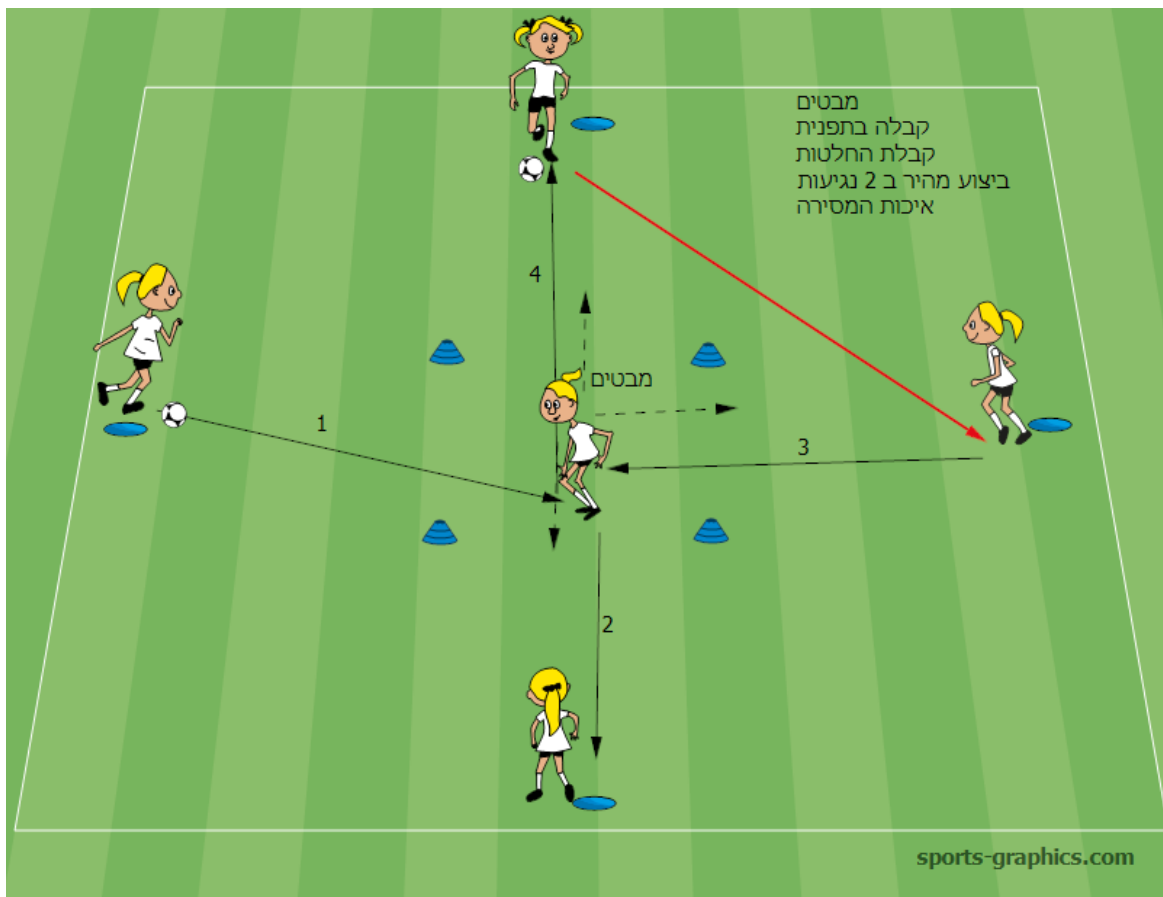




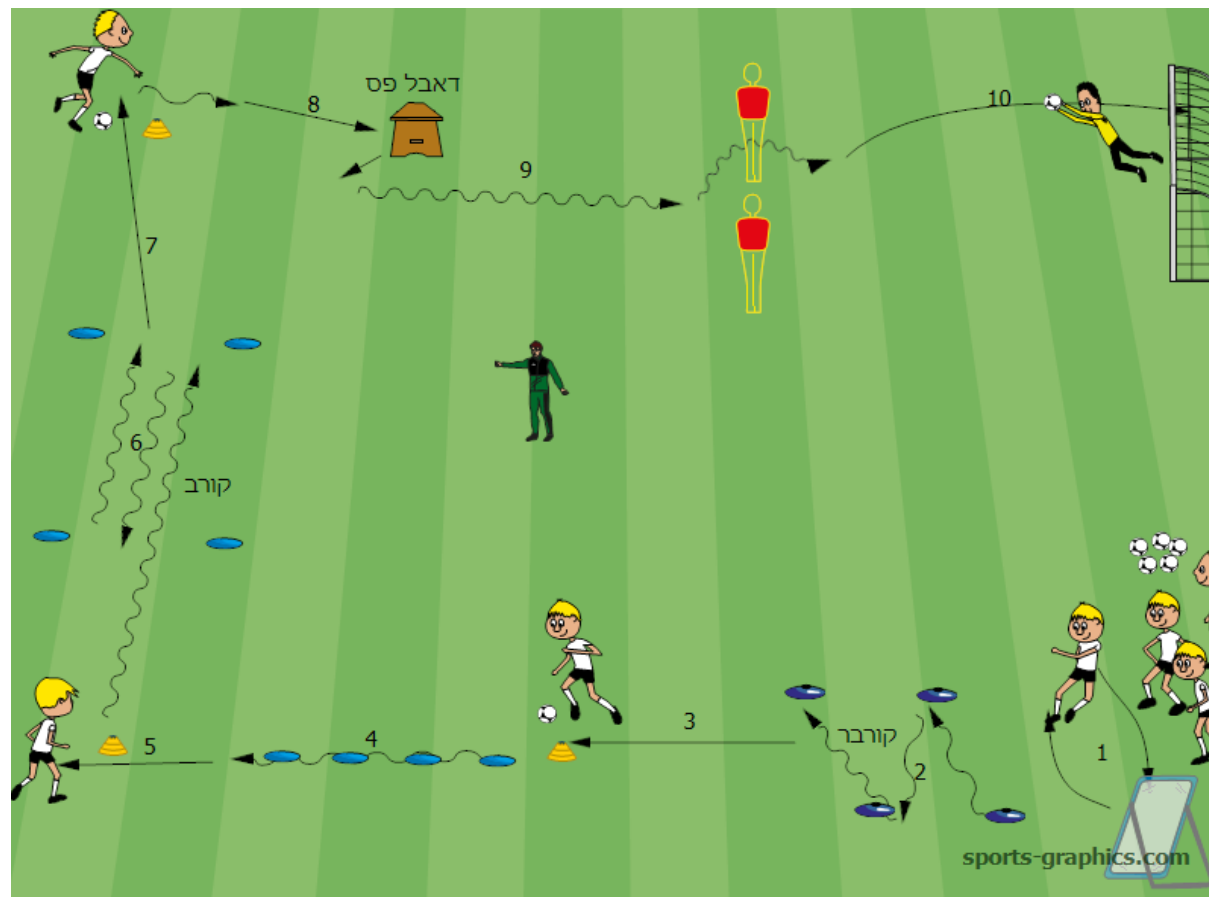
השתלמות מאמני ילדים – תרגילים



