

# Seminář trenérů B – licence

Kladno 12.8.–13.8.2017

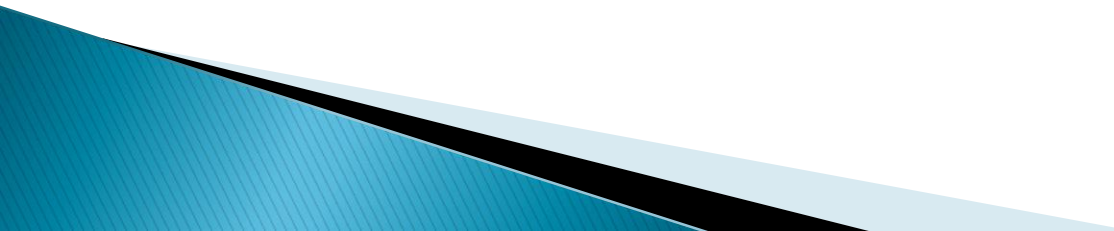
## Herní systémy

Milan Maršner

Metodika ČMSHb



## Témata:

- Herní činnosti
  - Herní systémy – útočné
  - Herní systémy – obranné
  - Charakteristika obranné hry v obranném pásmu
  - Transition
  - Bekčeking
- 

# Systematika hokejbalu

## Útok a obrana zahrnují herní činnosti:

- 1) ■ útočné
  - obranné
  
- 2) ■ herní činnosti jednotlivce /HČJ/
  - herní kombinace /HK/
  - herní systémy /HS/

# Herní systémy útočné

V současném hokejbale je vhodnější mluvit o organizaci mužstva v útoku než o útočných systémech, protože při utkání je možná velká variabilita a proměnlivost útočných akcí. Útočná hra v současnosti vyniká na jedné straně vysokým stupněm organizovanosti a propracovanosti, na druhé straně se zase vyznačuje velkou variabilitou a kreativitou, která je nutná k překonávání obrany soupeře.

Organizace hry družstva v útoku je výsledkem spolupráce a součinnosti všech hráčů na hřišti. Herní spolupráce a pohyb hráčů v organizaci hry družstva útoku mají určitý průběh, který označujeme jako fáze útoku.

## Fáze útoku:

- založení útoku (zahájení)
- rozvíjení útoku (vedení)
- zakončení útoku

### Založení útoku:

- je fáze, kdy získáme míček pod svoji kontrolu (vyhrané vhazování, získání míčku po chybné soupeřově rozehrávce, po vyhraném osobním souboji).
- může mít charakter rychlého, postupného nebo pozičního útoku, přičemž okamžik získání míčku a rychlost první přihrávky je zásadní. Pro útok je ideální max. 10 sekund od založení do okamžiku překročení všech pásem (OP, SP, UP) a zakončení střelbou na bránu. Založení útoku musí mít šířku a hloubku, vždy čelem k míčku a do hry.

### Rozvíjení útoku:

- spočívá v tom, že se družstvo pomocí spolupráce nebo pomocí individuální akce snaží dostat do nejvýhodnějších prostorů pro zakončení útočné akce. Většinou se jedná o přechod SP a vniknutí do UP přes útočnou modrou čáru, při kterém se využívá spolupráce hráčů, individuální akce nebo nastřelení míčku.

### Zakončení útoku:

- hlavním cílem této části je vstřelení branky či vytvoření si opakovaných střeleckých příležitostí. Při těchto situacích je důležitá individuální součinnost a snaha hráčů stále zachovávat takzvaný útočný trojúhelník.

O způsobu realizace hry družstva v útoku vždy rozhoduje první nahrávka.

## Způsoby založení útoku:

- 1) postupný útok
- 2) rychlý útok
- 3) rychlý protiútok
- 4) reorganizovaný útok
- 5) nastřelování míčku do útočného pásma
- 6) poziční nátlaková hra v útočném pásmu
- 7) přesilová hra

## Postupný útok

- Uplatňuje se proti stažené, kompaktní, zformované zónové obraně soupeře. Primárním znakem je kolektivní hra, jejíž podstatou je dobré vedení míčku jednotlivců a přihrávání. Způsob hry se zakládá na tvořivosti a improvizaci kombinací schopností jednotlivých hráčů. Tvořivost a souhra družstva se projevuje nejen ve hře s míčkem, ale i v pohybu a myšlení hráčů bez míčku. Obrazem hry je plynulost útočné akce, které se docílují přihráváním. Klasický postupný útok využívá přihrávky šikmo vpřed. Postupný útok je vlivem herních záměrů modifikován na tzv. poziční útok. Jejím hlavním znakem jsou poziční nahrávky, paralelní a zpětné (například výměna míčku mezi obránci na stejné úrovni). Při tomto způsobu vedení útoky si hráči hledají nové prostory pro útočnou spolupráci, snaží se přenést hru na volnou stranu, dochází ke kontrole hry s cílem pokusit se o rychlý útok nebo o rychlé proniknutí do útočného pásma.

## Rychlý útok

- Používá se proti soupeři, který má dominantní útok. Je to hra a taktika vycházející z dokonale zajištěné obrany. Překvapivost a údernost akce je zde realizována pomocí kolmé průnikové přihrávky z obranného pásma na hráče uvolňujícího se do volného prostoru. Akce tohoto typu nejsou tak časté, ale o to více jsou překvapivější a údernější. Součástí rychlého útoku je i rychlý brejk, který je realizován pomocí kolmé přihrávky v oblasti středního pásma mezi obrannou a útočnou modrou čarou. Tento typ útoku vyžaduje kvalitu a tvořivost obránců a nejčastěji je veden naběhnutím na střed od hrazení.



