

9. TECHNICKO-TAKTICKÁ PŘÍPRAVA

Do technicko-taktické přípravy patří herní činnost skupin obrany a útoku.

9.1. Obrana

Technickým úkolem obrany je taková činnost, při které skupina hráčů brání útočnickům soupeře dosáhnout branky a snaží se získat, zpracovat a předat míč vlastním útočnickům.

Základní činnosti obrany proti útočné hře soupeře jsou:

- vypíchnutí přihrávky,
- zachycení přihrávky,
- zatlačení útočníka do nepříznivého postavení před brankovištěm a brankou,
- narušení, zdržení nebo zpomalení hraného útočného systému,
- donucení soupeře s míčem k technické chybě,
- výzva soupeře s míčem k přestupku proti slušné hře.

9.1.1. Obranné systémy

Spoluprací hráčů v obraně při řešení herních situací vznikly obranné systémy. V národní házené se hraje obrana osobní, poloosobní, územní a kombinovaná.

1. Osobní obrana

Osobní obrana je nejstarší a velmi účinná. Její nácvik je však nejnáročnější. Osobní obrana předpokládá zkušenost a fyzickou vyspělost bránících hráčů. Úspěšné obsazování soupeřů předpokládá značnou dávku trpělivosti a sebeovládání. Při nácviku osobní obrany hráči sledují nejen svého soupeře, ale celou herní situaci na hřišti, aby včas mohli reagovat na změněné situace.

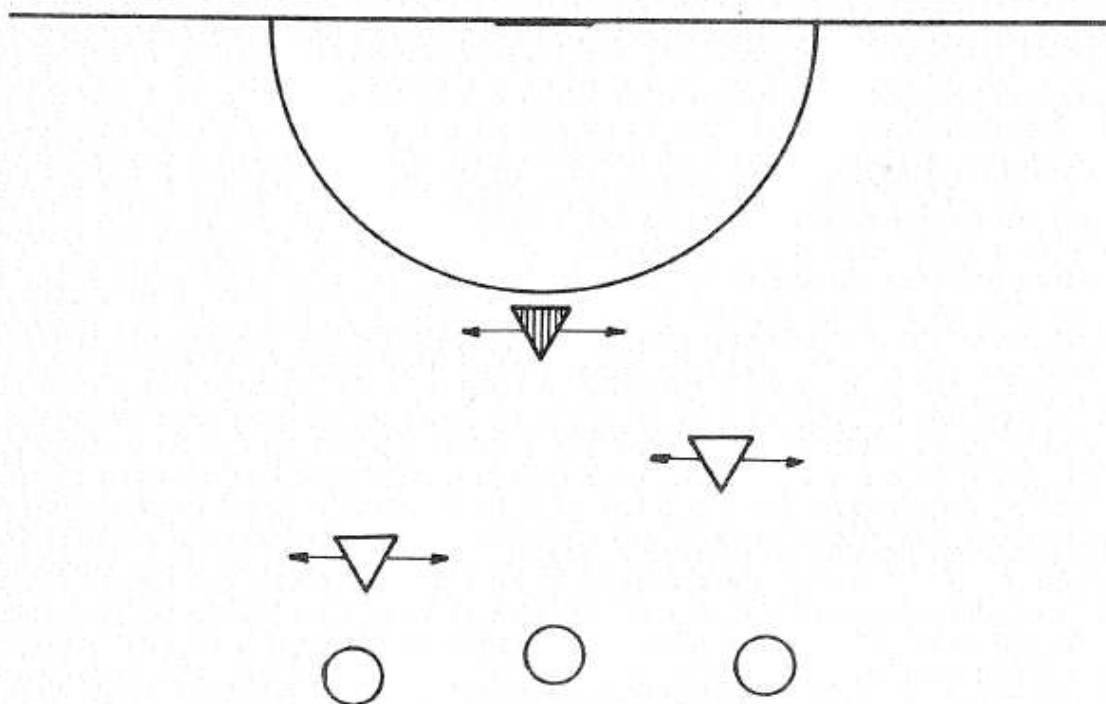
Při osobní obraně bránící hráč stále obsazuje předem určeného útočníka. Podle prostoru, kde se pohybuje, rozeznáváme hru osobní obrany: - ve střední třetině,
- v obranné třetině a
- v prostoru brankoviště.

Ve střední třetině se hraje těsná osobní obrana, tzn. že záložník se stále pohybuje v těsné blízkosti přiděleného hráče, nebo volná osobní obrana, tj. že záložník sleduje útočníka ve vzdálenosti asi 3 m a snaží se mu svým postavením zpomalit pohyb k brance. Toto postavení neumožňuje obránci dost dobře bojovat o míč. Přechoodem hráčů do obranné třetiny vzdálenost mezi záložníkem a útočnickem se zmenšuje až k těsnému bránění před brankovištěm.

V obranné třetině se hraje těsná osobní obrana a volná osobní obrana zkracuje vzdálenost mezi obrámcem a útočnickem na 1 - 1,5 m.

V prostoru před nebo uvnitř brankoviště se hraje těsná osobní obrana s důsledným dodržováním pravidla postoje blíže střílejší ruky útočníka.

Při všech těchto způsobech osobní obrany bránící hráč je stále připraven bojovat o míč, je v dotyku s útočnickem, sleduje jeho pohyb, snaží se ho usměrnit a vnutit mu vlastní způsob hry. Útočníka sleduje čistým způsobem, tj. nebrání mu v pohybu rukama. Pouze vhodným postavením znesnadňuje útočnickovi



Obr. 45

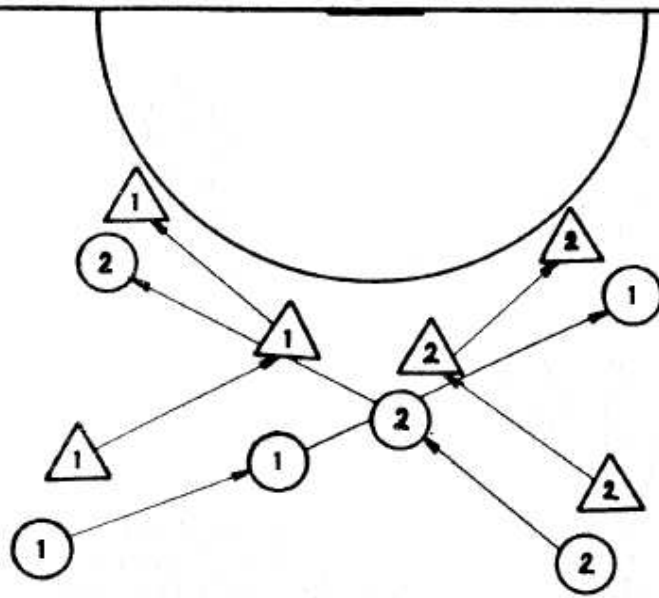
pohyb po hřišti /obr. 45/. V okamžiku, kdy útočník získá míč, brání těsně. Ovšem opět nesvírá a nevěsí se na útočníka, ale běhuje o míč. Je třeba vysvětlit obráncům, že pohyb po hřišti s roztaženými rukama je velmi těžkopádný, a proto pomalý. Takto zasahují obránci pomalí a fyzicky méně zdatní. Snažší práci při sledování útočníka má obránce, který může do brankoviště. Proto hlavním úkolem obránce je sledovaného útočníka svým postavením vytlačit dále od brankoviště nebo do brankoviště, aby tak uvolnil místo pro pohyb záložníků. Největší chybou je, když bránící hráč se soustředí na míč ve hře a zapomíná na svého útočníka.

Příklad cvičení: Na 10 přihrávek. Dvě družstva se stejným počtem hráčů /tři na tři/ hrají osobní obranu na vymezeném prostoru. Hráči si přihrávají a přihrávky počítají nahlas. Jakmile si přihrájí desetkrát, aniž by získal míč soupeř, získávají bod a začíná si přihrávat druhé družstvo. Cvičení se dá ztížit tím, že se určí způsob přihrávek s jedním úkonem, bez úkonu, s výskokem apod.

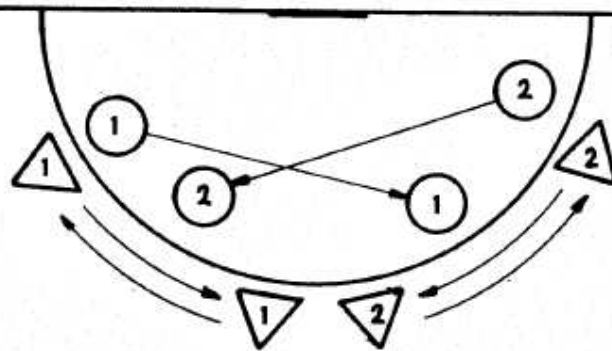
2. Poloosobní obrana

Protože osobní obrana je velmi náročná zvláště pro záložníky, vznikl nový obranný systém: obrana poloosobní.

Při této obraně sleduje obránce přiděleného útočníka stejně jako při obraně osobní. Záložníci hrají v poli osobní obranu. Poloosobní obranu, také zvanou předávací, začínají hrát v tom okamžiku, kdy oba útočníci jsou před nimi a snaží se křížováním nebo cloněním uvolnit. V okamžiku křížování se záložníci přebírají a předávají útočníky a vrací se zpět /mnohdy do protisměru původního pohybu - obr. 46/.



Obr. 46



Obr. 47

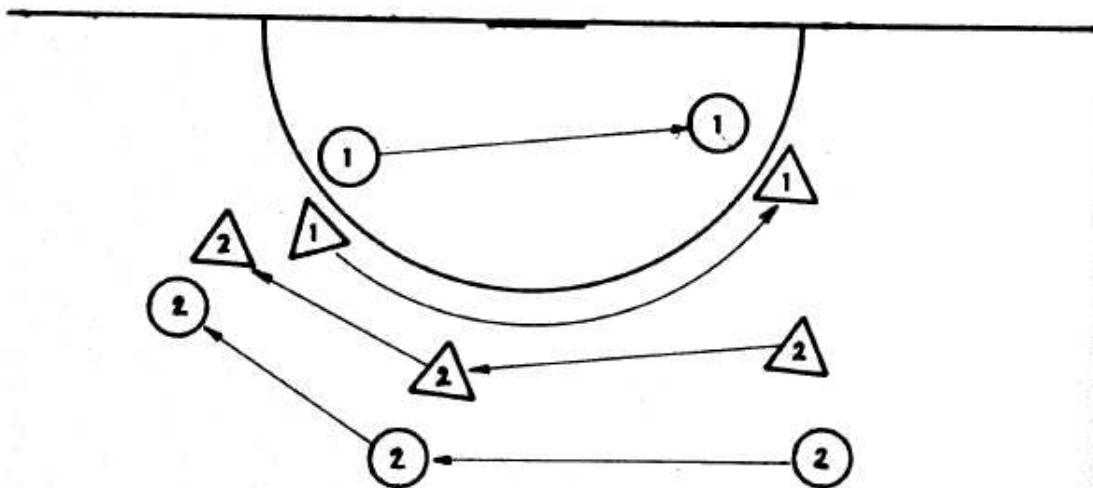
Stejná situace zůstává i v brankovišti. Můžeme ji nacvičit např. tímto cvičením: Útočníci probíhají brankovištěm, záložníci je sledují do středu brankoviště, zde si je mění a vracejí se zpět. Hrají vlastně na půl brankoviště /obr. 47/. K výměně dochází tehdy, když jsou oba útočníci před nimi a záložníci jsou na úrovni, ať už je to v poli nebo na brankovišti. Zpětně si záložníci útočníky mění při novém křižování nebo při přerušování hry. Znovu upozorňujeme, že při poloosobní obraně obránce svého útočníka nestřídá.

Správný pohyb záložníků po brankovišti lze nacvičit tak, že hrají dva záložníci na dva útočníky, kteří se pohybují jak vně, tak i uvnitř brankoviště. Pohyb útočníků usměrňujeme, aby si záložníci správně osvojili taktiku poloosobní obrany a správné postavení. Po předání útočníků přecházejí záložníci z poloosobní obrany na osobní obranu. Cyklus předávání hráčů i změn obran se opakuje.

Záložníci si nesmějí předávat útočníky:

- když jsou k sobě obráceni zády /obr. 48/,
- když nejsou na stejné úrovni,
- když jeden záložník je od druhého vzdálen natolik, že nemůže pozorovat jeho činnost.

Variantou poloosobní obrany je předávání útočníků mezi všemi třemi hráči obrany, a to je přechod k územní obraně.



