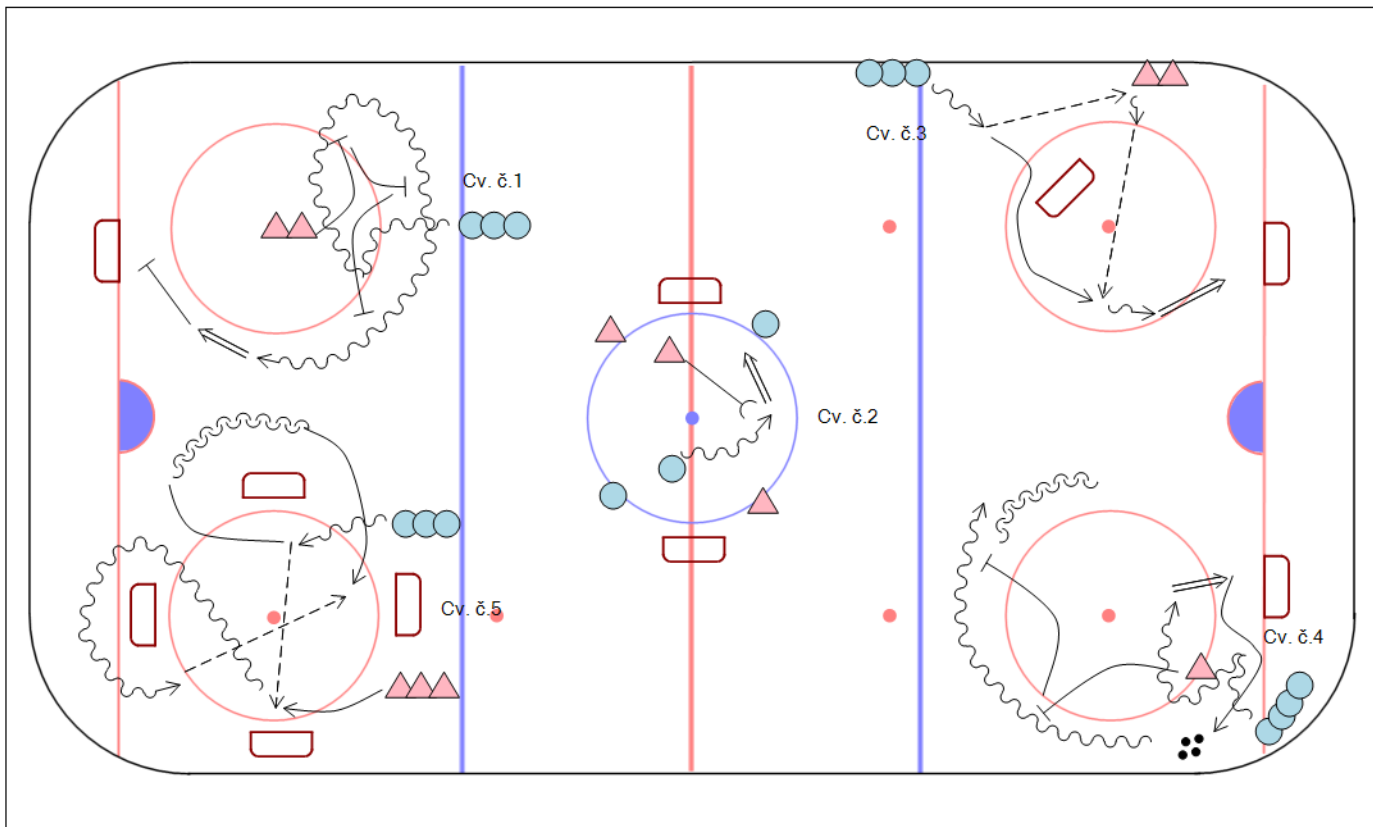


Ukázka - stanoviště - 4.4



Návrh možností podoby hlavní části tréninkové jednotky v kategorii přípravky a minipřípravky. Cílem je realizace cvičení na malém prostoru.

TJ vždy obsahuje hru na malém prostoru a cvičení na rozvoj vedení míčku.

Mírně upozaděn je rozvoj přihrávky, který v této kategorii není základní dovedností.

Cvičení č. 1 - hráč s míčkem vyběhá a kryje míček před bránícím hráčem, provádí obrat a zvrtnou kličku, akci zakončuje střelou a dohráním akce na brankovišti

Cvičení č. 2 - hra 1 vs. 1 na malém prostoru ve středovém kruhu, do hry se mohou zapojit i hráči po obvodu kruhu, kteří mohou nastřílet nebo přihrát míček

Cvičení č. 3 - útočící vyběhá s míčkem, který nahrává druhému hráči, hráč se bez míčku uvolňuje do prostoru a po přijetí přihrávky akci zakončuje střelou

Cvičení č. 4 - cvičení je zaměřené na řešení situace 1 vs. 1, které předchází úvodní zakončení a také uvolnění se hráče bez míčku naznačením statickému obránci

Cvičení č. 5 - dvojice hráčů se uvolňuje a nabízí v prostoru okolo a mezi brankami (střídání hráčů po 15 - 20 vteřinách)