

# Míčové hry

Nohejbal – útočné údery



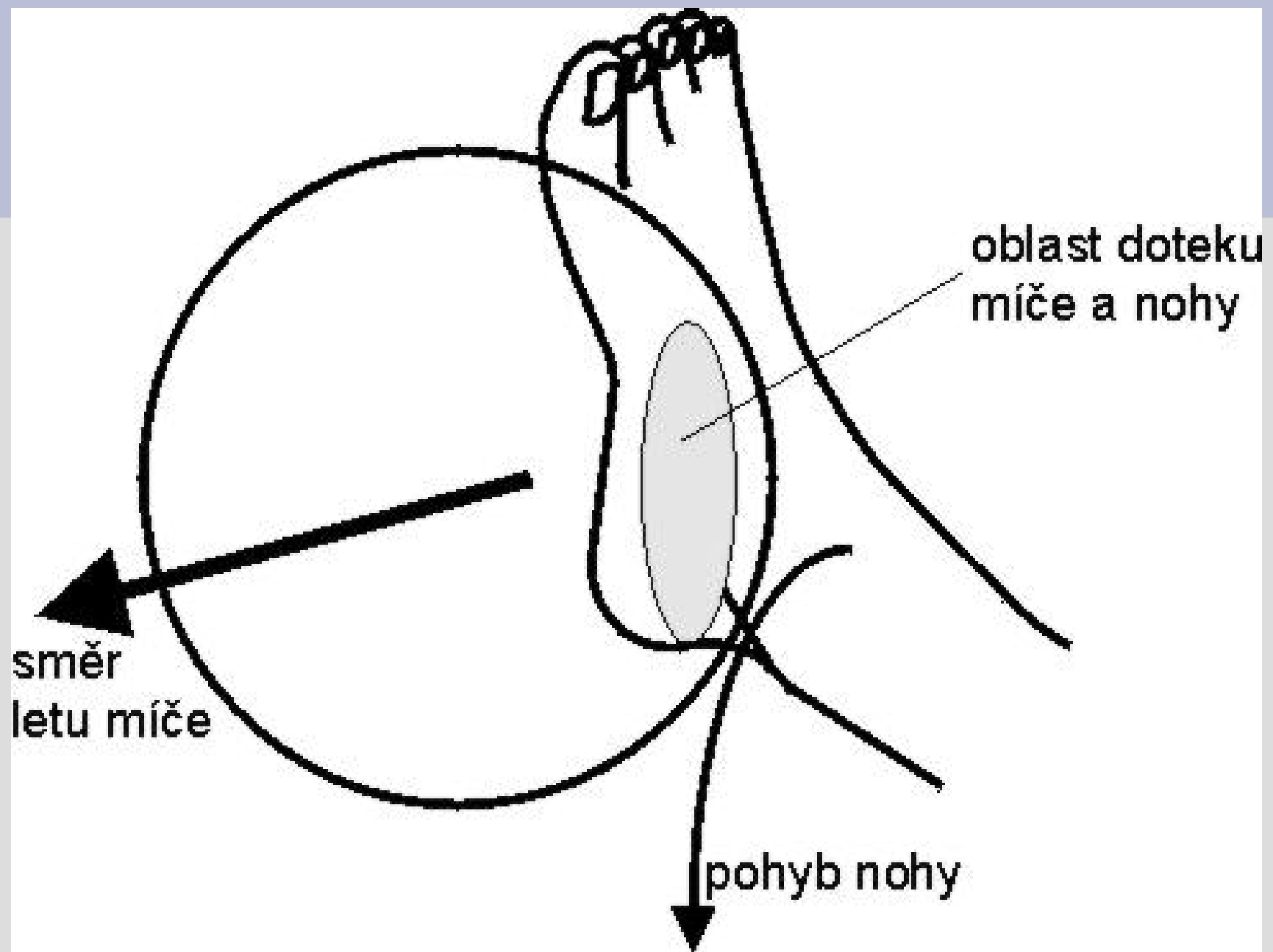
V nohejbalu se využívá několik typů úderů. Každý se hodí pro jinou herní činnost a jejich stále zlepšování je nutností. Zde Vám představím údery útočné.



Smeč placírkou je základní útočný úder. Soupeř má však při tomto typu úderu čas odhadnout směr letu míče a může ho tak lehce vybrat. Nestihne to, pouze pokud se do míče opřete takzvaně celým tělem.

