



Salita con Struttura

PER LE CATEGORIE

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

ABILITA' Capire i Ruoli per una Dstruttura in Difesa

**ALTRE
ABILITA'**

Linea di Corsa in Difesa Comunicazione

PUNTI CHIAVE

- Spiegare chiaramente i differenti ruoli assegnati.

“Guardia”

- Deve stare vicino al punto d' incontro dietro la linea del fuori gioco. La sua responsabilità è il primo canale. Deve correre solo in avanti e mai lateralmente.

“2” (non tallonatore)

- Un posizione in fuori del giocatore 1 e fare esattamente la stessa cosa ma nel canale 2

“10”

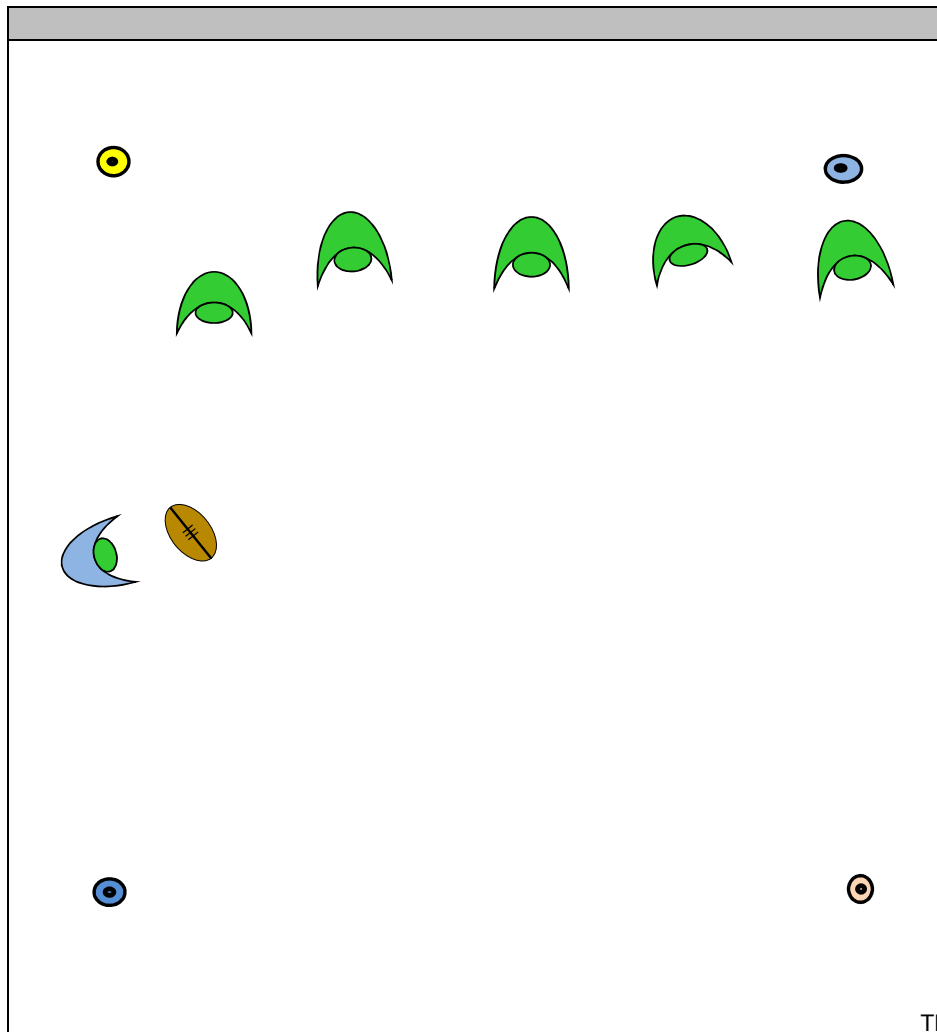
- Un posizione in fuori del numero 2 ma deve stare interno al primo attaccante dell'altra squadra. Applicherà la tecnica del cacciare per creare pressione sulla



Più



in abbondanza



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Creare gruppi di 4 ragazzi con un mediano di mischia.

- Mettere coni di differenti colori in un quadrato di 30m di lato

- L'allenatore chiama un cono colorato che diventerà così il punto di incontro.

- Il gruppo di ragazzi correrà verso il cono e creerà una struttura difensiva.

- L'allenatore lancia una palla (simulando una azione di gioco) e i ragazzi saliranno assieme ; subito dopo lui chiamerà un altro colore.

-Dopo 3 volte si cambia il gruppo in attacco.

Estensioni:

- Non possono occupare la stessa posizione per 3 volte.

- Cambiare anche la direzione