



ČMSHB

Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6

+420 603 469 494
hokejbal@hokejbal.cz

www.hokejbal.cz
www.cmshb.cz

Křížení v hokejbale

Křížení řadíme mezi útočné herní kombinace. Kombinace je založena na výměně míst útočících hráčů s cílem uvolnění se hráčů do volných prostor a odpoutání se od bránících hráčů soupeře. Kombinace založené na principu křížení se mnohdy spojují s dalšími kombinacemi, a to zejména s přenecháním míčku, cloněním nebo zpětnou přihrávkou.

Co je to křížení a kdy se uplatňuje?

Křížení je vzájemnou spoluprací dvou a více hráčů, kteří se podílejí na řešení herních situací s cílem přečíslení soupeře, získat prostor pro rozvíjení útoku nebo jeho zakončení. Rozhodující úlohu má hráč bez míčku. Křížení je využíváno zejména v situacích 2-1, 3-2, 2-2 a 3-3 a to ve všech fázích vedení útoku nebo při přechodu do OP.

Základním předpokladem pro trénink křížení je správné zvládnutí herních činností jednotlivce, zejména vedení a krytí míčku, resp. uvolňování se hráče bez míčku. Provedení uvedených činností je třeba realizovat v pohybu s tlakem na čtení hry a vizuální kontrolu spoluhráčů.

Pro křížení v hokejbale je ideální začít s nejjednoduššími cvičeními v kategorii přípravků a mladších žáků, postupně zařazovat složitější kombinace až do kategorie mužů.

Herní činnosti jednotlivce nezbytné pro nácvik křížení:

- vedení míčku se zvednutou hlavou (sledovat pohyb spoluhráče/protihráče),
- krytí míčku,
- přihrávka (přesná a včasná přihrávka do hokejky),
- přenechání míčku spoluhráči (důležité je zejména vytvoření prostoru pro přenechání včetně krytí míčku před soupeři a správné naběhnutí spoluhráče proti holi hráče vedoucího míček),
- správné načasování (timing) přihrávky a pohybu,
- komunikace mezi hráči (udržovat vizuální kontakt atd.), resp. dokázat reagovat na pohyb spoluhráč nebo soupeře,
- čtení hry a předvídání dalšího vývoje herní situace.

Základní rozdělení dle herních situací

Dle polohy míčku v rámci spolupráce dvou hráčů lze pojmenovat základní význam a přínosy:

- hráč s míčkem svým pohybem odtáhne obránce soupeře do nevýhodných prostor a uvolní prostor pro dalšího útočícího spoluhráče,
- hráč, nebo hráči bez míčku cloní obránce a vytváří volný prostor pro hráče s míčkem (nedojde k předání, přenechání nebo přihrávce míčku),
- hráč bez míčku se uvolňuje do prostor, které předtím vytvořil křížící spoluhráč v držení míčku.

Dle prostor na hřišti je možné křížení rozdělit na:

- křížení při založení útoku,
- křížení při přechodu středního pásma,
- křížení při rotaci (hře v útočném pásmu).



Křížení při založení útoku

Přichází ve fázi, kdy obránci získají míček v obraném pásmu a útočníci se vzájemným křížením uvolňují od bránících hráčů a nabízejí se pro nahrávku od obránců. Je velice důležité, aby hráči využili co největší prostor do šíře hřiště. Pokud však nedojde k přihrávce po prvním překřížení útočících hráčů, je vhodné křížení zopakovat. Ideální je, pokud se do této herní situace zapojí co nejvíce útočících hráčů. Jeden z hráčů ovšem vždy obsazuje osu hřiště a nachází se v prostorách, kde by mohl v případě ztráty míčku zajišťovat situaci nebo krýt prostor a zamezit tak protiútoky soupeře. Každý celek by měl mít několik variant, jak zakládat útok, tedy jakým způsobem křížit a uvolňovat jednotlivé hráče.

