

# Florbal

Jiří Kysel

kompletní průvodce



## Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

*Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umísťování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.*



# Florbal

Jiří Kysel

kompletní průvodce



Grada Publishing



**Jiří Kysel**

# Florbal

**kompletní průvodce**

Vydala Grada Publishing, a.s.  
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7  
obchod@grada.cz, www.grada.cz  
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400  
jako svou 4210. publikaci

Fotografie Martin Flousek  
Odpovědná redaktorka Ivana Kočí  
Jazyková úprava Gabriela Janů  
Grafická úprava a sazba Grafické studio Hozák  
Návrh a grafická úprava obálky Grafické studio Hozák  
Počet stran 144  
První vydání, Praha 2010  
Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

© Grada Publishing, a.s., 2010

Všechna práva, především právo na rozmnožování a šíření díla, stejně jako právo na překlad, jsou vyhrazena. Žádná část tohoto díla nesmí být v jakékoliv formě – fotokopie, mikrofilm nebo jiný způsob – reprodukována bez písemného povolení vydavatelství, též nesmí být použitím elektronických systémů zpracovávána, zálohována, rozmnožována nebo šířena.

ISBN 978-80-247-3615-0 (tištěná verze)

ISBN 978-80-247-7335-3 (elektronická verze ve formátu PDF)

© Grada Publishing, a.s. 2012

# Obsah

<b>Grafické značení</b>	<b>8</b>
<b>Úvod</b>	<b>9</b>
<b>1 Florbal a jeho vývoj ve světě i u nás</b>	<b>10</b>
<b>1.1 Florbal ve světě</b>	<b>12</b>
<b>1.2 Florbal v ČR</b>	<b>15</b>
<b>2 Pravidla a jejich výklad</b>	<b>19</b>
Nejčastější přestupky trestané volným úderem	25
Nejčastější přestupky trestané dvouminutovým vyloučením	26
<b>2.1 Signály rozhodčích</b>	<b>30</b>
<b>2.2 Úpravy pravidel pro školní prostředí</b>	<b>36</b>
<b>3 Florbalové vybavení</b>	<b>37</b>
<b>4 Trénink a učení</b>	<b>43</b>
<b>4.1 Florbalový trénink</b>	<b>43</b>
<b>4.2 Vyučování florbalu</b>	<b>44</b>
<b>4.3 Didaktické formy</b>	<b>45</b>
Vyučovací jednotka (VJ), tréninková jednotka (TJ)	45
<b>4.4 Sociálně-interakční formy (SIF)</b>	<b>47</b>
<b>4.5 Metodicko-organizační formy (MOF)</b>	<b>49</b>
<b>Systematika florbalu</b>	<b>51</b>
<b>5 Herní činnosti jednotlivce</b>	<b>52</b>
<b>5.1 Držení hole hráčem</b>	<b>52</b>
<b>5.2 Základní postoj hráče</b>	<b>52</b>
<b>5.3 Útočné herní činnosti jednotlivce</b>	<b>54</b>
Driblink	54
Vedení míčku	59
Přihrávání míčku	64
Střelba	68
Obranné herní činnosti jednotlivce	73

<b>6</b>	<b>Florbalový brankář</b>	<b>76</b>
6.1	Základní postoj brankáře	76
6.2	Pohyb brankáře	77
6.3	Chytání a vyrážení střel	79
6.4	Trestné střelení	82
6.5	Trénink brankáře	83
<b>7</b>	<b>Herní kombinace</b>	<b>86</b>
7.1	<b>Útočné herní kombinace</b>	<b>86</b>
	Herní kombinace založené na „Přihraj a běž“	86
	Herní kombinace založené na křížení	86
	Herní kombinace založené na clonění	87
	Herní kombinace založené na zpětné přihrávce	88
	Herní kombinace založené na nahození	89
	Herní kombinace založené na vhazování	89
	Herní kombinace založené na rozehrání standardní situace	89
7.2	<b>Obranné herní kombinace</b>	<b>90</b>
<b>8</b>	<b>Herní systémy</b>	<b>93</b>
8.1	<b>Útočné herní systémy</b>	<b>93</b>
8.2	<b>Obranné herní systémy</b>	<b>93</b>
	Přesilová hra a oslabení	94
8.3	<b>Základní typy florbalového rozestavení</b>	<b>96</b>
	Rozestavení 2 – 1 – 2	96
	Rozestavení 1 – 2 – 2 (počítáno od branky soupeře)	96
	Rozestavení 2 – 2 – 1 (počítáno od branky soupeře)	96
	Rozestavení tzv. Dvojitého vé („W“)	97
	Rozestavení při hře ve čtyřech hráčích (2 – 2)	97
<b>9</b>	<b>Zásobník cvičení, her a tréninkových jednotek</b>	<b>98</b>
9.1	<b>Cvičení pro rozvoj herních činností</b>	<b>98</b>
9.2	<b>Cvičení pro brankáře</b>	<b>113</b>
9.3	<b>Příklady vyučovacích jednotek</b>	<b>114</b>
9.4	<b>Příklady efektivních tréninkových forem</b>	<b>121</b>
9.5	<b>Florbalové hry</b>	<b>123</b>
	Úpravy počtu hráčů	123
	Úpravy hřišť a branek	123
	Úpravy počtu míčků	125
	Úpravy pravidel	125

