



2 Linee Opposte con Passaggi dal Mediano

PER LE CATEGORIE

ABILITA' Prendere e Passare ALTRE Comunicazione

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

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 questi ragazzi.

Punti da Allenare

Tutti i giocatori devono avere le mani a doppia W
I giocatori devono comunicare il nome del giocatore da cui ricevere la palla
Il portatore di palla deve prendere e passare la palla alla stessa altezza (correttamente)
Il portatore di palla deve mantenere la stessa linea di corsa nel prendere e passare.
I giocatori devono provare a prendere la

MATERIALI

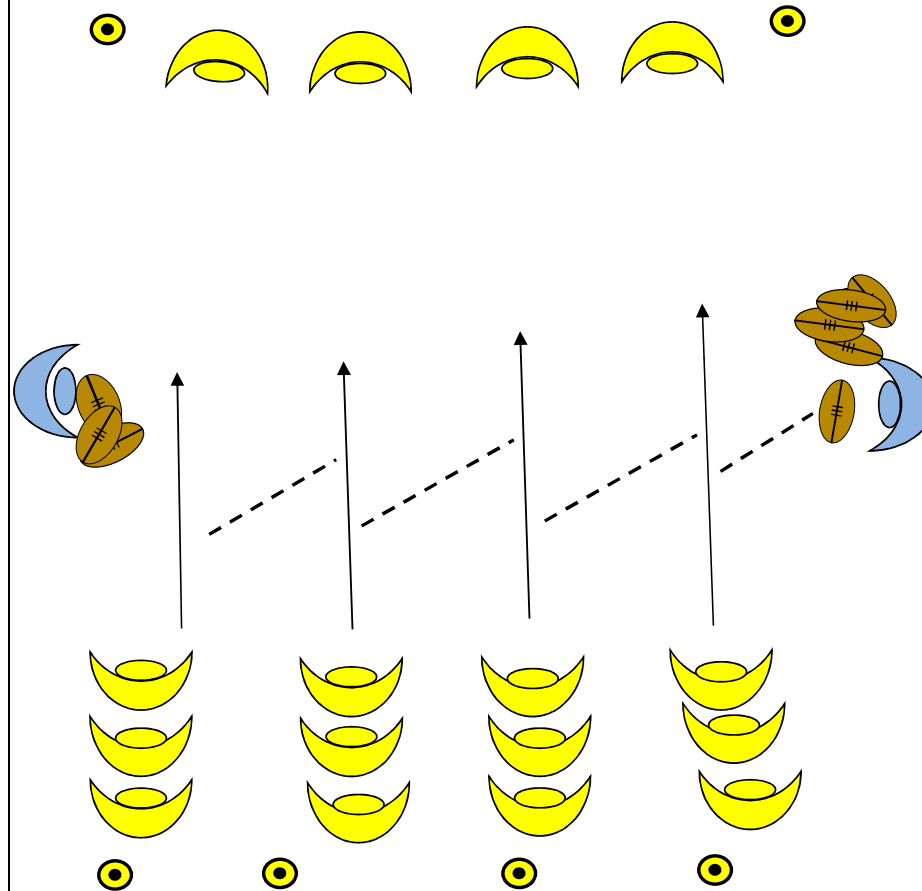


Più



coni colorati in abbondanza

ESEMPIO / IMMAGINE



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Posizionare i giocatori dietro a due coni distanti 5 metri.
- Posizionare 2 mediani in piedi ai lati con molti palloni.
- Il mediano passa la palla al primo giocatore.
- I giocatori prendono e passano la palla mantenendo una corsa diritta verso il cono opposto e passano il pallone al mediano opposto.
- Il nuovo mediano passerà la palla all'altra linea.
- Dopo che i giocatori hanno passato in entrambi i lati (dx e sx) variare la distanza tra i coni.

Estensioni:

- Variare la distanza tra i giocatori da 5m, 8m, 10m
- Mettere i coni in profondità
- Inserire un'altra linea di giocatori.