

Triangolo e un Difensore

visione : missione : valori

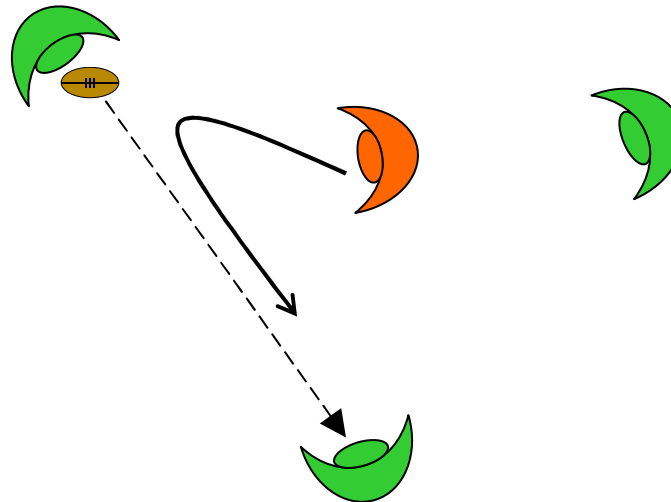
Abilità :	Familiarizzazione con il Pallone
Altre Abilità	Prendere e passare
	Identificazione dello spazio

Spiegazione dell'esercizio:

- 3 giocatori (attaccanti) devono creare un triangolo ponendosi alla stessa distanza tra di 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.

Sviluppo:

- I giocatori devono ricevere la palla con una mano
- I giocatori devono passare con una mano
- Cambiare il tipo di passaggio
- Cambiare il tipo di pallone



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.