



METODICKÉ ODPORUČENIA A PRAVIDLÁ PRE PRÍPRAVKY

Ciele, alebo prečo táto forma zápasov

Cieľom je:

1. Učiť deti a mladých hráčov hrať futbal tak, že ho budú hrať v podmienkach a v prostredí, ktoré zodpovedá ich postupne sa meniacim telesným a psychickým možnostiam. Vekovým zvláštnostiam musia byť prispôsobené: hracia plocha, bránky, lopta, ale aj **pedagogické vedenie detí**. Koučovaním rozumieme taký spôsob vedenia mladých hráčov, ktorý vždy pomáha odkrývať ich potenciál pre budúcnosť.
2. Primeraným počtom hráčov na malom ihrisku dosiahnuť čo najrozsiahlejšieho zapojenia všetkých hráčov do hry so zameraním na individuálne schopnosti. Z hľadiska špecifických schopností ide o orientáciu na malom priestore, rýchlosť rozhodovania a riešenia herných situácií, vždy v spojitosti s loptovou technikou.
3. Držať svetový trend odvedenia pozornosti hráčov, trénerov, rodičov a ďalších divákov od zamerania sa na úspech a počítanie bodov k oveľa dôležitejšiemu cieľu, zamerať sa na výchovu a čo najviac vylepšiť **individuálny herný výkon**.
4. Celým systémom ponúknuť lepšie možnosti získať herné skúsenosti a najmä pôžitky z hry, ktoré sú motiváciou mladých hráčov k hraniu futbalu. Táto štruktúra motivácie k futbalu lepšie zodpovedá požiadavkám na úspech hráčov v dospelosti, čo znamená aj úspech slovenského futbalu v medzinárodnom porovnaní.

Najdôležitejšie zásady vedenia detí v hre

1. Futbal prípraviek nie je futbalom dospelých, **hráči sú dôležitejší než výsledok a hra samotná**.
2. Zamerajme svoju pozornosť v prvom rade na to, ako hráči hrajú, čo sa im darí a čo nie. Povzbudzujeme, chváľme, vysvetľujeme, opravujeme, radujeme sa, ale **kontrolujeme sa a nevyliievajme si zlosť**.
3. Stanovme si zásady koučovania pre seba (tréneri) a stanovme ich tiež pre rodičov, v duchu hesla: „**Rodičia fandia, ale nekoučujú!**“. Tieto zásady náležite vysvetľujeme a dodržiavame, lebo rodičia, tréneri, rozhodcovia, ale aj ďalší dospelí na výchove detí spolupracujú.
4. **Naučme deti hrať na viacerých postoch** a v rôznych rozostaveniach. Týmto ich naučíme aj základom hernej všestrannosti a rozviníme ich tvorivé herné myslenie, čo už sú základy úspechu aj vo svetovom futbale.

Základné organizačné ustanovenia

Mladšie prípravky (MP) :

Hráči 4 + 1 : 4 + 1

Hracia plocha „mini ihrisko“ - minimálne 20 x 30 m, maximálne 22 x 35 m

V súťažiach UTM a Grassrotss paralelne na oboch štvrtkách polovici hracej plochy veľkého ihriska.

Bránky (1,8 – 2) m x (2,5 – 3) m

Čas 2 x 25 min (10 min. prestávka)

Staršie prípravky (SP) :

Hráči 5 + 1 : 5 + 1

Hracia plocha „mini ihrisko“ - minimálne 25 x 40 m, maximálne 30 x 45 m

V súťažiach UTM a Grassrotss paralelne na oboch štvrtkách polovici hracej plochy veľkého ihriska.

Bránky (1,8 – 2) m x (3,7 – 5) m

Čas 2 x 25 min (10 min. prestávka)

Detaily sú popísané v jednotlivých pravidlách

Pravidlo I: Počet hráčov

- 1. Hrá 5 hráčov v poli a brankár u SP a 4 hráči a brankár u MP.**
- 2. Podľa rozpisu súťaže sa hrá buď na jednom „mini ihrisku“, alebo paralelne na dvoch mini ihriskách, situovaných na oboch štvrtkách polovici hracej plochy veľkého ihriska. Naraz hrajú obe prípravky. U8 na jednej polovici a U9 na druhej polovici veľkého ihriska.**
- 3. Počet hráčov pripravených zasiahnuť do zápasu závisí od toho, či sa hrá na jednom alebo na dvoch „malých ihriskách“ zároveň.**
 - a. Do zápasu UTM a Grassrots hranom na dvoch „mini ihriskách“ súčasne musí byť pripravených nastúpiť minimálne 10 hráčov u MP a 12 hráčov u SP, rozdelených do družstiev A a B, ktoré odohrajú zápasy tak, aby každý polčas hrali proti inému družstvu súpera. Druhá polovica zápasu začína opäť za stavu 0:0. Výsledok zápasu je daný súčtom bodov a gólov. Maximálny počet hráčov jednej kategórie pre zápas je 16 hráčov u MP a 18 hráčov u SP.**
 - b. V zápise o stretnutí je pre súbežné zápasy UTM a Grassrots na „mini ihriskách“ zoznam hráčov A a B družstva každého oddielu. V stretnutiach UTM a Grassrots sú pre každý polčas družstvá A a B oboch oddielov uzavreté a striedať hráčov medzi družstvami je možné podľa pravidla VII. Obe družstvá oddielu majú rovnakú sadu dresov, alebo so súhlasom rozhodcu aspoň rovnakú farebnú kombináciu dresov. Viac pravidlo XI.**
 - c. Do stretnutia hranom na jednom „mini ihrisku“, musí byť pripravených minimálne 4 hráči.**

Vysvetlenie:

Cieľom je, aby hrali všetci hráči čo najviac, pokiaľ je to možné. Pri hre na dvoch „mini ihriskách“ to znamená, že napr. ak má družstvo MP 11 hráčov (2x5 +1) a družstvo SP 13 hráčov (2x6 +1), tak možno hrať s jedným striedajúcim hráčom, ktorý v prvom polčase nastúpi v družstve A a v druhom polčase v B družstve. Snahou je zaistiť všetkým hráčom dostatočný počet odohraných minút, ktoré sú dôležité pre ich individuálny rozvoj. Všetci hráči tak majú možnosť stále sa zlepšovať. Všetkým hráčom by mal klub zabezpečiť, pri normálnych podmienkach, cca 2/3 hracej doby strávenej v hre, pričom záleží vždy na okolnostiach ako: dochádzka, zdravotný stav, nadanie hráča, atď.