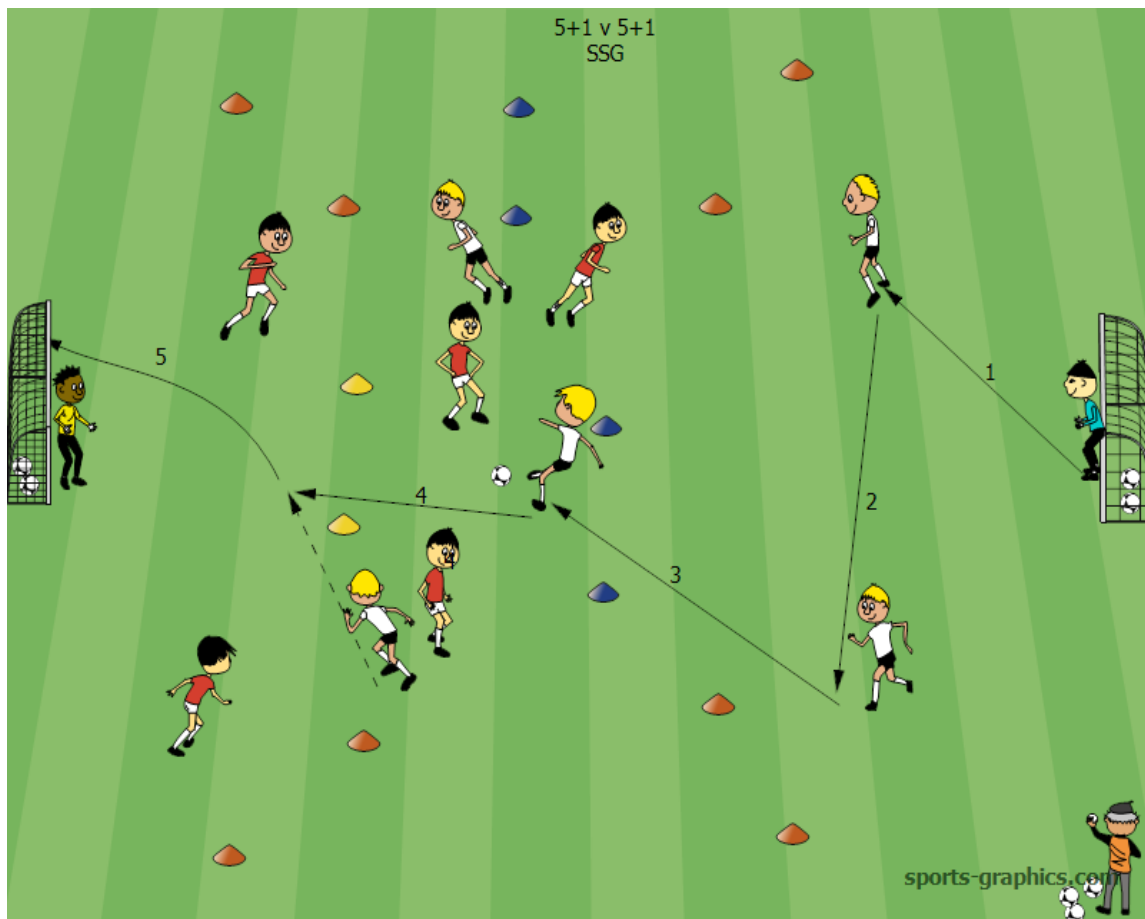
חוברת תרגילים לגיל הצעיר



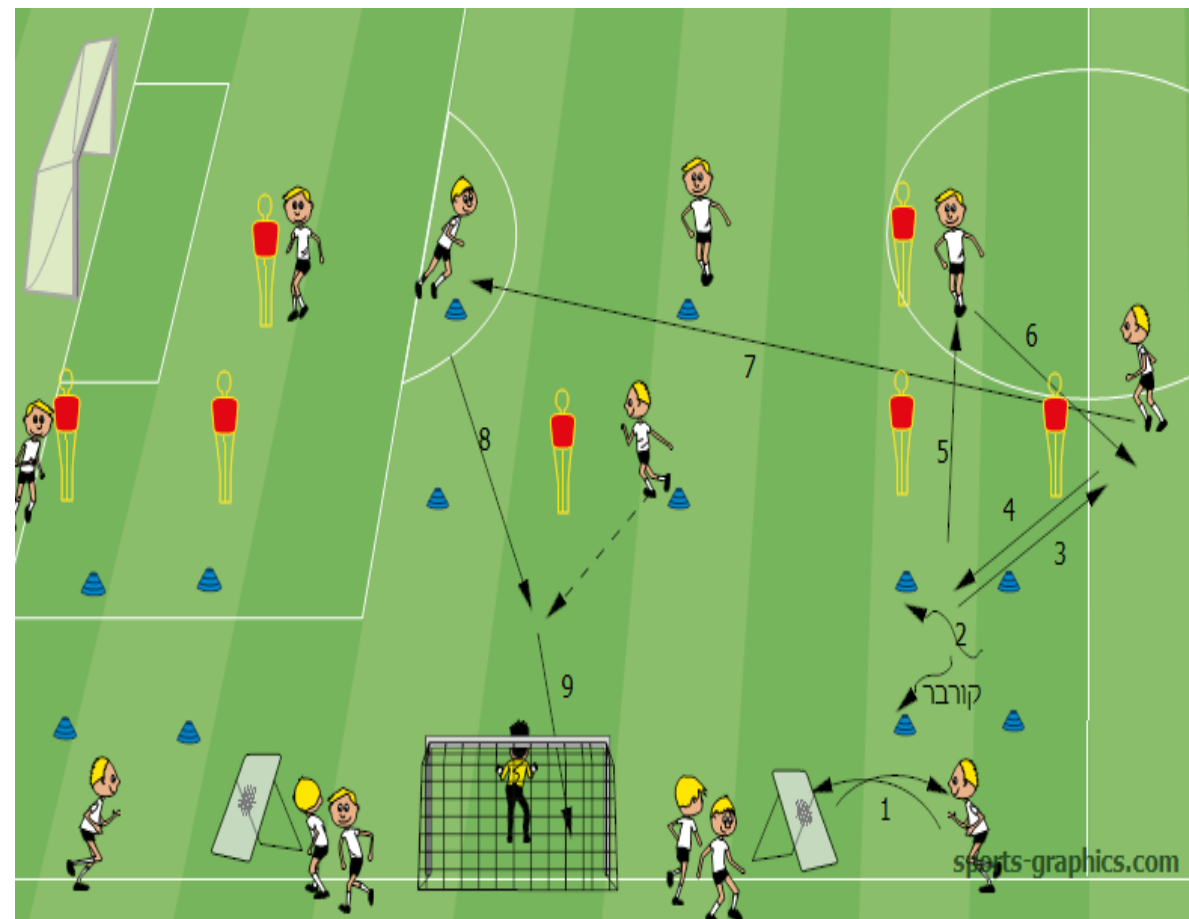
טכניקה קבלת כדור בתפנית עם 2 כדורים - כתחנה



