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

Přesilová hra

Přesilová hra je početní převaha hráčů na hřišti vzniklá zpravidla vyloučením hráčů soupeře. Význam přesilové hry pro vývoj utkání je nedocenitelný, jak z pohledu vstřelení branky v případě využití výhody, tak z pohledu psychologické vzpruhy pro celek, který v přesilové hře neinkasuje. S rostoucí úspěšností celků v přesilové hře narůstá význam této situace. Význam nácviku přesilové hry se zvyšuje v kategoriích dorostu. Z metodického pohledu lze přesilovou hru zařadit mezi herní systémy útočné

Co je to přesilová hra?

Přesilová hra je herní situace, při které je na hřišti nerovnovážný počet hráčů, a to nejčastěji v počtu 5-4, 5-3, 4-3. Mezi přesilovou hru se řadí také situace 6-5, 6-4 a vzácná situace 6-3. Jde tedy o situace, kdy na hřiště přichází šestý hráč, na místo trenérem odvolaného brankaře (tzv. „power play“). Charakter přesilové hry se může měnit nejen z pohledu na počet vyloučených hráčů soupeře, ale také s ohledem na délku vyloučení, tedy výši uloženého trestu.

V současné době patří přesilová hra mezi nejdůležitější části zápasu (platí pro utkání od kategorií dorostu po muže). V době, kdy má jeden tým na hřišti o jednoho nebo dokonce dva hráče navíc dochází k obrovské šanci vstřelit branku. Tyto situace stále častěji rozhodují utkání, proto jim většina celků věnuje významné množství času, jak v útočné, tak i v obrané fázi (hra v oslabení).

Zařazování nácviku přesilové hry je velkým tématem také z pohledu jeho načasování do konkrétní věkové kategorie. Na toto téma je možné vést dlouhé diskuze. Obecně je důležité, aby hráči měli dostatečné předpoklady v podobě kvalitních herních činností jednotlivce a osvojení základních herních kombinací. Bez osvojení těchto prvků není možné k nácviku přesilové hry přistoupit. Při zařazování nácviku přesilové hry do tréninkového procesu se nedoporučuje jej zařazovat u kategorií U13 a níže.

Obraz hry týmu v přesilové hře je oproti jiným činnostem mnohem více ovlivněn rukopisem trenéra. Každý trenér má své vlastní prvky spolupráce, kombinací či nacvičených vzorců. Jedná se jednak o různé varianty pro založení útoku, přechod středního pásma, kombinační hru v útočné třetině, vzorce vedoucí k zakončení až po pohyb a činnost hráčů po ztrátě míčku.

Význam přesilové hry v hokejbale:

- Zpravidla vysoká frekvence výskytu přesilové hry ve většině utkání – průměrně 4 – 7 za utkání (počet se může lišit dle věkové kategorie, charakteru utkání a motivace soupeřících celků). Vylučování hráčů a jejich potrestání menším trestem není nic neobvyklého. Dochází k němu i v nejslušněji vedeném zápase.
- Přední celky se prezentují úspěšnosti využití přesilové hry mezi 20 a 40 %. Úspěšnost přesilové hry se odvíjí od individuálních schopností hráčů útočícího celku, organizace hry útočícího celku a organizace hry bránícího celku.
- Oproti lednímu hokeji je v hokejbale specifické rozšíření prostoru pro kombinační hru na základě tzv. „pravidla o plovoucí modré čáře“.

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

Celek s početní převahou jednoho nebo dokonce dvou hráčů má nespornou výhodu, a proto je velký předpoklad, že tato výhoda by měla vyústit v branku. Výše uvedená procenta úspěšnosti však naznačují, že využití této výhody není až tak jednoduché. Kvalitně zvládnutá obranná fáze a územní obrana dává oslabenému týmu významnou protizbraň. Oslabený tým vstupuje na hřiště s jediným cílem: „nedostat branku“. Hráči, vědomi si svého oslabení, ze sebe vydávají často více nežli v době, kdy je počet hráčů na hřišti vyrovnán a bojují ze všech sil.

Naopak celek, který má výhodu přesilové hry často vstupuje na hřiště s vědomím výhody početní převahy a přistupuje k této variantě herního systému méně koncentrován. Mnozí hráči díky tomu hrají laxně, bez potřebného úsilí a pevné vůle branky dosáhnout. Přesilová hra a hra v oslabení mají tedy velký psychologický aspekt s přesahem k motivaci a charakteru jednotlivých hráčů.

