

ALLENARE LA TATTICA PER IL MODULO 4-4-2

La tattica è sinonimo di risolvere le problematiche che i giocatori affrontano durante le gare sia in fase di possesso che non. Fondamentale è la preparazione settimanale che il "coach" investe nel proporre esercitazioni tecniche/ tattiche nei vari reparti, dettando un suo pensiero di gioco. L'esercitazione in oggetto, propone il 6>4, quattro difensori, più il portiere in fase difensivo, contro sei: due punte e quattro centrocampisti.



Obiettivi: Allenare e migliorare i reparti nel sistema di gioco utilizzato:

Allenare la tecnica di base: il calciare, il passaggio e lo stop.

ALLENARE LA TATTICA PER IL MODULO 4-4-2



Sviluppo L'esercitazione inizia con il portiere che rinvia il pallone calciando verso un centrocampista, il quale, avrà il compito di stoppare la sfera, dando inizio alla fase offensiva. L'azione offensiva richiesta, dovrà essere in volta in volta finalizzata e velocizzata come una ripartenza, in superiorità numerica. I quattro difensori, a secondo dello sviluppo del gioco avversario, possono attivare/allenare diverse tattiche di blocco a difesa della porta.

Punti Allenanti

I giocatori curano e eseguono diverse tipi di controllo palla dal rinvio portiere.

I portieri si esercitano a calciare con accuratezza.

Il reparto difensiva si abituano ai movimenti in sincronia.

Il reparto offensiva collaudano azioni tattiche individuali e in collettività.

ALLENARE LA TATTICA PER IL MODULO 4-4-2

IL MODULO CLASSICO “IN LINEA” IL NUOVO E-BOOK IN PDF DI TOPALLENATORI

MODULO 4 4 2

IL SISTEMA DI GIOCO



È il modulo più comune nel calcio odierno. La tipologia di 4-4-2 più diffusa e popolare è quella detta **in linea**. Si definisce in tal maniera poiché i giocatori in ogni reparto del campo (difesa, centrocampo, attacco) si dispongono in linea

retta. A differenza della variante successiva, ovvero quella del rombo, il 4-4-2 in linea è un modulo che predilige il gioco sulle fasce. All'interno di questo nuovissimo e-book, l'autore vi illustra gli esercizi in circuito per allenare questo sistema di gioco

Autore: La Camera Luciano

Mail: Topallenatori@gmail.com

<http://www.topallenatori.it/e-book/>

ALLENARE LA TATTICA PER IL MODULO 4-4-2



[Acquista l'ebook 4 4 2](#)

TOP



Allenatori

schemi e risorse utili per allenatori di calcio