Webinář
27.1.2021

Obranná hra dle pásem

Metodika ČMSHb

Témata:

- Systematika hokejbalu – herní činnosti obranné
- Charakteristika obranné hry v obranném pásmu
- Obraná hra v obranném pásmu
- Faktory ovlivňující strategii obrany v obranném pásmu
- Herní kombinace obranné
- Herní systémy – obranné
- Obraná hra ve středním pásmu
- Obraná hra v útočném pásmu
- Transition
- Bekčeking

Systematika hokejbalu

Herní činnosti jednotlivce – obranné

1) obsazování hráče s míčkem

- napadání (přístup k soupeři);
- odebírání míčku;
- blokování hráče.

2) obsazování hráče bez míčku

- volně – těsně.

3) obrana prostoru

- krytí prostoru;
- krytí hráče v prostoru

4) blokování střel

- ve stoji;
- v pokleku a kleku;
- holí;

5) hra tělem !!!

Herní kombinace – obranné:

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

Herní systémy obranné

1) zónová obrana
2) osobní obrana
3) zónový presink
4) kombinovaná obrana

Charakteristika obranné hry v obranném pásmu

- pohybová vyspělost
- obranné postavení
- defenzivní hra holí
- dovednost blokovat střely
- specifická kondice
- těsnost obsazování (patří mezi základními faktory ovlivňující obrannou hru v obranném pásmu).

- Defenziva je orientována na dovednosti bez míčku, kdy cílem je jeho získání pod kontrolu.
- Účinnost a podoba obranné činnosti jedince podléhá plynulosti řetězení dovedností.
- Činnosti bez míčku v obranném pásmu v sobě nesou prvky vytváření změn a zvratů vyžadující charakter, připravenost a mentální odolnost.
- Po zisku míčku pak plán a sebevědomí na útočnou protiakci či v případě krizové situaci zklidnění hektické situace po souvislém tlaku soupeře

Požadavky na defenzivní výbavu hráče pro hru v obranném pásmu:

- běžecké dovednosti, pohybové agility
- kondiční připravenost
- kvalitní úroveň obranných dovedností
- charakter hráče
- myšlení vítěze v osobních soubojích
- situační čtení a reagování
- transition hru
- komunikační dovednosti

Obranná hra v obranném pásmu:

1) Osobní obrana
2) Zónová obrana

- Defenzivní hru v obranném pásmu mužstva ovlivňuje především kvalita herních činností jednotlivce obranných, herních kombinací obranných.
- Současné pojetí defenzivní hry v obranném pásmu je založeno na běžecké dovednosti, pohybové agility hráčů, úspěšnosti v osobním souboji, propojování osobní a zónové obrany.
- Klíčovým determinantem týmové organizace hry v obranném pásmu je prostor, kde se nachází míček.

Faktory ovlivňující strategii obrany v obranném pásmu:

Pro varianty defenzivy v obranném pásmu rozlišujeme způsob pronikání soupeře do obranného pásma.

Před obrannou modrou čárou řešíme následující situace:

- pronikání soupeře středem
- pronikání soupeře podél hrazení
- pronikání soupeře uvolněním do osy hřiště
- nastřelení míčku

Pronikání soupeře středem do obranného pásma

- Průnik středem do našeho obranného pásma chápeme jako nejproblematičtější variantu přechodu obranné modré čáry.
- Postup soupeře osou lze vnímat jako prohru systému - soupeři jsme přenechali strategicky nejvýhodnější území.

V přechodově nerovnovážné situaci 3-2 s bekčekujícím hráčem do 3-3 mají naši hráči za úkol:

- pohybem a postavením v kontaktním odstupu (gap control) na vzdálenost hole, donutit soupeře vést útok mimo osu hřiště
- vytvořit tlak na hráče s míčkem na silné straně, druhý defenzivní hráč (obránce) těsně obsadit čepel hráče na ose s neustálou vizuální kontrolou míčku
- první bekčekr přebírá hráče na slabé straně nebo ve druhé vlně, podle způsobu vedení útočné akce
- druhý a třetí útočník dobíhá do obranného tvaru podle momentální pozice míčku v defenzivní zóně

Pokud se jedná o přechodově rovnovážnou situaci 3-3, snažíme vytvořit okamžitý tlak na hráče s míčkem z kontaktního odstupu na vzdálenost hole, další hráči z rovnovážné situace zaujmou postavení v zajištění pod situací tlaku na míček.

Snažíme držet pravidla, abychom na obranné modré měli vždy více hráčů než náš soupeř.

