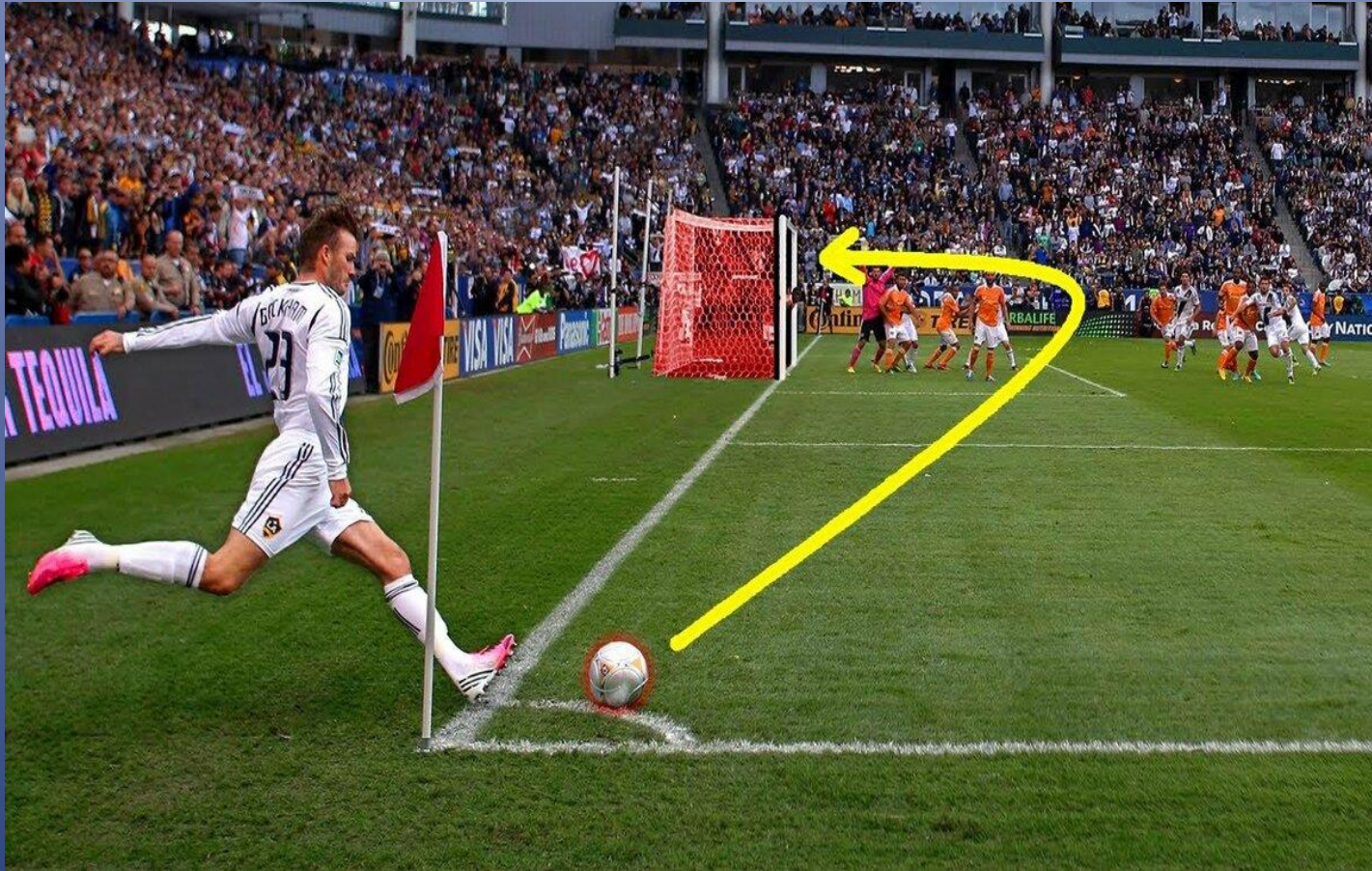


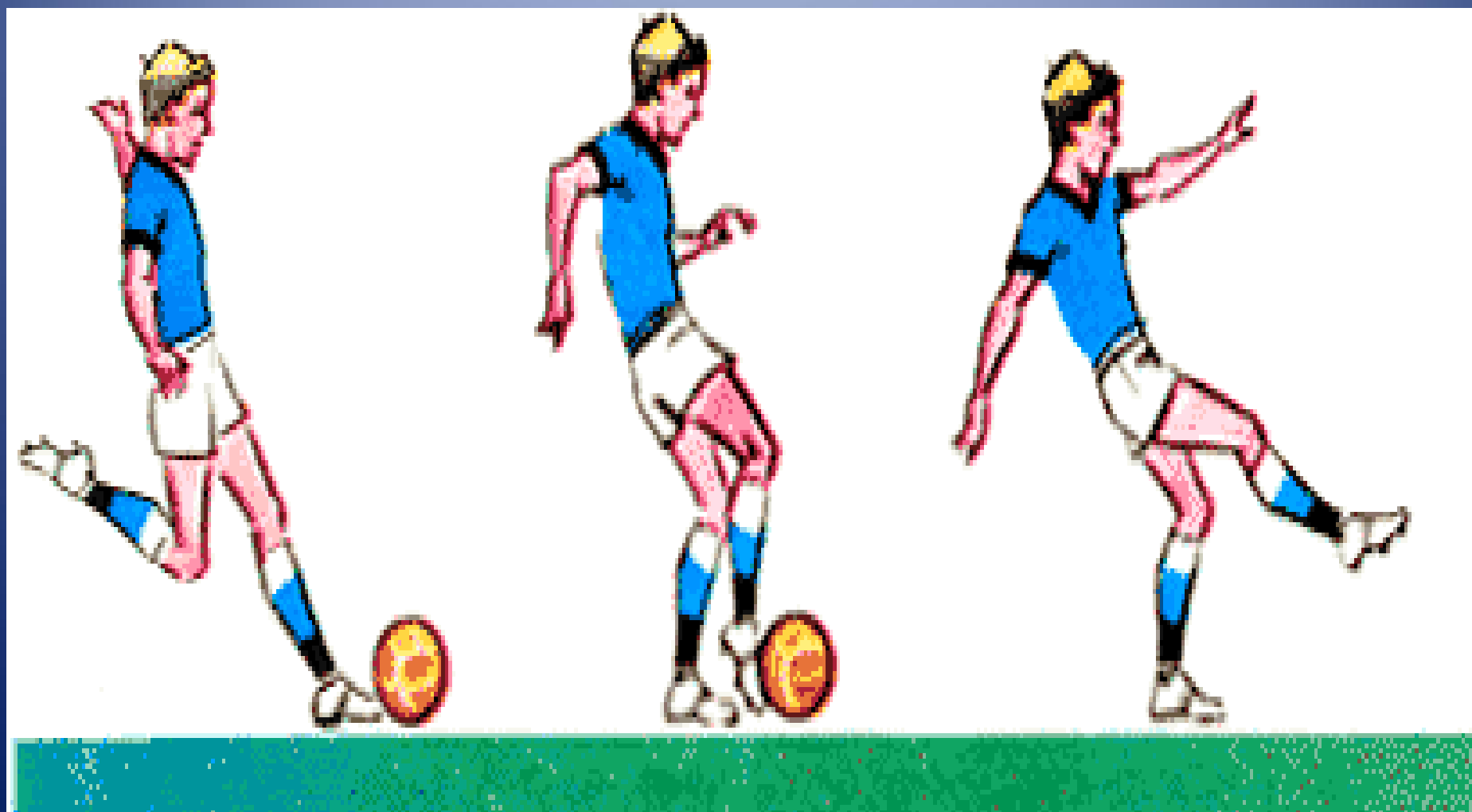
СОВЕТЫ ПО ОТРАБОТКЕ УДАРОВ



Главное в футболе – забить гол в ворота соперника. А голы забиваются ударами. Их можно наносить любой частью тела, кроме рук, руками играет только вратарь.

