



Zónová obrana

Zónová obrana, někdy nazývána také zóna, je herní obranný systém, který je možné využít ve všech pásmech a prostorách na hokejbalovém hřišti. Aplikace tohoto způsobu obrany do utkání podléhá jasně definovaným pravidlům a zásadám. Nácvik je možné zařazovat do TJ v kategoriích juniorů a mužů.

Jaké rozlišujeme herní obranné systémy:

- osobní obrana,
- zónová obrana,
- zónový presink,
- kombinovaná obrana.

Jaké jsou rozdíly a základní charakteristiky osobní a zónové obrany?!

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 a techniku osobních soubojů.
- Metodicky jde o první obranný systém zařazovaný do TJ mládeže.

ZÓNOVÁ OBRANA

- 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.
- Zpomaluje a vytlačuje 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.

Principy zónové obrany

Základní princip spočívá v obsazování předem stanoveného prostoru (zóny) povětšinou definovaného dle postů hráčů. Zónová obrana je založena na odpovědnosti každého hráče za určitý předem vymezený prostor. Důležitým požadavkem je kompaktnost rozestavení a pohybu celého týmu, realizace je prováděna vzájemným zajišťováním. Obranný tvar nesmí získat mezery např. nezapojením se jednoho či více hráčů do obranné činnosti. Obranný tvar tak ztrácí soudržnost a celistvost. V systému zónové obrany hráč odpovídá nejen za svého protiváče v prostoru, ale za celou herní situaci.

Uplatňují se obranné herní činnosti jednotlivce především obsazování a krytí prostoru, resp. obsazování hráče s míčem a bez míčku. Z obranných kombinací je využíváno zajišťování, přebírání a zdvojování (mnohdy také ztrojování).

Jaké rozlišujeme herní obranné systémy:

- zónová obrana stažená,
- zónová obrana vysunutá.



Z pohledu systematiky hokejbalu lze zónovou obranu dělit dle prostor, ve kterých je bránícím týmem realizována:

- v útočném pásmu – povětšinou se jedná o ustoupenou, staženou formu napadání s cílem nasměřovat útok soupeře do předem určených prostor, případně soupeři zpomalit, ztížit fázi zakládání útoku,
- ve středním pásmu – může se řídit podobnými principy jako zónová obrana v útočném pásmu, nebo být aplikována v nerovnovážných herních situacích (např. PP a SH) a v situacích obrany proti ve středním pásmu rychle reorganizovanému útoku soupeře zejména při přenesení (otočení) hry na slabou stranu,
- v obranném pásmu – využití je vázáno především na herní situace v oslabení. Využití při hře v plném počtu hráčů je většinou časově omezeno nebo se objevuje sporadicky.

Základní aspekty stažené zónové obrany:

- je orientována na zahájení obranné činnosti povětšinou na vlastní polovině hřiště nebo ve středním pásmu,
- při ztrátě míčku se hráči okamžitě přemisťují na vlastní polovinu (resp. do hloubky hry) a zauímají rozestavení podle taktických pokynů pro obrannou fázi.

Výhody:

- zmenšení prostoru pro bránění,
- při získání míčku lze řešit situaci rychlým protiútokem.

Nevýhody:

- může vést k návyku pasivního pojetí hry,
- tlak na soupeře bude vyvíjen pouze na vlastní polovině hřiště nebo od středního pásma.

Základní aspekty vysunuté zónové obrany:

- tlakem na soupeře usměrnit jeho hru do určitého prostoru,
- donutit soupeře k chybě vedoucí k získání míčku pod kontrolu,
- častěji se aplikuje při postupném nebo reorganizovaném útoku soupeře.

Výhody:

- aktivní pojetí hry s vysokými nároky na kondiční připravenost a herní myšlení všech hráčů,
- zvyšuje se poměr aktivně bránících hráčů.

Nevýhody:

- akční prostory hráčů se zvětšují (nutno zkracovat prostor mezi útočníky a obránci, resp. mezi liniemi obranného tvaru, a to vysunutím obranné linie),
- větší nároky na kompaktnost týmu.

Jedním z cílů vysunuté zónové obrany je vyvíjet neustálý tlak na soupeře, se snahou o vnucení rytmu, tempa a celkového pojetí hry. Zónová obrana může přecházet také v tzv. zónový presink, tedy obranný systém, v kterém je tlak bránících hráčů na soupeře v držení míčku zvyšován zajišťováním a dalšími obrannými kombinacemi.

Výhody systému zónové obrany:

- relativně nekomplikovaná zraková kontrola útočících hráčů,
- možnost úspěšného vytlačení hry soupeře k hrazení nebo do nevýhodných prostor,
- možnost napravení chyby hráčů zajišťováním, přebíráním (neplatí plně při hře v jedné linii nebo chybě v hloubce hry),



- umožňuje přechod na presinkové způsoby bránění,
- možnost efektivnějšího využití hráčů pro útočnou fázi,
- obránci mohou zmenšováním/zvětšováním prostoru rozhodovat o tom, na jak velkém prostoru se hraje (eliminace manévrovacího prostoru soupeře).

