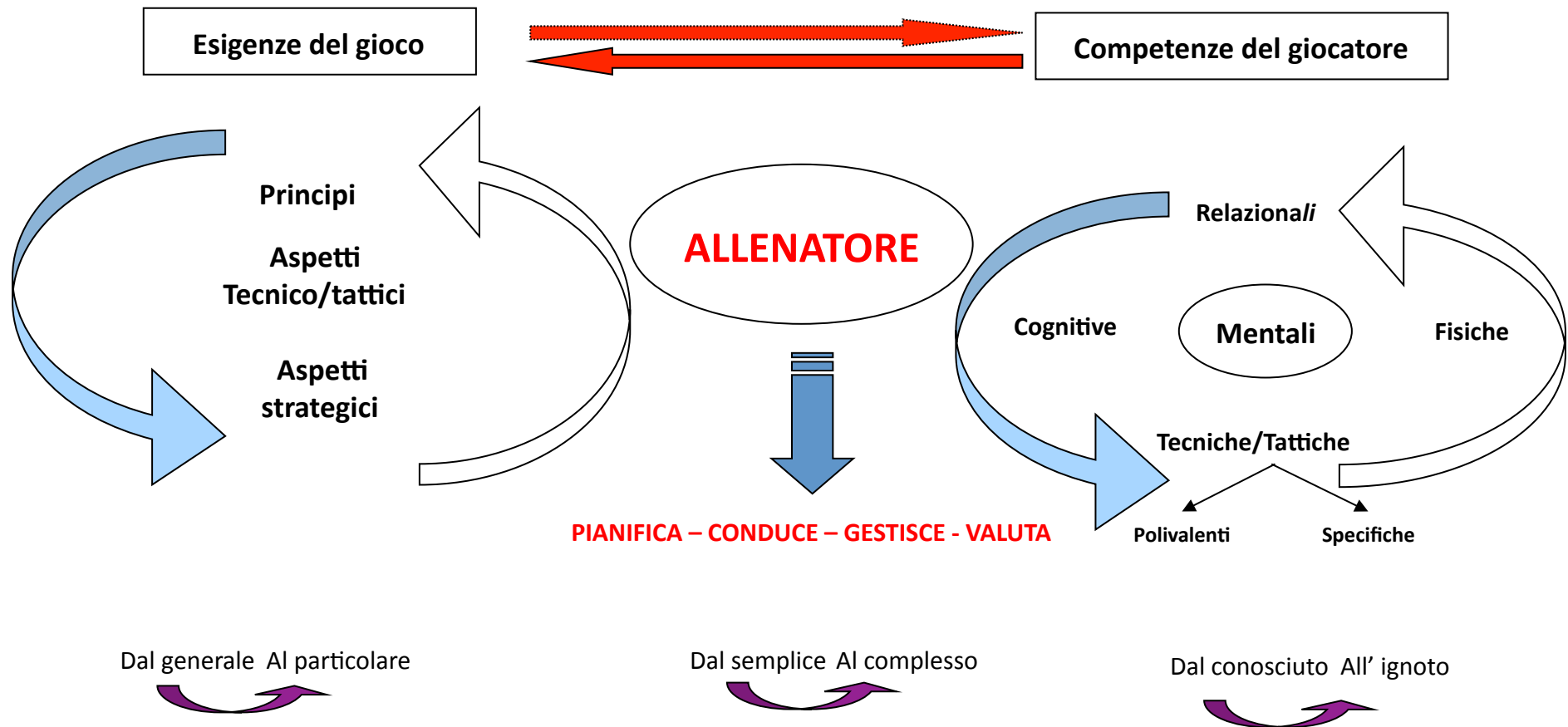




# **ALLENARE I GIOCATORI A ESSERE EFICACI NEL GIOCO**



# ALLENARE I GIOCATORI A ESSERE EFFICACI



## IL GIOCO

### PRINCIPI

- AVANZARE – PRESSARE
- SOSTENERE
- CONTINUARE ad avanzare e pressare

### CONQUISTA

### MOVIMENTO DEL GIOCO EFFICACE

- Avanzamento e continuità conservando la velocità

### DISTRIBUZIONE IN CAMPO

- Vita della palla
- Spazio esterno
- Sostegno asse
- Spazio interno



ABILITA' COLLETTIVE

- Mischia ordinata
- Rimessa laterale
- Restart

- Distribuzione e redistribuzione permanentemente utile
- Come giocare
  - Davanti alla difesa
  - Nella difesa
  - Oltre la difesa

## I GIOCATORI

### I GIOCATORI DEVONO CHIEDERSI NEL GIOCO

- DOVE SONO
- COSA FACCIO PER ESSERE EFFICACE?
- COME LO FACCIO?

ABILITA' INDIVIDUALI POLIVALENTI

### SUL PALLONE

#### • PORTATORE

- Correre per:
  - Creare spazio
  - Conservare spazio

- Passaggi
- Gioco prima del contatto
- Continuità a contatto

- SOSTEGNO DI CONTINUITA'
  - Continuità sul P.I.

### SULLO SPAZIO

#### • SOSTEGNO DI RIUTILIZZO

- Ripiazzamento utile
- Linee di corsa (Fissazioni)
- Decision making
- Trailing
- Calciare
- Contrattacco

Abilità specifiche per ruolo

## ATTACCO

### COME ALLENARE I GIOCATORI A ESSERE EFFICACI NEL GIOCO?

ABILITA' COLLETTIVE

- 1- Movimento generale (es. 15 c 15)
- 2- Collettivo parziale attacco (es. 8 c 8)
- 3 - Reparto

ABILITA' INDIVIDUALI POLIVALENTI

- Gioco di sovrannumero (2vs1, 2vs1+1, 3vs1+1 etc...)
- Gioco di parità numerica (superamento di linea e con la seconda linea di attacco) (3vs3, 2+1vs2, 3+2vs3 etc...)
- Lavori portatore-sostegno "dentro la difesa" (1+1vs2, 1+2vs2+1 etc...)
- Lavori portatore-sostegno "oltre la difesa" (1+1vs2, 1+2vs2+1 etc...)
- Lavori specifici sul punto d'incontro (palla in mano, palla a terra)

Abilità specifiche per ruolo

