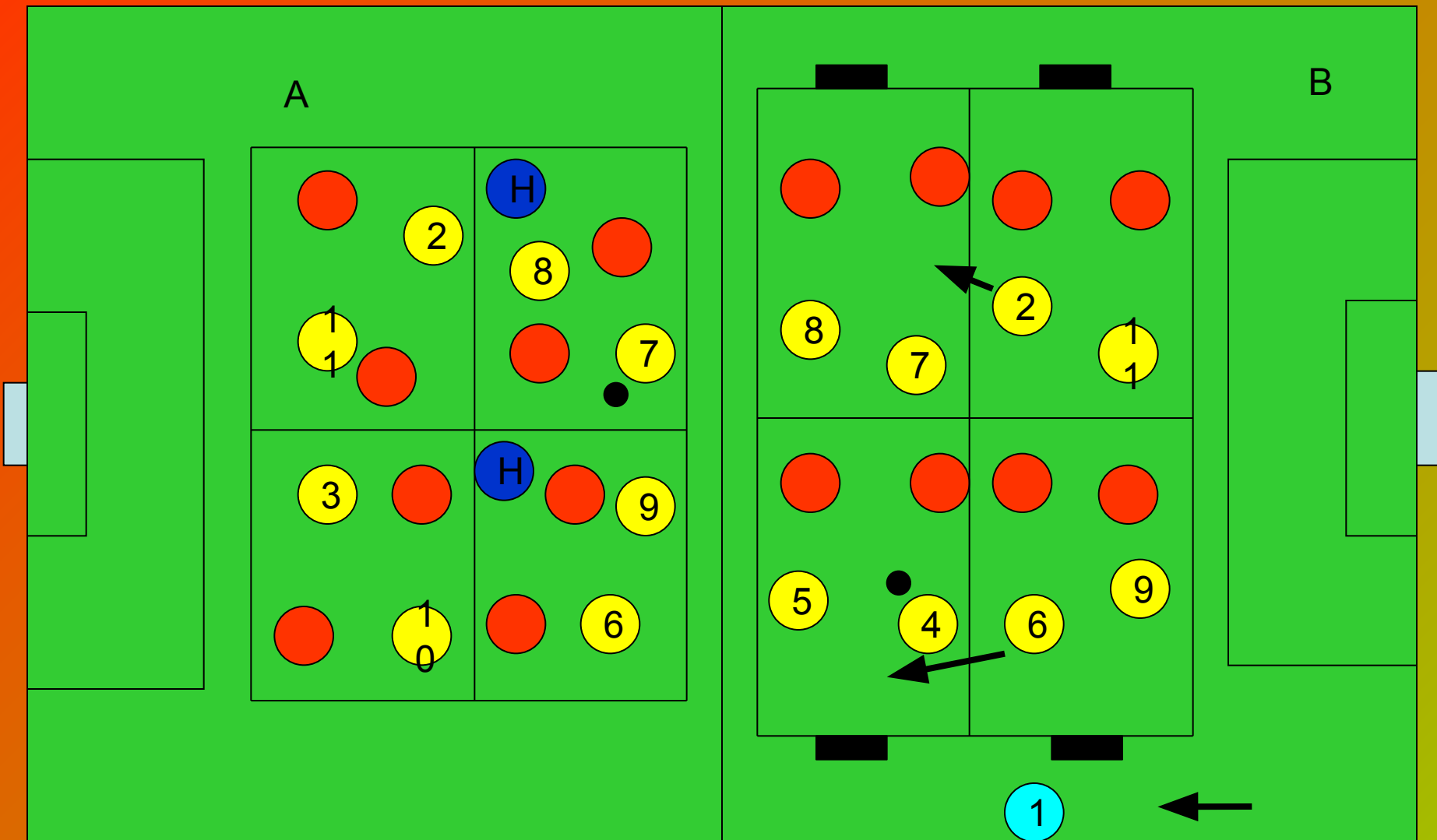
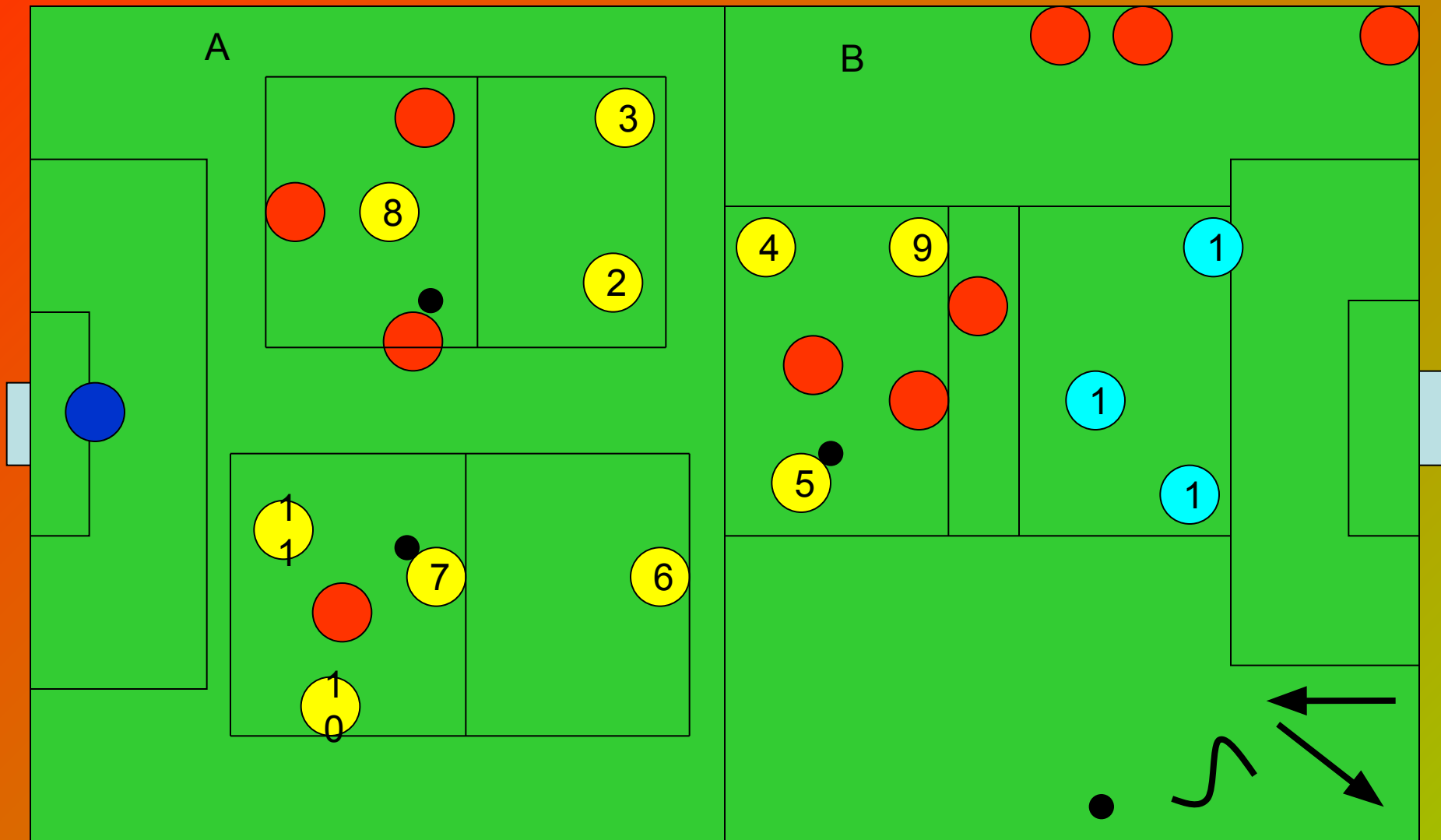


