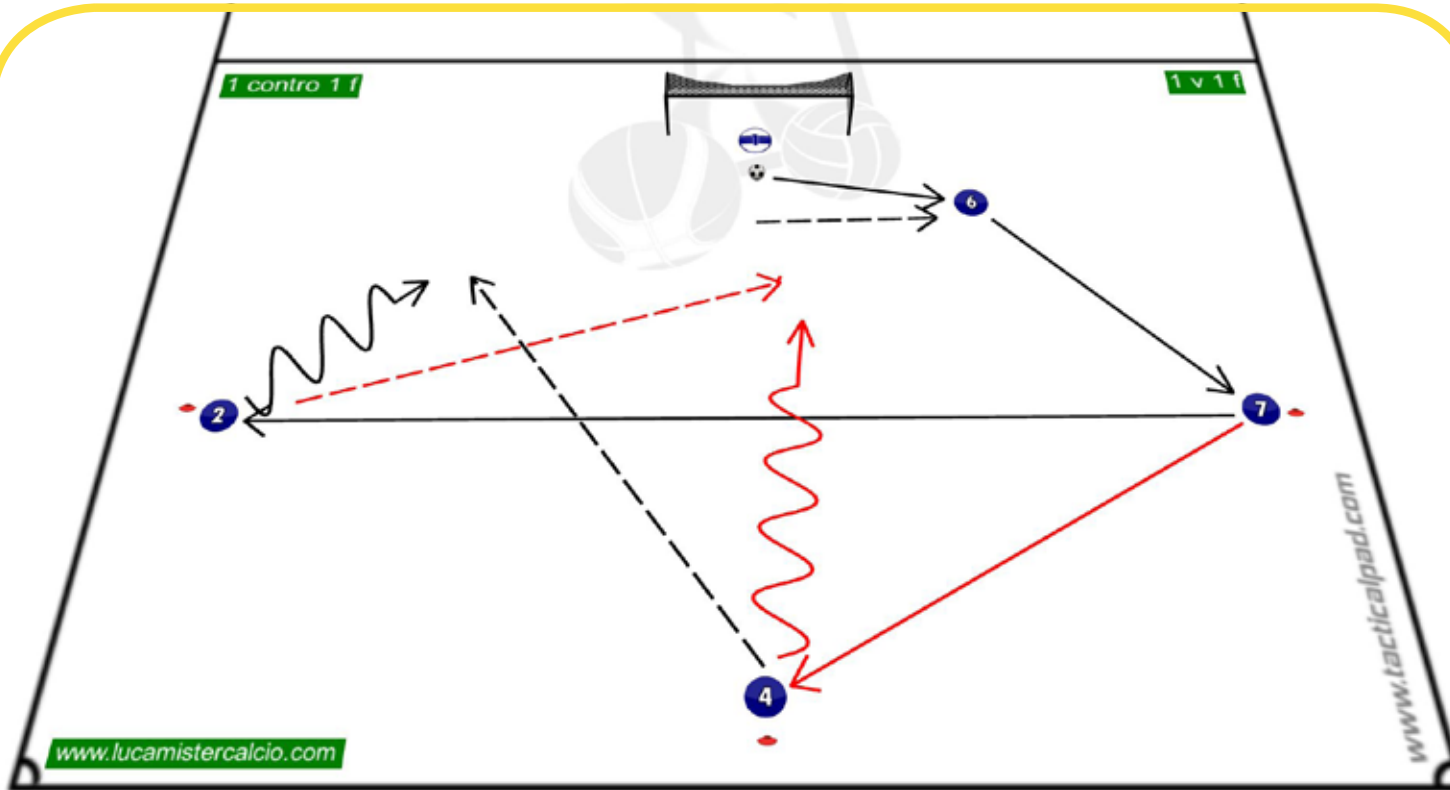


Progressione 1 contro 1: esercitazione f



CATEGORIA:

U13/U14

NUMERO DI GIOCATORI:

5 giocatori (4 giocatori e 1 portiere)

OBIETTIVI PRINCIPALI

- **TECNICO INDIVIDUALE:**
Trasmissione, Ricezione
- **TATTICO INDIVIDUALE:**
Finte e dribbling, Difesa della porta, Presa di posizione, Smarcamento, Transizioni, 1 contro 1 senza palla
- **TATTICO COLLETTIVO:**
/

OBIETTIVI SECONDARI:

Collaborazione con un compagno per risolvere il duello, Riattacco

MATERIALE UTILIZZATO:

coni, palloni, porta regolare

4 giocatori sono posizionati in corrispondenza dei 4 vertici di un rombo. Sul vertice alto viene posizionata una porta difesa dal portiere. Il vertice alto (6) decide dove muoversi per ricevere palla dal portiere; a destra o sinistra. 6 trasmette palla al giocatore laterale più vicino (7) che cambia gioco sul secondo laterale (2). 2 gioca 1 contro 1 con 4 che deve recuperare la posizione partendo alle spalle di 2. Se 4 recupera il possesso, gioca di sponda con il vertice alto 6 creando un duello 1 contro 1 (con 2) momentaneamente senza palla. **Variante 1:** il primo laterale che riceve, può decidere di scaricare palla sul vertice basso e creare un duello 1 contro 1 tra 4 e 2. Se il difendente 2 recupera palla, gioca di sponda con il laterale 7 per poi attaccare la porta. **Variante 2:** Se 4 conquista nuovamente il possesso gioca palla a 7 che affronta in duello 1 contro 1 il giocatore 6 che ha iniziato la sequenza.