# smeč placírkou





<http://vlastimil.stehlik.sweb.cz/HcjSmecVnitri.html>

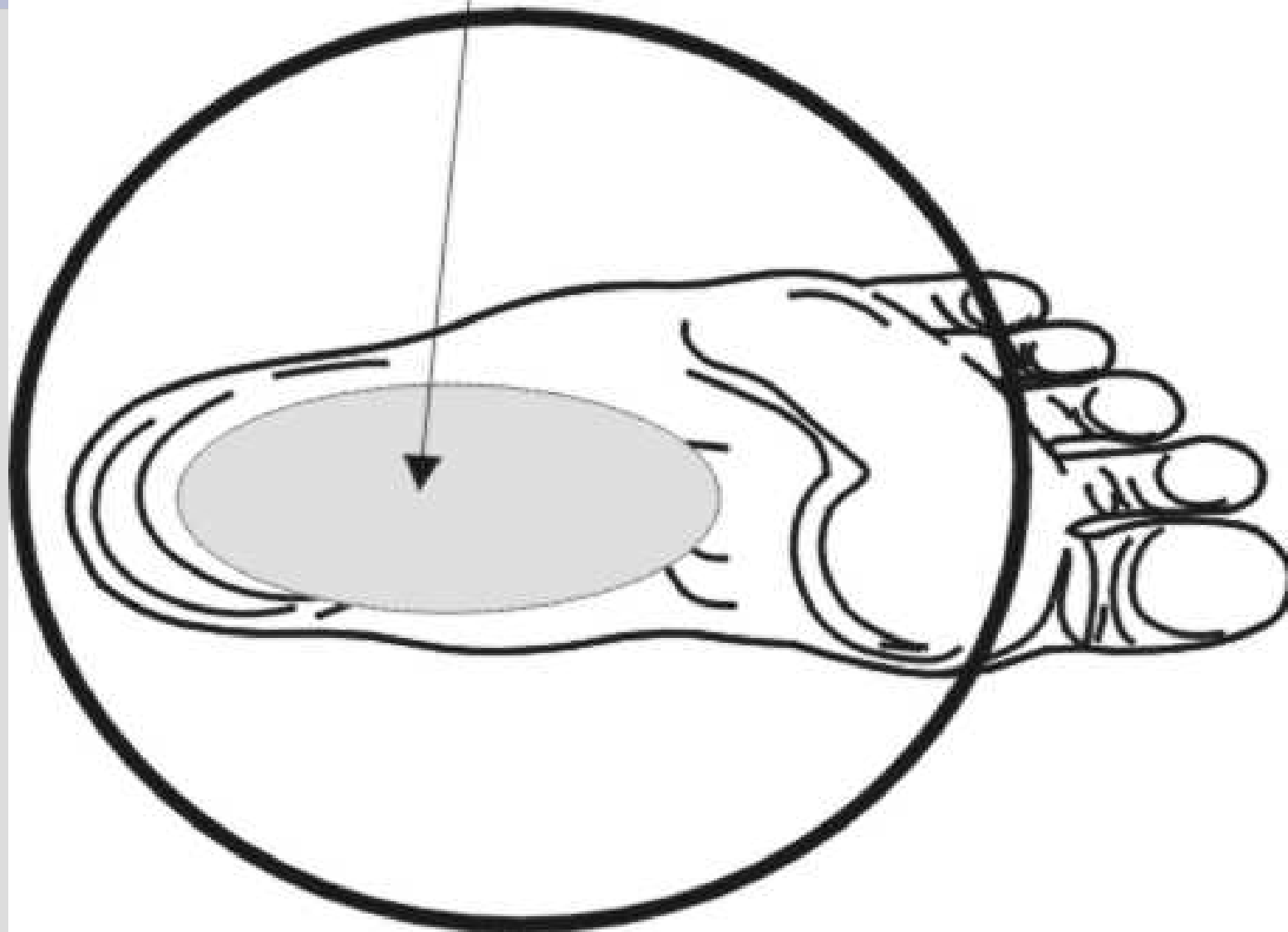
Smeč hranou podrážky je oproti předchozímu úderu mnohem nebezpečnější nohejbalový úder. Míč má totiž zcela jiný směr, než je směr nohy, která ho udeří. Tu samou vlastnost má také smeč podrážkou. Pouze s tím rozdílem, že je méně razantní. Ovšem lze tak míči udělit velkou rotaci a při dopadu na zem může odskočit jinam, než kam soupeř předpokládá.