Obecné zásady pro přesilovou hru:

- Nelze dlouhodobě uspět, hraje-li celek přesilovou hru pouze s jednou formací.
- V kvalitním celku ovládají přesilovou hru dvě speciální formace.
- Specializované formace pro přesilovou hru nehrají podle stejného vzorce. Každá formace musí mít jiný a rozdílný systém hry v početní výhodě.
- Každá formace má nacvičeny alespoň dva způsoby (vzorce) přesilové hry (platí pro všechny fáze přesilové hry).
- Doporučuje se různorodé složení formací určených k provedení přesilové hry (jde o promíchání hráčů mezi posty – platí i pro kategorii mužů).
- Klíčové body pro úspěšné řešení početní výhody jsou rychlé proniknutí do útočného pásma případně zisk míčku při vhazování v útočném pásmu.
- Vyvinout tlak na soupeře s cílem zatlačit jej do pasivní defenzivy, resp. narušit kompaktnost jeho územní obrany.
- Nepodcenit protiútok oslabeného soupeře, jeden z hráčů celou akci zajišťuje.

Fáze přesilové hry:

- založení útoku,
- přechod přes střední pásmo a vniknutí do útočné třetiny,
- zakončení.

Založení útoku má stejný význam jako při hře v rovnovážném počtu hráčů. Vždy je třeba počítat s organizovanou obrannou soupeře, a to již v útočném pásmu. Založení lze označit za základní stavební kámen přesilové hry, neboť jeho efektivní a účelná realizace zvyšuje čas strávený v útočném pásmu a ovlivňuje tak celkovou úspěšnost přesilové hry.

Založení je realizováno zpravidla z vlastního obranného pásma nebo reorganizací hry ve středním pásmu, nejčastěji rozvíjením útoku po slabé straně hry.

Možnosti založení útoku v přesilové hře:

- individuální akce jednoho z hráčů (včetně výpomoci spoluhráčů),
- kombinační spolupráce formou postupného útoku (prostřednictvím krátkých přihrávek nebo přenechání míčku),
- dlouhá průniková přihrávka směřující z obranného do středního pásma.

Ve středním pásmu hrozí riziko v podobě ztráty míčku a protiútoku soupeře, z těchto důvodu je třeba apelovat na jednoduchou hru s tlakem na účelné kombinační prvky.

Možnosti přechodu středního pásma v přesilové hře:

- individuální akce,
- vzájemná spolupráce útočících hráčů (praktikováno zejména proti celkům, které nepraktikují rychlý přístup k
- soupeři, nebrání modrou čáru obranné třetiny nebo ustupují do hloubky obranné třetiny),
  nastřelení (nahození) míčku.

Úspěšnost přechodu přes modrou čáru představuje stěžejní část přesilové hry. Při individuálním průniku se hráč v držení míčku dostává pod tlak, což klade zvýšené nároky na kvalitní krytí míčku a také součinnost se spoluhráči, kteří se svým pohybem nabízení do volných prostor nebo hráče v držení míčku zdvojují.

Spolupráce útočníků ve středním pásmu lze připodobnit k řešení útočné akce 3-2 nebo 3-3. Zde je doporučována akce na jednu přihrávku a poté vniknutí do obranného pásma soupeře.
Nastřelení míčku a jeho následné získání je další z variant vniknutí do útočného pásma při přesilové hře. Nejedná se bezhlavé nahození nebo nastřelení míčku, jde o nacvičené provedení včetně definování jednotlivých úloh pro dané hráče. Nastřelení míčku je možné realizovat podél hrazení nebo úhlopříčně se záměrem dostat jej ze silné strany na slabou stranu. Získání míčku je záležitostí vzájemné spolupráce hráčů. První hráč většinou blokuje soupeře a umožní tak druhému hráči míček získat. Podstatná je také pozice třetího útočníka, které může postavením na slabé straně (protilehlý roh nebo strana hřiště) eliminovat při příjmu přihrávky agresivní přístup soupeře a tím usnadnit zaujetí základního rozestavení v přesilové hře.

