



Multimediální metodická příručka pro výuku herních činností jednotlivce ve florbale pro školní tělesnou výchovu

Diplomová práce

Studijní program:

N7401 Tělesná výchova a sport

Studijní obory:

Učitelství tělesné výchovy pro 2. stupeň základní školy

Učitelství zeměpisu pro 2. stupeň základní školy

Autor práce:

Bc. Jakub Nevole

Thesis Supervisors:

Mgr. Lukáš Rubín, Ph.D.

Katedra tělesné výchovy



ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Jakub Nevole**
Osobní číslo: **P17000686**
Studijní program: **N7401 Tělesná výchova a sport**
Studijní obory: **Učitelství tělesné výchovy pro 2. stupeň základní školy**
Učitelství zeměpisu pro 2. stupeň základní školy
Název tématu: **Multimediální metodická příručka pro výuku herních činností jednotlivce ve florbale pro školní tělesnou výchovu**
Zadávací katedra: **Katedra tělesné výchovy**

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

Provést rešerši literatury a shrnout publikované poznatky o florbalu zejména se zaměřením na nácvik herních činností jednotlivce (včetně nejčastějších chyb a jejich odstraňování). Vytvořit multimediální metodickou příručku pro výuku herních činností jednotlivce ve florbalu se zaměřením na školní tělesnou výchovu.

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

INTERNATIONAL FLOORBALL FEDERATION. Individual technique and tactics: Teaching individual techniques and tactics in floorball. [online]. 1. vyd. Helsinky: International Floorball Federation, 2018. Dostupné z: <https://floorball.sport/materials/downloads/> KYSEL, Jiří. Florbal: kompletní průvodce. 1. vyd. Praha: Grada, 2010, 141 s. ISBN 978-80-247-3615-0. SKRUŽNÝ, Zdeněk. Florbal: technika, trénink, pravidla hry. 1. vyd. Praha: Grada, 2005, 120 s. ISBN 80-247-0383-1.

Vedoucí diplomové práce:

Mgr. Lukáš Rubín, Ph.D.

Katedra tělesné výchovy

Datum zadání diplomové práce:

10. prosince 2018

Termín odevzdání diplomové práce:

27. dubna 2019

prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.
děkan



doc. PaedDr. Aleš Suchomel, Ph.D.
vedoucí katedry

V Liberci dne 10. prosince 2018

Prohlášení

Byl jsem seznámen s tím, že na mou diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé diplomové práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li diplomovou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědom povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tom- to případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Diplomovou práci jsem vypracoval samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé diplomové práce a konzultantem.

Současně čestně prohlašuji, že texty tištěné verze práce a elektronické verze práce vložené do IS STAG se shodují.

Datum:

Podpis:

Poděkování

Mé poděkování patří především Mgr. Lukáši Rubínovi, Ph.D. za odborné vedení, trpělivost, cenné rady a ochotu, kterou mi v průběhu zpracování práce věnoval. Dále bych chtěl poděkovat Mgr. Janu Charouskovi, Ph.D. za výpomoc při natáčení herních činností jednotlivce ve florbale. Nakonec mé poděkování patří také Bc. Janu Bitmanovi a Janu Karlovi za ukázky herních činností jednotlivce, bez nichž by se tato práce nedala vytvořit.

Anotace

Hlavním cílem diplomové práce bylo vytvoření multimediální metodické příručky pro výuku herních činností jednotlivce ve florbalu pro školní tělesnou výchovu. Teoretická část práce se zabývá charakteristikou světové a české historie florbalu, nastiňuje ve zjednodušené míře pravidla florbalu, seznamuje s vybranými světovými a českými florbalovými organizacemi i soutěžemi a zejména rozebírá jednotlivé florbalové herní činnosti jednotlivce hráče v poli i brankáře včetně uvedení nejčastějších chyb a příkladů nácviku. Součástí teoretické části práce je fotodokumentace jednotlivých činností jednotlivce ve florbalu, která předcházela konečné úpravě vlastních videozáznamů multimediální metodické příručky za pomoci vhodných programů.

Klíčová slova: Florbal, herní činnosti jednotlivce, technika, multimediální metodická příručka, video

Annotation

The main objective of this diploma thesis was to create a multimedia methodological manual for teaching of individual game skills in floorball for school physical education. Theoretical part of the thesis describes historical development of floorball in the Czech Republic and in the rest of the world, explains basics of floorball rules, specifies Czech floorball organizations and floorball organizations functioning in other countries and perhaps most importantly, it analyses individual game skills of outfield players and a goalkeeper in floorball, identifies the most common mistakes in individual game skills in floorball and gives examples of appropriate drills, which could correct these mistakes. Photo documentation of individual game skills in floorball is included in the theoretical part of the thesis. The process of obtaining this photo documentation was followed by the adjustment of the video recordings incorporated in the multimedia methodological manual using suitable programs.

Keywords: Floorball, individual game skills, technique, multimedia methodological manual, video

Obsah

Seznam použitých obrázků.....	9
Seznam použitých zkratk.....	11
Úvod.....	12
1. Cíle	14
2. Syntéza poznatků.....	15
2.1 Historie florbalu	15
2.1.1 Světová historie	15
2.1.2 Česká historie.....	16
2.2 Pravidla florbalu.....	17
2.3 Organizace.....	21
2.3.1 Mezinárodní florbalová federace	21
2.3.2 Česká florbalová unie	22
2.3.3 Švédská florbalová federace	22
2.3.4 Japonská florbalová federace.....	23
2.3.5 Asijsko-oceánská florbalová konfederace	23
2.3.6 Florbalová asociace Spojených států amerických	23
2.3.7 Florbalová asociace Sierra Leone	23
2.4 Soutěže	24
2.4.1 Mezinárodní akce.....	24
2.4.2 Domácí soutěže.....	25
2.4.3 Zahraníční soutěže	26
2.4.4 Turnaje	26
2.5 Herní činnosti jednotlivce hráče v poli	27
2.5.1 Útočné herní činnosti hráče v poli	30
2.5.2 Obranné herní činnosti jednotlivce.....	43
2.6 Herní činnosti jednotlivce brankáře	47
2.6.1 Útočné herní činnosti brankáře	48
2.6.2 Obranné herní činnosti brankáře.....	49
3. Úprava videozáznamů a tvorba multimediální příručky	56

4.	Závěr.....	58
5.	Seznam použité literatury	59
6.	Seznam příloh.....	62

Seznam použitých obrázků

Obrázek 1. Hrací plocha	18
Obrázek 2. Florbalová branka	19
Obrázek 3. Mezinárodní florbalová federace	21
Obrázek 4. Česká florbalová unie	22
Obrázek 5. Asijská a oceánská florbalová konfederace	23
Obrázek 6 Základní postoj	29
Obrázek 7 Základní postoj z bočního postavení	30
Obrázek 8 Hokejový driblink	31
Obrázek 9 Florbalový driblink	31
Obrázek 10 Tažení forhendem	32
Obrázek 11 Tažení bekhendem	32
Obrázek 12 Tlačení bekhendem	33
Obrázek 13 Přihrávání míčku	34
Obrázek 14 Zpracování míčku	35
Obrázek 15 Uvolňování bez míčku	36
Obrázek 16 Střelba švihem forhendem	37
Obrázek 17 Střelba přiklepnutím	38
Obrázek 18 Střelba golfovým úderem	38
Obrázek 19 Prohození bránícího hráče	40
Obrázek 20 Tečování míčku	41
Obrázek 21 Dorážení míčku	42
Obrázek 22 Vhazování	43
Obrázek 23 Obsazování hráče s míčkem	44
Obrázek 24 Obsazování hráče bez míčku	45
Obrázek 25 Blokování střel	47
Obrázek 26 Základní postoj brankáře	48
Obrázek 27 Zakládání útoku	49
Obrázek 28 Výhoz brankáře	49
Obrázek 29 Pohyb brankáře	50
Obrázek 30 Chytání střel	51
Obrázek 31 Zmenšování střeleckého úhlu	52

Obrázek 32 Hra za brankou.....	53
Obrázek 33 Činnost brankáře při situaci 1 na 1	54

Seznam použitých zkratk

AOFC – Asia Oceania Floorball Confederation

atd. – a tak dál

cm – centimetr

ČFbU – Česká florbalová unie

ČUS – Česká unie sportu

DVD – Digital Video Disc

GAISF – General Association of International Sports Federations

FISU – Mezinárodní federace univerzitních sportů

Full HD – vysoké rozlišení

IFF – International Floorball Federation

IKSU – švédský ženský florbalový oddíl

IOC – olympijský výbor

Kč – Koruna česká

m – metr

mm – milimetr

MOV – Mezinárodní olympijský výbor

MS – Mistrovství světa

např. – například

PHASČ – pražský a středočeský

SIFB – Svenska Innebandyförbundet

Tj. – to je

UWGA – Mezinárodní asociace světových her

WADA – World Anti-Doping Agency

USFbA – Florbalová asociace Spojených států amerických

Úvod

Tato diplomová práce navazuje na moji bakalářskou práci s názvem Videoučebnice signalizací rozhodčích ve florbale. Některé poznatky z ní byly využity i v předkládané práci (Nevole 2017).

Florbal se v posledních desetiletích stává stále populárnějším jak u výkonnostních sportovců, tak i u široké veřejnosti. Je provozován na různých úrovních, v odlišných podmínkách, v různých herních modifikacích. Jedná se o rychlou, dynamickou sportovní hru, kterou hrají jak chlapci, tak dívky bez rozdílu jejich věku. Florbal je velmi rozšířený i mezi hendikepovanými sportovci, kteří hrají na speciálně upravených elektrických či manuálních vozících. Florbaloví hráči si při samotné hře upevňují schopnost spolupráce, komunikace a smysl pro fair play. Samozřejmě jim tato hra přináší radost z pohybu (Český florbal 2019).

Tento mladý sport se neustále od svého vzniku vyvíjí a rozšiřuje svoji mládežnickou základnu. Počtem členů se řadí na úroveň nejoblíbenějších sportů u nás tj. fotbalu a hokeji (ČUS 2019). Velkou výhodou je jednoduchost vybavení. Stačí hokejka a míček a dá se hrát v podstatě kdekoliv. Naopak nevýhodou florbalu, především v České republice, je nedostatečné množství odborných publikací zabývajících se ukázkou nácviku herních činností jednotlivce hráče v poli, herních činností brankáře a rozbohem nejčastějších chyb, zejména pro školní praxi.

Z toho důvodu bylo hlavním cílem diplomové práce představení jak herních činností jednotlivce hráče v poli, tak herních činností brankáře s příslušným nácvikem herní činnosti a rozbor nejčastějších chyb. Práce není pouze v textové podobě, ale především byla vytvořena za pomoci bezplatného programu multimediální metodická příručka, kde jsou rozděleny do kapitol a předvedeny na příslušných videozáznamech konkrétní herní činnosti. Zhotovená práce má dvě části: teoretickou a praktickou. Teoretickou část tvoří historie florbalu ve světě a v České republice. Zaměřuje se na popis základních pravidel florbalu a kromě toho uvádí přehled vybraných světových a českých florbalových organizací i soutěží. V dalších kapitolách je podrobně popisována každá herní činnost jednotlivce, která je pro lepší znázornění doplněna vlastní fotografií. Praktickou a vlastně tu nejdůležitější část tvoří videozáznamy herních činností jednotlivce ve florbalu. Tato forma je vhodná pro jasnou názornost s příslušným audiozáznamem. Tato práce by mohla posloužit učitelům tělesné výchovy jako vhodný materiál pro

zkvalitnění jejich práce a zjednodušit jejich sebevzdělávání v této sportovní hře. Dále by ji mohli využívat začínající trenéři jako názornou ukázkou pro své svěřence.

1. Cíle

Hlavním cílem předložené diplomové práce je vytvořit multimediální metodickou příručku pro výuku herních činností jednotlivce ve florbale pro školní tělesnou výchovu.

Dílčí cíle:

1. Charakteristika historie florbalu.
2. Uvedení základních pravidel florbalu.
3. Seznámení s nejvýznamnějšími florbalovými organizacemi a řízením soutěží.
4. Popsání herních činností jednotlivce hráče v poli i brankáře včetně uvedení nejčastějších chyb a nácviku.
5. Tvorba multimediálního materiálu pro výuku herních činností jednotlivce ve školní tělesné výchově.

2. Syntéza poznatků

2.1 Historie florbalu

2.1.1 Světová historie

Za kolébku florbalu je považovaná **Skandinávie**. Florbal se ale vyvíjel v různých podobách na různých místech ve světě s mírně odlišnými pravidly. Prvně se hra podobná florbalu začala hrát v Severní Americe v 60. letech 20. století. V USA využívali míček podobný tomu florbalovému při tréninku baseballu. V USA začali hrát už s plastovými hokejkami a vznikaly první soutěže převážně pro mládež. Nově vzniklá hra dostala název floorhockey. V dalších letech se florbal začal pronikat do Evropy, a to především do Švédska, kde nová hra získala nový impuls díky velkému množství tělocvičen a hráčů ledního hokeje, kteří tuto hru začali využívat v letní přípravě. Postupně byl severoamerický floorhockey vytlačen hrou, která mnohem více připomínala dnešní florbal. Ve Švédsku této hře začali říkat **innebandy**. Ve skandinávských zemích se stal tento sport rychle populární i díky dobře organizovanému systému mládežnických klubů. Dalším důvodem je fakt, že florbal je finančně nenáročný a jednoduchý sport, který může hrát prakticky každý.

Tento sport se rychle rozvíjel a dostával se do dalších zemí. Nejdříve do sousedního Finska. Nejprve se ve Finsku hrál formou 3 na 3 na malém hřišti a na malé branky pod názvem sähly, ale hrát se dá v různých modifikacích. Ve Finsku florbalu říkají **salibandy** (Kysel 2010). Ve Švýcarsku hráli florbal na menším hřišti, na větší branky, s třemi hráči v poli a brankářem, který používal hokejku na rozdíl od skandinávského pojetí začátku florbalu. Ve Švýcarsku nazývali florbal **unihockey**. Švýcaři hru rozdělují na Kleinfeld a Grossfeld (hraje se 5+1) (Kysel 2010). V 80. letech minulého století začaly vznikat první národní svazy florbalu. Vůbec první svaz vznikl v roce 1981 ve Švédsku (SIFB). Svaz vznikl hlavně díky iniciativě dvou osobností Cristerem Gustafssonem a Andrássem Czitromem. Ihned poté se ve Švédsku objevily první oficiální soutěže. Další federace byla založena v roce 1983 trochu nečekaně v Japonsku. Následovali další dva národní svazy a to v roce 1985 ve Finsku a Švýcarsku. Velice významným rokem se pro florbal stal rok **1986**, kdy byla v Huskavarně ve Švédsku založena **Mezinárodní florbalová federace (IFF)**. Zakládajícími členy nově vzniklé organizace byly Švédsko, Finsko a Švýcarsko.

Prvním prezidentem IFF byl zvolen András Czitrom. Navíc došlo i ke sjednocení florbalových pravidel (Český florbal 2019).

V dalších letech rozvoje florbalu bylo cílem IFF uspořádat mistrovství a florbal ještě více zpopularizovat pro širokou veřejnost. První mistrovství Evropy se konalo ve Finsku v roce 1994 a zúčastnilo se ho 8 mužstev včetně České republiky, která vstoupila do IFF v roce 1993. Florbal postupně začal více pronikat i mimo Evropu a to především do Asie a Severní Ameriky. Dalším významným rokem pro florbal se stal rok **1996**, kdy se ve Švédsku konalo první oficiální **mistrovství světa**. Finálové utkání mezi Švédskem a Finskem sledovalo v hledišti stockholmské haly Globen přes 15 000 diváků. Prvním mistrem světa ve florbale se stalo domácí Švédsko. Následující rok 1997 se poprvé v historii konalo mistrovství světa žen. Od tohoto roku se vždy hraje mistrovství světa žen v liché roky a mistrovství světa mužů v sudé (Český florbal 2019).

Dalším důležitým momentem pro florbal bylo v roce 2000 prozatímní členství v GAISF (Asociace sportovních federací), což bylo důležitým krokem pro začlenění mezi sportovní komunitu. Díky postupnému navyšování národních týmů IFF změnila organizaci MS a zavedla kvalifikaci. V roce 2008 byla IFF přijata Mezinárodním olympijským výborem jako prozatímní člen. MOV zaručil florbalu účast na Univerziádě, což je prvním krokem k zařazení sportu na Olympijské hry. Postupně začaly vznikat kontinentální konfederace např. Asijsko-océánská florbalová konfederace (Český florbal 2019).

2.1.2 Česká historie

K prvnímu českému setkání s florbalem došlo pravděpodobně při výměnném pobytu studentů z helsinské univerzity KY v roce 1984. Českým studentům se hra zalíbila a při pobytu Finů v Praze dostali jako dárek několik hokejek a míčků. S hokejkami hráli studenti zhruba rok, než se většina hokejek postupně zničila. Na delší čas se florbal u nás odmlčel. Až v roce 1991 byly dovezeny další hokejky ze Švédska. Začalo se znovu hrát a to v pražských Střešovicích, především díky činnosti bratrů Vaculíkových. Dále v Jaroměři a Ostravě. V roce 1992 se přivezly z turnaje v **Budapešti** první opravdové **mantinely**, což bylo důležitým krokem ke vzniku turnajů a soutěží a vedlo k větší popularitě tohoto sportu v České republice. V tomto roce byla také založena **Česká florbalová unie (ČFbU)** (Český florbal 2019). Prvním prezidentem se stal Martin Vaculík.

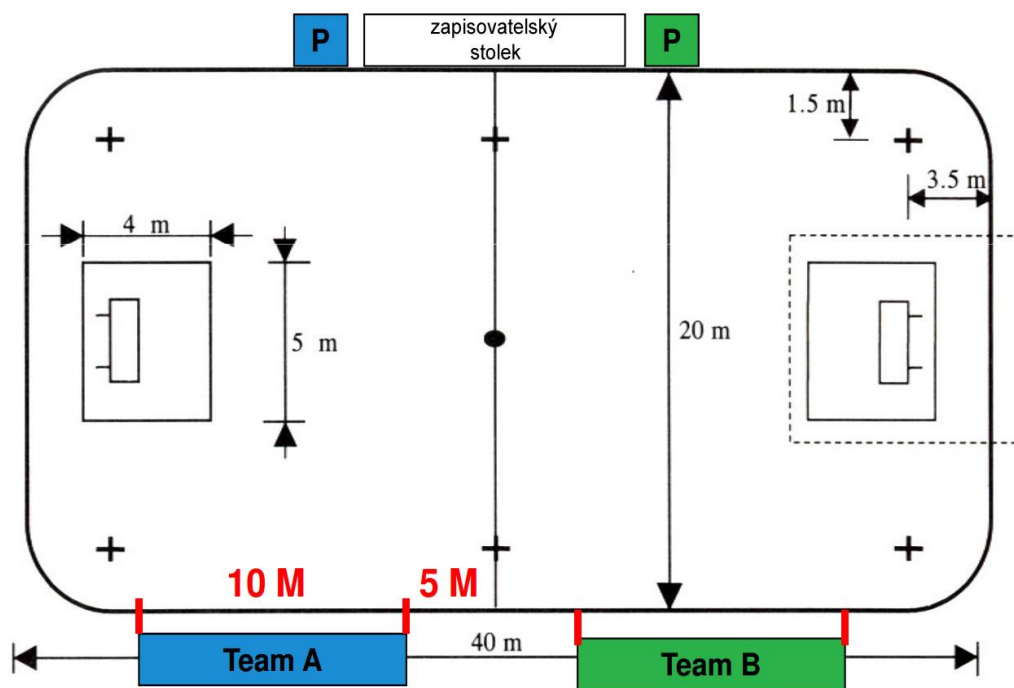
První ročník 1. ligy se odehrál v roce 1993 a z vítězství se radovalo pražské družstvo IBK Forza Tatran. ČFbU se stala členem IFF. V roce 1998 je zaregistrováno v ČFbU přes 4,5 tisíce hráčů, hrajících ve 156 florbalových družstvech. V roce 2010 se počet registrovaných hráčů vyšplhal až k 60 tisícům hráčů ve 1377 družstvech v celé České republice. K 31. 12. 2018 byl počet registrovaných členů již 73 009. Nejvyšší dosažená návštěva na jedno soutěžní utkání ve florbale v České republice byla **16 276 diváků** na finálový zápas mistrovství světa 2018, kde hrálo Finsko proti Švédsku v pražské O2 aréně. Nejvyšší dosažená divácká návštěvnost na ligové utkání byla rovněž v pražské O2 aréně v roce 2016 a to 12 144 platících diváků (Český florbal 2019).

2.2 Pravidla florbalu

Zde uvádím pouze základní pravidla florbalu čerpaná z edice Pravidla florbalu vydaná Českým florbalem v roce 2018 (Český florbal 2019). Podrobná pravidla jsou k dispozici na oficiálních webových stránkách Českého florbalu: <https://www.ceskyflorbal.cz/cfbu/predpisy/pravidla-florbalu>.

Florbalová pravidla čerpala v prvních vydáních z mnoha jiných sportů, především ale z ledního hokeje. Přesné znění pravidel s drobnými úpravami vydává pravidelně (po 4 letech) IFF. Pravidla zaručují odehrání zápasu stylem fair-play a zároveň ochraňují hráče před zraněním a snaží se o atraktivitu hry. Florbal je kolektivní míčová hra s cílem dosáhnout více branek než soupeř při dodržení stanovených pravidel. V současnosti řadíme florbal mezi kontaktní sporty. Florbal patří mezi halové sporty, hraje se na gumových podlahách či parketách.

Hrací plocha má tvar obdélníku se zaoblenými rohy. Rozměry hřiště jsou: délka **40 m** a šířka **20 m**. Celé hřiště je ohrazeno mantinely o výšce 50 cm. Středová čára rozděluje hřiště na dvě shodné poloviny. Uprostřed se nachází bod pro vhazování. Na obou stranách hřiště je vyznačeno velké (**4 × 5 m**) a malé (**1 × 2,5 m**) brankoviště, jehož zadní část tvoří branková čára. Na pomyslných prodloužených brankových čarách se nacházejí **1,5 m** od mantinelu body pro vhazování. Ve velkém brankovišti smí brankář chytat míček do rukou. Má 3 sekundy na výhoz a míček musí dopadnout před půlicí čarou. Soupeřící hráči nesmí bránit výhozu brankáře (jsou minimálně **3 m** od něho). Nesmí se zahrát tzv. malá domů.



Obrázek 1. Hrací plocha

Zdroj: Florbalovytrenér 2019

Florbalové branky jsou **160 cm** široké a **115 cm** vysoké. Orientovány jsou směrem do hřiště. Na delší straně hřiště je vymezeno desetimetrové území pro střídání hráčů. Zapisovatelský stůlek a trestné lavice bývají umístěny v přiměřené vzdálenosti od mantinelů naproti prostorům pro střídání a u středové čáry. Každé družstvo má svoji trestnou lavici.



Obrázek 2. Florbalová branka

Zdroj: Florbalexpert 2019

Hrací čas je **3 × 20 minut**. Hraje se na **čistý čas** (čas se zastavuje při přerušení hry). Přestávky po jednotlivé třetině trvají 10 minut, po kterých si mužstva mění strany. Pro mladší či školní kategorie je čas nižší.

Time-out (oddechový čas) může využít každé družstvo jen jednou v zápase na vyžádání kapitána mužstva. Oddechový čas trvá 30 sekund. Rozhodčí udělují družstvu time-out v přerušené hře. Hráči, kteří si odpykávají trest, se oddechového času neúčastní.

