

Kin-ball Metodický Newsletter č. 23



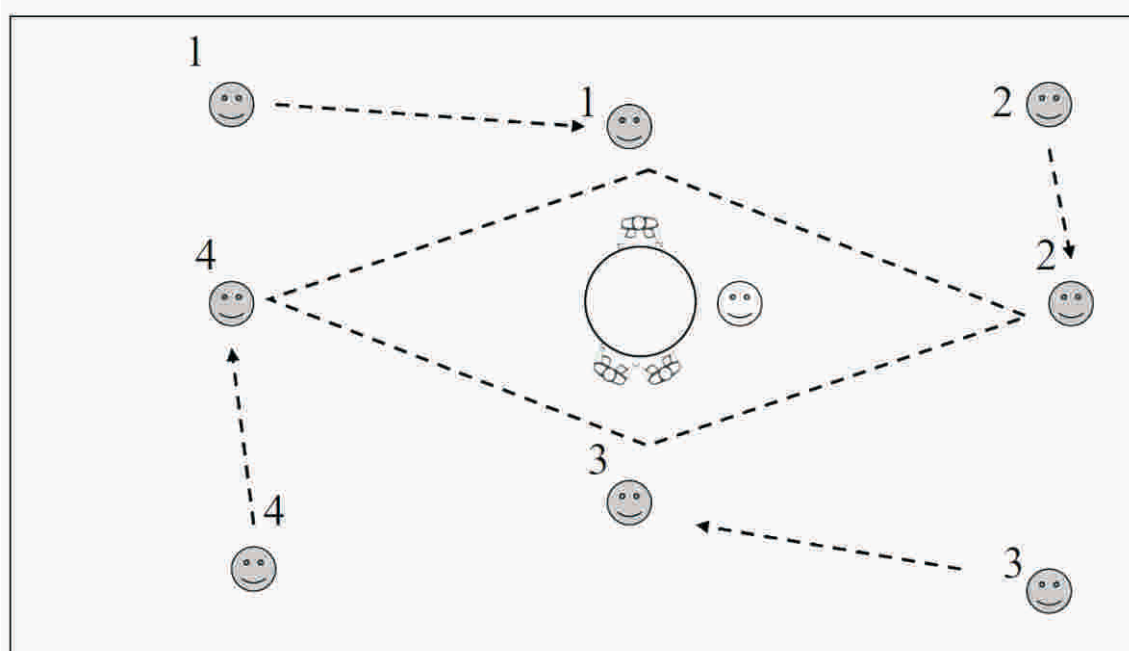
Téma týdne: Diamant, pozice týmu v obraně

Tato pozice týmu v obraně je stejně účinná jako standardní čtverec a zároveň může být přípravou na soutěže dospělých, kde je možné používat bloky.

S tím jak hráči získávají zkušenosti, dokáží se při podání trefovat stále přesněji do mezer v kin-ballovém kříži (Newsletter č. 14) Pokud tým v obraně umí rychle přejít z obranné pozice čtverec do diamantu, překvapí podávajícího hráče a ztíží tím umístění míče do prázdných míst.

Podívejte se na obrázek.

Hráči 1 a 3 stojí blíž k míči, čímž zmenšují úhel podávajícímu hráči. Nezapomeňte, že na školní úrovni nejsou povoleny bloky (to samé platí i pro kategorii smíšených týmů ve všech kategoriích, tedy i v soutěžích dospělých) takže tito hráči nesmějí stát blíže než 1,8 m od míče. Pokud k tomu dojde rozhodčí píská chybu nedovolená obrana (viz. Pravidla chyba č. 9 *)



* poznámka: ve starších vydáních pravidel do verze 3 byla chyba 9 nesprávně označena „Nedovolený odpal“

