

I MURI



12 minuti



6x6 metri



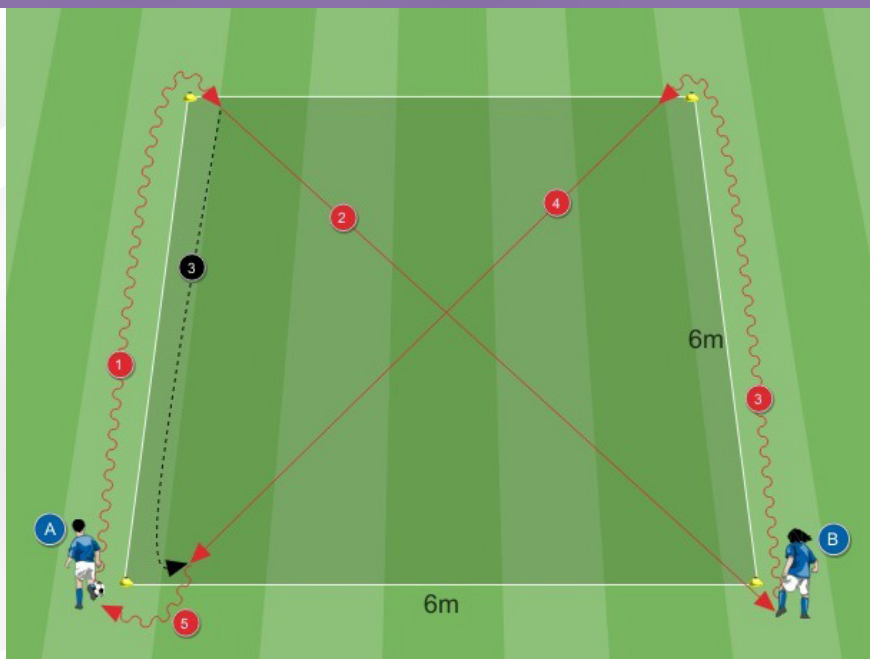
2 giocatori

Descrizione

Si svolge un'attività tecnica a coppie che alterna conduzione, passaggio e ricezione di palla. Ogni coppia impegnata nell'attività utilizza un pallone. Si gioca su di un quadrato di lato 6 metri.

Regole

- I giocatori "A" e "B" iniziano la sfida agli angoli del quadrato di gioco (come da figura). Al via della prova, "A" conduce la palla oltre il delimitatore posizionato davanti a lui e la trasmette al compagno "B" correndo poi verso il punto di partenza. "B", una volta ricevuta palla, esegue lo stesso compito tecnico/motorio. Si totalizza un punto per ogni passaggio effettuato tra i 2 giocatori. Si conta il numero di punti che ogni coppia riesce a realizzare in un minuto. Ogni turno di gioco viene vinto dalla coppia che riesce a totalizzare il maggior numero di punti (passaggi) nel minuto previsto dall'attività.
- Affinché il punto venga considerato valido, passaggio, ricezione e conduzione di palla vanno eseguiti passando all'esterno del lato sul quale gioca ogni partecipante all'attività: considerandolo come un "muro da aggirare".
- Nel caso in cui il passaggio venga compiuto in modo errato e la palla superi il lato sul quale si gioca (muro) oppure il controllo di palla e la conduzione della stessa vengano svolti in modo sbagliato attraversando il lato di competenza, l'azione viene comunque portata a termine senza tuttavia contare come valido il passaggio realizzato al proprio compagno: non si può tornare indietro per svolgere correttamente la sequenza, ogni errore annulla di fatto il tentativo di punto appena effettuato.