Prodloužení se využívá v zápasech, které nemohou skončit bez vítěze utkání (play-off, vyřazovací část MS). Prodloužení trvá **10 minut** a platí zde pravidlo o tzv. zlatém gólu. Pokud ani prodloužení neurčí vítěze, následují trestná střelení. Trestné střelení provádí 5 hráčů z každého mužstva.

Účastníci hry jsou hráči, kteří nastupují do utkání s povinným vybavením (hokejka, dres s číslem, trenky, stulpny a boty). Brankáři se musí odlišit jinou barvou dresu. Kontrolu výstroje provádí rozhodčí. V zápise může mít uvedeno každé mužstvo maximálně **20 hráčů**. Přímou na hrací ploše jich je **5+1**.

Střídání hráčů se během utkání provádí hokejovým způsobem. Když střídající hráč překročí mantinel, může vběhnout na hřiště nový hráč. Všechna střídání se konají ve vyznačeném území.

Brankář nepoužívá hokejku ani žádnou lapačku či vyrážečku. Povinná výbava je obličejová maska. Délka kalhot pro brankáře je daná v pravidlech. Nesmí využívat ramenní vycpávky.

Standartní situace nastává po přerušení hře dle příčiny přerušení. Vhazování na středovém bodě je vždy na začátku každé třetiny a při vstřelení branky. Hráči musí dodržovat vzdálenost 3 m od míčku. Vhazování probíhá při neúmyslném zničení míčku, při rozdělení mantinelu, při postrčení branky, při nejasné situaci, kdo má mít rozehráni nebo volný úder. **Rozehráni** nastává tehdy, pokud míč opustí hrací plochu nebo se míček dotkne stropu. Rozehráni tak zahrává opačné družstvo než družstvo, jehož hráč se dotkl míčku naposledy. Rozehráni probíhá 1,5 m od mantinelu. Hráč musí do míčku udeřit, není mu povoleno míček táhnout či zvedat. **Volný úder** nastává v případě přestupku jednoho z mužstev. Je vykonán v místě přestupku s minimální vzdáleností od malého brankoviště 3,5 m. bránící hráči nesmí stát blíže než 3 m od míčku. Volný úder se provádí například v situaci, kdy hráč zasáhne, blokuje, zvedne či kopne do soupeřovy hokejky, vloží-li hráč svoji florbalovou hůl mezi nohy soupeře, kopne-li hráč v poli míč dvakrát za sebou, je-li hráč v poli v malém brankovišti nebo úmyslně posune branku. **Trestné střelení** rozhodčí nařídí v případě zmaření brankové příležitosti bránícího družstva pomocí přestupku, za který by následoval volný úder nebo vyloučení. Odložené trestné střelení je nařízeno v situaci, kdy útočící mužstvo má míček stále pod kontrolou a probíhá branková příležitost.

Všechny **tresty** se zapisují do zápisu o utkání. Příslušný trest nařídí rozhodčí po spáchání daného přestupku. Po celou dobu trestu je potrestaný hráč na trestné lavici. Tresty jsou dvouminutové (např. hra vysokou holí), pětiminutové (např. hákování), vyloučení do konce utkání (např. hrubé nesportovní chování) nebo desetiminutový osobní trest. Pokud je dvouminutový trest udělen brankáři, kapitán vybere netrestaného hráče, který trest odslouží. Pětiminutový trest si musí odsloužit brankář sám. Podle závažnosti přestupku udělí rozhodčí danému hráči příslušný trest.

Utání řídí dva kvalifikovaní **rozhodčí**, kteří kontrolují dodržování pravidel a trestají přestupky hráčů.

2.3 Organizace

Mezinárodní florbalová federace sdružuje národní svazy po celém světě. Pořádá a organizuje různá mistrovství nebo turnaje. Nejvýznamnější jsou MS mužů i žen a kontinentální mistrovství. Dále se snaží zatraktivnit florbal pomocí drobných úprav pravidel, pomáhají zpopularizovat florbal v dalších zemích, určují, jakým směrem se bude ubírat vývoj florbalu. Jednotlivé národní svazy nebo unie organizují soutěže a poháry v jednotlivých zemích. Pomáhají vzdělávat trenéry a rozhodčí a snaží se rozšířit svoji členskou základnu. V České republice vytváří podmínky pro florbal Česká florbalová unie (IFF 2019).

2.3.1 Mezinárodní florbalová federace

Je to světová florbalová organizace, která spojuje národní florbalové svazy jednotlivých států. Vznikla 12. dubna v roce 1986 ve švédské Huskvarně. Zakládající členové byli tři **Švédsko**, **Finsko** a **Švýcarsko**. Další členové se přidaly v roce 1991 (Dánsko a Norsko). IFF vstoupila do Mezinárodní asociace světových her (IWGA), Mezinárodní federace univerzitních sportů (FISU) a také je plnohodnotným členem IOC (olympijského výboru). V organizaci je aktuálně 73 národních svazů z různých částí světa. Momentálně zastává funkci prezidenta federace Švéd Tomas Eriksson. Sídlem organizace jsou od roku 2000 finské **Helsinky** (IFF 2019).



Obrázek 3. Mezinárodní florbalová federace

Zdroj: IFF 2019

2.3.2 Česká florbalová unie

Česká florbalová unie (aktuálně marketingově nazývána jako Český florbal) byla založena v roce 1992 a její sídlo je v **Praze**. Do IFF byla přijata hned následující rok. Hlavní činností ČFbU je zajišťování rozvoje florbalu v České republice a prostřednictvím oddílů vytvářet vhodné podmínky pro výchovu mládeže. Patří mezi členy České unie sportu a Českého olympijského výboru. Nejvyšším orgánem unie je výkonný výbor (9 členů) v čele s prezidentem **Filipem Šumanem**. Počet členů českého florbalu byl k 31. 12. 2018 již velmi vysoký a to 70 009 členů (Český florbal 2019).



Obrázek 4. Česká florbalová unie

Zdroj: Český florbal 2019

2.3.3 Švédská florbalová federace

V originálním názvu Svenska Innebandyförbundet (SIBF). Byla založena jako vůbec **první florbalová organizace** na světě v roce 1981. Snaží se utvářet rovnocenné podmínky hraní florbalu pro všechny regiony ve Švédsku. Tato organizace je členem Švédské národní sportovní asociace (Svensk Innebandy 2019). Na začátku roku 2019 sdružovala 909 florbalových klubů a 120 357 registrovaných hráčů. V roce 1986 se stala společně s Finskou a Švýcarskou florbalovou federací spoluzakladatelem Mezinárodní florbalové federace. Současným prezidentem federace je Tomas Engholm. Švédsko se v roce 1996 stalo prvním pořadatelem mistrovství světa mužů ve florbale. Mistry světa se švédská reprezentace stala již 8krát (IFF 2019).

2.3.4 Japonská florbalová federace

V anglickém názvu Japan Floorball Federation. Tato organizace byla založena v roce 1983 jako druhá florbalová federace na světě. Do IFF se přidala až po 11 letech svého působení a to v roce 1994. V současnosti je v čele federace prezident Tsutomu Watanabe. Počet registrovaných florbalových hráčů ve federaci je 2478. Florbalových klubů je v současnosti 90 (IFF 2019).

2.3.5 Asijsko-océánská florbalová konfederace

AOFC má v současnosti 15 členů. Např. Singapur, Thajsko, Pákistán, Japonsko, Austrálie a další. Konfederace byla založena v roce **2005** při konání mistrovství světa v Singapuru. Současným prezidentem je Dato‘Seri Chaiyapak Siriwat z Thajska. Od roku 2017 sídlí AOFC v Bangkoku (AOFC 2019).



Obrázek 5. Asijská a oceánská florbalová konfederace

Zdroj: AOFC 2019

2.3.6 Florbalová asociace Spojených států amerických

USFbA je florbalová asociace v USA, která sídlí ve státě **Kalifornie** ve městě Caltech. Současným předsedou organizace je pan Calle Carlson. Florbal se dostal na americké univerzity, a odtud se snaží proniknout do dalších oblastí USA. Pod USFbA se pořádají soutěže mezi jednotlivými univerzitami (USFbA 2019).

2.3.7 Florbalová asociace Sierra Leone

V anglickém názvu Floorball association of Sierra Leone. Je **první africká florbalová organizace**, která se stala členem IFF. Byla založena v roce 2008 a ve stejném roce získala také členství v IFF. Počet registrovaných členů bylo k začátku roku 2019

přesně 320. Prezidentem organizace je v současnosti pan Rev Alie Dantegeh Bangure. Počet florbalových klubů v této zemi je 6 (IFF 2019).

2.4 Soutěže

2.4.1 Mezinárodní akce

Mistrovství světa

Mistrovství světa je nejvýznamnější mezinárodní florbalovou soutěží. Mužské MS se koná každé dva roky (v sudé roky) v jiné pořadatelské zemi. První MS se konalo v roce **1996** ve **Stockholmu**, kde zvítězilo domácí mužstvo Švédska. Česká reprezentace se umístila na čtvrtém místě. V roce 1998 díky vzrůstajícímu počtu členů IFF se MS rozdělilo na A a B divizi. Později se vytvořily C a D divize. V roce 2010 došlo k dalším úpravám herního systému MS. Za prvé se konala kvalifikace na jednotlivých kontinentech a také se zvýšil počet účastníků samotného šampionátu na 16. Národní týmy byly na poslední mužské **MS 2018 v České republice** rozděleny do 7 kvalifikačních skupin. Čtyři kvalifikační skupiny se odehrály v Evropě a z nich postupovalo 10 mužstev z celkového počtu 22 evropských týmů. K těmto mužstvům z Evropy přibyla Česká republika jako pořadatel MS. V asijské části kvalifikace bojovalo o čtyři postupová místa 8 mužstev ve dvou skupinách. V americké kvalifikaci soupeřily o jediné postupové místo týmy USA a Kanady.

Mistrovství světa žen ve florbalu se koná od roku 1997 každé dva roky (vždy v liché roky). První MS žen se konalo ve Finsku a nejcenější medaili získali reprezentantky Švédska. V roce 2005 se uskutečnilo první MS žen mimo Evropu a to v asijském Singapuru. V roce 2013 se konalo MS žen v České republice. Poslední MS žen pořádala Slovenská republika v roce 2017 (IFF 2019).

Champions Cup

Champions Cup neboli česky Pohár mistrů je evropská florbalová soutěž pořádaná IFF od roku 2011. Účastní se ho nejlepší mužstva (mužská i ženská) z top evropských lig a to ze Švédska, Finska, Švýcarska a České republiky. Posledním mužským vítězem je mužstvo Classic Tampere. V ženách jsou šampionky po dva roky stejné IKSU ze Švédska (IFF 2019).

EuroFloorball Cup

EuroFloorball Cup, v češtině nazývaný Pohár mistrů evropských zemí, je florbalový turnaj konaný už od roku 1993 každým rokem z výjimkou let 2000 – 2008, kdy se konal každé dva roky. Neúčastní se ho mistři top čtyř evropských soutěží. Turnaje se účastní 6 mužských a ženských družstev (IFF 2019).

EuroFloorball Challenge

EuroFloorball Challenge je turnaj pro mistry nejslabších evropských soutěží. Vítěz se kvalifikuje do dalšího ročníku EuroFloorball cupu (IFF 2019).

Euro Floorball Tour

Je florbalový turnaj konaný dvakrát do roka, a to v dubnu a listopadu, kterého se účastní reprezentační výběry Švédska, Finska, České republiky a Švýcarska. Turnaj slouží jako příprava na mezinárodní akce např. mistrovství světa (IFF 2019).