<b>10</b>	<b>Specifika přípravy dětí a žen</b>	<b>127</b>
<b>10.1</b>	<b>Příprava dětí a mládeže</b>	<b>127</b>
	Období prepubescence (mladší školní věk, 6–10 let)	128
	Období pubescence (střední či starší školní věk, 11–15 let)	128
	Období adolescence (dorostový věk, chlapci 16–20 let, Dívky 14–18 let)	129
	Senzitivní období	129
<b>10.2</b>	<b>Specifika přípravy žen a dívek</b>	<b>131</b>
<b>11</b>	<b>Vedení družstva v utkání</b>	<b>132</b>
	Činnosti před utkáním	132
	Činnosti při utkání	132
	Činnosti po utkání	133
	Vedení dětí v utkáních	133
	Školní soutěže	134
<b>12</b>	<b>Kompenzační cvičení a strečink</b>	<b>135</b>
<b>12.1</b>	<b>Protahovací cvičení</b>	
<b>13</b>	<b>Regenerace a prevence úrazů</b>	<b>138</b>
<b>13.1</b>	<b>Úrazová prevence</b>	<b>140</b>
	<b>Závěr</b>	<b>142</b>
	<b>Literatura a internetové odkazy</b>	<b>142</b>



## Grafické značení

útočník ●

obránce ▲

hráč 3. družstva ■

míček ●

kužel ▲

pořadí akcí 1, 2, 3

běh bez míčku →

běh s míčkem ~~~~~→

běh vzad ~~~~~→

přihrávka - - - - →

střela ==>





# Úvod

Rychlost! Zábava! Nadšení! Chytrá hra! Spolupráce! Přátelství! To jsou některé z často skloňovaných atributů moderního sportu, florbalu. Jeho kouzlu rychle propadly desetitisíce Čechů. Hokejový národ před nedávnem poznal hru, která k nám přišla ze Švédska. Sport, ke kterému není třeba drahá výstroj či výzbroj, ledová plocha ani brusle. Snad pro svou nenáročnost a zároveň atraktivitu se florbal v České republice brzy zabydlel.

Florbal je nejdynamičtěji se rozvíjející sportovní hrou. V ČR mu náleží příčka pátého nejrozšířenějšího sportu. Nutno dodat zatím, neboť šlape na paty volejbalu, hokeji i tenisu. Říká se, že florbal je sportem mladých. Ovšem hrát jej mohou úplně všichni, bez rozdílu pohlaví a věku. Florbal je opravdu pro každého. Každý může zažít to vzrušení ze hry, sdílenou radost z týmových úspěchů, opojný pocit, když děrovaný míček skončí v brance.

V dnešní době trpí mládež hypokinézou (nedostatkem pohybu) a preferuje pasivní trávení volného času. Počítač vítězí nad sportem. Hlavní podíl viny nesou jistě rodiče, ale částečně i škola. Hodin tělesné výchovy je zoufale málo a bohužel představují mnohdy jediný zdroj pohybové aktivity žáků. Proto je třeba připravovat vyučování a zájmové kroužky zábavné, pestré a snažit se dětem naznačit cestu zdravého životního stylu. Nezbyvá než věřit, že díky prožitkům z hodin tělesné výchovy začnou žáci sportovat sami ve svém volném čase.

V této knížce naleznete výběr nejpodstatnějších informací o florbalu – o jeho krátké historii, o vhodném vybavení, výklad pravidel atd. Největší prostor je věnován metodice – jakým způsobem florbal trénovat či jak ho zapojovat do výuky, jak správně učit svěřence základním florbalovým dovednostem.

Knih je určena trenérům, učitelům, vedoucím sportovních kroužků a nejšířší florbalové veřejnosti. Přeji všem, aby se stala vítaným pomocníkem v oblasti soutěžního, rekreačního i školního florbalu, zejména u dětí a mládeže.

# 1

# Florbal a jeho vývoj ve světě i u nás

Florbal je nyní v kurzu. Představuje nenáročnou, přesto vysoce atraktivní kolektivní hru, oblíbenou mladými generacemi chlapců i děvčat všech stupňů škol. Zároveň je, i přes krátkou dobu existence, plnohodnotným a velmi oblíbeným sportovním odvětvím. Stále se rozvíjející halový sport přispívá k rozvoji pohybových schopností, ke zlepšování pohybových dovedností. Příznivě ovlivňuje osobnostní charakteristiky jako rozvoj morálně-volních vlastností, houževnatosti, kreativity, odolnosti, smyslu pro fair-play atd. Fyzická náročnost florbalu je nepatrně nižší než v ledním hokeji, proto dochází k výraznému nárůstu celkové zdatnosti. Nezanedbatelný význam týmového sportu nacházíme i v sociální oblasti.

Florbal (anglicky floorball) je heuristicko-kolektivní hrou míčového a brankového typu, ve které rozhoduje, které ze dvou družstev nastřílí po dobu utkání více branek. Na hřišti ohraničeném nízkými mantinely proti sobě (invazivně) soupeří dvě družstva obvykle po pěti hráčích s hokejkami. Brankáři chytají střely blížící se rychlostí míčku až k 200 km/hod

bez hokejek. Na dodržování pravidel dohlíží dva rozhodčí s rovnocennou autoritou. Florbalová soutěžní sezona probíhá od září do dubna.

Svou dynamičností a atraktivitou je florbal předurčen k tomu, aby se stal jedním z nejpobulárnějších domácích sportů. Snadno se učí, je minimálně náročný na vybavení a má jednoduchá pravidla. Jeho benefity ocení sportovci trénující několikrát do týdne, stejně jako rekreační florbalisté trávící volný čas aktivně s přáteli. Divácká atraktivita je zaručena díky proměnlivému hernímu ději, vysokému tempu s řadou chytrých akcí, množstvím vstřelených branek a častým zvrátům ve skóre.