Odporúčenia pre trénerov:

V súťažiach UTM a Grassrots, ale aj v iných súťažiach s paralelne hrajúcimi zápasmi, je rozdelenie na družstvá A a B len v označení, ale nemalo by prinášať delenie na horší a lepší tím. Dlhodobé delenie na dva vyrovnané tímy prináša viac pozitív, než variant silnejšieho a slabšieho tímu a to tak z hľadiska psychologického, ako aj z hľadiska učenia hry.

4. Ak klesne počet hráčov družstva pod stanovený počet 5 resp. 6 na jednom či oboch „mini ihriskách“, možno v stretnutí pokračovať po dohode trénerov s menším počtom hráčov. Početné znevýhodnenie je akceptovateľné len o jedného hráča.
5. Ak klesne v priebehu zápasu v jednom družstve počet hráčov pod 4 (3+1) u MP a 5 (4+1) u SP, a nie je možné družstvo doplniť ďalším hráčom, druhé družstvo tiež zmenší počet svojich hráčov tak, aby platila podmienka maximálne o jedného hráča viac.
6. Ak klesne počet hráčov pod 4 MP resp. 5 SP, môže byť hra ukončená na tom „mini ihrisku“, kde situácia nastala, ak tréner oslabeného družstva požiada rozhodcu o ukončenie. Na vyrovnanie síl (počtu hráčov) a zachovanie štandardných podmienok je možné si so súhlasom súpera požičať jeho hráča. Požičanie hráča musí byť uvedené v zápise.
7. Ak je v priebehu zápasu vylúčený hráč, hrá družstvo bez vylúčeného hráča v oslabení 5 min. Vylúčený sa nesmie opäť zapojiť do hry ani na druhom ihrisku. Pri každom ďalšom vylúčení v už prebiehajúcej dobe oslabenia, sa táto doba predlžuje vždy o ďalšie 2 min. od začiatku oslabenia, ale vždy ide o oslabenie najviac o jedného hráča. V prípade, že nemá oslabené družstvo dostatok hráčov do hry po viacnásobnom vylúčení a klesne tak počet hráčov na jednom „mini ihrisku“ pod 4 MP resp. 5 SP, tak rozhodca zápas ukončí. Hráč bude vylúčený z ihriska bez ukázania červenej karty.

Vysvetlenie:

Trestané je síce aj družstvo za chybu jednotlivcov ale významný je v tomto momente výchovný dopad informácie, že každý hráč má veľký význam pre tím svojim výkonom aj svojim chovaním.

Odporúčenia pre trénerov:

Vylúčenému hráčovi a priestupku treba venovať pozornosť nielen osobným dohovorom v zápase, ale po zápase aj pred kolektívom, lebo ide predovšetkým o výchovu. V ideálnom postupe, pokiaľ si hráč uvedomí svoje konanie ako chybu, mal by sa ospravedlniť spoluhráčom za oslabenie družstva.

8. **Družstvo, ktoré nehra v súťažiach UTM a Grassrots, hrajúce iba na jednom miniihrisku, ktorému chýba na začiatku stretnutia najviac jeden hráč do stanoveného počtu 5 hráčov MP resp. 6 hráčov SP, môže výnimočne stretnutie hrať. Stále platí podmienka o jedného hráča na viac.**

Vysvetlenie:

Pravidlo umožňuje ľahšie dodržať rozpis súťaže aj vo výnimočných prípadoch, najmä pre početne slabšie oddiely a aj vzhľadom na zvýšenú chorobnosť detí. Aj pre iné prípady, je tu myslené hlavne na to, aby hráči hrali a nebol zrušený zápas všetkým deťom pre zranenie či nedisciplinovanosť jedného hráča.

Odporúčenia pre trénerov:

Požičanie hráča je potrebné dopredu a priebežne vysvetľovať hráčom a rodičom. Odporúčením v tomto prípade je zapožičiavať hráčov rovnomerne a mať možné „zapožičanie“ dopredu pripravené. To znamená nemať vyhradeného, jedného stáleho hráča na zapožičiavanie. Aj tým momentálne lepším hráčom sa hodí skúsenosť zmeny v jednom z mnohých stretnutí (nominácie do výberov). Zapožičaný hráč a družstvo by si mali navzájom poďakovať a pokiaľ je to možné, tak je vhodné, aby tréner zapožičaného hráča pochválil. Nakoniec hráč tak umožnil väčšiu hernú dobu nielen sebe, ale aj svojim spoluhráčom. Krátke a pokiaľ možno pozitívne hodnotenie by sa malo uskutočniť bezprostredne po zápase, „zapožičaní“ hráči ho absolvujú už so svojim družstvom.

Družstvám mimo súťaží UTM a Grassrots, ktoré majú dostatok hráčov a hrajú na jednom ihrisku, je dovolené a doporučené dohovoriť sa s družstvom súpera na možnosti hrať na dvoch alebo troch mini ihriskách. Na jednom U9, na druhom U8 a na treťom zmiešané družstvá U9,U8, po dohode trénerov. Výsledok zmiešaného družstva nie je započítaný do oficiálnych výsledkov stretnutia.

Vysvetlenie:

Výhodou zmiešaných družstiev je to, že hrajú všetci hráči a nesedia na lavičke. Veľkosť mini ihriska určia tréneri, podľa toho, či je v družstvách viac hráčov z U8, alebo z U9.

