

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

