

IL GIOCO IN FASE OFFENSIVA NEL MODULO 4-4-2



Descrizione

In due quadrati di 10x10 metri si svolgono un 3 c 1, l'avversario rosso è semi attivo. Il giocatore C (centrocampista centrale) si muove in appoggio per essere servito, il quale dopo un controllo orientato, vede e effettua un lancio sulla corsa di Dx. Dx controlla e guida la sfera verso il fondo campo, per crossare in area. Al momento del lancio effettuato dal centrocampista, i due attaccanti con movimenti di sovrapposizione o incroci vanno verso l'area per concludere.

- Il centrocampista riceve palla solo dopo 5 passaggi consecutivi
- Il possesso palla viene effettuato a volo o solo di testa
- Il segnale per l'inserimento dei terzini è il controllo orientato

ALLENARE LA TATTICA PER IL MODULO 4-4-2

Il nuovo Ebook

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.

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 finalizzato e velocizzato 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.

IL MODULO CLASSICO "IN LINEA"

IL NUOVO E-BOOK IN PDF

DI TOPALLENATORI

Questo nuovo ebook in formato PDF vi propone un "training" diverso In ottica tattica dandovi spunti interessanti con il metodo Circuito...

<http://www.topallenatori.it/modulo-4-4-2/>

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

TOP  **Allenatori**
schemi e risorse utili per allenatori di calcio