MASARYKOVA UNIVERZITA

Fakulta sportovních studií

Katedra sportovních her

**Nácvik vedení míče a jeho krytí před soupeřem**

**Seminární práce**

**Didaktika fotbalu, LH a KB**

 Vypracoval:

Brno, 2015

 Příprava na vyučovací jednotku

**Student:**   **UČO:**   **Studijní obor:** UTV-KT

**Cíle:**  **Nácvik vedení míče a jeho krytí před soupeřem**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Rozvržení času**  | **OBSAH RČ-popis činností vedoucí k rozehřátí** **PČ-nákres, názvoslovný popis cviků, dávkování**  | **ORGANIZACE****BEZPEČNOST** |
| **Úvodní část****1‘****Průpravná část**5‘8‘**Hlavní část**3‘3‘3‘4´**12´****Závěrečná část** **1´**2‘3‘ |  * Seznámení s obsahem hodiny, základní teoretické informace o vedení míče
* vedení míče ve vymezeném prostoru

na pokyn trenéra: vedení míče pravou nohou vedení levou nohou otočení se dokola s míčem* dynamický strečink
* Herní cvičení – Dva hráči běhají po obvodu čtverce a snaží se dohnat druhého z dvojiceC:\Users\Slavek\Downloads\DrillBook 1.1\DrillBook\Graphic practise\asdf\sdf\kdo koho dohoni.jpg
* Průpravné cvičení na krytí míče před soupeřem – navedeme míč směrem na kužel, zasekneme míč a dostáváme se z postavení čelem k soupeři do postavení zády.

2x pravá (levá) vnitřní, 2x pravá (levá) vnější* Herní cvičení – tahač a vlek. Jeden hráč vede míč a druhý bez míče se snaží dostat před něj. Až se před něj dostane tak se vymění.
* Průpravná hra - **Vykopávačka** - Hráči ve vymezeném prostoru vedou míč a ostatním se ho snaží vykopnout z vymezeného prostoru. Hráč, kterému je míč odkopnut, je vyřazen ze hry, jde si pro míč a v dalším vymezeném prostoru procvičuje vedení míče. Vítězem se stává poslední. Hra rozvíjí vedení míče, krytí míče a orientaci.
* Hra
* Zhodnocení hodiny
* Vyklusání na šířku hřiště
* Statický strečink
 | Kontrola zda žáci nemají řetízky, hodinkySeřadit žáky na postranní čáře a za pohybu vpřed provádět cvikyPřipravit 3 – 4 čtverce z kuželůVymezíme prostor = pokutové území, chválit dobré provedeníVytvořit dvojice, vymezit prostor, jeden z dvojice má rozlišovákVymezit 2 prostoryPochválit, upozornit na chybyŽáci jsou v půlkruhu před učitelem |