

Special Olympics Challenge

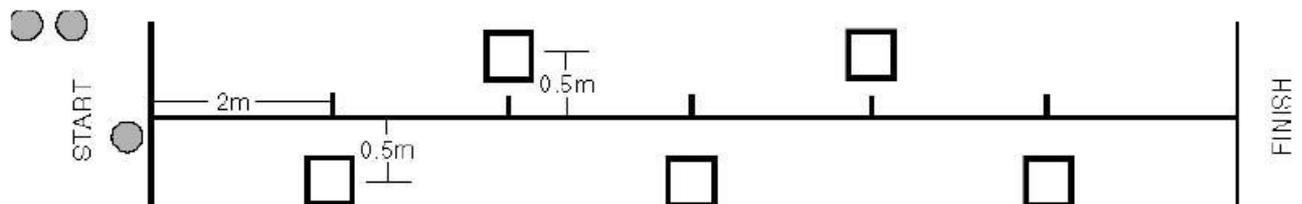
Skill Football 1 – SPEED DRIBBLE

Descrizione della skill

Per questa skill il giocatore ha a disposizione un minuto.

Il giocatore esegue uno slalom dribblando i coni il più velocemente possibile.

Il giocatore lascia il pallone dietro la linea del traguardo (il pallone deve essere fermo) e torna correndo alla linea di partenza. Se ha ancora tempo disponibile, il giocatore riparte con il secondo pallone e ricomincia ad eseguire lo slalom dribblando i coni. Trascorso il minuto, un fischio indica la fine del test.



Effetto della skill

Con questa skill, gli atleti allenano le loro abilità di esecuzione di dribbling e la velocità.

Determinazione del punteggio

I giocatori ottengono 5 punti per ogni cono superato (in uscita) (ovvero 25 punti per un intero percorso completato). I coni rovesciati non assegnano punti.

Allestimento

Slalom con dribbling su 12 metri: cinque paletti o coni (alti almeno 45 cm), distanti tra loro 2 metri, collocati a mezzo metro dalla linea centrale.

5 palloni lungo la linea di partenza.

Se avete domande su questo Skill, siamo lieti di rispondervi: challenge@specialolympics.ch