Pronikání soupeře podél hrazení

Pokud soupeř proniká do defenzivní zóny podél hrazení a útočí v linii v nerovnovážné situaci 3-2 s bekčekujícím hráčem do 3-3 snažíme se situaci řešit následovně:

- na silné straně vytvořit situaci 2-2, klíčovou pozicí je situace 1-1 na míčku
- v situaci 1-1 na míčku mít kontaktní odstup s defenzivním atakem čepel-čepel
- obránce, který není v situaci 1-1 na míčku, přebere hráče na ose
- třetího ofenzivního hráče na slabé straně necháváme volného s jasnou instrukcí pro prvního bekčekujícího hráče, aby se snažil dobíhat na slabou stranu
- úspěšnost řešení výrazně podpoří komunikační signály

Druhé řešení defenzivního přechodu modré čáry při útoku v linii naopak pokrývá hráče na slabé straně a blíže k míčku řeší situaci 2-1 a blíže k bráně někdy pouští soupeře do 1-0 (1-1), kdy situaci vyrovnává klasickým „ face to face „ střelec-brankář.

Pronikání soupeře uvolněním do osy hřiště

Častým ofenzivním manévrem je uvolnění útočícího hráče z prostoru od hrazení do osy hřiště. Cílem je vytvoření prostoru na ose hřiště, z kterého uskutečňuje finální ofenzivní řešení.

Časoprostorová zpomalení úhybem na střed, pak ohrožuje včasnou defenzivní reakci.

Z pohledu defenzivní hry řešíme situaci následovně:

- obránce, který je v situaci 1-1 s míčkem, po manévru ofenzivního hráče provede pohyb pomocí přešlápnutí, aby co nejrychleji zachytil pohyb útočícího hráče
- po zachycení pohybu následuje defenzivní atak čepel-čepel s útokem, hůl v jedné ruce, aby omezil manévrovací prostor

V řešení situace musíme počítat i s variantou, že obránce v situaci 1-1 na míčku pohyb nezachytí, v takovém případě situaci přebere obránce z osy a ten který byl v situaci 1-1 zajistí akci pohybem pod situaci.

- Vycházíme ze základního pravidla nezakrývat vlastními hráči hledí našemu brankaři, což by při pasivitě obránce na ose hrozilo.
- Výrazně vstupují do situace bekčekující hráči, u kterých je podmínkou cílený bekčekink.
- Bez komunikační aktivity nelze situaci úspěšně zvládnout.

Nastřelení míčku

Nastřelení míčku do našeho obranného pásma - přímé, úhlopříčné či podélné nepovažujeme za prohru systému.

- Snažíme se, aby naši hráči byli na situaci a polohu míčku připraveni.
- Jako výrazný faktor další strategie v obranném pásmu je fakt, zda po nastřelení je na míčku soupeř, náš hráč nebo se o míček bojuje v rovnovážné situaci.

1) Na míček dostane náš hráč - postupujeme ve snaze o zakládání útoku proti forčekujícímu soupeři.
2) Na míčku je soupeř nebo se o míček bojuje - postupujeme hrou v obranném vzorci podle prostoru, ve kterém se míček nachází.

Herní kombinace obranné

Osobní bránění

- Cílem je omezení přihrávek a uvolňování se do volného prostoru ze strany útočících hráčů, důležitá je vzájemná komunikace všech bránících hráčů. V případě kdy hráč prohrál osobní souboj, obsazuje co možná nejrychleji nejbližšího volného soupeře.

Přebírání

- Přebrání hráčů je výhodnější z hlediska vytlačení útočících hráčů do vhodných prostor.
- Přebírání se využívá v situaci, kdy bránící hráč prohrál svůj osobní souboj a jeho
- spoluhráč přebírá hráče uvolňujícího se do volného prostoru nebo pronikajícího směrem k brance.
- Přebírání je založeno na principu, kdy bránící hráč přebírá soupeře s veškerou osobní i zónovou odpovědností. Tato kombinace vyžaduje dostatečný stupeň komunikace mezi bránícími hráči a určitou taktickou vyspělost.

Zajišťování

- Bránící hráč svým pohybem a postavením zajišťuje činnost a prostor svého napadajícího spoluhráče.
- Dojde-li k osobnímu souboji, zdvojuje svého spoluhráče a odebírá míček. Pokud napadající hráč prohraje svůj osobní souboj pak zajišťující hráč přebírá pozici napadajícího.

Zajišťování navazuje:

- kombinaci zdvojení – v případě kontaktu a osobního souboje napadajícího hráče,
- kombinaci odstupování – v případě prohraného osobního souboje napadajícího hráče a tím vzniklé nerovnovážné situace (přečíslení),
- činnost napadání – v případě prohraného osobního souboje napadajícího hráče a tím vzniklé rovnovážné situace, další osobní souboj a situaci 1-1

Zdvojování

Je spolupráce dvou hráčů v obranné činnosti, napadající hráč má za úkol zablokovat hráče, zdvojující (vypomáhající) hráč má za cíl míček získat. Je základem pro agresivní způsoby napadání.
Nejtěžší je realizace zdvojování v otevřeném prostoru.
Vypomáhající hráč přistupuje až když je hůl soupeře zablokována. Cílem je vytváření početní převahy.

