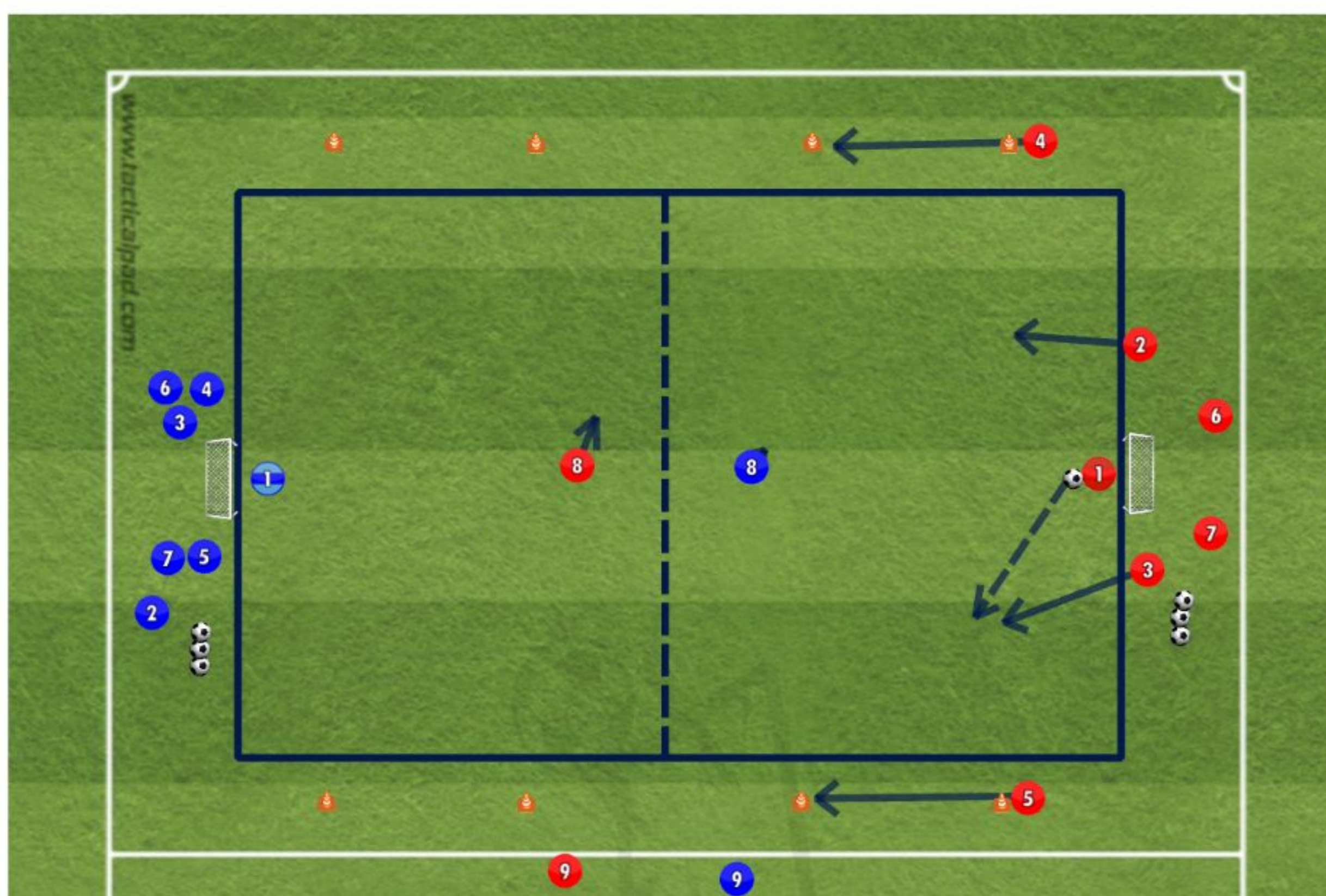


ANIMAZIONE 2



ESERCITAZIONE INTEGRATA 3vs2 : In questa esercitazione, da eseguire per il tempo stabilito dal Mister, abbiamo due squadre disposte come nel video in un campo diviso in 2 Settori, con ognuna delle due squadre che dispone un proprio attaccante (il n. 8) nella metà campo opposta.

Si inizia con la rimessa del portiere che serve uno dei due giocatori che partono dai lati della propria porta, mentre altri due giocatori vanno ad eseguire dei "vaiu e torna" tra i coni fuori dalla propria metà campo.

Il giocatore che riceve palla, affrontato dall'attaccante avversario (situazione iniziale di 2vs1), dovrà servire il proprio attaccante nella metà campo opposta che a sua volta dovrà giocare sull'altro compagno non appena questi sarà entrato nella metà campo avversaria . A questo punto la squadra avversaria farà uscire 2 difensori dai lati della propria porta attivando una situazione di 3vs2.

Valgono le seguenti regole :

- In caso di riconquista (PRIMA PARTE DEL VIDEO) i due difendenti (i blu nell'esempio) giocheranno in appoggio al proprio compagno nella metà campo avversaria attivando a loro volta un 3vs2 contro i due elementi che nel frattempo eseguivano il "vai e torna" tra i coni i quali, pertanto, dovranno guadagnare la posizione per poter evitare il gol. In questo caso il gol vale doppio.
- Se il passaggio viene intercettato dall'attaccante nella metà campo avversaria (SECONDA PARTE DEL VIDEO) il giocatore potrà andare alla conclusione a rete entro il tempo massimo di 5 secondi. In questo caso i due giocatori che hanno perso palla saranno costretti ad eseguire, a titolo di penalità, una serie di "vai e torna" tra i coni, e per il numero di volte stabiliti dal Mister, unitamente ai propri compagni che nel frattempo erano anch'essi andati ad eseguire i "vai e torna" in attesa di eventuale perdita del possesso nella metà campo avversaria. In questo caso il gol vale triplo.
- In caso di gol nell'azione di 3vs2 (TERZA PARTE DEL VIDEO) i due difendenti saranno costretti ad eseguire, a titolo di penalità, una serie di "vai e torna" tra i coni, e per il numero di volte stabiliti dal Mister.

Vince la squadra che al termine del tempo stabilito avrà realizzato più gol.