Квадрат 3 зоны. Мяч должен пройти через три зоны (1очко)  
 Водящим нельзя выходить из зоны.  
 Вариант: передача через зону (1очко).



Игра А: использование численного преимущества, игрокам нельзя выходить из зон, кроме нейтральных.  
 Игра В: создание численного преимущества в зоне мяча, игроки обороны не имеют права покидать зону.  
 Вариант: в зоне 1x1.

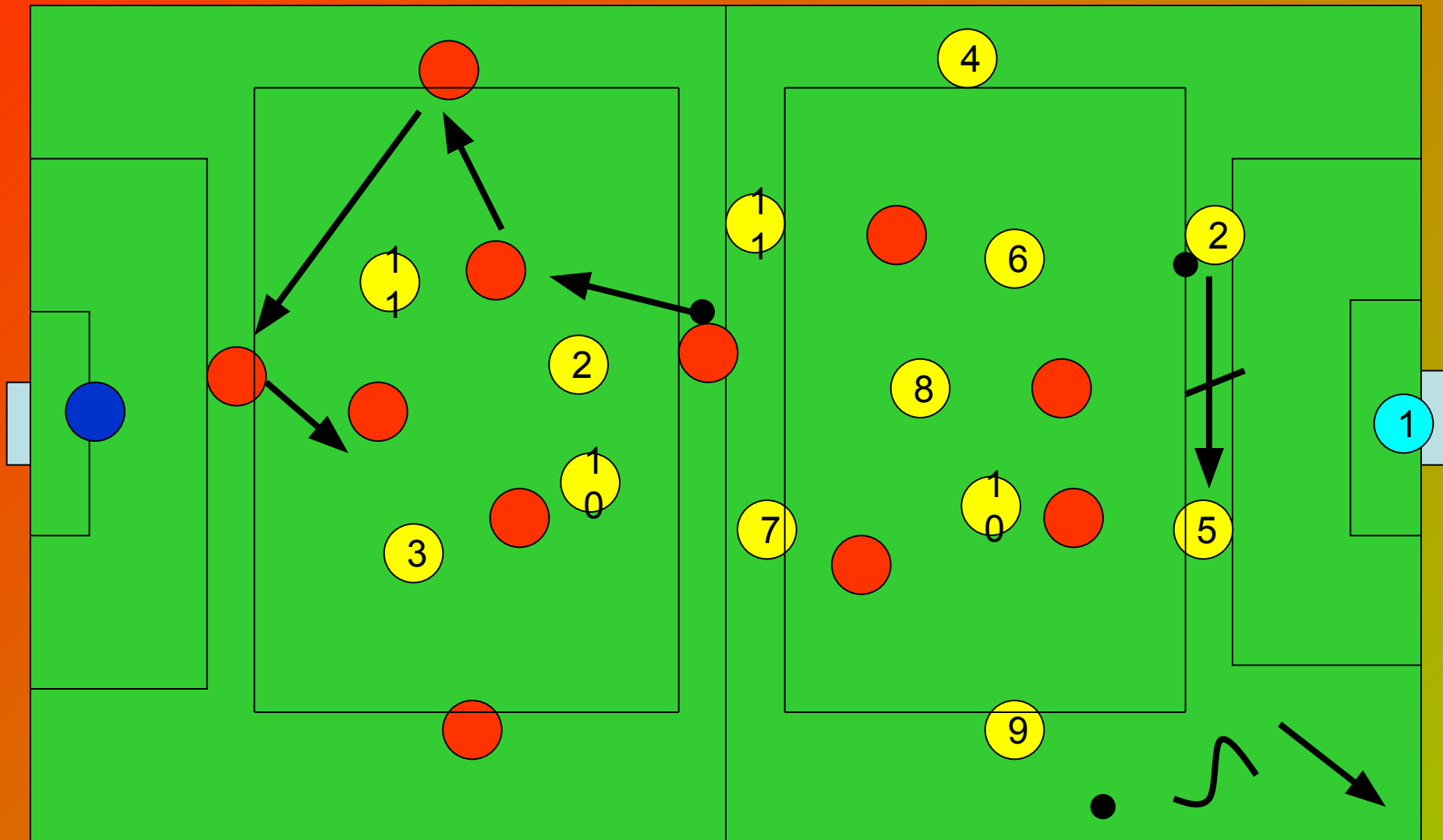


### Двойной квадрат.

A: создание линий для передачи мяча, сохранение мяча после отбора, отбор мяча

B: атака-оборона-атака, перехват (3x3x3, 4x4x4, 5x5x5)

Правила: 1, 2, 1-2 касаний, без ограничений...