Nevýhody systému zónové obrany:

- snížená kontrola pohybu hráčů mimo těžiště hry nebo mimo prostor vývoje herních situací,
- vyšší nároky na orientační schopnosti, čtení hry a komunikaci hráčů zejména při rychlých a opakovaných změnách těžiště hry,
- nedostatečné zajištění šířky hry, možné zhoršené obsazování prostor podél hrazení,
- v některých fázích zhoršené možnosti zajišťování hráčů do hloubky hry,
- vyšší riziko krátkých přihrávek zejména mezi obránci (poslední hráče),
- návyk k pasivnímu pojetí hry, tlak na soupeře bude vyvíjen až v předem vymezených prostorách (nevhodné pro hráče v kategoriích U15 a mladších).

Obecné principy pro obrannou hru

Obranné herní systémy, taktiky obrany jsou odvislé od mnoha faktorů, které stanovují požadavky na herních výkon celků a také podmínky pro jejich realizaci v utkání. Základní principy zónového bránění lze pojmenovat následovně:

- **aktivní obranná hra** = v obraně nesmí celek reagovat pasivně, důležité je pohybovat se směrem k míčku, chtít jej získat, a především být iniciativní ve vzniklých situacích 1-1,
- **kompaktní a koordinovaný pohyb** = taktický řízený organizovaný pohyb všech hráčů směrem k míčku, vědomá reorganizace pohybu obranného bloku dle aktivity soupeře a záměrů na rozvíjení útoku soupeřícím celkem.

Pohyblivou kompaktní a koordinovanou obranu zajistíme:

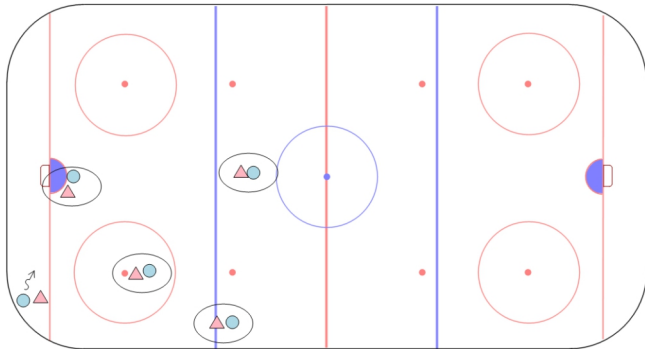
- pohybem celku – řízeným pohybem celého obranného tvaru/bloku,
- pohybem částí celku – koordinovaným pohybem jednotlivců a skupin uvnitř obranného seskupení (přebírání soupeře atd.)
- **pohyb obrany vpřed (jako celku)** – cílem je přenesení těžiště hry, zužování herního prostoru a vede k rozhodnějšímu a včasnějšímu napadání soupeře s míčem.
Je vhodný zejména v situacích:
 - při zpětném pohybu soupeře s míčkem k vlastní brance,
 - při zpětné přihrávce,
 - při odebrání míčku obránci soupeře, tlaku do branky a současném vedením souboje.
- **vzájemná komunikace** – orientace hráčů na hřišti, čtení hry a reagování na pozici míčku ve vztahu k těžišti hry, zraková a verbální komunikace hráčů.

Nácvik systému zónové obrany:

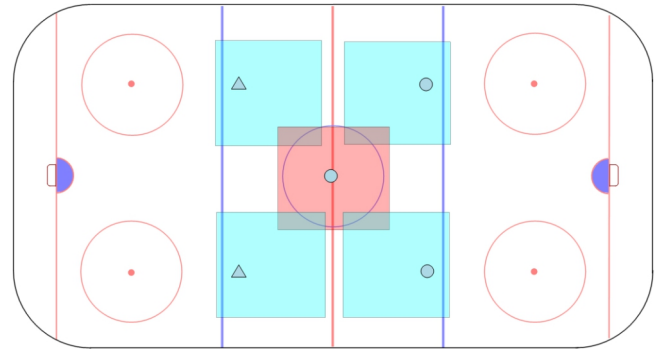
- není doporučen pro kategorie U15 a mladší,
- se doporučuje realizovat formou her na malém prostoru při počtu hráčů 2-2, 3-3 např. s omezením prostoru pro rozvíjení akce určitým směrem nebo do určitých prostor,
- je vhodné realizovat řízenou hrou při počtu hráčů 4-4 nebo 5-5,
- je třeba rozlišovat dle prostor a pásma, kde se bude herní situace odehrávat (útočné, střední a obranné pásmo),
- při hře v oslabení je samostatnou kapitolou, ve které obrana prostoru podléhá povětšinou reakci na způsoby vedení a zakončení útoku soupeře.

