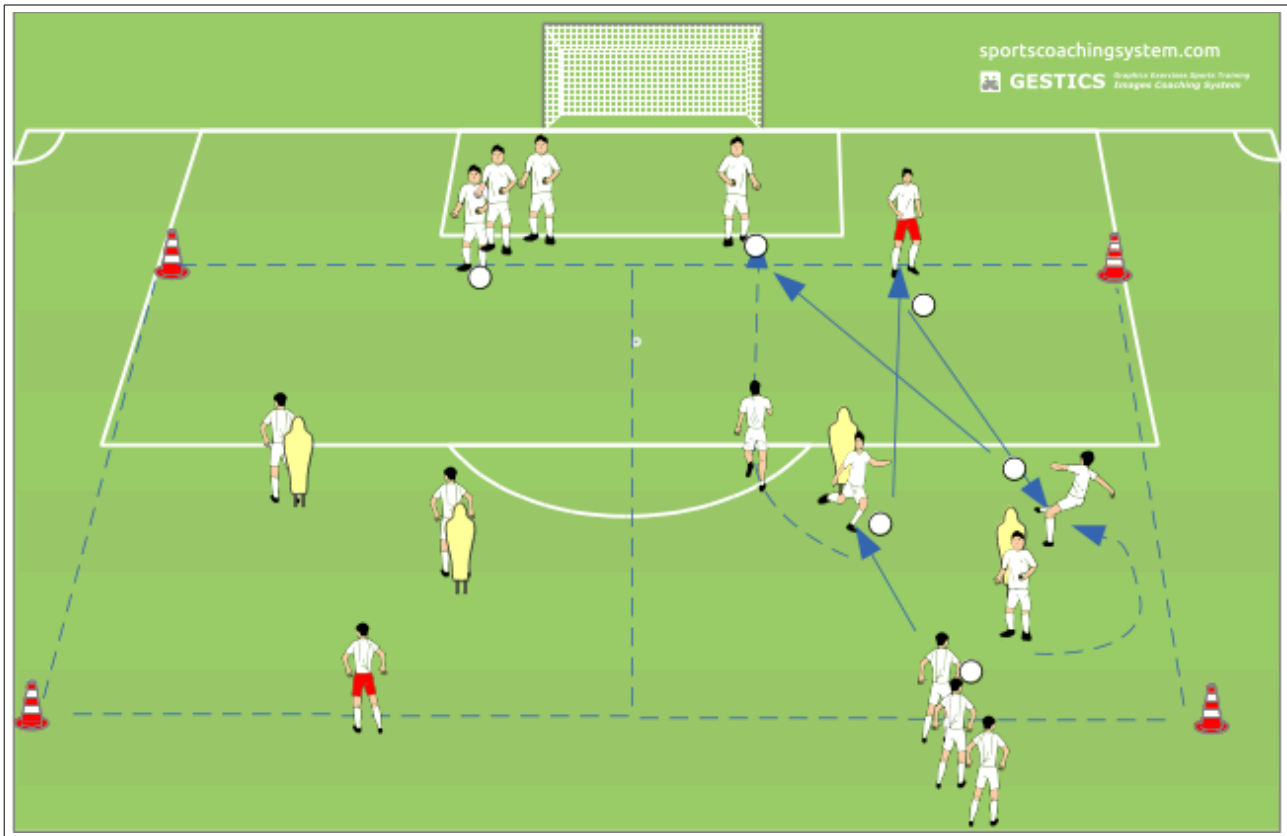


Calcio: uno due e scatti



N° 1012 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM) - CALCIO - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM)

DESCRIZIONE BREVE: bisogna ottenere una profondità grazie a una serie di passaggi

PARTENZA: in gruppi

SQUADRE: non a squadre

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

SCOPO DEL GIOCO: ottenere la profondità

DESCRIZIONE: il portatore di palla passa la palla a un giocatore che gli sta venendo incontro. quando il giocatore che è cattato incontro al suo compagno, di prima, deve passare la palla ad un suo compagno che sta dal lato opposto del quadrato (luogo dell'esercizio) e intanto lui si girare scatta. Quando il compagno ha ricevuto palla e l'ha passata ad un altro giocatore verticalizza mandando in profondità il giocatore che prima era scattato.

MATERIALE: 2 sagome e 4 birilli

SCHEMA TECNICO DI GIOCO - Esercizio N° 1012

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

PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione al calcio: la profondità

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