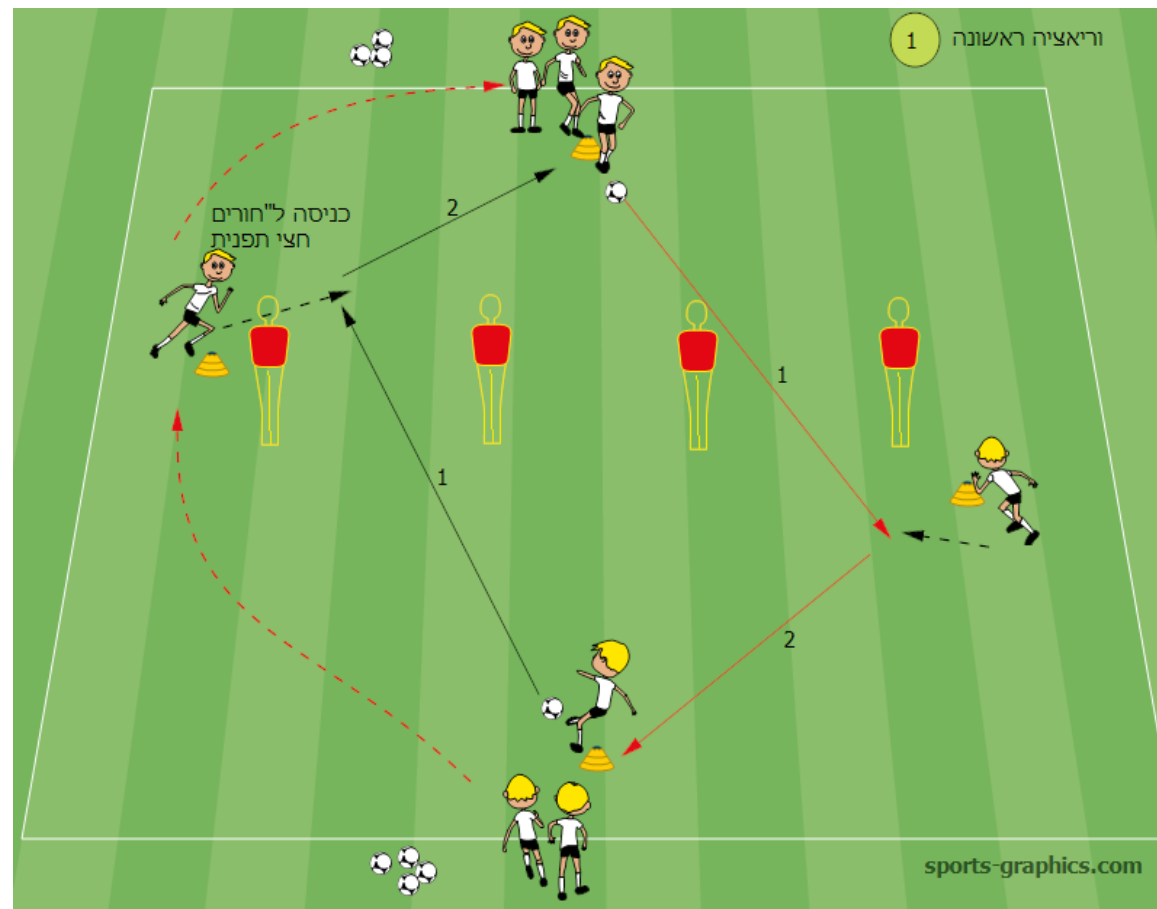
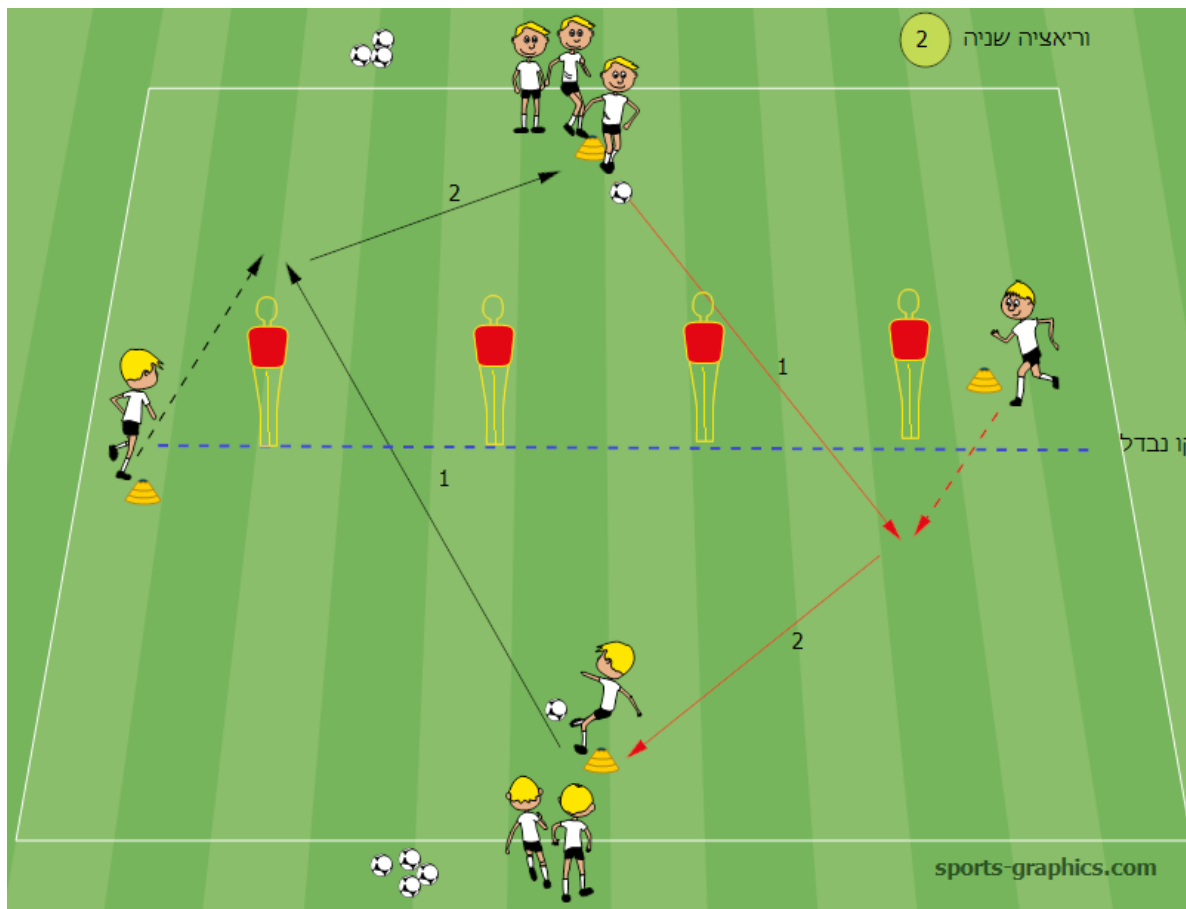
מסלול טכניקה כולל קורבר עם סיומת לשער אפשרי כתחנה



