Webinář
22.11.2023
Rozvoj herní kombinace - útočné

Metodika ČMSHb

Témata:

- Systematika hokejbalu
- Herní kombinace – útočné
- Herní cíle v kategorii U13
- Herní cíle v kategorii U15
- Systematika herní kombinace – útočné

Systematika hokejbalu

Útok a obrana zahrnují herní činnosti:

1)
- útočné
- obranné

2)
- herní činnosti jednotlivce /HČJ/
- herní kombinace /HK/
- herní systémy /HS/

Herní kombinace – útočné:

Založené na principu :

1) přihraj a běž
2) křížení
3) přenechání míčku a zpětné přihrávky
4) clonění
5) nabíhání do volných prostorů

Herní kombinace – obranné:

Založené na principu :

1) zdvojování
2) zajišťování
3) přebírání
4) odstupování
5) osobní bránění

Herní kombinace – Útočné

- Herní kombinace – základní složka hry
- Útočná herní kombinace je spolupráce dvou a více hráčů, kteří se podílejí na řešení určitých herních situací.
- Základ pro trénink herních kombinací = zvládnutí herních činností jednotlivce.
- 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).
- Ve vyšších věkových kategoriích dorost, junioři (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).

Herní cíle v kategorii U13 (12 - 13 let)

- Trénink = přechod od nácviku herních činností k jejich zdokonalování při vzájemné součinnosti hráčů (herní kombinace).

- Cíle = zvládnout techniku všech herních činností jednotlivce. Využívat herní činnosti v součinnosti hráčů (v herních kombinacích) a učit hráče řešit herní situace ve dvojici a trojici (v obraně i útoku).

HČJ útočné (nad rámec mladších kategorií):

vedení míčku na malém prostoru, přihrávání o mantinel, dorážení míčku, a clonění brankaři

HČJ obranné (nad rámec mladších kategorií):

obsazování soupeře s míčkem včetně odebírání míčku holí (vypíchnutím, nadzvednutím aj.),

blokování hráče tělem (v souhlasném, v bočním směru a v protisměru), obsazování soupeře bez míčku

- volné a těsně bránění

Útočné herní kombinace: přihraj a běž, křížení

Obranné herní kombinace: přebírání, zdvojování

Herní cíle v kategorii U15 (14 - 15 let)

- Trénink = zvládnuté všechny herní činnosti jednotlivce, využití ve všech herních kombinacích v tréninku a v zápase. Základ organizace hry celku v útoku a v obraně.

- Cíl = zvládnutí herních činností jednotlivce a herních kombinací. Zdokonalení součinnosti hráčů, řešení herních situací ve dvojici a trojici (v obraně i útoku).

HČJ útočné (nad rámec mladších kategorií):

vedení míčku = všechny techniky (na malém prostoru), přihrávání (vzduchem, nohou, kolmá – průniková a

časovaná přihrávka), zpracování míčku (rukou a nohou), uvolňování se s míčkem (protisměrná klička atd.),

tečování míčku

HČJ obranné (nad rámec mladších kategorií):

odebírání míčku holí a tělem, blokování střel (hokejkou, ve stoje, v pokleku), doběhnutí hráče s míčkem i bez míčku – bekčeking, napadání s míčkem i bez míčku – forčeking

Útočné herní kombinace: clonění, zpětná přihrávka a přenechání míčku

Obranné herní kombinace: zajišťování, odstupování

Kombinace založená na principu „přihraj a běž“

- Základní útočná herní kombinace = „přihraj a běž“. Hráč, který přihrál míček si nabíhá do volného prostoru.
- Základní kombinace, která je využívána u většiny cvičení (kde je jedna a více přihrávek).
- 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).

Kombinace založená na principu „přihraj a běž“

- 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

Navazující herní kombinace = „přihraj a následuj“.

Hráč, který přihrál, se uvolňuje směrem ke svému spoluhráči, kterému přihrál.

Náročnější způsob na taktické myšlení - používá se v přehuštěném prostoru a obvykle následuje další kombinace (zpětná přihrávka, přenechání míčku, křížení, clonění).

Kombinace založená na principu křížení

- Herní kombinace, při které se využívá výměny míst. Tato kombinace se využívá při řešení nerovnovážných situacích (2-1, 3 – 2) a také při řešení rovnovážných situací (2 – 2, 3 – 3).

- V tréninku přípravek - pouze bez odporu (2 – 0, 3 – 0)

- V tréninku mladších žáků (12-13 let) - s odporem (2–1, 3–1, 3–2)

- V tréninku starších žáků - odpor se zvyšuje, postupně zařazení rovnovážných cvičení (2 – 2, 3 – 3)

Kombinace založená na principu křížení

Chyby:

- 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 míčku, odclonění, zpětná přihrávka.

Kombinace založená na principu „přenechání míčku a zpětné přihrávky“

- Přenechání míčku = výměna míst. Rozhodující roli v této spolupráci sehrává hráč s míčkem, hráč bez míčku pouze reaguje na pohyb 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“ lze uplatnit při založení útoku, při rozvíjení útoku, při vhazováních a také při zakončování útočných akcí.
- Opět se tato útočná herní kombinace často spojuje s dalšími útočnými herními kombinacemi (clonění a křížení).

Kombinace založená na principu „přenechání míčku a zpětné přihrávky“

Abychom tuto kombinaci mohli nacvičovat, je důležité dokonalé zvládnutí techniky přihrávky a její zpracování, načasování „timing“.

Přihrávka a její zpracování musí být:

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

Kombinace založená na principu clonění

- útočící hráč bez míčku omezuje činnost bránícího soupeře - v kategoriích dorostu a vyšší.
- využití jak v rovnovážných (2 – 2, 3 – 3) situacích, tak i v přesilových situacích (2 – 1, 3 – 1, 3 – 2).

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

Kombinace založená na principu clonění

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

- Součinnosti hráčů bez míčku s hráčem, který má v držení míček.

- Hráči bez míčku si svým pohybem a postavením hledají místa na hřišti, kde by mohli:
  - dostat přihrávku
  - vázat na sebe bránícího hráče
  - zakončit útočnou akci střelou

Nabíhání do volných prostorů při založení útoku činnost hráčů (dvojice útočníků), kteří obsazovali soupeřovy obránce.
V útočném pásmu je to zase hledání si střeleckých pozic.

Důležitým faktor = správné načasování „timing“.

Kombinace založená na principu nabíhání do volných prostorů

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.

Děkuji za pozornost