



Rovnovážné a nerovnovážné herní situace

Téma rovnovážných a nerovnovážných herních situací propojuje prvky herních činností jednotlivce se základy spolupráce 2 až 3 hráčů na malém prostoru v předem definovaných časových nebo prostorových úsecích hry. Úspěšnost řešení těchto situací, jak z pohledu útočícího, tak pohledu bránícího celku, vytváří rozdílové předpoklady pro tvorbu střeleckých příležitostí případně jejich efektivní řešení.

Všechny situace na hokejbalovém hřišti lze rozdělit na **rovnovážné a nerovnovážné**, při kterých se setkává **stejný**, nebo **nestejný** počet hráčů. Dále je lze rozdělit z pohledu útočícího, či bránícího týmu na útočné a obranné. **Útočné** situace jsou všechny akce, ve kterých je **tým v držení míčku**. Nezáleží přitom na jaké části hřiště se odehrává. **Obranné** situace jsou všechny akce, ve kterých je tým **bez míčku** a snaží se jej získat zpět pod svou kontrolu. Opět přitom nezáleží, na jaké části hřiště se hra, akce odehrává.

Útočící i bránící hráči musí součinně pracovat s ostatními spoluhráči. Pro správné řešení těchto situací musí mít taktické i technické dovednosti na vysoké úrovni. Musí mít dostatek předvídatosti a v některých situacích i schopnosti pro improvizaci. Musí se naučit nesledovat primárně míček, ale protihráče a zároveň postavení svých spoluhráčů. Všechny aspekty a vjemy správně vyhodnotit a na ně reagovat.

Rovnovážné herní situace

Při rovnovážné herní situaci se na určitém prostoru hřiště setkává, resp. střetává, stejný počet hráčů od obou celků, tedy (1-1, 2-2, 3-3 a další). Snahou útočícího týmu v tomto případě je učinit z rovnovážné situace nerovnovážnou a dostat se do lepší pozice pro vstřelení branky. Bránící tým se naopak snaží udržet situaci rovnovážnou, vytlačit soupeře v držení míčku do prostor k hrazení, jeho akci zbrzdit nebo zahustit prostor pro další rozvíjení akce soupeřem.

Tuto situaci můžeme rozdělit vždy na jednotlivé souboje, ve kterých je vždy situace 1-1. Jde o klíčové situace, které mohou rozhodnout o vývoji utkání. Zároveň však tyto akce lze řešit i spoluprací všech hráčů, kteří do akce zasahují, např. přenecháním míčku, křížením atd.

Rovnovážná situace 1-1 by měla být součástí každé tréninkové jednotky jakékoliv věkové kategorie. Ostatní situace 2-2, 3-3 a další by měly být v kategorii U11 a nižší trénovány pomocí hry. V samostatných cvičeních by měly být trénovány až od kategorie U13.

Situace 1-1 lze dále rozdělit na:

- s míčkem (vedení osobního souboje z pohledu obrany/útočce),
- bez míčku (obsazování nabízejícího se nebo uvolňujícího se hráče celku v držení míčku).

Z pohledu útočícího týmu

Ize situace 1-1 řešit:

- individuálním přechodem přes hráče pomocí klíčky, klamání, fintování:
 - částí těla - pohybem hlavy, rameny, trupem přinutit obránce k chybnému pohybu,
 - změnou směru běhu,
 - změnou rychlosti běhu – zrychlení či zpomalení,
 - pohybem hole – naznačení střely, přihrávky,



- obhozením (v prostorách u hrazení),
- prohozením (pozor na prohození v blízkosti branky soupeře nebo při zajištění akce dalšími hráči soupeře – hrozí riziko ztráty míčku),
- střelou.

ve spolupráci s dalšími spoluhráči lze situace řešit:

- nahrávkou spoluhráči nebo do prostoru,
- křížením, kdy hráči při této situaci využívají výměny míst, při níž si mohou, ale nemusí předat míček,
- křížením, cloněním, kdy hráč bez míčku svým postavením a pohybem dovoleným způsobem omezuje činnost bránícího protihráče a usnadňuje svému spoluhráči kontrolu nad míčkem.

Z pohledu bránícího týmu**lze situace 1-1 řešit:**

- těsným bráněním (obsazováním) – bránící hráč brání soupeře hůl na hůl, tělo na tělo,
- volným bráněním (obsazováním) – bránící hráč využívá bránění prostoru mezi soupeřem a vlastní brankou, nebo bránění prostoru mezi soupeřem s míčkem a bez míčku,

v případě výměny míst (např. křížením) mohou bránit obránci hráče:

- osobně, každý hráč střeží právě svého hráče,
- přebíráním, kdy si prohodí bránící hráči své protihráče.

