

Финты. Специальные упражнения и ошибки

Специальные упражнения

- ✓ «С выпадами и поворотами» (во время бега).
- ✓ «Бег с резким торможением и переменной направления».
- ✓ Бег «змейкой».
- ✓ Уход (с мячом) в сторону от соперника.
- ✓ Прнося ногу над мячом, другой подтолкнуть его на ход.

Возможные ошибки

Опорная нога в момент удара далеко от мяча, и бьющая нога едва дотягивается до мяча.

Носок опорной ноги развернут наружу или внутрь. Носок бьющей ноги не попал в середину мяча.

Сделан ложный замах на удар на большом расстоянии от соперника, стоящего напротив.

Соперник хоть и среагировал на финт – уклонился в сторону, но успел преградить путь.

Такая же ошибка бывает, когда соперник за спиной. Очень медленное обманное движение, поэтому действия показались сопернику неправдоподобными, и соперник на них не среагировал.