2.4.2 Domácí soutěže

V České republice je nejvyšší mužskou soutěží **Tipsport superliga**. Pod ní se hraje 1. liga mužů. O postup do 1. ligy bojují mužstva z Národní ligy západ a z Národní ligy východ. Dále jsou zde čtyři divize (skupina A – E). Nižšími soutěžemi jsou regionální soutěže, kde se hraje ve dvou sousedních krajích České republiky. Např. Liberecký a Ústecký, Pardubický a Královéhradecký atd. Ve Středočeském a Pražském kraji se soutěže dostávají až na 9. úroveň. V tomto regionu je nejvíce soutěží. Nejvyšší regionální soutěží je zde Regionální liga. O úroveň nižší soutěž je PHaSČ Liga mužů, která se rozděluje na dvě skupiny. Dále jsou PHaSČ přebory rozděleny do čtyř skupin (A – D). Pod těmito soutěžemi jsou čtyři skupiny (odlišeny písmeny A – D) nazývané PHaSČ soutěž mužů. Nejnížší soutěž se nazývá PHaSČ třída mužů je dělena do skupin A a B Kromě ligových soutěží se hraje i Pohár České pojišťovny (Český florbal 2019).

Dle Českého florbalu z roku 2019 je v ženské kategorii menší počet soutěží než u mužů a rozdělují se na:

- **Extraliga žen**
- 1. liga žen skupina východ a 1. liga žen skupina západ
- 2. liga žen
- 3. liga žen
- 4. liga žen (pouze Pražský a Středočeský kraj)

U mladších věkových skupin je rozdělení soutěží obdobné. Dle Českého florbalu z roku 2019 jsou pod správou celonárodních soutěží pouze soutěže (1. liga) pro věkové kategorie dorostenců, juniorů a junierek. Nejmladší mužské a ženské věkové kategorie od žáků až po přípravky jsou pod správou regionálních soutěží (Český florbal 2019).

2.4.3 Zahraniční soutěže

Švédská Superliga

Ve Švédsku se na začátku 80. let minulého století začal hrát Švédský pohár. Od roku 1990 se hrála 1. divize rozdělena do 8 skupin po 6 týmech. V dalších letech soutěž změnila název na Elitserien, hrálo ji 16 mužstev. Od roku 2008 je oficiálním názvem nejvyšší švédské soutěže Svenska Superligen. Aktuálně soutěž hraje 14 florbalových mužstev. Nejprve se hrají zápasy v základní části ligové soutěže. Po skončení základní části hraje 8 nejlepších mužstev play-off. Nejúspěšnějšími týmy posledních let jsou Storvreta IBK a IBF Falun (Svenska Superligen 2019).

Finská Salibandy liga

První počátky soutěže sahají do roku 1986. Od roku 1994 se finská nejvyšší soutěž nazývá Salibandyliiga. Liga se hraje podobným způsobem jako ve Švédské Superlige – nejdříve základní část a potom play-off. Zde má 1. mužstvo možnost zvolit si po základní části soupeře umístěného na 5. až 8. místě pro play-off. Tým s nejvíce získanými tituly je SSV Helsinki (Salibandyliiga 2019).

Švýcarská liga

V originále Swiss Mobiliar League je nejvyšší švýcarská florbalová soutěž. Ve Švýcarsku se soutěž začala hrát již v 80. letech 20. století, ale podle rozdílných pravidel než v severských zemích. Ke sjednocení došlo až v roce 1986 vznikem IFF. Ligu hraje od roku 2010 celkově 12 týmů. Nejúspěšnějšími švýcarskými mužstvy jsou SV Wiler – Ersigen s 12 mistrovskými tituly a Chur Unihockey s 11 tituly (Floorballworld 2019)

2.4.4 Turnaje

Czech Open

Je největší mezinárodní florbalový turnaj pořádaný již od roku 1993 v Praze v srpnu. Myšlenku vzniku turnaje, kde by byla možnost konfrontace se zahraničními celky, dali bratři Vaculíkové, kteří za pomoci Švédů a Švýcarů uspořádali první ročník.

Zúčastnilo se ho 43 mužstev z pěti různých zemí. Počet účastníků od tohoto roku každoročně narůstá. V roce 2018 si na turnaji zahrálo 243 týmů, z toho 131 z České republiky. Czech Open se snaží pomoci i začínajícím florbalovým svazům, které nemají možnost sehrát dostatečné množství přátelských zápasů. V turnaji se soutěží v několika různých věkových kategoriích. Mužská část je rozdělena do tří částí Elite, Pro a Open a ženská část do dvou kategorií Elite a Open (Český florbal 2019).

Prague Games

Je mezinárodní turnaj mládeže konající se od roku 2004 v Praze. V červenci 2019 se uskuteční již 16. ročník, na kterém se představí 409 klubů různých věkových kategorií. Soupeřit zde budou chlapci a dívky od 12 do 18 let. Pořadatelem turnaje je jeden z českých nejúspěšnějších florbalových družstev Tatran Střešovice (Prague Games 2019).

Moravian Cup

Je florbalový mládežnický turnaj konaný na začátku září v Olomouci. Jeho cílem je prověřit formu mužstev před začátkem ligových soutěží. Turnaj se konal poprvé v roce 2015, letos se tak bude hrát už 5. ročník tohoto turnaje. Minulého ročníku se zúčastnilo 39 mužstev z Česka, Slovenska a Polska, která byla rozdělena do tří kategorií: junioři, dorostenci a žáci (Moravian Cup 2019).

2.5 Herní činnosti jednotlivce hráče v poli

Hráče v poli rozdělujeme na útočníky a obránce. Každý z nich má specifické úkoly v jednotlivých situacích. V moderním pojetí florbalu se rozdíl mezi útočníky a obránci vytrácejí a důraz je kladen na určitou univerzálnost na obou pozicích. Přesto se dají definovat základní rozdíly.

Hra útočníka

Útočník musí velmi dobře ovládat individuální dovednosti a vhodně je využívat ve hře. Měl by se umět prosadit proti soupeři v situaci jeden na jednoho a vytvořit tak svému mužstvu výhodnější situaci pro zakončení při stejném počtu hráčů na hřišti. Od mládežnických kategorií by útočník měl být trenéry veden k týmovému výkonu, vytváření kreativních možností během utkání a spolupráci s ostatními hráči v týmu. Velký důraz je kladen především na střelbu všemi způsoby a zpracování a přihrávání

míčku. Střelba by měla být překvapivá, ideálně vystřelená zpoza obránce. Útočník se snaží najít nejjednodušší cestu k brance soupeře (Karcczmarczyk 2006).

Hra obránce

Obránce má za úkol odebrat míček soupeři (nejlépe bez porušení pravidel) a vhodně založit útočnou situaci svého mužstva. Mužstvo poté ihned přejde do rychlého protiútoků a, nebo zvolí postupný útok. Kvalitu obránce můžeme posuzovat podle rychlosti pohybu, rychlosti přistoupení k útočícím hráčům a množství vyhraných osobních soubojů. Obranná činnost hráčů se netýká jen obránců, ale zapojuje se do ní celé družstvo. V tréninku mládeže se často vynechávají cvičení na obrannou herní činnost hráče, což je velká chyba. Měla by se volit jednoduchá a srozumitelná cvičení obranných variant. V samotném zápase se využívá mnoho specifických rozestavení obrany (tj. 1-2-2,1-3-1,1-0-4). Rozlišujeme osobní obranu, kde si každý hráč hlídá hráče soupeře, a zónovou obranu, kde si hráči hlídají nebezpečné prostory (Karcczmarczyk 2006).

Herní činnosti jednotlivce (HČJ) u hráče v poli rozdělujeme ve florbale na:

- a) Útočné**
- b) Obranné**

Před nácvikem herních činností jednotlivce nejdříve zvolíme vhodnou hokejku a osvojíme si její správné držení. Dále je potřeba si ukázat základní postoj, ze kterého vychází většina herních činností jednotlivce.

Držení hole

Nejprve je nutné vybrat správnou délku hokejky podle hráčovy výšky. Měla by dosahovat, při postavení kolmo k zemi, do oblasti břicha. Rozdíl v uchopení hokejky se řídí podle toho, zda hráč hraje čepelí doprava nebo doleva. Horní rukou držíme hokejku na úplném konci (při zahnutí čepele doleva je horní ruka pravá a naopak). Konec hokejky musí hráč uchopit ze strany. Spodní ruka se nachází lehce nad omotávkou na hokejce. Získanými zkušenostmi hráč sám pozná, jak široký úchop hole mu vyhovuje. Síla stisku a šířka úchopu je rozdílná v různých herních činnostech (Skružný 2005, Kysel 2010 52).

Chyby při držení hole:

- úzké uchopení hokejky
- horní ruka nedrží hokejku na jejím konci

Základní postoj

Florbalový postoj je správně proveden, pokud má hráč lehce pokrčená kolena, chodidla na šíři ramen (pro lepší stabilitu) s jednou nohou mírně vpřed a zvednutou hlavu, aby mohl sledovat vývoj hry. Správný postoj umožňuje hráčům rychle se rozeběhnout, měnit směr pohybu a co nejrychleji zabrzdit pohyb. Hráči ve správném provedení základního postoje se mnohem hůře odebírá míček (Skružný 2005, IFF 2007).

Chyby při základním postoji:

- nedostatečně pokrčená kolena
- výrazný předklon trupu v důsledku špatné práce kolen



Obrázek 6 Základní postoj

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)



Obrázek 7 Základní postoj z bočního postavení

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

2.5.1 Útočné herní činnosti hráče v poli

Driblink

Patří mezi základní dovednosti hráče. Snahou hráče je čepelí hokejky ovládat míček tak, aby vzdálenost míčku od čepelí byla co nejmenší a zamezila bránícímu hráči odhadnout, co má driblující hráč v úmyslu. Míček je čepelí posouván z jedné strany na druhou. Důležitá je činnost zápěstí hráče (Skružný 2005, Karczmarczyk 2006). Rozlišujeme dva typy driblinku:

- hokejový – míček je ovládán střídavě forhendovou a bekhendovou stranou čepelí
- florbalový – míček je ovládán pouze forhendovou částí čepelí

Chyby:

- velká vzdálenost míčku od čepelí, která usnadní bránícímu hráči získat míček

Nácvik:

- pohyb s míčkem ve všech směrech, cvičení bez zrakové kontroly a cvičení pod tlakem



Obrázek 8 Hokejový driblink

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)



Obrázek 9 Florbalový driblink

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Vedení míčku

cílem hráče je dosáhnout lepší pozice pro přihrávku či střelbu. Snahou hráče je pohyb provést co nejrychleji a nejefektivněji s neustálou kontrolou míčku na čepeli. Při kontaktu se soupeřem postaví mezi míček a bránícího hráče své tělo, tím znesnadní vypíchnutí míčku. Dle držení hokejky rozlišujeme vedení jednoruč a obouruč na forhendové nebo bekhendové straně (Kysel 2010). Vedení míčku dělíme na:

- tažením – hráč má míček vedle těla, hokejku drží šikmo stranou (vzad), přiklopenou čepelí k míčku



Obrázek 10 Tažení forhendem

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)



Obrázek 11 Tažení bekhendem

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

- tlačení – hráč má míček před sebou na forhendové nebo bekhendové straně čepelě



Obrázek 12 Tlačení bekhendem

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

- driblinkem – hokejovým, florbalovým (obrázky viz driblink)

Chyby:

- špatně zvolený způsob vedení míčku v dané situaci, což vede k neefektivní hráčovy činnosti

Nácvik:

- probíhá mezi kužely v různě upravených slalomových drahách

Přihrávání míčku

V základním postoji hráč zaujímá rozkročný postoj bokem směrem k adresátovi přihrávky, pokrčí nohy a má neustále zvednutou hlavu. Míček se nachází blíže k patce čepele, spodní ruka je napnutá za tělem, hmotnost se přesune na zadní nohu. Následuje rovný pohyb a přesunutí těžiště na přední nohu s následným odehráním míčku. V průběhu pohybu míček přechází přes střed ke špičce čepele a ta je neustále tlačena k zemi (Kysel 2010, Skružný 2005). Přihrávku lze provést jak forhendem, tak i bekhendem (opačné postavení než u forhendu). Lze provést přihrávku třemi způsoby:

- po zemi – provádí se švihem, krátkým přiklepnutím nebo úderem (přímo nebo o mantinel)
- vzduchem – provádí se švihem nebo přiklepnutím při rychlém založení protiútku nebo v situaci, kdy nelze nikomu přihrát po zemi (protihráči dobře vykrývají prostory)

- přihrávka brankáře – provádí se po zemi nebo odrazem o zem

Chyby:

- přihrávající hráč nesníží těžiště
- nemíří na čepel spoluhráče
- přihrává na obsazeného spoluhráče
- přihrávka před vlastní branku

Nácvik:

- začínáme nejprve v základním postoji na místě a na krátké vzdálenosti
- dále provádíme přihrávky s prvního dotyku a zvyšujeme vzdálenost mezi přihrávajícími (zkoušíme forhend i bekhend)
- vrcholem nácviku přihrávek je přihrávka za pohybu hráčů



Obrázek 13 Přihrávání míčku

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Zpracování míčku

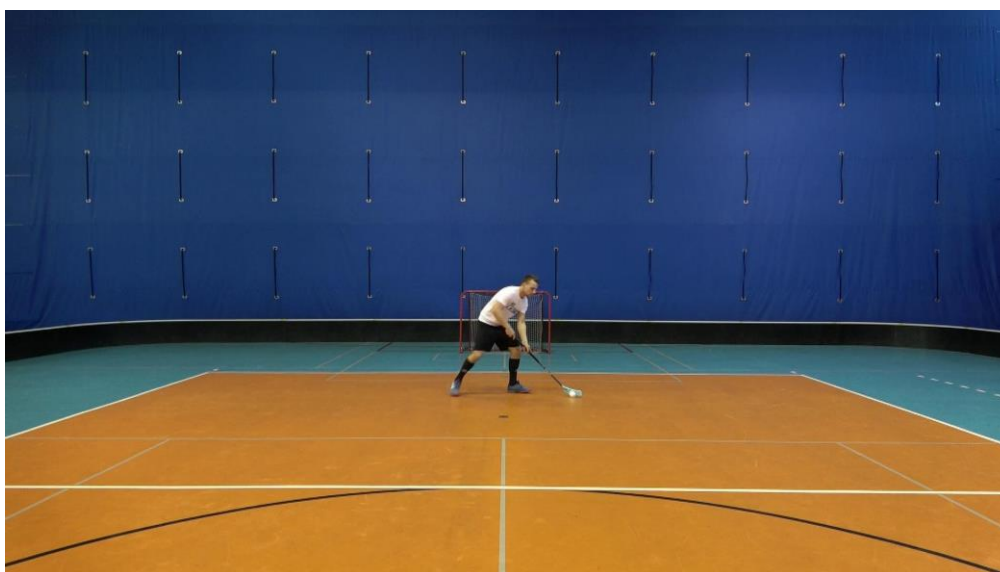
Probíhá podobně jako přihrávka, ale v opačném směru. Hráč vede hokejku těsně před míčkem směrem vzad. Hráč začíná v postavení jako při odehrání přihrávky. Těžiště se přesouvá z přední nohy na zadní. Při vysokých míčích se nesmí vyskakovat, hrát rukou, hrát hlavou a vysokou nohou. Při skákavé přihrávce je vhodné nechat za čepelí připravenou nohu pro zpracování (Kysel 2010).

Chyby:

- nesnížení těžiště
- hokejka není na zemi
- příliš pevné stisknutí hokejky a míček hráči odskakuje
- neuvolnění se od protihráče pro přihrávku

Nácvik:

- probíhá zároveň s nácvikem přihrávky – větší důraz na zpracování je přikládán i u nácviku uvolnění hráče bez míčku



Obrázek 14 Zpracování míčku

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Uvolňování bez míčku

Je činnost útočícího hráče, kdy se odpoutává od svého obránce a snaží se najít ideální volný prostor na hrací ploše, aby mohl obdržet přihrávku nebo pohybem strhnout pozornost od spoluhráče s míčkem na svoji osobu. Odpoutat se od obránce tak, aby po přihrávce mohl útočící hráč ihned vystřelit. Většinou se snaží uvolnit bez míčku více hráčů najednou a tím ztížit herní situaci bránícím hráčům. Míček dostane jeden z nich, nejlépe ten, který má nejvýhodnější postavení. Uvolňování bez míčku provádí hráč změnou rychlosti běhu (zrychlením nebo zpomalením) nebo změnou směru běhu. Důležitý je výběr správného místa a součinnost pohybu hráčů, což je základ pro nácvik herních kombinací a systémů hry (Skružný 2005).

Chyby:

- nedostatečný a neefektivní pohyb
- nevýhodné postavení vzhledem k přihrávajícímu hráči

Nácvik:

- uvolňování bez míčku pomocí kombinace „přihraj a běž“ a rychlou změnou směru před protihráčem, a to je zakončeno střelbou



Obrázek 15 Uvolňování bez míčku

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Střelba

Střelba je činnost jednotlivce s cílem vstřelení branky, kterou provádíme **tahem, přiklepem** nebo **golfovým úderem**.

Střelba tahem (švihem) je blízká technice přihrávky, liší se především rychlostí provedeného pohybu. Dráha nebývá rovná jako u přihrávky, hráči se snaží míček schovat za tělo. Dále se liší úhel čepel v případě, že nestřílíme po zemi. Velmi důležité je prohnutí hokejky o zem (Kysel 2010). Střela tahem se provádí:

- forhendovou stranou – pohyb začíná za tělem hráče, míček je blíže k patce čepeli. V průběhu pohybu míček přechází přes střed ke špičce čepel, důležité je přenesení hmotnosti těla na přední nohu, která špičkou směřuje na cíl. Nastavení úhlu čepel určuje směr střely po zemi nebo vzduchem
- bekhendovou stranou – používá se méně často než forhendovou stranou, většinou v krátké vzdálenosti od branky



Obrázek 16 Střelba švihem forhendem

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Střelba přiklepnutím je prudší, ale méně přesná než střelba švihem. Také je technicky náročnější a razantnější než střela tahem. Nejčastěji se používá při střelbě z prvního doteku po přihrávce. Míček je zasažen ideálně na úrovni přední nohy v postavení při střelbě (Kysel 2010). Střela přiklepnutím se provádí:

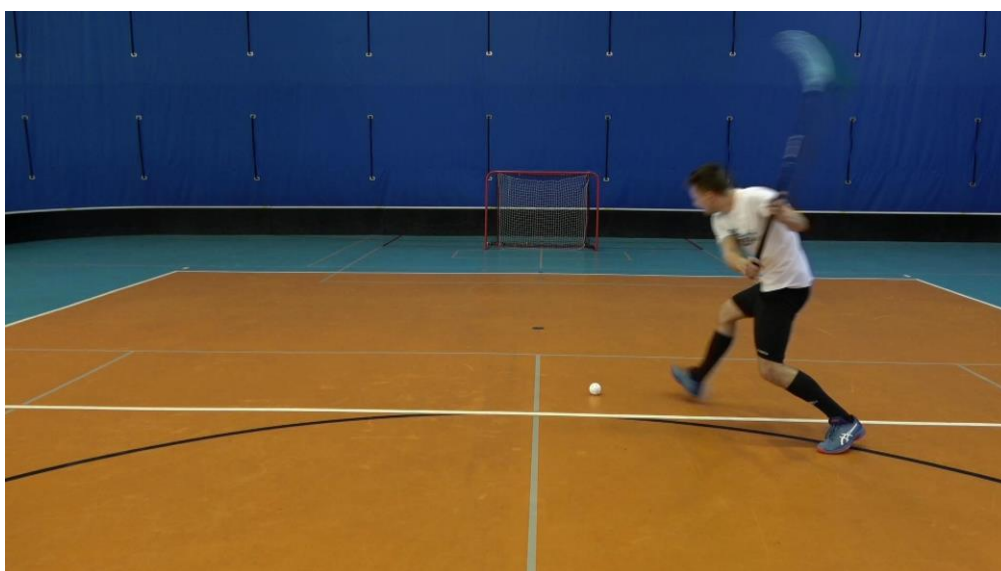
- forhendovou stranou – pohyb začíná oddálením čepele od míčku, následuje zrychlený pohyb a udeření do míčku mezi patkou a špičkou čepele
- bekhendovou stranou – tímto způsobem není střelba tak přesná, ale je překvapivá; máme dva způsoby udeření do míčku, buď je čepel postavena kolmo k zemi, nebo je čepel při kontaktu s míčkem přiklopena



Obrázek 17 Střelba přiklepnutím

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Střelba tzv. golfovým úderem je nejrazantnější střelou, ale zároveň nejméně přesnou. U tohoto způsobu střely je dlouhý nápřah, vedený zhruba do úrovně pasu. Paže musí sevřít hokejku velmi pevně. Při nácviu musíme si dát velký pozor na vysoké nápřahy a došvihnutí po střelbě (Kysel 2010). Nevýhodou této střely je její signalizace protihráčům velkým nápřahem při zahájení střely. Provádí se buď hokejově s přizvednutou čepelí nad zem při zahájení úderu, nebo se zrychleným tažením čepelě pouze po zemi (Skružný 2005).



Obrázek 18 Střelba golfovým úderem

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Chyby:

- hráč se při střelbě zaklání
- hráč střílí z obráceného postavení nohou
- špatný úchop hole (ruce jsou blízko u sebe)
- po vystřelení hráč nesleduje míček a odražené míčky nedoráží
- nedostatečně pevné uchopení hole v momentě střelby
- ve střelecké výseči hráč nemá čepel na zemi
- dlouhý nápřah (signalizace střelby) výrazně snižuje účinnost
- hráč nesleduje postavení brankáře

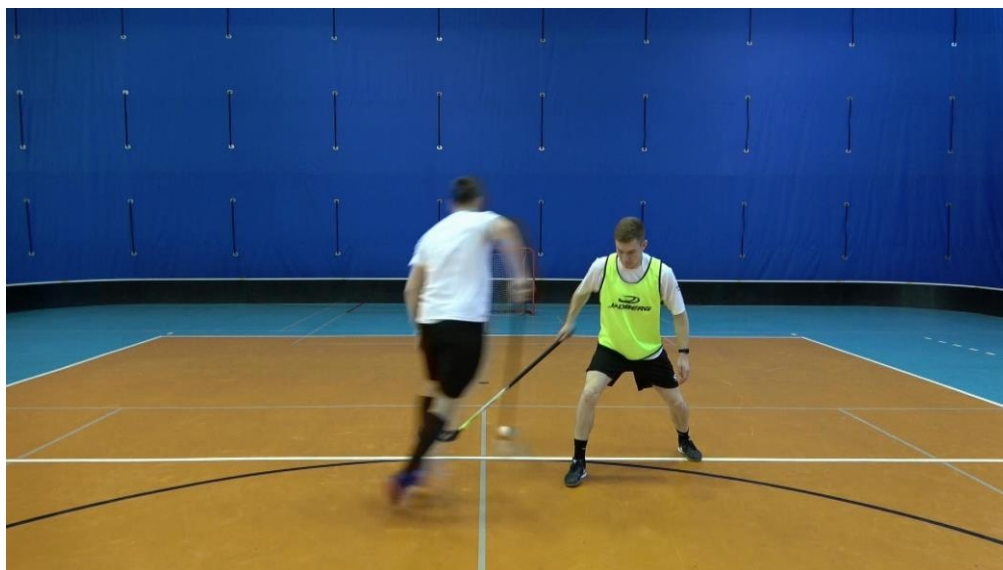
Nácvik:

- Nejdříve se zaměřujeme na správné zvládnutí techniky, potom na přesnost a nakonec na její prudkost. Začíná se nácvikem střelby švihem. Střelba je prováděna nejprve z místa, postupně se zařazuje střela bekhendem. Střelba příklepem se nejdříve trénuje z krátkého nápřahu, po zvládnutí se nápřah zvětšuje. Po zvládnutí techniky na místě se provádí střelba z pohybu nebo po přihrávce od spoluhráče.