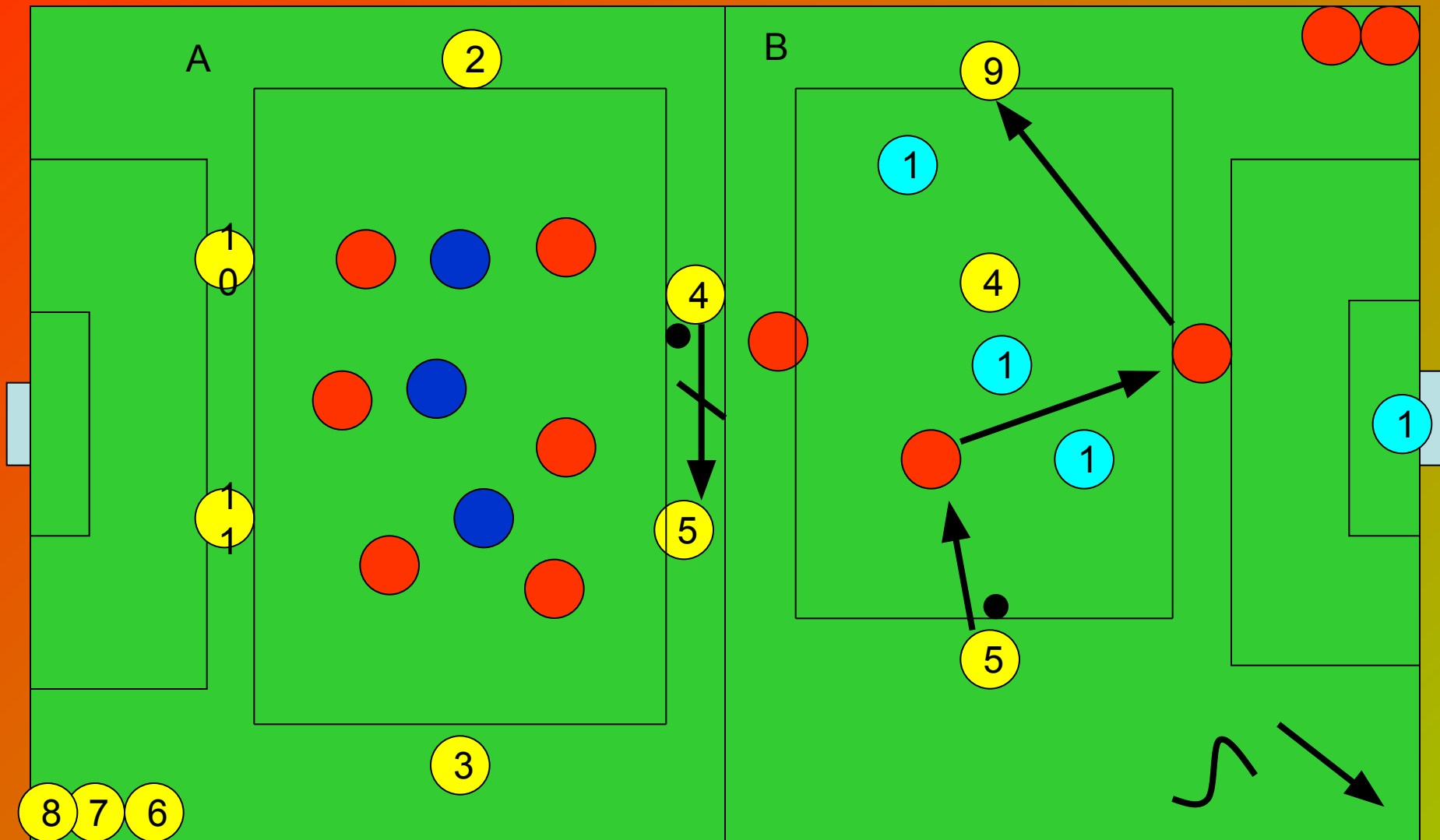


Квадрат: атака: перемещения 3 полузащитников, создание линий для передач,

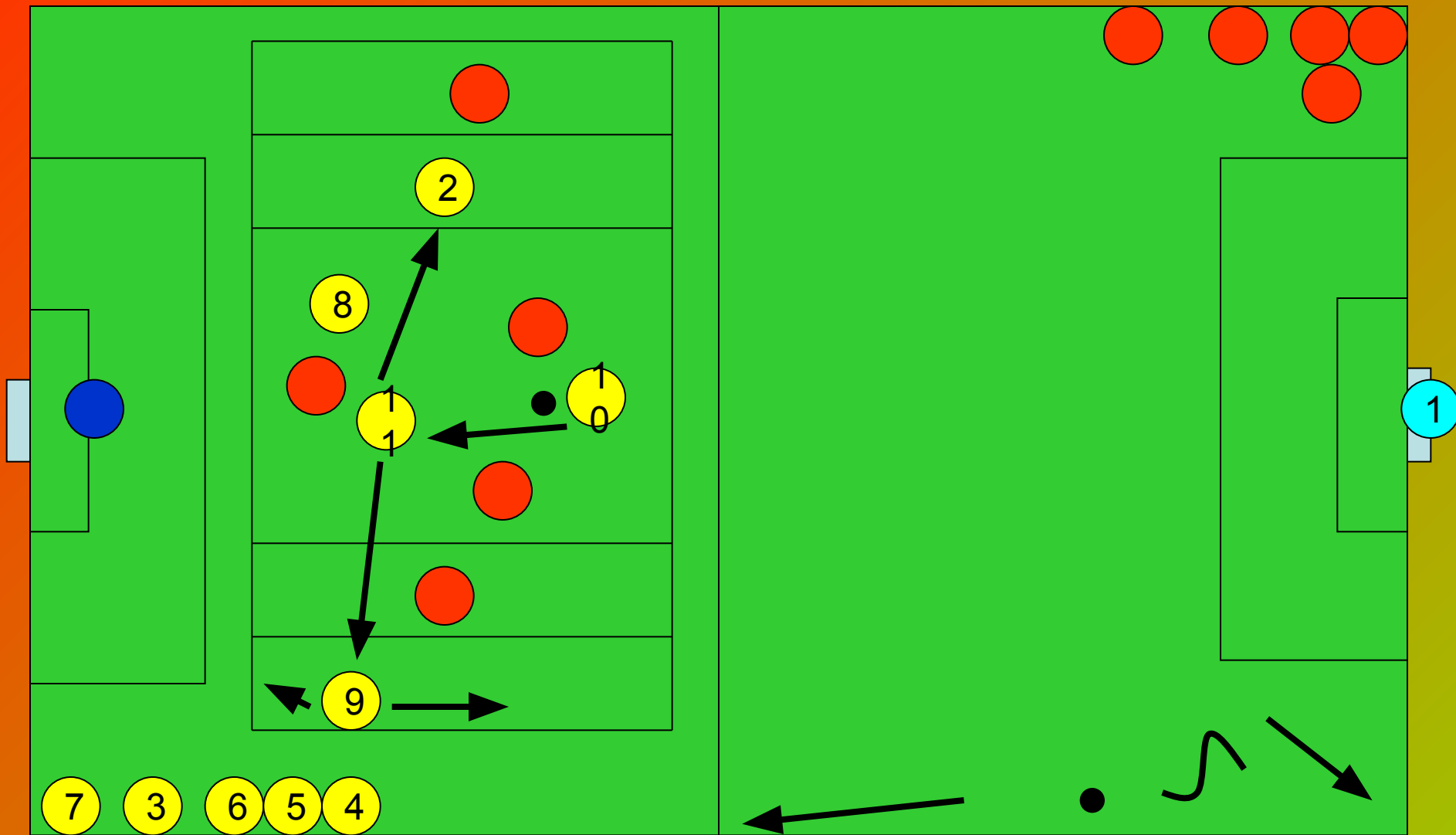
принятие быстрых решений, передачи.

Оборона: групповой прессинг, отбор, перехват.

Вариант: атака-оборона; после потери мяча вступаем в отбор,



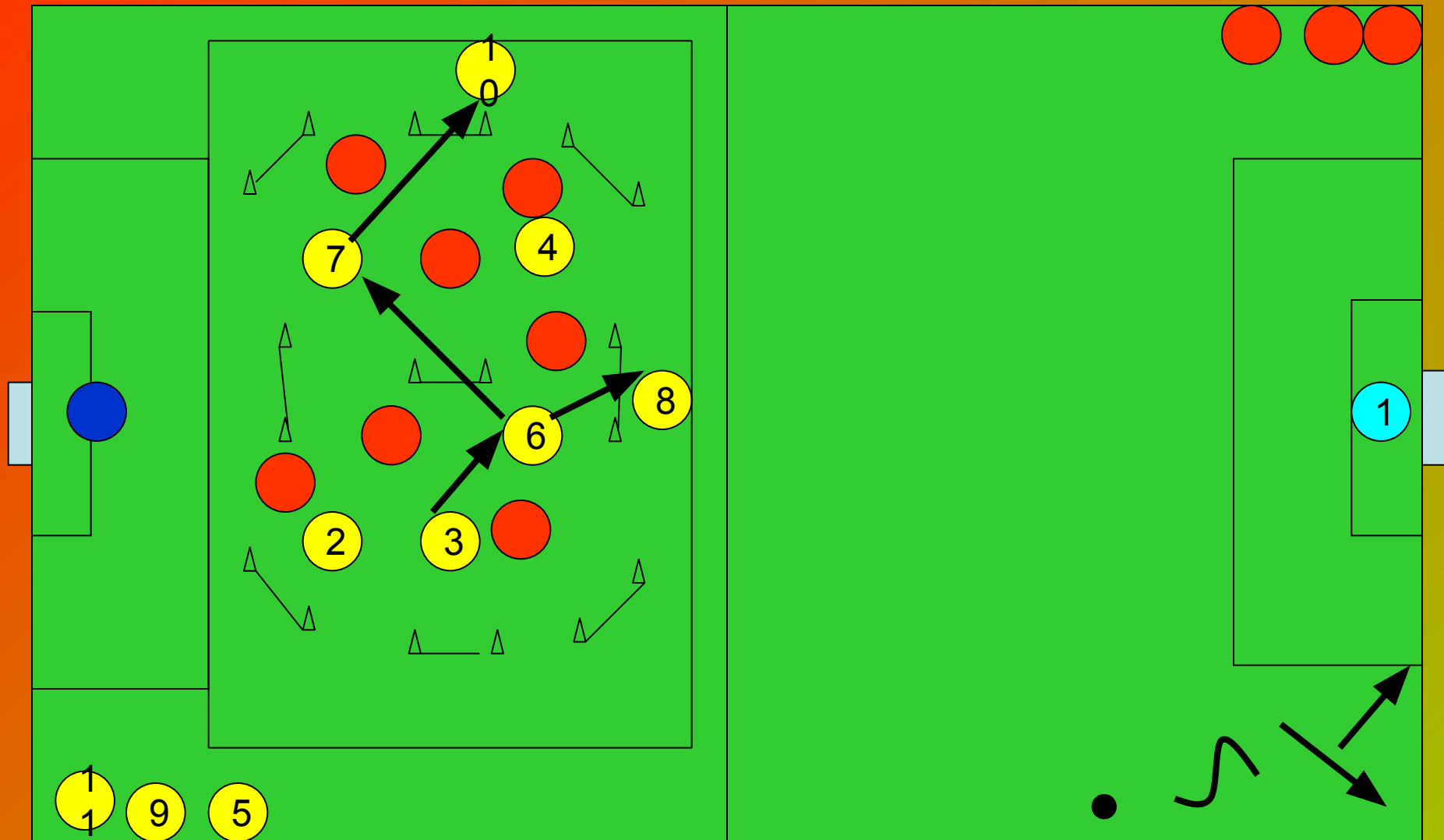
Квадрат: А. атака: перемещения и взаимодействия центральных полузащитников.  
 Оборона: групповой прессинг, отбор, перехват.  
 В. атака-оборона-атака: быстрое переключение,  
 команда потерявшая мяч вступает в отбор.



