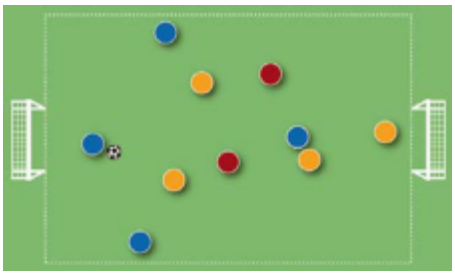
Calcio – Preparare reti in gruppo: Categoria E – 4 contro 4 + 2 jolly

Un esercizio che permette a Patrick di migliorare il gioco di squadra e l'applicazione dei principi di partita.

La squadra di Patrick gioca contro la squadra di Bruno. Reto e Nadine sono i jolly. Giocano con la squadra che possiede la palla. Dopo cinque minuti, discutono dei principi di gioco con l'allenatore. Oggi, decidono di osservare il principio «creare ampiezza e lunghezza». L'allenatore spiega il principio della «disposizione a forma di fiore». Non appena si entra in possesso della palla, il fiore si apre.



Dimensioni del campo: 20 × 30 m

L'attaccante si trova davanti e gli altri sono di lato. In questo modo, è possibile avere più tempo a disposizione e si diminuisce la pressione sui giocatori. Se si perde la palla, il fiore si richiude e tutti cacciano la palla in gruppo.

Varianti

- Diminuire il gruppo (3 contro 3 + jolly, 2 contro 2 + 2 jolly).
- Aumentare il numero di jolly (3 contro 3 + 3 jolly).
- Prescrivere o limitare il numero di contatti con la palla.
- Limitare il tempo disponibile per l'attacco.
- Modificare le dimensioni del campo (larghezza e lunghezza).

Materiale: palle, porte da calcio per bambini, casacche, cinesini

Fonte: Raphael Kern, responsabile calcio per bambini ASF, Knäbel Peter, direttore tecnico ASF, Bruno Truffer, capodisciplina calcio G+S

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO