujeme?

Rozlišujeme 5 základních obranných kombinací. V kategoriích U11 a U9 se soustřeďujeme převážně na kombinace **přebírání, osobní bránění a zajišťování**. Ve vyšších kategoriích je možné zařadit také kombinace **zdvojování** a **odstupování**, které jsou pro hráče více náročnější, a to zejména z pohledu taktického a z důvodu vyšších nároků na čtení hry, správné rozhodování.

Osobní bránění

Cílem této činnosti je omezení přihrávek a uvolňování se do volného prostoru ze strany útočících hráčů, důležitá je vzájemná komunikace všech bránících hráčů. V případě, pokud nastane situace, ve které hráč prohrál osobní souboj, obsazuje co možná nejrychleji nejbližšího volného soupeře.

Aplikuje se pouze v určitých situacích nebo fázích hry, je základem osobní obrany jako systému hry družstva. V utkání se využívá zejména v rovnovážných situacích a při hře 5-5 nebo v časově omezeném úseku (po vhazování, konec utkání aj.). S ohledem na značnou náročnost, jak po kondiční, tak taktické stránce není možné uvažovat o využití v průběhu celého utkání. V nižších kategoriích je využívána zejména ke zdokonalení individuální techniky osobních soubojů.

Chyby

- hráč se staví zády k míčku,
- nízká aktivita v osobním souboji,
- hráč obsazuje soupeře jen holí nebo obsazuje, atakuje jen tělo hráče.

Přebírání

Přebírání je založeno na principu, kdy bránící hráč přebírá soupeře s veškerou osobní i zónovou odpovědností. Tato kombinace vyžaduje dostatečný stupeň komunikace mezi bránícími hráči a určitou taktickou vyspělost. Realizuje se především v situacích 2-2, 3-3, 3-2 a 5-5.

Důvody pro přebírání:

- přebrání hráčů je výhodnější z hlediska další obrany nebo vytlačení útočících hráčů do vhodných prostor,
- druhým důvodem mohou být situace, ve kterých bránící hráč dočasně prohrál svůj osobní souboj a jeho spoluhráč přebírá hráče uvolňujícího se do volného prostoru nebo pronikajícího směrem k brance.

Chyby

- nedostatečná verbální komunikace,
- chybí těsnost obsazování hráče po přebrání,
- nekoordinovaný pohyb mezi hráči (oba obsazují jednoho soupeře),
- hráč se po prohraném souboji nezapojuje okamžitě do hry.

Zajišťování

Bránící hráč svým pohybem a postavením zajišťuje činnost a prostor svého napadajícího spoluhráče. Hráč musí být připraven na další obranné činnosti nebo kombinace. Dojde-li k osobnímu souboji nebo kontaktu, pak zdvojuje svého spoluhráče a odebírá míček. Pokud napadající hráč prohraje svůj osobní souboj pak zajišťující hráč přebírá pozici napadajícího. Zajišťování tedy může navazovat na:

- kombinaci zdvojení – v případě kontaktu a osobního souboje napadajícího hráče,
- kombinaci odstupování – v případě prohraného osobního souboje napadajícího hráče a tím vzniklé nerovnovážné situace (přečíslení),
- činnost napadání – v případě prohraného osobního souboje napadajícího hráče a tím vzniklé rovnovážné situace,
- další osobní souboj a situaci 1-1.

Chyby

- zajišťující hráč je daleko nebo blízko ke svému napadajícímu hráči,
- hráč je zády k míčku případně se nechá unést hrou,
- hráč není postaven mezi míčkem a vlastní brankou.

Zdvojování

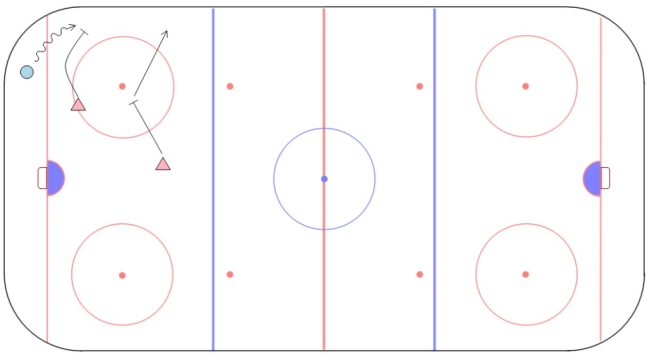
Spolupráce dvou hráčů v obranné činnosti, napadající hráč má za úkol zablokovat hráče, zdvojující (vypomáhající) hráč má za cíl míček získat. Je základem pro agresivní způsoby napadání. Nácvik se doporučuje provádět nejdříve v kategorii U13 u bočního hrazení a později v rohu. Nejtěžší je realizace zdvojování v otevřeném prostoru.

