



Laterale Movimenti in Attacco

PER LE CATEGORIE



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

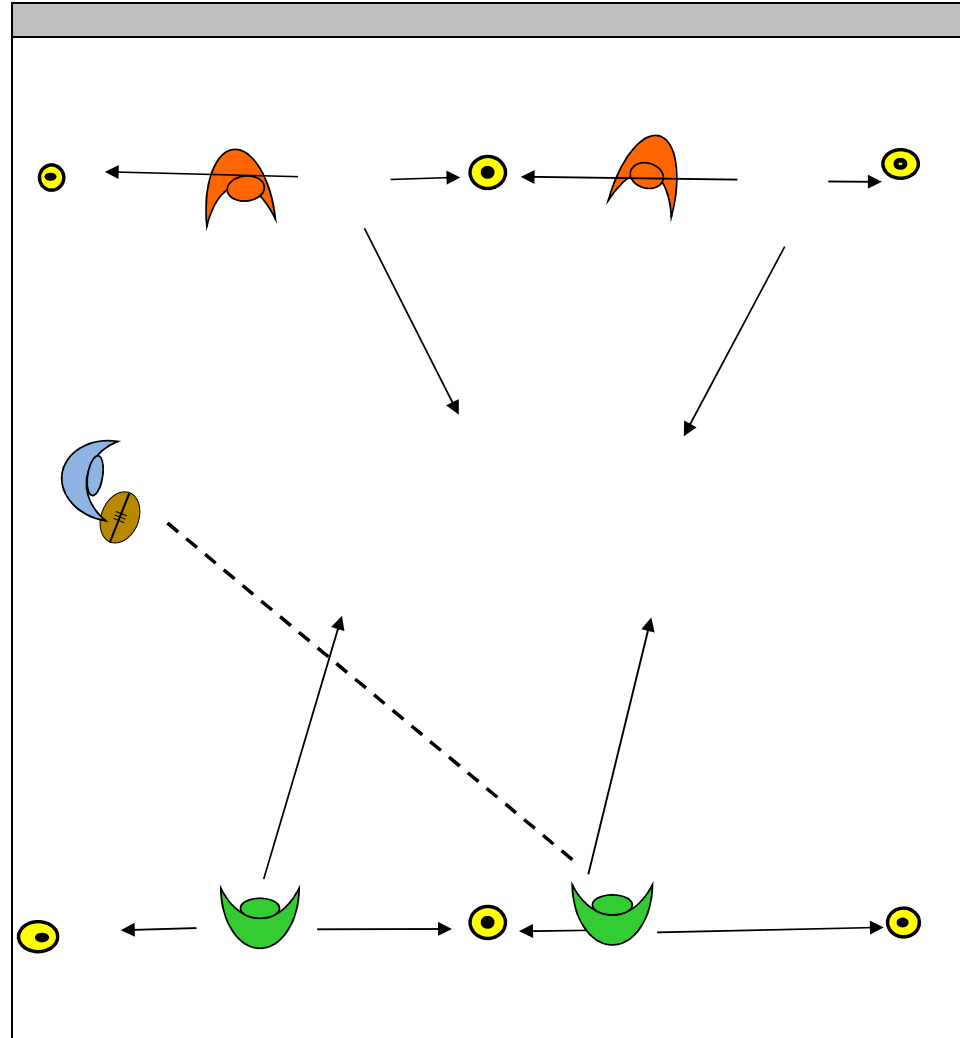
ABILITA'	Linee di Corsa in Attacco	ALTRE ABILITA'	Prendere e Passare
-----------------	---------------------------	-----------------------	--------------------

PUNTI CHIAVE

- Il portatore di palla deve correre diritto verso il suo difensore.
- Poco prima dell'impatto deve valutare la situazione e decidere come superare i difensori (es.: incrocio, cambio d'angolo degli attaccanti, cambio di velocità, ecc.)
- I difensori devono difendere limitando il contatto a un touch con due mani sui fianchi dell'attaccante.

MATERIALI

-  Più
-  in abbondanza



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- 2 giocatori rossi devono stare tra 3 coni e muoversi a sinistra e a destra.
- 2 giocatori verdi fanno la stessa cosa tra altri 3 coni a 8 metri distanza.
- L'allenatore passa la palla verso un giocatore verde e questo, con il suo compagno deve attaccare gli altri 2 giocatori.

Estensioni:

- Cambiare i movimenti tra i coni.
- Cambiare la distanze tra i coni (larghezza e distanza)
- Far girare le spalle e far fare gli stessi esercizi.