Obr. 48

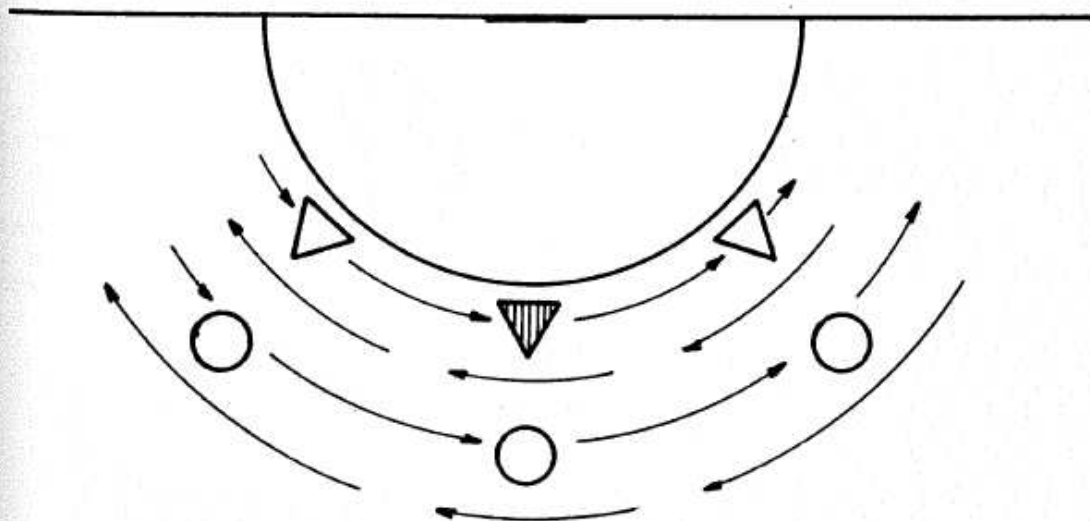
3. Územní obrana

je obranou vyčkávací, pasívní. Jejím základním rysem je postavení záložníků a obránce v jedné řadě asi půl metru před brankovištěm. Brankoviště mají rozděleno na třetiny a v takto vymezeném prostoru brání také útočníka, který se v něm pohybuje /obr. 49/. Pohybuje-li se celá útočná trojice směrem k jedné straně brankoviště, přesouvá se tímto směrem i celá obranná řada. Znamená to, že záložníci vždy sledují krajní útočníky a obránce středního útočníka, pokud hraje ve středu obrany /obr. 50/. Územní obrana je založena na stálém předávání útočníků. Toto je také nejslabší stránka a využívají ji pochopitelně všechny útočné systémy. Obránce nesleduje útočníka do brankoviště, aby neodkryl střed brankoviště.

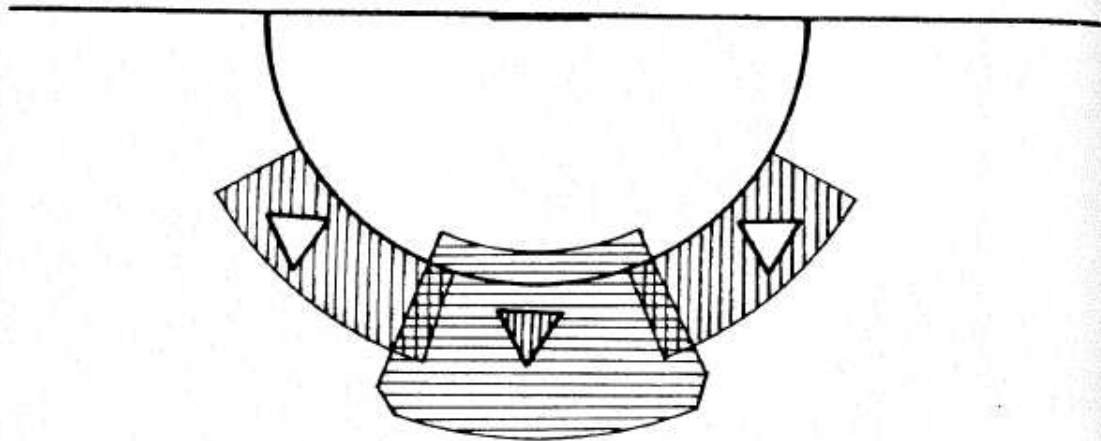
Obměnou územní obrany je obrana územní s obráncem na straně. Výhodou je, že se obránce může pohybovat po velké části brankoviště. Svým postavením likviduje velmi mnoho přihrávek přes brankoviště a snadněji ubrání vybíhajícího útočníka. I útočné systémy končící na straně obránce nebývají úspěšné a mohou se hrát jen z jedné strany brankoviště, tj. od záložníka /obr. 51/.

Hlavním obranným zásahem územní obrany je blokování. To proto, že útočníci mají více místa a času pohybovat se před řadou bránících hráčů, mohou střílet z větší vzdálenosti a prostřelovat obranu.

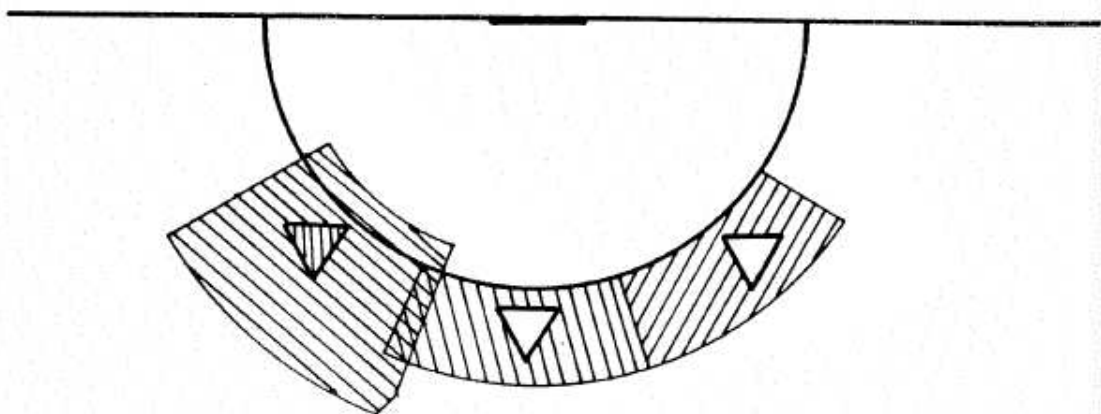
Při nácvičku územní obrany se zaměříme na pohyb obránců po brankovišti. Obranu rozestavíme do základního postavení a před ní asi 1 m rozestavíme útočníky. Útočníci se pohybují před obranou a hráči obrany se sledují tak, aby stáli vždy mezi útočníkem a brankou.



Obr. 49

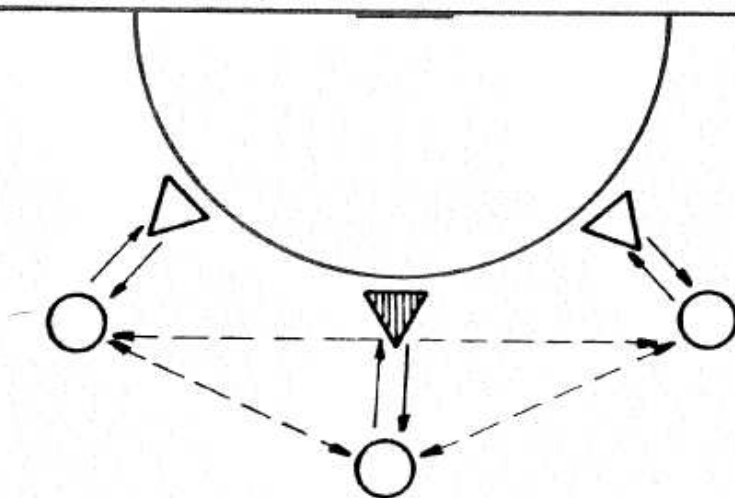


Obr. 50



Obr. 51

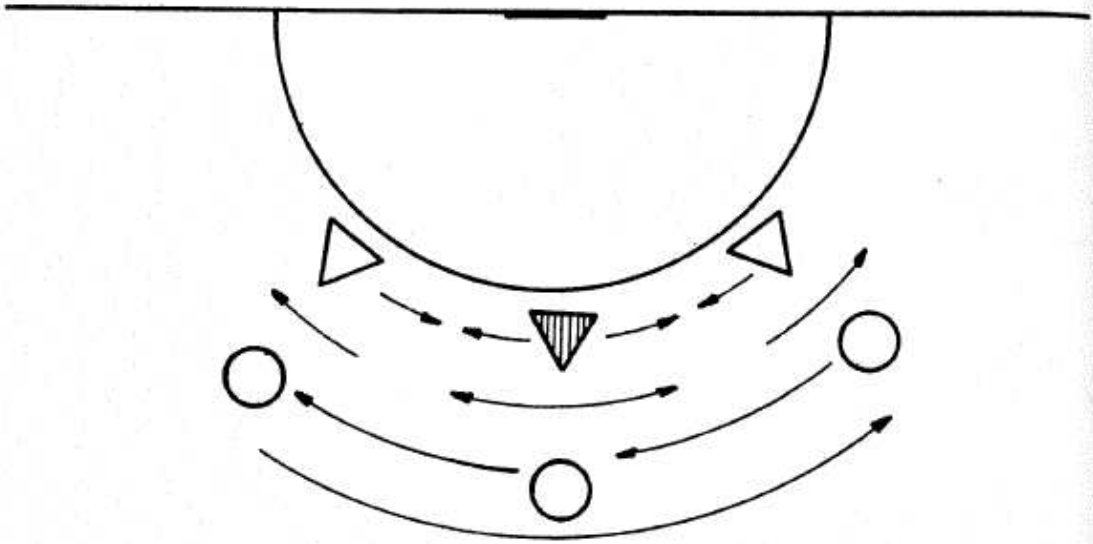
V další fázi nácviku se procvičuje vyrážení obránců z řady s úmyslem získat míč. Obrana zaujme základní postavení na brankovišti. Útočníci jsou rozestavení po obvodu brankoviště asi 1 m od obrany. Útočníci si na místě mezi sebou přihrávají. Hráči z obrany jednotlivě vyrážejí k útočníkům chytajícím míč. Jakmile útočník přihrává míč dále, hráč obrany se vrací na brankoviště, vyráží další bránící hráč atd. Zpočátku si útočníci přihrávají na místě. Bránící hráči se soustřeďují na rychlé vyrážení a odstupování od útočníků. Nevypichují přihrávky /obr. 52/.



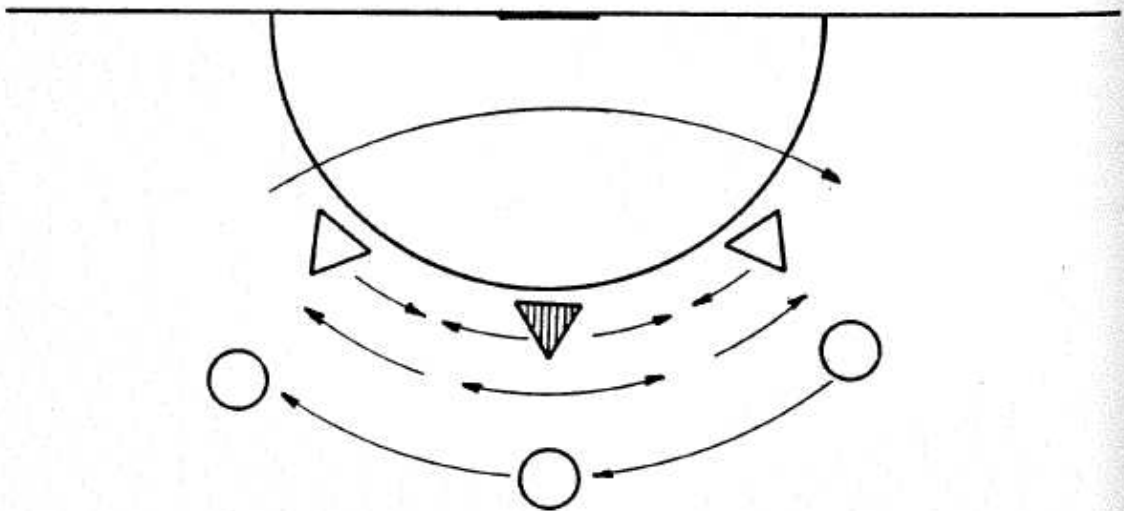
Obr. 52

V dalším cvičení se procvičuje předávání a přebírání hráčů před brankovištěm. Základní postavení všech hráčů je stejné jako u předcházejícího cvičení. Krajní útočník přebíhá po obvodu brankoviště na druhou stranu a záložník ho sleduje. Zbývající dva útočníci, pohybující se v protisměru krajního útočníka, sledují obránce a záložník. V místě křižování pohybu si bránící hráči útočníky předávají /obr. 53/.

Podobně nacvičujeme přebíhání útočníků brankovištěm. Učíme bránící hráče rotačnímu pohybu a nutíme je do bočního postavení na brankoviště. Vše procvičíme nejdříve bez míče a až si obránci osvojí základní pohyby, dáваме útočníkům míč /obr. 54/.



