



**Slovenský zväz florbalu**

občianske združenie

Junácka 6, 832 80 Bratislava

info@szfb.sk • www.szfb.sk

IČO: 31795421 • DIČ: 2021656626

IBAN: SK93 0900 0000 0051 0969 2840

registrácia: MV SR VVS/1-900/90-10134

**Komisia školského florbalu**  
Nesúťažný úsek / Školské súťaže  
skolskesutaze@szfb.sk



**Super Florbal DETI – Florbalové zručnosti 2023/2024**  
**Predpis florbalových zručností | Školské nepostupové**  
šk. rok 2023/2024

**VEKOVÉ KATEGÓRIE PRE ÚČASŤ:**

Žiaci a žiačky Základnej školy narodení 01.01.2014 a mladší, zároveň musia byť žiakmi triedy 1. – 2. ročník – kód: O-SR-A.

**MIESTO KONANIA:**

Určuje Nesúťažný úsek / Školské súťaže SZFB.

**ADRESA:**

Informuje organizátor príslušnej florbalovej zručnosti spolu s Nesúťažný úsek / Školské súťaže SZFB.

**TERMÍNY:**

Okresné florbalové zručnosti - 1. organizácia v mesiaci december;

Okresné florbalové zručnosti - 2. organizácia v mesiaci apríl;

Nesúťažný úsek / Školské súťaže SZFB – z okresných organizácií sa nikam nepostupuje, uskutočňujú sa iba v okresoch.

**ORGANIZAČNÝ TÝŽDEŇ:**

Organizačným týždňom je pondelok, utorok, streda, štvrtok, piatok, môže zasahovať do vyučovacieho procesu.

**ORGANIZÁCIA:**

Organizáciu určí Nesúťažný úsek / Školské súťaže SZFB v rozpise jednotlivkej organizácie.

**ŠTAFETOVÝ SYSTÉM ORGANIZÁCIE:**

Určí Nesúťažný úsek / Školské súťaže SZFB, a to na mieste v deň konania, podľa počtu prihlásených, prítomných školských družstiev. Družstvá sú povinné byť na mieste konania najmenej 20 minút pred začiatkom organizácie. Jedno družstvo vykoná v deň konania organizácie minimálne 5. celých dokončených štafiet, t. j. každý žiak, žiačka musí absolvovať každé stanovište minimálne jeden krát. V prípade záujmu môže byť jednotlivému žiakovi, žiačke povolené štartovať všetky stanovišťa jednotlivo.

**ŠTARTOVNÉ:**

Neplatí sa.

**FINANČNÉ ZABEZPEČENIE:**

Školy sa zúčastňujú na vlastné náklady.



### **ZDRAVOTNÉ ZABEZPEČENIE:**

Za zdravotnú spôsobilosť žiakov zodpovedá vedúci družstva - učiteľ, učiteľka.

Dozor nad žiakmi počas prepravy na organizáciu, počas organizácie a z organizácie v plnom rozsahu zabezpečuje vysielajúca škola, vedúci družstva - učiteľ, učiteľka.

### **VYHODNOTENIE DRÁHY FLORBALOVEJ ZRUČNOSTI:**

Jednotlivému družstvu sa započítava celkový čas, za ktorý celé družstvo absolvuje celú dráhu florbalových zručností. V prípade záujmu sa môže jednotlivému žiakovi, žiačke započítať jednotlivý čas, za ktorý žiak, žiačka absolvuje celú dráhu florbalových zručností jednotlivo. Čas je meraný stopkami na celé sekundy. Zaokrúhľuje sa atleticky.

