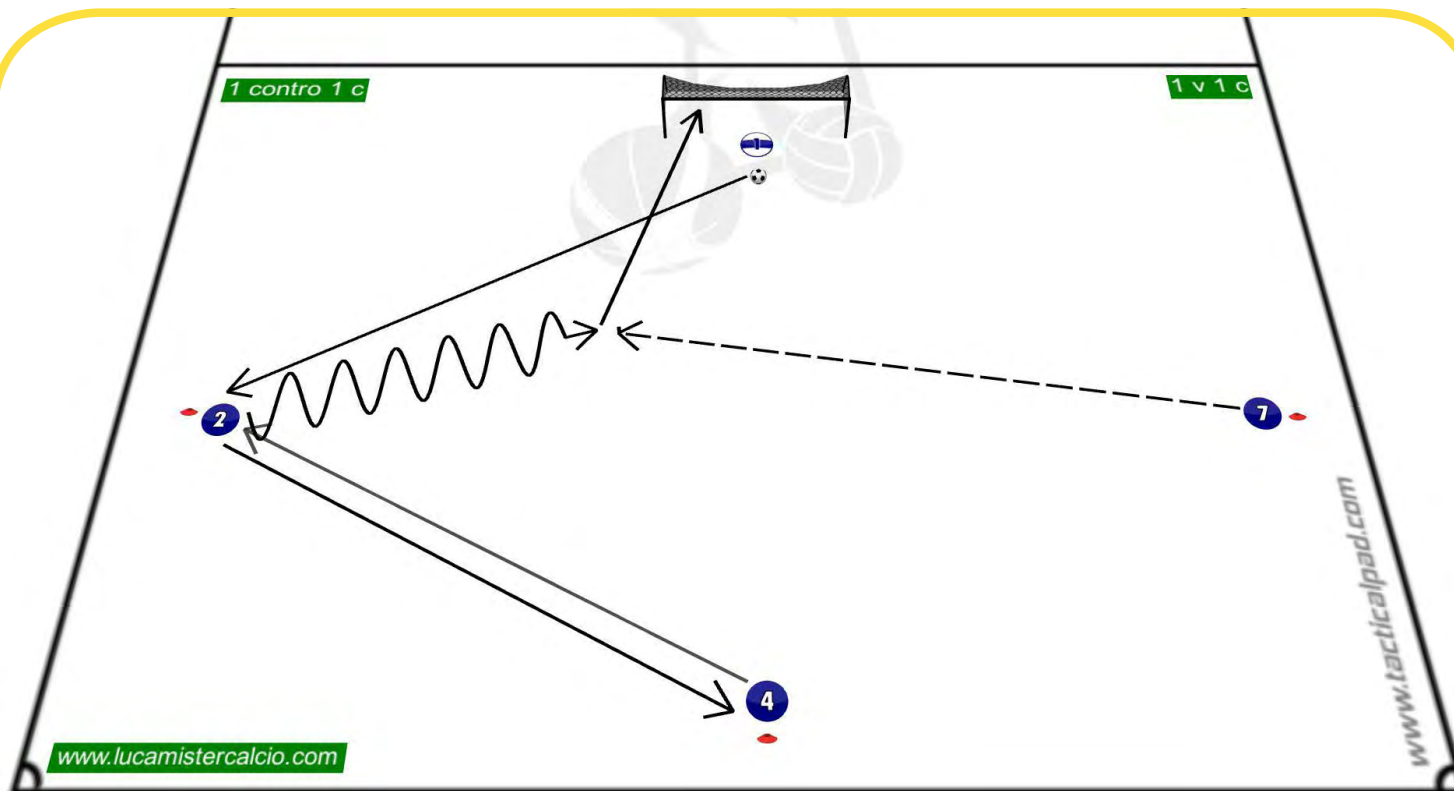


Progressione 1 contro 1: esercitazione c



CATEGORIA:

U13/U14

NUMERO DI GIOCATORI:

4 giocatori (3 giocatori e 1 portiere)

OBIETTIVI PRINCIPALI

- **TECNICO INDIVIDUALE:**
Trasmissione, Ricezione
- **TATTICO INDIVIDUALE:**
Finte e dribbling, Intercetto, Marcamento, Smarcamento, Transizioni
- **TATTICO COLLETTIVO:**
/

OBIETTIVI SECONDARI:

Conclusione in porta

MATERIALE UTILIZZATO:

coni, palloni, porta regolare

3 giocatori sono posizionati in corrispondenza dei coni, 3 dei 4 vertici di un rombo. Sul vertice alto viene posizionata una porta difesa dal portiere. Il portiere decide a quale, tra i due giocatori laterali (2 o 7), trasmettere palla (2). Il ricevente deve giocare a muro con il giocatore centrale (4), prima di poter attaccare e concludere mentre il difendente cerca di prendere posizione e andare in marcatura prima del passaggio di ritorno. Si crea quindi un duello 1 contro 1 tra i due giocatori laterali. Se il difendente (7) recupera il possesso, deve giocare di sponda con il giocatore centrale e concludere l'azione dopo il passaggio di ritorno. Il difendente (2) è ora in marcatura nel duello 1 contro 1, inizialmente senza palla e può quindi cercare l'intercetto e attaccare a propria volta. **Variante:** se il difendente (2) recupera nuovamente palla, deve scaricare sul centrale (4) che affronta in duello 1 contro 1 frontale chi ha perso il possesso (7). Il giocatore in possesso ha due soluzioni: sfidare l'avversario individualmente, oppure giocare di sponda con il compagno libero, che, però, non può trattenere o portare palla, ma solo giocare di prima intenzione.