Odstupování

- Odstupování představuje záměrný a dočasný přechod z těsného obsazování na zónové s cílem krytí nebo zesílení určitého prostoru.
- Hráč nevyvíjí snahu získat míček, zesiluje prostor a zajišťuje spoluhráče. Odstupování je realizováno ve všech herních pásmech a prostorách.

Herní systémy obranné

- zónová obrana
- osobní obrana
- zónový presink
- kombinovaná obrana

Obranná hra v obranném pásmu

Osobní obrana

- Cílem je zamezit přihrávce.
- Klade vysoké nároky na kondici, pohyb a způsob vedení osobního souboje v četných situacích 1-1.
- Obtížně se praktikuje celohřišťově.
- Praktikuje se nejčastěji v číselné struktuře 2-1-2.

Obranná hra ve střední pásmu

Zónová obrana

- Jedná se o pasivní obranný systém, který klade vysoké nároky na disciplínu a menší nároky na kondici.
- Častou kombinací je přebírání hráčů.
- Každý hráč má určenou zónovou odpovědnost.
- Klade se důraz na trpělivost, vyčkávání.
- Záměrem je zpomalení útoku soupeře.
- Nejčastěji se uplatňuje v číselných strukturách: 2-1-2

  2-2-1

  3-2

Kombinovaná obrana

- Jedná se o syntézu osobní a zónové obrany.
- Klíčový je trvalý tlak na hráče s míčkem.
- Podmínkou účinnosti kombinované obrany je správné obranné postavení, udržení defenzivní strany.
- Tento způsob obrany je vhodný pro přechod do útoku.

Obranná hra v útočném pásmu

Zónový presink

- Cílem je zamezit přihrávce a zpracování míčku.
- Neustálý časový a prostorový tlak na soupeře ve všech pásmech.
- Klade vysoké nároky na čtení hry, na kondici a pohyb.
- Neustále se uplatňují obranné herní kombinace zdvojování, zajišťování a přebírání.
- Vhodný proti kombinačně vyspělému soupeři.
- Praktikuje se v číselné struktuře 2-1-2.

Transition

- Pro tento termín jsou charakteristickými prvky aktivita včasnost, překvapivost.
- Transition je rychlý přechod z obrany do útoku a nebo okamžitý agresivní forčekink se snahou o rychlé znovuzískání míčku po jeho ztrátě.
- Od hráčů v tréninku a ve hře je nutné vyžadovat aktivní „gap“, to znamená těsný odstup od hráče, tak, aby měl soupeř co nejmenší manévrovací prostor.

Nácvik transition:

- V rámci jednoduchých cvičení zařazených do tréninků, v hlavní části tréninkové jednotky v návaznosti na HČJ a herní kombinace.
- Cílený nácvik transition je vhodný od kategorie dorostu. Důvodem je zvládnutí již zmíněných herních kombinací. Naopak, aniž bychom u kategorie starších žáků cíleně prováděli nácvik, může transition vzejít ze cvičení se zaměřením na nácvik herních kombinací.

Bekčeking

- je dobíhání hráče bez míčku. U obránce je tato činnost důležitá zejména v situacích, kdy obránce ztratí míček hluboko v útočném pásmu nebo se hluboko v útočném pásmu nachází, či je překonán na útočné modré čáře, pak je povinen ihned dobíhat útočnou akci soupeře a obsadit hráče bez míčku, tedy provádět tzv. ,,bekčeking‘‘.

Nácvik bekčeking:

- V rámci jednoduchých cvičení zařazených do tréninků, v hlavní části tréninkové jednotky v návaznosti na HČJ a herní kombinace.

Hra v oslabení

Obranné činnosti při hře v oslabení lze rozdělit dle prostor na hřišti na:

- obrannou činnost v útočném a středním pásmu
- obrannou činnost ve vlastním obranném pásmu

Požadavky na hráče pro hru v oslabení:

- dobré čtení hry a předvídavost
- reakční (startovní) rychlost
- síla a stabilita v osobních soubojích
- orientace a hra na malém prostoru
- psychická odolnost a kondiční připravenost
- krytí prostoru

- Principem je přechod z pasivní zónové obrany na agresivní obranu s rychlým přístupem k soupeři.
- Nejčastější způsoby základního rozestavení při hře v oslabení jsou 1-2-1, 2-2 případně 2-1-1.
- Při dvojnásobném oslabení se hráči snaží udržovat rozestavení v trojúhelníku 2-1 nebo 1-2. Ať je rozestavení hráčů zvoleno jakkoliv, vždy je obecným pravidlem přítomnost minimálně jednoho bránícího hráče vždy před brankou.

Děkuji za pozornost