

Príprava vyučovacej hodiny
Predmet: BASKETBAL II
TÉMA: NÁCVIK ÚTOČNEJ HERNEJ KOMBINÁCIE
ZALOŽENEJ NA CLONENÍ

Písomná príprava na vyučovaciu hodinu telesnej výchovy časť 2 / Didaktika činnos

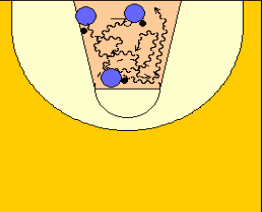
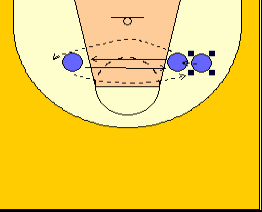
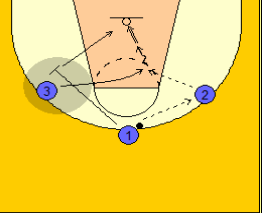
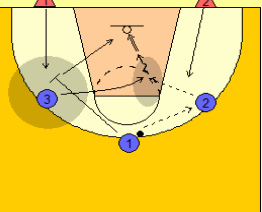
Tematický celok:	Sportové hry
Trieda:	IV
Téma:	Basketbal-UHK založené na clonení

Poradie VH:	1
Počet žiakov:	8-12 (zmiešané)
Miesto:	Telocvičňa

Ciele vyučovacej hodiny:

Teoretické poznatky: vedieť zdôvodniť princíp clonenia, význam clonenia ako útočnej hernej kombinácie

Praktické zručnosti: žiaci sa naučia využívať clonenie v útočnej fáze hry s cieľom uvoľnenia priestoru pre hráča útočiaceho na kôš, správne načasovať clonu tak, aby bola účinná.

Čas	Obsah	Metódy	Organizácia
5-7 minút	Uvodná časť		
	Nástup, kontrola, prezencia	Skontrolovať náramky,retiazky a pod.	Nástup v rade
2 minúty	Prípravná časť		
	Rozohriatie	Dribling s loptou v podkošovom území s cieľom vypichnúť čo najviac lôpt, vyhráva ten hráč ktorému sa podarí dosiahnuť najvyšší počet. (zapojenie necvičiacich na zbieranie lôpt)	 Hromadná forma po max 7-8 hráčov pod jedným košom, v prípade väčšieho počtu použiť trojbodové územie.
7-8 minút	Všobecné rozcvičenie	Manipulácia s loptou, krúženie okolo hlavy, pásu, kolien, strečingové cvičenia s loptou Prihrávky vo dvojiciach na vzdialenosť 3 m Použitie techniky obojručne od prs jednoručne sponad hlavy zo stoja potom zo sedu na presnosť prihrávky	Skupinová forma po ukážke, už iba opravovať chyby Korekcia chýb, nedokončený pohyb zápästím ...
	Špeciálne rozcvičenie	Činková štafeta v trojiciach, prihrávky V prípade rôznych počtov možnosť vytvoriť jednu štvoricu, modifikácie: podľa času použiť rôzne spôsoby prihrávania (obojručne od prs, jednou rukou od pleca...) popr. vedenia lopty a následnej prihrávky (L/P)	
20-25 minút	Hlavná časť		
	1. Uvoľnenie a strelba po clone	Cvičenie začína hráč č.1, po prihrávke postaví clonu pre hráča 3, ktorý po jej postavení dostáva prihrávku od hráča 2 a zakončuje dvojtaktom. Hráč 1 doskakuje po postavení clony pod košom. Striedanie 3-2, 2-1, 1-3. Dbáme na to aby hráč 1 neodchádzal prískoro z clony. Obmena: Hráč 3 môže vykonať prihrávku na hráča 1 ľubovoľne od dosky, poza hlavu ...	 Paralelná forma pod dvoma košmi, po ukážke pod jedným košom.
	2. Uvoľnenie a strelba po clone s polo/aktívnymi obrancami	Rozostavenie ako v predchádzajúcom cvičení, pridaní sú dvaja obrancovia, ktorí poloaktívne bránia hráčov 3 a 2. Zaradíme aktívnych obrancov, ktorí budú po prihrávke hráča 1 vybiehať spoza koncovej čiary a aktívne brániť hráčov 2 a 3. Cieľom útočiacich hráčov je dať kôš, cieľom brániacich je zabrániť košu získaním lopty. Striedanie prebieha ľavotočivo (útočiaci hráč 1 na post út. 2, út. 2 na post obrancu 2 atď.)	 Paralelná forma pod oboma košmi, po ukážke pod jedným košom.
3. Vlastná hra	3:3 na polovičnom ihrisku popr. 5:5 na celom ihrisku (podľa počtu), v prípade nepárneho počtu	Trvanie: 7-8 minút	
3-4 minúty	Záverečná časť		
	1. Strelba trestných hodov	Opravovanie techniky, individuálna konzultácia Dôraz na správnu techniku, prácu zápästia	Paralelne na oboch stranách ihriska
	2. Nástup	Zhodnotenie splnenia úloh Splnenie cieľa VH, otázky na fixáciu učiva	Rozchod