Základem pro nácvik jakéhokoliv obranného herního systému je nutnost položení a osvojení základů obranných HČJ (obsazování hráče s míčkem a bez míčku, obrana prostoru) resp. obranných herních kombinací (odstupování, zajišťování, přebírání a zdvojování).

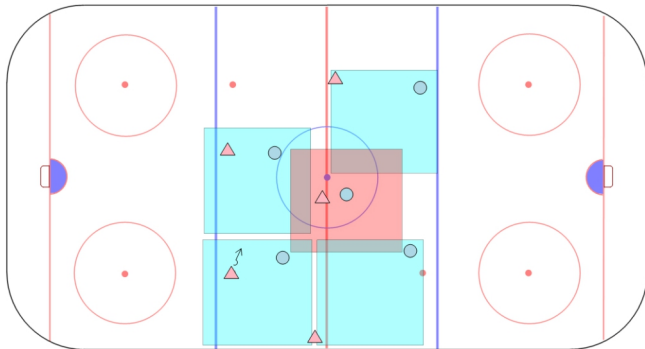
Cvičení č.1 - Osobní obrana v obranném pásu



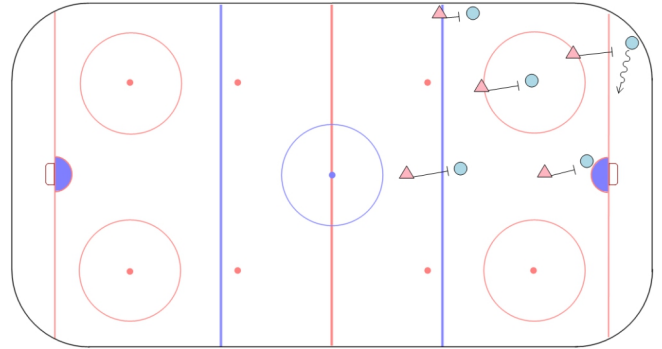
Cvičení č.2 - Zónová obrana ve středním pásu



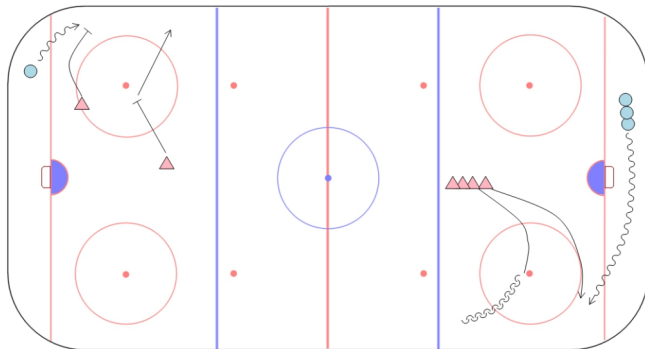
Cvičení č.3 - Zónová obrana ve středním pásu



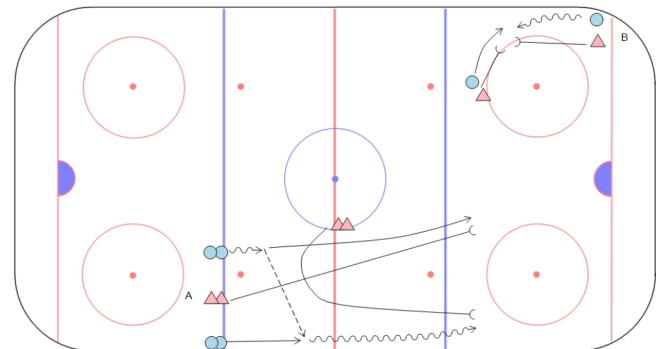
Cvičení č.4 - Zónový presink v útočném pásu



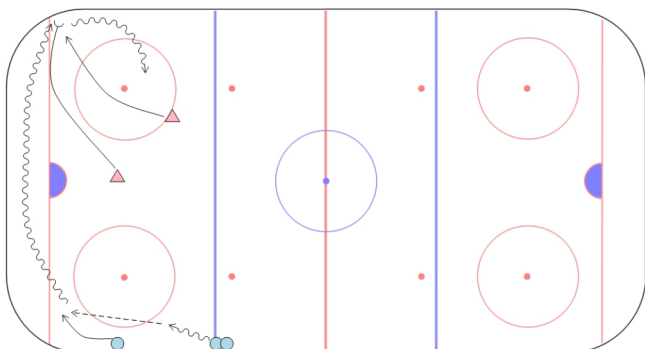
Cvičení č.5 - Zajišťování



Cvičení č.6 - Přebírání



Cvičení č.7 - Zdvojování



Cvičení č.8 - Odstupování

