

FLORBALOVÝ BRANKÁŘ

Adam Romančák

Zš Bartošovice

Xi. – Tělesná výchova

2023/2024

Obsah

[Úvod 1](#_Toc167870769)

[1. FLORBAL 2](#_Toc167870770)

[1.1 Historie 2](#_Toc167870771)

[1.2 Věkové kategorie 2](#_Toc167870772)

[1.3 Týmy v ČR 2](#_Toc167870773)

[VZHLED HŘIŠTĚ 3](#_Toc167870774)

[BRANNKÁŘ 4](#_Toc167870775)

[1.3 Brankoviště 4](#_Toc167870776)

[1.4 Pravidla 4](#_Toc167870777)

[1.5 Způsoby chytání 4](#_Toc167870778)

[1.5.1 Základní postoj 5](#_Toc167870779)

[1.5.2 Přesuny 5](#_Toc167870780)

[BRANKÁŘSKÁ VÝBAVA 6](#_Toc167870781)

[1.6 Povinná 6](#_Toc167870782)

[1.6.1 Maska 6](#_Toc167870783)

[1.6.2 Chrániče kolen 6](#_Toc167870784)

[1.6.3 Brankářská vesta 7](#_Toc167870785)

[1.7 Doplňková 7](#_Toc167870786)

[1.7.1 Chrániče loktů 7](#_Toc167870787)

[1.7.2 Kalhoty 7](#_Toc167870788)

[1.7.3 Brankářská boty 8](#_Toc167870789)

[1.7.4 Dres 8](#_Toc167870790)

[1.7.5 Rukavice 8](#_Toc167870791)

[1.7.6 Multifunkční šortky+ suspenzor 9](#_Toc167870792)

[Lukáš Bauer 9](#_Toc167870793)

[Závěr 11](#_Toc167870794)

[Seznam obrázků 13](#_Toc167870795)

Úvod

Na mou ročníkovou práci jsem si vybral téma florbalového brankáře. Toto téma jsem si vybral z toho důvodu, že již od mala mě bavilo být v bráně a sám jsem brankář, takže bych se s vámi rád o tom podělil z mého pohledu. Nebudu se věnovat jen brankáři, ale také vám něco málo řeknu o florbalu, jeho historii a mém vzoru.

# 1. FLORBAL

Florbal je týmový sport, který se hodně rozšířil do světa a stal se tak hodně oblíbený. Florbal se hodně může podobat hokeji, ale ve skutečnosti je úplně jiný. Hraje se na umělém hřišti s počtem hráčů 5+1 brankář. Hraje se hokejkami a malým plastovým míčkem, brankář chytá pouze svým tělem.

## Historie

Florbal se poprvé objevil v 50. Letech v Americe pod názvem Floor hockey. K rozšíření došlo až ve Švédsku v 70. Letech, kde jej převážně hráli hokejisté mimo sezonu. První florbalové kluby ve Švédsku byly založeny v roce 1979 poté v roce 1981 i švédská florbalová asociace.

První sjednocená pravidla vznikla až v roce 1986 v souvislosti založení Mezinárodní florbalové federace (IFF).

## Věkové kategorie

Florbal se dělí do více věkových kategorií, a to podle věku. U holek je výjimka že i když mají rozdíl třeba jednoho věku můžou hrát za vyšší kategorií. Holky také můžou hrát s chlapci ale, lepší týmy mají své kategorie rozděleny na chlapce a dívky.

Přípravka (2015 a mladší) Elevové (2013-2016) Mladší žáci (2011-2014) Starší žáci (2009-2012) Dorostenci (2007-2010) Junioři (2005-2008) Muži a Ženy (2006 a starší)

## 1.3 Týmy v ČR

V Česku se nachází přibližně 2 500 týmu s 77 tisíci registrovaných hráčů

Mezi největší kluby v ČR patří, - SC Vítkovice, AC Sparta Praha, Black Angels, Butchis, Tatran Střešovice, Florbal Chodov, FB Hurrican Karlovy Vary, FBC Česká Lípa, FBC Ostrava, FBC Liberec, FbŠ Bohemians, Florbal MB, Sokoli Pardubice, TJ Sokol Královské Vinohrady. Tyto týmy se každoročně utkávají v superlize o pohár mistrů. Mezi nejůspělejší týmy patří Tatran Střešovice, který má 18. Titulů