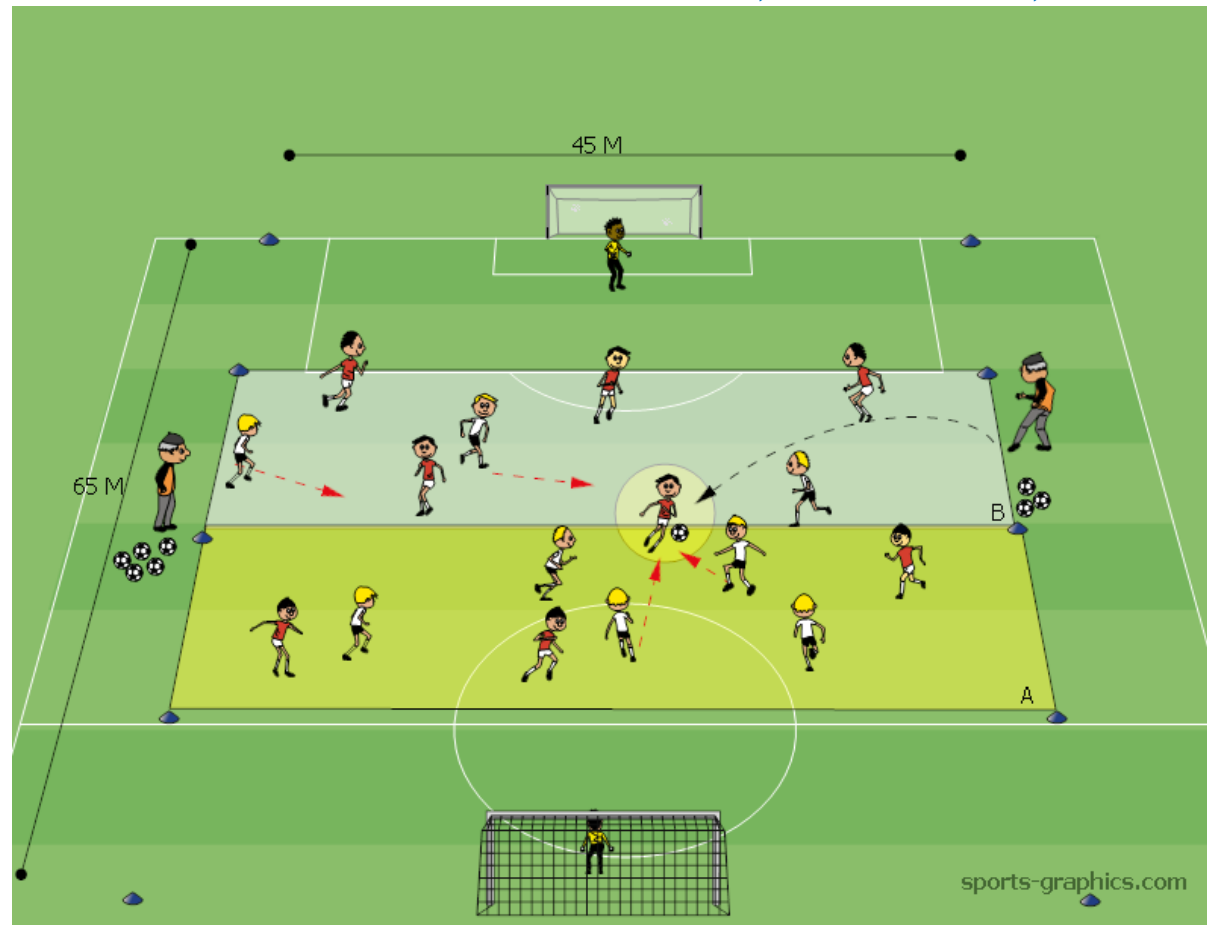
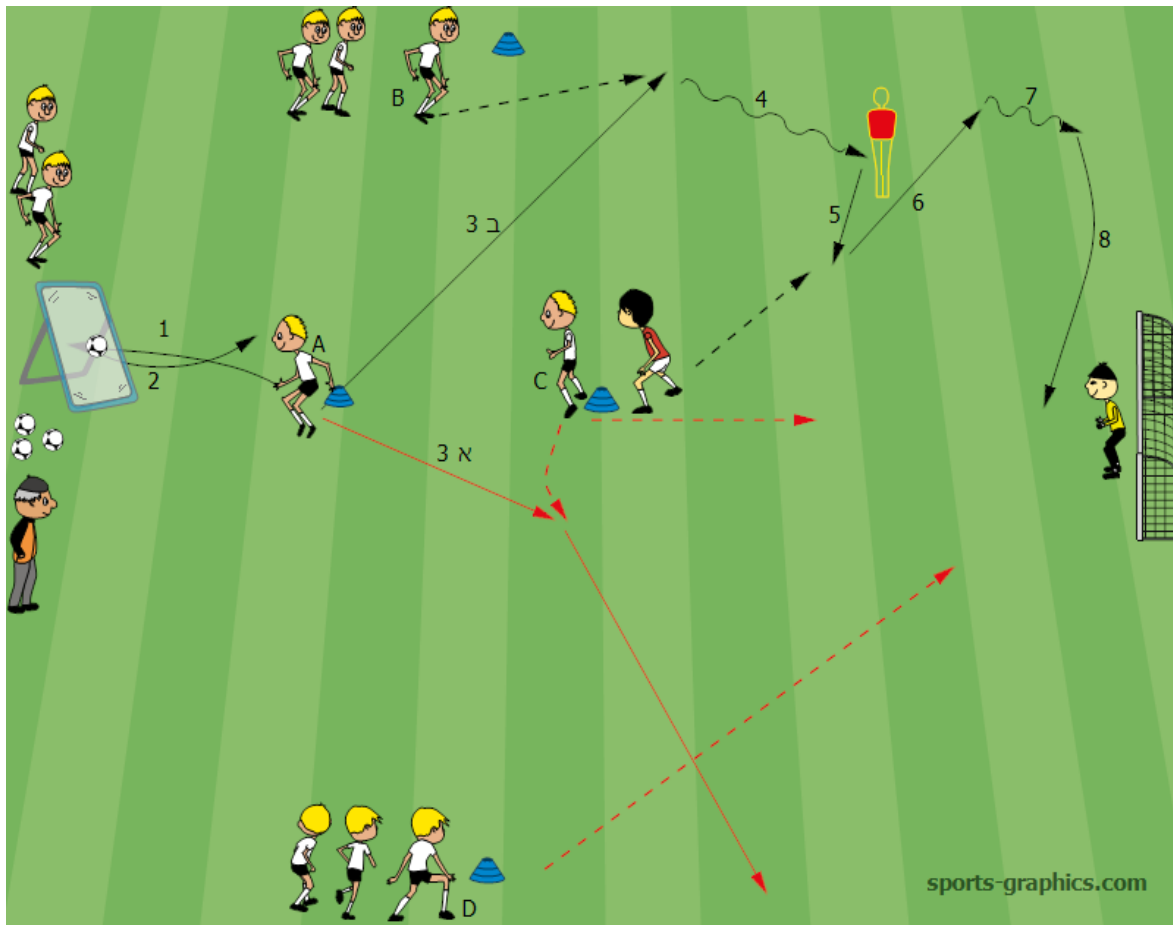
משחקון שערונים קטנים 1+5v5+1
דגש על מסירה לרגל/לשטח