Nelze opomenout také nastřelení míčku na brankáře bránícího celku ve snaze získat vhazování v útočném pásmu. K tomuto vniknutí do útočného pásma je výhodnější použít obránce. Střela, vyslaná na branku soupeře nemusí být prudká. Podstatná je spolupráce s útočníky, kteří svým pohybem směrem k brance nesmí nechat brankáře míček rozehrát.

V přesilové hře má nepostradatelnou roli vhazování. Prohrané vhazování v útočné třetině a následné vyhození míčku může mít za následek ztrátu 10–20 vteřin přesilové hry. Po ztrátě míčku nejen po vhazování je třeba koordinované činnosti hráčů s cílem získat míček zpět pod svou kontrolu, uvedená součinnost hráčů v pohybové aktivitě plní roli:

- tvorby tlaku a napadání soupeře ve fázi, kdy celek v početní výhodě není v držení míčku,
- nabízení se do volných prostor ve fázi, kdy celek v početní výhodě získal míček zpět pod svou kontrolu,
- rychlé reorganizace útoku.

Zakončení přesilové hry je možné realizovat jako základní nacvičený vzorec v kombinaci s improvizací jednotlivých hráčů. Častá střelba a střelba po přihrávce jsou cestou ke vstřelení branky, a to za podmínky aktivní činnosti hráče na brankovišti s tlakem na clonění brankaři. Zakončení přesilové hry je ve znamení opakovaného řešení situace 2-1, cílem je, aby hráč v držení míčku měl vždy možnost přihrávky na volného hráče. Nejčastější kombinační prvky při přesilové hře:

- rotace dvou nebo třech hráčů,
- spolupráce mezi hráčem u hrazení a hráčem na modré čáře,
- spolupráce mezi hráči na modré čáře,
- spolupráce mezi hráčem na silné a slabé straně,
- výpomoc v situacích 1-1 na 2-1 (zdvojení).

Pozor na přihrávání bez tlaku na branku, které je pro soupeře výhodné. Uvedené nevede ke vstřelení branky, naopak vede ke ztrátě času pro realizaci efektivního zakončení přesilové hry. Nezapomínejme, že přesilová hra je spojení zautomatizovaných dovedností a schopností improvizovat, vymyslet náhle nečekané řešení.

Rozestavení hráčů při přesilové hře v útočné třetině
Nejčastější početní výhodou je hra 5-4. V praxi je realizována zpravidla dvojice rozestavení:

- s dvěma hráči na modré čáře (toto rozestavení je doporučováno při nácviku v kategorii žáků) – výhodou
- rozestavení je možnost využití pravé i levé strany s přechodem na celou řadu dalších modifikací,
- s jedním hráčem na modré čáře.

Jaké aspekty přesilové hry známe?

Technické:

- technická úroveň hráčů,
- improvizační schopnosti hráčů,
- orientace na malém prostoru a schopnost prosazení na brankovišti soupeře.

Taktické:

- kvalitní příprava přesilové hry (zodpovědný je především hlavní trenér),
- výběr varianty přesilové hry např. dle – strategie a výkonnosti soupeře, vlastní výkonnosti, prostředí a podmínek (např. velikost hřiště). Pod variantou přesilové hry je myšleno: založení přesilové hry, principy rozestavení hráčů, na které navazuje finální zakončení akce.
- vliv mají technické aspekty = úroveň HČJ hráčů nebo držení hole hráčů, kteří jsou součástí přesilovkových formací.

Psychologické:

- pocit bezpečnosti z početní převahy může utlumit nasazení hráčů,
- hráči, kteří jdou na přesilovou hru musí mít potřebnou míru sebedůvěry,
- nevyužitá přesilová hra může přinést výhodu nebo motivaci pro hráče soupeře.