Obr. 53



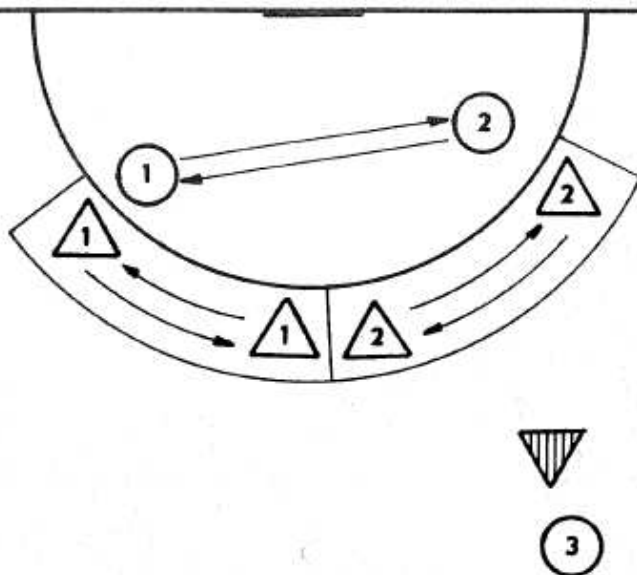
Obr. 54

4. Kombinovaná obrana

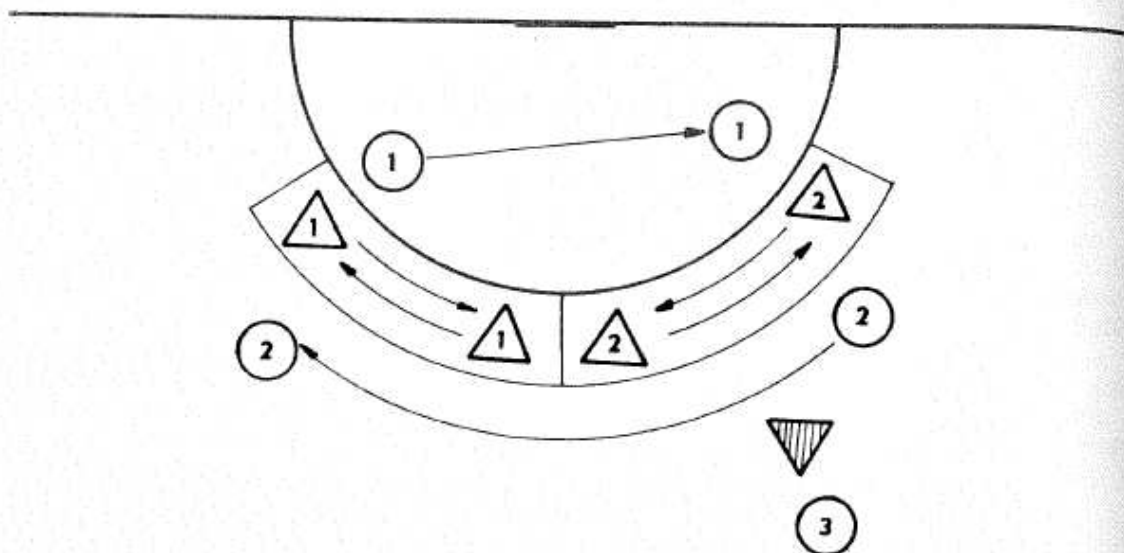
Předcházející obranné systémy mají své klady a zápory, což dalo popud k využití kladných stránek těchto obranných systémů a z kombinace vznikla kombinovaná obrana. Použití kombinované obrany závisí na momentálním stavu družstva, způsobu hry soupeře a stavu hrací plochy.

Základem kombinované obrany je územní obrana. Jakmile se útočník s míčem dostane k obránci, přechází obránce na těsnou osobní obranu, ostatní dva záložníci zůstávají v územní obraně na brankovišti. To znamená, že hlídají své poloviny brankoviště bez ohledu, hrají-li zbývající útočníci uvnitř nebo mimo brankoviště. Největší pozornost věnují středu brankoviště, odkud je nejvíce branka ohrožena. Změna systému útočníky překvapí a většinou zlikviduje celý útočný systém. Zbývající dva útočníci jsou nuceni přejít na sólovou hru /obr. 55 a 56/.

Po narušení útočného systému se obránce ve vhodnou chvíli vrací zpět na místo do územní obrany. Při tomto obranném systému je nejvhodnější, hraje-li obránce na straně brankoviště.



Obr. 55



Obr. 56

9.1.2. Taktika obranné hry

V posledních letech zlepšujeme hru obrany zařazením aktivního pohybu po celém hřišti i v prostoru brankoviště. Proto taktiku obrany dělíme na taktiku obrany při hře, při vlastních hodech, při hodech soupeře a proti útočným systémům.

Dříve než začneme v tréninku prosazovat taktické prvky obrany, musíme s hráči zvládnout tyto zásady:

- Všichni bránící hráči musí být dostatečně rychlí, obratní a musí mít rychlou reakci na změnu pohybu útočníka.
- Jejich pohyb a postavení musí být vždy u střílejší ruky útočníka.
- Musí umět velmi dobře blokovat, hlavně při přesunu na střed brankoviště.
- Všichni hráči obrany musí umět hrát na kterémkoliv místě brankoviště.
- Velmi dobře musí ovládat územní i osobní obranu.
- Musí ovládat přebírání a předávání útočníků při poloosobní obraně.
- Podle základního postavení útočníků poznat, jaký systém se bude hrát.
- Podle postavení a potřeby musí umět obránce včas uvolnit prostor na brankovišti pro přesouvajícího se záložníka, buď vytlačení útočníka před brankoviště, nebo krátkým ústupem do brankoviště a rychlým návratem zpět.
- Základním předpokladem je souhra a dobré myšlení všech tří hráčů v obraně, i když veškeré obranné systémy by měl řídit jeden z hráčů, nejlépe obránce.

1. Taktika obrany při hře

a/ Podpora vlastního útoku. Při útočných akcích by nejméně jeden hráč měl podporovat útočníky na hranici útočné třetiny. Pomáhá rozehrávat hody u třetinové čáry, rozehrávat hody z rohu apod. Může získat i odražený míč obráncem soupeře nebo zachytit špatnou přihrávku z obranné třetiny soupeře. Při této činnosti však musí stále sledovat postavení nejbližší stojícího útočníka soupeře. S úspěchem se tohoto úkolu může zhostit také rychlý obránce.

b/ Narušení útočného systému při první přihrávce. Útočný systém je hodně, ale málokterý útok používá více než dva až tři systémy. Každý systém se rozehrává ze základního postavení. Jsou útočné řady, které zaujímají základní postavení neobratně, jsou však i takové, které se dovedou dostat do základního postavení nenápadně. Avšak vždy je možné po druhém nebo třetím zahrátí určit, jaké postavení při rozehrávání zaujímají a kam jde první přihrávka. Úkolem trenéra i obrany je, aby toto postavení co nejdříve odhalili. Obrana pak může narušit útočný systém hned při první přihrávce.

c/ Hlídní povinné přihrávky. Povinná přihrávka je přihrávka, kterou musí hráči provést po druhém nadhozu nebo úderu o zem, jak přikazují pravidla hry.

Většina systémů se začíná roztažením obrany po celém brankovišti. Tuto úlohu sehrávají křídelní útočníci, kteří nabíhají proti záložníkům a maximálně využívají dvojího hraní s míčem. Potom teprve přihrávají dalšímu útočníkovi. Z praxe víme, že jen málo obránců se po druhém hraní útočníka /nadhoz nebo úder o zem/ dovede takticky postavit ve vhodnou chvíli k útočníkovi, kterému je přihrávka určena, zachytit míč a celou akci zneškodnit již v zárodku. Útočník při útočném systému je zvyklý přihrávat vždy na stejné místo, a tak dobře reagující obránce může tuto přihrávku snadno zachytit. Pokud by útočník postřehl, že obrana očekává přihrávku právě tomu útočníkovi, může přihrát jinam. I na tuto okolnost musí být obrana připravena. Proto je třeba, aby všichni hráči v obraně byli soustředěni, vystihli vhodný okamžik a včas reagovali. Tento ofenzivní způsob obrany má nevýhodu. Jestliže se obrana nezmocní míče při naběhnutí do povinné přihrávky, stává se míč kořistí výhodně postaveného útočníka a bývá z toho i laciná branka. Těžko se dá říci, zda je to nevýhoda obranného systému nebo špatné hry obrany.

Vystihnou-li obránce záměr útočníka, má výhodu v tom, že může získat míč v zárodku útočné akce nebo donutí útočníka přihrát vysokým obloučkem nebo daleko do pole. Tím se akce zpomalí a stane se méně nebezpečnou. Hlídní povinné přihrávky dělá hru obrany vysoce produktivní, vyžaduje však hráče bystré a rychlé.

2. Taktika obrany při vlastních hodech

Hody zahrávané obranou jsou prakticky všechny hody ve vlastní obranné a střední třetině. Patří mezi ně: hod od branky, hod ze zámezí, volný hod, trestný hod a hod za postavení mimo hru.

První dva hody se zahrávají bez písknutí rozhodčího, proto základní taktikou je rychlé provedení. Hody musí perfektně zvládnout všichni hráči obrany včetně brankáře.

U volného a trestného hodu je základní taktikou útočné postavení spoluhráčů. Jejich postavení je závislé na místě, odkud se hod zahrává. Hráč provádějící hod musí vidět na spoluhráče, kteří by měli mít možnost pohybu alespoň ve dvou směrech. Není účelné pobíhat před písknutím z místa na místo, ale v klidu vyčkat. Na písknutí rozhodčího teprve všichni spoluhráči přeběhnou do volného prostoru, kam mohou dostat přihrávku. Není správné, aby hod zahrávali pouze dva hráči. Ostatní hráči svým pohybem nebo základním postavením musí napomáhat k dobrému provedení hodu.

Zvláštní hod je za postavení mimo hru. Hodu se účastní celá obrana s přesně určenými úkoly. Hod zahrává zpravidla obránce, který umí přesně přihrát i na delší vzdálenost přímou, prudkou přihrávkou. Jeden záložník se bude snažit svým postavením zpomalit návrat potrestaného záložníka soupeře do vlastní obranné třetiny. Druhý záložník se postaví do blízkosti obranné třetiny soupeře. V případě, že se obránci nepovede přihrát přímo útočnickům do útočné třetiny, zahrává se hod přes druhého záložníka u třetinové čáry. Jeho vhodným postavením se může celá útočná trojice posunout blíže k brankovišti soupeře. /Viz rozehrávání hodů/.

3. Taktika obrany při hodech soupeře

a/ Volný hod. Při volném hodu musí celá obrana zaujmout obranné postavení. Obránce se snaží ze vzdálenosti 4 m znesnadnit přihrávku a přitom zachovat nejdůležitější pravidlo - být mezi útočником a brankou. Nebo se do tohoto postavení musí dostat okamžitě po provedení hodu. Ve vlastní obranné třetině mají obránci výhodu přečíslení. Mohou proto dva obránci obsazovat jednoho útočníka nebo se postavit do předpokládaného směru přihrávky. Vhodně může pomoci i brankář.

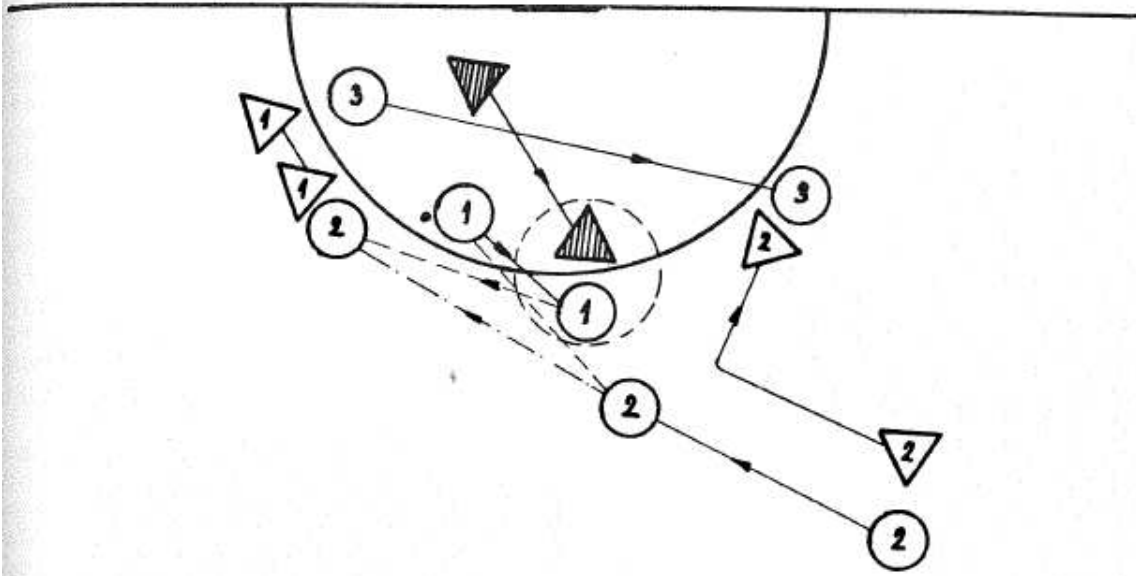
Příklad podle obr. 57. Volný hod je rozehrán koncovkou útočného systému šňůry krátké. Rozehrávající útočník 1 přihrává šikmo nabíhajícímu útočnickovi 3, kterého přebírá záložník 2. Záložník 1 nezaručuje, že by čistým způsobem blokoval vykračujícího útočníka 1, tak po krátkém sledování útočníka 3 přebírá útočníka 2. Obránce obsazuje útočníka 1.

