

# САДРЖАЈ

УМЕСТО УВОДА .....	7
<b>I КАРАКТЕРИСТИКЕ ГОЛМАНА .....</b>	<b>9</b>
Еволутивни развој голмана .....	9
Селекција голмана у фудбалу .....	11
<b>II ТЕХНИКА ГОЛМАНА .....</b>	<b>17</b>
Принципи обучавања-тренирања и усавршавања голмана у савременом фудбалу .....	17
Методе за обучавање и тренирање голмана .....	20
Обука голмана .....	23
Обука технике голмана без лопте .....	24
Обука технике голмана са лоптом .....	32
Вежбе и игре за обучавање, тренирање и усавршавање техничких способности голмана .....	44
Вежбе уз помоћ табле .....	50
Вежбе за развијање концентрације и специфичне брзине са лоптом .....	52
Вежбе уз помоћ зида .....	56
Вежбе са viseћом лоптом .....	59
Вежбе за усавршавање технике голмана и играча .....	63
Вежбе за усавршавање голмана .....	68
<b>III ТАКТИКА ГОЛМАНА .....</b>	<b>71</b>
Увод .....	71
Основне тактичке вежбе за голмане .....	72
Техничко-тактичке ситуационе вежбе за голмана .....	77
Игра голмана у простору .....	78
Комплексне тактичке вежбе .....	79
Тактичке игре за обучавање и усавршавање голмана у савременом фудбалу .....	86