Nerovnovážné herní situace

Při nerovnovážné herní situaci se na určitém prostoru hřiště setká nestejný počet hráčů obou celků, např. 2-1, 3-1, 3-2 a další situace. Snahou útočícího týmu v tomto případě je využít přečíslení soupeře a vstřelit branku. Tým, který je v početní převaze má více prostoru nejen pro další rozvíjení akce a její zakončení střelou, ale i pro případné další kombinace nebo uvolňování hráčů do vzniklých otevřených míst. Bránící tým se snaží soupeřovu akci co nejvíce pozdržet nebo přerušit tak, aby došlo k návratu hráčů a tím k situaci rovnovážné. Nerovnovážné situace se z důvodu taktické náročnosti a nároků na krytí nebo obranu prostoru nacvičují u kategorií U13 a starších.

K nerovnovážným situacím na hřišti může dojít z několika příčin:

- prohranou situací 1-1,
- propadnutím hráče nebo hráčů,
- špatným střídáním,
- chybným čtením hry,
- vyloučením nebo při hře bez brankáře (power-play).

Z pohledu útočícího týmu**přečíslení ve hře (2-1, 3-2 aj.) lze řešit:**

- individuální akcí za pomoci klamání, fintování, změnou rychlosti/směru běhu s cílem efektivně zakončit,
- přihrávkou na spoluhráče nebo přenecháním míčku spoluhráči,
- cloněním, kdy hráč bez míčku svým postavením a pohybem dovoleným způsobem omezuje činnost bránícího protihráče a usnadňuje svému spoluhráči kontrolu nad míčkem a dostává příležitost se od svého protihráče odpoutat,
- křížením, kdy hráči při této situaci využívají výměny míst, při níž si mohou, ale nemusí předat míček,



- uvolněním hráče bez míčku, útočící hráč se snaží uvolnit do volného prostoru a tím vytvořit šanci pro přihrávku, nebo strhnout pozornost bránících hráčů a tím udělat prostor pro své spoluhráče,
- změnou rychlosti náběhu, útočící hráč zpomalí, či zrychlí tak, aby nebyl v jedné rovině s bránícím hráčem a tím vytvoří lepší podmínky pro přihrávku,
- využitím kombinace „přihraj a běž“, kdy dojde k přihrávce a k okamžitému náběhu do volného prostoru na další možnou přihrávku,
- střelou a následným tlakem do brankoviště, někdy se využívá i cílená střela na vzdálenější část branky, kde při vyražení míčku brankářem, může docházet k dorážení a dohrání akce.

Obecně lze konstatovat, že hlavním cílem při řešení nerovnovážné herní situace součinností útočících hráčů je využit přečíslení a volný prostor k rozestavení spolupracujících hráčů majících jak dostatečnou hloubku, tak herní šířku, např. do tzv. útočného trojúhelníku.

Přečíslení v přesilové hře nebo powerplay

Tyto situace vznikají při vyloučení hráče, nebo při odvolání brankáře soupeřova týmu. V těchto situacích se často používají nacvičené signály, které jsou dány určitým rozestavením, pohybem a přihrávkami. Ačkoliv jde většinou o secvičené signály, tak se zde mnohdy ukazuje síla improvizace, kdy hráči na vzniklou situaci na hřišti dokáží ihned zareagovat a svůj secvičený vzorec změnit.

Z pohledu bránícího týmu

Při přečíslení o jednoho hráče si je nutné uvědomit, že nejde přímo o přečíslení 1-2, jelikož obránce vždy spolupracuje s brankářem, který tuto situaci srovnává na rovnovážnou. Hráč v poli tedy s brankářem spolupracuje a aktivně komunikuje. Dále od branky se drží obránce na ose mezi útočníky s hokejkou co nejbližší k míčku nebo tak, aby zamezil možné přihrávce. Čím víc se hráči v držení míčku přibližují k brance, tím si obránce více začíná všimnout hráče bez míčku (platí pro postavení v těsné blízkosti brankoviště). Proti hráči s míčkem si na vrchol brankoviště vystoupí brankář.

Přečíslení ve hře (1-2, 2-3 aj.) lze řešit:

- zaujetím správného postavení mezi útočícími hráči,
- krytím prostoru aktivní prací holí ve směru míčku a možné přihrávky,
- odebráním míčku soupeři,
- oddělením soupeře od míčku,
- vytlačení soupeře do méně výhodného prostoru.