Příklad podle obr. 58. Rozehrávání volného hodu je založeno na odblokování obránce rozehrávajícím útočником 1, tomu obránce naznačí fintu, oběhne jej a obsadí útočníka 2, kterého záložník 1 nestačil ubránit.

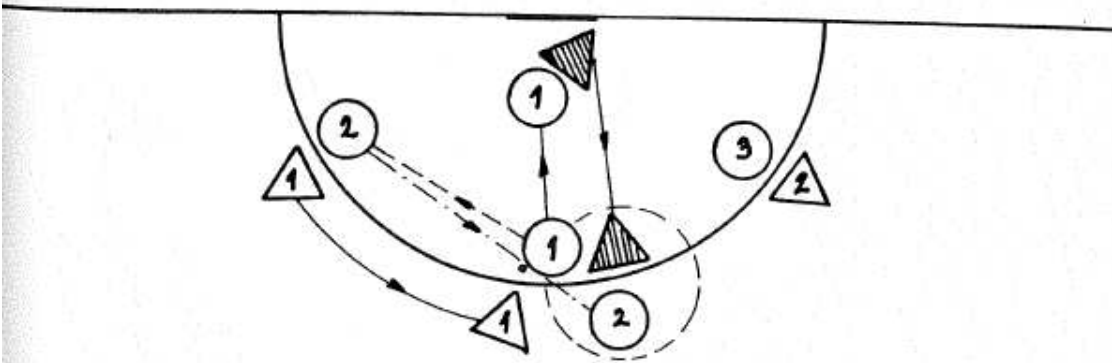
b/ Trestný hod. Může se zahrávat dvěma způsoby. Přímou střelbou na branku a rozehráním hodu. Pokud se rozehrávání trestného hodu očekává, obránce nejde do branky a postavení a taktika obrany je stejná jako při volném hodu.

Jestliže při trestném hodu obránce zaujímá základní postavení v brance nebo v brankovišti v blízkosti branky s úkolem pomoci brankáři, obsazuje každý záložník jednoho útočníka.

Záložník musí maximálně znemožnit útočnickovi přímou nebo odplácnutou přihrávku. Směřuje-li střela přímo na branku, musí záložník sledovat míč a při odražení jej získat.



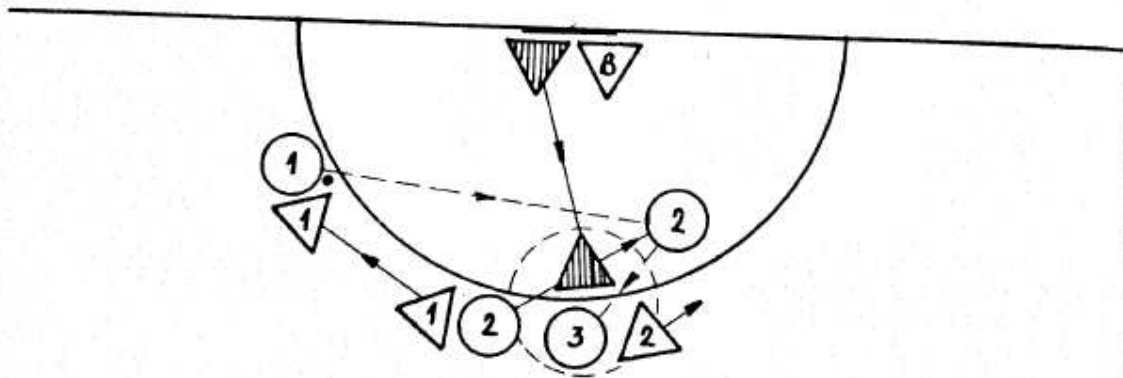
Obr. 57



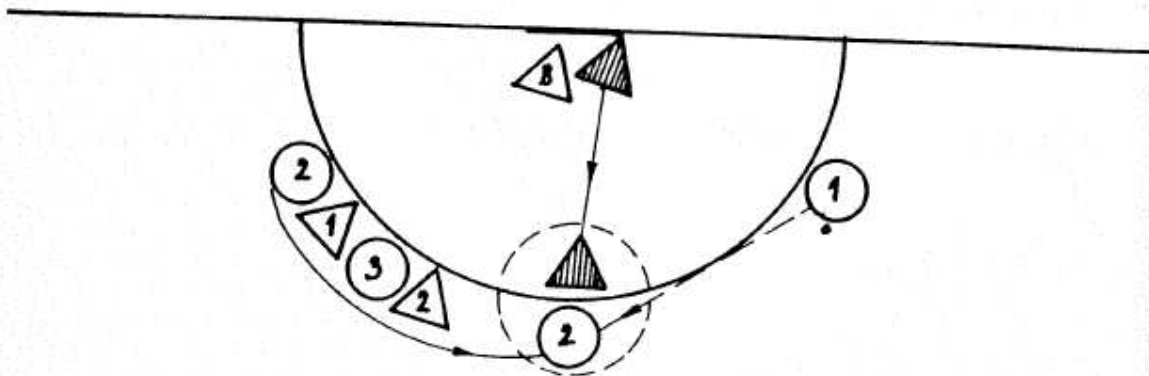
Obr. 58

Příklad: podle obr. 59. Útočník 1 rozehrává na útočníka 2, který vbíhá do brankoviště. Tomu brání ve výkroku záložník 2. Záložník 1 obsazuje útočníka 3, který dostal přihrávku od útočníka 2.

Příklad podle obr. 60: Dojde-li k takovému překvapení, že záložník 1 ani 2 nestačí reagovat na náběh útočníka 2, vybíhá a brání ve střelbě útočníkovi 2 obránce. Odehraje-li útočník 2 míč na útočníka 1, který bude střílet, volíme zakrytí nebezpečnější střelby ze středu brankoviště.



Obr. 59

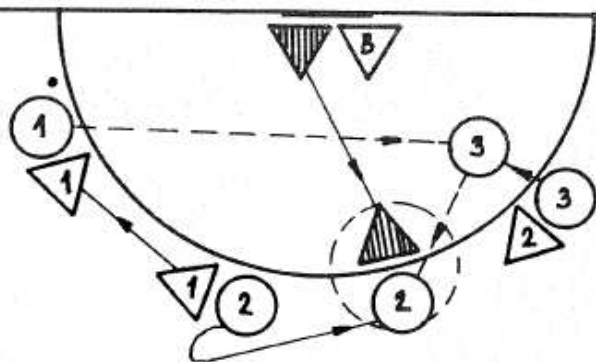


Obr. 60

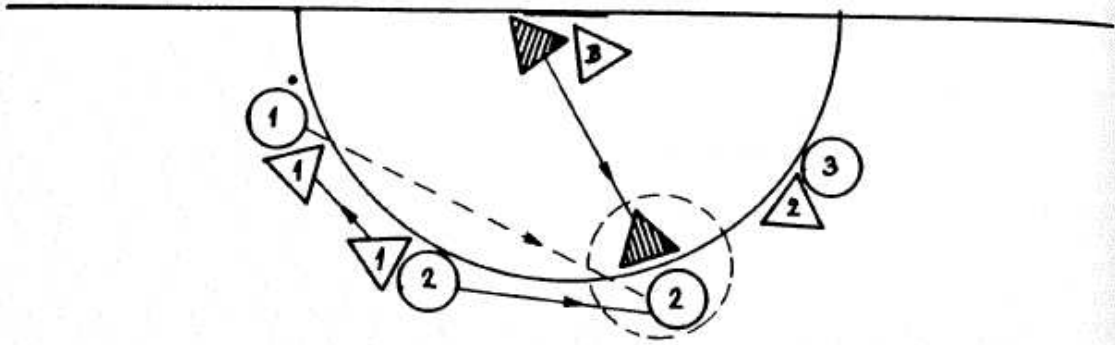
Příklad podle obr. 61: Postavení útočníka 1 nezaručuje dosažení branky přímou střelbou, proto volí přihrávku na útočníka 2, který uskakuje do volného prostoru a střílí. Záložník 1 nemůže dovoleným způsobem útočníkovi 2 pravákovi ve střelbě zabránit, zvláště střílí-li s pádem. Prpto obránce po přihrávce vybíhá k útočníkovi 2 a brání mu ve střelbě. Záložník 1 obsazuje útočníka 1.

Příklad podle obr. 62. Útočník 1 rozehrává útočníkovi 3, který vběhl pro přihrávku na brankoviště, tomu brání ve výkroku, záložník 2. Útočník 3 přihrává útočníkovi 2, Záložník 1 nemůže útočníkovi 2 pravákovi dovoleným způsobem ve střelbě zamezit. Obránce po opuštění míče od útočníka 1 vybíhá k útočníkovi 2, kterému brání ve střelbě. Záložník 1 obsazuje útočníka 1. Postavením obránce za brankáře k zadní tyči umožníme obránci chycení přihrávky útočníkovi 3.

c/ Hod z rohu. Při rozehrávání hodu z rohu ve vlastní obranné třetině musí jeden hráč obrany odejít za třetinovou čáru do střední třetiny. Obvykle je to záložník, který hraje na opačné straně brankoviště, než se zahrává hod. Při osobní obraně je to ten hráč obrany, jehož útočník hod zahrává. Zbývající hráči obrany se musí opět postavit mezi útočníky a branku a snažit se znemožnit přihrávku nebo celou akci zpomalit do té doby, než se třetí hráč obrany vrátí na své místo. I zde může brankář vhodným postavením pomoci obraně, zvláště jde-li o přihrávku přes brankoviště.



