"DOMINIO DEL BALON"

Es el modo más sencillo y al mismo tiempo el modo más seguro para el dominio y el control del balón y se considera fundamental. En el dominio del balón con bajo vuelo, el jugador se acerca activamente hacia el balón con brazos extendidos, las palmas y los dedos cubren el balón por arriba, el balón se agarra establemente y se acerca al pecho. Las piernas deben estar adecuadamente flexionadas.

Cuando el jugador recibe de la misma manera el balón rebotando, el receptor ataca el balón con posición adecuadamente flexionada, un pie adelante, los brazos hacia el balón con los dedos abiertos, las manos se colocan una encima del balón y otra al lado un poco atrás.

Para dominar un balón con alta trayectoria, por encima de la cabeza, el receptor se debe desplazar hacia el balón con un salto, realizando movimientos atacantes de los brazos; los dedos deben estar abiertos y los pulgares más cerca uno al otro.