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, hodinky  Seřadit žáky na postranní čáře a za pohybu vpřed provádět cviky  Připravit 3 – 4 čtverce z kuželů  Vymezíme prostor = pokutové území, chválit dobré provedení  Vytvořit dvojice, vymezit prostor, jeden z dvojice má rozlišovák  Vymezit 2 prostory  Pochválit, upozornit na chyby  Žáci jsou v půlkruhu před učitelem |