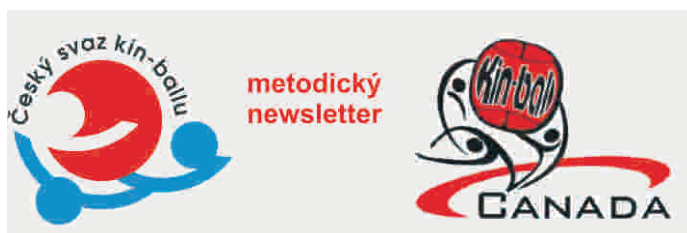


Kin-ball Metodický Newsletter č. 12



Téma týdne: Přihrávka

Cílem tohoto newsletteru bude využívání techniky, která se používá pro přemístění míče doprostřed tělocvičny, abyste získali lepší pozici pro podání míče. Tato technika může být použita místo techniky držení míče mezi dvěma hráči.

Přihrávku je možné provést rukama, ale i kopem nohou. Provádí ji hráč v obraně, který chytil míč.

Přihrávka s použitím rukou

Hráč musí nejprve zaujmout pozici držení míče nad hlavou, ukázanou v instruktážním manuálu na straně 5. Poté použije obě ruce, aby míč přihrál spoluhráči.

Přihrávka s použitím nohou

Nejdříve hráč musí zaujmout pozici držení míče nad hlavou, ukázanou v instruktážním manuálu na straně 5. Poté míč pustí před sebe a až bude dostatečně nízko, vykopne ho směrem k spoluhráči.

Technické body pro správně provedenou přihrávku:

- míč by měl letět vzduchem přímou dráhou a nemělo by být těžké ho chytit
- míč je podán přímo na hráče

Tato technika se nejčastěji používá, když je míč chycen v rohu nebo blízko čáry nebo hranice hry.

Pravidla přihrávky

Pokud jeden tým provádí přihrávku, hráči ostatních týmů se musejí snažit, v souladu s pravidly, vyhnout se letícímu míči. Tým, který provádí přihrávku nesmí úmyslně mířit na hráče z jiného týmu. Míč musí mít přímou dráhu ke hráči ze stejného týmu.

Hry s pozměněnými pravidly

Abyste motivovali hráče k použití nové techniky můžete využít následující hry s pozměněnými pravidly.

První hra s pozměněnými pravidly:

Dejte bod tomu týmu, který přemístí míč do centra hrací plochy pomocí přihrávky. Vyžaduje to, aby hráč který první přijme míč, jej měl pod kontrolou tak dlouho než se ostatní stačí přemístit do středu hřiště. Z počátku to hráčům může působit jisté potíže, ale uvidíte jak se postupně zlepšují a získávají sebedůvěru, což pomůže k dalšímu zvýšení úrovně hry. V této hře není nutné přemístit míč do středu hrací plochy, ale pokud se to týmu podaří dostane bod.

Pokud tuto hru používáte, musíte zabránit tomu, aby ve hře nebyl stejný tým, který neustále prohrává a 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)

Druhá hra s pozměněnými pravidly:

Druhá hra je variací první hry. Tentokrát však hráči mají povinnost vždy po zachycení míče přenést hru přihrávkou doprostřed tělocvičny. Pokud to nesplní ztrácejí bod. Důležité je zachovávat pravidlo, že míč je možné přemístit pouze ve hře po jeho příjmu. Pokud hra začíná po chybě ke které došlo mimo střed hrací plochy je možné přemístit míč před podáním pouze do vzdálenosti dvou průměrů míče. Takže po takovéto chybě podávající tým nepřemísťuje míč doprostřed hrací plochy.

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: Magický čtverec

Všechny hráče rozdělte do týmů po čtyřech (můžete využít i více týmů než základní tři barvy) a postavte je do řady před stěnu tělocvičny tak, aby byli obrácení tváří ke stěně. Trenér stojí v prostředku tělocvičny. Pak vyvolá, určí barvu, která bude podávat. V té chvíli všichni hráči musejí co nejrychleji zaujmout svá místa ve hře. To znamená, že vyvolaný tým se musí připravit na podání (tři hráči drží míč, čtvrtý naznačuje podání) a ostatní týmy musejí zaujmout kolektivní obrannou pozici, čtverec kolem míče. Bod dostane ten tým, který se nejdříve dostane do správné pozice. Pro zvýšení obtížnosti může trenér měnit své místo v tělocvičně. (Také se můžete podívat do instruktážního manuálu str. 4 na obrannou pozici týmu.)

Upozornění:

z bezpečnostních důvodů upozorněte hráče, aby se v základní pozici, před určením barvy týmu, nedotýkali stěny.