I. Speciální cvičení

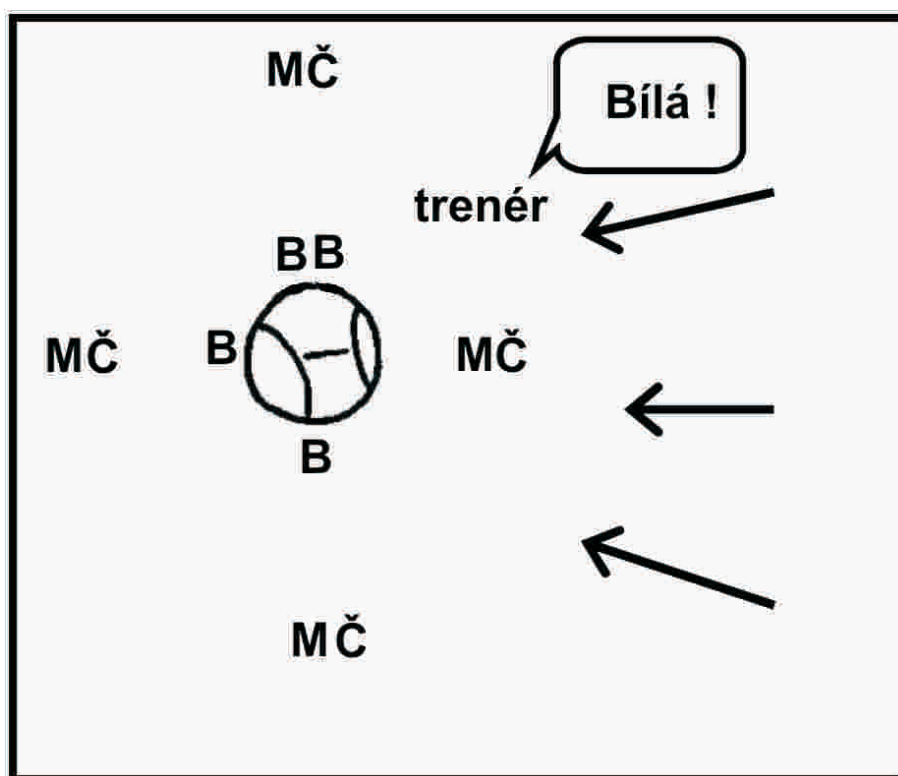
Pro motivaci hráčů, aby využili tuto novou techniku, můžete pokračovat obměnou hry, kterou jsme již použili v Newsletteru č. 12 jako hru týdne.

Magický diamant

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 diamant, kolem míče. Bod dostane ten tým, který se nejdříve dostane do správné pozice. Pro zvýšení obtížnosti může trenér měnit své místo v tělocvičně.

Upozornění:

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



Hra týdne: Kovboj

Umístěte hráče do kruhu kolem Vás a požádejte je, aby zaujali kovbojský postoj, tak jako na obrázku. To znamená ruce na zbraně a být ve střehu. Vysvětlete princip hry. Například: „Teď postupně půjdu ke každému hráči a můžu udělat dvě různé věci. Můžu na tebe míč hodit. Pak je tvým úkolem rychle zvednout ruce (tasit zbraně) a odrazit letící míč rukama. Pokud to nestihneš a míč se tě dotkne, obvykle nosu, brady nebo břicha, jsi vyřazen ze hry a sedáš si na zem. Nebo také můžu míč hodit, ale v poslední chvíli jej stáhnout zpět. (Držte míč za kapsičku, která zakrývá ústí duše) Pokud v té chvíli před sebe reflexivně natáhneš ruce nebo se i jinak pohneš, jsi také vyřazen ze hry a sedáš si na zem.“

Upozornění:

Najděte si přiměřenou rychlost jakou míč budete na hráče házet. Nesmíte příliš prudce a hráče ujistěte, že míč poletí vždy stejnou rychlostí. Na každého hráče hodte míč pouze jednou a pak pokračujte k dalšímu. Když dokončíte první kolečko, pokračujte dalším, dokud nezůstane stát poslední hráč s nejlepšími reflexy, vítěz hry.