### **POČET ŽIAKOV, ŽIAČOK NA DRÁHE FLORBALOVÝCH ZRUČNOSTÍ:**

5 (žiaci a žiačky)

### **ČAS DRÁHY FLORBALOVEJ ZRUČNOSTI:**

Minimálny čas na jedno družstvo sú 2 minúty (1. celá dokončená štafeta). Organizátor florbalovej zručnosti je povinný sprístupniť priestor športovej haly 30 minút pred začiatkom organizácie, aj prístup do šatne. V prípade, ak je šatňa uzamykatelná, je usporiadateľ povinný vydať vedúcemu družstva kľúč. Organizátor je povinný mať pripravené florbalové ihrisko - dráhu pre florbalové zručnosti podľa pripraveného vizuálneho zobrazenia 40 minút pred začiatkom organizácie.

### **POVOLENÉ ČASY ZAČIATKOV ORGANIZÁCIE:**

Začiatok organizácie je najskôr o 9:00 hod., začiatok poslednej štafety, podľa počtu prihlásených školských družstiev.

### **FLORBALOVÉ IHRISKO - DRÁHA:**

kód: O-SR-A - minimálny rozmer 18 m x 9 m, maximálny rozmer 22 m x 12 m (počet hráčov na dráhe florbalových zručností v počte 5). Na dráhe florbalových zručností sú umiestnené všetky potrebné pomôcky, ktoré sú zobrazené v časti „NÁKRES FLORBALOVÉHO IHRISKA – ZOBRAZENIE DRÁHY“.

### **CHARAKTERISTIKA ZRUČNOSTÍ – STANOVIŠŤIA:**

Osmička (florbalová zručnosť) – úlohou žiaka, žiačky je viesť florbalovú loptičku pomedzi svoje chodidlá tak, aby pohyb florbalovej loptičky kopíroval tvar čísla osem. Úloha je splnená, keď žiak, žiačka urobí tri celé osmičky. Pri tejto úlohe musí žiak, žiačka držať florbalu oboma rukami (obr. 1);

Žabka (pohybová zručnosť s držaním florbalu) - úlohou žiaka, žiačky je dodržať stanovený spôsob prevedenia, a to východzia pozícia (hlboký drep) - znožné skoky z miesta do diaľky - cieľová pozícia (odovzdať „štafetu“ dotykom dlaní); cieľ - rozvoj silovo-flexibilných schopností - opakovaná explozívna sila dolných končatín + flexibilita dolných končatín (obr. 2);

Mínové pole (florbalová zručnosť) – úlohou žiaka, žiačky je viesť florbalovú loptičku cez vymedzený priestor, v ktorom je šachovnicovo umiestnených päť prekážok (napr. klobúčiky). Pri tejto úlohe musí žiak, žiačka držať florbalu oboma rukami (obr. 3);

Pes (pohybová zručnosť s držaním florbalu) – úlohou žiaka, žiačky je dodržať stanovený spôsob prevedenia, a to východzia pozícia (vzpor ležmo vpred-pokrčiť kolená 90°) - chôdza po štyroch - striedavo pravá paža s ľavou nohou, resp. ľavá paža s pravou nohou - cieľová pozícia (odovzdať „štafetu“ dotykom dlaní); cieľ: rozvoj silovo-koordinačných schopností - sila trupu (brucho-chrbát-panvové dno-bránica) a horných končatín + koordinácia horných a dolných končatín (obr. 4);



Florbalový slalom (florbalová zručnosť) – úlohou žiaka, žiačky je viesť cúvaním florbalovú loptičku cez vymedzený priestor, v ktorom je umiestnených päť prekážok (napr. klobúčiky). Pri tejto úlohe musí žiak, žiačka držať florbalu oboma rukami (obr. 5);

Kačka (pohybová zručnosť s držaním florbalu) – úlohou žiaka, žiačky je dodržať stanovený spôsob prevedenia, a to východzia pozícia (hlboký drep) - striedavonožná chôdza - cieľová pozícia (odovzdať „štafetu“ dotykom dlaní); cieľ: rozvoj silovo-flexibilných schopností - opakovaná silová krátkodobá vytrvalosť dolných končatín + flexibilita bedrového-kolenného-členkového kĺbu (obr. 6);