מסלול טכניקה דגש מסירה וקבלה כולל קורבר עם סיומת לשער
אפשרי כתחנה



תרגול טכני מסירה בין קווים ב 2 וריאציות
דגשים – איכות המסירה, תזמון תנועה לשטח, מבטים, פתיחת
גוף, קבלה ומסירה ב 2 נגיעות, קצב בצוע



טכניקה במצב משחק – מסירה לרגל או לשטח

1. מסלול שחור

2. מסלול אדום

3. קבלת החלטות בהתאם לעמדת 1/2 שחקני הגנה

חלק מסיים – משחקון הנעת כדור בלחץ וסוויץ' - 25'

שלב א' – קבוצה לבנה מניעה כדור ב X מסירות ולחץ של הקבוצה האדומה.

שלב ב' – מאמן זורק כדור לשחקן אדום לשטח A (או B) והקבוצה הלבנה עושה סוויץ' הגנה

שלב ג' – משחק רגיל

השתלמות מאמני ילדים – תרגילים

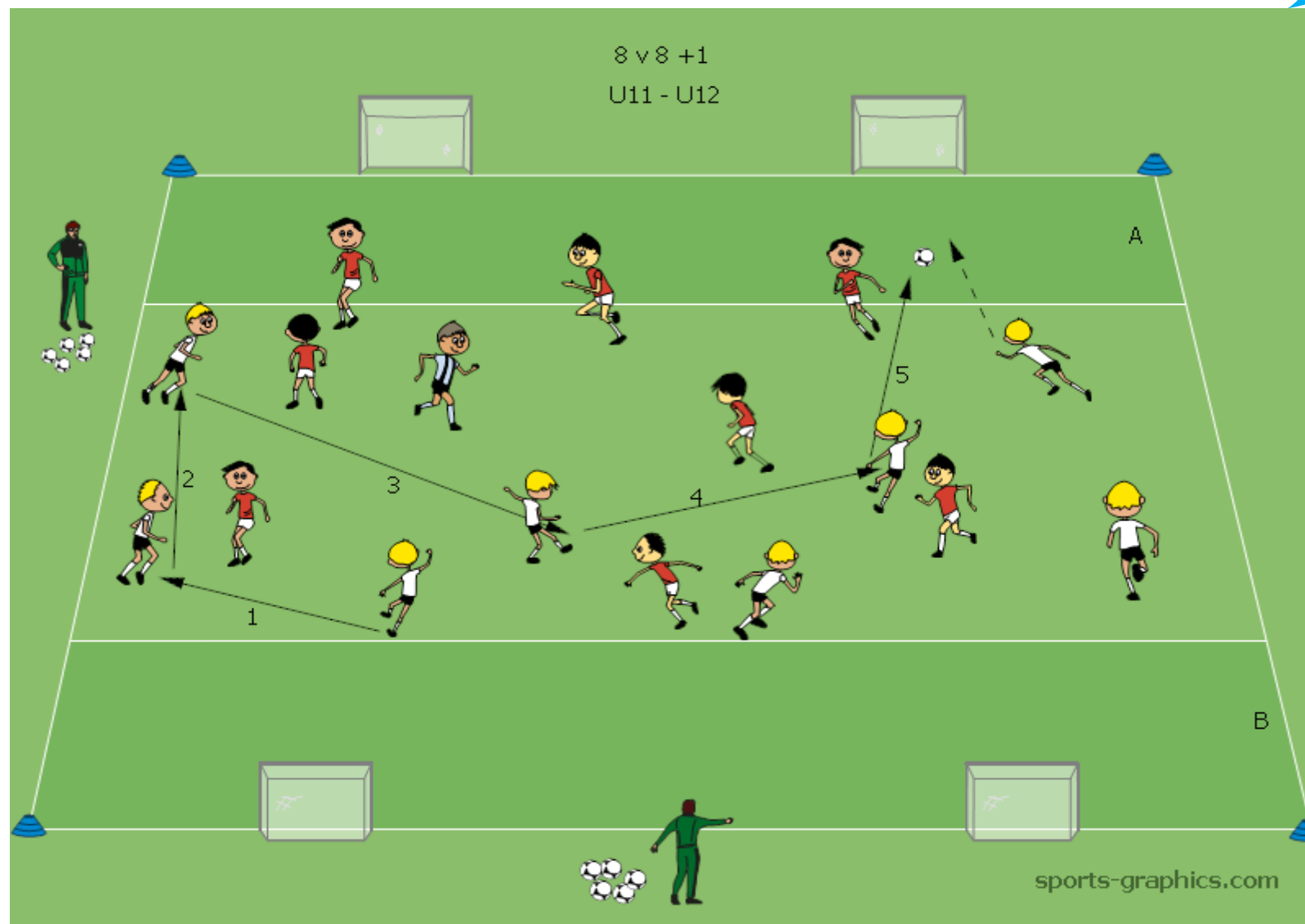
- א. x מסירות בקבוצה
- ב. מסירה ותנועה לשטח להבקעה בשער קטן
- ג. בהרווחת כדור, 2 אופציות:
 1. x מסירות (רגל)
 2. משחק ישיר לעומק

