



FEDERAZIONE TICINESE DI CALCIO

SEZIONE TECNICA

Via Campagna
Casella Postale 965
6512 Giubiasco

Tel. 091.857.01.31

Fax 091.857.01.55

e-mail: ftc@football.ch



Filosofia e formazione continua

Sistema di gioco 4-4-2 marcamento a zona

Partecipazione alle fasi difensive e offensive

Applicazione di sistemi comuni per il recupero della palla

Applicazione di un comportamento offensivo:

1. Conservazione della palla
2. Sfruttare il gioco di sovrapposizione
3. Cambio gioco
4. Verticalizzare sull'asse
5. Cross alle spalle
6. Cross lungo sul 2° palo
7. Cross teso sul 1° palo
8. Spostamenti coordinati e precisi mantenendo le distanze tra le linee

01.08.2004