Florbalová komunita si zakládá na přátelství a důsledném dodržování principů fair-play. Značné procento dospělých hráčů tvoří vysokoškoláci, také díky tomu florbal není tolik zatížen negativními jevy jako jiné kolektivní sporty. Rovněž většina extraligových hráčů se rekrutuje z řad vysokoškolských studentů. Florbal je u nás zatím postaven na ama-

térské bázi, hráčky i hráči jej hrají hlavně pro radost. Náročnost nejen po stránce časové je na nejvyšší úrovni vysoká. Vývoj dospěje v krátkodobém horizontu k poloprofesionálnímu pojetí a do budoucna se podmínky budou jistě blížit profesionálním. Věříme, že radost ze hry se profesionalizací nevytratí.

Rychlý rozvoj členské základny s sebou pochopitelně přinesl i mnohá negativa v oblastech, které se nedaří rozvíjet tak rychle, jak je třeba. Achillovou patou českého florbalu je prozatím nedostatek kvalitních trenérů, funkcionářů, tréninkových prostor, nedostatečná pozornost je věnována zdravotní a rehabilitační péči apod. Můžeme však říci, že se situace rok od roku zlepšuje.

Díky anticipační povaze hry klade florbal vysoké požadavky na poznávací a senzomotorické procesy hráčů. Jednotlivé herní epizody probíhají v podmínkách časové a prostorové tísně, hráči jsou vystaveni emočním tlakům. Herní děj se rychle přelévá, obranná fáze hry s útočnou se v nepravidelných intervalech střídají. Hráčky a hráči „čtou hru“, na základě zkušeností, taktických požadavků, hráčské inteligence a kreativity se v konkrétních herních situacích rozhodují o motorických řešeních. Herní činnosti jsou prováděny ve vysoké intenzitě s různě velkým odporem soupeře, technická úroveň dovedností odpovídá stupni osvojení (motorické učení) v podmínkách utkání.

Na nejvyšších úrovních vyžaduje florbal kvalitně fyzicky disponované hráče. Ti provádějí opakované krátkodobé činnosti zejména explozivního rychlostně-silového charakteru vysoké intenzity v intermitentním režimu (střídání pětic). Stěžejním požadavkem jsou nároky na komplex rychlostních a koordinačních schopností ve všech podobách.

Rychlost rukou i nohou, reakční a startovní rychlost na několik málo kroků, rychlost se změnou směru (agility), rychlostní vytrvalost atd. Florbalisté musí zároveň disponovat patřičnou úrovní silových schopností a pro provádění pohybů v patřičném rozsahu být dostatečně pohybliví.

Florbal v nesoutěžní podobě můžeme hrát v různých podobách a alternativních podmínkách. Obdoby florbalu lze provozovat na rovných travnatých plochách či na plážích. V zimním období má florbal tradici v severních zemích i na sněhovém podkladě, výjimečná nejsou ani klání na hlině či v bahně. V letním období probíhají v evropských zemích také turnaje pod širým nebem na speciálním florbalovém povrchu či na vhodných rovných tvrdých plochách. Při venkovní hře bez brankářů na menších plochách se můžeme setkat s označením speed-floorball nebo také streetfloorball.

Freestyle floorball označuje umění ovládnání míčku hokejkou ve vzduchu. Jde o téměř artistické umění líbivé pro diváky. Podstata spočívá v nabrání míčku špičkou čepele a s využitím odstředivé síly a povoleného záhybu čepele jej aktéři odlepí od země a pohybují s ním ve vzduchu, kde předvádějí různě složitě prvky. Později se vyvinulo freebandy využívající umění freestylu k týmové hře. Tyto odnože sloužily většinou k zaplnění přestávkového programu diváků tradičního florbalu. Do něj lze prvky z freestylu jen těžko přenést, snad s výjimkou standardních situací a gólů dosažených zpoza branky, vyžadují odlišný záhyb špičky čepele a jiné ovládnání míčku než klasické herní činnosti.

Florbalu se daří také mezi hendikepovanými sportovci. Rozlišujeme florbal stojících a florbal na vozíčkách. CIFEWH je

zkratka pro mezinárodní federaci florbalu na elektrických vozících (electric wheelchair hockey). Používají se speciálně upravené vozíky s pohonem, jejichž cena se pohybuje okolo 200 tisíc Kč. Sedící hráči ovládají jednou rukou páčku k pohybu vozíku, zápěstí a předloktí druhé ruky mají pevně přivázané k hokejce. Více postižení mají před stupačkou tzv. T-stick, kterým vodí míček. Branky i mantinely jsou snižené.



*Florbal na elektrických vozících  
(zdroj: CIFEWH)*

Odlíšný je florbal vozíčkářů, kteří jsou schopní své vozíky ovládat manuálně. Mají sportovně upravené vozíky a často florbal kombinují se sledge hokejem. Ovládání vozíku je velmi namáhavé a pro nováčky složité. Hráči (včetně brankáře, má-li k dispozici alespoň jednu horní končetinu) navíc v jedné ruce drží hokejku a prokazují vysoký stupeň obratnosti. Vo-

zíčkáři mají zvláštní dodatky k pravidlům, upravující například střídání, zakazující hraní hokejkou pod vozíkem či nad úrovní velkých kol vozíku atd.



*Florbal vozíčkářů (zdroj: ČFFV)*

Domácím průkopníkem a předsedou České federace florbalu vozíčkářů (ČFFV) je Petr Alina. První vozíčkářský zápas v ČR proběhl již v minulém století a od roku 2003 se pravidelně koná mistrovství republiky. Vozíčkářské florbalové ligy se účastní družstva z celé země, v mezinárodním měřítku je úspěšný národní tým pod vedením trenéra Petra Koutného. Je první českou reprezentací, které se podařilo porazit Švédy. V roce 2010 Česko v Jablonci hostilo Turnaj šesti zemí, kde reprezentace podlehla ve finále právě severanům. Sport hendikepovaných je úspěšně podporován projekty „Florbal na kolech“ a „Střílejte na vozíčkáře“.

## 1.1 Florbal ve světě

Za kolébku florbalu je všeobecně považována Skandinávie. Málokdo však ví, že původně florbal vznikl v USA. Konkrétně ve státě Minneapolis, v továrně na plasty Cosom v Lakeville. Tamním dělníkům patřil prvenství, neboť pro zábavu vyrobili plastické hokejky, jimiž ovládali míčky, již v roce 1958. V USA a také v Kanadě

v šedesátých letech minulého století hráli s plastovými hokejkami zejména školáci a studenti. Tehdy nově zrozená hra dostala název floorhockey a za mořem se dočkala i prvních turnajů. Tím největším byl Floorhockey tournament, pořádaný každoročně v šedesátých letech v Battle Creek v Michiganu.

Masového rozkvětu se nový sport dočkal až poté, když byly plastové hole Cosom přivezeny na evropský kontinent, konkrétně roku 1968 do Skandinávie. Ve Švédsku, zemi s dostatečným množstvím tělocvičen a hráčů zapálených pro lední hokej, bandy hokej apod., našla nově vznikající hra příhodné podmínky pro rozkvět. Na počátku sedmdesátých let objevovali kouzlo hry, kterou pojmenovali **innebandy**, švédští hokejisté v letním období v tělocvičnách i na venkovních hřištích. Florbal tak vlastně vznikl jako modifikovaná hra z ledního hokeje, tehdy v mnoha variantách s různými typy míčků i lehkých puků.

V polovině sedmdesátých let se prosadila myšlenka sjednocení do jednoho sportu bezkontaktní povahy. Začaly se vyrábět první speciální nepružné hokejky, u nás známé jako „fíberky“. Míček byl přejatý z odlehčeného typu míčku používaného v USA k zimním tréninkům nadhazovačů baseballu v hale. Američané zjistili, že na děrovaný míček působí menší odpor vzduchu a i přes nízkou váhu si zachovává kvalitní letové vlastnosti. A Švédové s ním začali hrát florbal. Ten rychle oslovil zájemce o sport hokejového typu nejenom z řad nebruslařů a jeho popularita se brzy rozšířila do sousedního Finska (zde pod názvem **salibandy**).

Švédsko má ve florbalovém světě dodnes výsadní postavení, udává směr vývoje po všech stránkách. Tamní florbalový svaz byl jako vůbec první založen v roce 1981 (*Svenska Innebandyförbundet – SIFB*) a je spojen především s průkopníky Cisterem Gustafssonem a Andrássem Czitromem. Pozoruhodné je, že druhá nejstarší národní asociace byla založena o dva roky později až v dalekém Japonsku. Se vznikem svazu se začaly hrát ve Švédsku první oficiální soutěže a o pět let později již základna čítala více než sto klubů. Ze

Skandinávie se florbal šířil na jih do ostatních evropských zemí a v novém století již výrazněji expanduje i napříč kontinenty.

Ve Švýcarsku mají tradici jiné formy sportu využívající brankáře s hokejkou a také hra družstev na menším hřišti s pouze třemi hráči. Nižší soutěže se ve Švýcarsku dodnes hrají systémem 3 + 1 v menších tělocvičnách (*Kleinfeld*), klasický florbal 5 + 1 na větších hřištích (*Grossfeld*), samotný sport je označován jako **unihockey**. Severské země navázaly se Švýcarsky kontakt a v roce 1986 založili **Mezinárodní florbalovou federaci** (*IFF – International Floorball Federation*) ve švédské Huskvarně. V jejím čele stanul až do roku 1992 András Czitrom, záhy se podařilo sjednotit florbalová pravidla.



Logo Mezinárodní florbalové federace (zdroj: IFF)

Po silné trojce se postupně zapojovaly další členské státy – Norsko, Švédsko, Maďarsko, Rusko a v roce 1993 také Česká republika. Ve stejném roce hostilo Švédsko vůbec první mezinárodní akci, Pohár mistrů evropských zemí. Ten od té doby probíhal každoročně, název se časem měnil na Pohár mistrů či Evropský pohár. V současné době se připravuje změna jeho podoby v ženské i mužské kategorii. O Pohár mistrů budou bojovat vítězové domácích soutěží ze čtyř nejlépe

umístěných států na posledním MS, kvalifikací se stane Evropský pohár s účastí vítězů lig z dalších zemí.

V roce 1994 se konalo první Mistrovství Evropy (ME) mužů ve Finsku, o rok později první ME v ženské kategorii. Rok 1996 byl ve znamení prvního oficiálního **mistrovství světa** (MS), jehož severské finále sledovalo přes 15 000 diváků ve stockholmské Globen aréně. Od té doby se světové mistrovství koná každoročně, v lichých letech o medaile bojují ženy a v sudých muži. V roce 2010 MS změnilo svůj systém, dosavadní B a C divizi nahradí kvalifikace na MS a počet účastníků mistrovství se zvýší z 10 na 16. V novém tisíciletí přibyla dále světová mistrovství v kategorii juniorů a junierek, univerzitní MS a v roce 2007 dokonce i MS středních škol, jehož první ročník hostilo Brno.