V těchto situacích praktikují bránící hráči

- volné bránění – bránící hráč využívá bránění prostoru mezi soupeřem a vlastní brankou a vytváří tlak na hráče s míčkem, nebo bránění prostoru mezi soupeřem s míčkem a bez míčku, kdy hlídá možnost přihrávky mezi těmito hráči.

Přečíslení v oslabení nebo powerplay

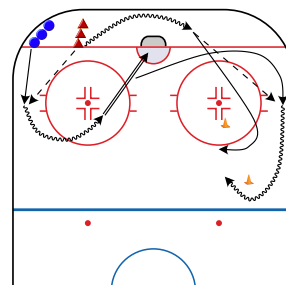
Tyto situace vznikají při vyloučení hráče, nebo při odvolání brankáře soupeřova týmu. Bránící tým nemůže v daný moment vyrovnat hru na rovnovážnou. Bránící hráči musí umět vhodně zareagovat na rozestavení, pohyb a přihrávky soupeře s cílem realizovat vhodnou strategii pro bránění těchto přečíslení. Důležité je umět dobře číst hru a držet si v dané situaci správný odstup od protihráčů.

Dílčí nerovnovážnou situací ve hře je akce, ve které je naopak převaha bránících hráčů, a to při zdvojování útočícího hráče, kdy jeden z bránících hráčů dovoleným způsobem zablokuje útočníka soupeře a další bránící hráč přebírá volný míček.

Ukázky cvičení

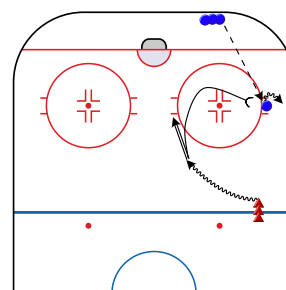
Cvičení č. 1

Obránce rozehrává na útočníka, který jde do střely. Obránce si bere další míček a nahrává opět útočníkovi, který si naběhl po střele na druhý mantinel. Oba hráči jdou za své kuželky a jdou do situace 1-1.



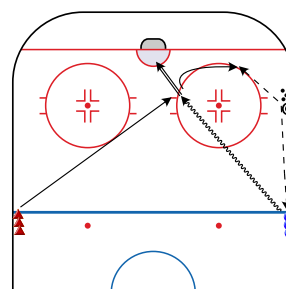
Cvičení č. 2

Obránce jde do střely, následně přihrává modrý hráč svému spoluhráči na čárkách do hřiště a ten se s míčkem otáčí k mantinelu a schovává si jej za tělo před blížícím se obráncem. Ten se jej snaží udržet u mantinelu. Situace 1-1. Cvičení lze i rozšířit o možnost, že útočící hráč může nahrát ať již na modrou, nebo za brankovou čáru a ten mu po náběhu míček vrací.



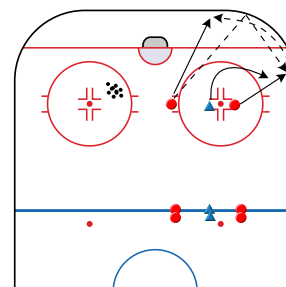
Cvičení č. 3

První rozehrávku provádí trenér, když nahrává útočníkovi, který jde ihned do zakončení, ve kterém se snaží zabránit obránce (v tomto souboji prakticky nemá šanci a pouze dostává útočníka pod časový tlak). Po zakončení si jde útočící hráč ihned pro míček, který mu nahraje trenér a již zde je klasická situace 1-1 v případě, že se povede útočníkovi rychle obejít soupeře a zakončit, může trenér přihrát hráči ještě jeden míček. V opačném případě nahrává na dalšího útočníka na modré čáře. Situace může být ještě zakončena tím, že získá míček obránce a dokáže jej rozehrát na čekajícího útočníka na modré čáře a cvičení jede od začátku



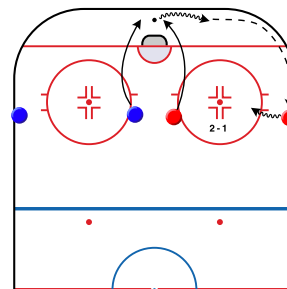
Cvičení č. 4

Situaci 2-1 rozehrává hráč na čárkách před brankou, a to nastřelením na zadní mantinel tak, aby se míček odrazil k jeho spoluhráči, který si pro něj jde. Hráč, který míček nastřeloval, jde na zadní mantinel a očekává přihrávku, ta může přijít, ale také nemusí.