Odporúčenia pre trénerov:

V prípade, že má družstvo MP 9 hráčov, resp. družstvo SP 11 hráčov aj s brankárom, je z hľadiska výkonnostného rastu lepšie hrať na dvoch ihriskách u MP 4+1 a 3+1, u SP 5+1 a 4+1 než len nechať hráčov sedieť na lavičke a potom ich striedať. Ak sa hrá zápas na dvoch „mini ihriskách“ po dohovore trénerov aj mimo štandardne nastavenej súťaže, je dôležité predstaviť túto skutočnosť hráčom tak, že obe ihriská sú rovnako významné. Motivácia hráčov by mala smerovať najmä k ich vlastnému výkonu, bez ohľadu na to, na ktorom ihrisku momentálne hrajú, či aký je výsledok.

V súťažiach, ktoré majú delenie pre každý ročník narodenia, môže hráč z kategórie U8 odohrať celý zápas za kategóriu U9 a v ten istý deň len polčas za kategóriu U8. Tento posun je povolený najviac dvom mladším hráčom. Z kategórie U9 do kategórie U8, mimo súťaží UTM a Grassrots, smie hrať len jeden starší hráč, ktorý však nehral vo svojom ročníku viac než polovicu zápasu. Oba tieto presuny hráčov medzi kategóriami, musia byť pred zápasom oznámené rozhodcovi.

Pravidlo II: Hracia plocha

1. **Zápasy sa majú hrať na prírodných, alebo umelých povrchoch (v súlade s ustanovením príslušnej súťaže).**

Hracia plocha „mini ihriska“ pre MP má rozmery: 20m x 32m, pre SP má rozmery 25m x 40m. ě hrá sa na polovici futbalového ihriska, rozdeleného na dve mini ihriská 20x30m. Vyznačenie ihriska sa robí pomocou nízkych klobúčikov, farebne odlíšených v miestach ktoré vyznačujú pokutové územie a polovicu ihriska. Pokutové územie je vyznačené myslenu čiarou vo vzdialenosti 5,5 m od bránkovej čiary, cez celú šírku mini ihriska. Značka pokutového kopu pre MP je vo vzdialenosti 5,5 m od bránkovej čiary. Značka pokutového kopu pre SP je vyznačená 7 metrov pred brámkou.

1. **„Mini ihriská“ sú v rohoch veľkého ihriska. Ohraničené sú postrannými a bránkovými čiarami veľkého ihriska, čiarami inej farby, alebo nízkymi klobúčikmi.**
2. **Ak označíme „mini ihrisko“ pomocou nízkych klobúčikov, tieto rozmiestnime s rozstupom 4 m, aby hráčom dostatočne ukazovali hranice. Myslená poliacca čiara je vyznačená priamo na postranných čiarach farebne odlíšenými klobúčikmi, alebo zástavkami vo vzdialenosti 0,75 – 1m od postrannej čiary.**
3. **Pokutové územia (PÚ) sú vyznačené cez celú šírku „mini ihriska“ a na postranných čiarach farebne odlíšenými klobúčikmi, alebo zástavkami vo vzdialenosti 0,75 – 1m od postrannej čiary „malého ihriska“. Vzdialenosť čiary PÚ od bránkovej čiary je štandardne 5 m - 6 m. Na vyznačenie možno využiť predĺženú čiaru bránkoveho územia veľkého ihriska, pokiaľ spĺňa rozpätie 6m od bránkových čiar „mini ihriska“.**

Vysvetlenie:

Vyznačenie postranných čiar aj PÚ je možné urobiť aj pomocou materiálov, ktoré možno po zápase odstrániť, alebo po krátkom čase sami zmiznú – (lepenka, PVC, vápno, sypký materiál inej farby,...). Významné je, aby zostatky po čiarach malého ihriska nemýlili hráčov veľkého futbalu. Zástavka je najmenej 1,50 m vysoká a tyč hore zaoblená na ktorej je pripevnená zástavka, poprípade len samotná tyč.

Posunuté klobúčiky sú priebežne opravované určenými osobami, okrem hráčov.

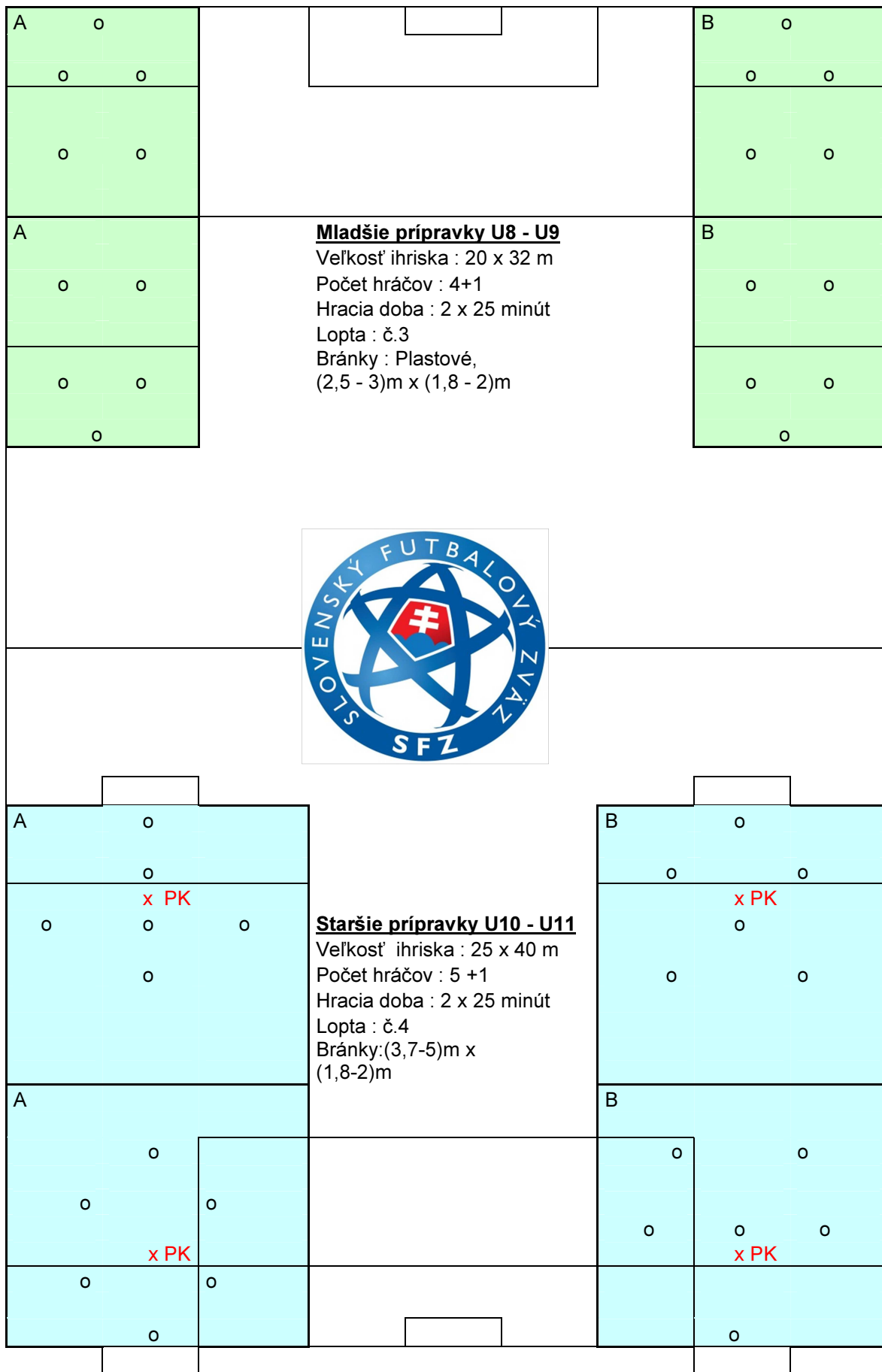
Odporúčenia pre trénerov:

Opravovanie posunutých klobúčikov robia členovia realizačných teamov oboch súperov, rozhodcovia, určení pomocníci z radov rodičov a pod. Vzhľadom k mysleným čiarom je potrebné, aby rozhodcovia aj tréneri pristupovali k rôznym obmedzeniam vyplývajúcich z pravidiel (napr. aut, roh, ...) s citom.

- 4. Územie rohového kopu je vyznačené priesečníkom bránkovej a postrannej čiary mini ihriska.**
- 5. Ak sa hrá paralelne na dvoch „malých ihriskách“, potom stredná neutrálna zóna medzi „malými ihriskami“ je 3-5m.**
- 6. Technická zóna, zóna pre striedanie hráčov a hráčske lavičky.**
 - a) **Hráčske lavičky sú za bránkovými čiarami „mini ihrisk“, vždy za brámkou vlastného teamu. Technická zóna je za bránkovou čiarou „mini ihriska“.**

Vysvetlenie:

Aby mohli tréneri sledovať zápasy na oboch „mini ihriskách“, je výhodné mať striedačku aj technickú zónu za brámkami svojich družstiev. Ešte výhodnejšie je to vtedy, ak je pri družstve prítomný iba jeden tréner, ktorý chce sledovať hráčov v oboch stretnutiach..



Pravidlo III: Veľkosť bránok

Staršie prípravky - SP

1. Bránky majú **rozmery (3,7 – 5)m x (1,8 – 2)m** a sú umiestnené uprostred bránkových čiar. Bránky majú siete a musia byť zaistené proti pádu. Na bránkach nesmú byť ostré výčnelky a hrany, o ktoré by sa bolo možné zraniť, za čo zodpovedá hlavný usporiadateľ. Bránky sú bielej alebo striebornej farby.
2. Ak sú na stretnutie použité bránky z projektu „bezpečná bránka“, je možnosť na nich použiť reklamu podľa špecifikácie v zmienenom projekte. Neprípustná je reklama na cigarety, alkohol, hazardné hry, tipovacie spoločnosti a erotiku.

Vysvetlenie:

Rozmery 2x5 m približne korelujú - zachovávajú pomery bránka - hráč v dospelosti. To je dôležité pre hráčsky rozvoj v týchto kategóriách.

Bránky z projektu „bezpečná bránka“ sú z kompozitného materiálu a len ťažko ich je možné prevrátiť, takže ich nie je potrebné kotviť. Projekt „bezpečná bránka“ podporuje bezpečnosť na ihriskách mládežníckeho futbalu a je predpoklad, že bránky budú klubom darované.

Rozmery bránok sú flexibilné (s určitou toleranciou), aby kluby mohli použiť bránky ktoré majú k dispozícii. Bránky s plastu sú bezpečné, ale na dĺžku 5m môžu prevísať.

Mladšie prípravky - MP

3. Bránky majú rozmery **(1,8 – 2)m x (2,5 – 3)m**, prípadne hádzanárske bránky a sú umiestnené uprostred bránkových čiar. Bránky majú siete a musia byť zaistené proti pádu. Na bránkach nesmú byť ostré výčnelky a hrany, o ktoré by sa bolo možné zraniť, za čo zodpovedá hlavný usporiadateľ. Bránky sú bielej alebo striebornej farby.
4. Ak sú na stretnutie použité bránky z projektu „bezpečná bránka“, je možnosť na nich použiť reklamu podľa špecifikácie v zmienenom projekte. Neprípustná je reklama na cigarety, alkohol, hazardné hry, tipovacie spoločnosti a erotiku.

Vysvetlenie:

Rozmery 2x3 m približne korelujú - zachovávajú pomery bránka - hráč v dospelosti. To je dôležité pre hráčsky rozvoj v týchto kategóriách. Možné využitie bránok 2m x 5m na jednom z „malých ihrísk“ prichádza do úvahy najmä v prípade rastovo akcelerovaných brankárov. Ak jeden z trénerov nebude súhlasiť, tak sa stretnutie bude hrať na bránky 2x3m aj na druhom „malom ihrisku“, potom by sa už nemalo zbytočne diskutovať a tlačiť na zmenu rozhodnutia.

