

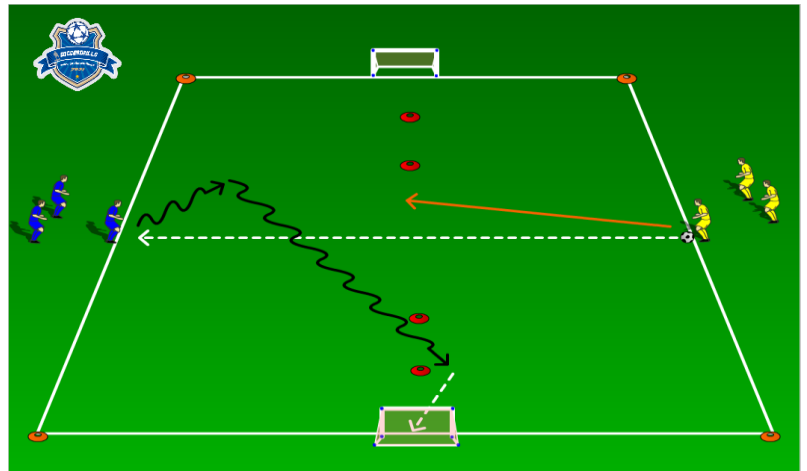


## Θέμα

# 1v1 – Ντρίπλα για σκοράρισμα

## Περιγραφή

Μια πρακτική σχεδιασμένη για να αναπτύξει την αντίληψη, επίγνωση, ντρίμπλα και λήψη αποφάσεων σε καταστάσεις 1v1 με μετάβαση στην άμυνα.



## Οργάνωση

- ✓ Εμβαδόν 25 x 20 μέτρα.
- ✓ 1 Μπλε v 1 Κίτρινος. Ο κίτρινος παίκτης μεταβιβάζει την μπάλα στον Μπλε παίκτη και αμύνεται, ο Μπλε παίκτης μπορεί να σκοράρει και στα δύο γκολ
- ✓ Πριν μπορέσει ο Μπλε παίκτης να σκοράρει, πρέπει πρώτα να ντρίμπλάρει μέσα από τη μικρή πόρτα μπροστά από το τέρμα πριν σουτάρει.
- ✓ Εάν ο κίτρινος παίκτης κερδίσει την μπάλα, μπορεί τώρα να επιχειρήσει να σκοράρει σε οποιοδήποτε από τα δύο γκολ ενώ ο Μπλε παίκτης πρέπει τώρα να γίνει αμυντικός (μετάβαση).

## Κλειδιά

- Άριστη πρώτη επαφή.
  - Επιτάχυνση μακριά από τον αμυντικό.
  - Εάν ο αμυντικός πλησιάζει, αλλάξτε κατεύθυνση.
  - Ενθάρρυνση της δημιουργικότητας/φαντασίας.
  - Επίγνωση – ντρίμπλα με το κεφάλι ψηλά για να αξιολογήσετε τη θέση των αμυντικών.
  - Τελείωμα – σουτ με το πόδι που βρίσκεται πιο μακριά από τον αμυντικό.
  - Μετάβαση στην άμυνα γρήγορα υπό έλεγχο.
- Βεβαιωθείτε ότι οι παίκτες παίζουν μέχρι να σημειωθεί γκολ ή η μπάλα να βγει εκτός παιχνιδιού και να γνωρίζουν τις μεταβάσεις..

## Σημειώσεις