# VZHLED HŘIŠTĚ



Obr. 1

# BRANNKÁŘ

Brankář je důležitou součásti hry ale jak se říká zápase vyhrát nedokáže. Od brankáře se očekává že bude mít výbornou kondičku a držení těla ale, taky musí mít sílu v nohách ab měl silné odrazy při přesunech. Musí také umět číst hru a předvídat co se může stát. Neustále musí mít míček pod kontrolou a hlídat si každého hráče. Také má při hře své specifická pravidla, co se týče území chytání a způsobů jakým smí chytat.

## Brankoviště

Brankoviště je území na hřišti, které je na obou kratších stranách o velikosti 4 na 5 metrů, tak označuje území, kde brankař musí využívat pouze své pravidla. Brankář zde smí oproti hráčům využívat hru rukama a hru na zemi. V tomto území se nachází ještě malé brankoviště o velikosti 2,5 na 1 metr, které slouží jen brankáři a do kterého nesmí vstoupit žádný hráč.

## Pravidla

Brankář v brankovišti pro chytání může využívat jakoukoliv část těla.

Z brankoviště může vyjet a používat své pravidla jen pokud se jakoukoliv částí stále dotýká červené čáry, které označuje brankoviště. Nedotýká-li se, stává se hráčem v poli a platí pro něj stejná pravidla jak pro ostatní.

Brankař nesmí chytit do ruky nahrávku, která jde od vlastního spoluhráče-trest.

Nesmí míček z ruky vyhodit dál, než je středová čára.

## Způsoby chytání

Brankář se při chytání snaží chytit střelu protihráče, které někdy můžou být opravdu těžké. Musí využívat všelijaké způsoby, jak jej zastavit. Hlavní je před střelou zmenšovat střelecky úhel, držet se u tyčky, a přitom zabírat i část branky v případě nahrávky.

### Základní postoj

Každý brankář má svůj specifický postoj, při kterém musí zabírat co největší prostor proti střelci. Ruce musí mít před sebou v oblasti mezi prsy a pasem a kousek před sebou tak aby dokázal rychle zareagovat na střely ať už nahoře nebo dole. Dále musí být v mírném předklonu z důvodu odrážení míčku, který se díky tomu odrazí do podlahy před něj. Nohy musí mít tak, aby mezi nimi neprošel míček, takže buď za sebou do špičky nebo jednu nohu do boku a druhou zakrývat vzniklou mezeru.

### Přesuny

Při chytání brankář využívá různé přesuny, kterých je několik typů. Máme pomalý přesun, který se děje v základním postoji a přesouvá se vždy po kolenou malými přesuny kolen vedle sebe přes brankoviště. Pak máme rychlý na stejný způsob, který se ale provádí odrazen jedné nohy a skluzem po druhé tento je lepší ale vzniká prostor mezi nohy. Přesouvat se dá i skokem tento přesun se využívá při rychlé nahrávce na druhou stranu takzvané crossové. Nevýhoda je velké odkrytí brankoviště a špatná kontrola nad tým kde skončíte.

#

# BRANKÁŘSKÁ VÝBAVA

Výbava brankáře se skládá s několika částí a dělí se na více kategorií. Výstroj slouží k ochraně brankáře před střelami hráčů, které mohou dosáhnout rychlosti i víc než 100+ kilometrů za hodinu.

## Povinná

### Maska

Obr. 2

****Hraní před nárazy nejen od míčku, které mohou být obzvlášť nepříjemné ale, i hokejek nebo případného pádu. Pokud již patříte mezi kategorii seniorů což se v oblasti brankářů bere přibližně 15 a více let je zapotřebí mít i seniorskou masku která má výhodu prodlouženého chrániče na bradě který chrání krk.

### Chrániče kolen

Jsou dva typy chráničů, to pouze koleni a celoplošné, které nechrání jen kolenní část, ale také celou holení část.

Slouží k tomu, aby koleno bylo v bezpečí při dlouhodobém klečení, které může být nepříjemné a může vést až ke zdravotním problémům, proto se doporučuje do nich investovat.