Bránky z projektu „bezpečná bránka“ sú z kompozitného materiálu a len ťažko ich je možné prevrátiť, takže ich nie je potrebné kotviť. Projekt „bezpečná bránka“ podporuje bezpečnosť na ihriskách mládežníckeho futbalu a je predpoklad, že bránky budú klubom darované.

Rozmery bránok sú flexibilné (s určitou toleranciou), aby kluby mohli použiť bránky ktoré majú k dispozícii.

Pravidlo IV: Hrací čas

Hrací čas jedného stretnutia SP aj MP je 2 x 25 minút, polčasová prestávka v trvaní 10 minút.

Ak sú k dispozícii aspoň 2 hráči na striedanie u obidvoch súperov je možné hrací čas navýšiť o 3min. na každý polčas. Na navýšení hracieho času sa musia tréneri dohodnúť pred začiatkom stretnutia. Ak sa tréneri dohodnú, že ani jedno družstvo nebude odchádzať na prestávku do šatní, tak je možná aj dohoda na kratšom trvaní prestávky, minimálne však 10 min.

Vysvetlenie:

Pre kluby, ktoré majú dostatočný počet hráčov a hrajú iba na jednom „malom ihrisku“ je významným a doporučeným variantom pre využitie väčšieho počtu hráčov, navýšenie hracieho času na 2 x 28 min resp . 2 x 23 min. Predpokladom je nielen dostatočný počet hráčov na striedanie do poľa - najmenej 2, ale najmä ich využitie v približne 2/3 hracieho času.

Ďalšou možnosťou pri dostatočnom počte hráčov je zachovať dobu hry, ale hrať paralelne na druhom „zmenšenom ihrisku“, teda menších rozmerov a s menším počtom hráčov. (viď. pravidlo I. bod 7.) Na tejto variante odporúčame sa dohovoriť.

Pravidlo V: Lopta

V kategóriách U10, U11 sa hrá s loptou veľkosti 4. (hmotnosť 290-390g, obvod 63-66 cm)

V kategóriách U8, U9 sa hrá s loptou veľkosti 3. (hmotnosť 250-310g, obvod 57-62cm)

Vysvetlenie:

Ide o to, aby hráči mali možnosť loptu ovládať použitím jemnejších štruktúr riadenia pohybu (koordinácia) a nie sa ju snažiť len silno odkopnúť, čo pre rozvoj technických zručností s loptou nie je vhodné. V tomto prípade, je aspoň pre fyzicky menej vyspelých hráčov na tréning aj zápas vhodnejšia lopta č. 4 - odľahčená (hmotnosť 290-330g) a toto odporúčenie platí najmä pre kategóriu U10.

Pravidlo VI.: Pozdrav pred a po zápase

Pred zápasom a aj po skončení sa hráči pozdravia hokejovým spôsobom (ruky si podajú, alebo si tľapnú dlaňami všetci hráči).

Odporúčenie:

Najlepším príkladom pre hráčov je, ak sa pred zápasom pozdravia navzájom všetci členovia oboch realizačných teamov aj s rozhodcami stiskom ruky.

Pravidlo VII: Striedanie hráčov

- 1. Striedanie je opakované a robí sa len v prerušenej hre. Hráč, ktorý bol vystriedaný, sa môže v tom istom zápase znovu vrátiť na hraciu plochu a zapojiť sa do hry. Striedanie sa týka všetkých hráčov uvedených v zápise o stretnutí. Striedanie hráčov musí byť oznámené rozhodcovi pri prerušení hry a vykoná sa čo najrýchlejšie, aby nedochádzalo k mrhaniu s hracím časom. Hráči, ktorí nastupujú na hraciu plochu, musí byť pripravený pri lavičke náhradníkov v priestore technickej zóny. Hráči, ktorí z hracej plochy odchádzajú, ju môžu opustiť kdekoľvek, t.z. aj na opačnej strane hracej plochy, za brámkou a pod. Nie je obmedzený celkový počet striedaní, ani počet striedaní jedného hráča. Vymenený hráč sa môže zapojiť do**

- hry kedykoľvek vyššie uvedeným spôsobom. Za správne vykonanie výmeny hráčov a ich správny počet na hracej ploche je zodpovedný vedúci družstva a tréner. Ak rozhodca zistí vyšší počet hráčov z jedného družstva na hracej ploche, hru preruší (pokiaľ neuplatní výhodu v hre) a hráča, ktorý prišiel ako posledný, vykáže z hracej plochy. Hru naviaže NVK v mieste, kde bola lopta v okamžiku prerušenia hry.
2. V súťažiach UTM a Grassrots je striedaním možné presunúť hráča na paralelné „mini ihrisko“ po prvom polčase stretnutia, alebo v prípade zranenia, či vylúčenia hráča, ktoré by spôsobilo nevyrovnanosť počtu hráčov v hre. Takéto doplnenie počtu hráčov je možné len so súhlasom rozhodcu toho ihriska, kam hráč prechádza.
 3. V prípade hry na dvoch „mini ihriskách“ nemusí brankár hrať druhý polčas s družstvom, s ktorým stretnutie začal. V prípade jedného či troch brankárov jedného družstva, je možné ich striedať presunom medzi „mini ihriskami“ aj v priebehu hry.
 4. Ak sa hrá štandardne súťaž (aj okrem UTM a Grassrots) na dvoch „mini ihriskách“, tak platia pravidlá o striedaní hráčov rovnako, ako pre súťaže UTM a Grassrots. (bod 2 a pravidlo I. bod 3. c.)
 5. Do stretnutia mimo súťaží UTM a Grassrots, hranom súbežne na dvoch „mini ihriskách“, je v zápise o zápase spoločný zoznam hráčov a opakovane striedať hráčov medzi družstvami A a B je možné voľne podľa bodu 1.