Prihrávka o mantinel (florbalová zručnosť) – úlohou žiaka, žiačky je viesť florbalovú loptičku vo vymedzenom priestore a v pohybe obohrať prekážku (napr. klobúčik) pomocou odrazovej pomôcky (napr. lavička). Pri tejto úlohe musí žiak, žiačka držať florbalu oboma rukami (obr. 7);

Pavúk (pohybová zručnosť s držaním florbalu) – úlohou žiaka, žiačky je dodržať stanovený spôsob prevedenia, a to východzia pozícia (vzpor ležmo vzad-pokrčiť kolená 90°) - chôdza po štyroch - striedavo pravá paža s ľavou nohou, resp. ľavá paža s pravou nohou - cieľová pozícia (odovzdať „štafetu“ dotykom dlaní); cieľ: rozvoj silovo-koordinačných schopností - sila trupu (brucho-chrbát-panvové dno-bránica) a horných končatín + koordinácia horných a dolných končatín (obr. 8);

Prihrávka medzi kužele (florbalová zručnosť) – úlohou žiaka, žiačky je v pohybe prebrať florbalovú loptičku a tesne pred koncom prvého vymedzeného územia ju odohrať tak, aby v ďalšom vymedzenom území prešla medzi prekážky (napr. klobúčiky), ktoré sú umiestnené na konci druhého vymedzeného územia. Ak máme možnosť použiť florbalovú bránku, tak miesto prekážok na koniec druhého vymedzeného územia umiestnime florbalovú bránku. Pri tejto úlohe musí žiak, žiačka držať florbalu oboma rukami (obr. 9).

### **VŠESTRANNÁ ŠPORTOVÁ PRÍPRAVA „ANIMAL WALK“:**

Spôsob prevedenia - pozície a pohyby zvierat, resp. ich napodobňovanie s ohľadom na rozvoj základných pohybových a športových zručností, ktoré tvoria stavebné jednotky POHYBOVEJ GRAMOTNOSTI.

Cieľ - z hľadiska motorického učenia pre vek žiakov, žiačok (6-10 roční) hovoríme o fáze zoznamovania, počas ktorej je nevyhnutné rozvíjať a podporovať radosť z hry, resp. všestrannosť (chytanie, hádzanie, skákanie, plávanie, korčuľovanie, bicyklovanie atď.) nakoľko sa jedná o ZLATÝ VEK MOTORIKY.

### **OFICIÁLNA LOPTIČKA:**

Loptička bielej farby schválená IFF.

### **DRUŽSTVO:**

Pred organizáciou vedúci družstva skontroluje, či všetci jeho žiaci, žiačky majú vhodnú športovú obuv, nie na vonkajšie nosenie. Žiak, žiačky nesmie mať na sebe osobnú výbavu, ktorá by mohla spôsobiť zranenie.

### **PRIHLASOVANIE SA NA SUPER FLORBAL DETI – FLORBALOVÉ ZRUČNOSTI:**

Prihlášky na Super Florbal DETI – Florbalové zručnosti nájdete na stránke MŠVVaŠ-SR a na stránke SZFB. Prihlášky sa posielajú na e-mailovú adresu [skolskesutaze@szfb.sk](mailto:skolskesutaze@szfb.sk) alebo cez stránku [sutaze.skolskysport.sk](http://sutaze.skolskysport.sk) začiatkom školského roka.

### **DODATOČNÉ USTANOVENIE:**

Pevný počet zúčastnených žiakov, žiačok jedného školského družstva je v počte 5. Jednotlivá škola môže postaviť maximálne 4 školské družstvá. V jednom školskom družstve musí byť vždy povinne minimálne jedno dievča.



Hráči, hráčky uvedení v jednom školskom družstve nemôžu nastúpiť už za iné školské družstvo, nastupujú vždy za jedno školské družstvo. V prípade, ak sa jedno školské družstvo dostaví na organizáciu v počte 4 a menej žiakov, žiačok, do organizácie sa už nemôže zapojiť.

