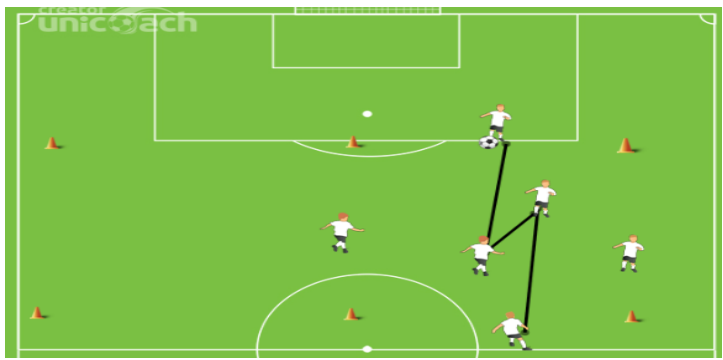
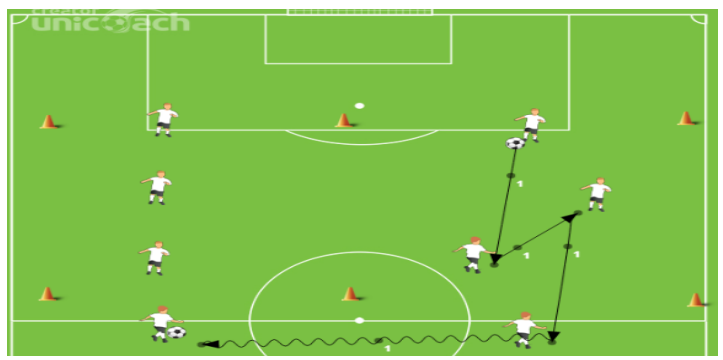
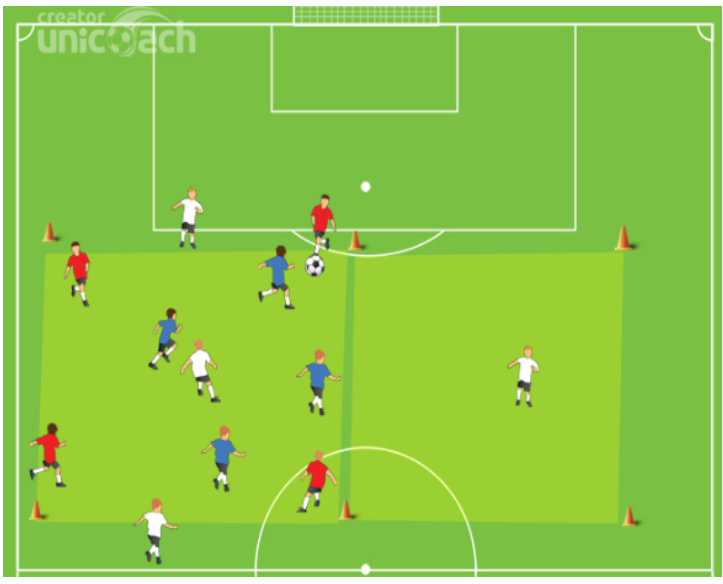




## Konspekt/konsultacja Śląski Związek Piłki Nożnej

Trenerzy: Artur Minkina, Mariusz Stiebel, Tomasz Fijak, Grzegorz Sikora, Jakub Larisch,					Rocznik: 2006	
Data: 2018.03.18	Godz.: 17:00	Czas: 90	Miejsce: Boisko	Sektor: Centrum	Ilość: 90'	
<b>Temat: Obserwacja potencjału zawodników. Ocena jakości podania i zawartości taktycznych w grze pozycyjnej.</b>						
Wymiar taktyczny.		Wymiar techniczny.		Wymiar motoryczny.		Wymiar psychologiczny.
Mamy piłkę. Budowanie gry pozycyjnej.		Uderzenie wew. częścią stopy.				Co zrobić aby utrzymać piłkę, co chcę na boisku widzieć i jak obserwować grę – jakie informacje zbieram z boiska .

1. Faza rozgrzewki.					
Intensywność: niska.		Czas: 20' min			
<p><b>5 min.</b> Rozbieganie w formie techniki podania w ustawieniu jak na rysunku. Zawodnicy swobodnie wymieniają podania w ustawieniu jak na rysunku pamiętając o aktywności i utrzymaniu struktury. Zewnętrzni zaw. wykonują wymachy, skłony itp.</p> <p><b>10 min.</b> Technika podania i obserwacji pola gry w ustawieniu jak na rysunku. Zawodnicy w środku tworzą dwa warianty gry ustawiając się w pozycji otwartej po czym podają piłkę do zaw. ustawionego najwyżej, którzy przeprowadza piłkę do drugiego pola gry.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wariant zagrania linią wyżej i podania zwrotnego.</li> <li>- wariant wyboru rozegrania przez zawodników.</li> </ul> <p>Zwrócenie uwagi na mocne podania, podanie na nogę ofensywną oraz na pozycję otwartą.</p>				 	
<p><b>Cel : Obserwacja jakości podania i obserwacji pola gry. Ocena zawodników.</b></p>					
3. Średnia gra.					
Intensywność: średnia.		Czas: 20'			
<p>Gra 4x4 plus 3N na jednym polu gry plus drugie pole i 1N. Gra na utrzymanie piłki w dużej przewadze w ustawieniu 2-3-2. Po pięciu podaniach zmieniamy centrum gry i wspieramy grę po drugiej stronie odbudowując ustawienie 2-3-2. Zawodnicy Neutralni boczni wspierają grę na drugiej stronie, środkowy N zostaje w polu gry. Po odbiorze zmieniamy centrum gry i budujemy ustawienie ofensywnej.</p> <p>Zwracamy uwagę na :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pozycja aktywna plus linia podania.</li> <li>- wsparcie zaw. z piłką – wybór wsparcia.</li> <li>- budowanie wariantów gry prawa/lewa/przód.</li> </ul> <p>Średni coaching.</p>					
<p><b>Cel : obserwacja zawodników w grze taktycznej pozycyjnej.</b></p>					



## Konspekt/konsultacja Śląski Związek Piłki Nożnej

4. Duża gra taktyczna.	
Intensywność: Wysoka.	Czas: 40'
Gra 9x9. Ustawienie 1-3-2-3 3 zespoły plus BR. Każdy zawodnik przyporządkowany do pozycji na której występuje w klubie. Bez coachingu – tylko obserwacja zawodników.	
<b>Cel : Obserwacja zawodników w grze.</b> <b>Ocena potencjału zawodników.</b>	
Wnioski: Układ boiska	