Odporúčenia pre trénerov:

1. Snahou trénerov musí byť zaistiť všetkým hráčom dostatočnú dobu v hre, pre ich individuálny rozvoj. Ďalej viď. pr. I. bod 3., alebo pr. IV.
2. Vhodné je striedať v zhruba dopredu určenom čase, alebo v čase, kedy sa hráč málo zapojuje do hry. Pre dostatočné vniknutie hráčov do hry je dobré, nechať hráčov hrať minimálne desaťminútové úseky. Ak budeme striedať hráčov po krátkych časových úsekoch, obmedzujeme tak fyzickú, ako aj duševnú účasť hráčov v hre a trénujeme iné psycho-fyziologické mechanizmy.
3. **Nestriedajme hráča, ktorý práve urobil chybu !!!**. Striedanie u mládeže nie je trestom za chybu. Robiť chyby je prirodzené a hráči hlavne v tomto veku sa chybami učia. Pri opakujúcich sa chybách je treba dať pozor na fixovanie chýb ako bežný prejav procesu učenia. Pri striedaní hráčov na iný post je dobrá krátka motivácia na nové úlohy.
4. Brankári by aj v tejto kategórii mali byť nasadzovaní do hry v poli a to najmä v prípade, že je viac brankárov než bránok. Dôvodom takého striedania je všestranný hráčsky rozvoj. Hráči v bránke môžu chytať s rukavicami, ale aj bez nich. Dôvodom na chytanie bez rukavíc je získanie väčšieho citu na loptu a získavanie odolnosti proti úderu lopty. Dôvodom na chytanie s rukavicami je otupenie strachu z bolestivého zásahu do rúk a približovanie sa vzorom z dospelého futbalu. O tom, čo je lepšie by sa mal rozhodnúť brankár.

Pravidlo VIII: Zakázaná hra

Platí znenie pravidla 12 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:

Hra brankára :

1. Ak je lopta mimo hry, brankár dáva loptu do hry z priestoru pokutového územia a to buď vyhodením, alebo výkopom z ruky, ale len na vlastnú polovicu ihriska. V stretnutiach mladších prípraviek je možné hrať aj spätnú prihrávku, tzv. malú domov.

- 2. Brankár musí po akomkoľvek chytení lopty dať loptu do 6 sekúnd na zem, alebo rozohrať. Ak by podľa rozhodcu brankár loptu nepoložil na zem, alebo nerozohral včas, nasleduje NVK z miesta priestupku.**

Odporúčenie pre rozhodcu:

Rozhodca má pristupovať k časovému limitu s toleranciou. Odobrať loptu a nariadiť NVK je vhodné, ak brankár očividne, či opakovane váha s rozohrávkou (zjavne zdržuje).

Odporúčenie pre trénerov:

Tréneri by mali hráčov učiť rozohrať čo najrýchlejšie a nečakať do šiestej sekundy, rovnako tak je

potrebné učiť pohyb hráča v poli, aby sa uvoľňovali od súpera a umožnili brankárovi rozohranie lopty.

Osobný trest

Ak odohrá brankár loptu zo svojho pokutového územia do poľa nohou, musí ním rozohraná lopta dopadnúť na vlastnú polovicu „mini ihriska“, alebo sa lopty musí dotknúť na vlastnej polovici iný hráč skôr, než lopta prejde cez poliacu čiaru. Táto podmienka platí aj pre ostatných hráčov vo vlastnom pokutovom území, ak bola lopta predtým von z hry (pri zahrávaní štandardnej situácie). Porušenie tohto pravidla sa trestá PVK z mysleného miesta, kde lopta prešla stredovú čiaru. Rozhodca môže uplatniť pravidlo o ponechaní výhody v hre pre súpera. V rozohraní lopty rukou brankár nie je obmedzený

Ak sa dotkne brankár lopty rukou znovu po tom, čo ju z ruky pustil bez toho, aby sa medzi tým niekto iný lopty dotkol, je družstvo potrestané NVK z miesta priestupku.

Hráčom prípraviek sa osobné tresty neudeľujú. Pri nešportovom chovaní, či hrubom - nečistom zákroku, môže rozhodca hráča dočasne vylúčiť na 5 minút a na jeho miesto môže nastúpiť ďalší hráč.

Pravidlo IX : Štandardné situácie

Štandardné situácie :

1.Vhadzovanie - zahrávanie lopty do hry spoza autovej čiary (autové vhadzovanie) sa robí prihrávkou nohou, alebo hodením rukami (pri rozohrávke lopta musí byť v klúde). Rozohrávajúci hráč nesmie riešiť situáciu strelou na bránku. Najbližší hráč súpera musí byť minimálne 3 m od rozohrávajúceho hráča. Na čiarach vyznačených malými klobúčikmi, je rozhodnutie o lopte v aute rozhodcom robené pokiaľ možno presne, ale ak to nie je presvedčivé, nechá rozhodca pokračovať v hre.

2.Rozohratie hry a žreb. Platí znenie pravidla 8 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:

Žrebovanie voľby strany platí pre obe paralelné „mini ihriská“. Žrebuje sa len na jednom „mini ihrisku“. Pri výkope (rozohratí hry) musia byť hráči súpera od lopty 3 m.

3.Pri zahrávaní voľných a rohových kopov musia byť hráči súpera najmenej 3m od miesta zahrávania. Pravidlo by nemalo veľmi preferovať význam tejto štandardnej situácie. Ide o to, aby rohy nemuseli zahrávať len akcelerovaní hráči, ale skôr hráči s dobrou kopacou technikou.

Vysvetlenie:

Táto benevolencia prispieva k plynulosti hry a nadväzuje na pravidlá prípravkových kategórii. Presne rozhodnúť nepresné vyznačenie ihriska je samé o sebe ťažké a ak majú hráči snahu zachytiť loptu a hrať, tak toto tú snahu podporuje.

Odporúčenie trénerom:

Tréneri majú vychovávať svojich hráčov tak, aby sa snažili hrať, pokiaľ majú šancu zachytiť loptu na ihrisku, ale ak si myslia, že lopta je v aute mimo hry, prerušia svoju hru a priznajú loptu súperovi. Ciele výchovy k hodnotám musia prevažovať smerovanie výchovy k úspechu.