Квадрат.

Атака: открывание, использование численного преимущества, сыграть с ближним игроком 1 очко, с дальним 2/3очка.

Оборона: отбор, перехват...

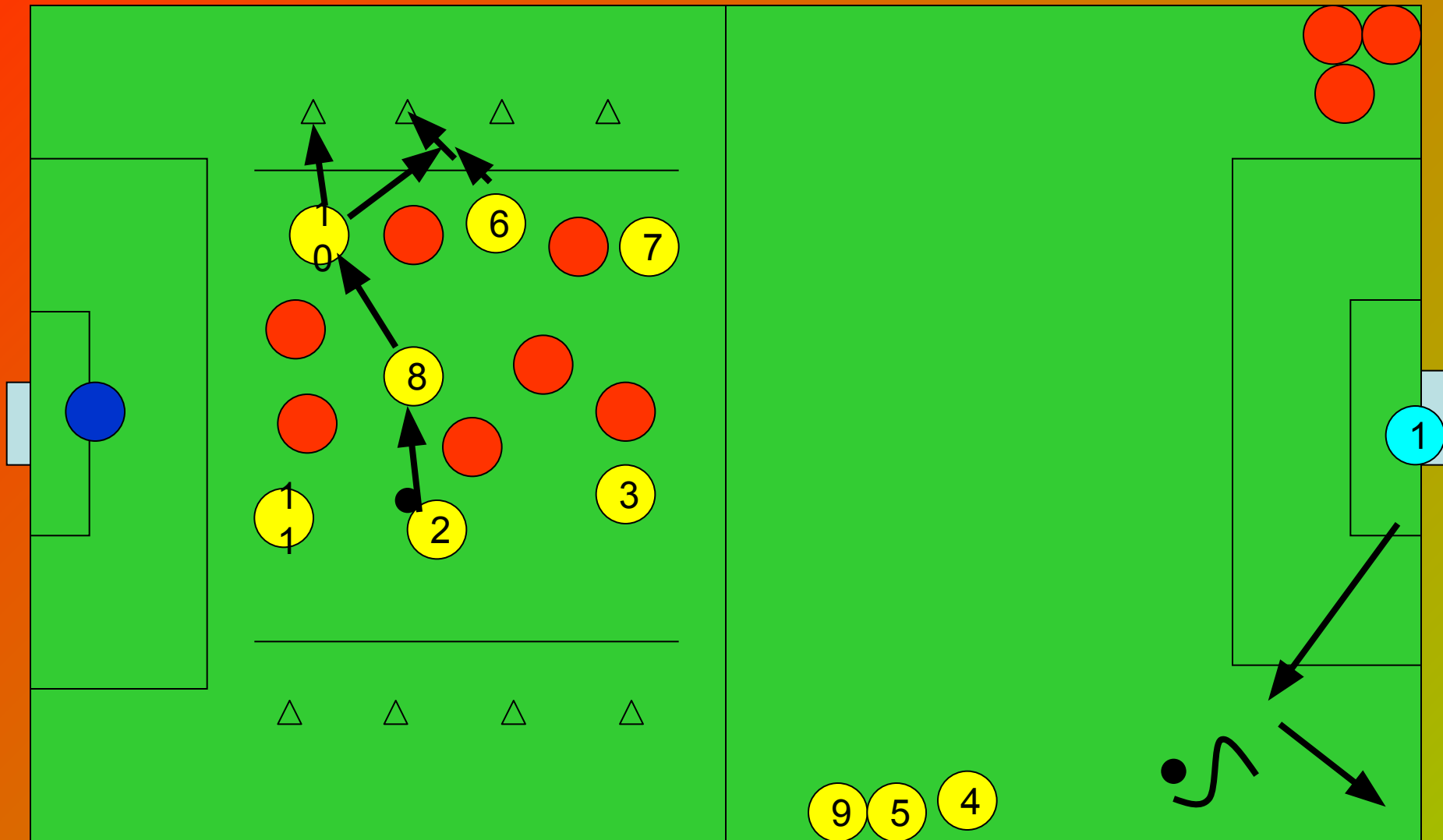


Игра в системе (комбинационные действия)  $3 \times 1 \times 3$ ,  $3 \times 2 \times 3$ ,  $3 \times 3 \times 3$ ,  $4 \times 2 \times 3$ ,  $4 \times 3 \times 3$ :

Атака: перемещение мяча, перемещение игроков в системе...

