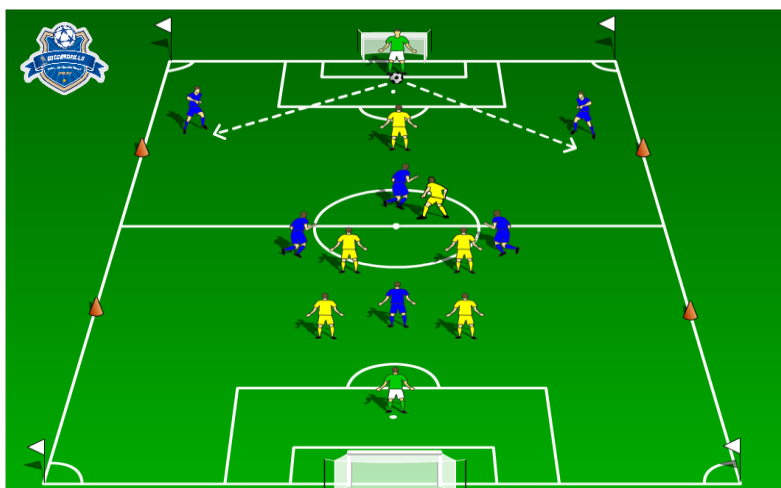


Θέμα

7v7 – Παιχνίδι Μικρών Διαστάσεων

Περιγραφή

Παιχνίδι 7v7 μικρών διαστάσεων που έχει σχεδιαστεί για να βελτιώνει τους παίκτες σε όλη την τεχνική και την τακτική επίγνωση.



Οργάνωση

- ✓ Χώρος 60x40 μέτρα.
- ✓ Παιχνίδι 7v7 με τις ομάδες σε σχηματισμό 1-2-3-1.
- ✓ Εισαγωγή μπάλας σε κάθε γκολ.
- ✓ Οφσάιντ στο τελευταίο τρίτο, με κώνους.
- ✓ Ο τερματοφύλακας ξεκινά το παιχνίδι ανά πάσα στιγμή με την μπάλα μέσα στην περιοχή.
- ✓ Όταν ο τερματοφύλακας ξεκινά ξανά το παιχνίδι, μόνο ένας αντίπαλος παίκτης επιτρέπεται να μπει σε αυτή.

Κλειδιά

- Αρχικές θέσεις 2 αμυντικών (4 & 5) - πλάτος, βάθος, ανοιχτό σχήμα σώματος, επίγνωση και σωστή υποδοχή.
- Ο Μεσοεπιθετικός (10) και 2 Μεσοαμυντικούς (6 & 8) ποιότητα για υποδοχή με σωστή επιλογή μεταβίβασης και το σχήμα του σώματος (ανοιχτά για να παίξει μπροστά).
- Ο Φορ (9) σχηματίζει γωνίες και απόσταση στήριξης μεταξύ των παικτών.
- Επικοινωνία.
- Μετάβαση στην άμυνα εάν χαθεί η μπάλα, πρέπει να την κερδίσουν πίσω όσο το δυνατόν γρηγορότερα (Πίεση ως μονάδα).
- Ο ρόλος του τερματοφύλακα είναι πολύ σημαντικός, η ποιότητα των μεταβιβάσεων και η λήψη αποφάσεων καθοριστική. Ψάξτε για υψηλό ρυθμό.

Σημειώσεις