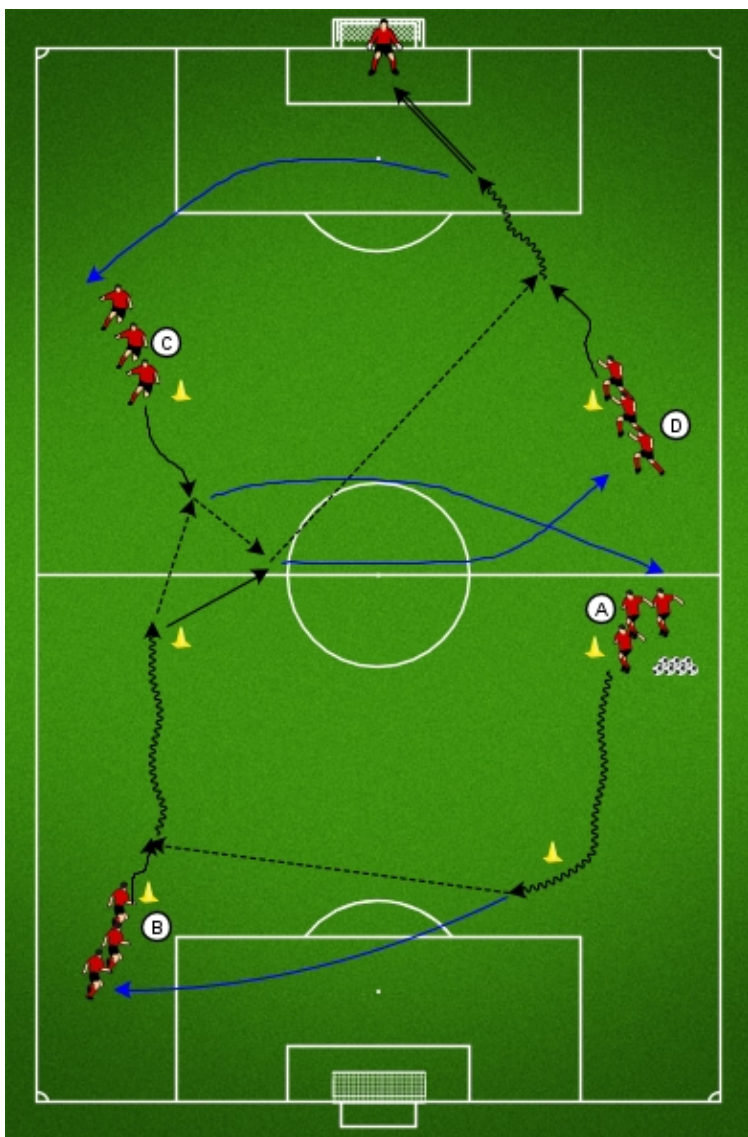


## kombinace s přenesením hry a střelbou



### CÍLOVÉ KATEGORIE

žáci, dorost, dospělí

### CÍL CVIČENÍ/HRY

rozvoj schopnosti hráčů vést a mít pod kontrolou míč v maximální možné rychlosti, schopnost přesně přihrávat, kombinaci na jeden dotek a zakončení.

### POPIS CVIČENÍ/HRY

- herní prostorem je celá normální hrací plocha - viz obrázek
- počet hráčů 12-16, cvičení je pro celé mužstvo
- cvičení začíná hráč A který vede míč k metě kterou obchází a přihrává vzduchem (po zemi) na hráče B
- hráč skupiny B vede míč kolmo k protější metě a přihrává na po zemi na C
- C vyráží proti přihrávce a prvním dotykem naráží zpět na B
- B ihned po narážce s C opět prvním (max. druhým) dotykem na nabíhajícího D
- D se snaží co nejrychleji a co nejpřesněji zakončit
- přesun hráčů na pozice je zobrazen modře a to:
  - (a) B na D
  - (b) C na A
  - (c) D po zakončení na C

### VARIANTY

- cvičení provádíme na druhou stranu
- můžeme stanovit počet jednotlivých přihrávek/narážek mezi posty
- velikost prostoru
- při vedení míče hráčem A můžeme zařadit kličku (alespoň na figurínu nebo tyč)

### KOUČINK

- kontrolujeme správnou součinnost hráčů, přesnost přihrávek, přesnost v zakončení a rychlý pohyb hráčů na nové posty (orientace v herním prostoru)

### ZATÍŽENÍ

podle výkonnosti a věkové kategorie, cvičení je možné provádět 10, 15, 20 minut

### VYTVOŘIL

Roman Myška - GTM OFS Nymburk