

4. Izpopolnjevanje podaj ter spoznavanje sistema protinapada																									
<i>1. Dve dolgi podaji po sistemu protinapada, postavljenem po igrišču</i>																									
<i>2. Dve dolgi podaji po sistemu protinapada s startom iz obrambe</i>																									
<i>3. Podaje med pet igralci preko branilcev</i>																									
<i>4. Igra s protinapadi 6:5, s centrom</i>																									
5. Izpopolnjevanje elementov in sprejemalčeva izbira aktivnosti																									
<i>1. Podaje od tal in preko B v končnici protinapada</i>																									
<i>2. Pobiranje žoge in podaja v loku preko B</i>																									
<i>3. Pobeg krajnih B v protinapad</i>																									
<i>4. Izbira aktivnosti sprejemalca in vratarja v protinapadu 6:4 ali 6:5</i>																									
<i>5. Igra s hitrim izvajanjem centra</i>																									
6. Skupni protinapad po sprejemu S in D z variantami gibanj zunanjih																									
<i>1. Gibanja zunanjih po sprejemu S</i>																									
<i>2. Skupni protinapad po sprejemu D</i>																									
<i>3. Skupni protinapad iz outa</i>																									
<i>4. Igra z hitrim centrom</i>																									
7. Skupni protinapadi iz netipičnih situacij, ko žogo dobijo »nesprejemalci«																									
<i>1. Skupni protinapad iz prostega meta</i>																									
<i>2. Protinapad, ko žogo dobijo igralci, ki je ne sprejemajo</i>																									
<i>3. Izpopolnjevanje netipičnih protinapadov</i>																									
<i>4. Igra s protinapadi iz cone 6:0 in 5:1 s hitrim centrom</i>																									
8. Protinapad iz cone 5:1; hitri center s kombinacijo																									
<i>1. Protinapad iz cone 5:1- variante prehodov v protinapad</i>																									
<i>2. Hitri center s kombinacijo</i>																									
<i>3. Protinapad z igralcem manj 5.6</i>																									
<i>4. Sočasna vadba obrambe in protinapada</i>																									
<i>5. Igra s protinapadi iz cone 5:1 in z igralcem manj</i>																									
O b r a m b a																									
1. Osnovni taktično tehnični elementi branilcev																									
<i>1. Gibanje v široki, diagonalni obrambni preži</i>																									
<i>2. Zaustavljanje N ob sprejemu žoge</i>																									
<i>3. Oviranje prodora</i>																									
<i>4. Zaustavljanje N ob sprejemu žoge in spremljanje pri prodoru</i>																									
<i>5. Zaustavljanje N v coni 5:1 in 3:2:1</i>																									