Počet členských zemí stále vzrůstal, jmenujme například Estonsko, Lotyšsko, Německo, Rakousko, Nizozemí, Velkou Británii, Slovensko či Slovinsko, z mimoevropských pak již zmíněné Japonsko, USA, Kanadu, Singapur, Austrálii, Brazílii atd. Vznikají i kontinentální konfederace, např. Asijská a oceánská florbalová konfederace (AOFC). Na přelomu tisíciletí registrovala IFF již 22 členských zemí, v nich více než 160 000 registrovaných hráčů a hráček v přibližně 3 000 oddílech. Tato čísla rok od roku narůstala. V roce 2010 eviduje IFF 52 členských asociací, přes 4 tisíce klubů a více než 300 tisíc registrovaných hráčů. Odhady o celosvětovém počtu neregistrovaných florbalistů hrajících rekreačně jsou v řádech milionů. Současným, v pořadí třetím, prezidentem IFF je od roku 1996 Tomas Eriksson ze Švédska, jenž vystřídal ve funkci finského Pekku Mukkalu. V roce 2010 byl zvolen do prestižní funkce viceprezidenta IFF český zástupce Filip Šuman.

Mezinárodní florbalová federace nyní sídlí v Helsinkách a vynakládá úsilí o celosvětový progres. V roce 2008 zaznamenala úspěch na diplomatickém poli. Florbal byl přizván do rodiny prozatímních sportů Mezinárodním olympijským výborem (MOV). Tento fakt florbalu otevřel dveře k Univerziádě a je prvním krokem k zařazení do programu letních olympijských her, o které Mezinárodní federace pochopitelně usiluje.

Po Švédsku a Finsku je florbalově třetí nejvyspělejší zemí Švýcarsko následované Českou republikou. Toto rozložení sil se odráží zejména v kvalitě soutěží a samozřejmě se promítá do výsledků reprezentačních družstev. Nejuznávanější soutěží je švédská Superliga, v níž ze čtrnácti celků dva nejúspěšnější v posledních letech odehrály finále play-off hrané jediným utkáním rozhodujícím o titul v zaplněné Globen aréně. Finská Salibandy liga je oproti švédské soutěži více útočnější, rychlé přelévání hry je divácky atraktivní a dvojciferné výsledky nejsou nikterak výjimečné. Úroveň o poznání vyšší než česká Extraliga si udržuje i švýcarská NLA.

Rozvoj florbalu v ostatních zemích je neméně dynamický, čímž dochází k postupnému vyrovnávání. Florbalově mladší státy postupují vpřed mílovými kroky. Česká republika se snaží šlapat na paty Švýcarsku a postavení Švédska zejména díky sousednímu Finsku ztratilo punc bezvýhradné exkluzivity. V ženské kategorii jsou síly přeskupeny rozdílněji. Primát drží díky ohromné základně a kvalitní soutěži Švédky, na druhou nejvyšší příčku se vypracovaly švýcarské florbalistky před finskými. Do budoucna lze očekávat větší vyrovnávání světové špičky a zapojování stále více florbalových zemí.

## Florbal v ČR

### 1.2

Prvnímu českému kontaktu s florballem napomohl výměnný pobyt studentů z univerzity KY ze Stockholmu. Českým vysokoškolařům se hra ve Finsku zalíbila. Posléze při pobytu v Praze Finové v roce 1984 zanechali darem dvanáct hokejek s míčky a studenti VŠE s nimi hráli v malé tělocvičně téměř rok. Hokejky se začaly lámat, i přes snahu o jejich lepení či nastavování násadami od košťat apod. již nebylo možné hrát čtyři na čtyři. Kvůli absenci vybavení skupina studentů okolo Michala Bauera a Petra Chaloupky florbalu dočasně zanechala.

Český florbal tým v roce 1985 „usnul“ a spal celých šest let. Poté dovezl hokejky ze Švédska Bernq Holmquist, ředitel švédské pobočky jedné pražské cestovní kanceláře. Začalo se tak v pražských Střešovicích, zejména díky bratřím Vaculíkovým, opět hrát. Ve stejné době znovu provozovali miniflorbal se zbylými holemi i výše zmiňovaní studenti VŠE. Další materiál se do Čech dostal například ze Švýcarska prostřednictvím letního soustředění florbalového družstva ve východočeské Jaroměři, asi sto hokejek od firmy Unihoc přivezl Martin Vaculík ze Švédska.

Podstatné bylo dovezení opravdových mantinelů v roce 1992 po turnaji z maďarské Budapešti. Díky nim se začaly hrát turnaje a později první ročníky soutěží. Florbal se začal šířit do všech koutů naší země. Kromě hlavního města se druhým největším ohniskem rozvoje stalo Ostravsko, o což se nejvíce zasloužil Marcel Pudich. Další centra vznikala v Brně, Liberci aj. Premiérovým mistrem národní ligy se v roce 1994 stal po zásluze pražský celek IBK Forza Tattan, který z celkového počtu 18 zápasů prohrál jediný.

V ČR florbal zaštiťuje **Česká florbalová unie** (ČFbU). Založena byla v lednu roku 1992, o rok později byla přijata Mezinárodní florbalovou federací (IFF). Prvním prezidentem ČFbU se stal a šest let vydržel ve funkci Martin Vaculík, po něm působil ve dvouletém období František Babák. Od roku 2000 úspěšně řídí český florbal Filip Šuman. Hned během prvního roku své existence nashromáždila unie na 700 hráčů rozdělených do 40 týmů.



