

<p>10'</p>	<p>2a) Situazione 2c0 "dai e taglia" per il cross contro bandierine : il mister lancia per A che riceve spalle alla porta , protegge la palla contro un avversario ipotetico (bandierina) , appoggia per B e va a tagliare dietro l'altro ipotetico avversario per l'inserimento in profondità ; B esegue lo slalom e serve A sul taglio. L'azione si conclude con il cross di B e la conclusione di A</p>		<p>In questo 1° step il focus è sul tempo del passaggio e dell'inserimento : lo slalom è stato inserito per simulare l'eventuale presenza di avversari a centrocampo che contrastano B. A esegue il movimento "a mezzaluna" o "a spezzata" puntando la profondità alle spalle della bandierina <u>solo</u> quando B alza la testa ed è pronto per servirlo (comunicazione non verbale)</p>
<p>20'</p>	<p>2b) situazione 2c1 "dai e taglia" per il cross di A o l'inserimento di B : come sopra , con la bandierina sostituita da un avversario. B punta l'avversario e deve scegliere la soluzione più opportuna in relazione al movimento del difensore : se il difensore segue il taglio di A c'è spazio per l'inserimento centrale palla al piede. Se il difensore va a chiudere su B lascia inevitabilmente spazio al taglio di A che va quindi servito lungo la corsa.</p>		<p>2° e 3° step della progressione didattica : 10' con avversario passivo + 10' con avversario attivo. Il ruolo del difensore può essere svolto anche dal mister , che può anticipare o ritardare la scelta fra copertura o marcatura per facilitare o rendere più difficile il compito di B. Come in ogni 2c1 , se B decide di dribblare , va stimolato a "servirsi" della presenza del compagno per facilitare il dribbling (passaggio fintato)</p>
<p>10'</p>	<p>2c) situazione 2c2 o 3c2 "dai e taglia" con avversari attivi : come sopra con avversari attivi. Ai difensori non è imposto alcun vincolo e possono difendere sia a uomo (il marcatore di A lo segue sull'esterno durante il taglio) sia a zona (i difensori si scalano la marcatura di A durante il taglio). Ogni sistema ha i suoi svantaggi : con la difesa a zona il passaggio va eseguito durante il periodo di "latenza" fra la marcatura di C e quella di D. con la dif. a uomo A può tagliare "davanti" al 2° difensore creando un "blocco" per l'ins.di B</p>		<p>4° step : rispetto all'esercizio precedente , in cui c'era sempre una soluzione libera poiché in 2c1 , qui la ricerca della soluzione migliore dipende dal movimento dei difensori. Se i difensori sono bravi , con entrambi i sistemi difensivi è possibile chiudere entrambe le soluzioni per A e B : in tal caso si può attendere l'inserimento di un 3° attaccante che arriva a sostegno (partenza ritardata)</p>