



## Dovednostní základ rozehrávky

Rozehrávku lze zařadit do ofenzivní fáze hry. Tedy fáze kdy tým/jednotlivec je v držení míčku a dochází k založení a následnému rozvíjení útoku, resp. ofenzivní akce. Cílem materiálu je zaměřit se na rozehrávku z pohledu herních činností jednotlivce a dovedností, které jsou potřebné pro úspěšnou realizaci rozehrávky, a to především kategoriích U15 a nižších.

### Možnosti hráče, který rozehrává:

- přihrát spoluhráči,
- pokrýt si míček a běžet sám,
- jít do situace 1 na 1,
- nastřelit míček.

### Obranu soupeře je možné přehrát zpravidla dvěma základními způsoby:

- **úspěšným přechodem útočníka přes bránícího hráče** v situaci 1-1, důsledkem je vznik přečíslení, kdy volný hráč může zakončovat, popř. přihrávat na jiného hráče od něhož se odpoutá obránce (aby bránil nebezpečnější nerovnovážnou situaci). V tomto případě pak není nutné zapotřebí velkého pohybu celé útočící formace.
- nebo se dá obranné rozestavení soupeře přehrát dobrým a **překvapivým pohybem hráčů** (případně neustálým pohybem hráčů, který může soupeři odebrat síly a omezit jeho pohyb, především v případě, že hraje osobní obranu). Pohyb útočících hráčů je tak základním předpokladem k úspěšnému rozehrání a následnému zakončení útoku ve chvíli, kdy je soupeř natolik silný, že hra v situacích 1-1 je nebezpečná a hrozí ztráta míčku a rychlý protiútok soupeře. Nejúčinnější je **výměna míst** útočících hráčů na principu **křížení** nebo **rotace**.

Nejčastějším řešením je přihrávka volnému spoluhráči, a to z důvodu, že se jedná o nejjednodušší (z hlediska provedení) a nejrychlejší (míček letí vždy rychleji, než dokáže hráč běžet) řešení, jak postupovat vpřed. Navíc jde o nejlepší způsob, jak přenést hru a tím donutit soupeře k rychlému přeskupení, které otevírá možnosti pro další přihrávky případně volné prostory kam postupovat.

S rozehrávkou tedy úzce souvisí **podpora spoluhráčů**, tedy schopnost hráčů bez míčku se nabízet k přihrávkám. Uvolňující se hráči se potřebují dostat do takové pozice, aby hráč s míčkem mohl přihrávat přímo, jednoduše a ideálně na kratší nebo střední vzdálenost. Nelze opomenout ani správné načasování (**timing**) = hráč nabízející se na přihrávku se do volného prostoru musí dostat ve chvíli, kdy hráč s míčkem potřebuje přihrát, nikoliv ve chvíli, kdy je to pro něj nejpohodlnější. Je tedy třeba reagovat např. zrychlením, zpomalením, nebo i zastavením se podle toho, jak vyžaduje situace. Zároveň jeho **postavení těla, nohou a čepele** musí být takové, aby zpracování bylo co nejjednodušší.

Přitom je zapotřebí si zachovat přehled o situaci na hřišti, hrát se zvednutou hlavou a předvídat vývoj situace na hřišti. Správný **timing platí také pro hráče s míčkem** – pokud hráč s míčkem zareaguje příliš pozdě a promešká situaci, kterou mu spoluhráči vytvoří, dostane se pod tlak, je nucen přihrávat přes soupeře, to často vede ke ztrátě míčku a protiútku. Pokud hráč reaguje příliš rychle a uspěchá přihrávku, dostaví se obvykle stejný výsledek jako v předchozím případě.

Rozehrávku je možné rozdělit na dvě fáze. Na fázi útoku odehrávající se ještě na obranné polovině (popř. se středním pásmem), můžeme ji nazvat rozehrávkou a na fázi útoku v útočné třetině, kterou můžeme nazvat zakončení. Úspěšnost fáze zakončení logicky navazuje také na efektivitu, přímočarost a přesnost rozehrávky.