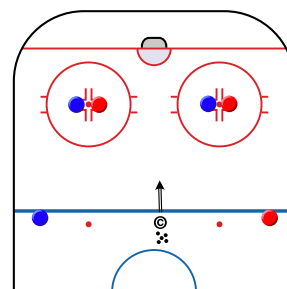


Cvičení č. 5

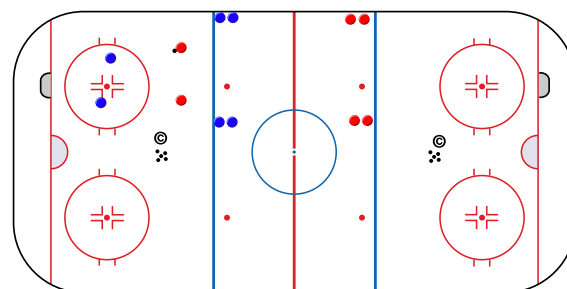
Trenér připraví za branku míček a na písknutí pro něj oba hráči vyběhnou. Rychlejší se zmocňuje míčku a nahrává svému spoluhráči. Následuje situace 2-1 v případě, že obránce získá míček, tak jej nahraje svému spoluhráči a ze situace 2-1 se stává 2-2. Spoluhráči se mohou na straně pohybovat, ale nesmí překročit brankovou čáru.

**Cvičení č. 6**

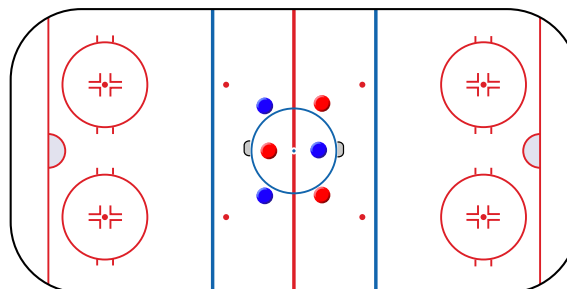
Trenér nastřeluje míček na brankáře, ten střelu vyráží. Na míček startují hráči kolem bodů pro vřazování a snaží se nahrát svému spoluhráči na modré čáře, tím ho z této pozice "vysvobodí" a hraje se 3-2, pokud se druhému týmu povede získat míček i on může "vysvobodit" svého hráče, hra je pak 3-3.

**Cvičení č. 7**

Hru 2-2 na nákrese začínají červení, kteří jsou v útoku, dokud jim modří neodeberou míček a nenahrají ho svým dvěma hráčům, kteří čekají na modré. Pokud míček ztratí (za polovinu hřiště), trenér opět nahrává útočícímu týmu. Po získaném míčku a rozehrávce na své spoluhráče brání červení a to ti, kteří v předchozí situaci útočili.

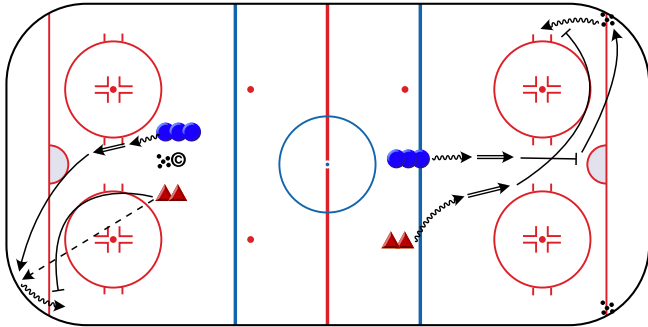
**Cvičení č. 8**

Každý hráč má svůj vymezený prostor. Hráči uvnitř kruhu nemůžou ze svého půlkruhu, hráči za obvodem kruhu nesmí dovnitř a zároveň za červenou čáru. Hráči se snaží pomocí rychlých přihrávek dát gól.

