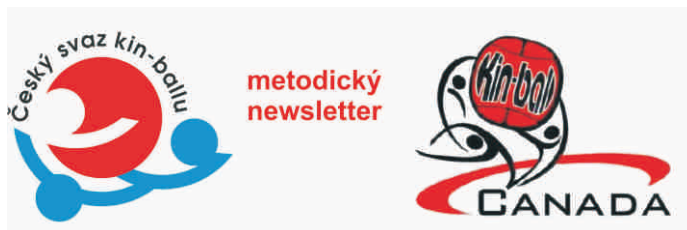


Kin-ball Metodický Newsletter č. 14



Téma týdne: technika správného podání 5

Cílem tohoto newsletteru bude zvýšit účinnost úderu umístěním míče do správných míst. Je důležité podat míč do míst, kde nejsou hráči z označeného týmu, abyste jim stížili příjem míče.

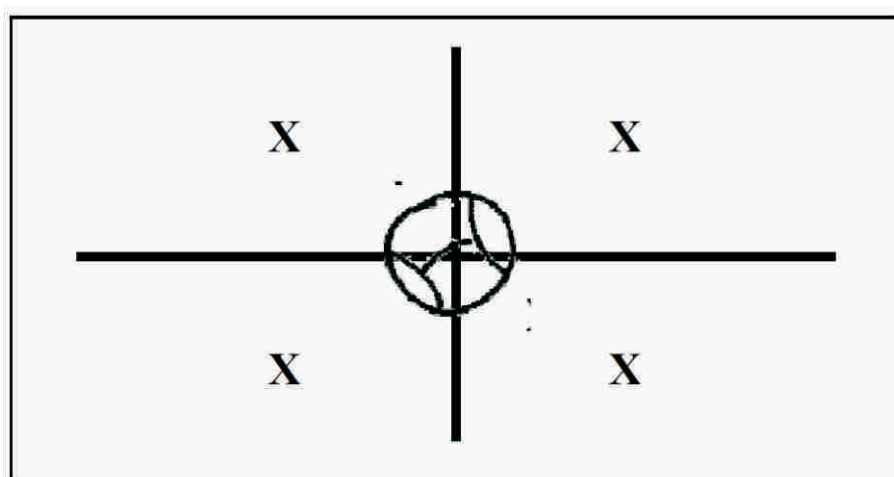
Kin-ballový kříž

Hráči jsou většinou umístěni do čtverce kolem míče, jak ukazuje obrázek, a tak mezi nimi vznikají volná místa, která lze využít při podání. Dále budeme tento volný prostor nazývat kin-ballový kříž.

Finty tělem

Jak jsme viděli v Newsletteru 11, finty tělem při podání jsou účinnou zbraní k roztažení mezer mezi hráči. Dobří hráči obvykle používají jednu nebo dvě finty, aby hráče v obraně přiměli k pohybu, čímž se vytvoří mezery v kin-ballovém kříži.

Doporučujeme abyste hráčům nejprve řádně vysvětlili tyto principy, které pak mají použít během her s upravenými pravidly.



Hry s upravenými pravidly

Pro motivaci hráčů, aby se naučili využívat nové techniky, můžete pokračovat dvěma následujícími hrami s pozměněnými pravidly.

1.hra s upravenými pravidly

Týmu, kterému se podaří podat míč do volného místa v kin-ballovém kříži, dejte bonusový bod.. Hráči budou mít na výběr jestli, poté co chytí míč, ho přinesou zpět doprostřed kříže nebo míč zamíří do volného místa, například když jim soupeř umožní použít prodloužený úder. (Newsletter 7)

Není nutné míč podat do kin-ballového kříže nebo do volného místa, ale pokud tak hráč učiní, tým dostane bonusový bod.

Tým, který využije této techniky nejčastěji, dostane nejvíce bodů. Také zaznamenáte, že hráči v obraně se začnou lépe rozmisťovat po ploše, aby chytili více míčů. A právě v tuto chvíli je vhodné doporučit podávajícímu hráči, aby použil finty tělem.

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)

2.hra upravenými pravidly

Řekněte hráčům že mají tři možnosti: podat míč do kin-ballového kříže nebo do jiných volných míst nebo musejí před podáním provést nějakou fintu tělem. Pokud tým tuto podmínku nesplní, dáte mu pokutu (trestný bod) za tzv. ilegální přestupek. Také můžete zkusit hrát hru s týmy, které budou mít pouze 3 hráče místo 4, abyste ulehčili útočícímu týmu hledání volných míst mezi hráči v obraně. Pokud toto využijete, hráči v obraně budou mít problémy zaujmout správnou pozici, což otevře ještě více volného prostoru. Také pokud budete hrát se třemi hráči, pro týmy bude jednodušší použít rychlost a prodloužený úder.

Tato hra s pozměněnými pravidly je vhodná pro starší hráče (druhý stupeň ZŠ a střední školy)

Upozornění:

Hry s upravenými 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: Žraloci a lišky

Tato hra pracuje na rozvoji týmového ducha, takže budete potřebovat pouze rozlišovací dresy.

Nejprve rozdělte skupinu do tří týmů a každému hráči dejte rozlišovací dres. V každém týmu bude hráč, který je označen jako žralok a který nosí rozlišovací dres běžným způsobem.

Ostatní hráči budou lišky a rozlišovací dresy musí nosit tak, aby z dresu vytvořili ocas. (Například zastrčením dresu za pasem tak, aby šel snadno vytáhnout.) Poté jsou hráči rozmístěni po tělocvičně a když začne hra, žralok se musí snažit sebrat liškám z jiných týmů ocasy. Pokud liška ztratí svůj ocas, stává se žralokem, navléká si rozlišovací dres a začne chytat lišky z ostatních týmů.

Tým, který má poslední lišku, vyhrává.

Upozornění:

Použijte čáru na zemi jako hranici hracího pole, abyste zabránili úrazům při nárazu do stěny.