

Calcio – Preparare reti in gruppo: Categoria F – 3 contro 1

In questo esercizio, Roberto impara a sfruttare una situazione di gioco in superiorità numerica.

Roberto, Giulio e Tommaso partono dalla linea di porta. Cercano di escludere Gianni per ottenere un gol diretto. Dopo la rete, gli attaccanti passano la palla di lato oppure oltre la linea di porta. Ora sono Gianni, Alex e Daniele ad attaccare. Se Gianni riesce a intercettare la palla mentre è in inferiorità numerica, può cercare di segnare una rete da solo.



Dimensioni del campo: 10 x 20 m

Varianti

- 3 contro 0 a tempo e con compiti (ciascuno deve toccare la palla e tiro diretto in porta, ev. cambiare posizione).
- 3 contro 0 controcorrente. Quale delle due squadre riesce a fare un gol per prima?
- 3 contro 1 + 1: quando un attaccante tocca per la prima volta la palla, Alex (difensore) parte 3 metri dietro gli attaccanti.
- 3 contro 1 + 2: in aggiunta, Daniele parte di lato (5 metri di distanza dalla linea laterale).
- 3 contro 2 + 1: come sopra.
- Compiti: limitazione temporale, solo gol diretti, l'avversario può solo difendere una determinata zona.

Osservazione: cercare di stimolare la riflessione dei bambini ponendo domande. «Quando si passa la palla da fermi e quando la si passa mentre si corre?», «Qual è la migliore formazione?», «Quando si esegue il primo passaggio?».

Materiale: palle, cinesini, casacche, 4 piccole porte

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