



Gioco Generale - Contrattacco

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

ABILITA'	Prendere e 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.

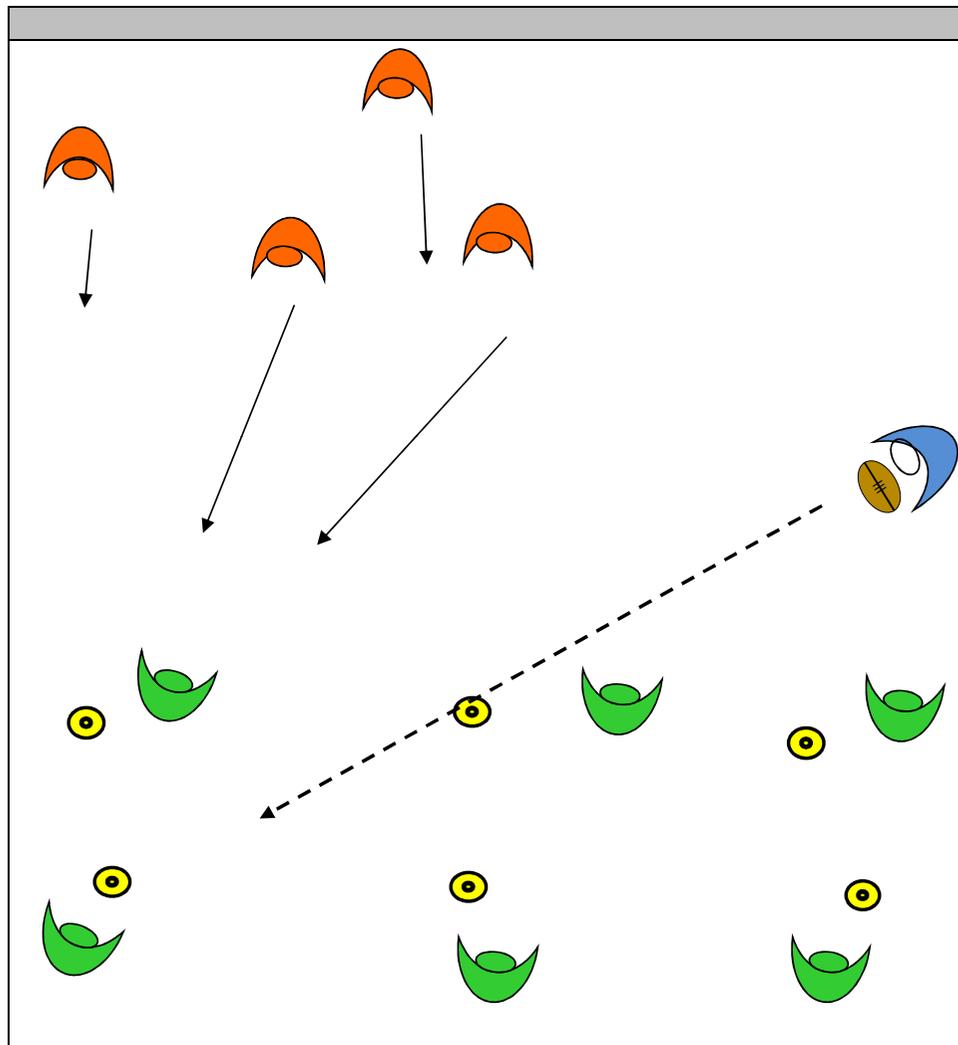
MATERIALI



Più



in abbondanza



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- 6 attaccanti si posizionano vicino ai coni distribuiti sul campo.
- 4 difensori si posizionano sul terreno numerandosi da 1 a 4.
- L'allenatore calca la palla verso gli attaccanti e chiama 1 o 2 (il numero dei difensori che intervengono).
- Questi difensori devono salire velocemente per difendere , mentre gli altri difensori devono aspettare che l'allenatore dia loro il "via".
- Gli attaccanti devono ovviamente prendere la palla e provare segnare una metà.

Estensioni:

- Aumentare o diminuire il numero dei difensori chiamati.
- Cambiare posizione dei coni (più lontani o più vicini).