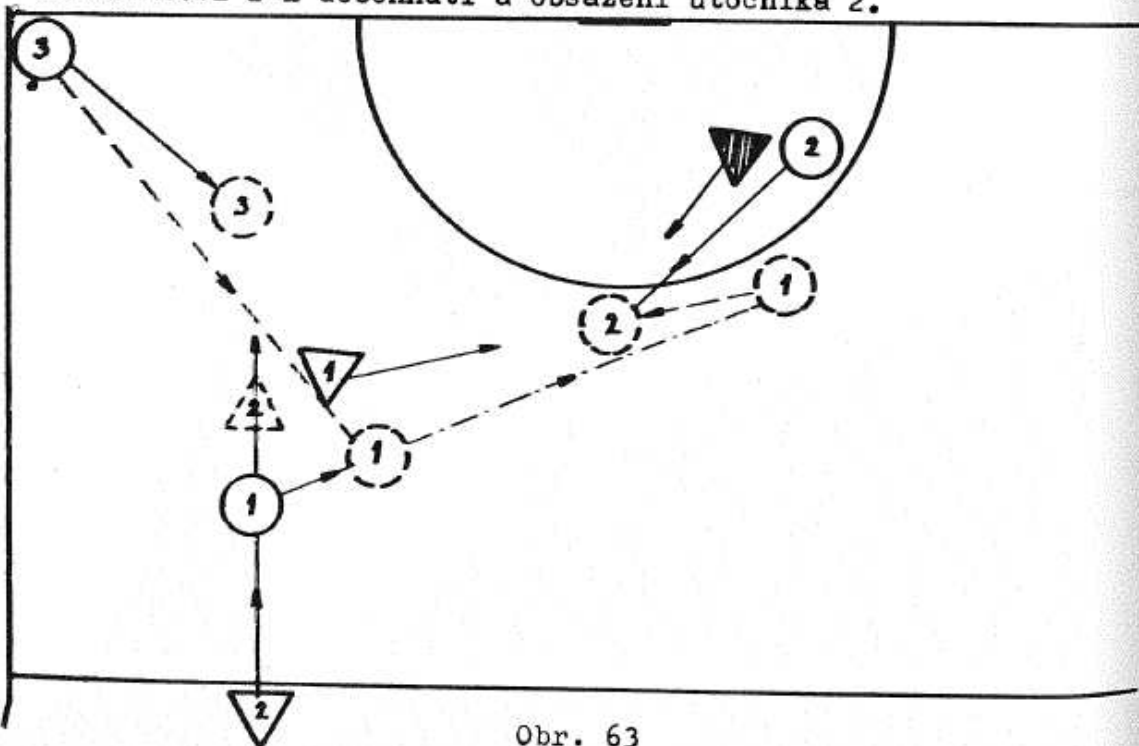
Obr. 61



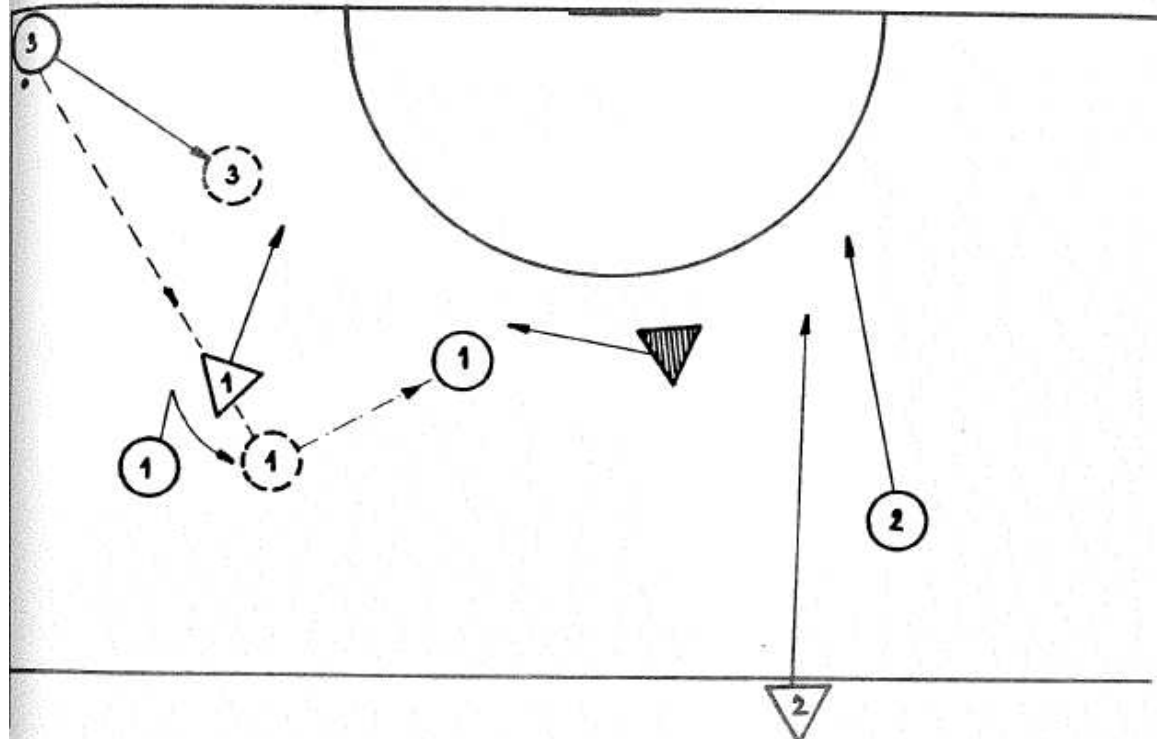
Obr. 62

Příklad podle obr. 63. Dlouhou přihrávku útočníkovi 1 chytne záložník 1. Dostane-li se přihrávka na útočníka 1, následuje jej záložník 1, útočníka 2 obsadí obránce, útočníka 3 obsadí záložník 2.

Příklad podle obr. 64. Pokud útočník 1 oklame záložníka 1, přebere jej obránce, záložník 1 obsadí útočníka 3. Čas, který potřebuje útočník 1 k provedení klíčky a zpracování míče stačí záložníkovi 2 k doběhnutí a obsazení útočníka 2.



Obr. 63



Obr. 64

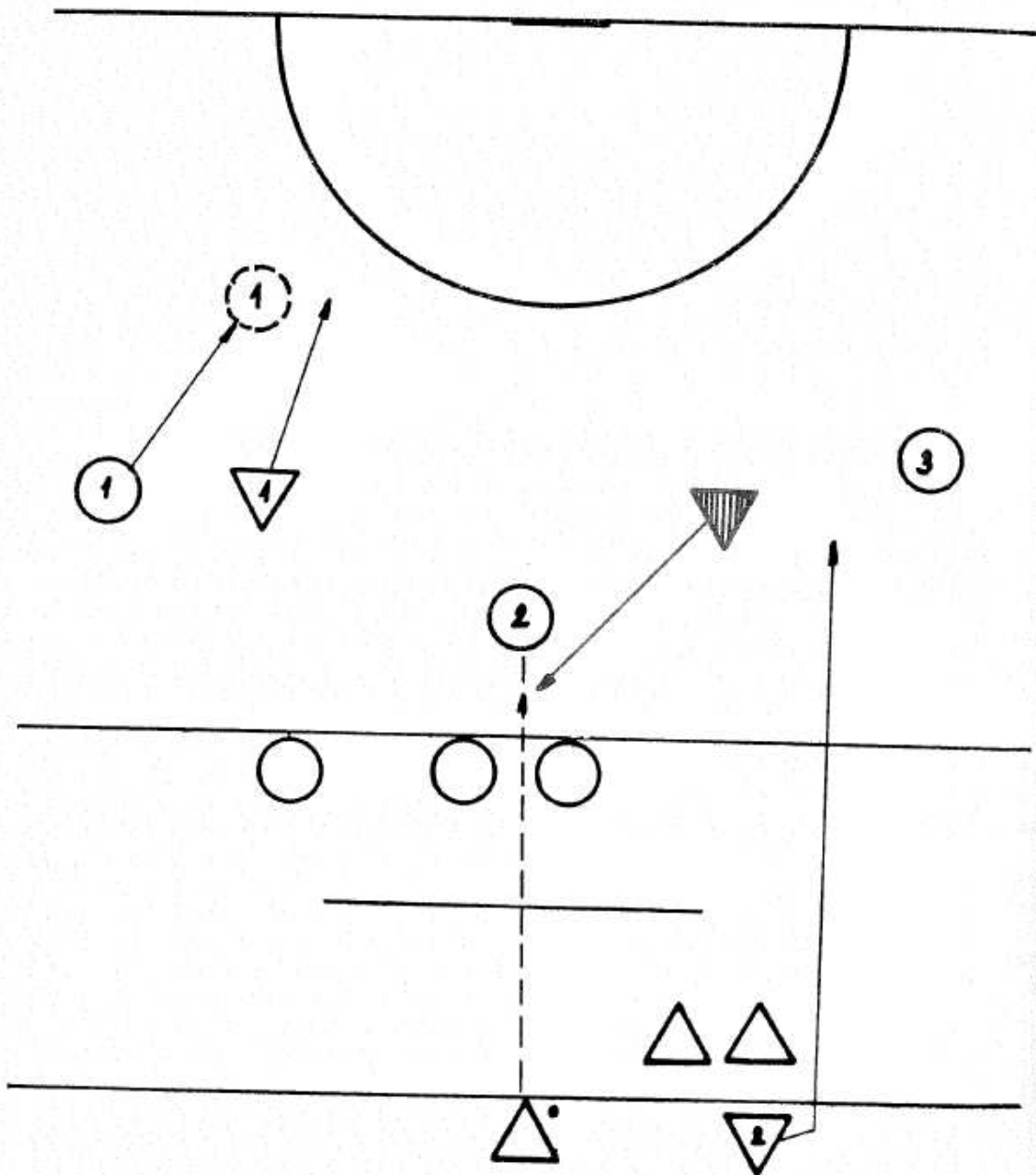
d/ Pokutový hod. I když při zahrávání tohoto hodu přímý zásah obrany není dovolen, je velmi nutné, aby obrana ve vhodném postavení sledovala provedení hodu a bojovala o případně odražený míč.

e/ Hod rozhodčího. Při jeho zahrávání asistuje nejčastěji nejvyšší hráč obrany, nebo ten, který má nejvyšší výskok. Ostatní hráči ve vhodném postavení očekávají přihrávku úderem o zem nebo sražený míč, nebo hlídají útočníky, získají-li míč oni.

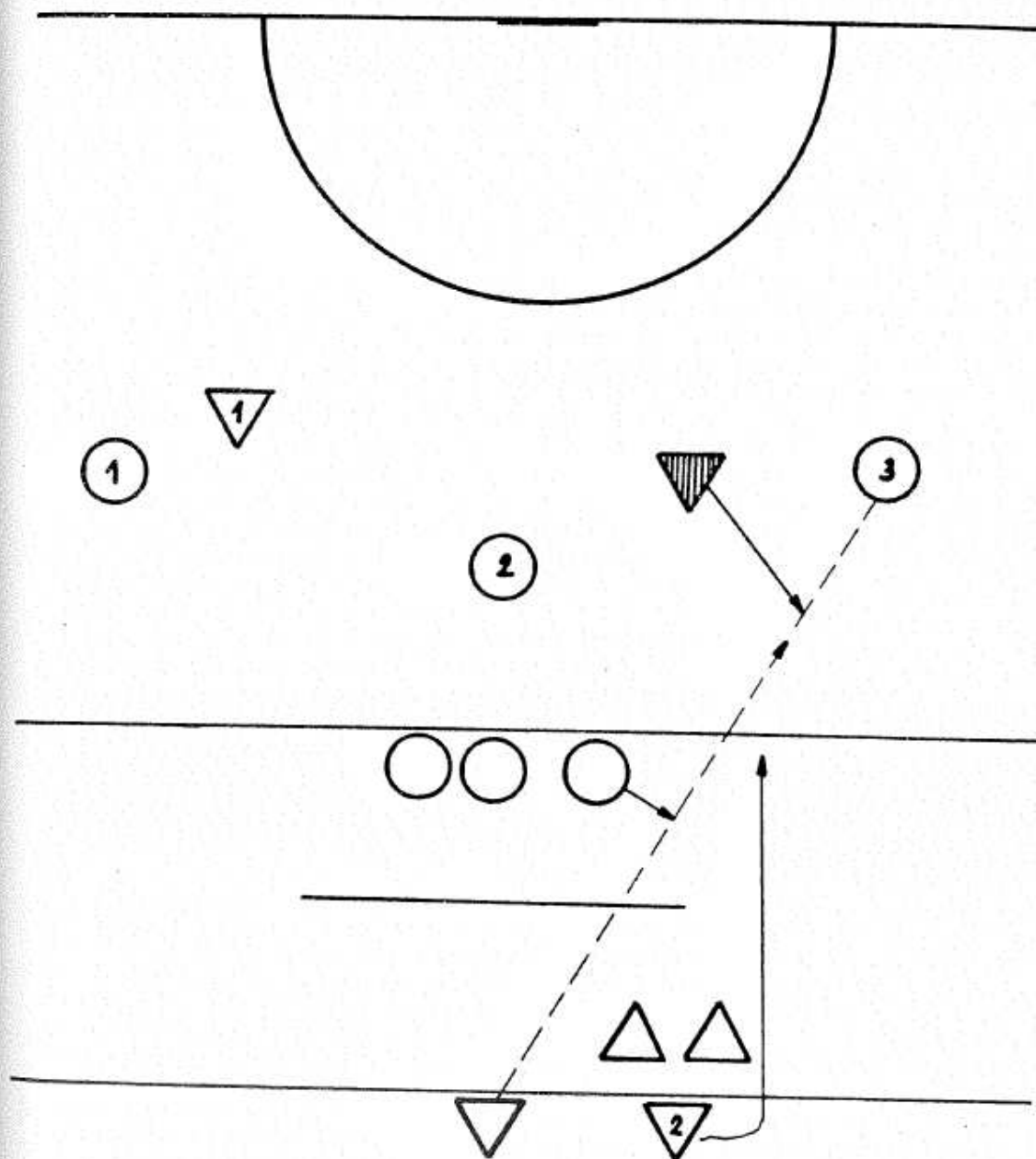
f/ Hod za postavení mimo hru. Při zahrávání tohoto hodu je obrana v největší nevýhodě. Před brankovištěm totiž dva hráči obrany musí obsadit tři útočníky. Třetí hráč obrany - záložník - musí za půlící čaru hřiště, jak to určují pravidla. Hráči obrany zaujmou mezi třemi útočníky takové postavení, aby měli ke všem stejně daleko. Obrana se zaměří na střed brankoviště a útočníky - střelce vytlačuje do nepříznivého postavení pro střelbu. Fintami se snaží zneklidnit útočníky. Vlastní útočníci ve střední třetině zpomalují provedení hodu, aby se záložník v klidu vrátil do obranného postavení na brankovišti.

Příklad podle obr. 65. Při rozehrávání hodu nejvíce záleží na postavení záložníka mezi útočníkem 2 a 3, který musí být postaven tak, aby rozehrávajícím hráči dal možnost přihrát útočníkovi 2. V momentě opuštění míče ruky vybíhá k útočníkovi 2 a chytá přihrávku.

Příklad podle obr. 66. Při rozehrávání hodu nejvíce záleží na postavení záložníka mezi útočníkem 2 a 3. Musí být postaven tak, aby chytal přihrávku na útočníka 2 i 3. Pokud bude přihrávka nízká, chytá ji krajní bránící útočník.



