



## 1 vs 1 Quadrato ( palla arriva da fuori)

PER LE CATEGORIE




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

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

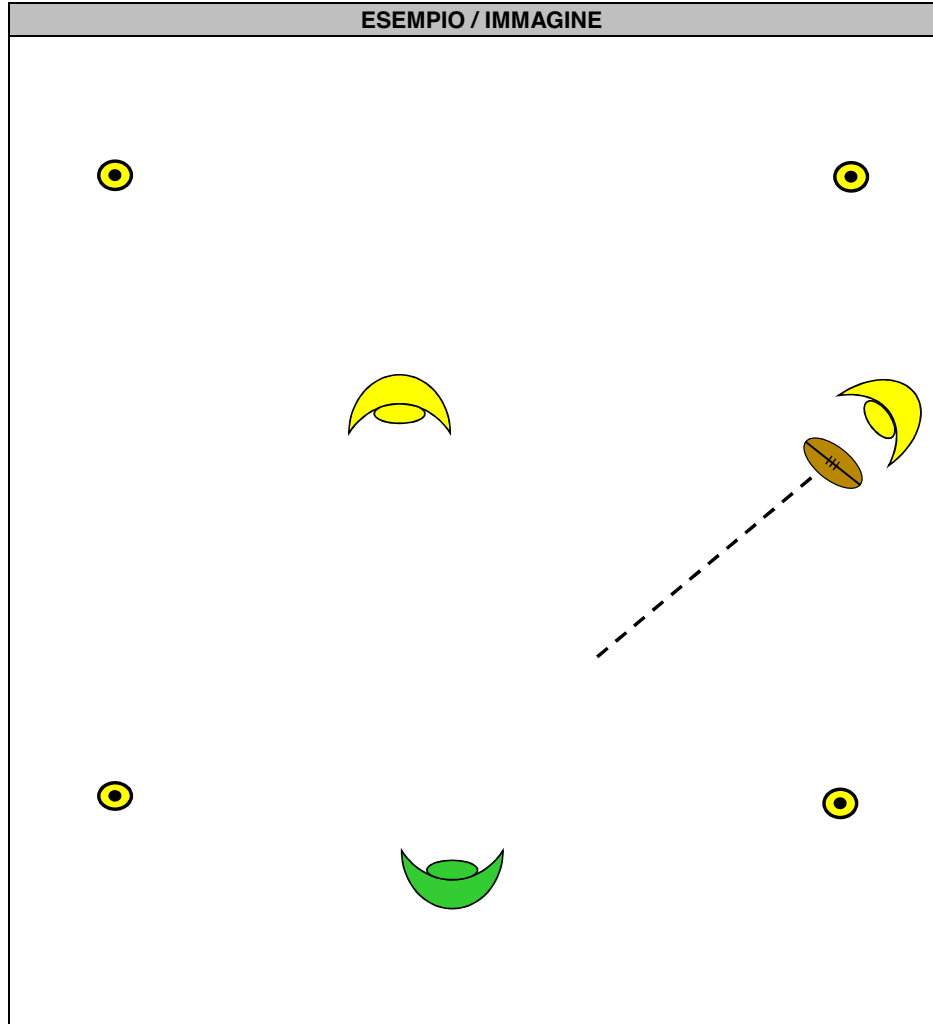
### PUNTI CHIAVE

- Palla a due mani
- Correre veloce verso il difensore e fissarlo
- Usare piccoli passi e poi cambiare angolo
- Continuare a correre dritto

### MATERIALI

-  Più
-   coni colorati in abbondanza

### ESEMPIO / IMMAGINE



### SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Un attaccante in piedi a 5 metri dal difensore.
- Un giocatore fuori dal quadrato passa la palla all'attaccante che ricevendola inizia ad attaccare.
- Il difensore deve provare a toccare l'attaccante di lato sulle anche

### Obiettivi

- Segnare la meta
  - Se il difensore tocca l'attaccante deve farlo di lato sulle anche
- Tutti e due gli obiettivi sono buoni

### Estensione

- Tutti e due i giocatori devono inizialmente darsi le spalle.