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

Herní kombinace – útočné

Herní kombinace jsou základní složkou hry hokejbalu, bez kombinace není možné ve hře uspět. Rozlišujeme herní kombinace obranné a útočné. Základním prvkem v obranné a útočné spolupráci musí být pohybová cvičení, pomocí kterých se hráč naučí pohybovat ve vztahu k sobě, k míčku a k soupeři.

Útočná herní kombinace je v podstatě vědomá vzájemná spolupráce dvou a více hráčů, kteří se podílejí na řešení určitých herních situací. Některé kombinace se dají uplatnit ve všech pásmech, některé kombinace mají své typické využití jen v určitých prostorách hřiště. Základním předpokladem pro trénink herních kombinací je dobré zvládnutí herních činností jednotlivce a zvládnutí techniky běhu (pohybu). Pro výkonnostní růst hráče je velmi důležité, abychom nezačali s tréninkem herních kombinací už v útlém věku, protože tento brzký přístup se negativně projeví ve vyšších věkových kategoriích výkonnostní stagnací a navíc potlačíme i individuální tvořivost hráče. Cvičení, která by měla rozvíjet herní kombinace, by měla být tvořena tak, aby se hráči uměli správně pohybovat ve vztahu k sobě (spoluhráči), míčku a soupeři. V kategorii mladší žáci, starší žáci (12-15 let) je vhodné zapojovat do herních kombinací již více hráčů než pouze dva, jako tomu je v kategorii přípravek (10-11 let). Náročnost těchto cvičení lze dále zvyšovat i vytvářením záměrného tlaku na hráče (soupeř, prostorový a časový tlak). Ve vyšších věkových kategoriích mladší dorost, starší dorost (15-18 let) je výhodné postupně přecházet od situací nerovnovážných (2 – 0, 3 – 0, 2 – 1, 3 – 1) na situace rovnovážné (2 – 2, 3 – 3), nebo na situace z pohledu útočících hráčů (2 – 3, 3 – 4).

Dle systematiky dělíme útočné herní kombinace:

- kombinace založená na principu „přihraj a běž“
- kombinace založená na principu křížení
- kombinace založená na principu „přenechání míčku a zpětné přihrávky“
- kombinace založená na principu clonění
- kombinace založená na principu nabíhání do volných prostorů

Kombinace založená na principu „přihraj a běž“

Základní útočnou herní kombinací je kombinace „přihraj a běž“, která spočívá v tom, že hráč, který přihrál míček si začíná nabíhat do volného prostoru, kam může dostat míček zpět.
Tato herní kombinace je v podstatě základní kombinací, kterou využíváme u téměř většiny cvičení, kde se vyskytuje jedna a více přihrávek. Pro kvalitu provedení této herní kombinace je rozhodující nejen přesnost přihrávky, její zpracování, ale i správné načasování pohybu nabíhajícího hráče, který by měl svým pohybem a postavením vytvořit podmínky pro tuto přihrávku. V kategorii přípravek (10-11 let) by se měla tato varianta rozvíjet především bez odporu (2– 0, 3 – 0), v kategorii žáků (12-15 let) by se tento odpor měl zvětšovat pomocí bránících hráčů v nerovnovážných situacích (2 – 1, 3 – 1, 3 – 2).

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

Při nácviku této herní kombinace je důležité dbát:

- kvalitu přihrávky a její zpracování
- hráč, který nabíhá, má neustálý vizuální kontakt se spoluhráčem
- správné načasování nabíhajícího hráče
- hráč, který přihrál míček, musí jít okamžitě do pohybu

Další možností této kombinace je „přihraj a následuj“. Hráč, který přihrál, se místo do volného prostoru uvolňuje směrem ke svému spoluhráči, kterému přihrál. Tento způsob je náročnější na taktické myšlení z důvodu, že se používá v přehuštěném prostoru a obvykle následuje další kombinace (zpětná přihrávka, přenechání míčku, křížení, clonění).