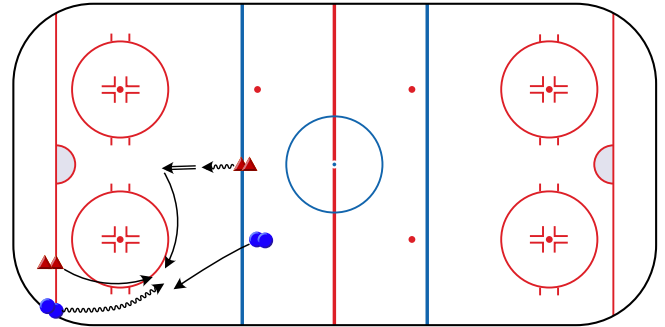


Text je vytvořen v rámci absolventské práce studia B licence Jiřího Kozla.
Korekce, úpravy a doplnění textu: Martin Komárek, Milan Maršner

č.1 – Varianty cvičení v situaci 1-1

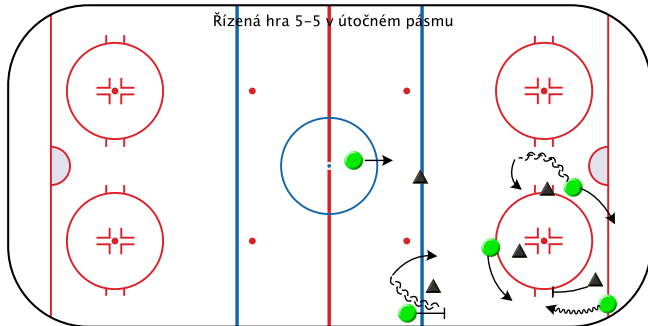


č.2 – Součinnost hráčů v situaci 2-2

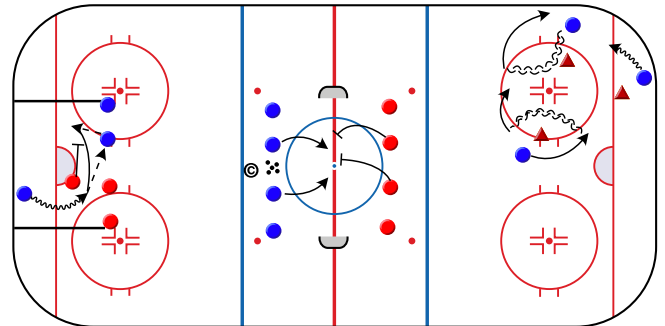


č.3 – Řízená hra 5-5

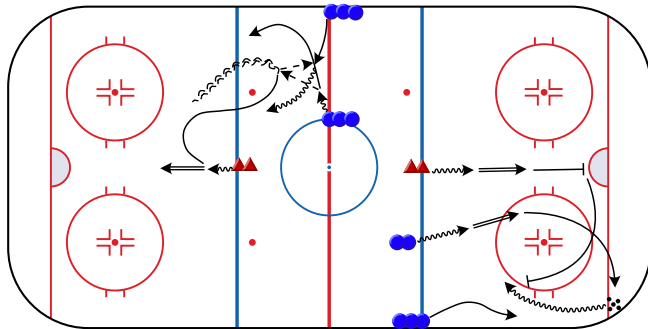
Řízená hra 5-5 v útočném pásmu



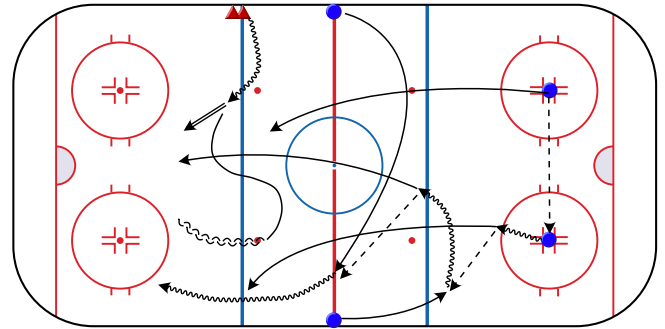
č.4 – Varianty cvičení 1-1, 2-2 a 3-3



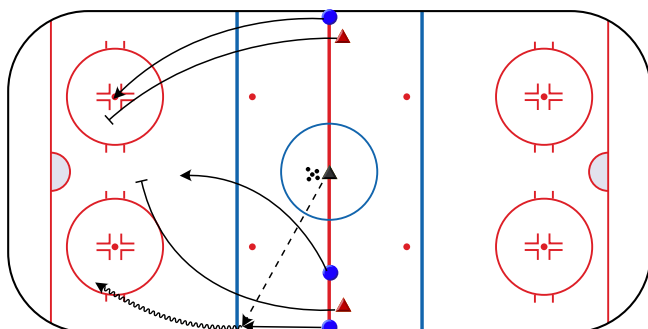
č.5 - Varianty cvičení v situaci 2-1



č.6 – 2-1 při přechodu středního pásma



č.7 – Situace 3-2



č.8 – Situace 3-2 v útočném pásmu