Nepostradatelným základem je technika vedení osobního souboje, především zablokování soupeře a jeho hole u hrazení. Vypomáhající hráč přistupuje až když je hůl soupeře zablokována. Cílem je vytváření početní převahy.

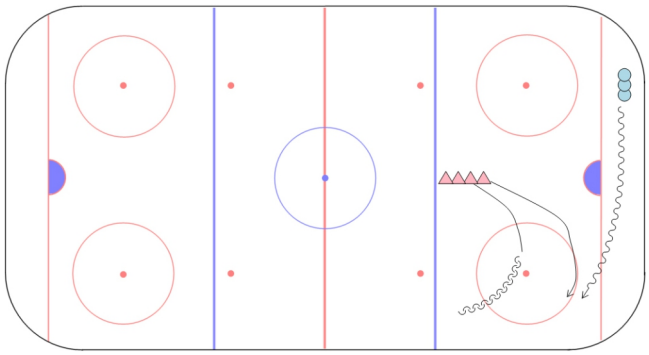
Odstupování

Odstupování představuje záměrný a dočasný přechod z těsného obsazování na zónové s cílem krytí nebo zesílení určitého prostoru. Hráč nevyvíjí snahu získat míček, zesiluje prostor a zajišťuje spoluhráče. Odstupování je realizováno ve všech herních pásmech a prostorách, např. v obranné třetině při odstoupení křídel s cílem zahustit prostor na kruzích atd.

č.1



č.2



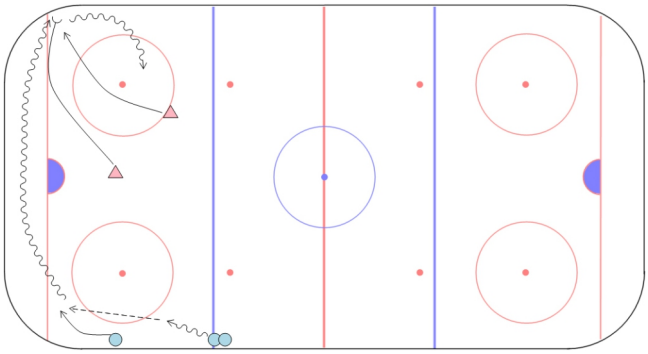
facebook.com/cesky.hokejbal twitter.com/hokejbalcz plus.google.com/+HokejbalCzech

