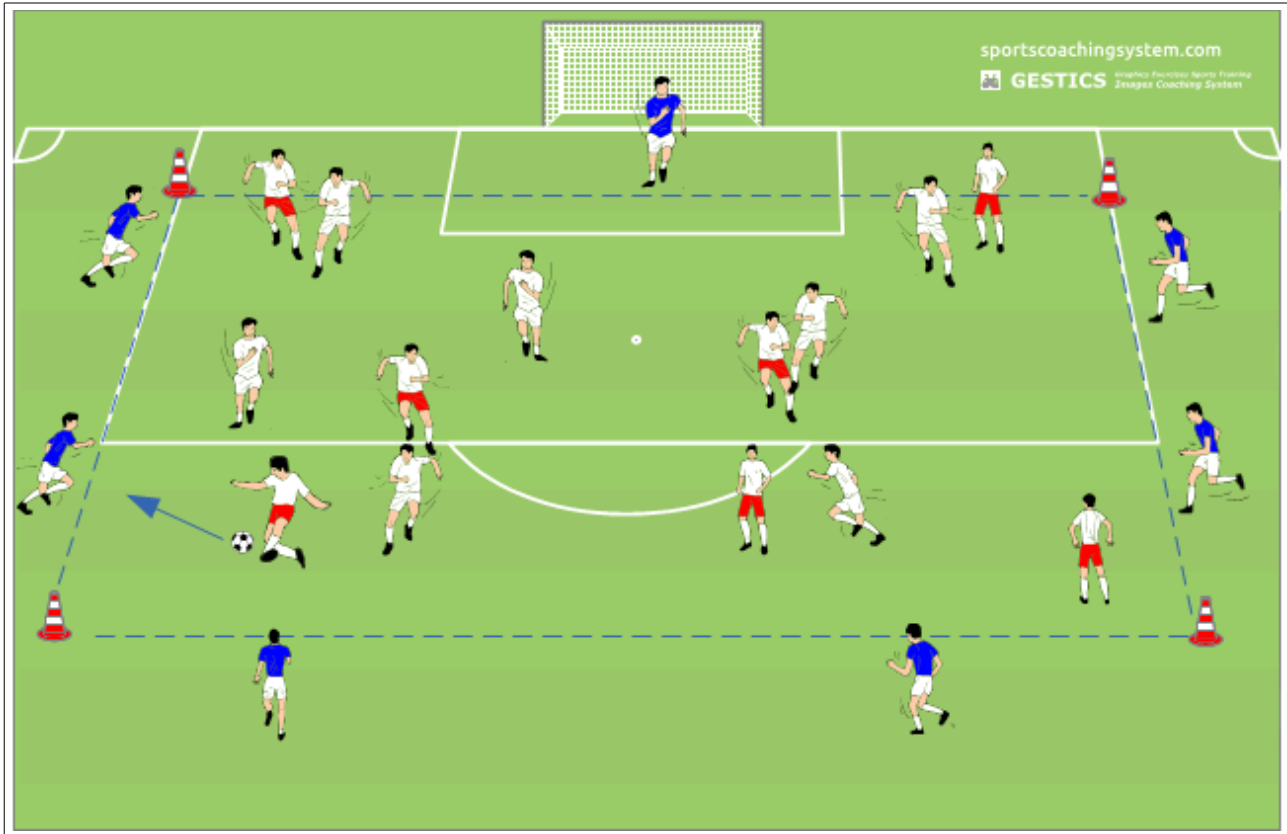


Calcio: sponde esterna



N° 1015 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS - CALCIO - HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM)

DESCRIZIONE BREVE: completare un uno due con le sponde per fare un punto.

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: 3 squadre

CAMPO: circa m. 20x20, solo l'area grande

SCOPO DEL GIOCO: fare punto

DESCRIZIONE: la squadra che ha la palla deve riuscire a completare un uno due con le sponde per ottenere un punto.

MATERIALE: 4 birilli e un pallone.

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 1015

TIPO DI GIOCO: esercitazioni (Esercizi di preparazione allo sport)

PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione al calcio: il passaggio (generale)

SCHEMI DINAMICI: 1) correre; 2) calciare

CAPACITÀ COORDINATIVE: 1) capacità di accoppiamento e di combinazione motoria

CAPACITÀ CONDIZIONALI: 1) destrezza

CICLO (ETÀ): secondo ciclo (7 - 11 anni)

DURATA: media (Da 5 a 15 minuti)

GIUDIZIO: normale