УДАР ПОДЪЕМОМ

Удар серединой подъема



Удар внутренней частью подъема



Возможные ошибки

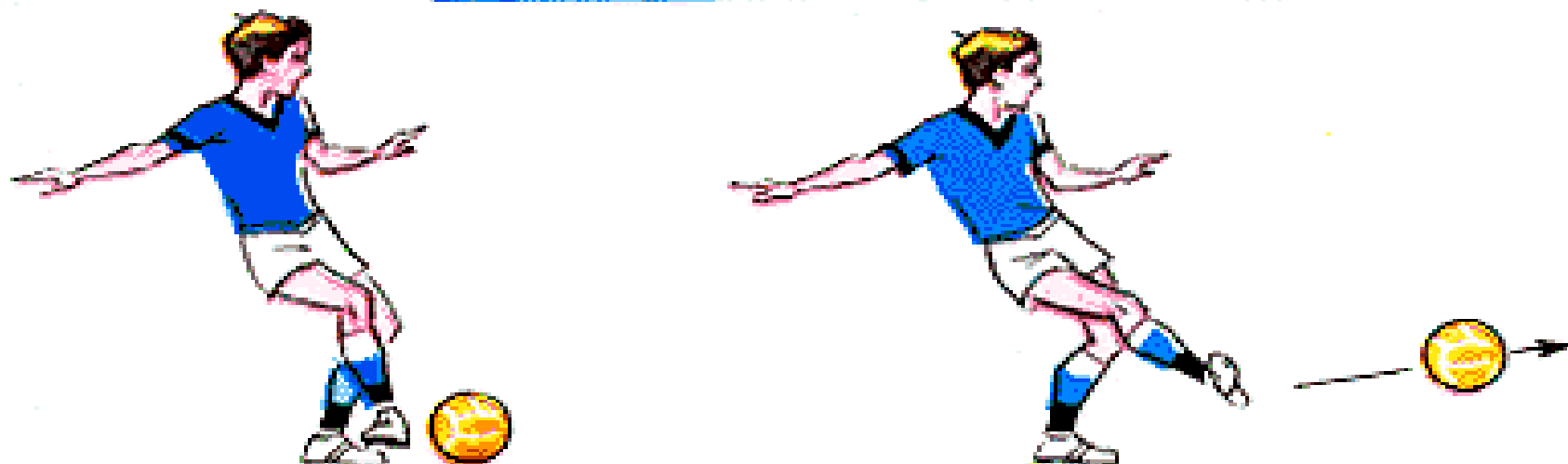
Опорная нога мешает бьющей Опорная нога чересчур далеко от мяча



