

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

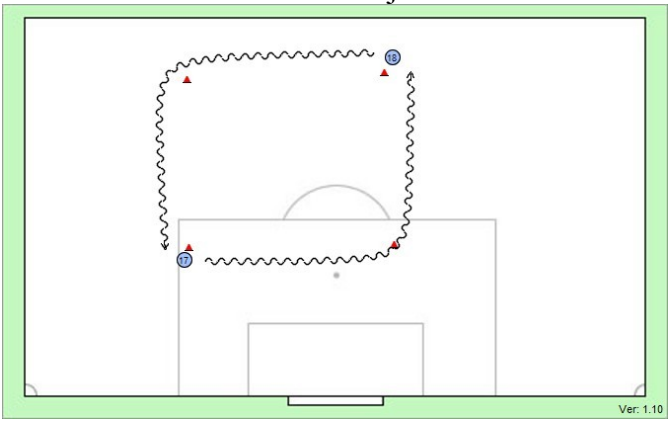
Příprava na vyučovací jednotku

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'	<ul style="list-style-type: none"> • Seznámení s obsahem hodiny, základní teoretické informace o vedení míče 	Kontrola zda žáci nemají řetízky, hodinky
Průpravná část 5' 8'	<ul style="list-style-type: none"> • vedení míče ve vymezeném prostoru na pokyn trenéra: vedení míče pravou nohou vedení levou nohou otočení se dokola s míčem • dynamický strečink 	Seřadit žáky na postranní čáře a za pohybu vpřed provádět cviky
Hlavní část 3' 3' 3'	<ul style="list-style-type: none"> • Herní cvičení – Dva hráči běhají po obvodu čtverce a snaží se dohnat druhého z dvojice  <ul style="list-style-type: none"> • 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. 	Připravit 3 – 4 čtverce z kuželů Vymezíme prostor = pokutové území, chválit dobré provedení Vytvořit dvojice, vymežit prostor, jeden z dvojice má rozlišovák

4'	<ul style="list-style-type: none"> • 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. 	Vymezit 2 prostory
12'	<ul style="list-style-type: none"> • Hra 	
Závěrečná část		
1'	<ul style="list-style-type: none"> • Zhodnocení hodiny 	Pochválit, upozornit na chyby
2'	<ul style="list-style-type: none"> • Vyklusání na šířku hřiště 	
3'	<ul style="list-style-type: none"> • Statický strečink 	Žáci jsou v půlkruhu před učitelem