

## Triangolo e un Difensore in un Quadrato

visione : missione : valori

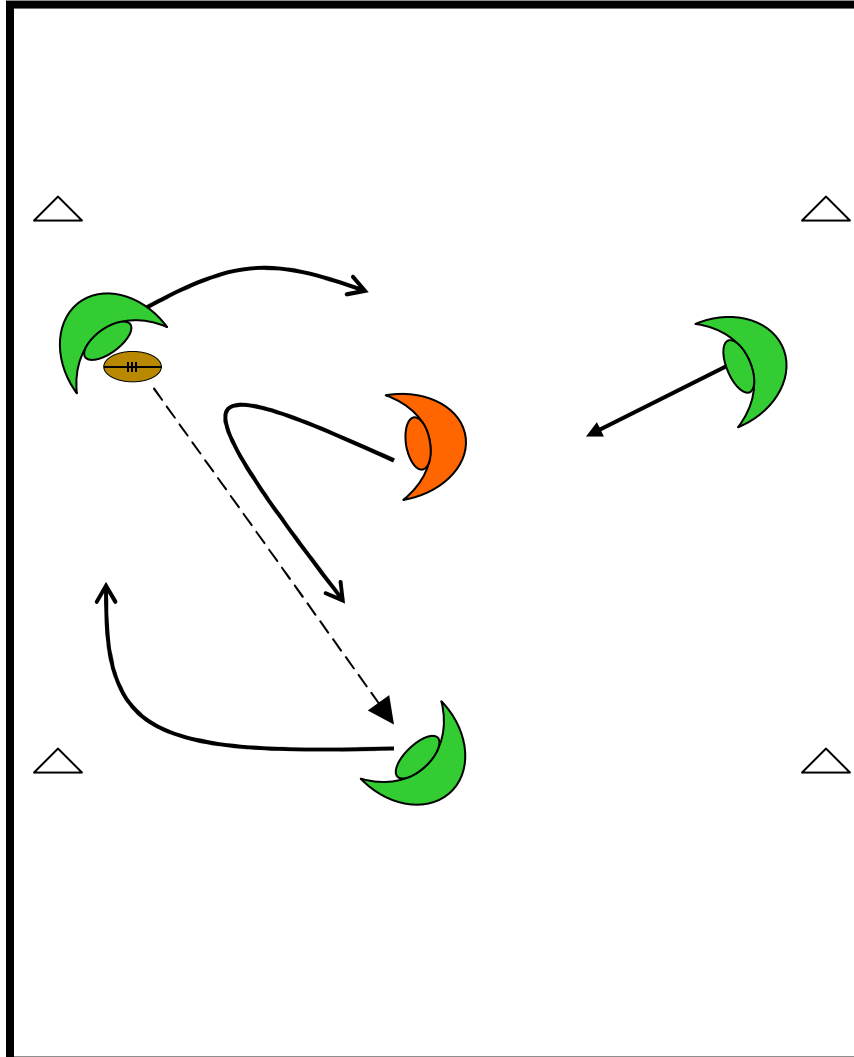
Abilità :	Familiarizzazione con il Pallone
Altre Abilità	Prendere e passare
	Identificazione dello spazio

### Spiegazione dell'esercizio:

- 3 giocatori (attaccanti) devono creare un triangolo ponendosi alla stessa distanza tra loro. Un giocatore ha la palla.
- Gli attaccanti devono passarsi tra loro, la palla.
- Un giocatore sta in mezzo al triangolo a fare il difensore. Deve provare ad intercettare la palla
- L'attaccante al quale viene intercettata la palla passa a difendere.
- Gli attaccanti devono correre dentro al quadrato (non accettare giocatori chi restano fermi)

### Estensioni:

- I giocatori devono prendere la palla con una mano
- I giocatori devono passare la palla con una mano



### Fattori Chiave (della Tecnica):

- Chiamare la palla
- Doppia W" con i mani - mani alte con dita larghe
- Mani e braccia distesi
- Occhi sempre sulla palla
- Provare a prendere la palla con dita morbide.
- Dopo un passaggio non abbassare i mani.