Obr. 65



Obr. 66

4. Taktika obrany proti útočným systémům.

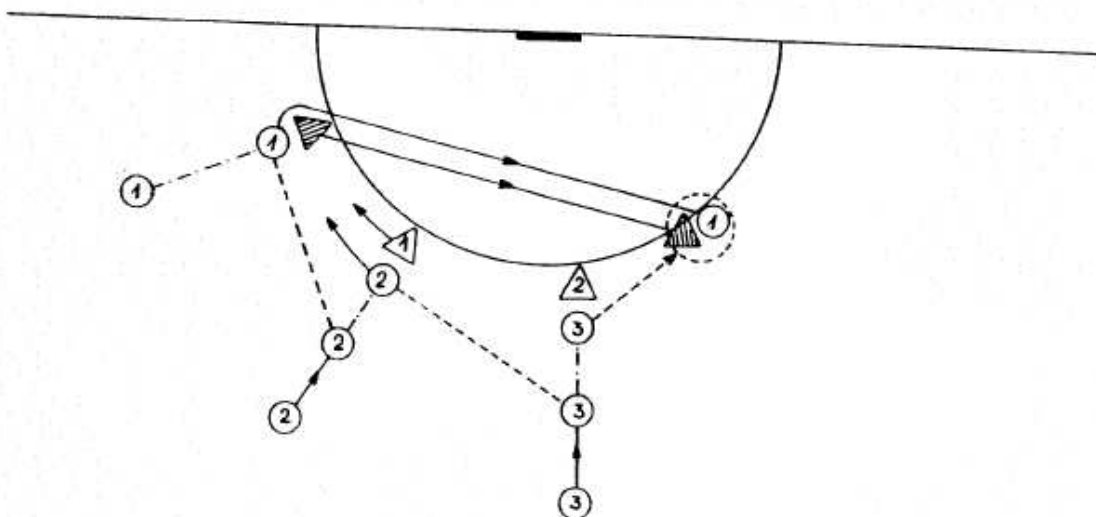
Z požadavku o aktivní obrannou hru vzniká obrana proti známým útočným systémům. Nácvik obrany proti útočným systémům vyžaduje hodně trpělivosti, stálého opakování a přesného provádění. Trenér postupuje přes teoretický výklad k praktickému nácviku. Útočníci jako demonstrátoři musí rozehrát přesně útočný systém a obrana si nejdříve pomalu zahraje protihru, vysvětlí si jednotlivé úkoly hráčů a jejich přesuny po brankovišti. Při výběru obrany proti útočným systémům by měl trenér vycházet ze záznamů o utkání soupeřů v soutěži. Podle rozboru hry soupeře by měl vybírat do výcviku obranu proti určitému útočnému systému. Tím docílí dříve dobrých výsledků a také zájem hráčů o výcvik. Další vylepšení obranné hry podstatně zlepší samotnou hru.

Obrana proti šňůře /obr. 67/

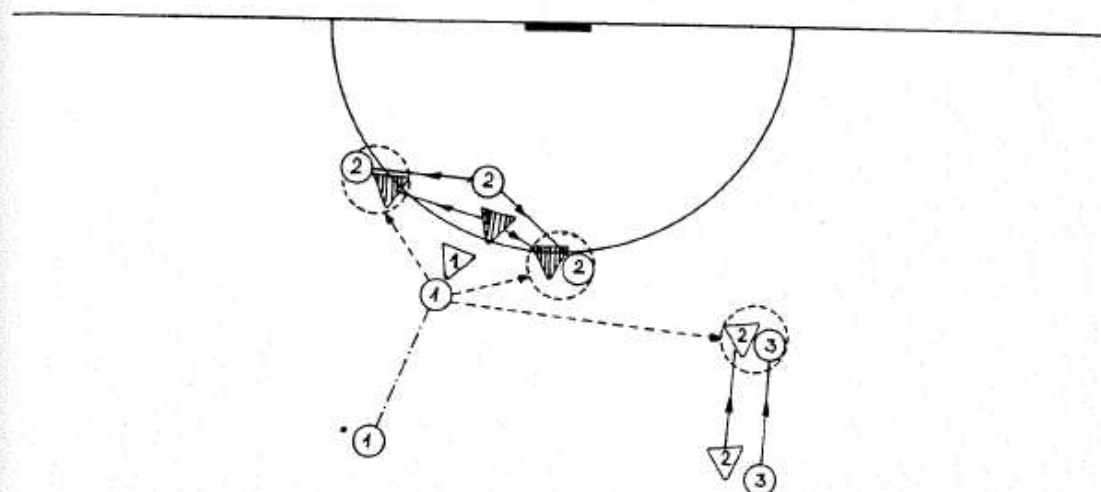
Útočník 1 kolmo nabíhá na branku, před obráncem naznačuje střelbu a přihrává do kolmého náběhu útočníkovi 2. Obránce pouští útočníka 1 do brankoviště a sleduje těsně jeho pohyb v brankovišti. Záložník 1 po odehrání míče útočníkem 2 stále sleduje útočníka 2 v jeho pohybu na levou stranu brankoviště. Záložník 2 se plně soustřeďuje na blokování případné střelby útočníka 3. Jelikož následuje přihrávka od útočníka 3 na pravou stranu brankoviště na útočníka 1, dojde ze strany obránce k zachycení této přihrávky před vykračujícím útočníkem 1. Je-li útočný systém hrán z druhé strany, obránce bude na pravé straně brankoviště.

Obrana proti zabíhačce /obr. 68/

Jakmile začíná útočný systém, přecházejí bránící hráči na osobní obranu. Útočník 1 končí kolmý náběh na branku před vysunutým záložníkem 1 a naznačuje střelbu. Obránce sleduje pohyb útočníka 2 v brankovišti a běží s ním buď na střed, nebo na levou stranu brankoviště, kde zachytává přihrávku od útočníka 1. Vysunutím záložníka 1 proti útočníkovi 1 dojde i k prodloužení přihrávky na vybíhajícího útočníka 2. Záložník 2 svým postavením před brankovištěm má možnost přerušit případnou přihrávku od útočníka 1 na útočníka 3. Nedojde-li k této přihrávce, sleduje útočníka 3 v jeho pohybu na pravou stranu brankoviště.



Obr. 67



Obr. 68

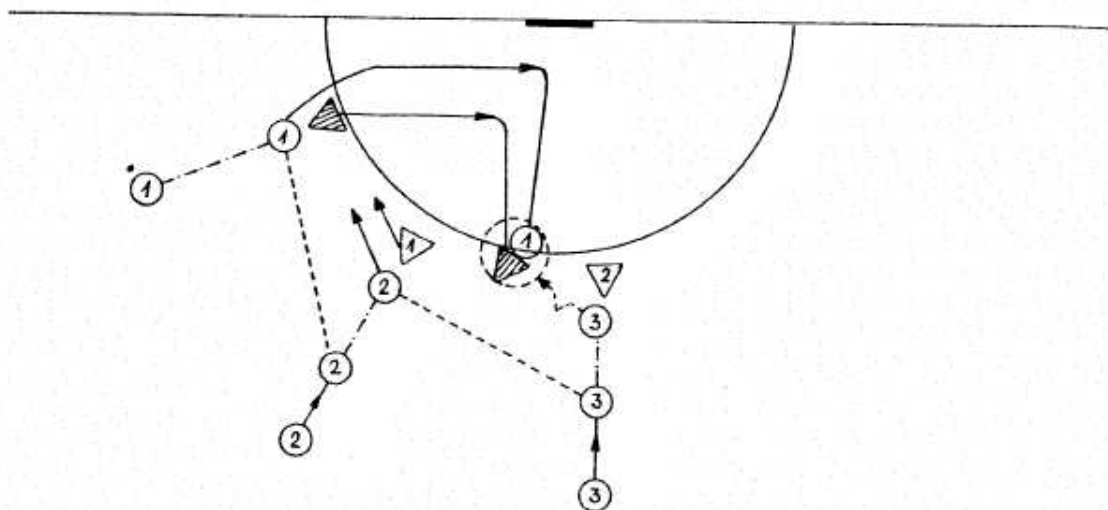
Obrana proti šňůře vrácené /obr. 69/

Po dokončení kolmého náběhu a přihrávky útočníka 1 na útočníka 2 bez bránění pouští obránce útočníka 1 do brankoviště a sleduje jej v pohybu. Záložník 1 osobně brání útočníka 2 po odehrání míče na útočníka 3 v jeho pohybu na levou stranu brankoviště. Záložník 2 se plně věnuje útočníkovi 3, blokuje případnou střelbu nebo jeho pohyb na brankovišti. Obránce, který sleduje útočníka 1 v brankovišti musí sledovat i činnost útočníka 3 a v okamžiku jeho přihrávky na střed brankoviště musí předběhnout útočníka 1 a přihrávku vypíchnout nebo zachytit. Protože obránce a záložník 1 hrají krátkou dobu osobní obranu na své hráče, dojde ke zpětnému přesunu bránících hráčů po přerušení hry nebo i při hře.

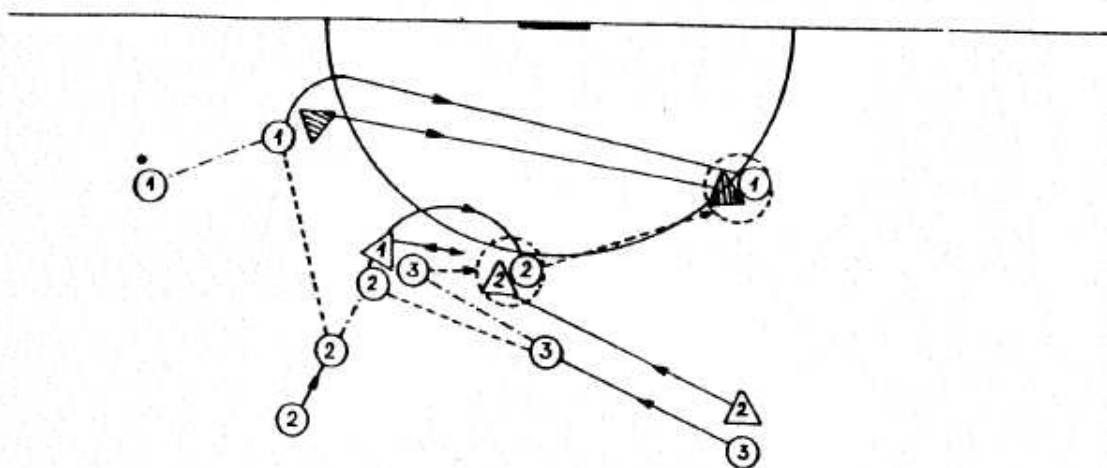
Obrana proti šňůře krátké /obr. 70/

Útočník 1, který kolmo naběhl na branku a před obráncem nazačil střelbu, přihrává útočníkovi 2. Vbíhá do brankoviště, kde je v dalším pohybu sledován těsně obráncem. Obránce se musí snažit, aby byl stále v jedné rovině mezi míčem a útočníkem 1. Záložník 1, který bránil střelbě útočníkovi 2, se po přihrávce útočníka 3 přesouvá 2 - 3 m naproti k útočníkovi 3 a přebírá si jej od záložníka 2, který jej celou dobu pohybu sledoval. Záložník 1 pokračuje s útočníkem 3 v běhu na levou stranu od středu brankoviště a nedovolí mu vystřelit. Záložník 2 si přebírá útočníka 2, který obíhá záložníka 1 brankovištěm a snaží se být opět v jedné rovině mezi míčem a útočníkem 2.

Zde má možnost zachytit přihrávku od útočníka 3 na útočníka 2. Záložník 1 si musí dávat pozor, aby útočník 3 nepokračoval v běhu s míčem až na uvolněnou levou stranu brankoviště.