IL GUADO



12 minuti



6x6 metri



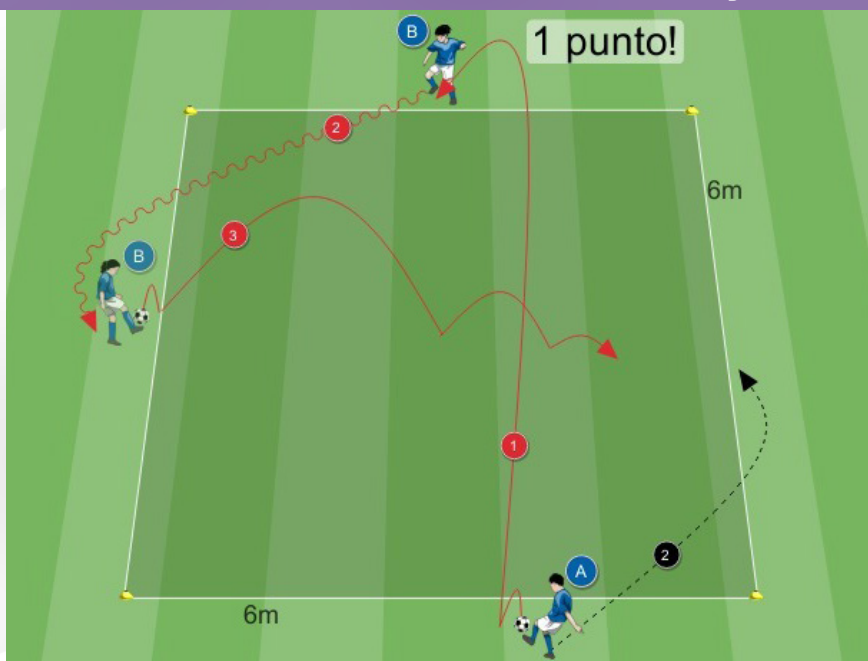
2 giocatori

Descrizione

Si svolge un'attività tecnica a coppie che alterna passaggio al volo e ricezione di palla. Ogni coppia impegnata nell'attività utilizza un pallone. Si gioca su di un quadrato di lato 6 metri.

Regole

- I giocatori "A" e "B" iniziano la sfida su 2 lati opposti del quadrato di gioco (come da figura). Al via della prova, "A" alza la palla da terra e la trasmette a B cercando di non farla rimbalzare all'interno del quadrato. "B", una volta ricevuta palla la conduce oltre uno dei due lati del quadrato adiacenti a quello oltre il quale ha ricevuto palla e riprende l'azione tecnica trasmettendo il pallone ad "A" (che nel frattempo si è posizionato sul lato opposto rispetto a quello scelto dal proprio compagno di squadra). Affinché il punto venga considerato valido si prendono in considerazione 2 dettagli tecnici:
 - La palla deve essere alzata da terra prima di essere trasmessa, non vale l'esecuzione dello "scavetto".
 - Il primo tocco di "B" in seguito al passaggio del compagno va eseguito prima che la palla tocchi terra (ed all'esterno del quadrato di gioco: il "guado" da superare) oppure anche sul primo contatto a terra (gesto definito in modo gergale: "drop"), non viene considerato valido il controllo in seguito al rimbalzo del pallone.
- In ogni momento della sfida tecnica è fatto divieto di toccare la palla con le mani, pena l'annullamento del tentativo in atto.
- In caso di errore nelle trasmissioni e punto non valido, il gioco procede variando comunque il lato di gioco.
- Si totalizza un punto per ogni passaggio corretto effettuato tra i 2 giocatori. Si conta il numero di punti che ogni coppia riesce a realizzare in un minuto. Ogni turno di gioco viene vinto dalla coppia che riesce a totalizzare il maggior numero di punti nel minuto previsto dall'attività.



IL GIRO DEL MONDO



12 minuti



6x6 metri



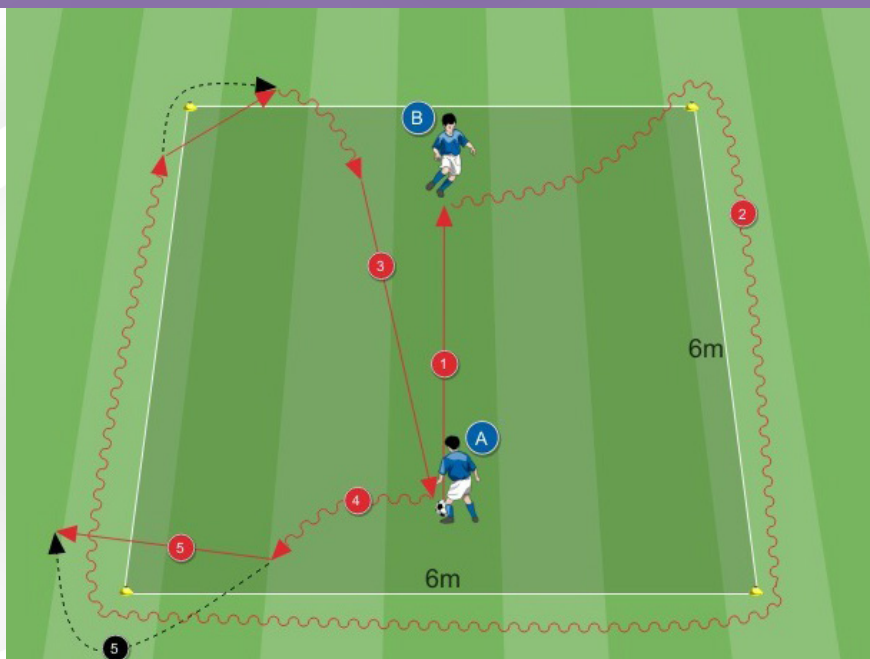
2 giocatori

Descrizione

Si svolge un'attività tecnica a coppie che alterna, passaggio, ricezione e conduzione di palla. Ogni coppia impegnata nell'attività utilizza un pallone. Si gioca su di un quadrato di lato 6 metri.

