



HERNÍ SYSTÉMY OBRANNÉ

Herními činnostmi celého družstva jsou **systemy**, které se tematicky dělí na útočné a obranné. System hry vymezuje a popisuje metodicky vyčleněnou a izolovanou část hry v útoku či obraně. Herní spolupráce a pohyb hráčů mají u různých systémů organizovaný průběh. Na hru jednotlivců a herní spolupráce jsou kladeny speciální taktické požadavky.

Úspěšnost obranného systému je podmíněna cílevědomou spoluprací všech hráčů, kteří se zapojují do bránění ihned po ztrátě míčku, což předpokládá zvládnutí technické i taktické stránky obranných HČJ a obranných kombinací.

V poslední době hovoříme ze sportovního pohledu spíše o **organizaci hry v obraně**, dřívější herní systémy v různém rozestavení tvoří základ pro tuto organizaci. Důvody pro změnu náhledu a posílení role organizace hry v obraně jsou následující:

- zrychlení hry, vyšší frekvence změn tempa a stylu hry,
- rostoucí kondiční připravenost hráčů (uvedené vede k domnělému „zmenšování hřiště“ z pohledu prostoru pro individuální se prosazení a týmovou spolupráci),
- rostoucí technicko-taktická úroveň hráčů,
- rostoucí nároky na změny systémů dle pásem a herních prostor.

Organizaci hry lze také vnímat jako **schopnost hráčů orientovat se na hřišti vzhledem k míčku** a svým spoluhráčům včetně reagování na pohyb míčku, spoluhráčů a protihráčů.

V kategorii žáků je doporučeno věnovat se především nácviku organizace hry v rozestavení 2 – 1 – 2 včetně osvojení si zásad pro činnost tzv. posledního hráče a jeho role.

Jaké rozlišujeme herní obranné systémy:

- Zónová obrana
- Osobní obrana
- Zónový presink
- Kombinovaná obrana

ZÓNOVÁ OBRANA

- System hry, při kterém jednotliví hráči brání soupeři v pronikání k brance v předem určených územích a neustále se v těchto územích přemisťují vzhledem k pohybu míčku
- Každý hráč má předem určenou územní odpovědnost
- Rozestavení vytváří kompaktnost formace
- Zpomalují a vytlačují soupeře do nevýhodných prostor
- Na soupeře se vyčkává, chybí dynamika hry
- Nejčastější rozestavení 2-1-2 celohřišťově či s přechodem na 1-2-2 ve středním pásmu
- Klade vysoké taktické nároky na poziční disciplínu
- Menší nároky na kondici
- Je možné uplatnění při hře v oslabení



OSOBNÍ OBRANA

- Situačně volné či těsné obsazování soupeře
- Cílem je zamezit nebo omezit soupeři možnost přihrávání
- Obrazem hry jsou četné herní situace 1-1
- Slabiny při protiútku s poziční proměnlivostí a při vysokém tempu utkání
- Oddělení obrany od útoku
- Obtížně se praktikuje celohřišťově
- Nejběžnější rozestavení 2-1-2
- Vysoké nároky na kondici

ZÓNOVÝ PRESINK

- Uplatňuje se proti vyspělé kombinační hře
- Osobní tlak na hráče s míčkem, prostorový tlak na útočný situačně herní tvar
- Cílem je zamezit přihrávce a zpracování míčku
- Spolupráce na základě herních kombinací – zdvojování, zajišťování, přebírání
- Rychlý přístup k soupeři a osobní souboje
- Využívá se celohřišťově, nejběžnější rozestavení 2-1-2
- Vysoké nároky na kondici, pohyb a taktické myšlení

