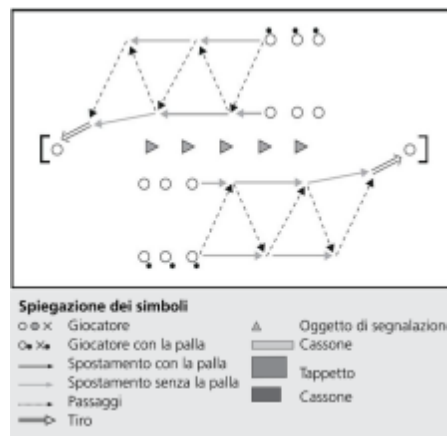


Smolball – Attaccare: Corridoio

In questo esercizio si allena il passaggio preciso in movimento con conclusione a rete. Si simula una situazione di gioco per permettere il maggior numero di passaggi e tiri in porta.

I giocatori si piazzano uno di fronte all'altro. Dividere la palestra in due con una demarcazione, per circoscrivere così il percorso.

Gli allievi si passano la pallina a vicenda, facendola o non facendola toccare per terra, e si avvicinano il più velocemente possibile alla porta. Quando si trovano a prossimità, cercano di concludere con un tiro a rete.



Varianti

- Passaggi solo a terra o in aria.
- Stabilire in anticipo il numero di passaggi.
- Introdurre un difensore passivo. • Introdurre un difensore attivo.
- Ogni rete vale un punto per la coppia o tutta la squadra.

Materiale: 2 porte, racchette, palline, demarcazione (paletti, eventualmente corda)

Fonte: Mischa Stillhart, docente alla SUFSM, Macolin e presso l'istituto BWZ di Rapperswil



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO