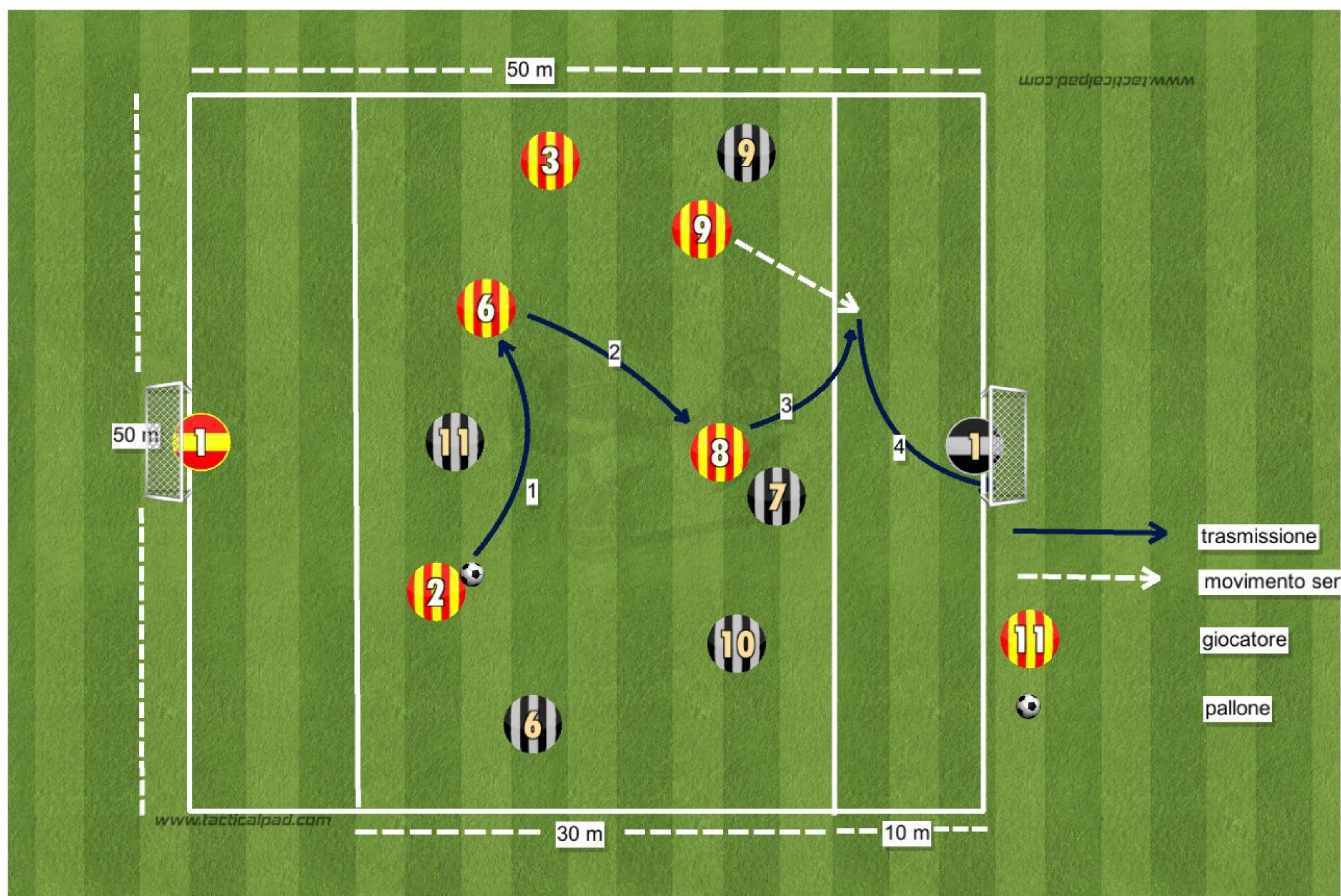


GIOCO IN PROFONDITA'



Giocatori
12

Spazio
50 X 50

Intensità

Durata
15'

Recupero

Ripetizioni

DESCIZIONE:

L'esercizio proposto consiste in una situazione di gioco semplice in cui due squadre composte da 5 giocatori ciascuna più il portiere, si confrontano in un campo di mt. 50x30. Viene segnata una linea parallela alla linea di fondo campo e distante da essa 10 mt. , creando così due zone "franche" dove può restare solo il portiere o un attaccante che entra nella zona per ricevere un passaggio in profondità, il tiro conclusivo dovrà essere effettuato di prima intenzione.

VARIANTE:

- L'azione si sviluppa entro un minimo di cinque passaggi consecutivi
- La linea dei 10 mt. vala anche come linea di fuorigioco

OBIETTIVI FORMATIVI:

Studio attivo della linea di fuorigioco, possesso palla e verticalizzazione. Movimento ad "incrocio" degli attaccanti.