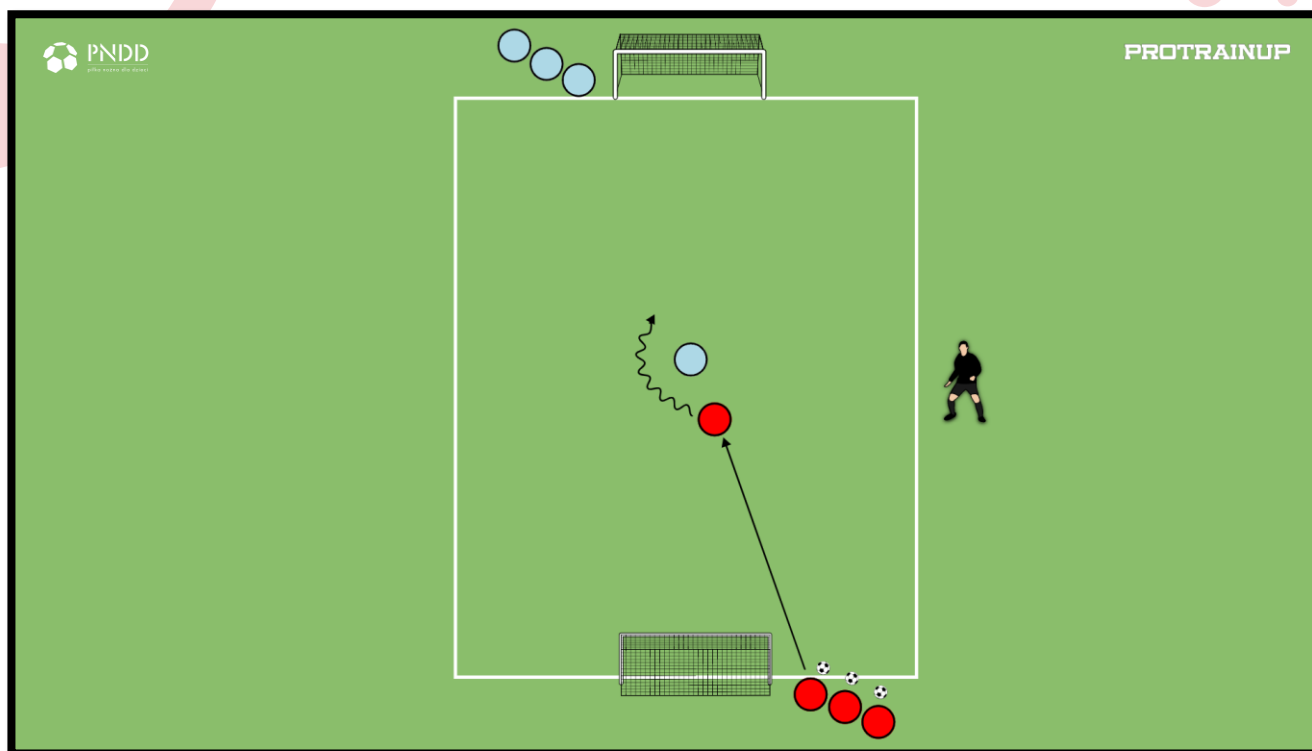


GRA 1 x 1 Z PRZECIWNIKIEM Z TYŁU



Przebieg

Pierwszy atakujący z rzędu podaje piłkę do kolegi ustawionego w polu gry tyłem do bramki i do przeciwnika. Atakujący próbuje obrócić się w stronę bramki, minąć przeciwnika i strzelić bramkę. Broniący po odbiorze strzela na przeciwległą bramkę.

Wskazówki i korekta

Tempo i dynamika wykonania, przyjęcie kierunkowe, kontrola piłki, gra ciałem, noga dalsza od przeciwnika, nisko na nogach.

Uwagi

Po akcji zawodnicy wracają do swoich rzędów i rusza kolejna para. Trener co kilka minut zmienia zawodników rolami.

Typowa gra z przeciwnikiem z tyłu (za plecami) oraz z atakującym ustawionym tyłem do bramki przeciwnika. Mocny nacisk na grę ciałem i dobre przyjęcie piłki.