## Protiútok

- Představuje útočnou akci, která staví na velmi aktivní ofenzivní hře soupeře. Principem je situačně bezprostřední odpověď na útočnou činnost soupeře. Obrazem hry po získání míčku ve středním pásmu je rychlý a plynulý přechod přes útočnou modrou čáru, při kterém jsou útočníci soupeře v herní situaci pozičně vyřazeni z bránění. Děje se to pomocí velmi aktivní hry ve středním pásmu přihrávkou na vracející se spoluhráče, kteří křížením a změnou míst nabíhají do herně otevřených prostorů. Založení se děje pomocí okamžité průnikové přihrávky před červenou či útočnou modrou čarou. Protiútok může mít i charakter rychlého útoku (rychlý protiútok), kdy průniková přihrávka jde do protipohybu soupeře a znamená tak přečíslení v prostoru.

## Reorganizovaný útok

- Je útočná hra družstva, která se používá proti kompaktní a situačně pohyblivé obraně soupeře. Cílem kombinační hry je dosáhnout pohybového nesouladu bránícího tvaru soupeře ve středním pásmu. Toto se děje pomocí zpětné přihrávky, či návratem do výchozího postavení a poté následuje reorganizování pohybu v útočném tvaru. Výsledkem je pak snazší prostupnost obrany soupeře. Výrazným obrazem hry je dynamika „druhé vlny“ útočné akce. Způsob hry umožňuje měnit tempo hry pomocí zpomalování či zrychlování akcí. Cílem reorganizovaného útoku není jen územní postup vpřed, nýbrž reorganizace útočného tvaru za účelem hledání a vytváření možností na přeměnu akce v rychlý útok.

## Útok založený na nastřelování kotouče

- Útok založený na nastřelování kotouče se uplatňuje proti zhuštěné a situačně pohyblivé obraně, která zabezpečuje obrannou modrou čáru. Snižuje se tím riziko ztráty míčku ve středním pásmu. Zvláště prostor před útočnou modrou čarou je rizikový z důvodu rychlého protiútoků soupeře při nezdaru akce. Po nahození kotouče by mělo následovat zdvojení hráčů v útočném pásmu pro znovuzískání kotouče. Čtyři základní možnosti nastřelení kotouče: přímo na hrazení silné strany, diagonálně, kolem hrazení, nebo na brankáře.

## Poziční nátlaková hra

- Představuje veškerou útočnou činnost v útočném pásmu v situacích 5 - 5. Po proniknutí do útočného pásma vytváří družstvo tlak na soupeře opakovanou produkcí střeleckých možností. Hra je úzce spojena s obrannou činností družstva v útočném pásmu a vyžaduje specifickou součinnost, spolupráci a techniku hry na malém prostoru.

## Přesilová hra

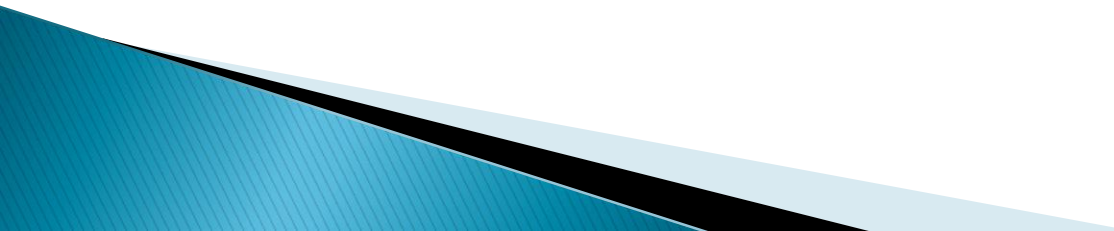
- Je důležitou částí utkání, která může výrazně ovlivnit výsledek zápasu. V současném hokejbale, kdy technická, taktická, fyzická, ale i psychická vyspělost mužstev je na téměř shodné úrovni, je právě přesilová hra jednou z možností, jak vstřelit rozhodující branku, resp. branku, která může velmi ovlivnit průběh a výsledek utkání.

## Metodika nácviku založení útoku

Zásadním předpokladem pro nácvik založení útoku je zvládnutí herních činností jednotlivce a herních kombinací.

1. teoretické vysvětlení, grafické znázornění s přihlédnutím k úrovni chápání hráčů
2. video ukázka, předvedení
3. průpravná cvičení pro útok
4. nácvik založení bez odporu
5. s pasivním bráněním (obrácené hole) vždy v přečíslení 5 – 1, 5 – 2, 5 – 3
6. nácvik s odporem v přečíslení
7. 5 – 5 s důrazem na nacvičovanou činnost

## Herní systémy obranné

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

## 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 důraz na trpělivost, vyčkávání. Záměrem je zpomalení útoku soupeře. Nejčastěji se uplatňuje v číselných strukturách 1-2-2.

## Osobní obrana

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

## 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.

## 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.

## 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 zvrátů 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

## 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.

## 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 kotouče, tedy provádět tzv. „bekčeking“.

**Děkuji za pozornost**

