

NA KAŽDEJ
KVAPKE ZÁLEŽI ...

- MFK TATRAN LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ
- KIDS FUN ACADEMY O.Z.
- PRÍPRAVKA U 11- U 7 **„JA A LOPTA„**



ZAKONČENIA

Zakončenie

Zakončenie

Prečo na tréningu zakončujeme na brankára spoza pokutového územia ak 80 % gólov padá z pokutového územia? Má význam trénovať finálnu prihrávku do pokutového územia z krajnej vertikály? Ak 70 % gólov padne po finálnej prihrávke z vnútra pokutového územia. Nemá, preto pripravme tréning tak aby sme naučili čo veci, ktoré majú pre dieťa, hráča význam. Trénujme zakončenie tak aby sa čo najviac priblížilo zápasovej realite.

Zakončenie hlavou

Zakončenie nohou :

streľba z prízemných prihrávok

streľba zo vzduchu (z voleja)

streľba po odraze lopty od zeme (halfvolej)



ZAKONČENIE

ZAKONČENIE Z VNÚTRA POKUTOVÉHO ÚZEMIA

ZAKONČENIE HLAVOU

ZAKONČENIE NOHOU

TIERRY HENRY POVEDAL, ŽE POSTAVENÍM TELA A PRVÝ DOTYK V POKUTOVOM ÚZEMÍ SI VIEME SPRAVIŤ DOSTATOK ČASU NA ZAKONČENIE.

ROBIE KEANE O ZAKONČENÍ: „70 % GÓLOV PADAJÚ 10-12 M OD BRÁNY. PRETO V POKUTOVOM ÚZEMÍ PREFERUJEM ZAKONČENIE VNÚTORNOU STRANOU PRIEHLAVKU ,PRETOŽE PRÁVE TENTO KOP JE NAJPRESNEJŠÍ.“

FLEXIBILITA ZAKONČENIA JE VÍTANÁ A DÔLEŽITÁ,

VÝBER MIESTA V POKUTOVOM ÚZEMÍ - AK JE LOPTA S HRÁČOM, KTORÝ JU MÁ NA NOHE BLIŽŠIE K ZÁKLADNEJ, BRÁNKOVEJ ČIARE, ODSKAKUJ, SPRAV POHYB OPAČNÝM SMEROM OD BRÁNKY BLIŽŠIE K HRANICI ŠESTNÁSTKY

V MOMENTE ZAKONČENIA SA SNAŽ BYŤ V PRIESTORE BRÁNY,

PRI ZAKONČENÍ PRVÝM DOTYKOM POUŽÍVAJ VNÚTORNÚ STRANU PRIEHLAVKU, NAJŠIRŠIA PLOCHA NA NOHE, BUDE TO PRESNÉ,

AK SI MIMO PRIESTORU BRÁNY VYUŽI PRIAMI PRIEHLAVOK NA VZDIALENEJŠIU TYČ,

ZAKONČENIE HLAVOU VYUŽIJEŠ PRI - ŠTANDARDNEJ SITUÁCII, DÔLEŽITÝ FAKTOR PRI MUŽSKOM FUTBALE - PRIAMO Z HRY PO FINÁLNEJ PRIHRÁVKE

VYŠŠÍ POČET HRÁČOM V POKUTOVOM ÚZEMÍ TI PRINESIE VYŠŠIE PERCENTO ÚSPECHU PRE STRELENIE GÓLU.



ZAKONČENIE

ZAKONČENIE HERNEJ SITUÁCIE V BLÍZKOSTI POKUTOVÉHO ÚZEMIA.
ZAKONČENIE HERNEJ SITUÁCIE V BLÍZKOSTI POKUTOVÉHO ÚZEMIA JE
MOŽNÉ REALIZOVAŤ **HLAVOU** ALEBO **NOHOU**. NAJVIAC VYUŽÍVANÝM
SPÔSOBOM ZAKONČENIA HERNEJ SITUÁCIE JE REALIZÁCIA NOHOU,
KONKRÉTNE STREĽBA PO PRIHRÁVKE. STREĽBU PO PRIHRÁVKE JE MOŽNÉ
REALIZOVAŤ NASLEDUJÚCIMI SPÔSOBMI:

STREĽBU PRIAMYM PRIEHLAVKOM

CHARAKTERISTIKA STREĽBY PRIAMY PRIEHLAVKOM: ZAKONČENIE NA VÄČŠIU
VZDIALENOSŤ SA VYUŽÍVA V PRÍPADE AK HRÁČ CHCE, ABY LOPTA
SMEROVALA BUĎ PRIAMO NA BRANKÁRA, ALEBO PRIAMO NA BRÁNKU.

ZAKONČENIE PRUDKOU SILOU /STOJNÁ NOHA JE VEDĽA LOPTY VO
VZDIALENOSTI CCA 20 CM ? S POLOHOU ZHRUBA V STREDE LOPTY/ ,
VRCH TELA /RAMENÁ/ JE NAKLONENÝ NAD LOPTU, PEVNÉ BRUCHO /CORE
TELA/.

ZAKONČENIE REALIZOVAŤ S VÝDYCHOM.



ZAKONČENIE

STREĽBU VNÚTORNÝM PRIEHLAVKOM

VYUŽÍVA SA NA ZAKONČENIE NA BLIŽŠIU VZDIALENOSŤ

TECHNICKÉ ZAKONČENIE VYUŽÍVANÉ NA OBSTREĽOVANIE HRÁČA ALEBO BRANKÁRA, ZAKONČENIE ŠVIHOM

STOJNÁ NOHA JE POLOŽENÁ ĎALEJ OD LOPTY DOPREDU V SMERE STREĽBY .

JADRO TELA /PANVA/ JE NAKLONENÁ VIAC DO ĽAVEJ STRANY /V PRÍPADE, ŽE KOPEME PRAVOU NOHOU/ NAD STOJNOU NOHOU.

VRCH TELA /RAMENÁ/ JE NAKLONENÝ V MIERNOM ZÁKLONE.

VYUŽÍVA SA NA ZAKONČENIE NA BLIŽŠIU VZDIALENOSŤ.

STREĽBU VNÚTORNÝM PRIEHLAVKOM

TECHNICKÉ ZAKONČENIE VYUŽÍVANÉ NA OBSTREĽOVANIE HRÁČA ALEBO BRANKÁRA, ZAKONČENIE ŠVIHOM

STOJNÁ NOHA JE POLOŽENÁ ĎALEJ OD LOPTY DOZADU V SMERE OD STREĽBY

JADRO TELA /PANVA/ JE NAKLONENÁ VIAC DO PRAVEJ STRANY /V PRÍPADE, ŽE KOPEME PRAVOU NOHOU/ NAD STOJNOU NOHOU,

VRCH TELA /RAMENÁ/SÚ NAKLONENÉ V MIERNOM PREDKLONE.

STREĽBA ZO VZDUCHU (Z VOLEJA),

STREĽBA PO ODRAZE LOPTY OD ZEME (HALFVOLEJ)

