

Dragi učenci

Ker ne vemo kako se bo stanje razvijalo, boste vse vaje morali opravljati individualno. To priložnost izkoristite predvsem za izboljšanje vaše tehnike z žogo. Upam, da imate kakšno žogo doma. Če nimate nogometne si jo poizkusite sposoditi ali pa uporabite kakšno drugo. Na spodnjih povezavah imate vaje, ki jih izvajajte. Vem, da imamo nogomet samo enkrat tedensko, vendar če imate čas lahko vaje izvajate vsak dan.

#VadiDoma – sklop vaj za mlade igralce – Upravljanje žoge na mestu (1/4)

To lahko izvajate tudi v hiši s kakšno bolj mehko in lažjo žogo.

<https://www.youtube.com/watch?v=yiYDTZhzqzY>

Takole pa žonglirajo najboljši na svetu 😊

<https://www.youtube.com/watch?v=UeiNdPaQ1IA>

Tisti, ki pa želite veliko od nogometa je pa tu ena stran, kjer boste izvedeli veliko. Tu imate pa vse razdelano od 9 let naprej.

<http://www.nogometni-trener.com/kategorija/treningivaje/>

Uživajte in upam, da se kmalu vidimo, da nogomet tudi zaigramo.

Lep pozdrav.

Učitelj Matej