

SADRŽAJ

1. UVOD	5
2. PREDMET I POBLEM RADA	7
3. CILJ I ZADACI RADA	9
4. METOD RADA	10
5. POJAM, STRUKTURA I KARAKTERISTIKE TEHNIKE U FUDBALU	10
6. KLASIFIKACIJA TEHNIKE U FUDBALU	12
7. PRIMANJE LOPTE.....	16
7.1. Klasifikacija primanja lopte	16
7.2. Mesto, uloga i značaj primanja visokih lopti u savremenom fudbalu	18
7.3. Centralni detalji u obučavanju primanja visokih lopti.....	19
7.3.1. Primanja lopte na principu amortizacije	19
7.3.2 Primanja lopte na principu klopke	21
7.4. Mesto, uloga i značaj primanja kotrljajućih lopti u savremenom fudbalu.....	23
7.5. Centralni detalji u obučavanju primanja kotrljajućih lopti	24
7.5.1 Prijemi lopte u mestu	24
7.5.2 Prijemi sa okretima za 45 i 90 stepeni	24
7.5.3 Unutrašnjom stranom stopala upolje	25
7.5.4 Unutrašnjom stranom stopala ka unutra	25
7.5.5 Unutrašnjom stranom stopala iza stajne noge.....	25
7.5.6 Spoljnom stranom stopala upolje.....	25
7.5.7 Prijemi sa okretima za 180 stepeni	26
7.5.8 Prijem lopte gaženjem.....	26
7.5.9 Unutrašnjom stranom stopala	26
7.5.10 Spoljnom stranom stopala.....	26
8. PRILOG METODICI OBUČAVANJA I USAVRŠAVANJA PRIMANJA NISKIH I VISOKIH LOPTI U FUDBALU	27
8.1. Primanja kotrljajućih i visokih lopti u radu sa uzrastom 5-8 godina	29
8.1.1. Principi i zadaci metodike obučavanja	30
8.1.2. Predlog trenažnih sadržaja rada	30
8.2. Primanja kotrljajućih i visokih lopti u radu sa uzrastom 8-12 godina	31
8.2.1. Principi i zadaci metodike obučavanja	32
8.2.2. Predlog trenažnih sadržaja rada	32
8.3. Primanja niskih, kotrljajućih i visokih lopti u radu sa uzrastom 12-16 godina	46
8.3.1. Principi i zadaci metodike obučavanja	46
8.3.2. Predlog trenažnih sadržaja rada	46
8.4.1. Principi i zadaci metodike obučavanja	50
8.4.2. Predlog trenažnih sadržaja rada	50
9. ZAKLJUČAK	54
10. LITERATURA	55