Obr. 3

### Brankářská vesta

Jedná se o vestu, která se ještě dělí na další vestu dlouhým rukávem nebo krátkým. Rozdíl je v tom že delší rukáv má přidané chrániče na lokty a zápěstí, které se někdy opravdu hodí. Celkově vesta chrání celou hrudní oblast a kousek bod žebra dále klíční kosti a ramena. Chrání před narazí míčku do těchto oblastí ale ne-jen to pomáhá k získání kontroly nad míčkem, jelikož díky vestě, která pohltí naráz se míček již tolik neodrazí.

Obr. 4

## Doplňková

### Chrániče loktů

Obr. 5

Fungují stejně, jako chrániče na kolena ochraňují lokty před pádem na ně, který je hodně častý a při chytání na parketovém hřišti nepříjemný.

### Kalhoty

Kalhoty jsou speciální v tom, že mají v oblasti kolen vytvořeny hladký povrch, po kterém brankáři mohou klouzat. Dále mají spoustu vyztužené míst jako je oblast stehenní ze, předu a zezadu, holení, a zadek. Některé kalhoty mají výhodu rozepínání u kotníků, které slouží k větrání.

Obr. 6

### Brankářská boty

Boty brankář může používat jakékoliv sálové boty. Po skutečnostech doporučuji přímo brankářské mají několik výhod. Uprostřed chodidla jim chybí podrážka, což umožňuje snazší ohnutí chodidla při odrazech a dále jsou celé vyztužené a upravené pro klouzání. Navíc vám vydrží mnohem déle než sálové boty, které nejsou na tyto podmínky přizpůsobené.

Obr. 7

### Dres

Defakto dres slouží jen k tomu ukázat vaše jméno a číslo na zádech nebo pro lepší vzhled. Tohle je něco, co si myslí nejspíš většina, ale dres může být i vystuzeny oproti vestě sice málo ale dá se to využít jako další vrstva, nebo používat pouze vystuzeny dres což se doporučuje v nižších kategoriích.

Obr. 8

### Rukavice

Rukavice jsou asi nejméně potřebná část chrání vás také před míčkem a seknutí do prstu ale mají nevýhodu, to takovou že nad míčkem máte menší kontrolu míček může vyklouzávat na zemi vám můžou prokluzovat ruce a nemusíte míček tak dobře cítit.

Obr. 9

### Multifunkční šortky+ suspenzor

Šortky mají více využití. Chrání před narazy, při pádu oblast boků, zadku a část kostrče. Součástí je i suspenzor, který chrání vaše intimní partie před míčkem, což není nic příjemného ale, dá se zakoupit i zvlášť není jen součásti šortek.

Obr. 10

# Lukáš Bauer

Lukáš Bauer je jeden z nejlepších brankářů a můj vzor.

Je to český florbalový brankář, brankář sezony a čtyřnásobný mistr Česka. S florbalem začal v roce v dnešním klubu Tj Sokol Královské Vinohrady.

Svou kariéru započal v roce 2008 ještě v kategorii juniorů za Tatran Střešovice, kde nastupoval na některé zápasy nejvyšší soutěže, kde tak v sezoně 2007/2008 získal svůj první mistrovský titul. V sezoně 2013/2014 získal svou první bronzovou medaili v nejvyšší mužské soutěži za klub Florbal Mladá Boleslav. V roce 2014 odešel chytat na 2 sezony do Švýcarska za klub UHC Grunenmatt kde byl vyhlášen za jednoho z nejlepších brankářů.

Obr. 11

Medaile:

Zlaté-4

Stříbrné-4

Bronzové-5

Závěr

Věřím, že se vám tato práce líbila a dozvěděli jste se něco nového o tomto sportu. Řekli jsme si krátce něco o florbalu a dále probrali jen brankáře. Probrali jsme jeho specifická pravidla, způsoby chytání, druhy přesunů a brankářskou výstroj, a nakonec o mém vzoru a jednoho z nejlepších brankářů.Zdroje:

*Jednadvacítka*. Online. Dostupné z: [Florbalová prodejna v Praze - My florbal umíme! - Jednadvacítka (jednadvacitka.cz)](https://www.citacepro.com/dok/Florbalov%C3%A1%20prodejna%20v%20Praze%20-%20My%20florbal%20um%C3%ADme%21%20-%20Jednadvac%C3%ADtka%20%28jednadvacitka.cz%29). [cit. 2024-05-29].

