

Temat: Rola bramkarza w piłce ręcznej.

Cel : uczeń zna sposoby poruszania się bramkarza

CHARAKTERYSTYKA POZYCJI BRAMKARZA

W demonstrowanej przez zespół grze, bardzo ważną rolę odgrywa bramkarz. Nie zawsze jednak jest doceniany. Często wini się go za utracone przez zespół bramkę, co jest to niewskazane. Zawodnik na tej pozycji ma ograniczoną swobodę ruchów ze względu na gotowość interwencji. Ruchy jego muszą być jak najprostsze, ekonomiczne, bez zbędnych przyruchów, aby mógł jak najszybciej przeciąć drogę lotu piłki. Elementy te składają się na olbrzymie napięcie psychiczne bramkarza. Niewielka odległość od zawodników rzucających, wymaga od bramkarza nie tylko refleksu i odwagi, ale także innych umiejętności, jak: przewidywanie lotu piłki, współpraca z obroną. Ograniczenie bramki polem bramkowym teoretycznie wyklucza bezpośredni kontakt z zawodnikiem. Praktycznie bramkarz jest narażony nie tylko na silne uderzenia piłką, kontuzje przy różnych interwencjach, uderzeniach o konstrukcję bramki, ale i niebezpieczne starcia z przeciwnikiem. Bramkarz broniący 50-60% rzutów stanowi silny punkt zespołu. Skuteczność jego gry ma olbrzymi wpływ na postawę i grę całego zespołu. Niejednokrotnie udana akcja bramkarza podrywa zespół do walki.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZuCi2b9RNE8>