Prvky křížení lze ve fázi založení identifikovat také u rozehrávajících obránců, kteří mohou křížením vyměnit své pozice zejména proti ustoupené obraně soupeře nebo lze křížení obránců využít v kombinaci se zpětnou přihrávkou pro zmatení soupeře po jaké straně hřiště bude rozehráni útok vedeno.

Křížení při přechodu středního pásma

Většinou přichází ve fázi postupného útoku, kdy se útočící družstvo snaží překonat zkonsolidovanou obranu soupeře. Díky překřížení má útočící mužstvo možnost dezorientovat bránící hráče a uvolnit se pro přihrávku do volného prostoru. Toto křížení je spojené s přechodem do útočného pásma soupeře. V hokejbale je velmi vhodné jej využít také pro přechod do útočného pásma při přesilové hře. Jedná se o činnost, kterou je nutné pečlivě natrénovat a využít jako jeden ze signálů, který bude znám všem hráčům celku. Význam křížení narůstá zejména v situacích hry proti hluboko ustoupené obraně soupeře nebo v přechodové fázi pro vytvoření prostor v rovnovážných herních situacích.

Křížení při rotaci

Je zejména využíváno ve fázi, kdy má útočící celek v útočném pásmu těsně obsazené hráče a nemůže se prosadit proti zkonsolidované obraně soupeře. Křížením při rotaci dochází k uvolnění útočících hráčů. Je využitelné při hře 5-5, nebo při přesilové hře. Mezi základní varianty je možné řadit křížení s přihrávkou (nejčastěji zpětnou) a křížení s přenecháním míčku a odcloněním bránícího hráče. Během jedné herní situace je možné křížení opakovat, případně i měnit směr rotace a počet zapojených hráčů, kteří se do této herní kombinace zapojují. Do křížení je možné zapojit zpravidla 2 nebo 3 útočící hráče ve formátu útočník a útočník nebo 2 útočníci a 1 obránce.

Chyby při křížení:

- ztráta vizuálního kontaktu se spoluhráčem,
- hráči se přestanou pohybovat a zastaví se,
- špatně zvolený směr křížení nebo směr naběhnutí pro míček (naběhnutí vždy proti hokejce spoluhráče nikoliv proti tělu spoluhráče),
- nereagování spoluhráčů na křížení,
- hráč nezareaguje a nepřebere míček (nejde o případy cíleného nepřenechání míčku),
- hráč se zastaví nebo zpomalí svůj pohyb (nedojde k odtažení soupeře nebo se nevytvoří prostor pro přihrávku),
- špatné načasování přihrávky,
- provedení pouze jednoho křížení a jedné výměny místa (zejména v útočné třetině je vhodné křížení, rotaci a uvolnění se hráčů opakovat),
- přehnaný počet provedení křížení a výměn místa (zejména v útočné třetině se pak hra odehrává pouze v rohu a podél hrazení bez tlaku do branky a zakončení akce).



Nácvik křížení v hokejbale

Základem jsou pohybová cvičení, ve kterých se hráči učí zejména pohybovat a reagovat na pohyb spoluhráčů a protihráčů. Po stránce techniky a herních činností jednotlivce je cílem zejména přenesení základů vedení, krytí míčku a jeho přenechání v daných herních situacích.

Chyby při křížení:

- Přípravka – nácvik přihrávek s křížením ve formátu 2-0 (nácvik je zpravidla spojen s nácvikem výměny míst nebo přenechání míčku – osvojení principu křížení má tedy spíše sekundární význam).
- Mladší žáci – nácvik křížení ve formátu 2-0, 2-1. Po zvládnutí pohybové a technické složky doporučujeme trénovat herní situace s odporem soupeře. Nejdříve pasivním, poté i aktivním.
- Starší žáci – nácvik křížení v herních situacích 2-0, 2-1, 3-1, 3-2 včetně změn prostor na hřišti a fázích útoku, kdy je křížení nacvičováno.
- Dorost – zařazujeme již také nácvik v rovnovážných formátech 2-2, 3-3 nebo pod časovým a prostorovým tlakem.
- Junioři a muži – tlak na rozvoj taktické složky plynoucí z uplatnění křížení v herních situacích.