KOMBINOVANÁ OBRANA

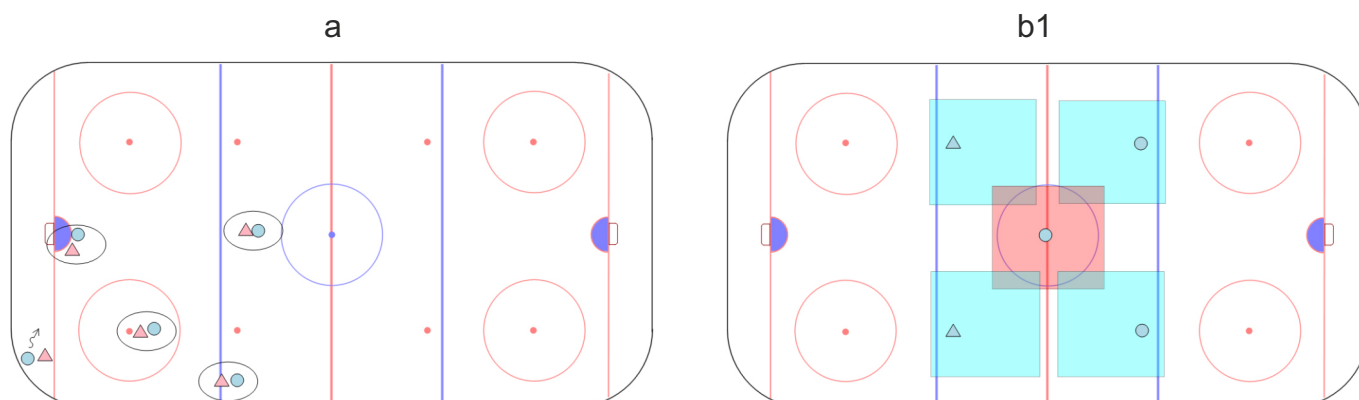
- Využití výhod osobní a zónové obrany
- Vyznačuje se přechody od zónového bránění k osobnímu a naopak
- Síla tlaku na soupeře – míra tlaku na hráče s míčkem, těsnost obsazování soupeře bez míčku a dodržování postavení formace vzhledem k míčku
- Zesílení obrany prostoru
- Obsazování soupeře, který je v prostoru nebo do něj vbíhá
- Kontakt hráče s míčkem – osobně
- Neustála možnost stálého a těsného tlaku na hráče s míčkem
- Možnost zesíleného krytí důležitého prostoru
- Výhodný přechod do protiútku

Pro organizaci hry družstva v obraně ve všech pásmech platí určité zásady, které by měli hráči při hře používat:

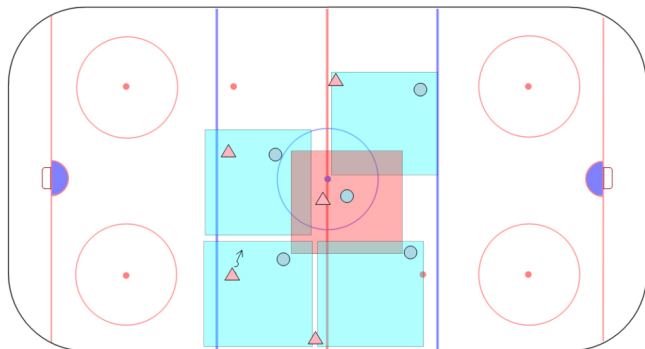
- Spolupráce, součinnost a komunikace je základem úspěchu
- Svým pohybem a postavením nedovolit soupeři přihrát a zpracovat přihrávku
- Obsazování hráčů provádět podle herní situace a prostoru hřiště těsně nebo volně
- Hráč, který je nejbližší soupeři by měl napadnout jako první
- Dodržovat obranný trojúhelník
- Obrana je soustředěna na bránění střední osy hřiště
- Vytlačovat soupeře směrem k mantinelu
- Bránící hráč by měl udržovat obranné postavení mezi míčkem a vlastní brankou nebo mezi míčkem a soupeřem bez míčku
- Cílem je zpomalit útok soupeře a vytlačit jej do míst, kde jej chceme mít včetně možnosti vracejícím se bránícím hráčům akci doběhnout

Pro nácvik obrany je důležité zvládnutí obranných herních činností jednotlivce a osvojení základů spolupráce při bránění na principu obranných kombinací. Nacvičujeme základní obranné rozestavení v obranném pásmu, ve středním a útočném.