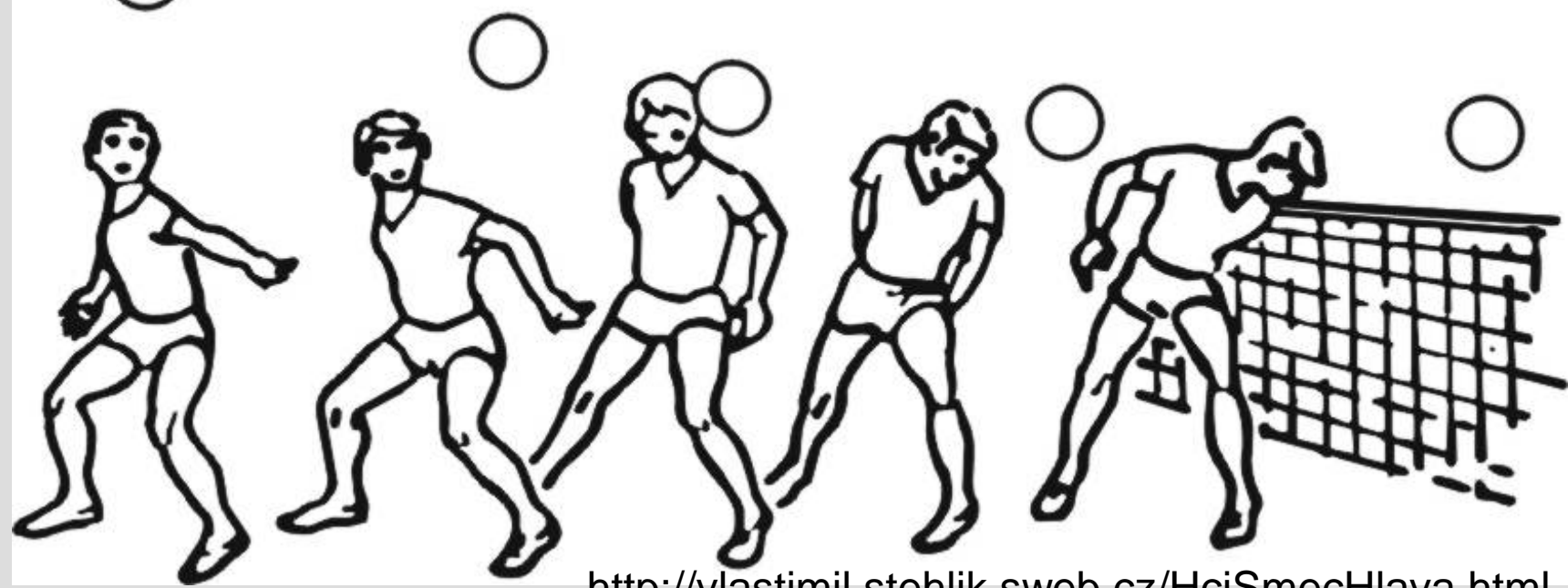
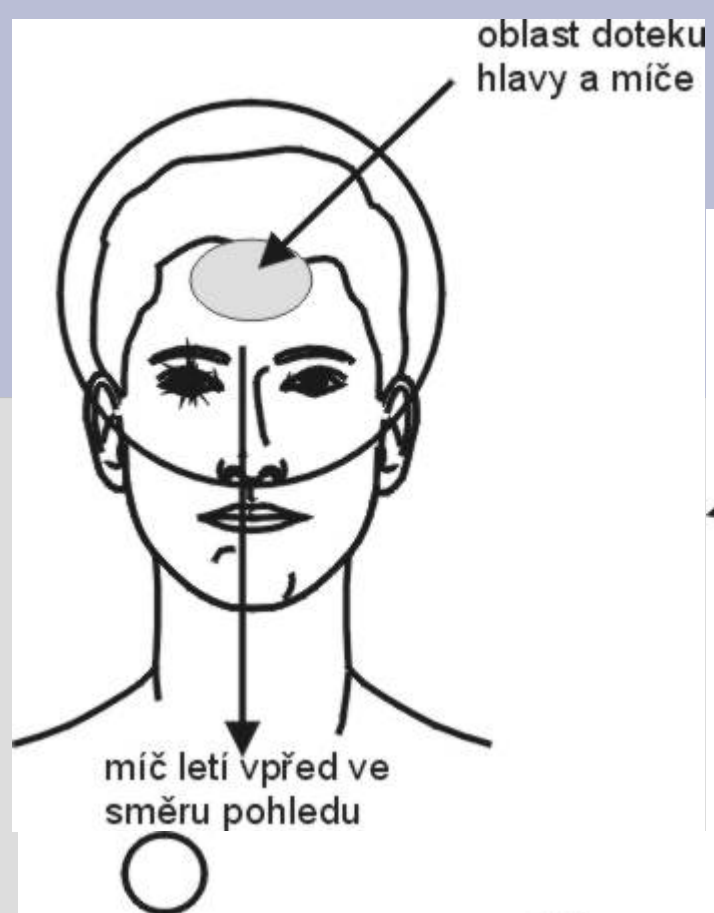
# Smeč hranou podrážky



oblast dotyku míče  
a podrážky



Jedním z velmi přesných útočných úderů je smeč hlavou, kterou zkušený hráč nohejbalu dokáže odehrát naprosto přesně do míst, kde je míč pro soupeře nechyatelný. Nevýhodou je malá rychlost dopadu, takže rychlý protihráč míč ještě může v některých případech stihnout doběhnout.



## **Přehled použité literatury:**

- <http://www.google.cz/>
- <http://cs.wikipedia.cz>
- <http://www.nohejbalweb.cz/utocne-udery-v-nohejbalu-25>
  - <http://vlastimil.stehlik.sweb.cz/HcjSmecHlava.html>

Mgr. David Draxler





20.10.2011

9.ročník Tělesná výchova

Míčové hry

Nohejbal – útočné údery

Metodický list:

-  seznámení žáků s obsahem učiva
-  učitel vlastními slovy zdůrazňuje uzlové body
-  učitel zjednodušuje odborný výklad v prezentaci
-  děti se učí techniku útočných úderů v nohejbale