Kombinace založená na principu křížení

Významná kombinace, při které využíváme výměny míst. Této kombinace se s výhodou využívá při řešení nerovnovážných situacích (2 – 1, 3 – 2) a také při řešení rovnovážných situací (2 – 2, 3 – 3). Tato herní kombinace by se měla objevovat už v tréninku přípravek, ale pouze bez odporu (2 – 0, 3 – 0), cíleně by měla být zařazována do tréninku v kategorii mladších žáků (12-13 let) a to už i s odporem (2–1, 3–1, 3–2), v kategorii starších žáků by se odpor měl zvýšit tím, že postupně budeme přecházet na rovnovážná cvičení (2 – 2, 3 – 3), protože hráči v těchto kategoriích by měli být již na takové technicko-taktické úrovni, že dokáží vnímat nejen svůj pohyb, ale i pohyb spoluhráče a také pohyb bránícího hráče, resp. bránících hráčů.

Nácvik útočné herní kombinace na principu křížení, bychom měli nacvičovat ve všech pásmech a ve všech částech hřiště (na ose, v rohu, u mantinelu) a to jak s odporem, tak i bez odporu. Při nácviku bychom se měli vyvarovat těchto chyb:

- při křížení hráči přestávají být v pohybu
- ztrácejí vizuální kontakt se spoluhráčem
- hráč s míčkem křižuje za hráčem bez míčku
- špatné krytí míčku
- hráči po křížení zůstávají u sebe nebo za sebou

Tato útočná herní kombinace se často spojuje i s dalšími kombinacemi, jako je přenechání kotouče, odclonění, zpětná přihrávka.

Kombinace založená na principu „přenechání míčku a zpětné přihrávky“

Přenechání míčku je kombinace založená na principu výměny míst. Rozhodující roli v této spolupráci sehrává hráč s míčkem, hráč bez míčku pouze reaguje na pohyb hráče s míčkem. Tato kombinace je velmi náročná na přesnost provedení a na správném načasování. Této kombinace lze opět využít při řešení herních situací ve všech pásmech (obranné, střední a útočné) a taktéž ve všech prostorách hřiště (na ose, u mantinelu). Důležité pro tuto kombinaci je velmi dobré čtení hry a správnost reakce hráče bez míčku na hráče s míčkem. Této kombinace se velmi často využívá ve spojitosti s cloněním (hráč který přenechal míček následně cloní soupeře).

Kombinace založená na principu „zpětné přihrávky“ se opět uplatňuje ve všech pásmech a její využití lze uplatnit při založení útoku, při rozvíjení útoku, při vhazováních a také při zakončování útočných akcí. Tato kombinace je důležitá i při organizaci družstva v útoku, s výhodou se využívá při reorganizovaném útoku. Opět se tato útočná herní kombinace často spojuje s dalšími útočnými
herními kombinacemi (clonění a křížení). Abychom tuto kombinaci mohli nacvičovat, je důležité dokonalé zvládnutí techniky přihrávky a její zpracování, načasování „timing“, který souvisí
s uvolňováním hráče bez kotouče a dobrým čtením hry.

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

Přihrávka a její zpracování musí být:

- rychlé
- přesné
- překvapivé
- v pravý čas (na poslední chvíli)

Kombinace založená na principu clonění

Jedná se o útočnou herní kombinaci, která se velmi často uplatňuje v kategoriích dorost a vyšších. Důvodem je, že bránící hráči brání s daleko větší agresivitou, rychle přistupují k soupeři a útočící hráči, respektive hráč s míčkem má jen velmi málo času na dokonalou kontrolu nad míčkem. Této kombinace se využívá ve všech pásmech (především v útočném pásmu), při řešení různých herních situací (při založení útoku, rozvíjení útoku, při zakončení útoku, při přechodu útočné modré čáry, při přesilových hrách, vhazování). Podstatou této útočné herní kombinace je to, že útočící hráč bez míčku svým postavením a pohybem dovoleným způsobem omezuje činnost bránícího soupeře a tím usnadňuje svému spoluhráči kontrolu nad míčkem. Tato útočná herní kombinace se využívá, jak v rovnovážných situacích (2 – 2, 3 – 3), tak i v přesilových situacích (2 – 1, 3 – 1, 3 – 2). Této kombinace se často využívá při řešení herních situací společně s dalšími útočnými herními kombinacemi, jako jsou přenechání míčku, křížení, zpětná přihrávka.