Удар носком



Удар щечкой



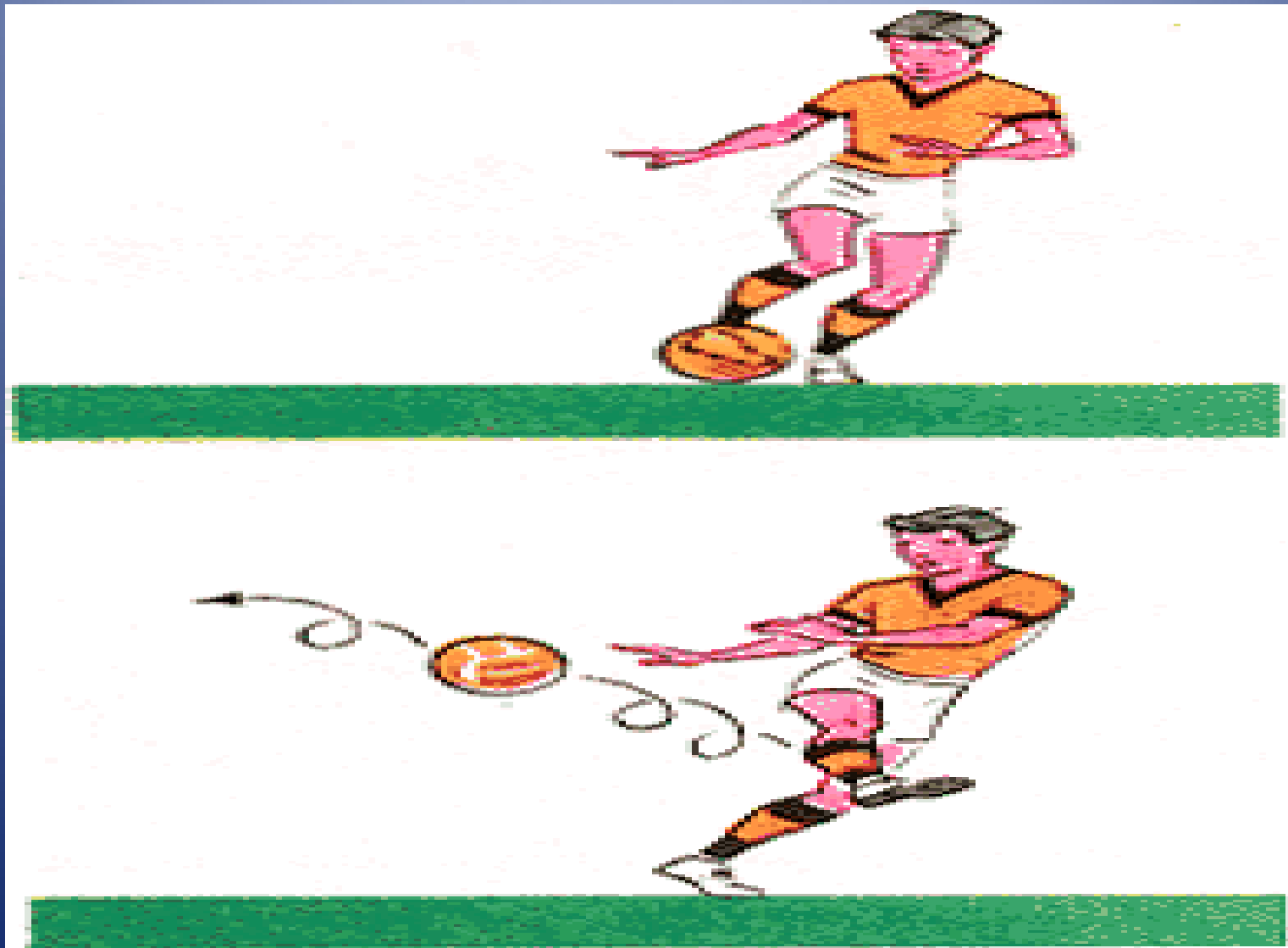
Удар по мячу, опускающемуся сбоку



Удар через голову



Резанный удар внешней частью подъема



В данной презентации представлены способы ударов по мячу ногой, а какими частями тела разрешено выполнять удары по мячу в футболе кроме ног?

Найдите ответ на данный вопрос и выполните предлагаемые ниже на фото упражнения для общей разминки футболиста.