Uvolňování s míčkem

Je herní činnost, při které hráč získává výhodnější postavení na střelu nebo přihrávku. Většinou se útočící družstvo dostane do přečíslení. Důležité je provést prvek rychle a technicky správně (Karczmarczyk, 2006). Technika a taktika uvolňování hráče s míčkem je ovlivňována herní situací a mění se podle prostoru, ve kterém se provádí, a podle postavení bránících hráčů a jejich způsobu bránění (Skružný 2005). Máme tři způsoby uvolňování s míčkem:

- driblink – klička na forhendovou nebo bekhendovou stranu provedená těsně před protihráčem
- obtočení kolem bránícího hráče – pokrytí míčku svým tělem, hráč je postaven k protihráči zády nebo bokem
- obhození nebo prohození bránícího hráče – využívá se, když je za protihráčem volný prostor, kam může míček bezpečně směřovat, prohození nebo obhození lze provést přímo do prostoru nebo za využití mantinelu



Obrázek 19 Prohození bránícího hráče

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Chyby:

- špatně načasované zahájení uvolnění (hráč provede kličku příliš blízko nebo naopak daleko od bránícího hráče)
- neustálá kontrola míčku zrakem (hráč nesleduje bránícího hráče)
- hráč provádí uvolnění v malé rychlosti nebo dokonce ve stoje

Nácvik:

- Hráč po přihrávce běží ke kuželu, zabrzdí a změní směr (naznačí kličku). Poté běží k dalšímu kuželu, kde provede totéž a na konci úseku vystřelí na branku.

Dorážení a tečování míčku

Tyto činnosti patří mezi specifické činnosti útočníků, kteří stojí před brankou soupeře, nebo dobíhají před branku. Snahou je míček po střele dorazit, nebo spoluhráčovu střelu tečovat do branky. U tečování se využívá i clonění brankáři ve výhledu, které zvyšuje šanci hráče v poli míček po střele dorazit. Tečování míčku má za úkol změnit dráhu jeho letu (ve směru pravo-levém, dolno-horním nebo při kombinaci obou). Hráč má za úkol stát mezi střílejícím hráčem a brankářem, kterému brání ve výhledu (Skružný 2005).

Chyby:

- hráč nemá připravenou hokejku na zemi a nestačí v čas zareagovat doražením míčku do branky

Nácvik:

- při tečování je vhodné postavení čelem proti střele a sledování směru míčku
- trénink dorážení můžeme provádět ve cvičení, kdy první hráč vystřelí do položené lavičky a druhý se snaží po odrazu míček dorazit do branky
- nacvičovat tečování lze pomocí cvičení, kde hráč přihrává z rohu na obránce a běží před branku tečovat jeho střelu



Obrázek 20 Tečování míčku

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)



Obrázek 21 Dorážení míčku

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Vhazování míčku

Při této činnosti je cílem hráče získat míček pro své mužstvo a usměrnit míček některému ze spoluhráčů. Při vhazování musí hráč využít rychlou reakci, správnou techniku provedení a sílu v rukou. Při vyhraném vhazování získá družstvo nejen hrací míček, ale i psychickou výhodu po vyhraném vhazování (Skružný 2005).

Chyby:

- špatný postoj
- nedostatečně pevný úchop hokejky

Nácvik:

- rozvíjet reakční rychlost
- opakování činnosti



Obrázek 22 Vhazování

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

2.5.2 Obranné herní činnosti jednotlivce

Obsazování hráče s míčkem

je obranná činnost, při které se bránící hráč snaží atakováním soupeře získat míček přímo nebo zpomalit akci útočícího družstva a donutit soupeře ke ztrátě míčku (Skružný 2005). V první fázi dochází k obsazení hráče a vytvoření tlaku na hráče. Rozlišujeme obsazování atakováním, pohybem nebo postavením. Obránce by měl navázat přímý kontakt se soupeřem, zamezit nebezpečí, nenechat protivníka vystřelit, vytlačit soupeře do méně výhodné pozice. Velký pozor si bránící hráči musí dát na tzv. propadnutí a na sledování pouze florbalového míčku. Druhou fází je odebrání míčku soupeři v situaci, kdy nemá míč ideálně pod kontrolou, je zády do hřiště nebo nemá kam nahrát. Odebrat míček v rámci pravidel, kdy soupeř není tísněn, má míček pod kontrolou a kryje si ho tělem je velice obtížné. (Kysel 2010).

Chyby:

- opožděné obsazení hráče s míčkem
- příliš velká vzdálenost od hráče s míčkem

Nácvik:

- Obsazování hráče s míčkem s přímým získání míčku se nacvičuje v různých prostorách hřiště. Důležité je naučit bránit všechny hráče, ne pouze obránce

- Nácvik odebírání se začíná v pomalém pohybu, poté následuje v rychlém pohybu s klamavými pohyby útočníka
- V poslední fázi tréninku má obránce předem určený způsob odebírání nebo před kontaktem s útočníkem provést určitý koordinační prvek (klek, obrat) a následně musí přesně rozehrát (Karczmarczyk 2006)



Obrázek 23 Obsazování hráče s míčkem

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Obsazování hráče bez míčku

Je obranná činnost hráče, jejímž cílem je zabránit soupeři převzít míček. Rozlišujeme dva druhy obsazování těsné a volné. Čím je soupeř blíže k brance, tím těsnější bránění provádíme. Účelem obsazování je zamezit převzetí míčku soupeřem. Důležité je včasné a správné postavení bránícího hráče k soupeři. Bránící hráč zaujímá obranný postoj a neustále sleduje míček a zároveň hráče (i jeho hokejku), kterého má za úkol nepustit do vyložené situace. Postavení hráče k soupeři je následující: branka, bránící hráč a protivník s míčkem nebo útočící hráč s míčkem, bránící hráč a spoluhráč útočníka. Bránící hráč musí neustále sledovat dění na hřišti a kontrolovat své správné postavení (Kysel 2010).

Chyby:

- bránící hráč si včas neuvědomí nutnost obsadit hráče bez míčku
- pro úspěšnost celé akce by měl být obsazující hráč rychlý a v této rychlosti obratný

- důležité je nezaměňovat obsazování hráče bez míčku za bránění ve hře
- při obsazování hráče se bránící hráč pohybuje stejnou rychlostí jako soupeř
- správně obsazený hráč bez míčku je vyřazen ze hry
- bránící hráč musí sledovat jak hráče, kterého obsazuje, tak i míček

Nácvik:

- Pomocí provedení cvičení, kde jsou dva hráči útočící a jeden bránící. Útočník bez míčku se snaží uvolnit pohybem pro získání přihrávky. Obránce má za úkol mu svým pohybem a postavením zabránit v přijetí přihrávky (Skružný 2005)



Obrázek 24 Obsazování hráče bez míčku

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Obsazování prostoru

Je obranná činnost hráče, který se snaží vhodným postavením do prostoru hrací plochy, znesnadnit útok soupeře. Obránce pomalu couvá ke své brance tím způsobem, že neustále kontroluje všechny útočící hráče soupeře před sebou. Získává tak čas pro spoluhráče, aby se mohli vrátit do obranných pozic. Při kombinaci útočících hráčů se snaží pomocí své florbalové hole zamezit přihrávce (Kysel 2010). Obránce naznačuje obranné zákroky a vyčkává na chybu útočníků. Když se útočník pokusí o samostatné obehání, tak obránce se snaží donutit útočníka udělat kličku směrem od branky (Skružný 2005).

Chyby:

- nepřesný odhad situace
- špatné postavení
- obránce nemá přehled o všech útočnících
- předčasné atakování hráče s míčkem

Nácvik:

- Probíhá v situaci 2 útočníci na 1 obránce, kdy se obránce snaží přerušit přihrávky mezi útočníky, zpomalit útok a vytlačit je směrem k mantinelu. Vhodné je nacvičit spolupráci a komunikaci mezi obránci a brankářem (Skružný 2005)

Blokování střel

Je činnost, kterou se hráč snaží zabránit průniku míčku do branky. Hráčovým úkolem je nasměřovat míček do bezpečného prostoru od branky. Blok se provádí v pokleku, kdy se hráč jedním kolenem dotýká hrací plochy. Velmi důležité je zachovat linii míček – blokující hráč – branka. Čím je míček blíže brance, tím větší počet hráčů se do blokování střel zapojuje (Kysel 2010).

Chyby:

- hráč, který blokuje střelu, stojí nebo klečí mimo dráhu míčku na branku

Nácvik:

- Důležité je nacvičovat blokování střel ve spolupráci celé pětky hráčů při obranných standardních situacích u vlastní branky. Nácvik lze provést pomocí cvičení, kde se bránící hráč snaží zaujmout postavení mezi střílejícím hráčem a vlastní brankou a střelu zablokovat (Skružný 2005).



Obrázek 25 Blokování střel

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

2.6 Herní činnosti jednotlivce brankáře

Základní postoj

Je základní činností každého brankáře, ze které vycházejí další jeho činnosti. Brankář je v kleku tak, že kolena a holeně svírají ostrý úhel. Kolena jsou od sebe vzdálena přibližně na šíři ramen. Špičky nohou se dotýkají, aby nemohl míček projít mezi nohama. Horní část těla je rovně nebo v mírném předklonu. Horní končetiny jsou v upažení poníž, pokrčeny v loktech, dlaně na úrovni hlavy. Pohyb brankáře je veden z kolen a bérců. Při zrychlení je pohyb proveden odrazem z chodidel. Postoj brankáře je částečně individuální, a proto by se v něm měl cítit přirozeně a pohodlně. Častou chybou je sed na patách. V kleče tráví brankář jen nezbytně nutnou dobu při útočných situacích soupeře. Zbytek času většinou stojí lehce opřený o branku (Kysel 2010).

Chyby:

- křečovitý postoj
- brankář je v základním postoji po celý zápas
- brankář se opírá o dolní stranu prstů nohy
- brankář si sedí na patách



Obrázek 26 Základní postoj brankáře

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

2.6.1 Útočné herní činnosti brankáře

Výhozy a zakládání útoku

Výhoz slouží k založení rychlého protiútoku průnikovou přihrávkou, nebo naopak ke zklidnění hry hozením míčku na obránce do strany hrací plochy. Po zachycení míčku brankář vstane, aby měl lepší rozhled o herní situaci. Smí se s míčkem přemístit až na hranici velkého brankoviště. Před samotným vyhozením míčku se snaží zmást soupeřící hráče klamavými pohyby těla a rukou (vyhodit míček musí do 3 s). Výhoz je prováděn spodním nebo vrchním obloukem. Při vyhození míčku brankář sníží své těžiště a zápěstí vytočí takovým způsobem, aby míček směřoval co nejvíce po palubovce, a tak ho bylo možné co nejnadhěji zachytit (Kysel 2010). Výhozy dělíme na:

- výhozy, které jsou hozeny po zemi přímo na hokejku
- výhozy, které jsou hozeny o zem a ke spoluhráči míček doskáče

Chyby:

- brankář vyhazuje vkleče
- skákavá přihrávka na krátkou vzdálenost
- brankář nereaguje na vývoj hry a obranu soupeře a v nevhodný okamžik hází dlouhé výhozy (nebo naopak rozehrává na krátko)

Nácvik:

- brankář hází skákavý výhoz mezi dva nabíhající hráče
- hráč lobem trefuje brankáře, ten ho chytne a výhozem po zemi hází přímo na hokejku



Obrázek 27 Zakládání útoku

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)



Obrázek 28 Výhoz brankáře

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

2.6.2 Obranné herní činnosti brankáře

Pohyb brankáře

Vychází ze základního postoje. Provádí se proti střelám a při přesunu v brankovišti. Brankář se pohybuje v brankovišti po kolenou za pomoci odrazů ze špičky a snaží se zůstat ve vzpřímeném postoji. Při přesunutí na některou ze stran provede brankář úklek na stranu očekávaného nebezpečí. Při pohybu v bezprostředním ohrožení si nesmí brankář vypomáhat rukama, drží je stále v základním držení. Vždy se snaží pohybem dostat proti míčku. Chybou je sledování pohybu těla hráče místo míčku.