Při nácviku útočné herní kombinace na principu clonění je třeba dbát na to, aby hráči dodržovali tyto zásady:

- nepletli si clonění s osobním soubojem
- odclonili nejen hráče, ale i jeho hůl
- nesoustředili se pouze na clonění, musí být neustále připraveni na hru
- nacvičovat tuto útočnou herní kombinaci ve všech pásmech a prostorách hřiště
- dbát na správné načasování clonícího hráče

Nejčastější chyby:

- Hráč nemá vizuální kontakt se soupeřem a se svým spoluhráčem
- Příliš brzo cloní = bránění ve hře nedovoleným způsobem
- Cloní příliš pozdě – umožňuje soupeři obranný zákrok
- Předčasně ztrácí kontakt se soupeřem – dovoluje znovu atakovat hráče s míčkem
- Hráč se soustředí pouze na soupeře, chybí clonění hole

Kombinace založená na principu nabíhání do volných prostorů

Kombinace založená na principu nabíhání do volných prostorů je založena na součinnosti hráčů bez míčku s hráčem, který má v držení míček. Tato útočná herní kombinace spočívá v tom, že hráči bez míčku si vědomě svým pohybem a postavením hledají místa na hřišti, kde by mohli:

- dostat přihrávku
- vázat na sebe bránícího hráče
- zakončit útočnou akci střelou

Této kombinace se opět využívá ve všech pásmech a prostorech hřiště, pomocí této útočné herní kombinace je možno: založit útok, rozvinout útok, zakončit útok.
Příkladem kombinace je nabíhání do volných prostorů při založení útoku činnost hráčů (dvojice útočníků), kteří obsazovali soupeřovy obránce. V případě získání míčku si tito útočníci, kteří obsazovali obránce, nabíhají do volných prostorů na přihrávku. V útočném pásmu je to zase hledání si
střeleckých pozic. Důležitým faktorem této útočné herní kombinace je správné načasování „timing“.

Při nácviku je třeba dbát:

- správné načasování
- správné čtení hry (rozeznávat, kdy jsme v držení míčku a kdy ne)
- hráči by měli přijímat přihrávku v pohybu
- neustálý vizuální kontakt se spoluhráči
- hráč by se neměl ocitnout zády do hry
- přesnost a včasnost přihrávky

Toto útočnou herní činnost bychom měli nacvičovat od nejmenších kategorií (spolupráce dvojic), ve vyšších kategoriích zapojovat více hráčů do spolupráce.

Cvičení:

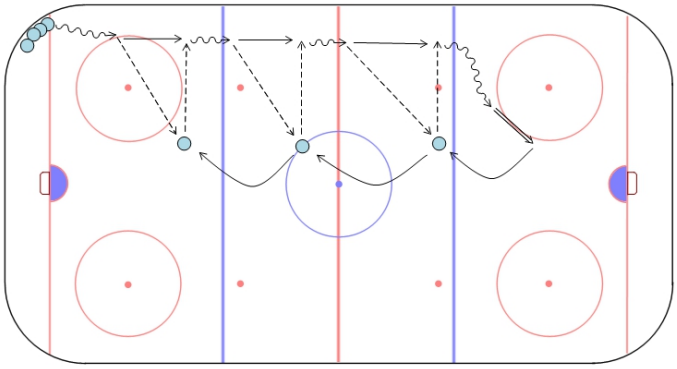
1. Nácvik přihraj a běž
2. Nácvik přihraj a běž
3. Nácvik přihraj a běž kategorie mladší dorost, starší dorost
4. Nácvik kombinace křížení
5. Nácvik kombinace křížení 2-1
6. Nácvik kombinace křížení 2-1
7. Nácvik clonění, přenechání míčku – rotace
8. Nácvik clonění, přenechání míčku - rotace
9. Nácvik clonění pří založení útoku 3-1
10. Nácvik nabíhání do volných prostor „timing“
11. Nácvik nabíhání do volných prostor při založení útoku 3-1

ČMSHb
Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6

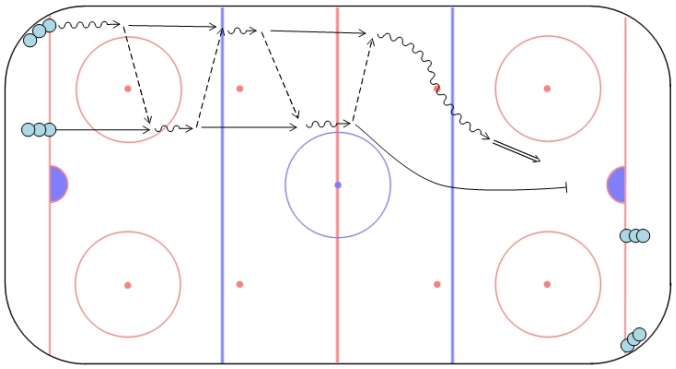
+420 603 469 494
hokejbal@hokejbal.cz

www.hokejbal.cz
www.cmshb.cz

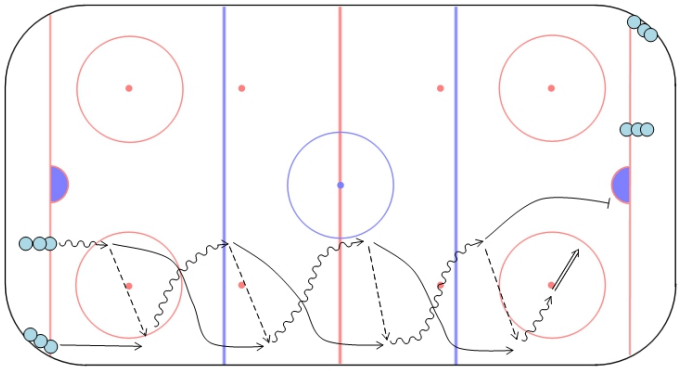
č.1



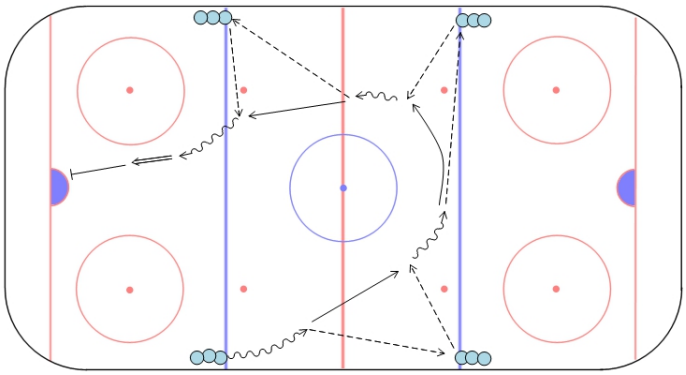
č.2



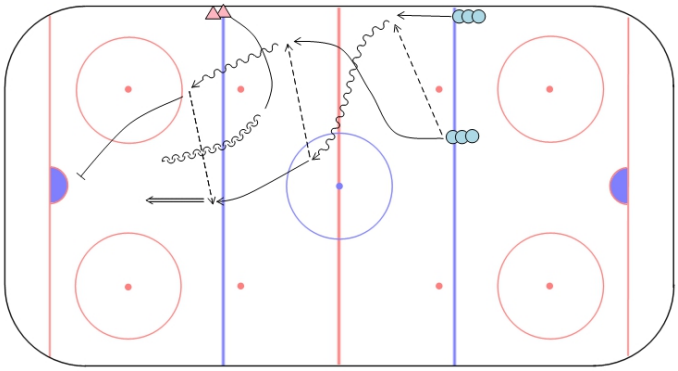
č.3



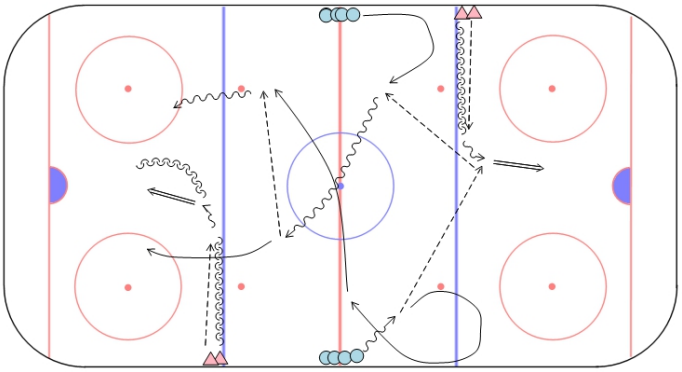
č.4



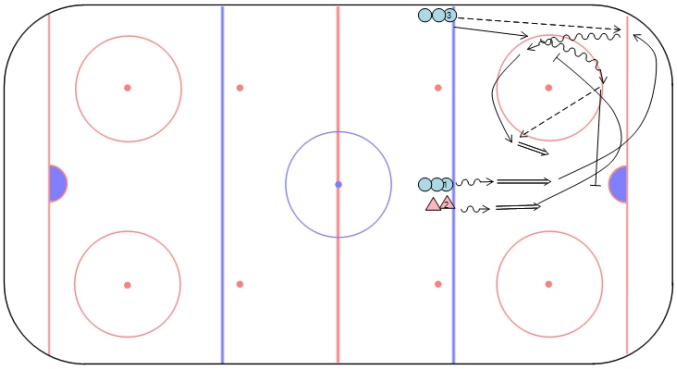
