



# CORSO di ALLENATORE di TERZO GRADO



è un aspetto del gioco DETERMINANTE ai fini della VITTORIA



è il termometro della CARICA AGONISTICA e della VOLONTA' DI LOTTARE di una squadra



### ogni palla recuperata in difesa

#### TOGLIE ALL'AVVERSARIO UNA OPPORTUNITÀ DI SEGNARE IL PUNTO e allo stesso tempo CREA UN'OCCASIONE DI SEGNARE UN PUNTO





### le QUALITA' MENTALI



sono importanti quanto le QUALITA' TECNICO-TATTICHE e le QUALITA' FISICHE



con la DIFESA A TERRA si cerca di proteggere le ZONE DI CAMPO e i COLPI lasciati scoperti dal muro







D#	Difesa perfetta
D+	Difesa positiva
D-	Difesa negativa
D/	Copertura
D=	Errore



#### PRIORITA' DELLA DIFESA SUL PIANO TEMPORALE

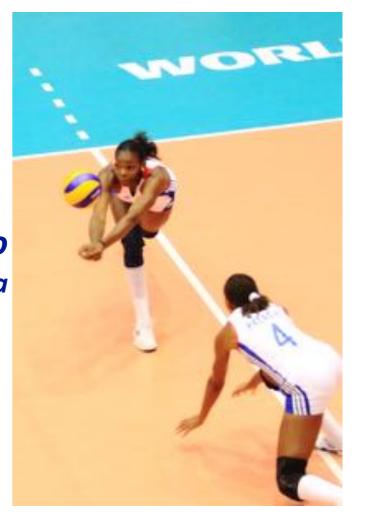


#### posizione in campo

- √ il sistema di gioco praticato
- √ come si sviluppa la situazione di gioco
- ✓ le responsabilità all'interno del sistema



postura del corpo la responsabilità all'interno del sistema



controllo della palla le diverse tecniche difensive di base





















# CONCETTI DI BASE NELL'ORGANIZZAZIONE DEL SISTEMA DI DIFESA





# definire chiaramente l'AREA-TARGET DEL RECUPERO DIFENSIVO





#### **DIFESA PERIMETRALE**





#### NON COPRIRE TUTTO IL CAMPO E TUTTI I COLPI



#### MA PROVARE SEMPRE A PRENDERE LA PALLA!!!



#### AREA DI RESPONSABILITA'

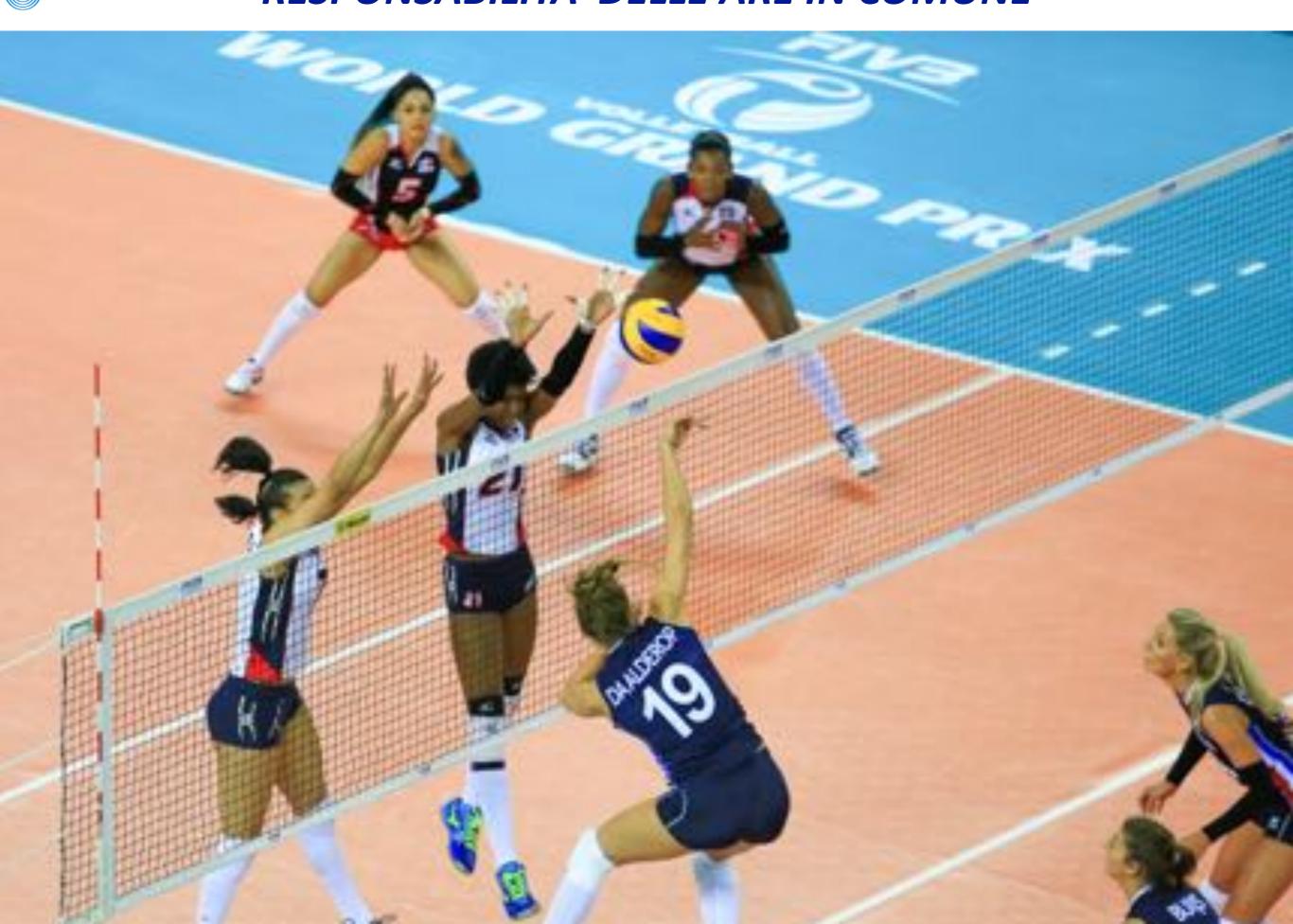


### PRIMA RESPONSABILITA' e ASSISTENZA





## RESPONSABILITA' DELLE ARE IN COMUNE





#### **COPERTURA DEL PALLONETTO**





# COPRIRE IN MANIERA EQUILIBRATA TUTTO IL CAMPO o meglio TUTTA LA PARTE DEL CAMPO CHE SI VUOLE COPRIRE