**ZODPOVEDNÝ ZA KOORDINÁCIU ORGANIZÁCIE:**

Nesúťažný úsek / Školské súťaže SZFB - skolskesutaze@szfb.sk

**ZODPOVEDNÁ OSOBA ZA ORGANIZÁCIU:**

Organizátor, ktorého určí Nesúťažný úsek / Školské súťaže SZFB na základe výberového konania.

**ZABEZPEČENIE FLORBALOVÉHO KOORDINÁTORA:**

Organizátor akcie môže požiadať o zabezpečenie florbalového koordinátora, potrebné kontaktovať Nesúťažný úsek / Školské súťaže SZFB - skolskesutaze@szfb.sk

**OSTATNÉ USTANOVENIA:**

Nesúťažný úsek / Školské súťaže SZFB je oprávnený v priebehu organizácie vykonávať upresňujúce vysvetlenia. Organizácia sa uskutočňuje na území SR. Organizácie sa môžu zúčastniť len základné školy na území Slovenskej republiky. Svojou účasťou na organizácii vyjadrujú prihlásené školy súhlas so zaradením do databázy vyhlasovateľa a usporiadateľa organizácie, a so spracovaním ich osobných údajov, až do odvolania. Databáza môže byť použitá pre marketingové účely vyhlasovateľa a usporiadateľa organizácie. Usporiadateľ organizácie má právo zverejniť názov školy a jej adresu na internetových stránkach, prípadne v iných médiách (denná tlač, televízia, rozhlas, atď...)

**SÚPISKA:**

Každé družstvo (škola) odovzdá na mieste organizácie, pri prezentácii, vyplnené tlačivo súpisky družstva, potvrdené riaditeľom školy. Na súpiske družstva nesmie byť viac než 20 žiakov, žiačok (jedno družstvo pevne 5 žiakov, žiačok, maximálne 4 družstvá).

