

# Kin-ball Metodický Newsletter č. 25



metodický  
newsletter



## Téma týdne: Technika správného podání VI. podání v úhlu 90°

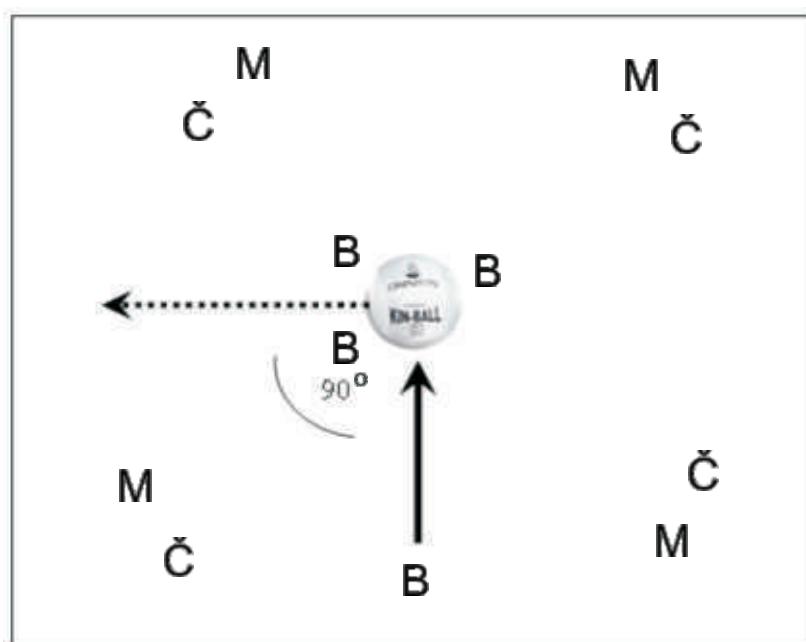
Cílem tohoto Newsletteru je nácvič nové techniky, která pomůže lépe umístit míč při podání v prostoru kin-balového kříže. Podívejte se také do Newsletteru číslo 14.

Podávající hráč běží k míči, jakoby chtěl podávat ve směru dráhy běhu, v poslední chvíli však provede úkrok (do leva nebo do prava, podle toho kterým směrem bude podávat) a udeří míč tak, že jeho dráha je v úhlu 90° proti původní dráze běhu.

Podání v úhlu 90° je také možné provést jednodušší technikou - odstrčením míče (viz. Newsletter č.1) V takovém případě je nutné míč odstrčit krátkým a rychlým pohybem paží, které míč zasáhnou ve spodní třetině (pod průměrem míče).

Podívejte se do instruktážního manuálu, kde je tato technika také popsána.

Pro žáky prvního stupně je vhodnější nácvič běhu k míči a pak jeho oběhnutí tak, aby šlo podání provést standardním, přímým odstrčením míče.



## Hry s upravenými pravidly

Pro motivaci hráčů, aby využili tuto novou techniku, můžete pokračovat hrami s pozměněnými pravidly.

Tým, který provede podání žádanou technikou v úhlu 90 stupňů, dostane bod navíc.

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.

Hra je vhodná pro první stupeň základní školy (pozitivní motivace)

Druhá hra je vhodnější pro druhý stupeň základní školy a pro střední školy (negativní motivace)

Každé podání musí být provedeno technikou podání v úhlu 90 stupňů. V případě, že se nepodaří útočícímu týmu tuto techniku povést, píská rozhodčí chybu „neoprávněný útok“ a body získávají ostatní dva týmy.

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.

## Hra týdne: Pavoučí síť

Jeden z týmů budou pavouci, kteří honí členy ostatních týmů - mouchy. Když se pavouk dotkne mouchy, je moucha lapena do pavoučí sítě a musí si jít sednout na lavičku (Jako pavučinu také můžete použít míč, kterého se mouchy musejí dotýkat). Mouchy se mohou navzájem vysvobozovat, když volná moucha chytí za ruce a vytáhne z pavučiny mouchu chycenou.

Hra, která posiluje týmového ducha.

