



PARTITE TECNICHE TATTICHE CONDIZIONALI DURANTE LA SEDUTA

DEL MARTEDÌ

I mezzi allenanti specifici e non, che si propone durante le sedute di lavoro con gli atleti devono ricercare tutte le caratteristiche da riportare in gara:

Intensità di gioco, presenza di avversari, soluzioni offensive/difensive...

Uno dei mezzi per addestrare/migliorare le capacità globale dei ragazzi è **la partita a tema**.

Oggi vi propongo, una mia proposta estratto da una seduta del martedì pomeriggio con i Giovanissimi nazionali Giana Erminio 2000.

Sviluppo

In un rettangolo 40 x 30 si gioca un 8>8 con due porte senza portieri, massimo due tocchi, gol valida se la sfera calciato tocca per prima la rete interna della porta, e tutta la squadra ha superato la metà campo.

Tempi di lavoro 7' svolto in tre serie con 1' di recupero



Valutazione

Le regole indotte agli atleti in possesso palla, crea una stretta collaborazione tra di loro, movimenti rapidi che si trasformano in triangolazioni, passaggi uno - due, o addirittura in passaggi di prima. La regola della validità del gol, li spinge a calciare con forza, e avere sempre la squadra corta e compatta. Non ci sono tempi morti, in quanto, appena la sfera va fuori, si inizia da uno dei due mister che immette un pallone.

LUCIANO LA CAMERA UEFA B

MAIL: topallenatori@gmail.com

Fonte: www.topallenatori.it

www.topallenatori.it



Topallenatori news

*Il nuovo e-book "Modulo 4-4-2" mette in risalto due metodi di lavoro che l'autore mostra: **La Croce e il Doppio quadrato***

Un e-book da 15 goal a stagione: Molti gol vengono segnati direttamente o sugli sviluppi di una situazione di palla inattiva. Ogni stagione, quasi un terzo delle reti realizzate proviene dagli sviluppi di questa tattica a palla ferma.



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