## Florbalové ihrisko | Super Florbal DETI – Florbalové zručnosti

kód: O-SR-A

### NÁKRES FLORBALOVÉHO IHRISKA – ZOBRAZENIE DRÁHY:

Minimálny rozmer 18 m x 9 m / Maximálny rozmer 22 m x 12m

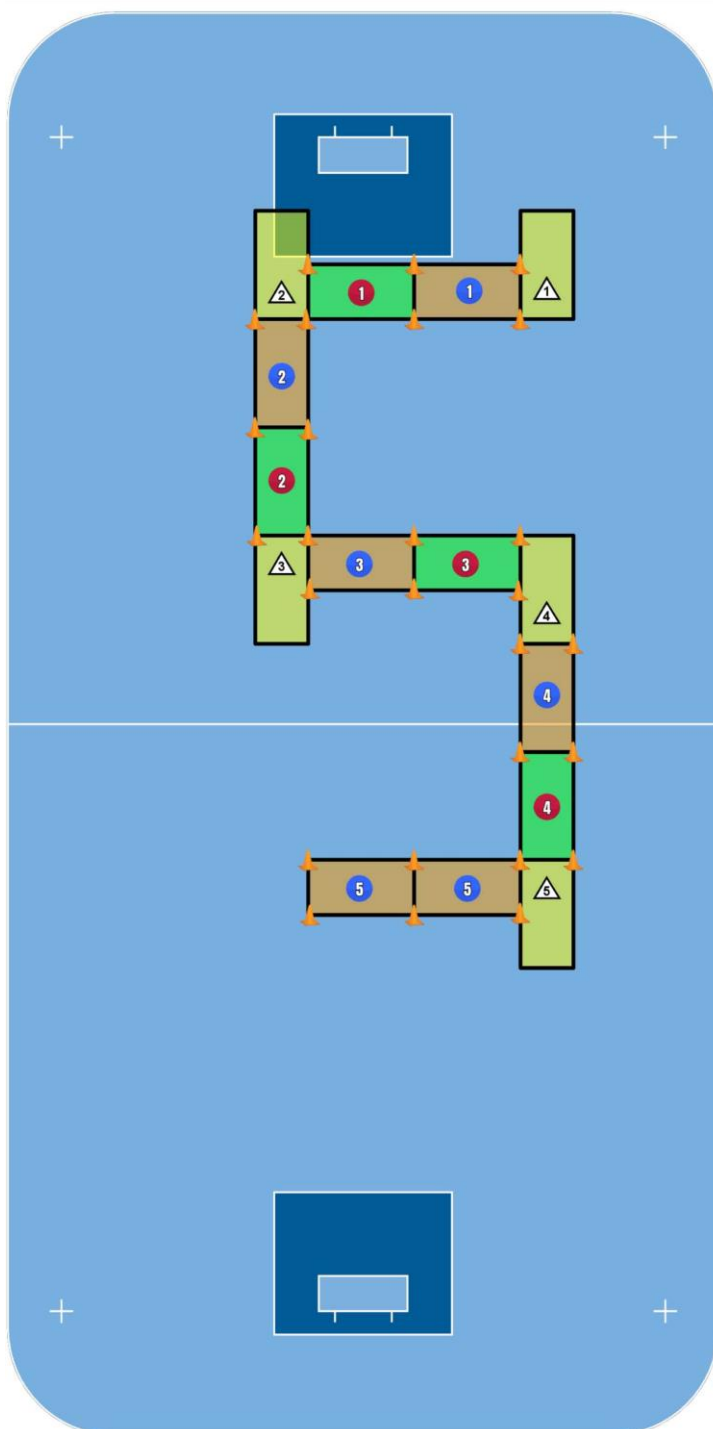
Florbalové ihrisko - dráha je zložená zo žltých, oranžových a zelených blokov.

Rozmer jedného bloku je o rozmere 3 m x 1,5 m.

Žltý blok - zhromaždisko pre štartujúceho žiaka, žiačku.

Oranžový blok - priestor pre konkrétnu florbalovú zručnosť.

Zelený blok - priestor pre konkrétnu pohybovú schopnosť



## Zručnosti | Super Florbal DETI – Florbalové zručnosti

kód: O-SR-A

### ZOBRAZENIE ZRUČNOSTÍ – JEDNOTLIVÉ ZOBRAZENIE STANOVIŠŤ:

Každé stanovište je popísané aj v nasledujúcom videu: <https://www.youtube.com/watch?v=iD9BbmzuGIQ>

Obr. 1 - Prvé stanovište – florbalová zručnosť:







Obr. 2 - Druhé stanovište – pohybová zručnosť s držaním florbaliky:





Obr. 3 - Tretie stanovište – florbalová zručnosť:







Obr. 4 - Štvrté stanovište – pohybová zručnosť s držaním florbalu:





Obr. 5 - Piate stanovište – florbalová zručnosť:





Obr. 6 - Šieste stanovište – pohybová zručnosť s držaním florbaliky:







Obr. 7 - Siedme stanovište – florbalová zručnosť:





Obr. 8 - Ôsme stanovište – pohybová zručnosť s držaním florbaliky:





Obr. 9 - Deviate stanovište – florbalová zručnosť:



## Súpiska | Super Florbal DETI – Florbalové zručnosti

šk. rok 2023/2024

<b>Názov školy:</b>			
<b>Veková kategória pre účasť:</b>			
<b>Meno a Priezvisko riaditeľa, riaditeľky školy:</b>			
<b>Meno a Priezvisko vedúci družstva – učiteľ, učiteľka:</b>			
p.č.	Meno a Priezvisko žiaka, žiačky	Dátum narodenia žiaka, žiačky	Podpis žiaka, žiačky
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			

V ..... dňa .....

.....  
pečiatka a podpis riaditeľa, riaditeľky školy