

Passaggi dopo i paletti

visione : missione : valori

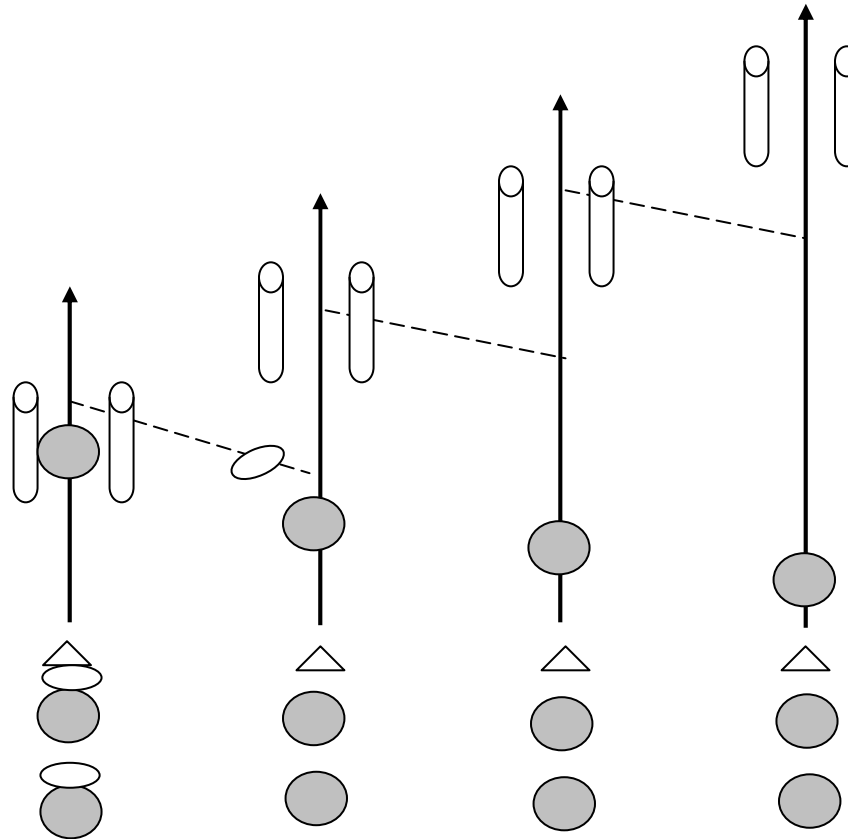
Abilità :	Prendere e Passare
Altre Abilità	Comunicazione

Spiegazione dell'esercizio:

- I giocatori si posizionano dietro a 4 coni che sono a 4-5 metri di distanza.
- Il primo giocatore corre con la palla e la passa al secondo subito dopo aver sorpassato i paletti.
- I giocatori devono provare a passare la palla il più velocemente possibile.

Estensioni:

- Cambiare la distanza tra i coni (passaggi più lunghi)



Fattori Chiave:

- Mani a doppia **W**
- Mani e braccia distese
- Chiamare la palla
- Occhi sempre sulla palla
- Provare a prendere la palla con le mani senza portarla al corpo. **Questo è l'errore più grave per questi ragazzi.**
- Mani come un pendolo di passare la palla