Odporúčene rozhodcom:

Ak chce rozhodca hráča brániaceho rozohrať vhadzovanie posunúť ďalej, je vhodné povedať počet krokov dozadu. 2m = 4 kroky.

Pravidlo X: Postavenie mimo hru - ofsajd

V súťaži prípraviek neplatí pravidlo o postavení mimo hru.

Vysvetlenie:

Vzhľadom na to, že mini ihriská pre prípravky sú malých rozmerov, zápas hrá malý počet hráčov a takmer všetci hráči sú v ťažisku hry, nie je vôbec potrebné pravidlo o postavení mimo hru. Ďalším argumentom na jeho zrušenie je to, že chceme zvyšovať individuálnu hernú stránku hráčov, ale aj kolektívnu – nabíhanie do voľných priestorov, ponúkanie sa do hry, rozvíjať futbalové myslenie mladých hráčov.

Pravidlo XI: Výstroj hráčov

Platí znenie pravidla 7 Pravidiel futbalu, ale nie je dovolené hrať s kopačkami s vymeniteľnými štuplami.

Oba tímy oddielu majú jednu sadu dresov, alebo zo súhlasom rozhodcu aspoň rovnakú farebnú kombináciu dresov. Číslo dresov A a B družstiev toho istého oddielu môžu byť rovnaké, ale hráči s rovnakým číslom nesmú hrať na tom istom „mini ihrisku“ v tej istej časti hry (polčase).

Odporúčenie a vysvetlenie:

V prípade, že je potrebné presunúť na druhé „mini ihrisko“ hráča s rovnakým číslom aké už má iný práve hrajúci hráč, je možné riešiť dopredu tak, že súprava dresov bude obsahovať jeden či viac dresov, ktoré budú mať číslo odlišné od čísel dresov oboch družstiev. V prípade ich použitia budú také čísla dodatočne – po zápase, zapísané do zápisu o stretnutí. Číslo dresu môže byť improvizovane vyrobené tak, že sa dolepí páskou číslica 1 a vznikne tak napr. z čísla 10 číslo 101.

Pravidlo XII: Rozhodcovia

Platí ustanovení pravidla 5 Pravidiel futbalu s týmito odchýlkami:

Stretnutie na „mini ihrisku“ vedie rozhodca bez asistentov. V prípade hry na dvoch „malých ihriskách“, má každé „mini ihrisko“ jedného rozhodcu.

Rozhodca nie je delegovaný zväzom a zavádza sa povinnosť pre každý klub, mať pre každé družstvo vlastného tímového rozhodcu (pískanie na základe dohovoru – na jednom ihrisku domáci rozhodca, na druhom ihrisku rozhodca hosťujúceho oddielu).

Odporúčenie rozhodcom:

Pozícia rozhodcu v kategórii žiakov má aj výchovný charakter, preto by mal dbať na princípy chovania fair – plač a spoločne s oboma trénermi a členmi realizačných tímov. Ak nie je možné sa s trénermi dohodnúť v krízových situáciách, potom sa rozhodca musí snažiť ukladiť túto situáciu. Na toto môžu rozhodcovia na paralelných ihriskách využiť aj vzájomnú poradu a prerušiť hru na oboch ihriskách.

Odporúčenie trénerom:

Výchovný význam zápasu pre mladých hráčov, učenie sa k rešpektu, k autorite rozhodcu a prijímanie jeho výrokov bez výhrad. To je zároveň spôsob, ako sa hráči učia sústreďovať na hru a vlastný výkon.

Pravidlo XIII: Zápis (zoznam hráčov, dátum stretnutia, miesto, podpis trénera a kapitána) o zápase sa vypracováva spoločne pre oba zápasy starších prípraviek, tzn. zápis = oba paralelné zápasy starších prípraviek a posielajú sa na príslušný reg. zväz. Výsledky zápasov sa hlásia, ani posielajú nemusia.

Pravidlo XIV: Nevhodné správanie funkcionárov a divákov

1. Diváci majú zákaz vstupu na ihriská a zostávajú v priestoroch vyhradených pre divákov. V prípade nevhodného správania divákov či členov realizačných tímov, nasledujú tri kroky konania rozhodcu smerom k aktérom nevhodného správania:

1. Vyzve aktérov k utíšeniu, uzmiereniu.
2. Vykáže aktérov z priestorov určených pre divákov pri „mini ihrisku“. V prípade, že je priestor pre divákov bezprostredne pri čiare „mini ihriska“, vykáže aktérov do vzdialených priestorov a požiada usporiadateľov o vykonanie jeho požiadavky.

Vysvetlenie:“

Vzdialené priestory sú také, odkiaľ nie je možné ovplyvňovať dianie na ihrisku fyzickou prítomnosťou či krikom.

3. **Ukončí stretnutie 0:3 v neprospech tímu, ktorého fanúšikovia či funkcionári sa očividne nevhodne správali a všetko zapíše do zápisu o stretnutí. V prípade, že nie je možné určiť, ku ktorému tímu aktéri nevhodného správania patria, alebo sa toto deje obojstranne, tak skončí zápas 0:0 a ani jeden tím nezíska body a góly do súťaže.**

2. V prípade, že tímy nesúhlasia s postupom rozhodcu, uvedú to v zápise o stretnutí a ďalej sa postupuje podľa platného disciplinárneho poriadku.

Odporúčenie pre rozhodcov a trénerov:

Tréneri a rozhodcovia by mali spolupracovať počas priebehu stretnutia a snažiť sa aby prebehlo v duchu fair play a musia si uvedomovať, že akékoľvek stupňovanie napätia je škodlivé pre výchovu hráčov, kvôli ktorým tam všetci organizátori či iné osoby sú. Smerom k riešeniu problému a utíšeniu, uzmiereniu situácie, by rozhodne mali komunikovať ako partneri predovšetkým rozhodcovia a tréneri.

Výsledky starších a mladších prípraviek nebudú publikované. !!!

