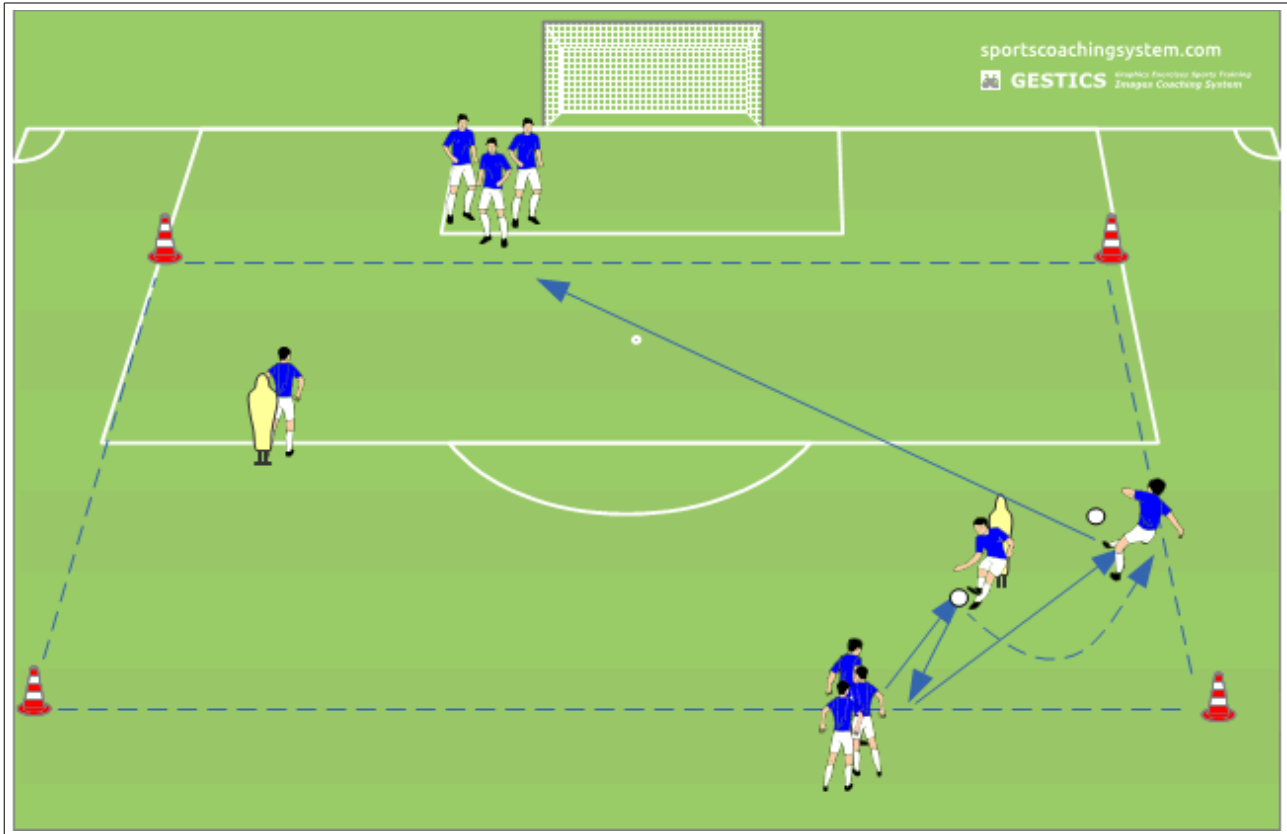


Calcio: uno due stop e cambio fascia



N° 1013 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM) - CALCIO - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM)

DESCRIZIONE BREVE: un giocatore dopo aver concluso un uno due si deve smarcare dalla sagoma per poi cambiare fascia.

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: non a squadre

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

SCOPO DEL GIOCO: smarcarsi e cambiare fascia

DESCRIZIONE: il giocatore che in possesso della palla deve concludere un uno due con il giocatore che "è marcato" dalla sagoma. Dopo aver fatto l'uno due il giocatore marcato si smarca, ricevendo nuova palla e cambia fascia ad un altro giocatore.

MATERIALE: 2 sagome e 4 birilli

SCHEMA TECNICO DI GIOCO - Esercizio N° 1013

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

PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione al calcio: lo smarcamento

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