Obr. 69



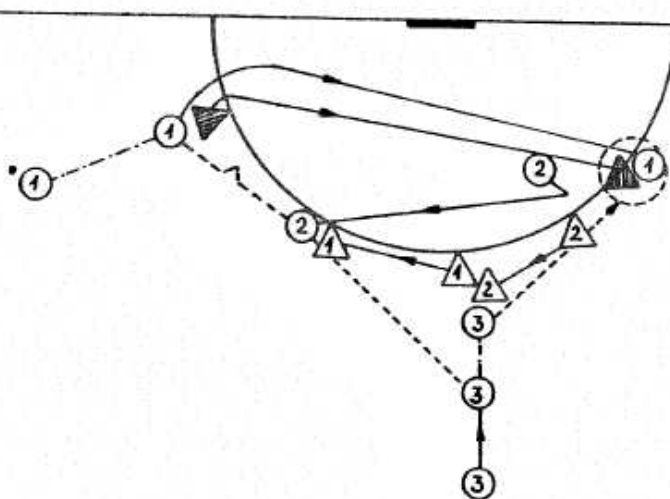
Obr. 70

Obrana proti šňůře vnitřní /obr. 71/

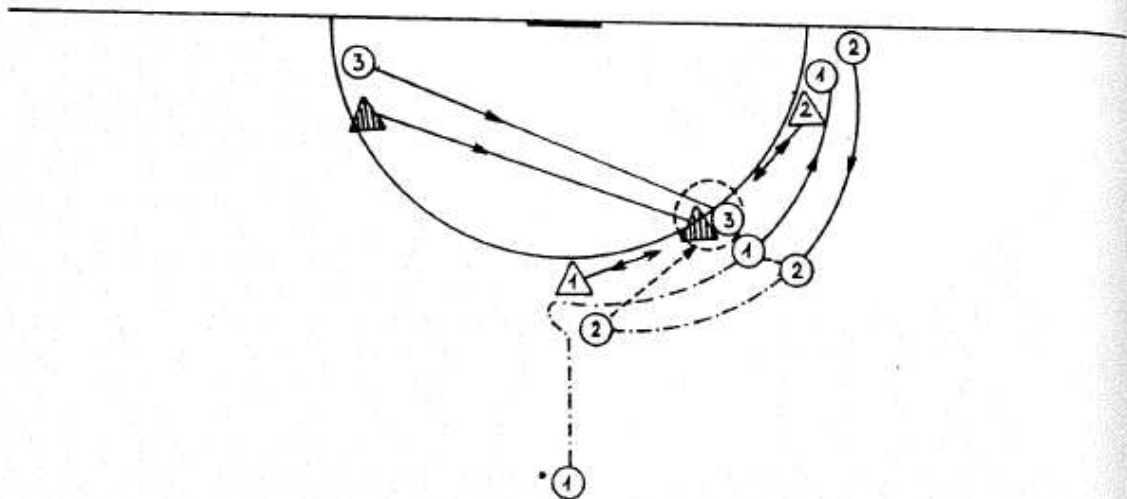
Obránce hraje na útočníka 1 osobní obranu, sleduje jej po odehrání míče v běhu přes celé brankoviště a snaží se být stále v jedné rovině mezi míčem a útočníkem 1. Záložník 1 přebírá vybíhajícího útočníka 2, brání mu ve střelbě a po přihrávce na útočníka 3 jej dále sleduje v jeho pohybu. Záložník 2, který se dostal až na střed brankoviště sledováním útočníka 2, přebírá a brání v kolmém náběhu útočnickovi 3. Přihrávka útočníka 3 na pravou stranu brankoviště na útočníka 1 je zmařena dobrým postavením obránce před útočníkem 1.

Obrana proti kříži /obr. 72/

Obránce hraje na levé straně brankoviště, odkud vybíhá útočník 3 z brankoviště, ale nehraje v brankovišti, aby neodkrýval útočníku 1 levou polovinu brankoviště. Posunuje se na střed tak, jak se pohybuje útočník 3. Záložník 1, který přebírá útočníka 2 s míčem, si hlídá střed brankoviště a dovoleným způsobem vytlačuje útočníka od brankoviště ze střelecké pozice. Musí si být vědom, že je za ním celá volná polovina brankoviště, kam může útočník 2 s míčem postupovat. Záložník 2 sleduje těsně útočníka 1 na pravou stranu brankoviště. Obránce, který sleduje útočníka 3 snaží se vykročit na středu brankoviště, zachycuje nebo vypichuje přihrávku od útočníka 2.



Obr. 71



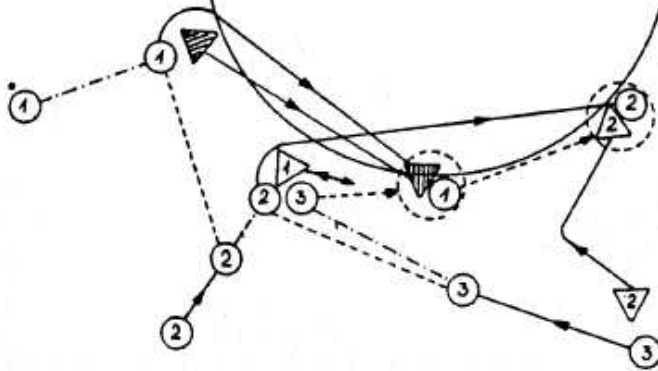
Obr. 72

Obrana proti stříbrnu /obr. 73/

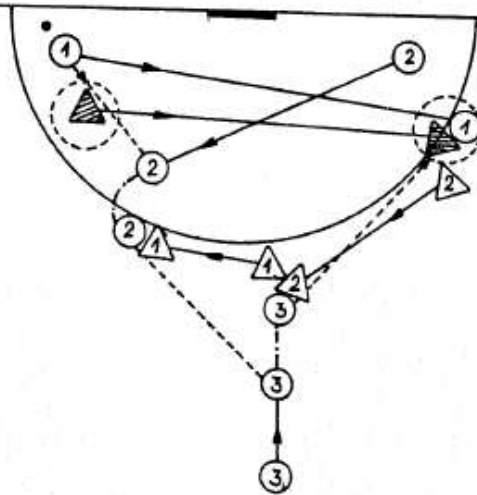
Likvidaci tohoto systému musí zajistit obránce, který hraje na straně. Svým taktickým postavením znemožňuje bezpečnou přihrávku na útočníka 2 /velká možnost vypíchnutí/. Nepodaří-li se zachytit přihrávku, pokračuje v těsném sledování útočníka 1 v jeho pohybu přes brankoviště. Jestliže útočník 2 obdržel přihrávku, provádí výkrok z brankoviště. Ve střelbě mu brání záložník 1. Proto přihrává na útočníka 3, který dokončí kolmý náběh na branku a před záložníkem 2 naznačuje střelbu. Přihrává však na pravou stranu brankoviště na probíhajícího útočníka 1. Tato přihrávka je zachycena sledujícím obráncem.

Obrana proti šňůře dlouhé /obr. 74/

Útočník po odehřání míče zabíhá do brankoviště a je těsně sledován obráncem. Obránce se snaží být stále v jedné rovině mezi míčem a útočníkem 1. Záložník 1, který bránil ve střelbě útočníkovi 2, se po přihrávce na útočníka 3 přesouvá naproti k útočníkovi 3 a přebírá jej od záložníka 2, který jej celou dobu sledoval. Záložník 1 pokračuje s útočníkem 3 v běhu na levou stranu od středu brankoviště a brání mu vystřelit. Záložník 2 přebírá útočníka 2 vybíhajícího na pravé straně brankoviště. Přihrávku útočníka 3 na vybíhajícího útočníka 1 na středu brankoviště zachycuje nebo vypichuje obránce. Záložník 1 si musí dávat pozor, aby útočník 3 nepokračoval v běhu s míčem až na uvolněnou levou stranu brankoviště.



Obr. 73



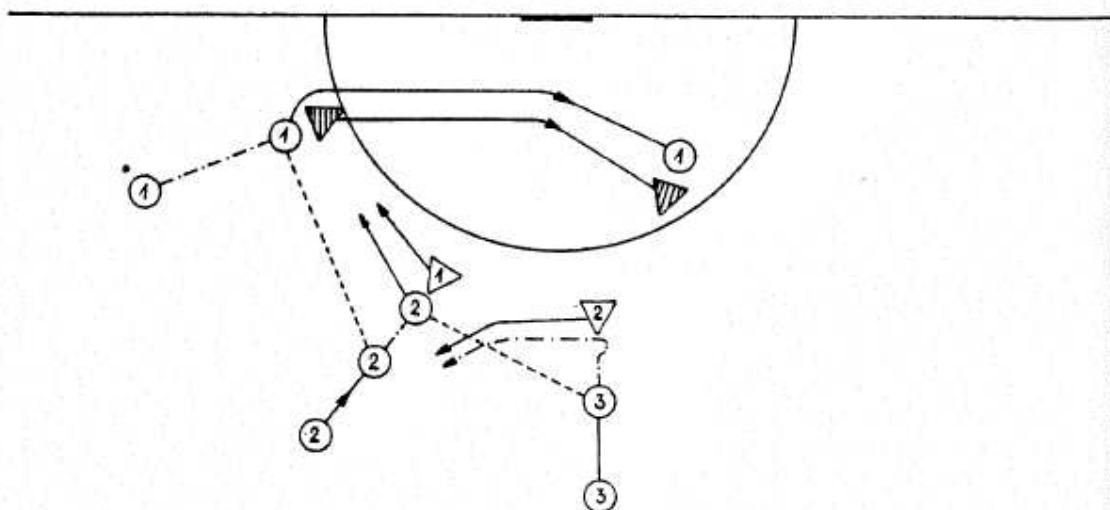
Obr. 74

Obrana proti šňůře s blokovaným obráncem /obr. 75/

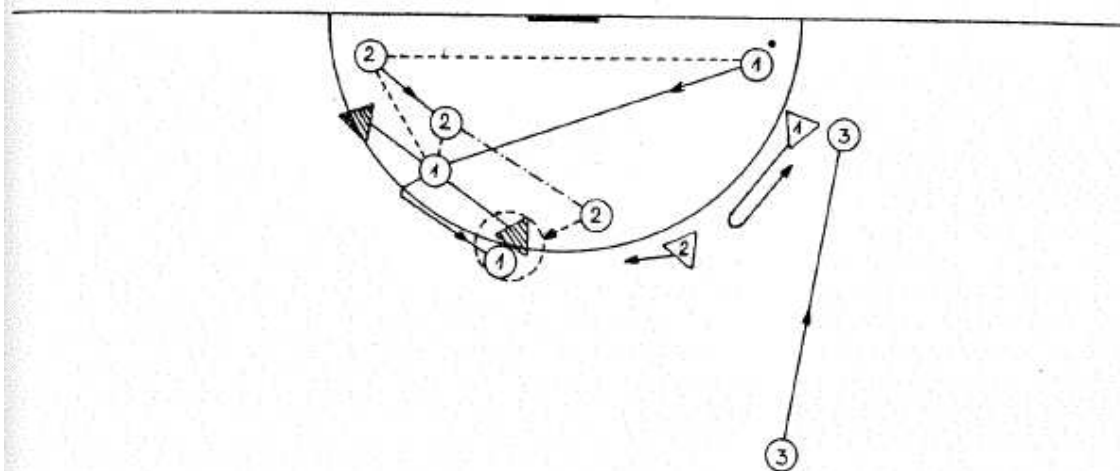
Čelá obrana hraje osobní obranu. Obránce sleduje v pohybu brankovištěm útočníka 1 a snaží se jej svým postavením vytlačovat od středu brankoviště. Vysunutý záložník 1 sleduje na levou stranu brankoviště útočníka 2 po odehrání míče na útočníka 3. Záložník 2 se nesmí nechat zatlačit útočníkem 3 na brankoviště, aby zde nebyl blokován jak útočníkem 1, tak vlastním obráncem v pohybu na levou stranu brankoviště. Musí stále udržovat vzdálenost 1 - 2 m od brankoviště. Při této obraně sice nedojde k zachycení přihrávky, ale útočník 3, který nemůže vystřelit ani přihrát, musí s míčem od brankoviště odběhnout.

Obrana proti Ex Plzeň /obr. 76/

Obrana je založena osobním bráněním útočníka 3 záložníkem 1. Poloosobní obranu hrají obránce a záložník 2. První přerušení systému může nastat, když útočník 2 přihrává útočníkovi 1. Svým taktickým postavením může tuto přihrávku obránce vypíchnout. Mezitím sledoval záložník 2 po obvodu brankoviště pohyb útočníka 1, až se dostal na střed brankoviště. Obránce sleduje pohyb útočníka 2 až do okamžiku, kdy tento dostává zpětnou přihrávku od útočníka 1 a přebírá jej do osobního bránění. Útočník 2 pokračuje s míčem na střed brankoviště, kde mu ve výkroku brání záložník 2. Obránce nechá útočníka 1 vykročit z brankoviště, tím se dostane před něho a má velkou možnost zachytit přihrávku od útočníka 2. Záložník 1 sleduje celou dobu činnost útočníka 3 na pravé straně brankoviště.