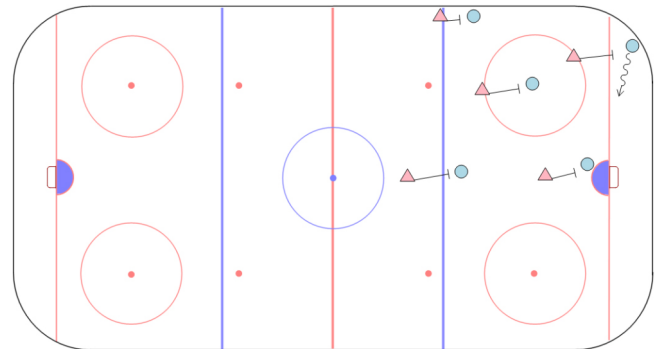
- a) Osobní obrana v obranném pásmu, těsné obsazení.
- b) Zónová obrana, rozestavení ve středním pásmu. Hráči odpovídají za svůj prostor, přesouvají se podle pohybu soupeře.
- c) Zónový presink v útočném pásmu.
- d) Kombinovaná obrana kombinace osobní a zónové obrany. Např. ve středním a útočném pásmu zónová obrana, v obranném pásmu osobní. (viz. a+b)
- e) Obrana v útočném pásmu – základní rozestavení. Důležitým předpokladem úspěšného napadání je udržování obranného trojúhelníku proti míčku. Vytváří ho bránící hráči (2-1-2, 1-2-2)
- f) Obrana v obranném pásmu – základní rozestavení. Důležitým předpokladem je rychlý přístup k soupeři.
- g) Cvičení osobní obrana. Hra na malém prostoru, trenér nahazuje míček – situace 1-1, 2-2, 3-3. Těsné obsazování soupeře.
- h) Hra s podporou 2 hráčů – dva hráči z každého týmu stojí proti sobě. Hráči, kteří chtějí vstřelit branku, si musí přihrát o svého hráče v rohu nebo na modré čáře, hra může pokračovat 3-3, 4-4. Osobní obrana, těsné obsazování hráčů.
- i) Obránci si přihrávají za brankou a rozehrávají na křídla, která si nabíhají, na červené čáře překřížení a situace 2-2. Obránci se pohybují podle pohybu hráčů – odpovědnost za prostor – zónová.



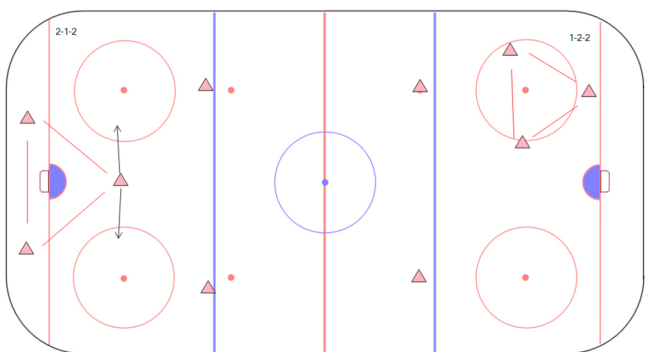
b2



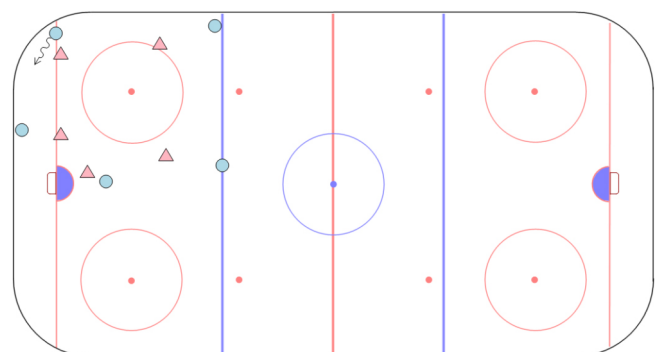
c



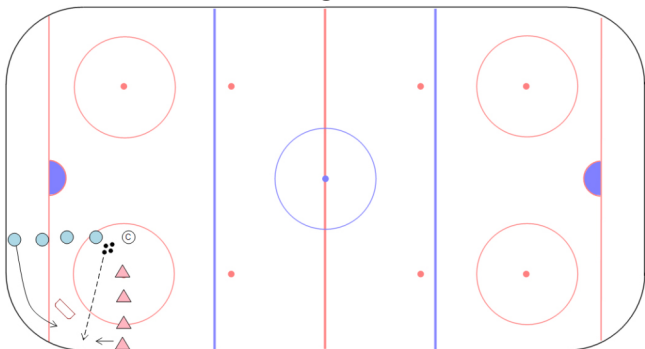
e



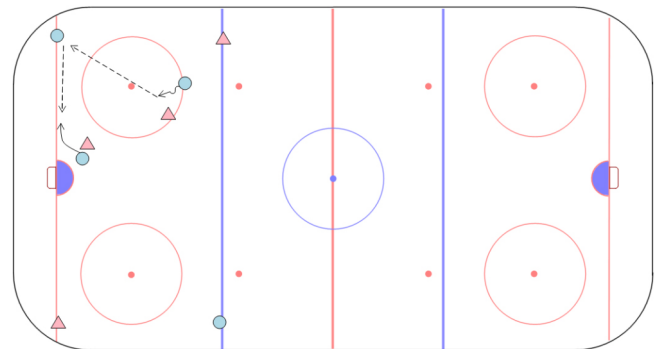
f



g



h



i

