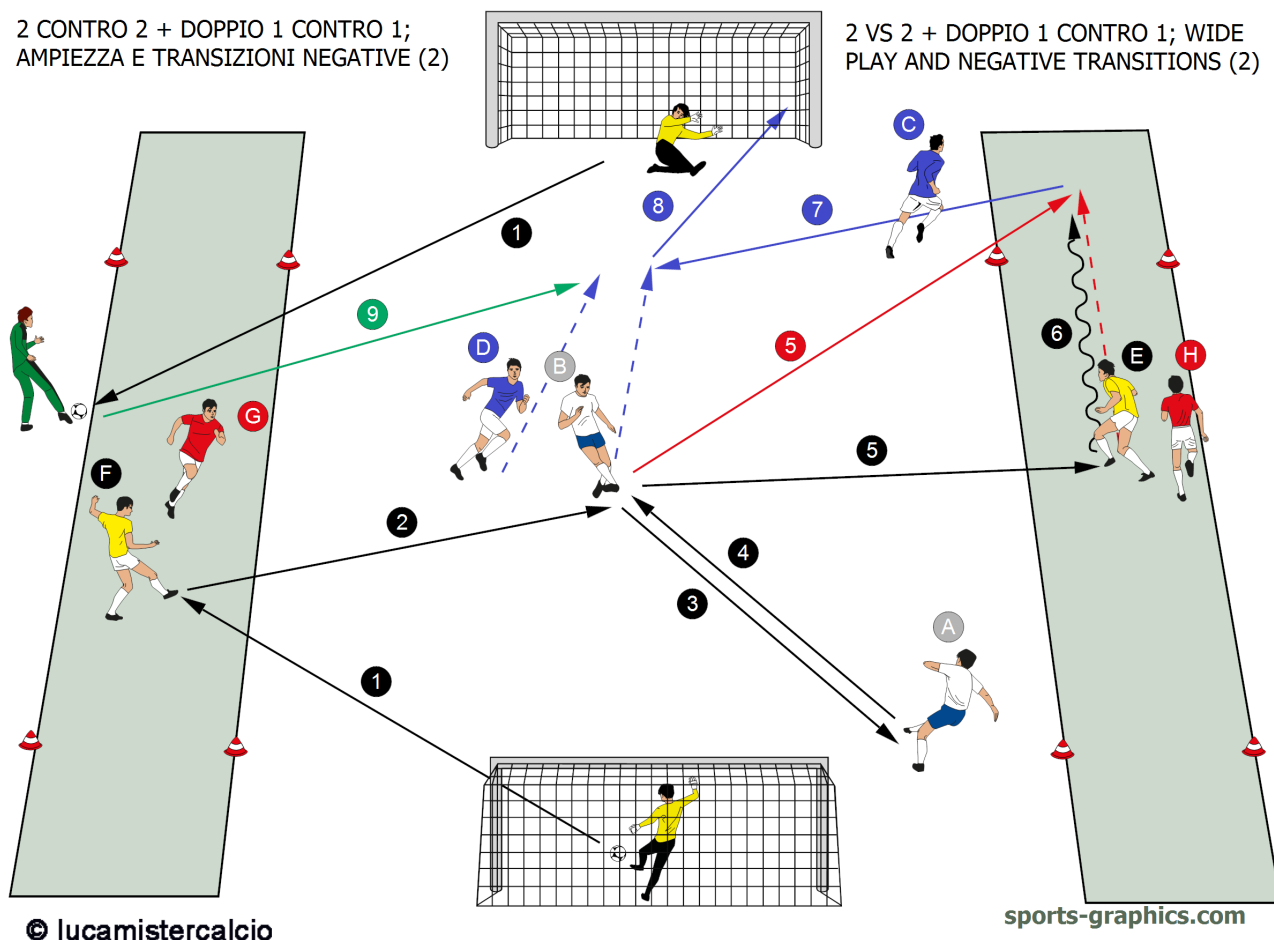


2 CONTRO 2 + DOPPIO 1 CONTRO 1;
AMPIEZZA E TRANSIZIONI NEGATIVE (2)

2 VS 2 + DOPPIO 1 CONTRO 1; WIDE
PLAY AND NEGATIVE TRANSITIONS (2)



CATEGORIA: Settore Giovanile (Allievi); Juniores e Prime squadre

NUMERO GIOCATORI: 10 (di cui 2 portieri)

OBIETTIVI PRINCIPALI

TECNICI INDIVIDUALI:

Trasmissione, Controllo/Ricezione

TATTICI INDIVIDUALI:

Smarcamento/Marcamento, Tiro in porta/Difesa della porta

TATTICI COLLETTIVI:

Ampiezza, Scaglionamento

OBIETTIVI SECONDARI:

Mobilità/Temporeggiamento

MATERIALE UTILIZZATO:

cinesini, pettorine di vari colori, palloni, porte regolari

SVOLGIMENTO

In un campo di dimensioni ridotte secondo caratteristiche dei giocatori si gioca un duello 2 contro 2 (A e B contro C e D) per segnare nelle porte poste al centro e difese da due portieri. I due portieri sono inizialmente in possesso palla e l'allenatore decide quale portiere inizia l'azione; l'altro trasmette palla all'allenatore stesso (1). Il portiere chiamato sceglie a quale jolly esterno giocare palla (1) e il ricevente deve, a propria volta, decidere quale coppia nella parte centrale del campo debba avere il possesso palla (2-4). Successivamente alla fase di possesso, il jolly laterale opposto dello stesso colore deve ricevere in ampiezza (5) e condurre attraverso le porticine formate dai coni (6) oppure ricevere sulla corsa per arrivare sul passaggio giocato in avanti e trasmettere nuovamente palla nel mezzo (7), per concludere l'azione (8). Gli esterni in possesso giocano 1 contro 1 nelle fasce laterali. Infine l'allenatore trasmette palla ai difendenti, che possono contrattaccare e giocare 2 contro 2 con la coppia precedentemente in fase di possesso (transizione negativa) e concludere nella porta opposta, dopo almeno uno scambio con un jolly esterno precedentemente in fase difensiva. Le coppie interscambiano liberamente e continuamente i ruoli all'interno dell'esercitazione al termine di ogni azione.