Оборона: групповые перемещения, прессинг, отбор, подстраховка, игра на опережение...

Правила: каждая команда обороняет 6 ворот.



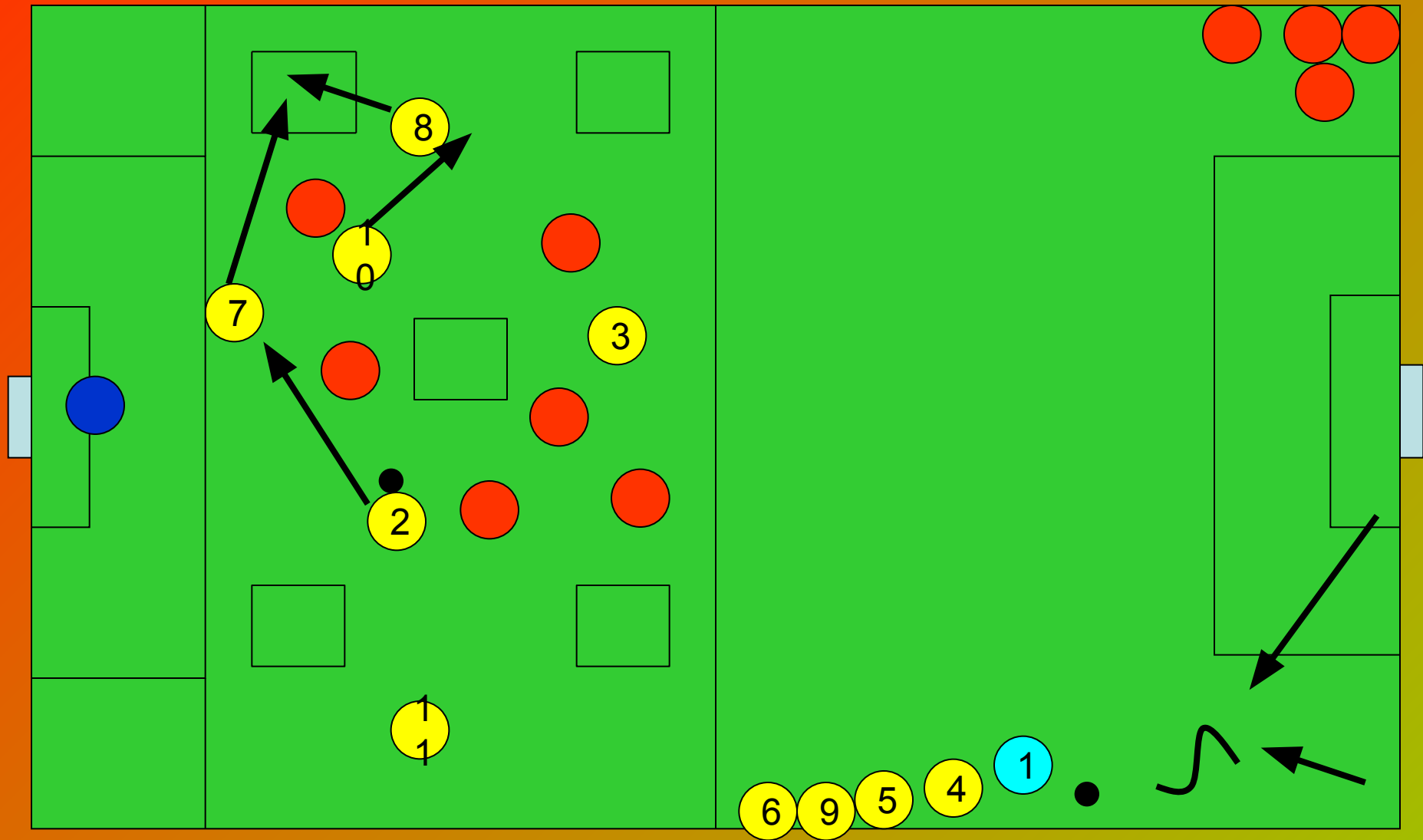
Игра в системе (комбинационные действия) 3x1x3, 3x2x3, 3x3x3, 4x2x3, 4x3x3:

Атака: перемещение мяча, перемещение игроков в системе, открывание...