פיתוח:

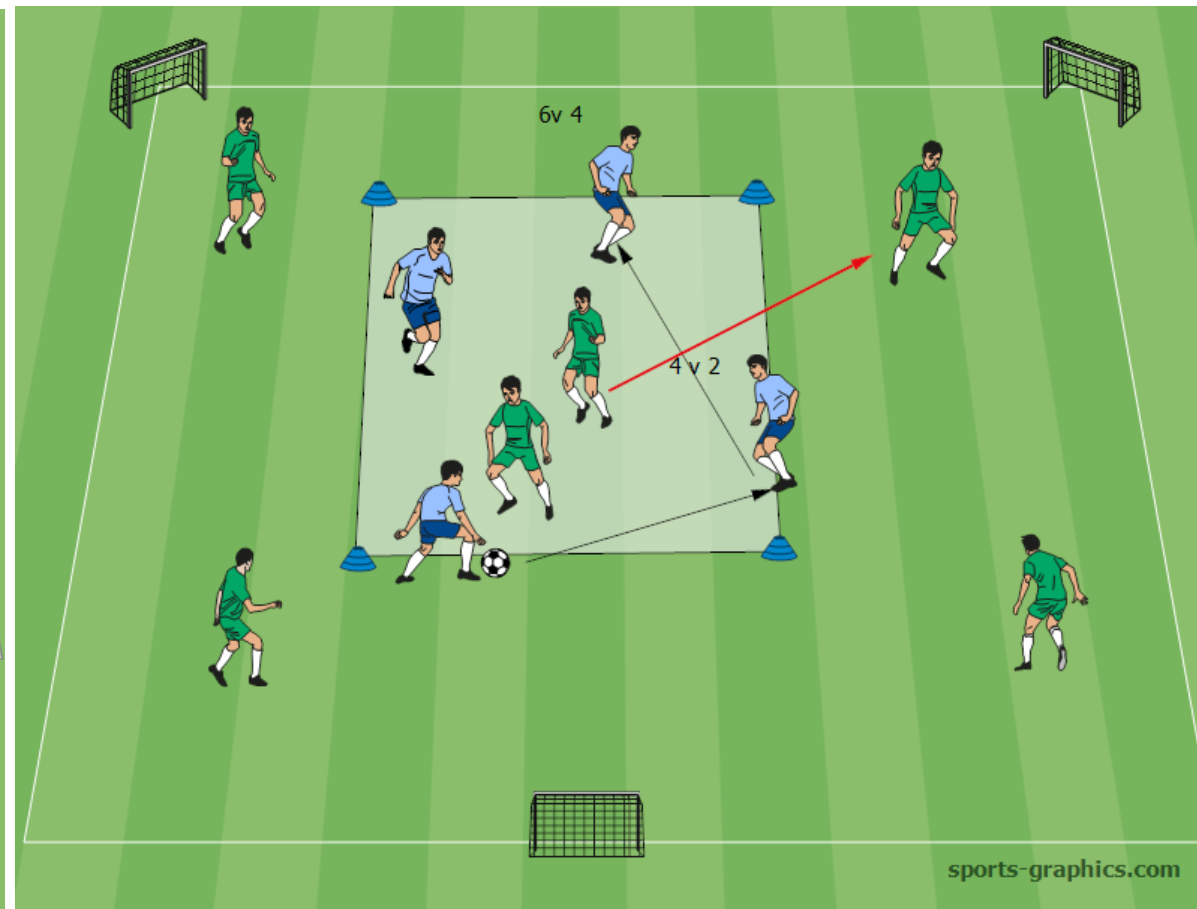
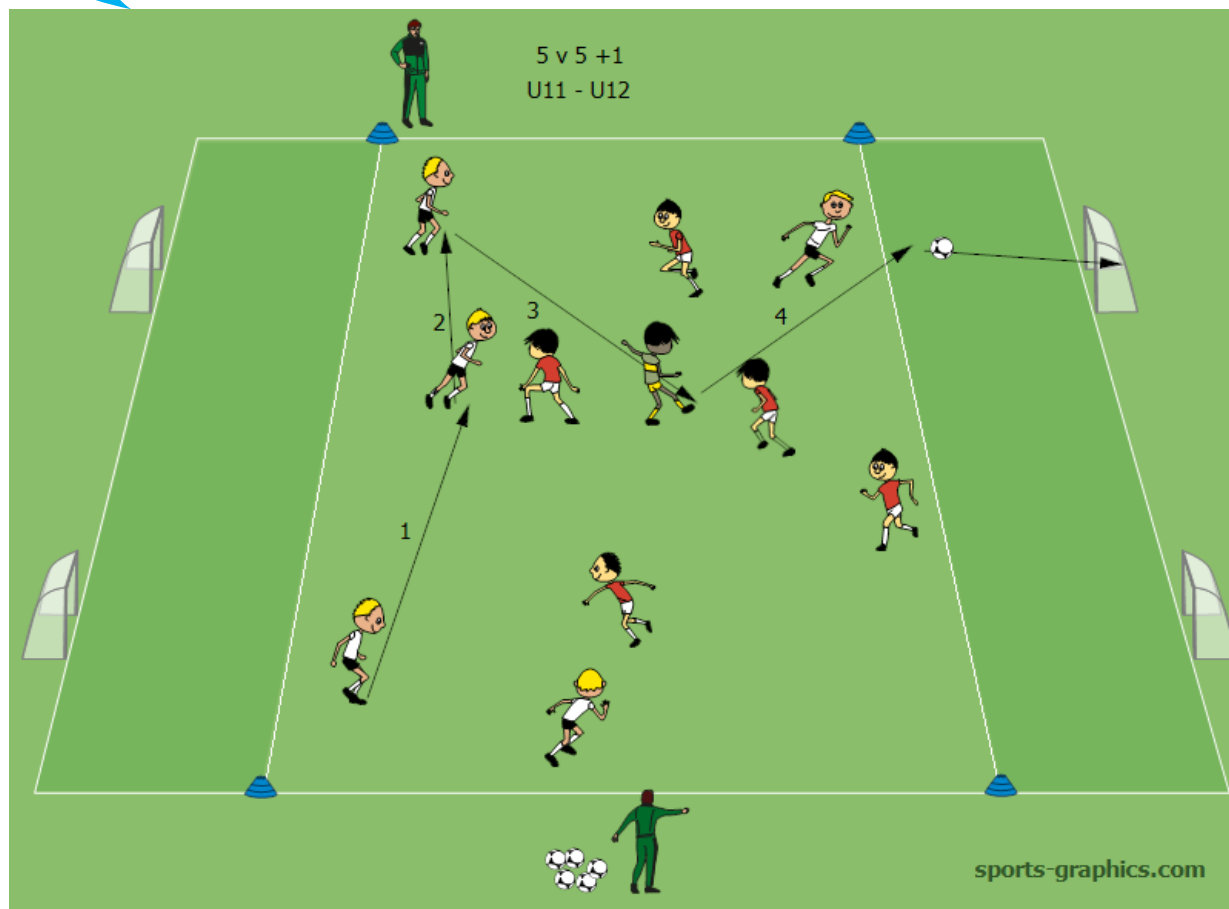
הכנסת שחקן הגנה ברצועות A ו B או
עומק לשחקן מטרה

