ČMSHb
Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6

+420 603 469 494
hokejbal@hokejbal.cz

www.hokejbal.cz
www.cmshb.cz

Fintování, kličkování, klamání

Mezi základní herní činnosti jednotlivce patří uvolnění hráče v držení míčku pomocí kličkování, klamání nebo fintování. Takové činnosti označujeme za ryze útočné prvky, jejichž cílem je oklamání soupeře, získání více času, početní převahy v herní situaci nebo výhodnějšího postavení pro střelbu nebo kombinaci.

Základním stavebním kamenem správného provedení je technika hole, koordinace pohybu, rychlost provedení a rozhodnutí, vždy ovšem v kombinaci s momentem překvapení v kontextu čtení hry v dané herní situaci. Dalším a neméně důležitým faktorem je kreativita a osobní inteligence hráče a hráčky, kterou je vhodné rozvíjet nejen v utkání, ale také v rámci tréninkových jednotek.

Některé z technik můžeme použít jak při držení míčku, tak i při uvolnění hráče bez míčku do volných prostor nebo k realizaci další útočné kooperace se spoluhráči.

Kličkování, fintování hráče v držení míčku je realizováno:

- tělem nebo rameny,
- činností hole,
- náhlou změnou směru nebo rychlosti,
- prohozením,
- obejitím,
- obhozením,
- naznačením přihrávky nebo střely.

Klamání bez míčku za účelem uvolnění se do volných prostor je realizováno:

- změnami směru pohybu hráče,
- změna rychlosti,
- naznačením (pohybu, přihrávky, zakončení, kličky atd.).

Všechny tyto techniky mají za cíl zbavení se soupeře a získání prostorové nebo časové výhody. Velmi záleží na čtení hry hráčem, který techniky provádí v závislosti na prostoru a načasování. Míry překvapivosti a načasování jsou přímo spojeny výhodami těchto akcí nebo jejich riziky.

Aby hráč/hráčka správně ovládli techniky klamání a fintování musí výborně ovládat hůl a být po stránce koordinačně rychlostní dobře připraveni. Dalším důležitým aspektem pro skvělé zvládnutí je být co nejméně čitelní pro soupeře. Soupeř musí uvěřit nabízenému cíli nebo provedení, zatím co bude provedeno jiné původně plánované řešení.

ČMSHb
Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6

+420 603 469 494
hokejbal@hokejbal.cz

www.hokejbal.cz
www.cmshb.cz

Klamání tělem

Provádí se pomocí naznačení tělem, popř. jen rameny za účelem nalákání bránícího hráče do jiného směru, než bude ve skutečnosti pohyb veden. Tato technika se používá jak s míčkem, tak v situacích bez míčku, kdy se hráč svým klamným pohybem snaží získat možnost uvolnit se do prostoru pro přijetí míčku, další útočnou spolupráci nebo jen váže svým pohybem pozornost a aktivitu bránících soupeřů. Tento prvek je v utkání velmi častý a vyskytuje se ve většině situací 1-1 a při nabízení hráčů bez míčku do volných prostor.

Náhlá změna směru, rychlosti

Tato technika je kombinací koordinačních a rychlostních dispozic. Pro vytvoření největší převahy jsou nejvhodnější výbušné typy. Zařazování prvků a pohybových cvičení založených na změnách směru je vhodné zařazovat od nejnižších věkových kategorií.

Prohození

Prohození je výhodné zejména na **otevřeném prostoru**. Pro správné provedení musí hráč disponovat dobrou technikou hole a nalákat obránce na změnu směru, aby nebyl bránící hráč schopen reagovat na prohození. Prohození je realizováno ve variantách pod holí nebo tělem soupeře. Nevýhodou a limitem prohození je praktikování této techniky na zahuštěném prostoru nebo v prostorách v blízkosti branky soupeře či v případech, kdy je prostor na hřiště, kam je míček směřován, zajišťován jinými vracejícími se soupeři.

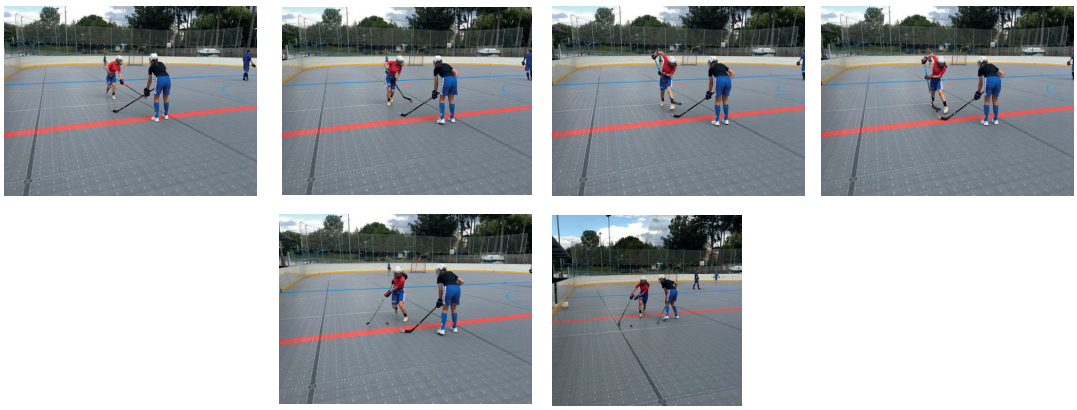
ČMSHb
Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6