Regole

- I giocatori "A" e "B" iniziano la sfida uno di fronte all'altro all'interno del quadrato di gioco. Per dare inizio all'attività, "A" effettua un passaggio a "B" che riceve palla ed esegue il giro esterno del quadrato di gioco avendo cura di uscire e rientrare attraverso il lato posto alle sue spalle. Una volta rientrato nel quadrato, "B" passa la palla ad "A" che a sua volta esegue lo stesso compito tecnico (uscendo e rientrando dal lato del quadrato definito alle sue spalle rispetto alla posizione di partenza).
- Il giocatore che conduce palla, per girare attorno agli angoli del quadrato, può scegliere se effettuare un auto-passaggio (facendo così passare la palla all'interno dello spazio di gioco) oppure procedere con la conduzione esterna rispetto ai delimitatori che definiscono il campo. Si specifica che il pallone deve uscire da ogni lato del quadrato di gioco: non è possibile effettuare la corsa su di un lato del quadrato senza aver toccato la palla da condurre almeno una volta.
- Si totalizza un punto per ogni passaggio completato tra i giocatori "A" e "B" (anche la prima trasmissione viene considerata come un punto valido). Si conta il numero di punti che ogni coppia riesce a realizzare in un minuto.
- Ogni turno di gioco viene vinto dalla coppia che riesce a totalizzare il maggior numero di punti nel minuto previsto dall'attività.



LA TRAPPOLA



12 minuti



6x6 metri



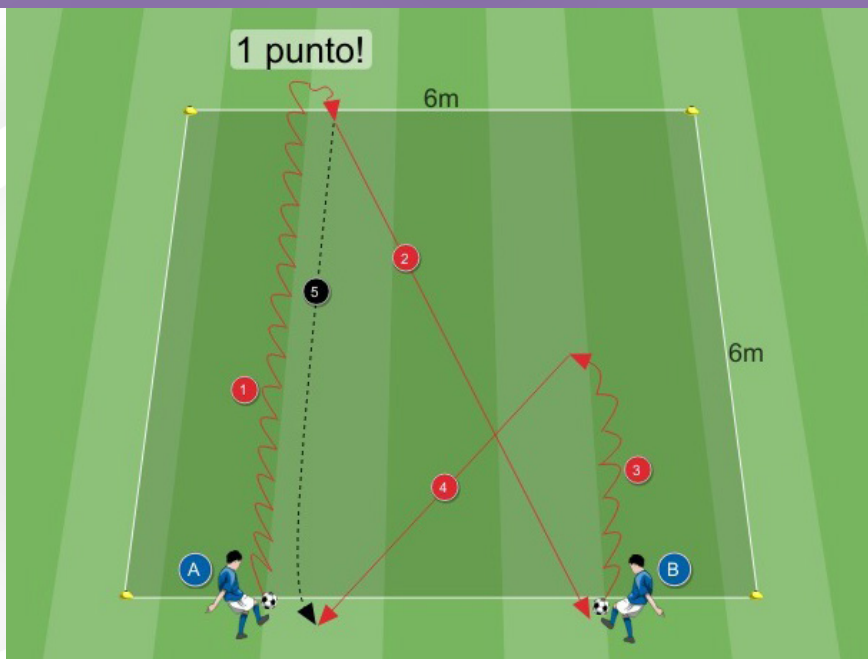
4 giocatori

Descrizione

Si svolge un'attività tecnica a coppie che alterna, palleggio, controllo, passaggio e ricezione. Ogni coppia impegnata nell'attività utilizza un pallone. Si gioca su di un quadrato di lato 6 metri.

Regole

- I giocatori "A" e "B" iniziano la sfida uno di fianco all'altro all'esterno di un lato del quadrato di gioco: la trappola da superare. Per dare inizio all'attività "A" palleggia attraversando il quadrato cercando di arrivare fino al lato opposto senza far cadere la palla a terra. Una volta eseguito il compito tecnico previsto, "A" trasmette palla a "B" e torna di corsa al punto di partenza. "B", ricevuta palla, esegue lo stesso compito tecnico realizzato da A. Se nell'azione di palleggio la palla cade a terra il tentativo di punto si interrompe ed il pallone va restituito al compagno.
- Il numero di palleggi da eseguire all'interno del campo non è definito: un giocatore, volendo, può anche calciare in aria il pallone e rincorrerlo oltre il lato opposto del quadrato di gioco (in questo caso, affinché il punto risulti valido, la palla deve essere toccata dal giocatore che l'ha calciata prima che tocchi terra od in contemporanea al primo tocco, non dopo il primo rimbalzo). In nessun momento del gioco la palla può essere toccata con le mani: se ciò avviene, il tentativo di realizzazione del punto viene annullato. Si totalizza un punto ogni volta che si riesce a superare lo spazio di gioco senza che il pallone rimbalzi come da indicazioni fornite.
- Si conta il numero di punti che ogni coppia riesce a realizzare in un minuto. Ogni turno di gioco viene vinto dalla coppia che riesce a totalizzare il maggior numero di punti nel minuto previsto dall'attività.



<https://www.figc.it/it/giovani/restart/>