Jak na střelbu?!
O střelbě a zakončení trochu jinak.

Kladno 1.9.2019

Martin Komárek

Proč je pohled na zakončení tolik důležitý!!!

- Střelba rozhoduje utkání
- Nácvik je vhodné (nutné) založit na dostatečném počtu opakování
- Nacvik je nutné (vhodné) realizovat v **podmínkách podobných utkání**

Střelba bez vyrušení/odporu

Kde převažuje? V tréninku? V utkání!

Střelba pod tlakem

- Tlak - **časový** a **prostorový**
- Formy a prostředky:
  - Napadající hráč - vracející se, vytlačující aj.
  - Blokující hráč
  - Střelba přes hráče
  - Střelba obránce (resp. od modré) - jaká má specifika
  - Po předcházející činnosti / V rámci činnosti
- Jak lze definovat **podmínky podobné utkání**?

Podmínky podobné utkání

- Hráč je **bráněn**
- U hráče vytváříme psychickou odolnost a sebedůvěru
- Jaké prvky využít v nácviku?

- Zakončení v předbrankovém prostoru

VETERINÁRNÍ
ORDINACE
Litomyšl
CCM
BAUER

Jiný pohled na nácvik střelby

- Střelba bez přípravy
- Střelba po přihrávce
- Po předcházející činnosti (vedení míčku, uvolnění se, klička aj.)
- V rámci vedení osobního souboje
- **Vždy realizovat s hráči, kteří mají základy HČJ**

Činnosti před/po zakončení

- Před zakončením - kde je hlavní úskalí
- **Nadměrný dribling nebo nápřah**
- Po zakončení - kde je hlavní úskalí
- **Zastavení se!**

Jiný pohled na střelbu

- Z bezprostřední vzdálenosti
- Z úhlu
- Na bližší nebo vzdálenější tyč
- Do dolní nebo horní části branky

AUTOSKLO
MARJEN
JETSPEED
jersey53.com

8
Pardubický kraj

Zakončení

Děkuji za pozornost