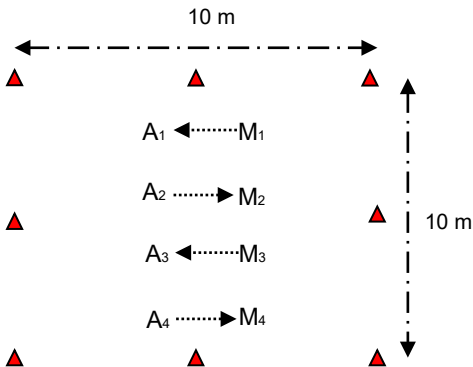




Arance contro mele



Legenda:

- Passaggio del pallone
- Corsa del giocatore

Numero Conetti: quanto basta per contornare terreno di gioco.

Numero palloni: tanti quanti sono le coppie di giocatori in campo



Arance contro mele



Obiettivo

Gioco per migliorare la concentrazione e reattività in funzione dell'evasione e della cattura degli avversari

Tag

U6, U8, U10, evadere, placcare, recupero





Arance contro mele



Descrizione

- Predisporre un rettangolo di gioco con due linee di meta.
- Disporre due righe di giocatori al centro del rettangolo di gioco una di fronte all'altra denominate Arance e Mele
- Per avviare il gioco l'allenatore chiama "arance" o "mele".
- Se sono chiamate, ad esempio, le Mele questi devono scappare verso la loro area di meta senza farsi toccare dagli avversari



Punti Chiave

- Assicurarsi che il tocco avvenga con due mani sotto la vita (predisporre ad una possibile evoluzione del gioco verso il placcaggio)

Varianti

1. Modificare la posizione dei giocatori:
 - coricati per terra pancia o schiena
 - seduti
 - in ginocchio
2. Variante con il placcaggio frontale oppure di dietro. Nel caso del frontale i giocatori devono correre verso l'area di meta dell'avversario.