*IFF International Floorball Federation*. Online. Dostupné z: <https://floorball.sport/>. [cit. 2024-05-29].

Online. Dostupné z: [Florbal – Wikipedie (wikipedia.org)](https://www.citacepro.com/dok/Florbal%20%E2%80%93%20Wikipedie%20%28wikipedia.org%29). [cit. 2024-05-29].

*Český florbal*. Online. Dostupné z: [Florbal – Wikipedie (wikipedia.org)](https://www.citacepro.com/dok/Florbal%20%E2%80%93%20Wikipedie%20%28wikipedia.org%29). [cit. 2024-05-29].

*Tatran Střešovice*. Online. Dostupné z: [Hlavní stránka | Český florbal (ceskyflorbal.cz)](https://www.citacepro.com/dok/Hlavn%C3%AD%20str%C3%A1nka%20%7C%20%C4%8Cesk%C3%BD%20florbal%20%28ceskyflorbal.cz%29). [cit. 2024-05-29].

*Lukáš Bauer*. Online. Dostupné z: [Lukáš Bauer (florbalista) – Wikipedie (wikipedia.org)](https://www.citacepro.com/dok/Luk%C3%A1%C5%A1%20Bauer%20%28florbalista%29%20%E2%80%93%20Wikipedie%20%28wikipedia.org%29). [cit. 2024-05-29].

# Seznam obrázků

Obr.1 Florbalové hřiště

*Florbalové hřiště*. Online. In: . Dostupné z: <https://www.doswich.cz/wp-content/uploads/2018/02/H%C5%99i%C5%A1t%C4%9B.jpg>. [cit. 2024-05-29].

Obr.2 Brankářská helma

Brankářská helma. In: . Dostupné z: <https://www.jednadvacitka.cz/59199-large_default/salming-phoenix-elite-helmet-black-shiny.jpg>. [cit. 2024-05-29].

Obr.3 Chrániče kolen

Chrániče kolen. In: . Dostupné z: <https://www.jednadvacitka.cz/42884-large_default/blindsave-knee-pads-original-mix.jpg>. [cit. 2024-05-29].

Obr.4 Brankářská vesta

Brankářská vesta. In: . Dostupné z: <https://www.jednadvacitka.cz/42740-large_default/blindsave-new-protection-vest-rc-ls.jpg>. [cit. 2024-05-29].

Obr.5 Chrániče loktů

Chrániče loktů. In: . Dostupné z: <https://www.jednadvacitka.cz/58831-large_default/zone-elbow-protection-upgrade-black-silver.jpg>. [cit. 2024-05-29].

Obr.6 Brankářské kalhoty

Brankářské kalhoty. In: . Dostupné z: <https://www.jednadvacitka.cz/14100-large_default/unihoc-goalie-pants-shield-black-white-sr.jpg>. [cit. 2024-05-29].

Obr.7 Brankářské boty

Brankářské boty. In: . Dostupné z: <https://www.jednadvacitka.cz/56867-large_default/salming-slide-5-goalie-shoe-black.jpg>. [cit. 2024-05-29].

Obr.8 Brankářský dres
Brankářský dres. In: . Dostupné z: <https://www.jednadvacitka.cz/60307-large_default/unihoc-goalie-sweater-alpha-white-black.jpg>. [cit. 2024-05-29].

Obr.9 Brankářské rukavice

Brankářské rukavice. In: . Dostupné z: <https://www.jednadvacitka.cz/43481-large_default/unihoc-goalie-gloves-supergrip.jpg>. [cit. 2024-05-29].

Obr.10 Multifunkční šortky

Multifukční šortky. In: . Dostupné z: <https://www.jednadvacitka.cz/42715-large_default/blindsave-protection-shorts-pro-cup.jpg>. [cit. 2024-05-29].
Obr.11 Luká Bauer

Lukáš Bauer. In: . Dostupné z: <https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/9/9e/WFC2022_Czech_Republic_vs_Slovakia_80_%28cropped_Lukas_Bauer%29.jpg/338px-WFC2022_Czech_Republic_vs_Slovakia_80_%28cropped_Lukas_Bauer%29.jpg>. [cit. 2024-05-29].