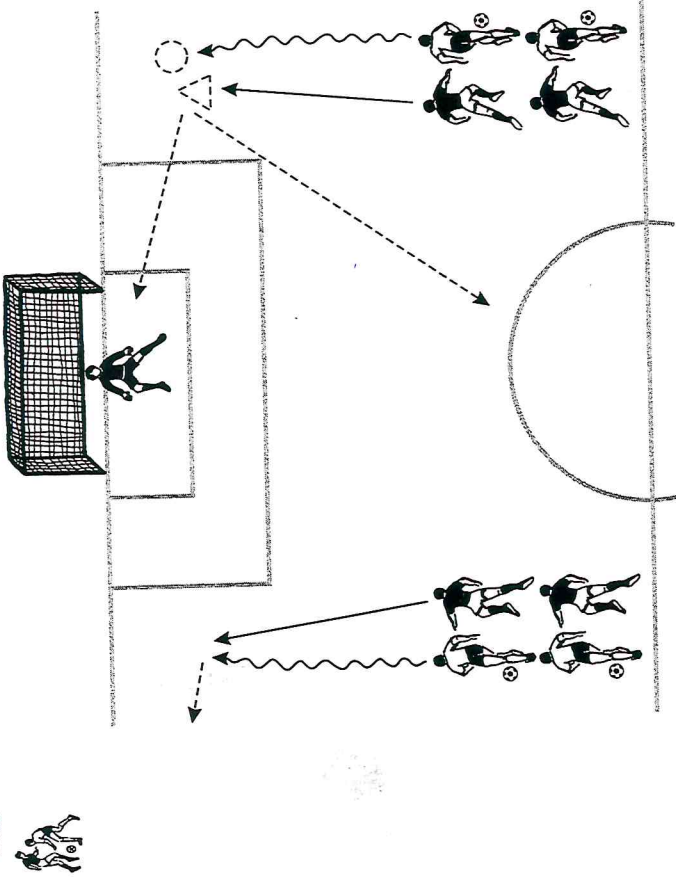


1:1 NA KRÁJICKA HĚ.

FOTBALOVÁ CVIČENÍ A HRY

77 Odebrání míče podél pomezí čáry



Dvojice hráčů stojí na středové čáře. Hráč s míčem jej vede podél pomezí čáry, obránce se snaží o odebrání míče pravidly dovolenými způsobem (odkopnutím do zámezí, vypíchnutím, skluzem – bližší i vzdálenější nohou). Hráči se snaží o konstruktivní odebrání míče a následnou přihrávku do vymezeného prostoru (například do středového kruhu, brankářů apod.).

78 Odebrání míče předskočením



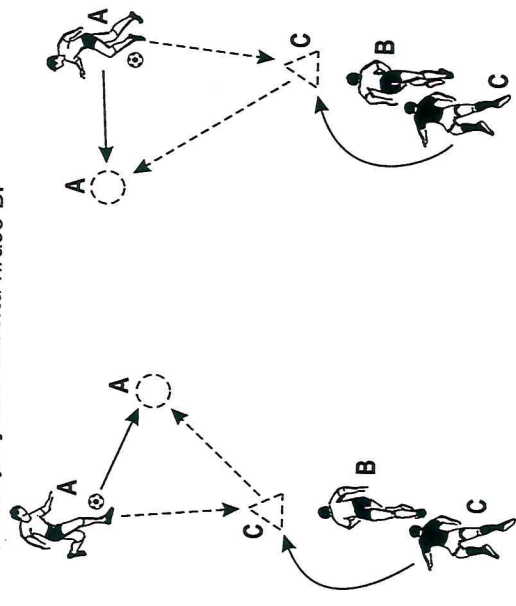
Hráči vytvoří trojice. Hráč A přihrává nejdříve pomalu a po zemi hráči B, který je zpočátku velmi pasivní. Obránce C, konstruktivně odebrající míč předskočením, se snaží přihrát hráči A, který se nabízí střídavě 2–3 metry do stran pro přihrávku. Od hráče C vyžadujeme včasný odhad směru přihrávky, rychlý start a včasné předskočení, pozici hru tělem, zpomalení před přijímáním míče, zpětnou přihrávku hráči A řešíme prvním (druhým) dotekem. Role hráčů střídáme.

PŘEDSKOČENÍ

INDIVIDUÁLNÍ HERNÍ ČINNOSTI OBRANNÉ

Odměny

- měníme prudkost a výšku letu přihrávky od hráče A,
- citlivě postupně zvyšujeme aktivitu hráče B.



Situace 1:1 s vedením míče

Ve středovém kruhu jsou dvě skupiny hráčů (např. červení a bílí), všichni hráči mají míč a libovolným způsobem jej vedou v tomto prostoru. Na pokyn trenéra s určením směru hráči zvolené skupiny vedou míč směrem k brankové čáře. Druhá skupina hráčů okamžitě reaguje, nechá míče na místě, co nejrychleji vyrazí za hráči s míči a snaží se jim dovozeným způsobem míč odebrat a zabránit jeho dovedení na brankovou čáru. Zaslápnutí míče na brankové čáře útokem a získání míče pod kontrolu obráncem znamená jeden bod.

Cvičení lze provádět jako soutěž ve dvojici, nebo jako soutěživou formu skupin.

Odměna

Vedení míče zakončí hráči střelbou.