č.5



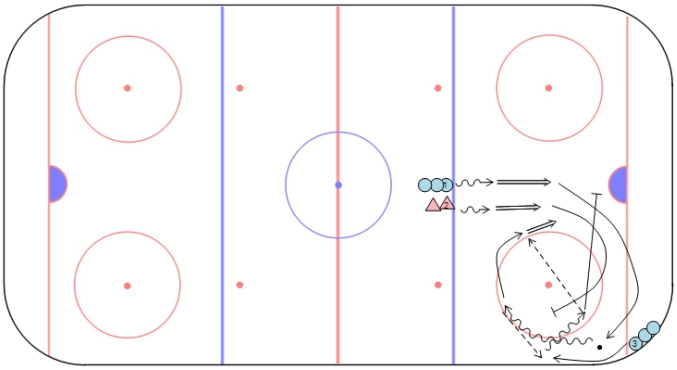
č.6



č.7



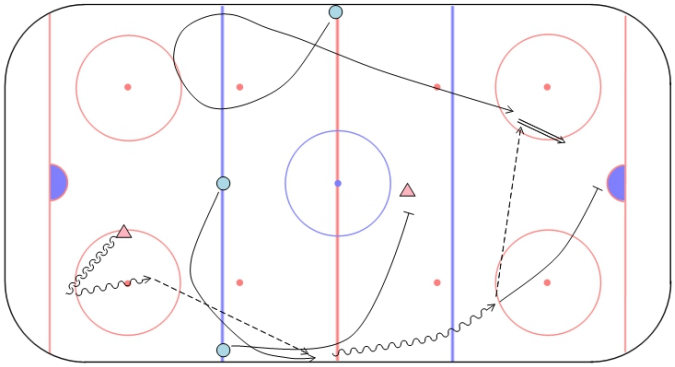
č.8



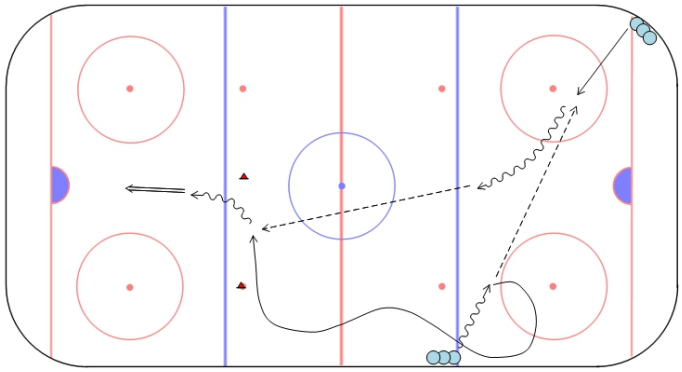
facebook.com/cesky.hokejbal twitter.com/hokejbalcz plus.google.com/+HokejbalCzech

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

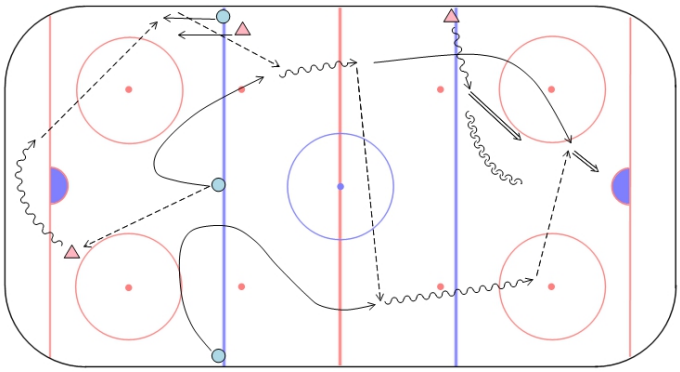
č.9



č.10



č.11



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