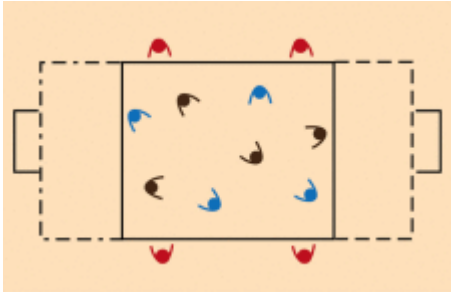


Calcio: Quattro

In questo esercizio gli allievi imparano il gioco di squadra. Per vincere bisogna riuscire a fare il maggior numero di passaggi con i propri compagni.



Due gruppi di otto giocatori ognuno. Solo quattro di loro giocano in modo attivo. Cambio ogni due minuti. In un campo di 25 x 25 metri il gruppo che entra in possesso della palla cerca di fare il maggior numero di passaggi (dopo 5 passaggi viene assegnato un punto). Due jolly (che non appartengono a nessuna squadra) si muovono lungo le linee laterali e aiutano la squadra che ha la palla ad effettuare il maggior numero di passaggi.

Variante

A cinque metri dalle linee di fondocampo di trovano due porte difese ognuna da un portiere.

Fonte: Insetto pratico «mobile» 50/2009, Reto Aebi, Bruno Truffer



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO