

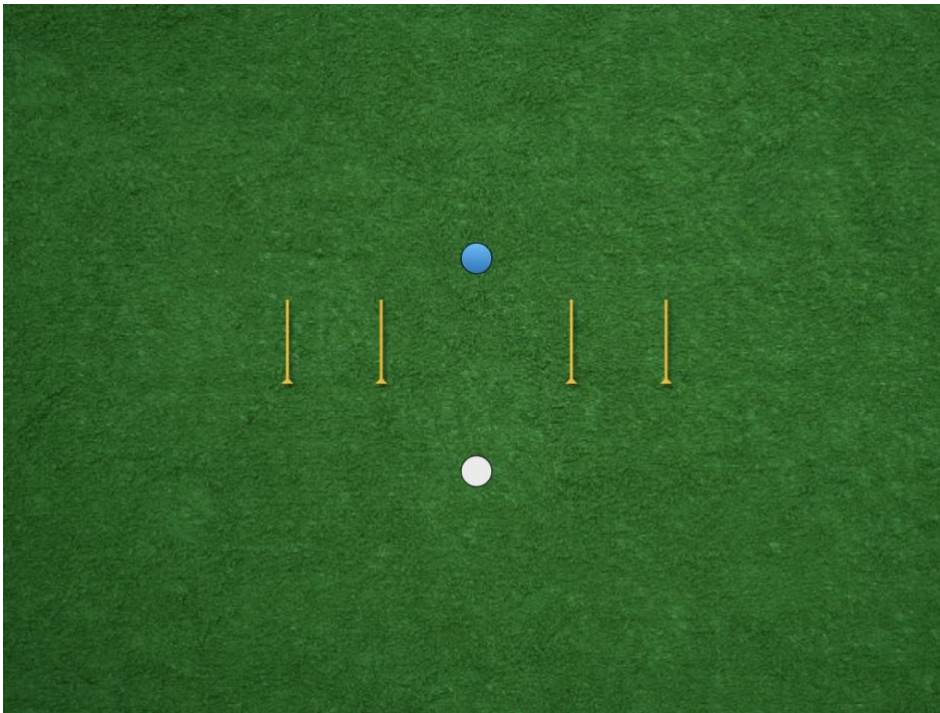
Allenatore:

Nicolò DATTOMA

Categoria:

Pulcini

1 vs 1 motorio



Obiettivi:

Coordinativo – motorio
Velocità di azione
Percezione spazio – tempo
Capacità di equilibrio
Capacità di reazione

Materiale:

Casacche
Paletti

Descrizione:

Attività a coppie. Predisporre tante stazioni quante coppie di giocatori.

I due giocatori si posizionano frontalmente, e, tra loro, inserire due porticine larghe con i paletti.

A turno, saranno uno attaccante e uno difensore.

L'attaccante, per fare punto, deve entrare in una porticina libera; il difensore dovrà occupare la porticina per non fare entrare l'attaccante.

Ogni volta che l'attaccante varia la linea di una porticina è punto.