Doporučení pro nácvik křížení:

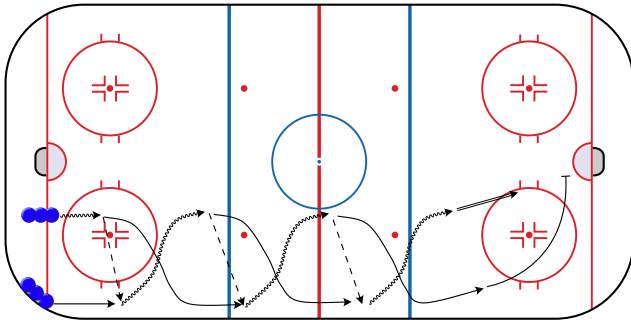
- pravidelně zařazovat cvičení na křížení nebo jeho prvky do TJ,
- prvotní nácvik doporučujeme provádět v rámci cvičení zařazených do průpravné části TJ (zejména v situaci 2-0 bez odporu soupeře),
- trénovat od nejjednodušších variant až po složitější herní situace,
- nácvik křížení realizovat včetně obměny prostoru případně pásma,
- v nižších kategoriích začít na zmenšeném prostoru, později přes celou šířku nebo délku hřiště,
- zařazovat varianty cvičení s přihrávkou i cvičení s přenecháním míčku,
- zaměřovat se na velice důležitý pohyb hráčů bez míčku plnicí jednak roli uvolnění sebe sama do volného prostoru, tak i význam pro uvolnění se spoluhráčů a vytvoření prostoru pro nahrávku nebo další rozvíjení akce,
- doporučujeme pohyb hráče bez míčku směřovat do správných míst s cílem umožnit přihrávku (vhodné je zejména cvičení s odporem soupeře, kdy uvolňující se hráče reaguje na pohyb soupeře – při prvotním nácviku je vhodné omezit prostor bránícímu hráči např. kužely),
- rozhodnutí pro křížení vychází, jak od hráče s míčkem, tak od hráče bez míčku – základem je vizuální kontakt a kontrola spoluhráčů včetně čtení hry,
- po ovládnutí základů křížení lze cvičení ztížit nejprve pasivním a poté i aktivním odporem bránících hráčů (zejména v situaci 2-1),
- doporučujeme postupně jednotlivá cvičení ztížit nebo zlehčit pomocí timingu (načasování), kdy je možné stavbou cvičení vytvořit útočícím hráčům větší nebo menší časový prostor před přistoupením bránících hráčů,
- pro transfer prvků křížení do utkání je důležité vysvětlit hráčům význam jednotlivých herních kombinací, kdy se jsou hráči vedeni k rozhodování, kdy, jak resp. zdali vůbec danou kombinaci v konkrétním případě využít.

Nezapomeňte na důležité body:

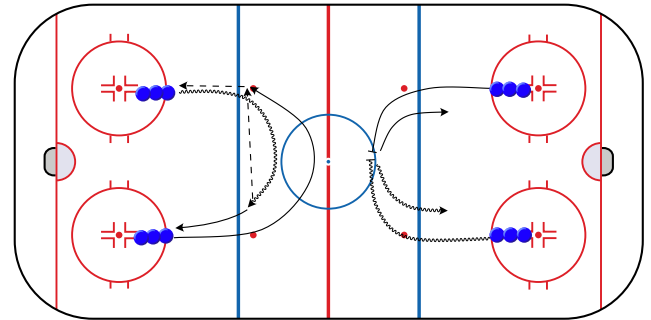
- jednodušší formy křížení se prolínají do nácviku dalších herních kombinací,
- prvky herních kombinací je možné nacvičovat až v moment dostatečného základu v podobě herních činností jednotlivce (bez základu HČJ je nácvik kombinací neefektivní a neúčelný),
- základem jsou vždy cvičení, která vycházejí z reálných herních situací.