Chyby:

- brankář si v bezprostředním ohrožení pomáhá rukou
- brankář se zvedá a odkrývá prostor mezi nohama
- při přesouvání se nedostane správně k tyčce, nebo je naopak až za tyčkou

Nácvik:

- hození míčku podél brankoviště, brankář sleduje míček a pohybuje se podle něho
- při cvičení, kde si útočící hráči nahrávají na šířku florbalového hřiště a postupují na brankáře, který se pohybuje podle pohybu míčku



Obrázek 29 Pohyb brankáře

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Chtání a vyrážení střel

Patří mezi hlavní úkoly brankáře během florbalového utkání. Chtání se provádí jednoruč s rukou na příslušné straně, kam směřuje vystřelený míček. Obě ruce se používají pouze při skocích po volném míčku v brankovišti nebo po ztlumení míčku po

zásahu tělem. Prudší střely vyráží brankář za branku nebo do rohů hřiště, aby soupeř nemohl střely dorážet. Nízké střely vyráží nohou také do stran. Střely pod břevno se dají vyrazit i hlavou, pokud brankář nestihne zareagovat rukama (Kysel 2010).

Chyby:

- brankář vyráží střely před sebe a umožňuje tak dorážku soupeřům
- snaží se chytit míček do jedné ruky, pokud neleť přímo na ruku
- brankář používá při chytání jen ruce nebo jen nohy
- brankář provádí úklek na druhou stranu než letí míček
- brankář nejde do úkleku po zemi (odkrývá prostor mezi stehny)
- brankář uhýbá střelám jdoucím na hlavu

Nácvik:

- postupná střelba z pěti různých pozic
- přihrávky ve dvojicích a zakončení ze střední vzdálenosti
- vedení míčku a zakončení střídavě ze dvou zástupů



Obrázek 30 Chytání střel

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Zmenšování střeleckého úhlu

snižuje soupeřícímu útočníkovi úspěšnost střelby. Brankář se svým pohybem snaží snižovat střelecký úhel soupeřovým útočníkům. Měl by stát vždy na ose střeleckého úhlu a podle situace a svých získaných zkušeností vyhodnotit vývoj hry. Buď se vysunout blíž

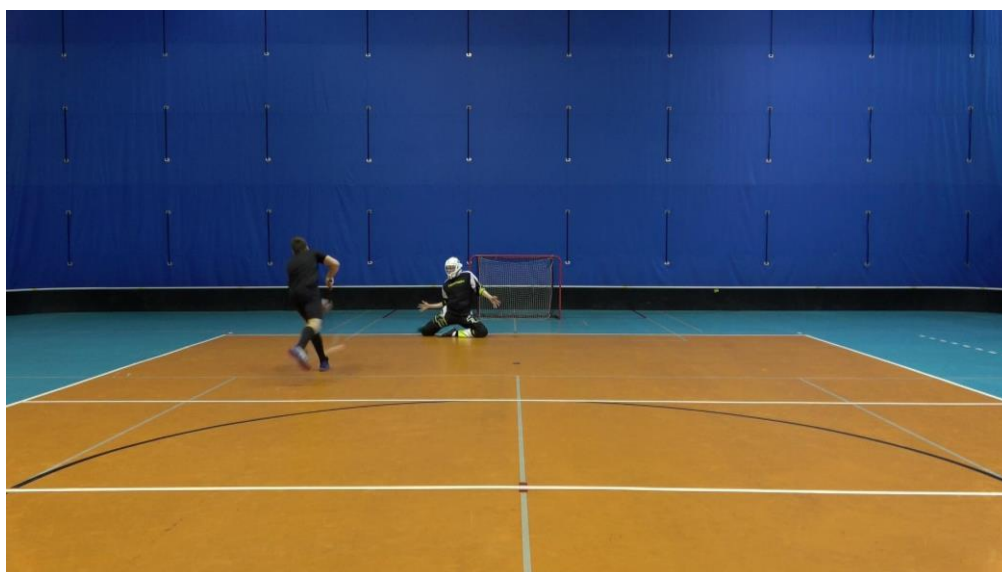
k útočníkovi, nebo zůstat v malém brankovišti (Kysel 2010). Při vysunutí musí být neustále připraven k rychlému návratu zpět k brankovišti. K lepší orientaci při zmenšování střeleckého úhlu slouží čáry brankoviště. Zmenšování střeleckého úhlu je výhodné proti střelám, není vhodné při kombinaci soupeře, protože tím brankář odkrývá zbylou část branky a akce soupeře tím znamená většinou jasný gól (Skružný 2005).

Chyby:

- brankář se vysouvá kolmo na hráče, musí se vysunout kolmo na míček
- brankář neudrží stabilitu (dostane se do záklonu, předklonu nebo si lehne)

Nácvik:

- Cvičení, kde brankář do poslední chvíle čeká na střelu vybíhajícího hráče. Při případné přihrávce se snaží rychle přesunout a zároveň zmenšit střelecký úhel. Dalším tréninkem je cvičení, kde brankář chytne dvě střely a ihned se přesouvá na vybíhajícího třetího hráče, kterému se snaží zmenšit střelecký úhel (Skružný 2005).



Obrázek 31 Zmenšování střeleckého úhlu

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Hra za brankou

Brankář by neměl přestávat sledovat míček, který se ocitne za brankou. Sleduje míček zády k brance pootočením hlavy a trupu. Hlídá si pozici u jedné tyčky a je připraven rychle se přesunout ke druhé tyčce, když to herní situace vyžaduje. O tyčku

bývá opřený a bližší ruku pokládá na zem, aby zamezil případné přihrávce před branku. Velkou chybou je otočení se čelem směrem za branku (Kysel 2010).

Chyby:

- brankář není tělem zcela u tyčky nebo naopak přes tyčku přečnává (a mohl by si míček srazit do branky)

Nácvik:

- Brankář se přesouvá podle pohybu míčku, rychle reaguje a snaží se zabránit přihrávkám před branku. Musí si hlídat přední tyčku a přihrávky nesmí být příliš prudké, protože jinak tímto cvičením brankář své dovednosti nevylepší (Skružný 2005)



Obrázek 32 Hra za brankou

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Činnost brankáře při přečíslení a situaci jeden na jednoho

Při přečíslení útočícím hráči soupeře si brankář hlídá hráče s míčkem a očekává střelu. Za přihrávku jinému soupeři zodpovídá obránce. Při větším přečíslení se minimálně vysunuje a snaží se zabrat co možná největší prostor v brance. Při situaci jeden na jednoho je brankář v takové pozici, aby neustále kontroloval pohyb míčku a očekával střelu přes obránce. V dnešní době se ve florbale setkáváme s velkým počtem clonění od útočících hráčů, což znesnadňuje hru brankáři, který musí přesuny těla a hlavy neustále hledat ideální pohled na hru (Kysel 2010).

Chyby:

- špatná komunikace s obránci
- brankář nesleduje míček, ale hráče

Nácvik:

- cvičení, kde útočící hráči postupují dva na jednoho obránce (1 na 1), zakončené střelou
- model situace 1 na 1, kde se brankář pohybuje podle míčku



Obrázek 33 Činnost brankáře při situaci 1 na 1

Zdroj: vlastní zpracování (Liberec, 18. 4. 2019)

Činnost při standardních situacích

Brankář organizuje rozestavení obrany. Zvolí počet hráčů do obranné zdi a jejich umístění. Hráče staví v ose míček a branka. Sám kontroluje rozestavené soupeře a je připraven ihned zasáhnout proti případné střele. Pokud přes hráče nevidí na míček, musí si vhodně stoupnout. V určitých situacích by vkleče míček vůbec neviděl. Podle vzdálenosti od branky volí počet obránců ve zdi (čím probíhá rozehraní standardní situace dál, tím menší počet obránců ve zdi stojí). Při rozehraní standardní situace z rohu brankář klečí u přední tyčky a kontroluje míček, jestli neletí do brankoviště (Kysel 2010).

Chyby:

- brankář nekomunikuje s hráči (ve zdi je mezera, zed' stojí uprostřed brány)
- při vběhnutí soupeřova hráče za branku se brankář předčasně přesouvá k vzdálenější tyči, míček ale směřuje před bližší tyč

Nácvik:

- cvičení, kde se brankář snaží mít neustále výhled (útočníci mají za úkol clonit brankáři) a zůstává při tom v základním postoji
- modelovaná standartní situace s nácvikem především komunikace s ostatními hráči

Činnost při trestném střelení

Na začátku trestného střelení se brankář dotýká špičkami nohou brankové čáry nebo rukou břevna. Po uvedení míčku do pohybu vystupuje, snaží se zmenšit střelecký úhel a předvídat činnost útočícího hráče. Když se brankář jakýmkoliv způsobem dotkne míčku, trestné střelení je tím momentem ukončeno.

Chyby:

- příliš velké povystoupení z brankoviště směrem k útočníkovi
- žádný nebo příliš malý pohyb směrem k útočníkovi (brankář nezmenší střelecký úhel)

Nácvik:

- časté opakování situace při trestném střelení
- orientace výběhu pomocí brankoviště

3. Úprava videozáznamů a tvorba multimediální příručky

Jedním z dílčích cílů diplomové práce je vytvoření multimediální metodické příručky. Videozáznamy byly pořízeny na dvě digitální kamery v nejvyšší možné kvalitě Full HD, což dopomohlo k lepší kvalitě pořízených snímků.

Ukázky specifických herních činností jednotlivce hráče v poli předvedl hráč FBC Liberec, hrající nejvyšší domácí soutěž (Tipsport Superliga), Bc. Jan Bitman. hraje florbal na pozici obránce. Ukázky činností brankáře předvedl brankář Jan Karel, hrající nižší regionální soutěže.

Popis přístroje

Většina videozáznamů byla natočena na digitální kameru Sony FDR-AXP53, která umožňuje pořídit snímky ve kvalitě 4K (3840 x 2160) v poměru stran 16:9. Kamera disponuje 20x optickým zoomem a 250x digitálním zoomem. Dále obsahuje dotykový displej 7,5cm (typ 3.0) a širokoúhlý (16:9) displej LCD™ Xtra Fine (921 600 bodů). Videozáznam je ve formátu XAVC S: MPEG4-AVC/H.264s kompatibilní formátem AVCHD verze 2.0: MPEG4-AVC/H.264 a mp4: MPEG-4 AVC / H. 264. Typ snímáče u tohoto zařízení používá technologii tzv. převráceného snímáče s rozlišením 8,29 megapixelu. Formát záznamu zvuku se provádí pomocí MPEG-4 lineární PCM 2k (48 kHz/16bit). Dalšími funkcemi jsou např.: vysokorychlostní záznam, časosběrné snímání, rozpoznání obličejů, inteligentní automatický režim (Sony 2019).

Několik snímků bylo vytvořeno dokonce pomocí digitální kamery GoPro HERO5 připevněné na dronu. Tento přístroj podporuje formáty 4K 30fps, 2.7K 60fps, 1080p120fps. Pracuje v rozlišení snímáče 12 megapixelů. Obsahuje širokoúhlou čočku a dokonce je vodotěsný do 10 m po hladinou (Megapixel 2019).

