



2 vs 1 Canale

PER LE CATEGORIE

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

ABILITA' Linea di Corsa Prendere e Passare ALTRE Comunicazione

PUNTI CHIAVE

Il Portatore di Palla:

- Palla a due mani
- Correre verso il difensore poi cambiare l'angolo per creare lo spazio al sostegno.
- Il sostegno fugge nello spazio dal difensore ma abbastanza vicino al portatore per ricevere la palla

Sostenitore

Mani a doppia W
Mani e braccia distese
Occhi sulla palla
Provano e prendere la palla con le mani senza portare il pallone al corpo – **questo è l' errore più grave per i ragazzi.**

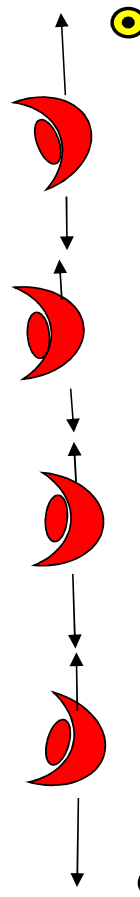


Più



coni colorati in abbondanza

ESEMPIO / IMMAGINE



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- In un canale largo 8 mt dispongo 4 difensori a 5 mt uno dall'altro
- I difensori possono muoversi solo lateralmente e possono provare a toccare il portatore di palla con le due mani sulle anche.
- Gli attaccanti devono provare a battere ogni difensore senza essere toccati.

Estensioni:

- Permettere ai difensori di muoversi anche in avanti
- Permettere ai difensori di muoversi anche indietro
- Cambiare la distanza tra i coni (più vicini o più larghi)