## Herní činnosti jednotlivce tvořící dovednostní základ rozehrávky:

- **Kvalita přihrávky** (razance, přesnost, včasnost a účelnost) - důležité je zvládnutí přihrávek, jak na kratší vzdálenosti, tak přihrávky na dlouhé vzdálenosti.
- **Kvalitní příjem přihrávky** – jde především o rychlé zpracování a schopnost zpracovat přihrávku v běhu.
- **Vedení míčku** = schopnost vést míček na čepeli se zvednutou hlavou a pohledem do prostoru hřiště tak, že hráč s míčkem je neustále připraven přihrát volnému spoluhráči. V případě vedení osobního souboje je základem krytí míčku.
- **Uvolňování se hráče bez míčku** – realizováno tak, aby hráči mohli přijmout přihrávku, a to ve volném prostoru nebo alespoň s odstupem od soupeře.

Ve vyšších dorosteneckých kategoriích je samozřejmostí, že hráči mají naučené vzorce založení útoku. Každý hráč zná svou **úlohu v daném systému**, stejně tak jako úlohy svých spoluhráčů. **Herní činnosti na sebe navazují, spojují se do herních kombinací, které tvoří systém.** Aby vše správně fungovalo, je nutná výborná koordinace všech hráčů v pětici na základě znalostí pravidel a vzorců systému. Při dobrém zvládnutí se pak vytváří skupinové myšlení pětice, kdy jsou hráči schopni se orientovat v prostoru velmi efektivně na základě dobrého čtení hry soupeře a hry svých spoluhráčů – hráči navzájem správně odhadují záměry svých spoluhráčů a volí tak vždy optimální model řešení.

Pokud k této „synchronizaci“ hráčů v pětici dojde, dalším přirozeným krokem je **improvizace**. Hráči už nejsou striktně vázáni na naučený vzorec, ale jsou schopni sami kreativně vymýšlet řešení postupného útoku. To je nejvyšší cíl a meta, ke které by měl trenér s týmem směřovat. Dosáhnout ji není jednoduché. Hráči musí spolu hrát delší dobu, musí si navzájem typově vyhovovat, dobře se znát a mít společné stejné herní a taktické základy, schopnost kreativity a vysokou hráčskou inteligenci.

## Doporučení pro nácvik rozehrávky:

- V kategoriích U11 a U9 je cílem věnovat se dovednostnímu základu rozehrávky v podobě rozvoje HČJ (vedení míčku, přihrávka, uvolňování se hráče s míčkem a bez míčku) – nácvik není programově zaměřen na rozehrávku, ale jde o izolovaný rozvoj jednotlivých HČJ.
- V kategoriích U15 a U13 je cílem přechod od HČJ tvořících základ rozehrávky k nácviku činnosti v rámci spolupráce 2 – 3 hráčů, nejčastěji jde o:
  - spolupráci s druhým obráncem (přenesení hry např. ze silné na slabou stranu),
  - spolupráci s nabíhajícím útočníkem.
- Dalším krokem je simulace odporu v podobě napadajícího hráče, který vytváří tlak na rozehrávajícího obránce.
- Nácvik lze následně rozšířit nejen o zvyšování odporu v podobě napadajícího hráče, ale také stavbou cvičení tak, aby vedla rozehrávajícího hráče k volbě z více variant řešení (přihrávka na obránce, přihrávka na útočníka, individuální akce) a vytvářela u hráčů návyk číst hru a rozhodovat se pod tlakem.
- Ve všech fázích nácviku se doporučuje pravidelně střídát hráče mezi posty a nerozlišovat striktně mezi útočníky a obránci.