Text je vytvořen v rámci absolventské práce studia B licence Jaromíra Kotlíka.
Korekce, úpravy a doplnění textu: Martin Komárek

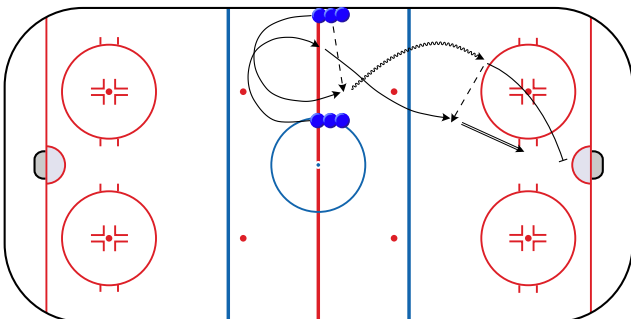
č.1 - Návík křížení



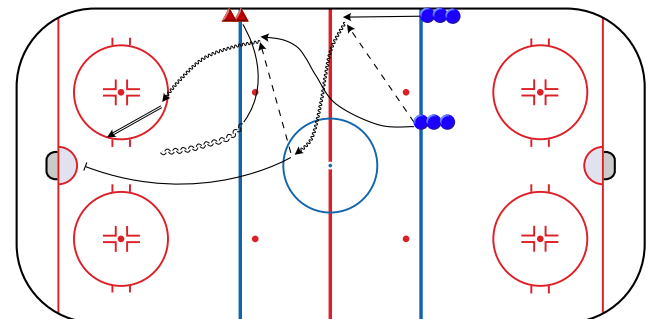
č.2 - Návík křížení (včetně přenechání míčku)



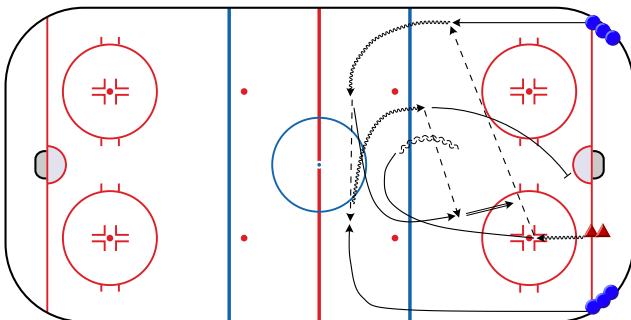
č.3 - Návík křížení v situaci 2-0



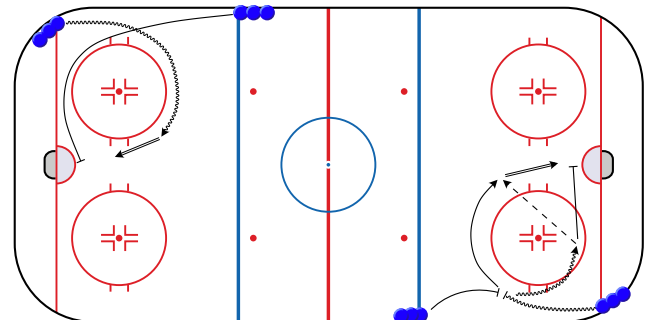
č.4 - Návík křížení v situaci 2-1



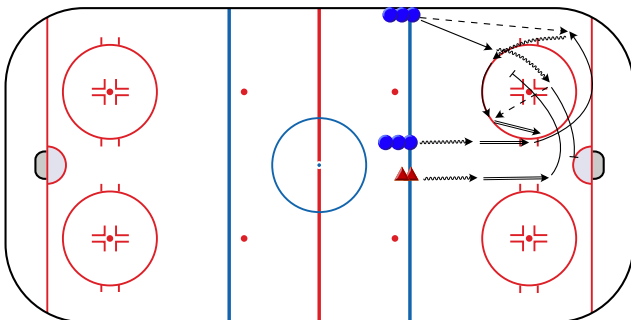
č.5 - Návík křížení v situaci 2-1



č.6 - Křížení při rotaci dvou hráčů



č.7 - Křížení při rotaci dvou hráčů (pod tlakem soupeře)



č.8 - Křížení při rotaci dvou hráčů v situaci 2-2

