

Vodenje žoge

Vodenje žoge uporabljamo pri osvajanju prostora, če ni možnosti za zaključek na gol ali zanesljivo podajo, ki sta hitrejši in boljši rešitvi.

Žogo je mogoče voditi na več načinov: z nartom, s podplatom, z zunanjim in notranjim delom stopala in kombinirano vodenje. Vodenje mora biti vedno pod našo kontrolo.

V posnetku so prikazani različni načini vodenja, ki se največ uporabljajo v šolskem nogometu.

Vodenje je povezava teka in udarjanja žoge, koraki so krajši zaradi lažjega in boljšega sprejemanja žoge - kontrole. Žogo **udarjamo blago**, da nam ne uide izpod nadzora, **udarjamo jo pod središčem, da se rotira nazaj**. Vodimo lahko z vsemi deli stopala. **Najosnovnejše vodenje je s spodnjim delom narta.**

Zaustavljanje žoge

Žogo zaustavljamo z različnimi deli stopala in telesa, razen z rokami, najpogosteje se žogo zaustavi s postavljanjem zapreke - z notranjim delom stopala in s podplatom.

Po možnosti žogo zaustavimo tako, da jo ob **prvem stiku potisnemo v prazen prostor**, s tem pridobimo prednost pred nasprotnikom za neposreden zaključek na vrata, podajo soigralcu in ustvarjanje številčne prednosti ali prodor proti vratom nasprotnika.

V posnetku so prikazani različni načini zaustavljanja žoge.

Žogo zaustavljamo ali sprejemamo, takrat ko:

- igre ne moremo nadaljevati s prvim udarcem,
- želimo spremeniti smer gibanja in igro nadaljevati individualno (vodenje žoge),
- želimo zaradi taktičnih zahtev igro začasno zaustaviti in podobno.