## Postřehy z praxe:

- V nácviku i utkání je třeba vést mladé hráče k lepšímu čtení hry ve fázích hry před převzetím míčku, a to ve formě:
  - a) vizuální kontroly pohybu a rozestavení spoluhráčů (otočením se hlavy hráče přes rameno),
  - b) vizuální kontroly napadajících protihráčů,
  - c) vizuální kontroly volných prostor, kam by bylo možné směřovat rozehrávku a rozvíjet útok.
- V nácviku i utkání je třeba budovat v hráčích kreativitu, nebát se rozehrát případně vést hráče k individuálnímu řešení akce.
- Mladí hráči mají rezervy v situacích, kdy kvalitní obrannou činností získají míček a mají s ním kreativně naložit. Do tréninku činností v obranné třetině doporučujeme zařazovat ve cvičeních prvek, kdy jej hráči po zisku rozehrají do zástupu nebo trenérovi.



- Pravidelné střídání hráčů mezi posty v utkáních kategorií U11 a U9 je nepostradatelnou složkou pro nácvik dovednostního základu, rozvoje čtení hry a akceleraci herních prvků rozehrávky.
- Chyby hráčů v rozehrávce je třeba vnímat jako cestu ke zlepšení a zkušenost, díky které hráči získávají sebedůvěru ke kreativní ofenzivní hře.

Ve vyšších věkových kategoriích dorostu, je třeba krom nácviku rozehrávky z obranného pásma zařazovat také rozehrávku ze středního pásma. Ve vyšších kategoriích ovlivňuje rozehrávka a navazující rozvíjení útoku také charakter hry soupeře, fáze hry a stádium utkání. Důležité je řešit s hráči také taktickou složku přihrávky, vzájemnou výpomoc obránců a vést hráče ke sledování skutečnosti, zda rozehrávající spoluhráč je pravák nebo levák (uvedené může mít zásadní vliv na volbu strany/prostor, kam bude míček směřován).

## Na jaké další body klást důraz?!

### Rady kdy obránce nepřihrává:

- pokud neví, kde se pohybuje spoluhráč,
- pokud spoluhráč je obsazen nebo se nemůže uvolnit,
- před vlastní branku,
- křížně přes obranné pásmo,
- je-li individuální akce účelnější a výhodnější nežli přihrávka.

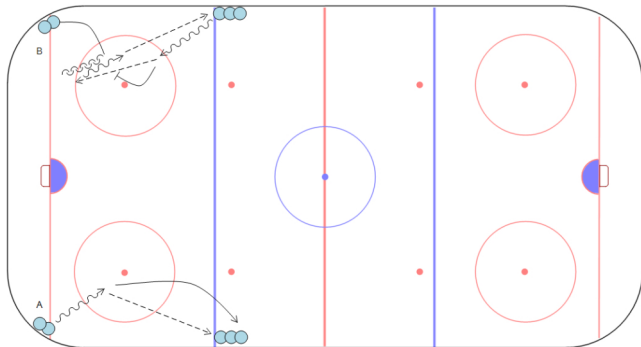
V kategoriích U15 a kategoriích dorostu se doporučuje zařazovat trénink obránců např. v podobě vyčlenění části tréninkové jednotky se specifickým zaměřením a obsahem.

Důležitá je také volba a výběr vhodných hráčů na post obránců.

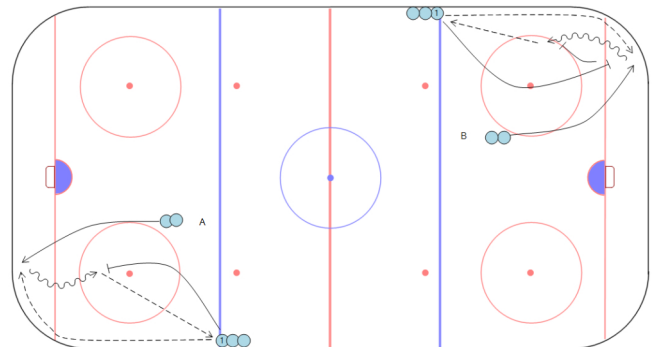
### Chyby z praxe:

- pro post obránce jsou většinou vybráni hráči vyšší postavy,
- pro post obránce jsou většinou vybráni hráči s horší lokomocí a rezervami ve specifickém hokejbalovém pohybu,
- v kategoriích do U11 dochází v nedostatečné míře k rotaci hráčů mezi posty,
- v kategoriích do U15 dochází v nedostatečné míře k zařazování perspektivních hráčů na post obránců (a to i v utkáních se „slabšími“ soupeři).