אפשרויות

שער גדול במקום 2 קטנים
יכול להיות גם תחנה



משחקון מסכם 8v8+1 דגש מסירה לשטח-20'



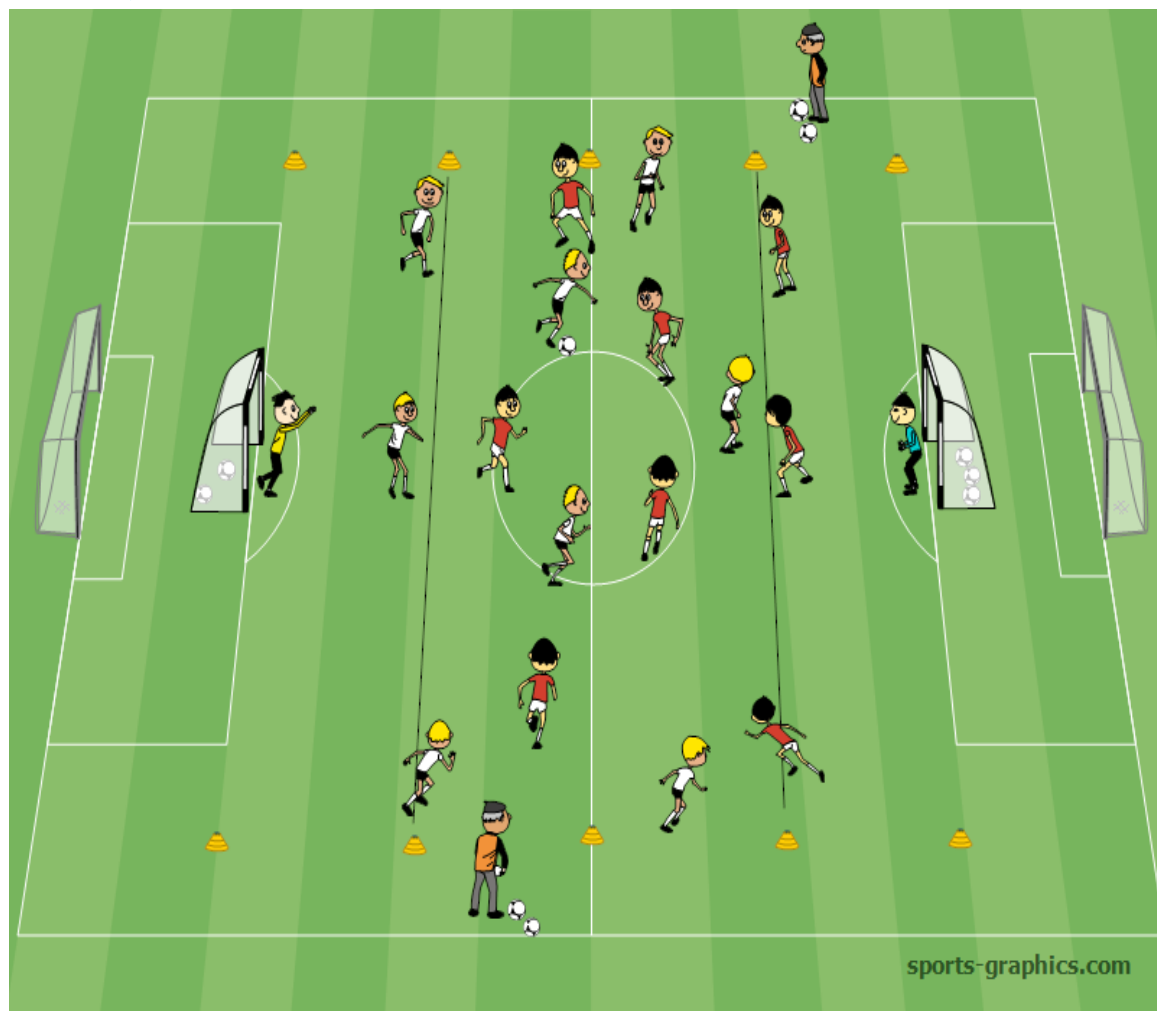
משחקון סוויץ' – 4v2 ל 6v4

משחקון 4v2 בריבוע (12מ'/12מ')

