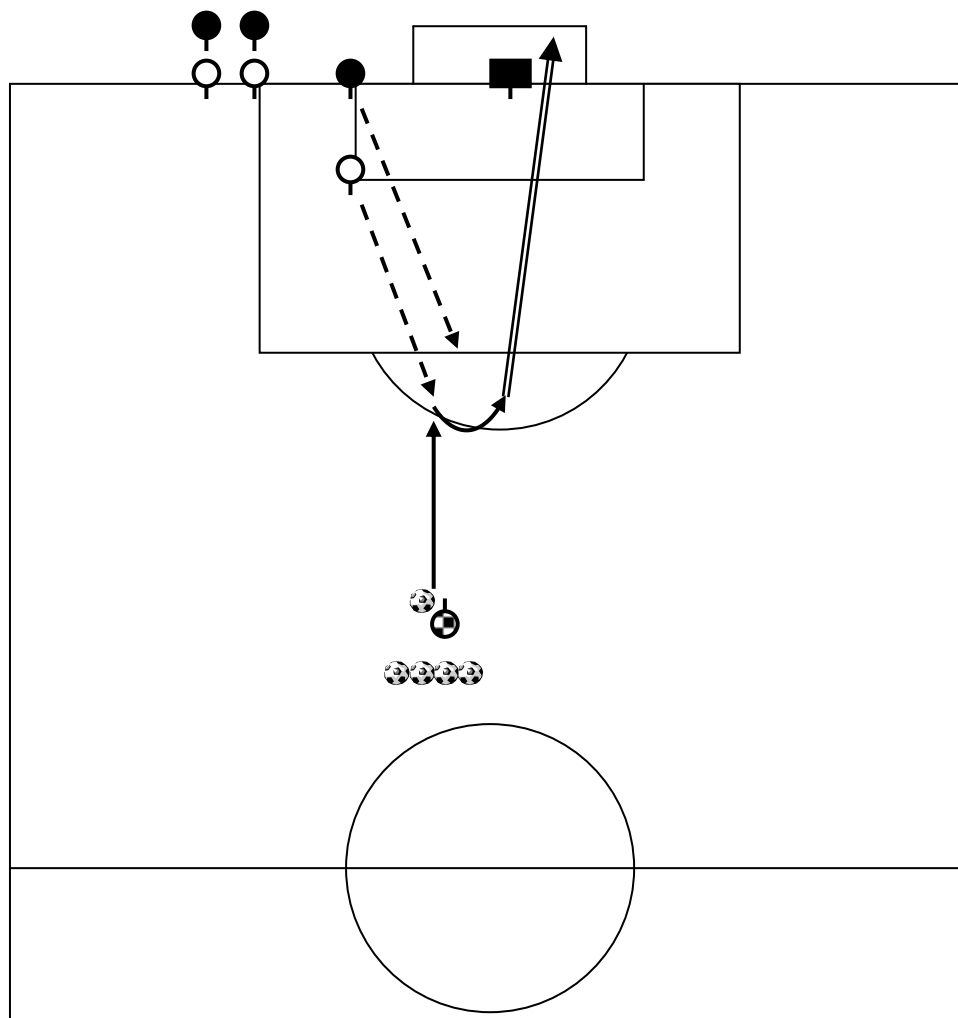


1:1 elleni támadásvezetés lefordulással (A védő hátulról érkezik)

Eszköz: páronként 1 labda

Szervezés/létszám: párosával vagy két csoportra (támadókra és védőkre) osztva



A feladat leírása:

A gyakorlatot a párok egymás után hajtják végre. Az edző a támadó felé gurítja a labdát, és a sípba fúj. A támadó az „ötös” sarkáról (balról majd jobbról) sípjára indul a labda felé. Neki – labdaátvétel és lefordulás után – kapura lövéssel kell befejeznie a gyakorlatot. A védő – szintén sípjára – az alapvonalról indul, és a labdát kell megszereznie, illetve a gólszerzést kell megakadályoznia. A támadásnak akkor van vége, ha a kapus megszerezte a labdát, vagy a büntetőterületet valamilyen módon elhagyta a labda. (Tehát a védőtől vissza lehet szerezni a labdát, illetve többször is kapura lehet lőni.) Egy támadás után feladatcsere van. Utána az „ötös” másik sarkáról kell indulni. Tehát egy sorozat: 2-2 támadásvezetésből áll. A feladatot célszerű versenyszerűen végeztetni.

Megjegyzés:

Ha párosan vannak a mezőnyjátékosok, akkor állandó – azonos képességű – párokat kell kialakítani. Ha páratlanul, akkor a játékosokat két csoportra (védőkre és támadókra) kell osztani.

Jelmagyarázat:

- : mozgás labda nélkül
- : labda útja
- ... : labdavezetés
- == : lövés, fejelés
- ↘ : cselezés

- □ : kapusok
- ● : játékosok
- ⊕ : edző
- ▲ : bója
- ⚑ : zászló
- ⚽ : labda