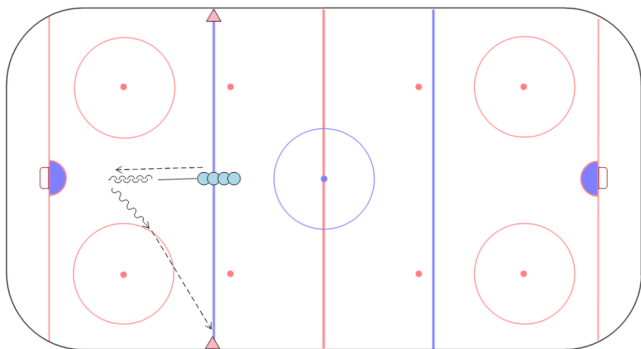
č.1



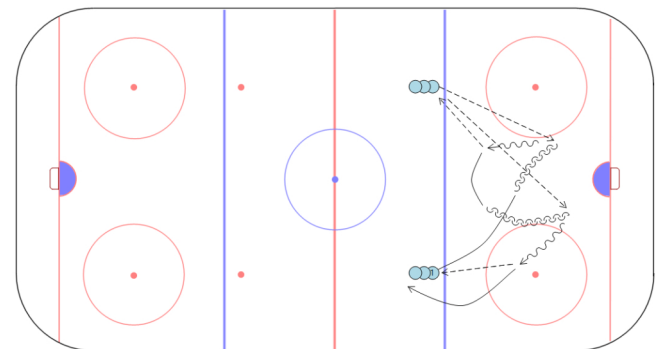
č.2



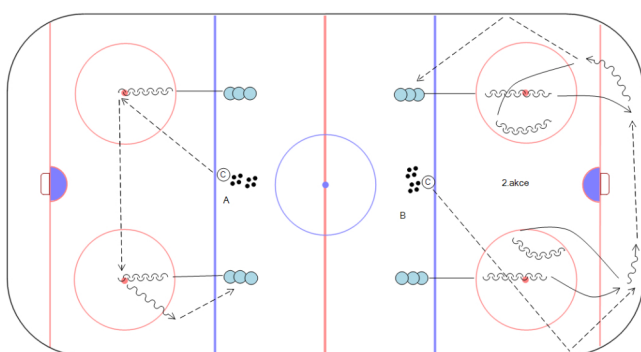
č.3



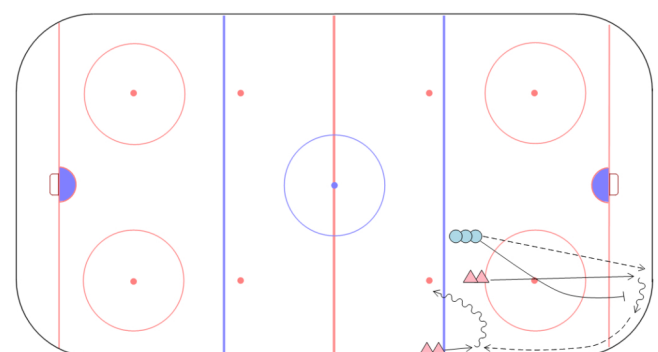
č.4



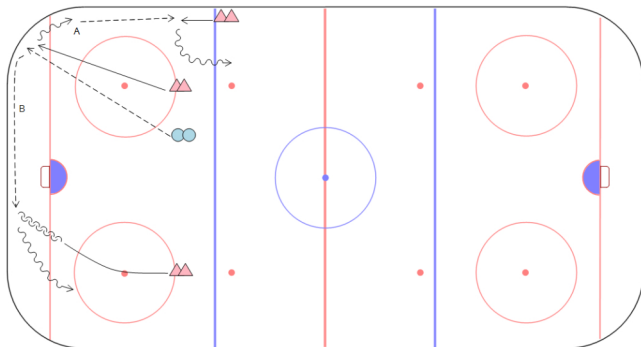
č.5



č.6



č.7



č.8