Obr. 75



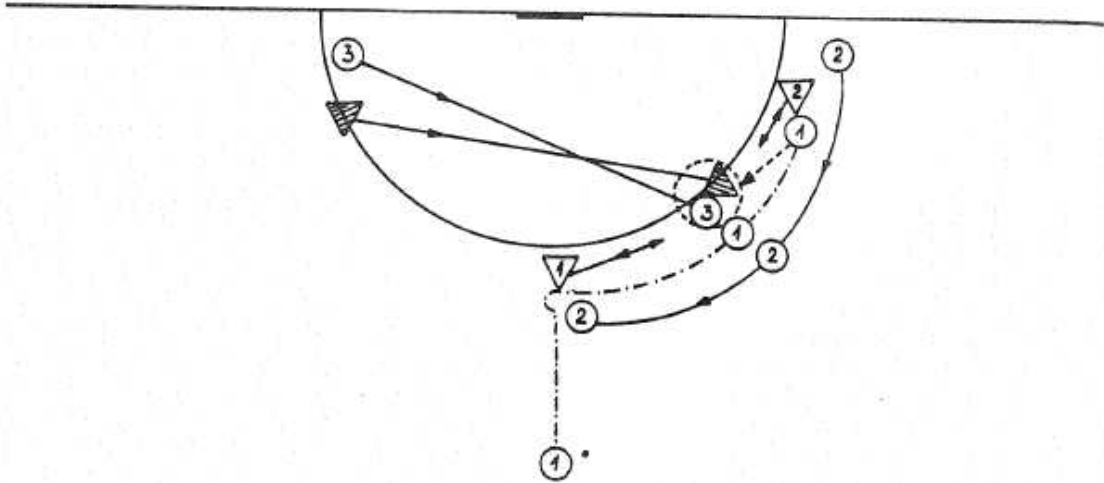
Obr. 76

Obrana proti kříži s fintou /obr. 77/

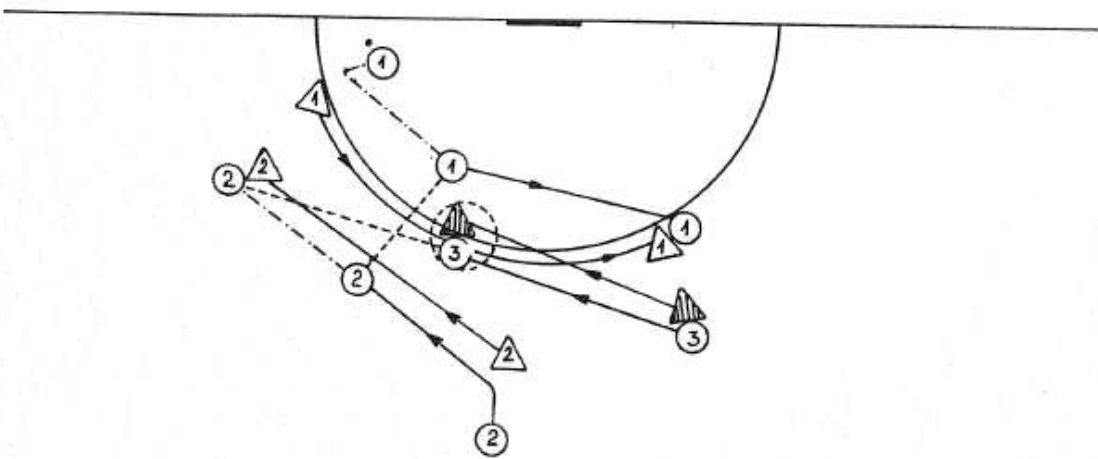
Obránce hraje na levé straně brankoviště, odkud vybíhá útočník 3. Obránce však zůstává na čáře brankoviště, aby neodkrýval útočníkovi 1 celou levou polovinu brankoviště. Posunuje se na střed tak, jak se pohybuje útočník 3. Záložník 1 sleduje přebraného útočníka 2 bez míče v pohybu po brankovišti. Záložník 2 postupuje na pravou stranu brankoviště s útočníkem 1 a dovoleným způsobem mu brání ve střelbě s výskokem. Jelikož dochází k přihrávce na útočníka 3 od útočníka 1, je tato přihrávka snadno zmařena obráncem zachycením nebo vypíchnutím.

Obrana proti náběhu před obráncem /obr. 78/

Záložník 1 sleduje po obvodu brankoviště útočníka 1 jak s míčem, tak i bez míče. Má možnost zasáhnout do přihrávky na útočníka 2 /vypíchnutí/. Stejná situace je i u záložníka 2, který je vysunut před brankovištěm a sleduje útočníka 2. I ten má možnost zastavit akci vypíchnutím přihrávky od útočníka 1. Jestliže se mu to nepodaří, dovoleným způsobem brání v pohybu s míčem útočníkovi 2 na levé straně brankoviště. Obránce musí být vysunut minimálně 1 m od brankoviště, aby nebránil v pohybu záložníkovi 1 po brankovišti a těsně sleduje činnost útočníka 3, který nabíhá pro přihrávku do volného prostoru na levé straně brankoviště. Zde má možnost přihrávku zachytit nebo zabránit případné střelbě na branku.



Obr. 77



Obr. 78

Obrana proti zablokovanému obránci /obr. 79/

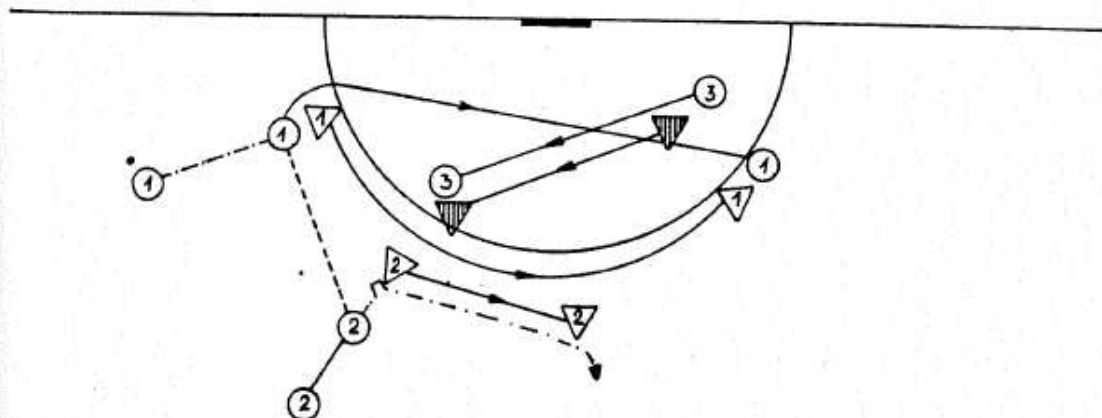
Zahájením útočného systému přechází obrana na osobní obranu v celém prostoru brankoviště. Vysunutý záložník 2 svým postavením dává možnost volnému proběhnutí za svými zády záložníkovi 1, který sleduje po odhození míče útočníka 1 přes celé brankoviště. Obránce vytlačuje svým taktickým postavením a dovoleným způsobem útočníka 3 z jeho pohybu na střed brankoviště, kde by měl blokovat. Záložník dvě musí dávat pozor, aby útočník 2 místo na pravou stranu brankoviště neuhnul na levou do uvolněného prostoru. Jinak jej sleduje v jeho běhu s míčem na pravou stranu brankoviště. Útočník je nucen odběhnout od brankoviště nebo přihrát útočníkovi 1. Tato přihrávka je pak zmařena buď záložníkem 2, nebo záložníkem 1.

Obrana proti oklamnému záložníkovi /obr. 80/

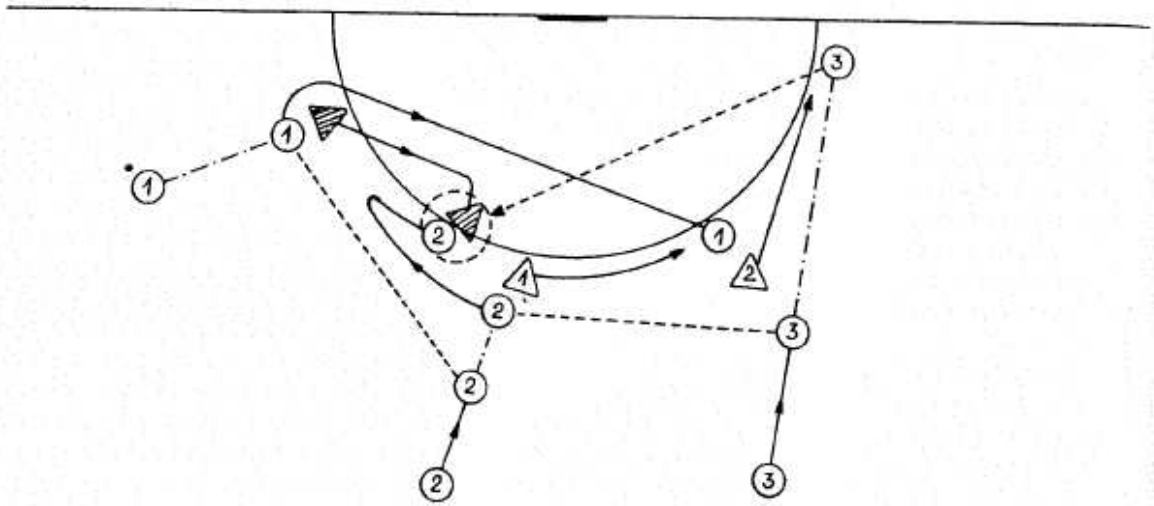
Hraje se územní obrana s obráncem na levé straně. Obránce sleduje útočníka 1 po jeho odhození míče až do té doby, kdy se dostane na úroveň záložníka 1. Pak přebíhá útočníka 2 a záložník 1 věnuje pozornost útočníkovi 1. Obránce je asi 1 m v brankovišti a tímto svým postavením má velký předpoklad zachytit přihrávku od útočníka 3 na útočníka 2. Záložník 2 sleduje a brání ve střelbě útočníkovi 3.

Obrana proti výskoku /obr. 81/

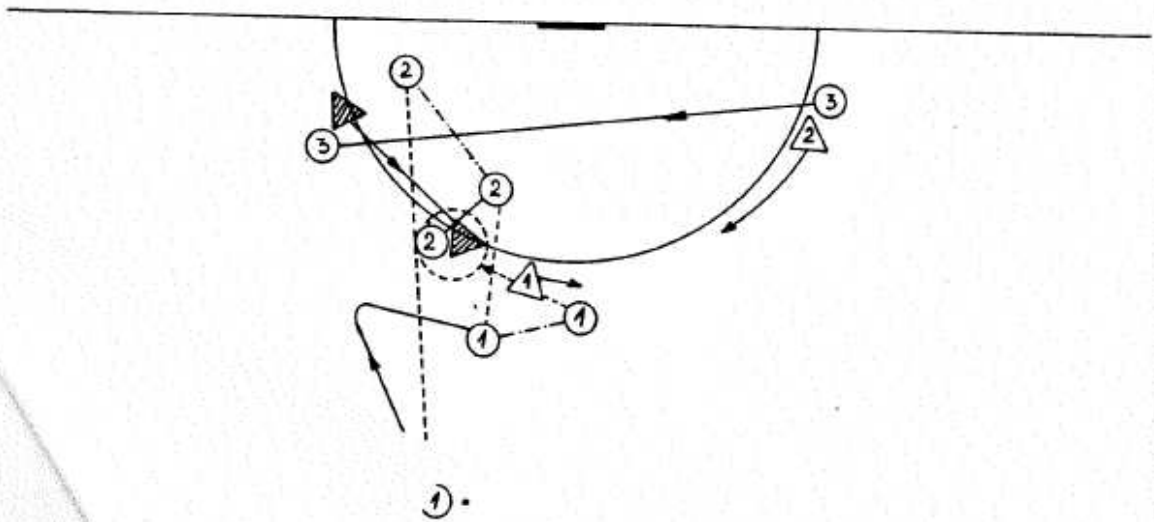
Již postavení obránce v brankovišti u útočníka 2 dává najevo, že první dlouhá přihrávka na útočníka 2 je bezvýznamná, snadno ji obránce zachytí. Stane-li se však, že útočník 2 přihrávku zachytí, sleduje jej obránce v pohybu brankovištěm na střed brankoviště. Obránce hraje minimálně jeden krok v brankovišti. Závěrečná přihrávka od útočníka 1 na útočníka 2 se dostane do rukou obránce. Jestliže však dojde k případné přihrávce od útočníka 1 až na útočníka 3 na levou stranu brankoviště, pak má obránce možnost střelbu odtud blokovat v brankovišti.



Obr. 79



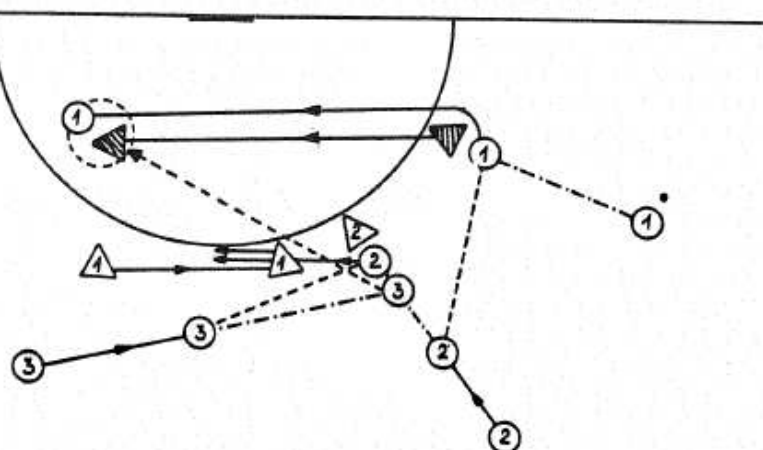
Obr. 80



Obr. 81

Obrana proti Mostu /obr. 82/

Obránce brání ve střelbě útočníkovi 1 a dál jej těsně sleduje v jeho pohybu brankovištěm na levou stranu. Záložník 2 brání ve střelbě útočníkovi 2. Záložník 1 sleduje útočníka 3 bez míče i s míčem, až se dostane k záložníkovi 2. Tím se uzavře střed brankoviště. Dochází k přihrávce do brankoviště na útočníka 1, která je zachycena obráncem. Mezitím se přebírá záložník 1 útočníka 2 v jeho pohybu na střed brankoviště. Jestliže přihrávka dojde na útočníka 1, pak celou jeho činnost v brankovišti i případný výkrok z brankoviště zajišťuje obránce.



Obr. 82