Kondiční:

- Energetické krytí je převážně v aerobní zóně = potvrzuje potřebnost dvou kvalitních formací na přesilovou hru

Požadavky na hráče:

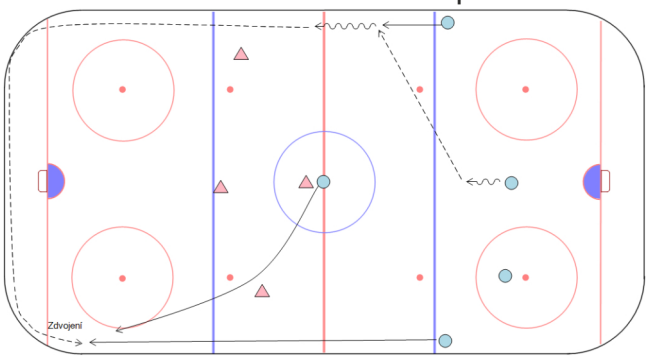
- předvídavost a schopnost číst hru,
- improvizace a kreativita (např. dovednost klamání a fintování),
- hra na malém prostoru a pod tlakem (zejména v situacích 2-1),
- přesná a rychlá střela (i bez přípravy),
- efektivní přihrávka včetně všech aspektů,
- schopnost vázat na sebe soupeře, blokovat a clonit soupeře,
- orientace v před brankovém prostoru (clonění a dorážení).

Nácvik přesilové hry:

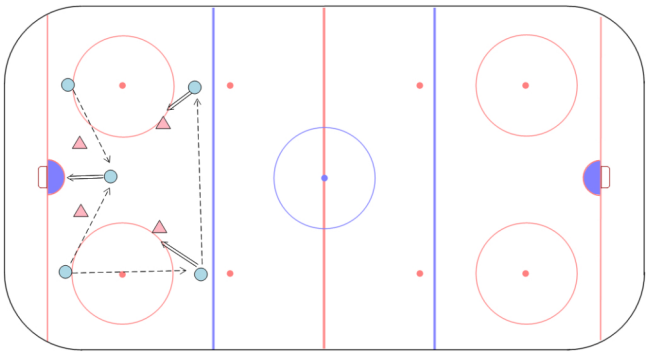
- prvním důležitým krokem je teoretická příprava,
- se nedoporučuje provádět v kategoriích U11 a U9,
- v kategoriích U15 a U13 hraje pouze doplňkovou a okrajovou roli (doporučuje se nácvik nezařazovat u kategorií U13 a níže),
- v kategoriích U15 a U13 není specializován,
- je specializován od kategorií dorostu,
- se zaměřuje na všechny fáze přesilové hry (založení, přechod a vniknutí do pásma, zakončení),
- je v úvodní fázi realizován bez odporu (bez soupeře) nebo se sníženým odporem (nižší počet bránících hráčů nebo otočení jejich holí).

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

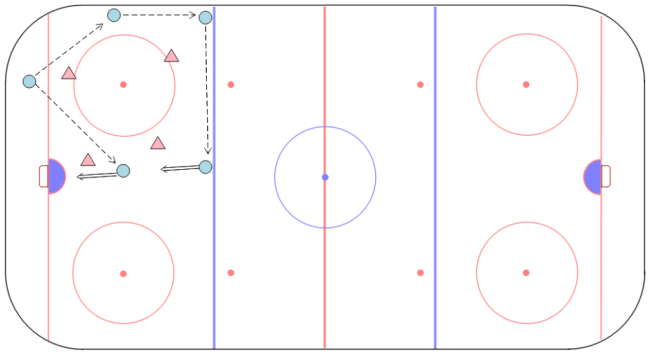
Cvičení č.1 - Nastřelní míčku v přesilové hře



