

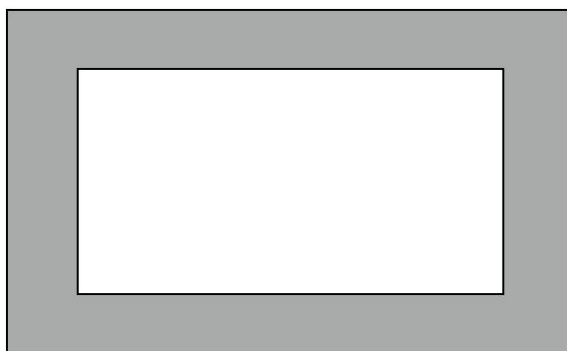
Kin-ball Metodický Newsletter č. 8



Téma týdne: Technika správného podání 3

Minulý týden bylo cílem přimět hráče k tomu, aby získanou rychlost začali využívat při hře, hlavním tématem byl prodloužený úder. Dnes se zaměříme na obranu, prevenci proti využití této techniky.

Přestože je technika prodlouženého úderu velmi účinná, způsob jak jí zabránit je velmi jednoduchý. Podejte míč v takovém směru, aby nebylo možné prodloužený úder provést. Jak? Jednoduše míč podejte směrem ke krajům tělocvičny. Podívejte se na následující schéma.



Hry s pozměněnými pravidly

Hráče můžete povzbudit k použití nové preventivní strategie pomocí hry kin-ballu s pozměněnými pravidly.

1.hra s pozměněnými pravidly

Dejte týmu bonusový bod pokaždé když se mu podaří podat míč do vymezeného území (šedá zóna). Můžete jim poradit, aby použili techniku „držení míče dvěma hráči“ (Newsletter 3) a odnesli míč z bílé zóny.

Pokaždé když se týmu podaří podat míč do šedé zóny, dostane bonusový bod.

Tým, který využije této techniky nejčastěji, dostane nejvíce bodů. Pokud tuto hru používáte, musíte zabránit tomu, aby ve hře nebyl tým, který neustále prohrává, ujistěte se, že všechny týmy jsou vyrovnané. Výsledky byste měli vynulovat každé 2 minuty.

Tato hra s upravenými pravidly je vhodná pro mladší hráče (1. stupeň základní školy)

2. hra s pozměněnými pravidly

Řekněte hráčům, aby míč podávali do šedé zóny. Pokud míč týmu spadne do bílé zóny bude se to považovat za chybu „míč mimo hřiště“.

Během hry si hráči mohou míč přenášet do různých míst bílé zóny a podávat odtud, ale pokud týmu v obraně míč spadne v bílé zóně, bude se to považovat za chybu „míč mimo hřiště“ pro podávající tým a další dva týmy získají bod a to i v tom případě když dojde k doteku při snaze přijímajícího týmu míč zachytit.

Znovu můžete hráčům poradit, aby použili techniku držení míče dvěma hráči (Newsletter 3).

Mělo by dojít k tomu, že hráči zpomalí rychlost hry, aby tuto techniku provedli správně a budou se snažit najít další způsoby a místa odkud míč podat. Měli byste zaznamenat, že týmy v obraně budou úspěšnější, protože plocha kterou brání je menší.

Až hru s pozměněnými pravidly ukončíte a vrátíte se zpět k standardním pravidlům, hráči by už měli být lepší ve stanovení místa odkud je strategicky výhodnější míč podat a měli by se snažit využít možností okrajů hrací plochy místo toho, aby se stále pokoušeli o prodloužené údery.

Pro opravdu kvalitní hru se ujistěte, že jsou týmy vyrovnané. Tato hra s upravenými pravidly je vhodná pro starší hráče (2. stupeň základní školy a střední školy)

Upozornění:

Hry s pozměněnými pravidly byste neměli hrát po celou dobu určenou pro kin-ball. Jestliže jste si určili hrací dobu kin-ballu např. hodinu, tyto hry s pozměněnými pravidly byste měli hrát nanejvýš 10 minut.

Hra týdne: Ulička

Hráči se rozdělí do dvojic a stojí naproti sobě ve dvou řadách, tak aby vytvořili uličku, která bude široká na průměr míče.

Poté míč začnou přemísťovat z jednoho konce uličky na druhý tak, aby se míč nedotkl země. Všichni hráči se postupně musejí míče dotknout, míč nesmí být přemísťován házením. Jestliže míč spadne, jednoduše se zvedne z místa kde spadnul a pokračuje se ve hře, ale pokud je to druhý pád musí se míč přenést zpět na začátek uličky.

Stopujte čas za jak dlouho se podaří míč přemístit z jednoho konce uličky na druhý nebo míč může cestovat tam a zpátky. Měňte výšku ve které si hráči míč podávají nebo můžete změnit pozice hráčů. Například hráčům můžete říci, aby při podávání míče stáli k sobě zády nebo leželi na zemi s nohama nebo hlavama k sobě.

Upozornění:

Hráči nesmějí během hry zvedat nohy ze země a kopat do míče, jedinou výjimkou je zmíněná možnost využití uličky, kdy hráči leží na zemi nohama k sobě a přemísťují míč nohama.

