



## 4 vs 2 Organizzare

PER LE CATEGORIE



U 6	U 8	U 10	U 12
U 14	U 16	U 18	U 20

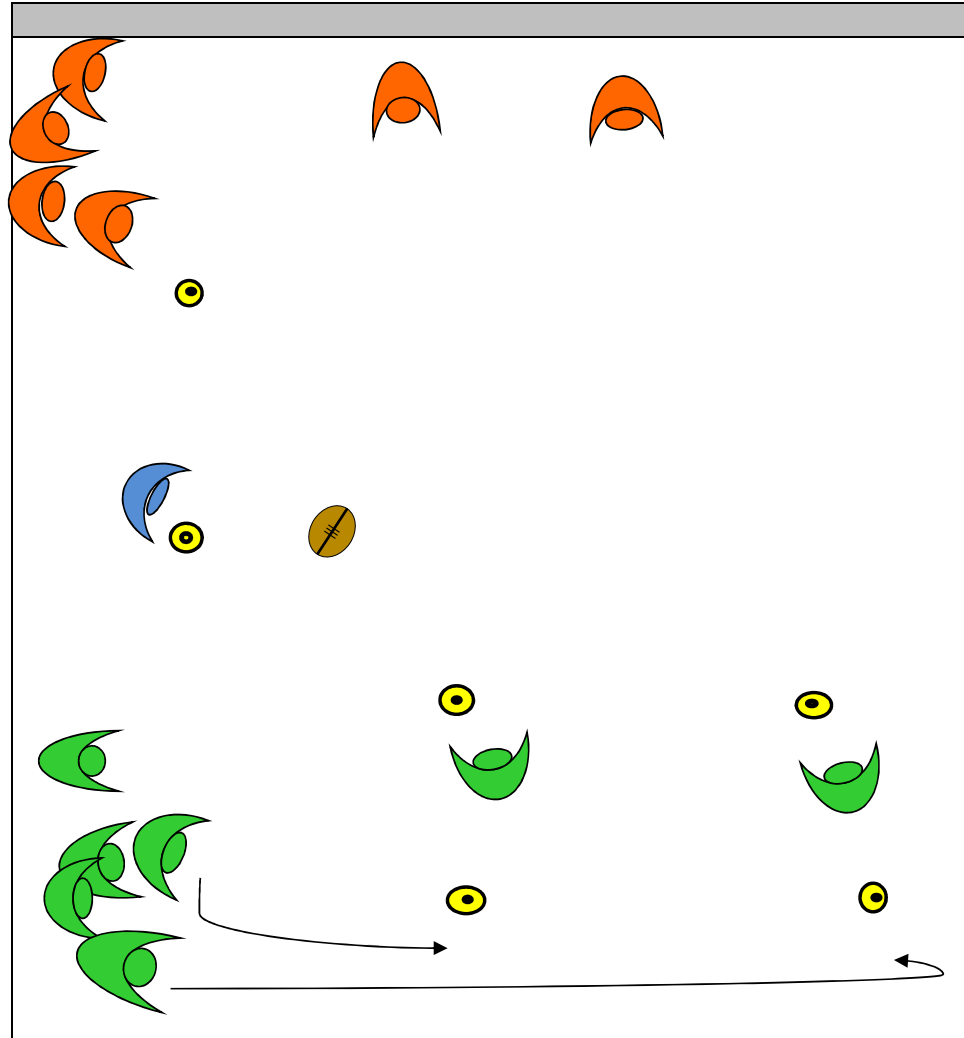
<b>ABILITA'</b>	Prendere e Passare	<b>ALTRE ABILITA'</b>	Linee di Corsa Identificazione dello Spazio
-----------------	--------------------	-----------------------	---

### PUNTI CHIAVE

- Mani alte pronte a ricevere il passaggio
- Mani e braccia distese
- Occhi sulla palla ancora prima di riceverla
- Provare a prendere la palla con le mani "morbide".

### MATERIALI

-  Più
-  in abbondanza



### SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Posizionare 5 coni in una normale struttura per attaccare (un cono e' per il mediano)
- Mettere un altro cono per evidenziare la linea di fuori gioco per i 2 difensori
- Un primo attaccante e un sostegno laterale corrono nella loro posizione.
- Quando sono pronti il primo attaccante chiama altri due attaccanti (chiamandoli per nome) e si vanno a posizionare.
- Quando tutti sono pronti parte l'attacco contro i difensori.

### Estensione

- Una volta battuta la difesa tutti i giocatori devono toccare la palla
- Dopo che un giocatore ha battuto la difesa metterà la palla a terra e il sostegno effettuerà una ruck.
- Aggiungere un altro difensore.