Kategória mladších prípraviek U7-U9, je dosť rozsiahla a pravidlá nemôžu dostatočne obsiahnuť všetko. Najmä u tých najmladších by mala byť snaha o to, aby hrali na určených postoch - obrancov a útočníkov - až **druhoradá**. Chceme, aby pochopili, že nemajú všetci bežať za loptou, ale rozdelením hráčov podľa úloh na útočníkov a obrancov, ako je to možno veľakrát vidieť na turnajoch, je mnohokrát kontraproduktívne.

Deti by mali postupne pod vedením trénerov prísť na to, čo je v hre výhodné. Žiadne delenie na: obrana – útok. Deti - hráči potom zostávajú zapichnutí na svojich miestach a namiesto dravosti a individuálnych futbalových schopností sa trénuje skôr taktika, ktorá je určená obmedzeniami – úlohami čo majú a nemajú robiť, ale to sú zábrany - bariery pre tvorivosť a zápal pre hru. **V tomto období nemusia vedieť hrať kolektívne, nejde o družstvo a o výsledok**, aj keď každé z tých detí chce vyhrať.

Učme ich v hre premýšľať, nie dodržiavať nariadenia!!! Nie je dôležité, aby si teraz rýchle prihrávali, ale aby sa snažili urobiť kľučku a potom prihrali spoluhráčovi alebo niekde do voľného priestoru. Rozprávajte sa s deťmi o tom (a deti nech sami odpovedajú), **NIE** kde by mali **stáť**, ale **kam** by mali **nabehnúť**, aby im mohol niekto prihrať.

Pýtajte sa otázkami : Odkiaľ sa striedajú góly? Deti: „ Spred bránky“. Kam preto musíme bežať – nabiehať keď je hráč s loptou na kraji ihriska? Budeme tam bežať všetci? Keď tam nepobežíme všetci, tak čo budú robiť ostatní? „Niektu zostane vzadu“. A prečo? A kde vzadu? Až za polovičkou ihriska, alebo bližšie k súperovej bránke? A prečo? A kde bude stáť náš brankár?

Takéto otázky a rozhovory robíme pred zápasom, alebo pri sledovaní iného zápasu, alebo s hráčmi na lavičke, ktorí práve nehrajú a sledujú hru. Tam majú čas na pochopenie. To je pravý „koučing“= otváranie potenciálu, ktorý v deťoch je, ktorý v nich zatiaľ drieme. Samozrejme, že to nie je jednoduché, hlavne pre tých trénerov, **ktorí posúvajú deti na ihrisku** (svojimi pokynmi - pokrikmi) **ako na špagátikoch**.

Keď deti na všetky otázky odpovedajú, tak si to všetko aj uvedomujú. Skôr to pochopia chápanejšie – myšlienково rýchlejšie, ale ostatní sa potom od nich učia. Nikomu však nehovoríme: „Ty si obranca a ty stoj vzadu, ty si zase útočník tak ty stoj vpredu“. Dôležité sú ich voľby a ich orientácie, ale tréner ich len usmerňuje a navádza otázkami nech sa učia sami. Je to dlhšia cesta, ale trvalejšia a pevnejšia, ktorá nerobí z detí figúrky, na ktoré tréner kričí.

Ešte k bráneniu – to je jednoduchšie, to sa naučia po čase „skoro úplne“ sami, ale útočiť je zložitejšie. Neučíme ich teda toľko brániť, aby sa na to nesústredili, ale učíme ich hlavne útočiť. Ale POZOR!!! Stále dávame otázky: Čo urobíš, keď stratíš loptu? Môže loptu získať hráč ktorý spadol (= urobil šmýkačku)? Koľko hráčov pobeží za loptou aby ju získali? Kde budú čakať ostatní? Postupne na to prichádzajú!!!

Dôvod ??? Ten je jednoduchý.

O 10 rokov bude musieť byť hráč **univerzálny** (nakoniec už aj v súčasnosti). Teraz a pravdepodobne aj v budúcnosti bude najlepším variantom obrany vo veľkom futbale pressing na súperovej polovici ihriska. Na tento spôsob

potrebujeme útočníkov, ktorí budú vedieť brániť a technicky veľmi vyspelých obrancov, aby dokázali obísť hráča a kombinovali pod tlakom.

Až deti takto pochopia štruktúru hry cca U8, tak by sme hráčov mali pomenovávať názvami : predný útočník a zadný útočník (bránia a útočia predsa všetci a my chceme podporovať najmä útok), preto hlavné úlohy ako: kam si kto má nabehnúť - ak chce aby mu brankár prihral; - alebo aby mu prihral hráč ktorý je s loptou na kraji ihriska.

Aj v hre sa to potom všetko zmení, ale určite im nebudeme hovoriť, aby „dvaja zadní držali priestor vzadu“, - keď útočíme, alebo aby sa útočníci nevracali pri bránení. **LEBO** – zase by sme búrali zápal a tvorivosť a deti by sa snažili plniť úlohy trénera. Pre deti to musí byť v prvom rade **hra = voľnosť**
Čo sa týka brankárov = hráčov v bránke, tak všetky deti by sa mali naučiť chytať, hádzať, padať bez lopty aj s loptou a nebát sa vystrelenej lopty – to sú celkom obyčajné schopnosti ktoré rozvíja napríklad vybíjaná.

Základná myšlienka je, že sa UČIA HROU a nie, že sa učia, aby mohli hrať.

Nikoho nie je možné nútiť, aby si uvedené myšlienky osvojil a riadil sa nimi, ale je tam logika vecí, ktorá vychádza z pedagogiky (škola hrou), ktorú kopíruje celý svet. Premýšľajme o tom. My to môžeme spolu zase o kúsok posunúť ak budeme využívať túto pedagogickú zásadu. V tom bola, do určitej miery, už skôr sila slovenského (československého) futbalu – **mať hráčov, ktorí premýšľajú.**

Preto nechcime hru pretaktizovať od začiatku, teda pokiaľ ešte neovládame individuálne herné činnosti.

Vypracoval: Ján Rosinský

Predkladá: Milan Lešický