Logo České florbalové unie (zdroj: ČFbU)

Dalšímu rozvoji jistě napomohlo pořádání historicky druhého MS mužů v roce 1998 v Brně a v Praze. V roce 2003 byla Česká republika pořadatelem Evropského poháru mužů i žen a Světového šampionátu juniorů. Důležitým rozvojovým momentem bylo stále častější zařazování florbalu do výuky a vznik prvních školních soutěží. V roce 1996 vznikla společnými silami tehdejších hráčů a trenérů první metodická příručka. Rozvoj podporuje ČFbU i nadále pomocí programů podpory či dlouhodobě připravovanou akcí „Mantinely pro všechny“.

V roce 1998 se v ČFbU účastnilo přes 4,5 tisíce hráčů ve 156 družstvech 16 soutěží. O deset let později, v roce 2008, to bylo již necelých 45 tisíc aktiv-

ních členů, tedy desetinásobek hráčů, téměř 1 200 družstev a 128 soutěží. Tato čísla deklarují neuvěřitelně bouřlivý boom florbalu, jenž stále trvá. V sezoně 2010–2011 počet členů úspěšně atakuje šedesátitisícovou hranici ve 1377 družstvech po celé ČR. Při stávajícím tempu rozvoje bude florbal brzy druhým největším českým sportem po fotbalu. V mládežnické základně je druhý již nyní, v pohárové soutěži dospělých drží prvenství. V žádném kolektivním sportu není přihlášeno do pohárové soutěže tolik družstev jako právě ve florbalu.

ČFbU dohlíží v sedmistupňové struktuře soutěží na nejvyšší, celostátní. Regionální unie se starají o soutěže spojených dvojkrajů a soutěže krajské. Vzhledem ke krátké historii jsou raritou již zavedené veteránské kategorie.



Veteránský florbal

Nejvíce registrovaných samozřejmě zápolí v kategoriích dětí a mládeže. V přípravce hrají děti od pěti let, následují dvouleté kategorie elévů a mladších žáků. V sezoně 2010–2011 se věkové uspořádání posunulo tak, aby kategorie mladších žáků lépe odpovídala období mladšímu školnímu věku. V soutěžích nejmladších není kladen přílišný důraz na výsledky, místo vytváření dlouhodobých tabulek se preferují nesoutěžní turnajové modely. Z didaktických důvodů se hraje odpovídajícím herním časem na menším hřišti a záměrně se neevduje kanadské bodování. Dalším metodickým krokem bude doufejme zavedení systémů 4 + 1 a 3 + 1 u nejmladších na odpovídající ploše pro lepší herní vývoj florbalistek a florbalistů.

Po mladších žácích následuje tradičně kategorie starších žáků hrající rovněž místní soutěže. Starší žáci již mají svůj soutěžní vrchol na konci sezony v podobě mistrovství republiky. Dorostenci a junioři hrají v nejvyšší úrovni soutěže celostátního charakteru. Přechodu do seniorské kategorie by mohlo v blízké budoucnosti pomoci vytvoření kategorie do 23 let, o jejím zavedení se nyní ve florbalovém hnutí diskutuje. V ženských složkách je prozatím kategorií méně a nejmladší dívky často hrají společné soutěže s chlapci. S rostoucí základnou budou přibývat další kategorie k zatím vytvořeným žákyním, dorostenkám, juniorkám a ženám, výhledově budou dívčí kategorie dvouleté podobné jako u chlapců.

Dlouhodobě nejúspěšnějším klubem v kategorii dospělých je třináctinásobný mistr Tatran Střešovice (nástupce Forzy). V jeho dresu zářili například již legendární Vladimír Fuchs nebo Juraj Šádek. Rekord v kanadském bodování extraligy drží nestárnoucí brněnský patriot Libor Schnei-



der. Na mezinárodní klubové scéně nejvíce zazářil 1. SC WOOW Vítkovice ziskem stříbra na Evropském poháru v Lotyšsku v říjnu 2010. Ve finále podleli čeští vicemistři pouze švédskému elitnímu klubu Storvreta IBK, který v základní skupině dokonce dokázali přehrát. V ženské kategorii dříve vítězil tým z Liberce, v posledních letech prokazuje suverénní nadvládu celek z hlavního města Herbadent Tigers SJM (dříve Děkanka). Ten v říjnu roku 2009 uspěl i na Poháru mistryň ziskem bronzových medailí, stejně jako v sezoně 2007–2008. Nejvýraznější postavou ženského florbalu byla produktivní útočnice pražského týmu Ilona Novotná. Mimo jiné získala tři ocenění Florbalistka roku v řadě v letech 2007 až 2009. V posledních letech provází florbal zvýšená pozornost sportovní veřejnosti, frekvence televizních přenosů nabývají na pravidelnosti a zvýšený zájem o florbal pozorujeme i u ostatních médií.

Do českých soutěží postupně pronikají cizinci. Zejména ze sousedního Slovenska a Polska, ale i ze vzdálenějšího Ruska nebo z Finska. V Čechách se zabydlel i Švéd s finskými kořeny Johan Von der Pahlen, hráč s reprezentačními zkušenostmi a dvěma tituly z Evropského poháru mistrů je oporou Tatranu Střešovice. Opačným směrem do kvalitnějších soutěží odchází sbírat florbalové zkušenosti špičkoví čeští hráči a hráčky. Zřejmě nejznámější domácí florbalista, Radim Cepek, jenž odehrál za národní reprezentaci více než 100 zápasů, se jako první Čech prosadil ve švédské superlize. Po něm ve švédské nejvyšší soutěži působili také Martin Richter a Milan Garčar. V sezoně 2010–2011 mají Češi zástupce dokonce ve švédském top klubu, Aleš Zálesný hraje v barvách Warbergu. Finskou ligu okusili další reprezentanti a reprezentantky: Pavel Brus, Tomáš Sladký, Aleš Zá-

lesný, David Rytch, Magdalena Šindelová, Denisa Billá, Jana Christianová či Hana Lacková. Nejpočetnější kolonii „krajánků“ bychom našli ve Švýcarsku, domácí florbalisté se prosazují i v sousedních zemích.

