

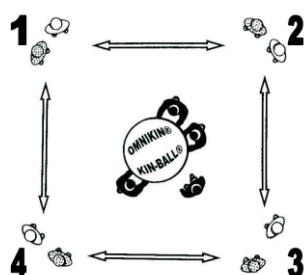
# Kin-ball Metodický Newsletter č. 19



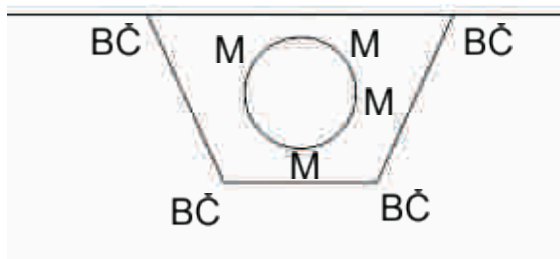
## Téma týdne: Rohová a postranní obranná pozice

V tomto newsletteru se zaměříme na to jak správně zaujmout obrannou pozici v rohu nebo blízko postranní čáry.

Již od začátku výuky kin-ballu učíte studenty vytvářet základní obrannou pozici kolem míče, kterou je čtverec. Pokud však útočící tým podává z rohu nebo blízko postranní čáry, není možné a často ani vhodné udržovat obrannou pozici čtverce.

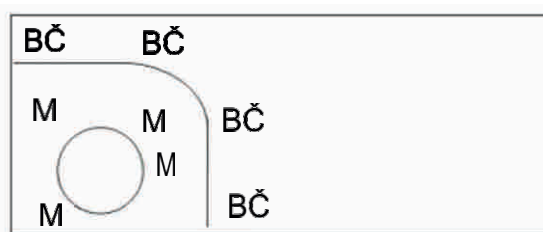


Obranná pozice čtverec

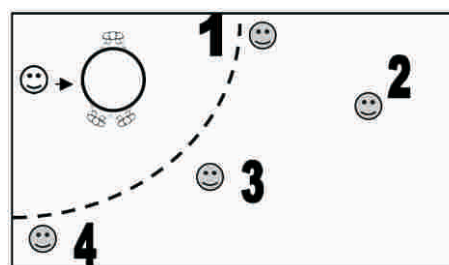


Obranná pozice lichoběžník

Když je podávající tým blízko rohu máte dvě možnosti. První je půlměsíc (viz. Newsletter č.16) Další možnou pozicí je Ypsilon. Tato obranná pozice je poněkud obtížnější, avšak má výhodu že jeden hráč je připraven chytit případný vysoký úder s dlouhou dráhou letu. Také poskytuje týmu, který je na příjmu, lepší pozici při provedení prodlouženého úderu (Newsletter č.7) v případě že útočící tým odpálí míč směrem ke středu hrací plochy.



Obranná pozice půlměsíc



Obranná pozice Ypsilon

## Speciální cvičení

Na procvičení nových taktik je možné použít následující cvičení, které se již jako hra objevilo v newsletteru číslo 12.

### 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. (Také se můžete podívat do instruktážního manuálu str. 4 na obrannou pozici týmu. )

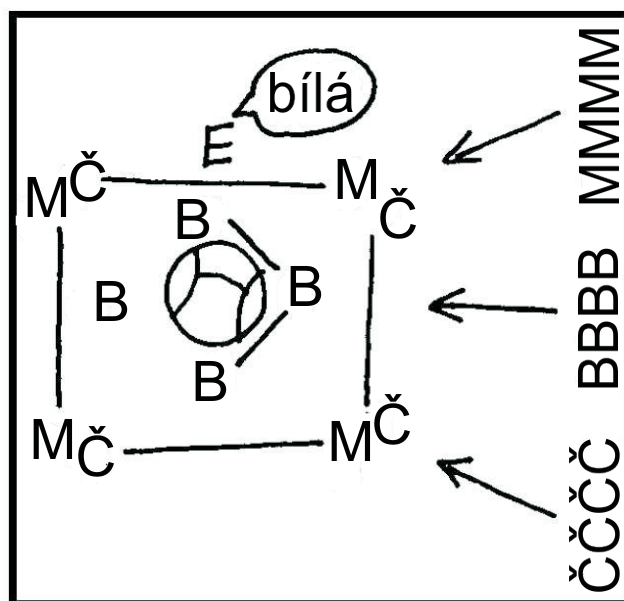
Pro zvýšení obtížnosti může trenér rychle měnit své místo v tělocvičně (přemísťovat míč). Pro účely tohoto cvičení bude míč vždy blízko postranní čáry nebo rohu. Před zahájením vlastní hry pak tým, který první zaujme správnou pozici dostane bonusový bod.

Při určení barvy je také možné požadovat určitou obrannou pozici. Trenér může vykřiknout: „modrá Ypsilon! „ nebo „bílá půlměsíc!“ a sledovat reakce hráčů.

Toto cvičení je vhodné pro hráče všech věkových kategorií

#### Upozornění:

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



## **Hra týdne: horké tričko**

Hra je rozdělena na časové úseky 10 až 15 vteřin. Cílem je zbavit se svého rozlišovacího trička tím, že hráč dohoní dalšího hráče, dotkne se jej a své tričko mu předá.

Nejprve rozdělte skupinu do třech týmů a dejte každému hráči rozlišovací tričko. Úkolem každého hráče v týmu je dotknout se dalšího libovolného hráče z jiného týmu a tak mu předat své tričko.

Hráč který přijme tričko po doteku nesmí zpětně, ve stejném časovém úseku, předat tričko zpět tomu hráči od kterého jej přijal.

Na konci odpočítávání stanoveného časového úseku ti hráči, kteří mají trička nedostanou žádný bod a hráči bez trička dostanou každý jeden bod. Celková hrací doba je libovolná, ale obvykle stačí 5 minut, kdy už jsou hráči vyčerpáni.

Hra klade důraz na týmového ducha a je úvodem do počítání bodů v kin-ballu.

### **Upozornění:**

Z bezpečnostních důvodů stanovte hranice hry, tak aby hráči neběhali příliš blízko stěn nebo dalších překážek v tělocvičně. Také se musí soustředit na orientaci v prostoru.