

## Otázky ke zkoušce ze Specializace ledního hokeje PS-JS 2023/4

### Systematika ledního hokeje-PS-JS 2023/4:

1. Bruslení / metodická doporučení pro výuku, metodická /doporučovaná/ posloupnost výuky jednotlivých bruslařských dovedností/...
2. Jízda vpřed /technika nácviu, metodika nácviu, základní chyby v technice/ ...
3. Jízda vzad /technika nácviu, základní chyby v technice/...
4. Zastavení u jízdy vpřed /jedná o zastavení..., metodika nácviu, základní chyby v technice/...
5. Zastavení u jízdy vzad /jedná o zastavení..., metodika zastavení, základní chyby v technice/...
6. Vyjždění oblouků /metodika nácviu, základní chyby v technice/...
7. Překládání vpřed /metodika nácviu, základní chyby v technice/...
8. Překládání vzad /metodika nácviu, základní chyby v technice/...
9. Obraty /základní typy obrátů, technika obrátů, metodika nácviu, základní chyby v technice...
10. Starty / technika, metodika nácviu, základní chyby v technice/...
11. Powerskaiting / příklady cvičení, cvičení pro rovnováhu, cvičení pro bruslení na hranách, klíčové body powerskaitingu pro jízdu vpřed, vzad - metodický postup/...

#### Herní činnosti jednotlivce útočné PS-JS 2023/4:

1. Uvolňování hráče s kotoučem...
2. Uvolňování hráče bez kotouče...
3. Přihrávání a zpracování přihrávky...
4. Střelba...
5. Klamání a fintování...

#### Herní činnosti jednotlivce obranné PS-JS 2023/4:

1. Obsazování hráče s kotoučem...
2. Obsazování hráče bez kotouče...
3. Obrana prostoru...
4. Obranná hra holí...
5. Chytání a blokování střel...

**Herní kombinace útočné PS-JS 2023/4:**

- 1. Přihrej a jed' / přihrej a následuj/...**
- 2. Křížení...**
- 3. Zpětné přihrávky...**
- 4. Clonění...**
- 5. Přenechání kotouče...**
- 6. Najíždění do volného prostoru...**

### Herní kombinace obranné PS-JS 2023/4:

1. Zajišťování...
2. Zdvojování...
3. Přebírání...
4. Osobní bránění...
5. Odstupování...

### Trénink útočníků a obránců PS-JS 2023/4

1. Obsah specializovaného tréninku útočníků ...
2. Obsah specializovaného tréninku obránců ...

### Stanovištní trénink PS-JS 2023/4

1. Rozdělení hřiště- zóny ...
2. Vysvětlí a popíš výhody stanovištního tréninku...