Prvním oficiálním českým reprezentačním trenérem byl od roku 1995 Jaroslav Marks. Trénoval muže na ME a na prvních dvou MS (1996 – 4. místo, 1998 – 6. místo na domácím MS). Před ním byl s týmem jako trenér Pavel Berger pouze v přátelských zápasech ve Švýcarsku. Od roku 2000 převzal mužskou reprezentaci kouč Zdeněk Skružný. Vedl družstvo na pěti mistrovstvích světa, z toho čtyřikrát dovedl tým do semifinále. Byl rovněž u největšího úspěchu, když čeští florbalisté vybojovali na MS 2004 ve Švýcarsku stříbrné medaile, v semifinále zdolali domácí Švýcarsko 5:3 a ve finále podleli Švédsku po boji 4:6. Po domácím mistrovství v roce 2008 nahradil Skružného ve funkci aktuální trenér Tomáš Trnavský.

Dvě medaile dosud získala reprezentace juniorů, v roce 2007 ve Švýcarsku stříbrné a při domácím MS v roce 2003 se radovala z bronzových. Třetí příčku vybojovaly na domácím MS v Olomouci v roce 2010 i juniorské reprezentantky. Největším úspěchem ženské reprezentace byla 4. příčka na MS 2009 ve Švédsku, kde české hráčky podlely v zápase o bronz finským florbalistkám 1:3. Všechny reprezentační týmy se pravidelně dvakrát za sezonu účastní turnajů Euro floorball tour, kde se střetávají s nejlepšími světovými výběry. V roce 2011 bude český florbal hostit premiérový klubový Champions cup a o rok později univerzitní MS. V univerzitním mistrovství se českým barvám daří. Roku 2008 vybojoval český akademický výběr mužů ve Finsku stří-

brné medaile. O dva roky později přivezl ze Švédska stříbro ženský výběr a muži získali bronz.

Předposlední MS mužů hostila v novém prosincovém termínu v roce 2008 Ostrava a Praha. Za pomoci několika stovek dobrovolníků se ČFbU podařilo uspořádat akci hodnocenou jako nejlepší florbalové mistrovství vůbec. MS bylo po pořadatelské stránce velice úspěšné, po dobu jeho konání byl florbalu, i díky vhodně zvolenému termínu, jenž nekolidoval s jinou významnou akcí, v médiích věnován značný prostor. Celkový počet diváků překročil sto tisíc, čímž byl překonán rekord MS. Na zápas ČR–Švédsko v základní skupině v Ostravě se přišlo podívat téměř 9 tisíc fanoušků, což byl rovněž rekordní počet. Finále sledovalo v nejmodernější aréně v Praze přes čtrnáct tisíc fanoušků. Podle očekávání se do finále probjovaly skandinávské celky. Historicky poprvé prolomila švédskou nadvládu reprezentace Finska, jež v nádherném finále zvítězila v prodloužení. Domácí reprezentace sahala po medaili, v dramatickém boji

o třetí místo nakonec těsně podlehla Švýcarsku rovněž v prodloužení. Poslední MS se uskutečnilo koncem roku 2010 ve Finsku. V roce 2013 bude ČR pořádat MS žen a pro rok 2018 bude opět kandidovat na pořadatelství nejprestižnějšího MS v mužské kategorii.

ČR drží světový primát v pořadatelství největšího letního turnaje. Czech Open se odehrává tradičně v Praze v letním termínu od roku 1993. Již první ročník měl mezinárodní účast, když se jej zúčastnilo 43 družstev z osmi zemí a všechny medaile putovaly podle očekávání do Švédska. Od čtvrtého ročníku turnaje přesáhl počet zúčastněných týmů 100, zatím posledního ročníku se zúčastnilo přes 240 družstev ze 16 zemí. V elitní mužské kategorii získalo nejvíce titulů švédské družstvo Pixba Wallenstam IBK, srdce fanoušků si získal ofenzivním pojetím hry výběr z finských hráčů Finnsta IBK. Dle nových regulí IFF se Finnsta turnaje již neúčastní, špičkové kluby z florbalově vyspělých zemí jsou však zárukou vysoké kvality.



# 2

# Pravidla a jejich výklad

Florbalová pravidla čerpala prvky z ledního hokeje, fotbalu, basketbalu i jiných sportů. Vzniklé normy zabezpečují atraktivitu hry a při současné ochraně zdraví hráčů garantují odehrání zápasů v duchu fair-play. Přesné znění oficiálních pravidel vydává IFF ve čtyřletých cyklech vždy s drobnými úpravami. Jejich česká verze je k dispozici na internetových stránkách ČFbU. Pro potřeby této knížky si vystačíme s výkladem (nikoliv přesným zněním) těch nejčastěji používaných pravidel. Podstatou hry je dosáhnout více branek než soupeř při dodržení všech ustanovení pravidel.