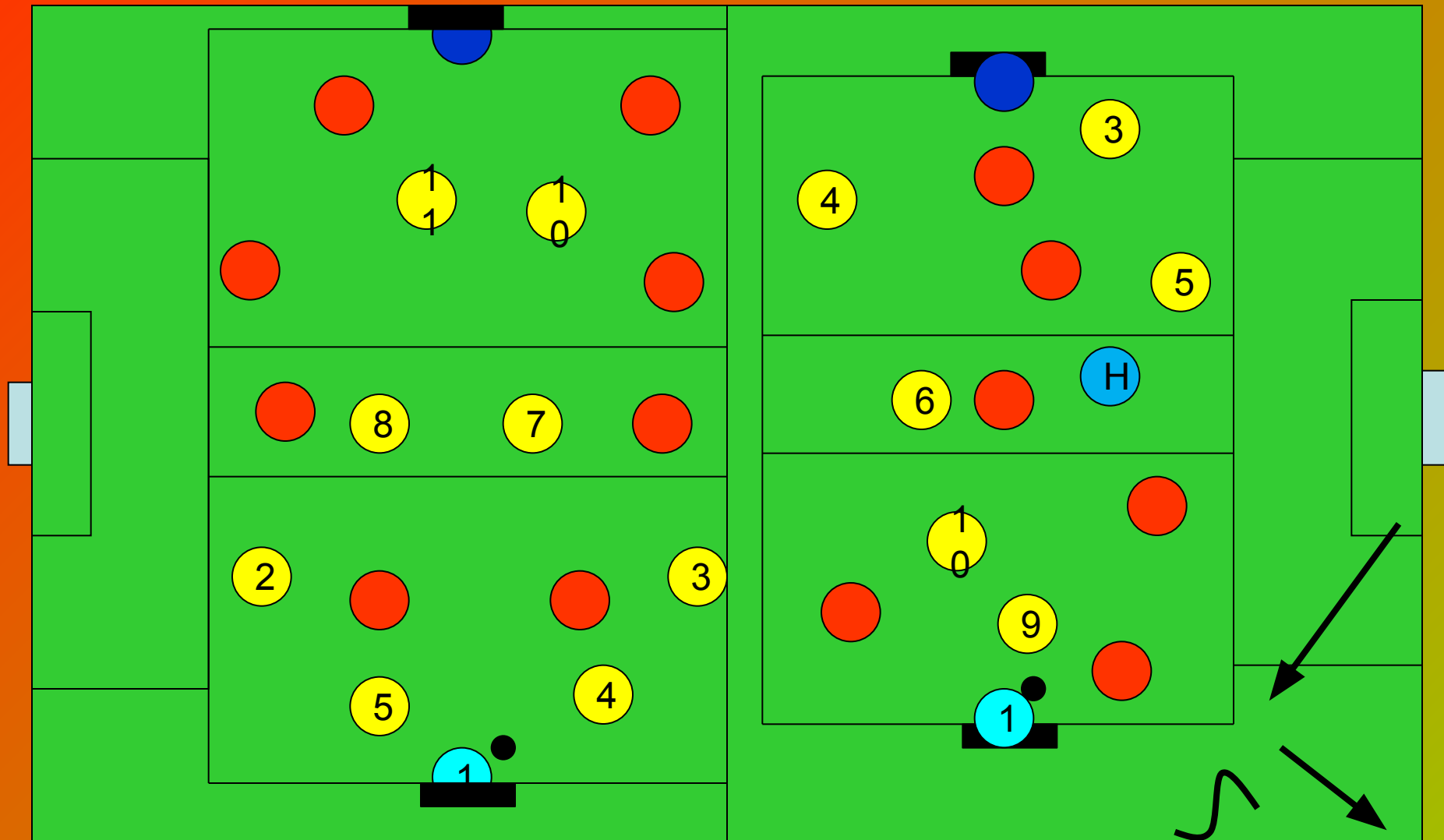
Оборона: групповые перемещения, игра в линию, прессинг, отбор, подстраховка, игра на опережение...

Правила: сбить конусы ударом до линии или в одно касание за линией, за линию вбегает только игрок атаки.





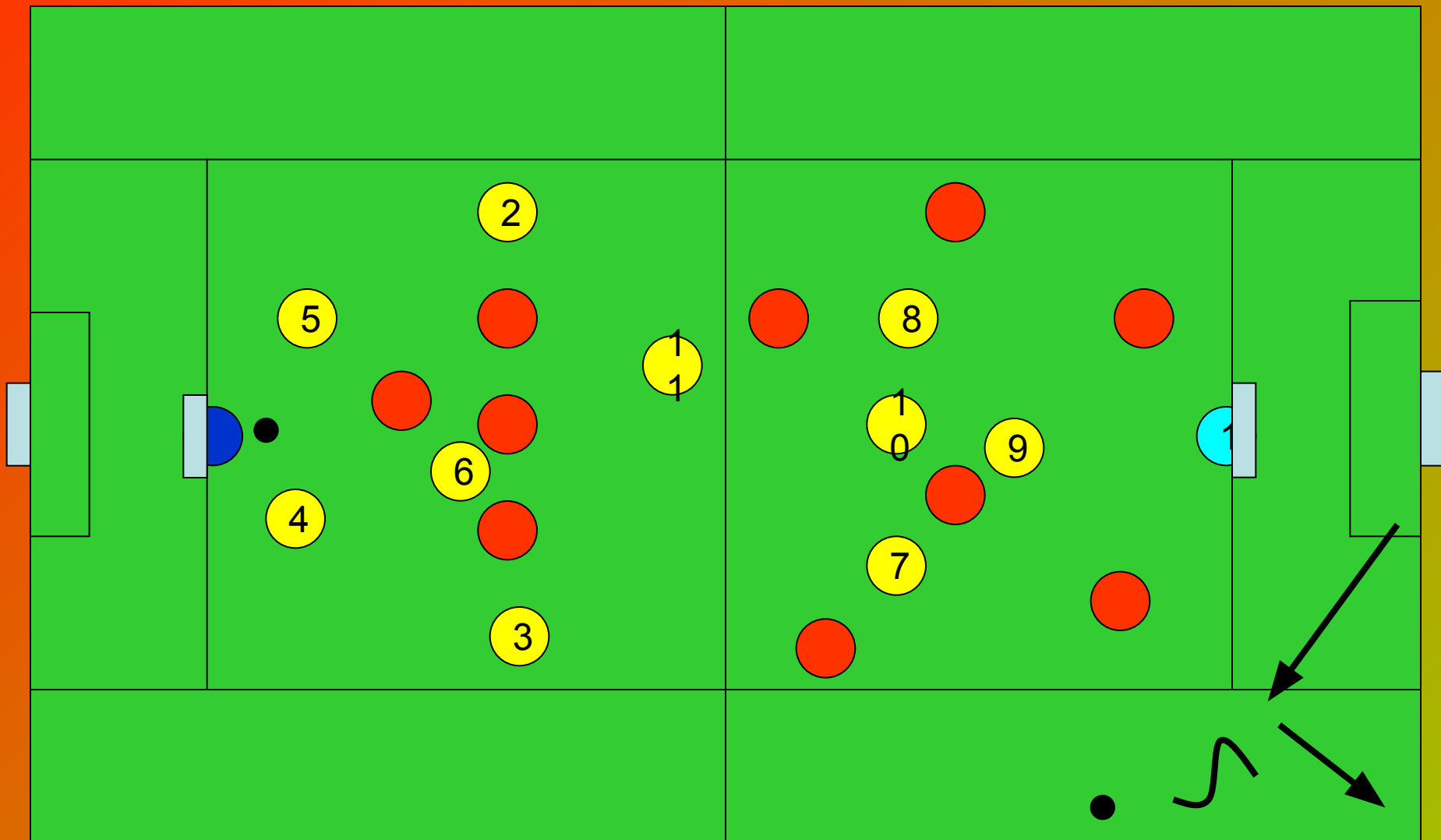
Игра с зонами: атака: перемещение мяча, создание свободных зон и открывание,  
 Оборона: перехват, групповой отбор, индивидуальный отбор.  
 Правила: в отмеченную зону вбегают игроки атаки, в зоне 2 обязательных касаний.



