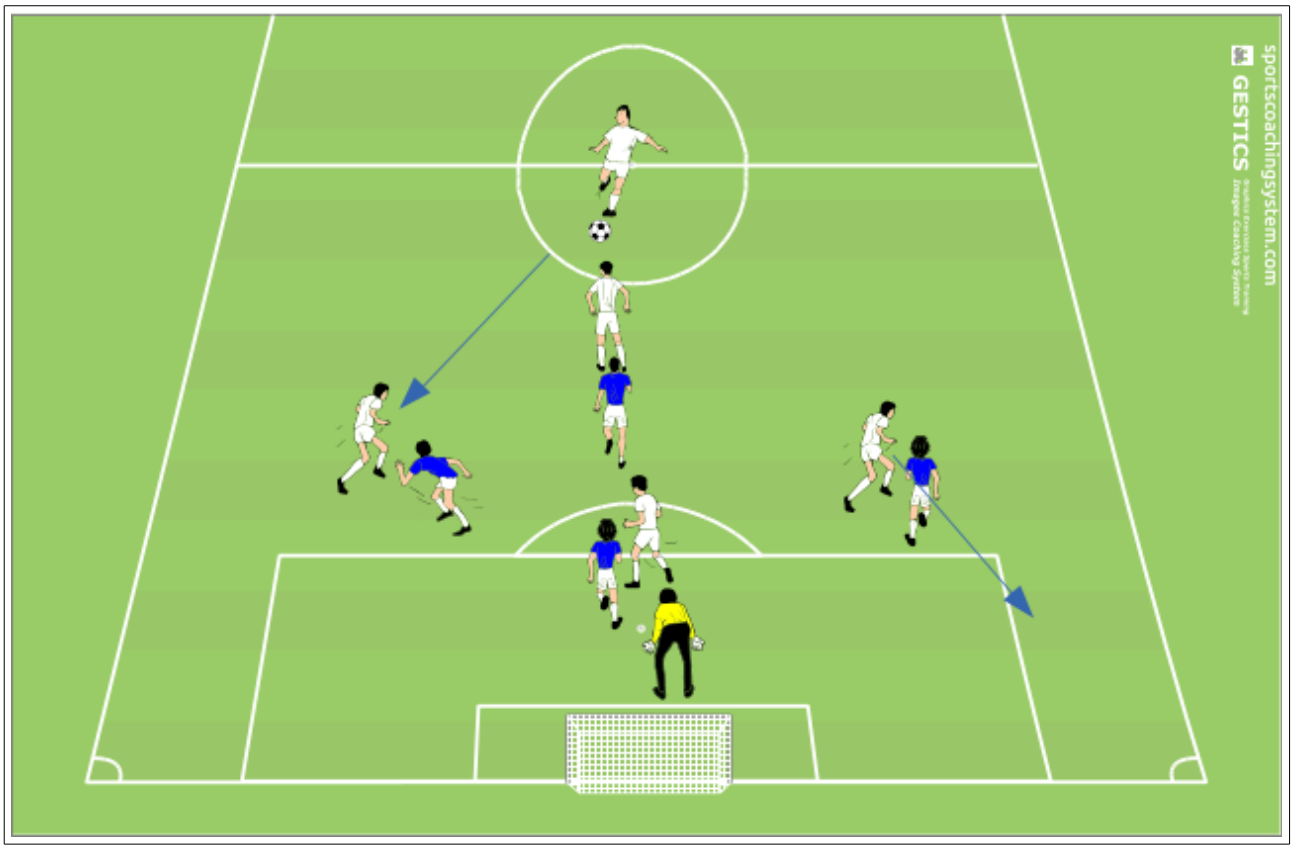
Calcio: Il regista avanza con la palla al piede e aspetta il movimento smarcante dei compagni



N° 1043 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE GESTICS SPORTS – CALCIO – HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM

DESCRIZIONE BREVE: Il regista avanza con la palla al piede e aspetta il movimento smarcante dei compagni. Una volta passata la palla ad un compagno il compagno realizza un gioco a muro
PARTENZA: da schema descritto ***SQUADRE:*** 2 squadre, 5 giocatori per squadra ***CAMPO:*** è quello delineato dalla disposizione del materiale ***SCOPO DEL GIOCO:*** eseguire al meglio il fondamentale di gioco interessato ed andare in goal ***DESCRIZIONE:*** si gioca cinque contro cinque. Il "regista" tiene la palla e avanza con essa al piede. Non appena un giocatore scatta per superare l'avversario che lo marca, gli altri giocatori devono fare lo stesso (osservando sempre la situazione intorno ad essi). Lo scatto è il segnale per il passaggio dal regista a uno dei compagni scattati in avanti, il quale deve ripassare sempre al regista finché l'azione d'attacco non è matura per una conclusione a rete. Suggerimento: Opera brevi scatti in una direzione poi cambia improvvisamente direzione. Questa tecnica irrita e confonde l'avversario, oltre a permetterti di superarlo in velocità e di aprire varchi nell'impianto difensivoCi si allena nello scambio delle posizioni. Ad ogni passaggio, i giocatori si spostano in una nuova posizione. Scambiando le posizioni, mantenendosi schierati su tutto il fronte di attacco, si creano dei varchi e si offrono alternative di gioco all'uomo in possesso del pallone, il quale può passare o inserirsi in un varco per ANDARE IN GOAL ***VITTORIA:*** vincono i giocatori che sommano il maggior punteggio
PUNTEGGIO: 1 punto per ogni componente che raggiunge lo scopo del gioco
MATERIALE: Un pallone per 10 giocatori, 4 bandierine d'angolo, coni o altri elementi di delimitazione. Maglie o pettorine rosse e azzurre

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 1043

TIPO DI GIOCO: esercitazioni (Esercizi di preparazione allo sport) PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione al calcio: attacco SCHEMI DINAMICI: 1) calciare CAPACITÀ COORDINATIVE: 1) capacità di accoppiamento e di combinazione motoria; 2) capacità di differenziazione spazio-temporale e dinamica; 3) capacità di anticipazione motoria CAPACITÀ CONDIZIONALI: 1) destrezza CICLO (ETÀ): 1) terzo ciclo (11 - 14 anni); 2) secondo ciclo 7 - 11 anni DURATA: media (Da 5 a 15 minuti) GIUDIZIO: ottimo