

ФАКУЛТЕТ СПОРТСКИХ НАУКА

College of Sports Sciences

Специјалистички рад

Богдан Крнојелац

САДРЖАЈ:

1. УВОД	3
2. ПРЕДМЕТ И ПРОБЛЕМ РАДА	4
3. ДОСАДАШЊА ИСТРАЖИВАЊА	4
4. ЦИЉЕВИ И ЗАДАЦИ	4
5. ОСНОВИ МЕТОДИКЕ ОБУЧАВАЊА	5
5.1. Моторна активност као предмет обучавања	5
5.2. Принципи обучавања	6
5.3. Методе обучавања	7
5.4. Основне карактеристике обучавања	7
6. ТЕХНИКА ФУДБАЛА	9
6.1. Ударци по лопти ногом	11
6.1.1. Ударац унутрашњом страном стопала	11
6.1.2. Ударац унутрашњом страном хрипа стопала	13
6.1.3. Ударац хрбтом стопала (пун рист)	14
6.1.4. Ударац спољашњом страном хрипа стопала	15
6.1.5. Ударац врхом стопала (шпиц)	16
6.1.6. Ударац петом	17
6.1.7. Вјежбе за обучавање додавања	17
6.2. Примање лопте ногом	24
6.2.1. Примање унутрашњом страном стопала	24
6.2.2. Примање хрбтом стопала (ристом)	27
6.2.3. Примање спољашњом страном хрбта стопала	28
6.2.4. Примање ђоном	28
6.2.5. Примање потколеницом	29
6.2.6. Примање натколеницом (бутином)	29
6.2.7. Вјежбе за обучавање пријема ногом	30
7. ЗАКЉУЧАК	35
8. ЛИТЕРАТУРА:	37