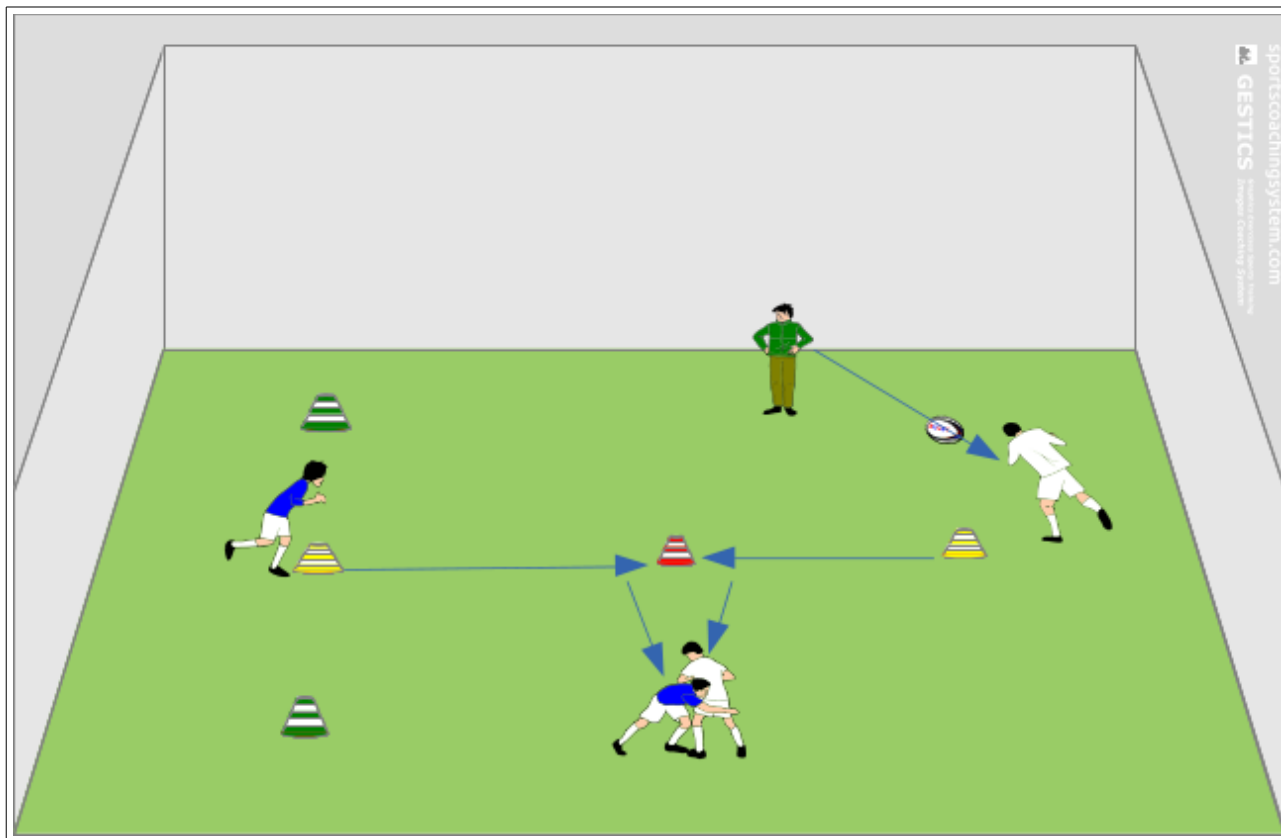


Rugby: inseguimento e placcaggio dell'attaccante



N° 7001 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS](http://www.sportscoachingsystem.com) - RUGBY - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportscoachingsystem.com)

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: non a squadre

CAMPO: qualsiasi campo

DESCRIZIONE: L'esercizio inizia quando l'allenatore passa la palla all'attaccante che, arrivato al cinesino rosso decide la direzione in cui avanzare per segnare la meta a uno dei due cinesini verdi; nel frattempo il difensore segue l'attaccante e cerca di placcarlo dopo il cambio di direzione

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 7001

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

PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione al rugby: Placcaggio

SCHEMI DINAMICI: 1) correre

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

CAPACITÀ CONDIZIONALI: 1) destrezza

CICLO (ETÀ): 1) secondo ciclo (7 - 11 anni); 2) terzo ciclo 11 - 14 anni

DURATA: media (Da 5 a 15 minuti)

GIUDIZIO: normale