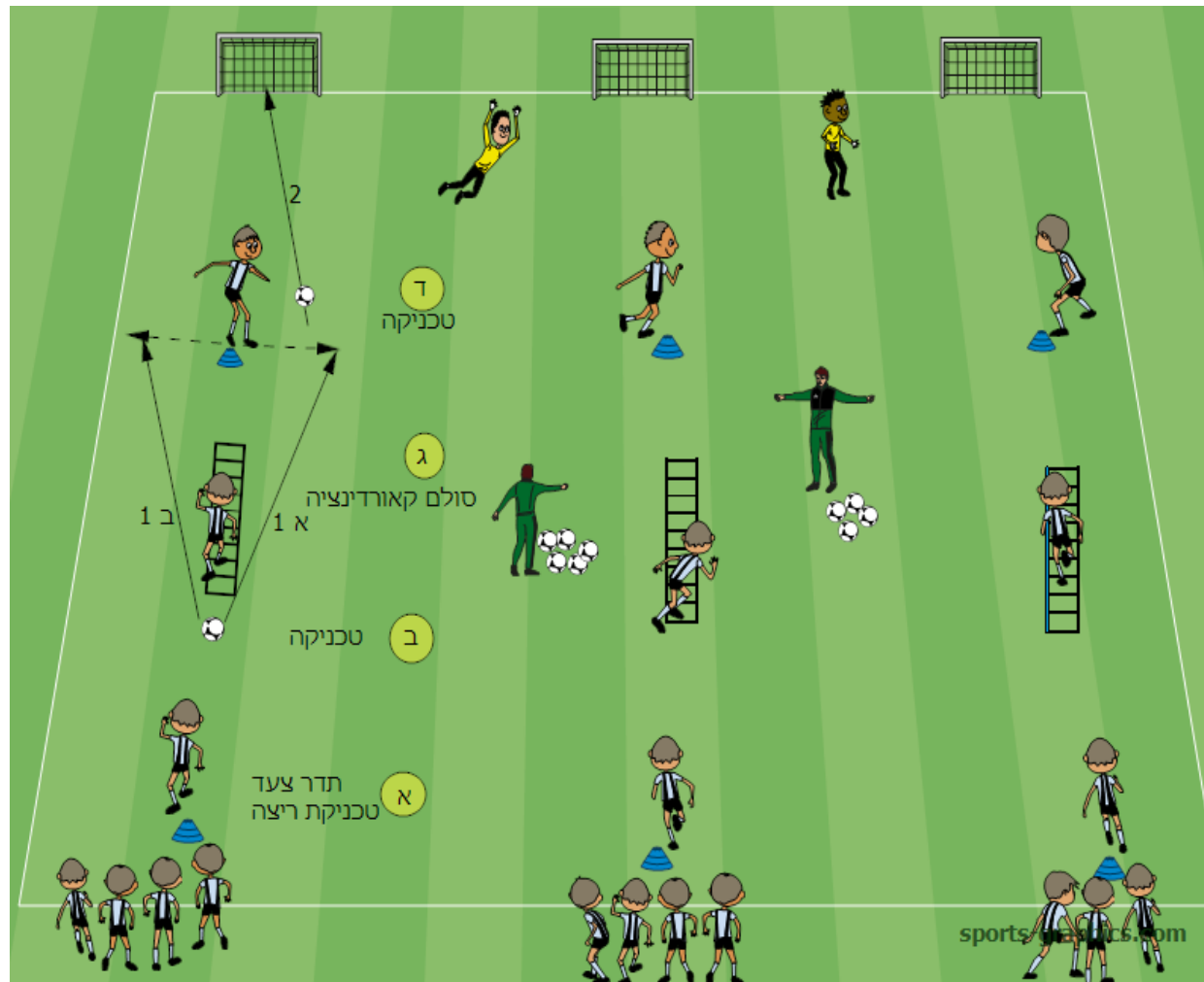
בחטיפת כדור עובר ל 6v4 (25מ'/25מ')

פיתוח

- ב 6v4 להגיע ל 3/4 מסירות ולאחר מכן הבקעה באחד מ 3 השערים
- הוספת לחץ זמן להרווחת כדור בסוויץ' הגנתי

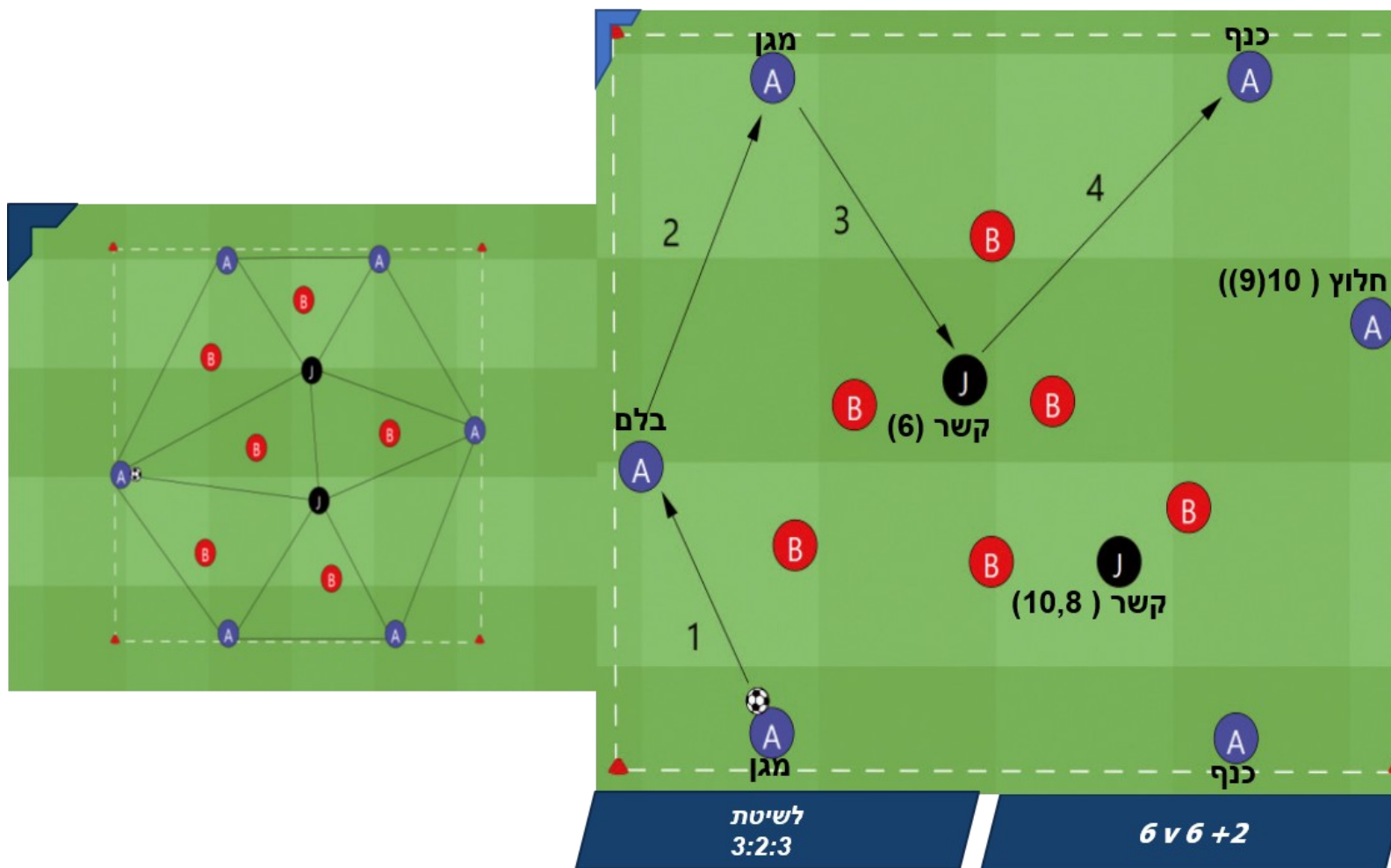


משחקון רצועות 9v9 לפי
תפקידים כולל תרגול Buildup



מסלול קאורדינציה-טכניקה

השתלמות מאמני ילדים – תרגילים



ל 9v9 - משחקון לפי תפקידים 6v6 + 2
מתאים לשיטת 3:2:3

בהצלחה!

