



Passare la Palla e Difendere

PER LE CATEGORIE

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

ABILITA'

Prendere e Passare

ALTRE
ABILITA'

Identificazione dello Spazio

PUNTI CHIAVE

- Chiamare la palla
- Mani a doppia **W**
- Mani e braccia distese
- Occhi sempre sulla palla
- Provare a prendere la palla senza portarla al corpo

Questo è l'errore più grave per i ragazzi

- Dopo un passaggio non abbassare le mani

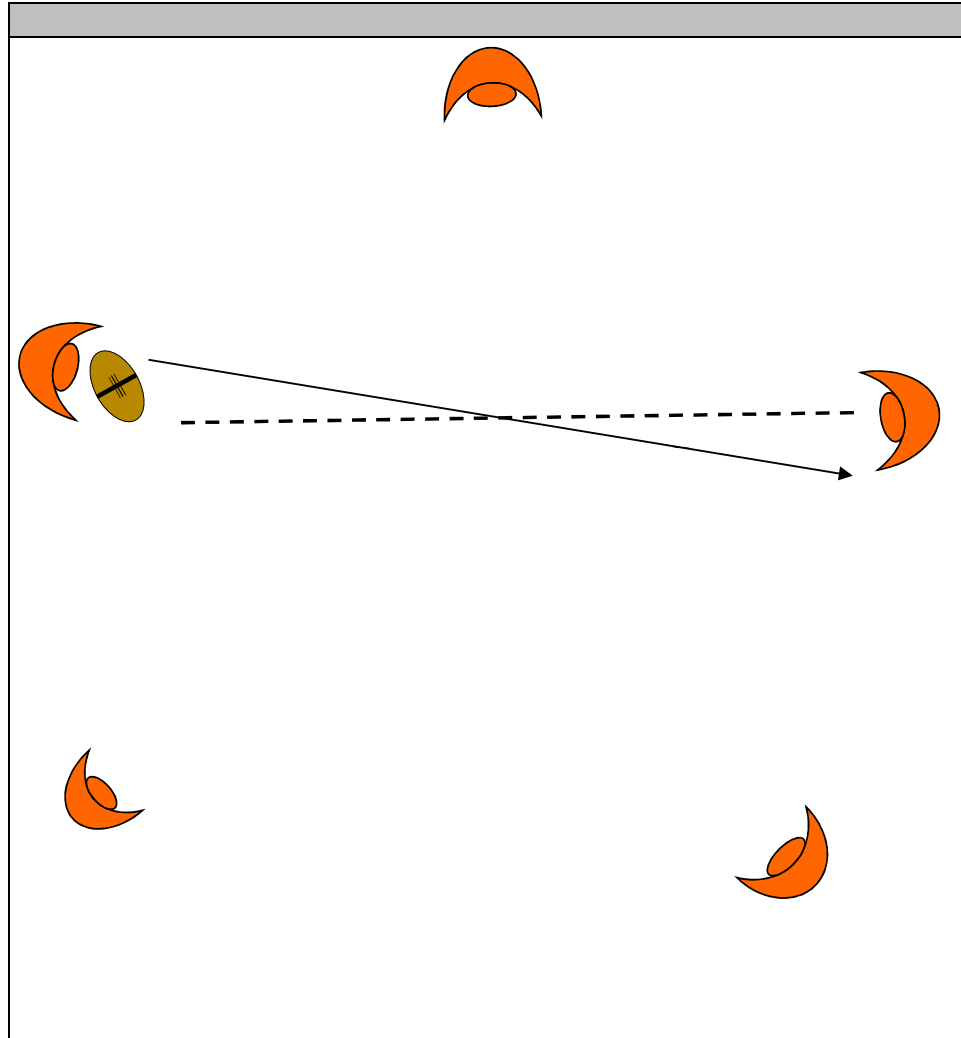
MATERIALI



Più



in abbondanza



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- 5 giocatori in piedi in cerchio, un giocatore con la palla.
- I giocatori devono passare la palla a uno dei giocatori a caso.
- Dopo aver passato la palla devono provare ad intercettarla
- Questo difensore continua a difendere finché non riesce a intercettare o fino al termine del tempo prestabilito

Estensioni:

- Includere altri giocatori e un altro pallone.
- I giocatori devono prendere la palla con una mano
- I giocatori devono passare la palla con una mano