První oficiální pravidla vznikla roku 1986 a vymezovala florbal jako sport postrádající fyzický kontakt soupeřících stran. S nárůstem trénovanosti hráčů se v minulých letech výklad pravidel uvolňoval. Nyní (již více než desetiletí) řadíme florbal mezi sporty kontaktní povahy, přetlačování hráčů rameny je, zejména u mantinelů, zcela běžné. Podstatnou změnou, jež od poloviny devadesátých let zrychlila hru, bylo zrušení dříve povolené přihrávky brankáři (tzv. „malé domů“). Současné znění pravidel používají florbalisté od července 2010. S novou verzí byly zavedeny drobné úpravy. Největší změnou bylo současné vyloučení vždy při nařízení

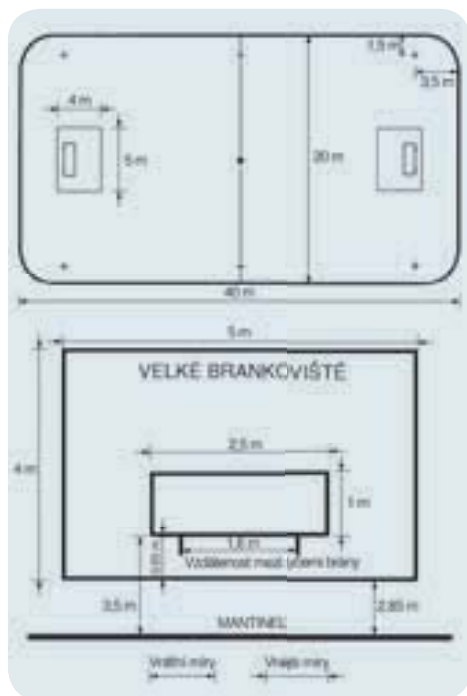
trestného střílení (dosud bylo současné vyloučení možné, nikoliv povinné), dále například bylo ženám povoleno nošení sukének (či šatů – tričko se sukni v jednom kusu) místo trenýrek.

Utkání řídí na hrací ploše **dva rozhodčí**. Aplikují pravidla, trestají přestupky a jejich viníky rovnocenným rozhodovacím právem. K barevnému rozlišení používají dresy šedivé či kontrastních barev, mimo jiné zabezpečují správnost vyplňování údajů do zápisu, který bývá při utkání pořizován. Rozhodčí se pohybují dle specifického systému, aby se těžiště hry nacházelo stále mezi nimi. Mají rozdělenou kontrolu hřiště tak, aby jim nic podstatného neuniklo, v případě možného ohrožení branky stojí jeden z nich vždy za ní a kontroluje přechod míčku za brankovou čáru.

Florbal je halový sport provozovaný na tvrdém a rovném povrchu, na gumových podlahách (např. taraflex) nebo parketách, které nekladou odpor čepeli s míčkem a mohou se po nich přesunovat brankáři. **Hrací plocha** má tvar obdélníku se zaoblenými rohy, v soutěžních podmínkách je dlouhá 40 a široká 20 metrů (s určitými tolerancemi). Děti zápolí na hřištích menších rozměrů. Hrací plocha je obehnaná schvá-

lenými **mantinely** o výšce 50 cm, z bezpečnostních důvodů je vhodné za nimi ponechat výběhové zóny. Středová čára půl hřiště rovným dílem na shodně velké poloviny, vprostřed hřiště je na středové čáře vyznačen bod k vhažování.

Na obou polovinách hrací plochy jsou čarami centrálně vyznačeny obdélníky brankovišť. **Velké brankoviště** má rozměry 4 × 5 metrů a slouží pouze pro vyznačení prostoru pro brankáře. **Malé brankoviště** tvoří obdélník o rozměrech 1 × 2,5 metru a jeho zadní část slouží zároveň jako branková čára, na které se nacházejí značky pro umístění brankových tyček. Na pomyslných prodloužených brankových čarách jsou 1,5 metru od mantinelu po obou stranách vyznačeny body pro vhažování. Podobně je tomu na středové čáře, celkem je na ploše včetně středového sedm takových bodů.



*Schéma hrací plochy a brankoviště  
(zdroj: ČFbU)*

**Branky** jsou 160 cm široké a 115 cm vysoké. Orientovány jsou čelem do hřiště, kromě zadní obvodové sítě jsou vybaveny i vnitřními záchytnými sítkami. Pro soutěžní účely mají předepsané rozměry hloubky, šířky rámu atd. a jsou opatřeny certifikační známkou IFF. Na delší straně hřiště mantinely barevně označují desetimetrové prostory pro střídání hráčů. Zapisovatelský stůlek a trestné lavice (či židle) bývají umístěny zpravidla u středu hřiště naproti střídačkám.

Ve velkém brankovišti smí **brankář** chytat míček do ruky. Při zanechání libovolné části těla v brankovišti (čáry se považují za jeho součást) jej může chytit i mimo něj, uvnitř může chytat míček i ve výskoku. Jakmile brankář velké brankoviště opustí, platí pro něho stejná pravidla jako pro hráče v poli (dočasně bez hokejky), dokud se nevrátí zpět. Po zachycení míčku má brankář 3 sekundy na výhoz, jenž musí dopadnout na zem před půlicí čarou. Při provádění výhozu musí hráči soupeře odstoupit od brankáře alespoň na vzdálenost tří metrů, blíže nesmí výhozu aktivně bránit. Příhrávky hráčů vlastnímu brankáři jsou zakázány, případný míček letící od spoluhráče brankář smí pouze vykopnout nohou, nesmí jej vzít do ruky. Chytit míček od spoluhráče se povoluje jen při výjimečných situacích, byla-li přihrávka něčím či někým tečována nebo při neúmyslné (nepodařené) přihrávce, posuzování těchto situací spadá do kompetence rozhodčích.

Brankář není vybaven hokejkou, pravidla dále zakazují jakékoliv vybavení určené k chytání střel (typu lapačky apod.). Povinnou součástí výbavy je schválená obličejová maska označená certifikací (záruka bezpečnosti). Žádné úpravy masky kromě nabarvení nejsou povoleny. Brankář nesmí používat žádné látky lepidla