Úprava videozáznamu

Pro úpravu videozáznamu byl použit stejný program jako v mé bakalářské práci (Signalizace rozhodčích ve florbalu) a to VSDC Video Editor Free Edition v5.7.5.667 (Afterdawn 2019). Program byl zvolen z těchto proto, že už jsem s tímto programem pracoval, je bezplatně stahovatelný z internetu a má jednoduché a přehledné ovládání. Důvodem bylo také možnost úpravy videozáznamů ve vysokém rozlišení **Full HD**. Cílem

v tomto programu bylo videozáznam vhodně sestříhat, zpomalit, vložit znak KTV TUL a název jednotlivé herní činnosti jednotlivce. Menšími nevýhodami tohoto programu jsou ovládání jeho funkcí pouze v anglickém jazyce a jeho starší vydání. V programu byly použity funkce: nastavení formátu videa, vybrání druhu projektu, cutting and splitting (stříh videozáznamu), zpomalení videozáznamu, vložení a zarovnání obrazce a textu, vložení obrázku a vložení audiozáznamu, změna velikosti písma, uložení a export.

Tvorba

Multimediální metodická příručka byla vytvořena v programu DVDStyler 3.0.3, z toho důvodu že software je volně dostupný na internetu a už jsem s ním pracoval. Jeho přednostmi jsou snadná ovladatelnost a práce v českém jazyce. V programu je možné nastavit různě barevné pozadí nebo vložit vlastní fotografie pro menu a vložit různé pomocné obrazce (např. šipky na posouvání mezi jednotlivými stránkami). Další použité funkce tohoto programu v této práci jsou: vložení textu, velikost a druh písma, vložení obrazce s odkazem na příslušný videozáznam, vygenerování ukázky multimediální příručky, nastavení pohybu mezi jednotlivými menu.

4. Závěr

V příložené diplomové práci s názvem „Multimediální metodická příručka pro výuku herních činností jednotlivce ve florbale pro školní tělesnou výchovu“ bylo dosaženo předem stanovených zásad pro vypracování. Byla provedena rešerše dané literatury a shrnuty poznatky o florbalu zejména se zaměřením na nácvik herních činností jednotlivce (včetně nejčastějších chyb a jejich odstraňování). Dále byla vytvořena multimediální metodická příručka pro výuku herních činností jednotlivce ve florbalu pro použití v tělesné výchově a to nejen pro učitele tělesné výchovy, ale případně i pro začínající trenéry. V teoretické části práce byly shrnuty poznatky o aktuálních pravidlech, historii florbalu a světových organizací. Dále zde byly nastíněny možnosti nácviku všech herních činností jednotlivce ve florbale s podrobným rozбором nejčastějších chyb. Nedílnou součástí této diplomové práce je multimediální metodická příručka s jednotlivými videozáznamy herních činností jednotlivce pro hráče v poli i brankáře, vytvořených pomocí vhodného programu do přehledného menu. Díky tomu, že obdobně zaměřených prací zatím moc neexistuje, předpokládáme využití práce v pedagogické činnosti učitelů, ale samozřejmě poslouží i jako přehledná a názorná učebnice všem florbalovým nadšencům. Vzhledem ke zvyšující se popularitě a rozšíření florbalu do dalších částí světa, bude stoupat požadavek na počet podobných odborných prací. Multimediální metodická příručka poslouží k snadnější práci učitelů při tělesné výchově a pomoci získat trenérskou licenci novým trenérům nebo získat kvalitnější poznatky do jejich další práce.

Předložená diplomová práce by rovněž mohla přispět k přesvědčení některých studentů či florbalových fanoušků vydat se na trenérskou dráhu a postupně rozvinout tento sport k dalším cílům.

5. Seznam použité literatury

AFTERDAWN, 2019. VSDC Free Video Editor v5. 7. 5. 667. In: *afterdawn* [online]. 2019 [vid. 18. 6. 2019]. Dostupné z: https://www.afterdawn.com/software/audio-video/video_editing/vsdc-free-video-editor.cfm/v5_7_5_667

AOFC: Logo [online]. [vid. 10. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.asiaoceaniafloorballconfederation.org/the-organisation>

AOFC, 2019 The Organisation. In: *Asiaoceaniafloorballconfederation* [online]. 2018 [vid. 8. 5. 2019]. Dostupné z: <https://www.asiaoceaniafloorballconfederation.org/the-organisation>

Czech open [online]. [vid. 2. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.czechopen.cz/>

ČESKÝ FLORBAL: Logo [online]. [vid. 10. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.ceskyflorbal.cz/home>

ČESKÝ FLORBAL, 2018. Pravidla florbalu. In: *Ceskyflorbal* [online]. 1. 7. 2018 [vid. 8. 5. 2019]. Dostupné z: <https://www.ceskyflorbal.cz/cfbu/predpisy/pravidla-florbalu>

ČESKÝ FLORBAL, 2019. Soutěže. In: *Ceskyflorbal* [online]. 2019 [vid. 20. 6. 2019]. Dostupné z: <https://www.ceskyflorbal.cz/souteze>

ČUS, 2019. Sportovní kluby. In: *Iscus* [online]. 2019 [vid. 20. 6. 2019]. Dostupné z: https://iscus.cz/web/sportovni-subjekty/?is_map_active=0

FLOORBALLWORLD, 2019. Swiss Mobiliar League. In: *Floorballworld* [online]. 2019 [vid. 18. 6. 2019]. Dostupné z: <https://floorballworld.iplace.cz/menu/swiss-mobiliar-league>

35. FLORBAL EXPERT: Florbalová branka [online]. [vid. 18. 4. 2019]. Dostupné z: <https://www.florbalexpert.cz/florbalova-branka-s-certifikaci/>

FLORBALOVÝ TRENÉR: Základní příručka pro rozhodčí [online]. [vid. 10. 4. 2019]. Dostupné z: <http://www.florbalovytrenar.cz/zakladni-prirucka-pro-rozhodci-cast-6-pravidla/>

IFF, 2019. History. In: *Floorballchampionscup* [online]. 2019 [vid. 20. 5. 2019]. Dostupné z: <http://www.floorballchampionscup.eu/pages/EN/History>

IFF, 2007. *Individual Technique and Tactics: Teaching individual techniques and tactics in floorball* [online]. 1. vyd. Helsinky. [vid. 20. 6. 2019]. Dostupné z: <https://floorball.sport/materials/downloads/>

IFF: Logo [online]. [vid. 18. 7. 2019]. Dostupné z: <https://floorball.sport/>

IFF, 2019. Mozambique. In: *Floorball.sport* [online]. 2019 [vid. 14. 5. 2019]. Dostupné z: <https://floorball.sport/theiff/member-associations/>

IFF, 2019. Organization. In: *Floorball.sport* [online]. 2019 [vid. 14. 5. 2019]. Dostupné z: <https://floorball.sport/theiff/member-associations/>

IFF, 2019. World Championships. In: *Floorball.sport* [online]. 2019 [vid. 18. 5. 2019]. Dostupné z: <https://floorball.sport/world-championships/>

KARCZMARCZYK R., 2006. *Florbal učebnice (nejen) pro trenéry*. 1. Vyd. Brno. ISBN 80-251-1271-3

KYSEL J., 2010. *Florbal kompletní průvodce*. 1. Vyd. Praha. ISBN 978-80-247-3615-0

MEGAPIXEL, 2019. Outdoorové kamery. In: *megapixel* [online]. 2019 [vid. 10. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.megapixel.cz/gopro-hero5-black>

Moravian Cup [online]. [vid. 2. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.moraviancup.cz/>

NEVOLE, J. *Videoučebnice signalizací rozhodčích ve florbale*. Liberec. Technická univerzita v Liberci, 2017. Bakalářská práce.

Prague Games [online]. [vid. 2. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.praguegames.cz/>

SALIBANDYLIITTO, 2019. Historia ja ennätyskset. In: *Salibandy* [online]. 2019 [vid. 18. 6. 2019]. Dostupné z: <https://salibandy.fi/huippu-urheilu/salibandyliiga/historia-ja-ennatyskset/>

SKRUŽNÝ Z., et al., 2005. *Florbal*. 1. Vyd. Praha. ISBN 80-247-0383-1

SONY, 2019. Kompletní specifikace a funkce. In: *Sony* [online]. 2019 [vid. 10. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.sony.cz/electronics/videokamery-handycam/fdr-ax53/specifications#features>

SVENSKA SUPERLIGEN, 2019. Om SSL. In: *Ssl* [online]. 2019 [vid. 18. 6. 2019]. Dostupné z: <https://www.ssl.se/om-ssl>

USAFB, 2019. History of Floorball in the USA. In: *Usafloorball* [online]. 2019 [vid. 18. 5. 2019]. Dostupné z: <http://www.usafloorball.org/about-floorball/history-of-floorball-in-the-usa/>

6. Seznam příloh

Příloha 1: Multimediální metodická příručka pro výuku herních činností jednotlivce ve florbale pro školní tělesnou výchovu (DVD)

Příloha 2:



TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta přírodovědně-humanitní
a pedagogická

SOUHLAS S POŘÍZENÍM A POUŽITÍM FOTOGRAFIÍ OSOBY

Jméno a příjmení:

Datum narození:

Bytem:

Souhlasím s tím, aby **TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI, FAKULTA PŘÍRODOVĚDNĚ HUMANITNÍ A PEDAGOGICKÁ, KATEDRA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU**

Studentská 1402/2, 461 17 Liberec 1 (dále jen „pořizovatel“) pořídila fotografie mé osoby.

Dále souhlasím s užitím pořízených fotografií, ať už v podobě hmotné či digitalizované (nehmotné) pro veškeré propagační materiály Pořizovatele, jak v tištěné, tak v elektronické podobě (např. webové stránky, FB, tiskoviny).

Rovněž souhlasím s tím, aby Pořizovatel poskytl licenční oprávnění k užití fotografií jakýmkoli třetím osobám, a to zejména pro účely vytvoření reklamních a marketingových materiálů Pořizovatele.

Souhlasím s tím, že fotografie může být změněna, použita jako součást díla souborného nebo může být použita pouze její část.

Současně s tím poskytuji k výše uvedenému účelu své výše uvedené osobní údaje (dále jen „údaje“) a poskytuji Pořizovateli svůj výslovný souhlas s tím, aby Pořizovatel, případně třetí osoby, jimž Pořizovatel poskytne licenci k užití fotografií, tyto údaje shromažďovaly, zpracovávaly a ukládaly v souladu se zákonem č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů, v platném znění.

Prohlašuji, že výše uvedenému textu plně rozumím a stvrzuji ho svým podpisem dobrovolně.

V dne

.....

Podpis

Příloha 3:



SOUHLAS S POŘÍZENÍM A POUŽITÍM FOTOGRAFIÍ OSOBY

Jméno a příjmení:

Datum narození:

Bytem:

Souhlasím s tím, aby **TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI, FAKULTA PŘÍRODOVĚDNĚ HUMANITNÍ A PEDAGOGICKÁ, KATEDRA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU**

Studentská 1402/2, 461 17 Liberec 1 (dále jen „pořizovatel“) pořídila fotografie mé osoby.

Dále souhlasím s užitím pořízených fotografií, ať už v podobě hmotné či digitalizované (nehmotné) pro veškeré propagační materiály Pořizovatele, jak v tištěné, tak v elektronické podobě (např. webové stránky, FB, tiskoviny).

Rovněž souhlasím s tím, aby Pořizovatel poskytl licenční oprávnění k užití fotografií jakýmkoli třetím osobám, a to zejména pro účely vytvoření reklamních a marketingových materiálů Pořizovatele.

Souhlasím s tím, že fotografie může být změněna, použita jako součást díla souborného nebo může být použita pouze její část.

Současně s tím poskytuji k výše uvedenému účelu své výše uvedené osobní údaje (dále jen „údaje“) a poskytuji Pořizovateli svůj výslovný souhlas s tím, aby Pořizovatel, případně třetí osoby, jimž Pořizovatel poskytne licenci k užití fotografií, tyto údaje shromažďovaly, zpracovávaly a ukládaly v souladu se zákonem č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů, v platném znění.

Prohlašuji, že výše uvedenému textu plně rozumím a stvrzuji ho svým podpisem dobrovolně.

V dne

.....

Podpis