ČMSHb
Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6

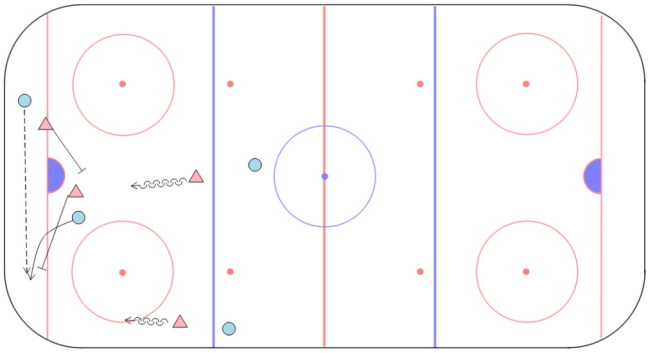
+420 603 469 494
hokejbal@hokejbal.cz

www.hokejbal.cz
www.cmshb.cz

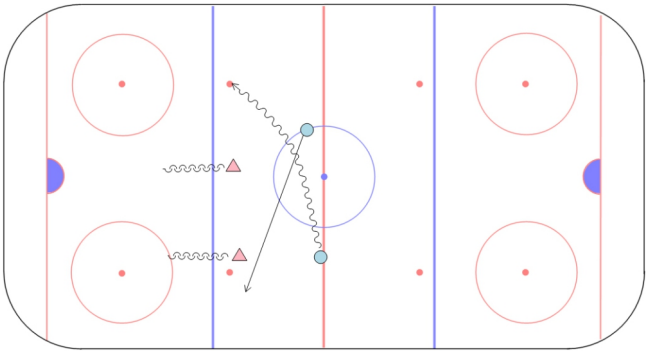
č.3



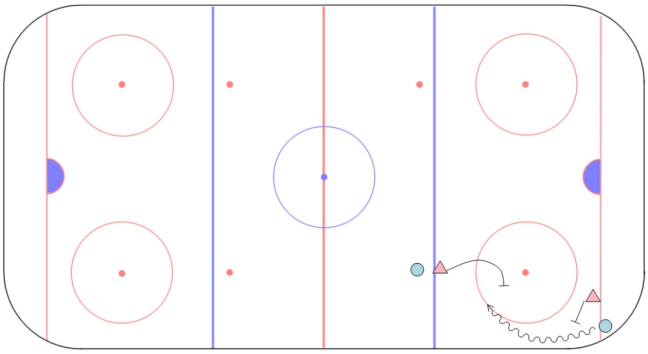
č.4



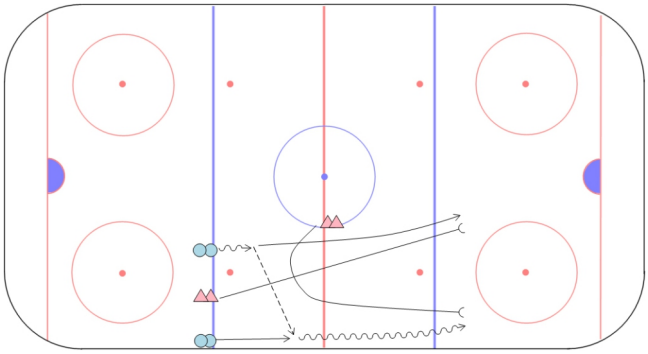
č.5



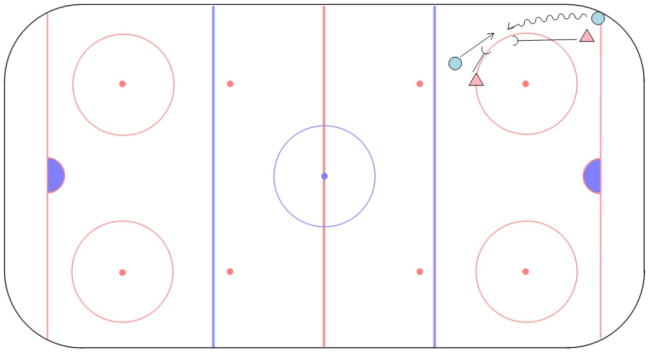
č.6



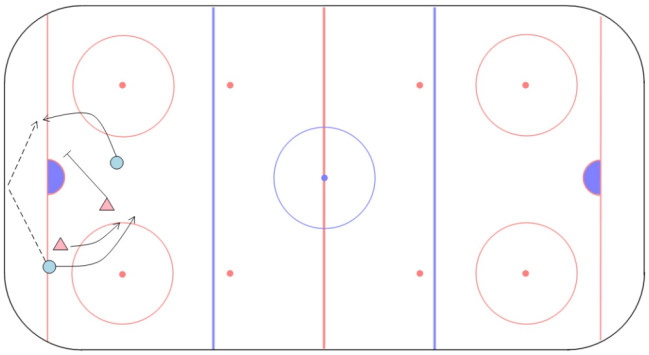
č.7



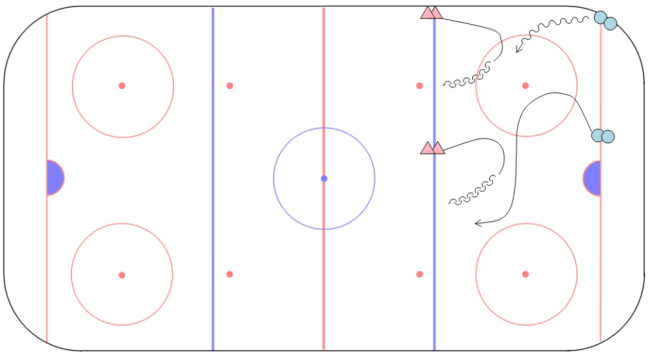
č.8



č.9



č.10



facebook.com/cesky.hokejbal twitter.com/hokejbalcz plus.google.com/+HokejbalCzech