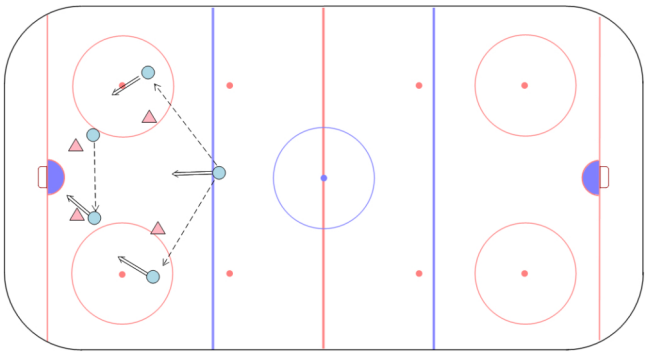
Cvičení č.2 - Rozestavení 2 - 1 - 2



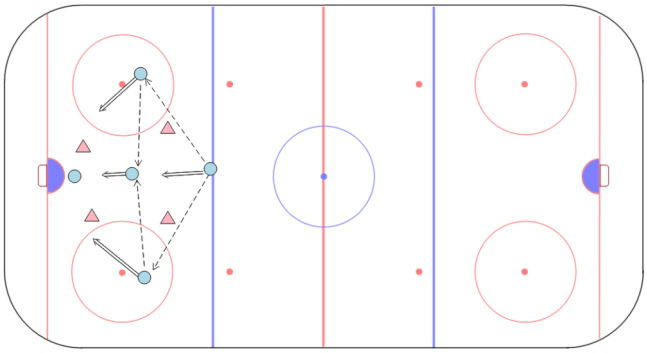
Cvičení č.3 - Rozestavení 2 - 1 - 2



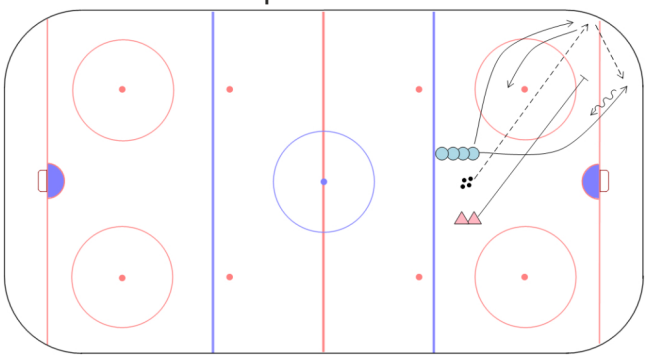
Cvičení č.4 - Rozestavení 1 - 2 - 2



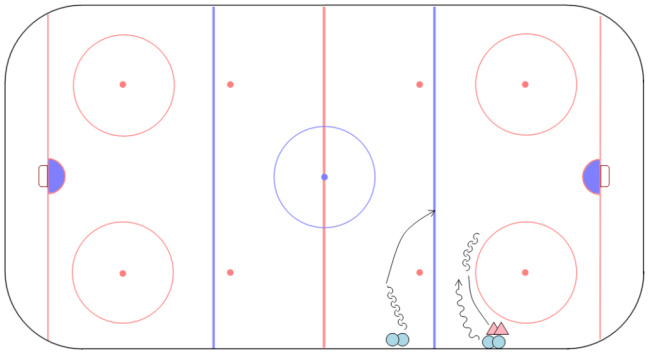
Cvičení č.5 - Rozestavení 1 - 3 - 1



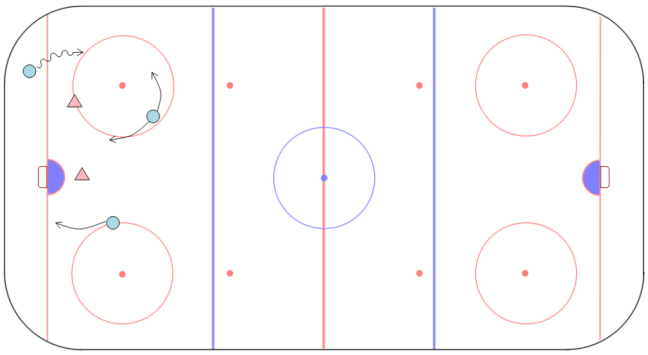
Cvičení č.6 - Průpravné herní cvičení 2 - 1



Cvičení č.7 - Průpravné herní cvičení 2 - 1



Cvičení č.8 - Průpravné herní cvičení 3 - 2



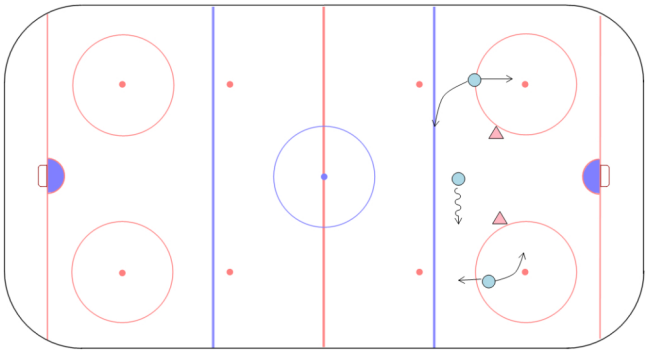
facebook.com/cesky.hokejbal twitter.com/hokejbalcz plus.google.com/+HokejbalCzech

