



Gioco Generale - Turnover Toccare

PER LE CATEGORIE			
U 6	U 8	U 10	U 12
U 14	U 16	U 18	U 20

ABILITA'	Prendere Passare Velocità	ALTRE ABILITA'	Linee di Corsa in Attacco
-----------------	---------------------------	-----------------------	---------------------------

PUNTI CHIAVE

- Mani a doppia W
- Mani e braccia distese
- Occhi sempre sulla palla
- Provare a prendere la palla con le mani senza portarla al corpo

Questo è l' errore più grave per i ragazzi.

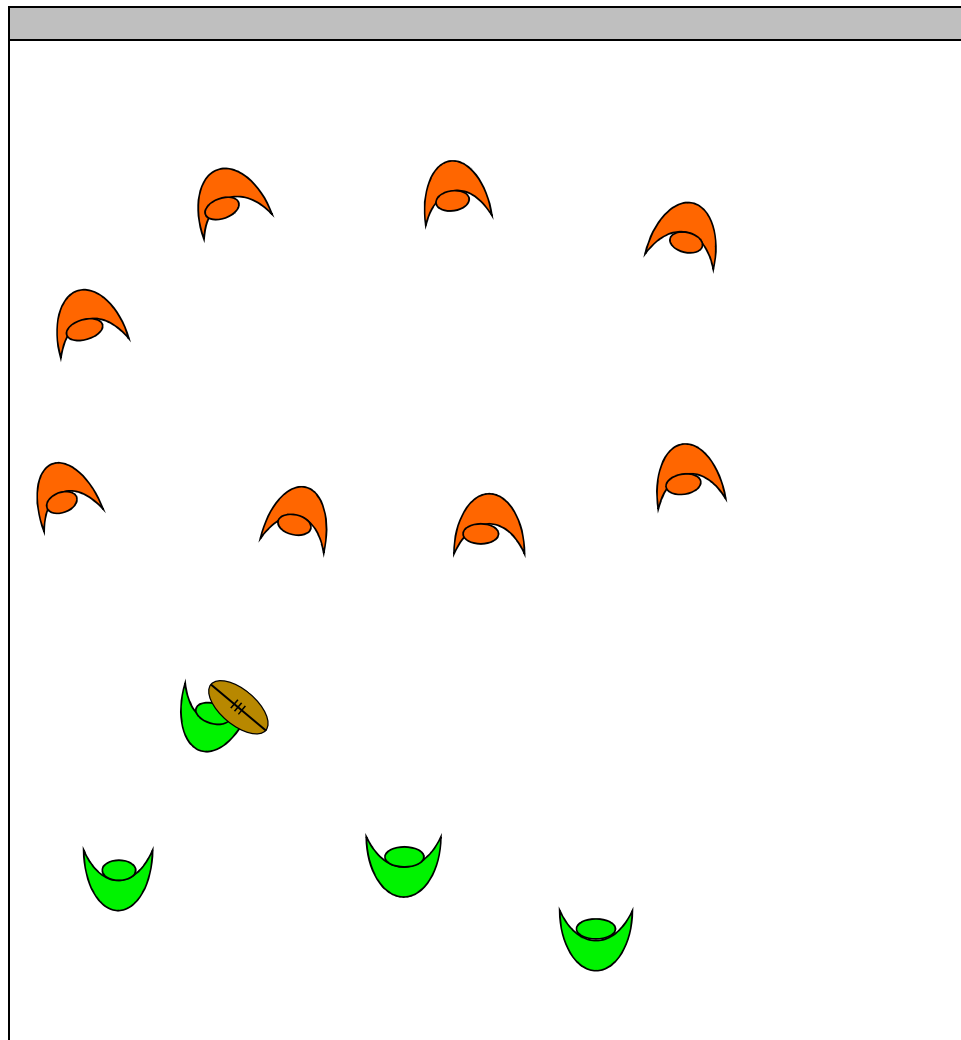
MATERIALI



Più



in abbondanza



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- 4 attaccanti attaccano contro 8 difensori (4 nella prima linea e 4 nella seconda)
- Quando si segna, un'attaccante calca, fa rotolare, o passa la palla ai difensori.
- La nuova squadra con la palla deve attaccare contro i nuovi difensori e segnare una meta in 2 fasi.

Estensioni:

- Gli 8 attaccanti hanno solo una fase per segnare una metà
- Giocare solo 4 contro 7, o 5 contro 8.
- Si possono cambiare le regole per il punto di incontro.