+420 603 469 494
hokejbal@hokejbal.cz

www.hokejbal.cz
www.cmshb.cz

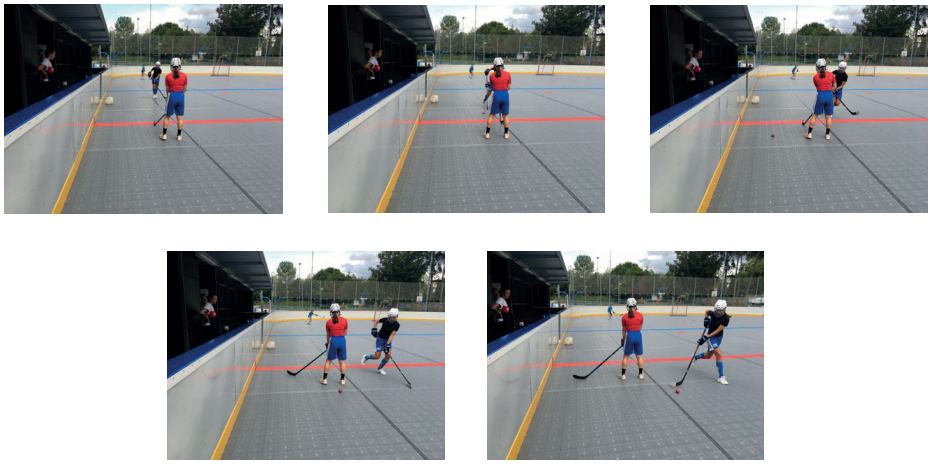
Technikou hole (driblováním, stažením)

Tato technika je velmi náročná na precizní zvládnutí. Pokud jsou hráči skvěle technicky vybaveni mají obrovskou výhodu a tuto techniku při správném klamání mohou použít i ve stoje, tzn. bez rychlosti.



Obhození

Obhození lze použít v situaci, kdy má hráč **dostatek prostoru**. Technika je velmi podobná prohození jen je uplatňována zejména v prostorách okolo hrazení. Tuto techniku lze použít jak s pomocí mantinelu, tak i velmi omezeně ve volném prostoru. Hráč naznačí tělem klamavý pohyb a míček kolem obránce posílá jinou stranou, než sám soupeře obíhá.



Naznačení přihrávky nebo střely

Cílem útočníka/hráče v držení míčku je obránce přesvědčit o svém úmyslu, že bude přihrávat nebo střílet, a tím si vytvoří prostor k obejití a následnému zbavení se bránícího hráče. Akce musí být provedena s důrazem na věrohodnost nalákání soupeře na přihrávku potažmo střelu.

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

Shrnutí

Nároky na mladé hráče a provedení technik klamání a fintování se odvíjí od tlaku na hráče v zápasových podmínkách, ve kterých jsou tyto prvky využívány. Tento přístup lze shrnout zejména do **provedení na malém prostoru s tlakem na co nejlepší kontrolu míčku** s množstvím změn směru v zahuštěných prostorách pod tlakem bránících hráčů. Dovednost naznačování a klamání tedy plně doplňuje škály technik pro řešení situace 1-1 a krytí míčku pod tlakem soupeře. Situace je vhodné lokalizovat do prostor:

- roh hřiště,
- okolo hrazení,
- u modré čáry,
- u osy hřiště,
- předbrankový a střelecký prostor.

Prvky uvolňování hráče s míčkem i bez míčku je vhodné pravidelně zařazovat do TJ všech věkových kategorií s akcentem na klamání tělem, pohybem holí a změnou rychlosti nebo směru. Forma provedení v kategoriích U11 a U9 by měla být rozšířena o položení obratnostních a koordinačních základů pohybů formou her a průpravných soutěží.

Jak na nácvik?!

Nácvik většiny technik se provádí po položení dovednostního základu vedení míčku a zvládnutém ovládání míčku holí. Nejprve se začíná v pomalém pohybu a na místě ve volném prostoru, popř. s kužely. Poté postupně přidáváme pohyb a zvyšujeme rychlost pohybů, až po dokonalé zvládnutí kličky nebo finty. Po zvládnutí technik používáme pro dokonalé zažití zejména cvičení 1-1 případně 2-2, abychom dostali hráče pod tlak a do časové tísně.

Dle kategorií:

- U9 – pohybové hry se změnami směru, hry na malém prostoru 1-1 a 2-2,
- U11 – hry na malém prostoru 1-1, 2-2, 3-3 včetně průpravných her ve dvojicích nebo v rámci skupinového nácviku,
- U13 – rozšiřování o prvky uvolňování hráčů bez míčku formou klamného naznačení,
- U15 – provedení forem klamání v zápasových podmínkách (časový, prostorový tlak v kombinaci s pasivním/aktivním soupeřem).

Chyby při nácviku nebo provedení:

- snadno čitelné, předvídatelné (signalizované) akce,
- nedostatečná rychlost provedení nebo rozhodování (příliš pomalé provedení atd.),
- nezvládnutá technika provedení,
- provedení v nevhodnou dobu (špatné načasování),
- provedení v nevhodném prostoru nebo vzdálenosti od soupeře,
- absence klamného pohybu nebo klamné změny směru (případně činnosti hole).

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