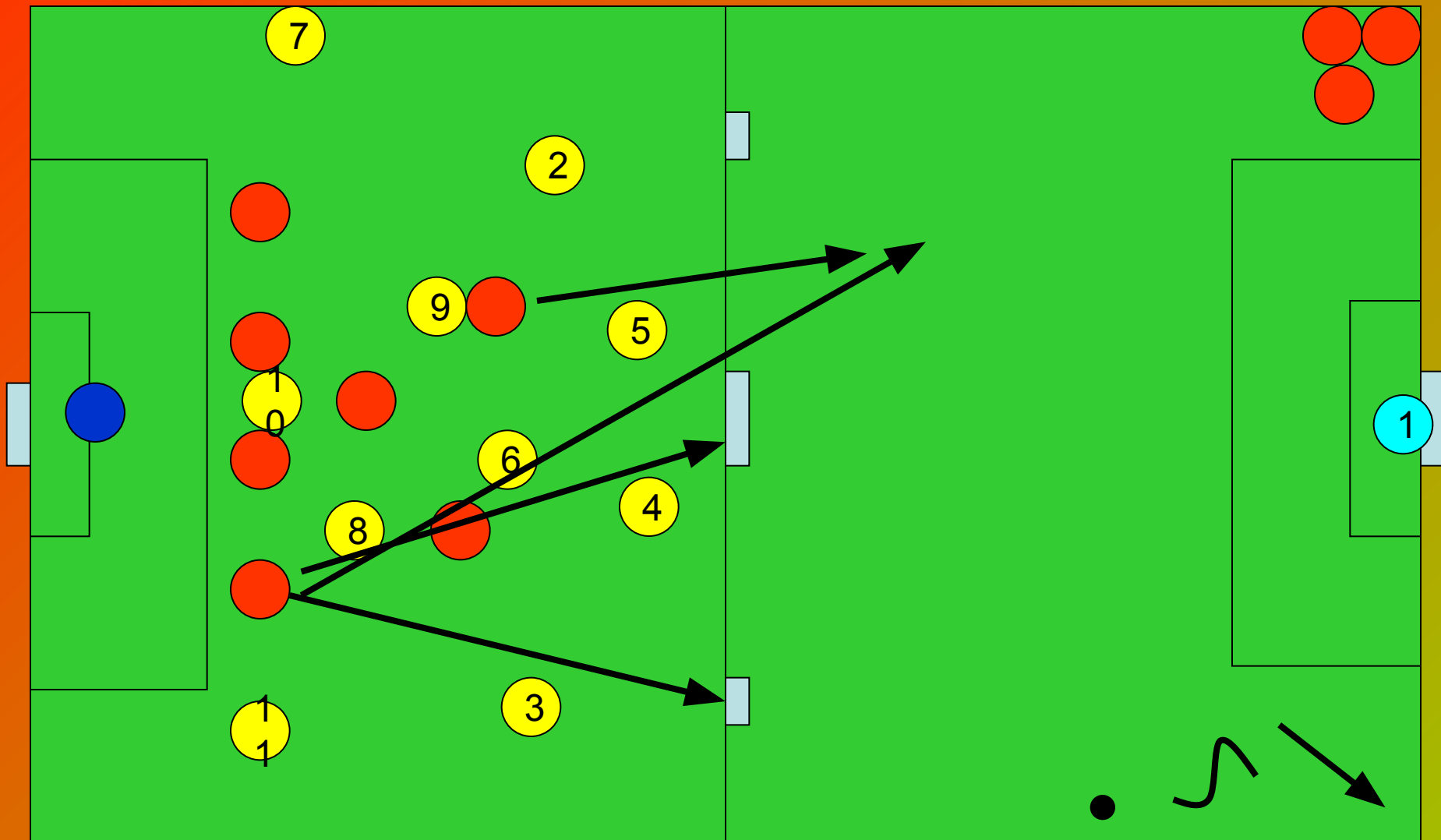
Игра с зонами. Атака: выход из обороны, через ведение или передачу.

Оборона: отбор, прессинг.

Вариант: ограничить в касаниях, ограничить определённым кол-вом передач в зоне обороны, добавить кол-во игроков.



Атака: выход из обороны используя численное преимущество с подключением 3-х игроков (6-11-3), в зоне атаки 7x7  
Оборона: групповой направленный прессинг, игра в линию.



Игра с условием: атака-оборона-атака. Атака: позиционная атака 10x8. Оборона: игра в линию, перестроения, взаимозаменяемость, прессинг индивидуальный/групповой.

Правила: команда в меньшинстве, после отбора, проводят атаку в трое ворот. Ввод мяча, производит тренер или вратарь.

Вариант: команда в меньшинстве, имеет право выбора направленности в атаке; атакуют ворота в центре без вратаря или ворота с вратарём на другой части поля.