ČMSHb
Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6

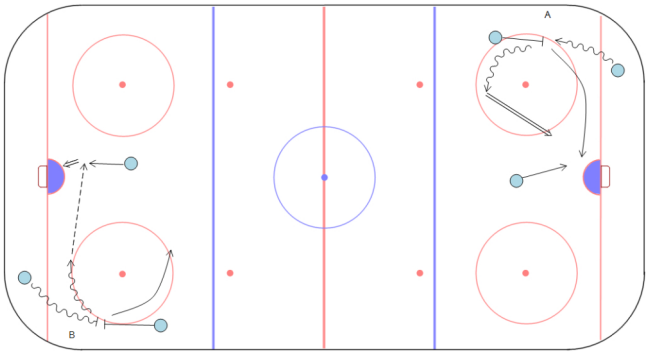
+420 603 469 494
hokejbal@hokejbal.cz

www.hokejbal.cz
www.cmshb.cz

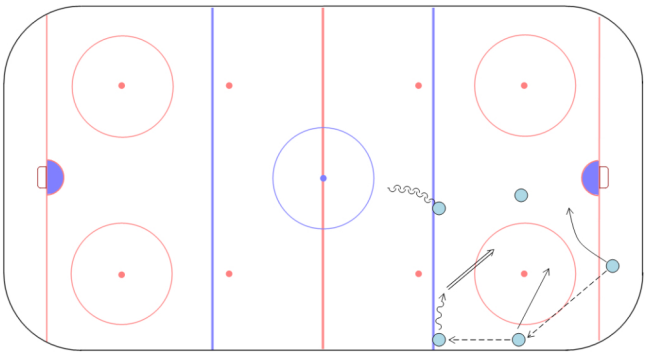
Cvičení č.9 - Průpravné herní cvičení 3 - 2



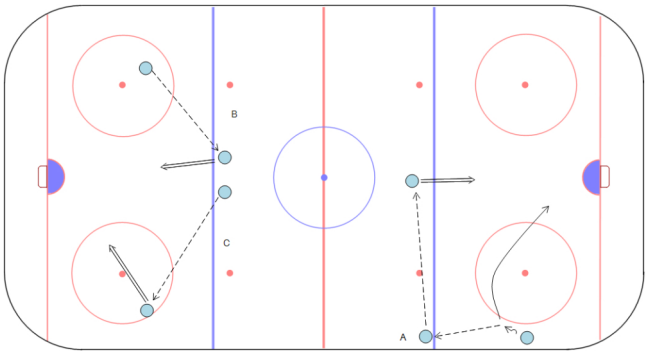
Cvičení č.10 - Kombinace trojice hráčů



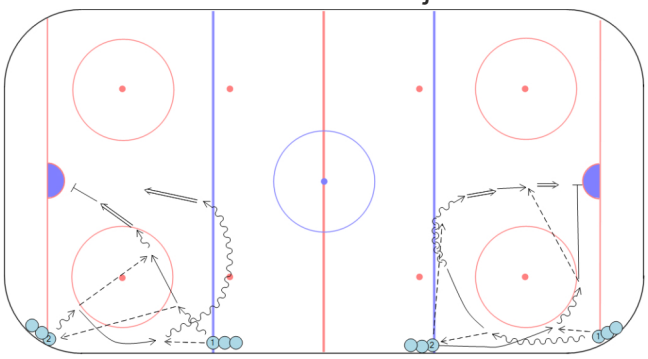
Cvičení č.11 - Kombinace pětice hráčů



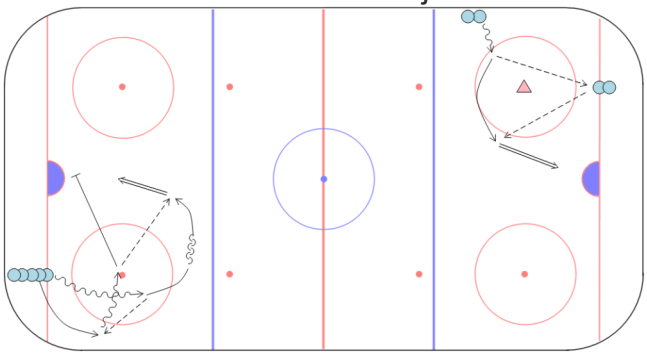
Cvičení č.12 - Součinnost útočících obránců



Cvičení č.13 - Přihraj a běž



Cvičení č.14 - Přihraj a běž



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