



PESCARA
PALLANUOTO


**ORIGINAL
MARINES**

2015 - 2016

**ACCADEMIA
PESCARA PALLANUOTO**

Per bambini e bambine
da 7 a 10 anni
U11 (nati 2005 e 2006) + U09 (nati 2007 e 2008)



FORZA - CORAGGIO - ALTRUISMO

Piscine le Naiadi - Viale Riviera, PESCARA
Tel: +39 327 4572577
info@pescarapallanuoto.com
www.pescarapallanuoto.com


FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO


HaBaWaBa
International Festival

Le Naiadi
enjoy your life

SPORT CENTER
SINCE 1968
Pescara Italy

IL PROGRAMMA

GRUPPI	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
U11	16:00-17:30	16:00-17:30	16:00-17:30	16:00-17:30	16:00-17:30	16:00-17:30
U09		16:00-17:30		16:00-17:30		16:00-17:30
	17:30-19:00		17:30-19:00		17:30-19:00	

IL CONTENUTO DIDATTICO

U09	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Miglioramento della tecnica di nuoto - Acquaticità ✓ Nuoto con il pallone ✓ Insegnamento movimento delle gambe a bicicletta ✓ Posizione base con pallone in verticale ✓ Passaggio e ricezione del pallone da fermi o in movimento ✓ Tiri in porta da fermi o in movimento ✓ Muoversi per ricevere il pallone ✓ Giochi a coppie con il pallone ✓ Elementi della tecnica del portiere
U11	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Introduzione di elementi di gioco - inserimento di nuovi fondamentali ✓ Marcamento a uomo - tecniche di smarcamento ✓ Difendere andando verso il pallone e non sull'avversario ✓ Passaggio al compagno con difensore alle spalle ✓ Insegnamento della tecnica delle finte con pallone in mano ✓ Tiri in porta da fermi o in movimento ✓ Situazioni 1 vs 0 e 2 vs 1 ✓ Varie situazioni semplici di gioco, difesa e occupazione dello spazio in attacco ✓ Elementi di contropiede di squadra (movimento del pallone dal portiere in zona d'attacco) ✓ Consolidare il principio di muoversi per ricevere la palla ✓ Fondamentali della tecnica del portiere
	<p>I ragazzi e le ragazze che seguiranno il programma dell'Accademia Pescara Pallanuoto, oltre ai vari aspetti tecnici e tattici, potranno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Migliorare la loro capacità di comprensione, leggere le situazioni e reagire agli stimoli differenti ✓ Comprendere i valori come l'autostima, rispetto dell'avversario, spirito di sacrificio, autocontrollo e altruismo ✓ Conoscere e rispettare le regole del gioco ma anche le regole comportamentali ✓ Collaborare meglio con i compagni - adattarsi alle esigenze della squadra ✓ Gestire le sconfitte e le vittorie con forza e coraggio ✓ Rispettare la figura dell'arbitro ✓ Rispettare la figura del tecnico - educatore ✓ Rispettare il luogo degli allenamenti dell'Accademia Pescara Pallanuoto

FORZA - CORAGGIO - ALTRUISMO

Obiettivo della stagione 2015-2016:

Partecipare ai vari tornei HabaWaba Abruzzo e al Festival Internazionale HabaWaba a Lignano Sabbiadoro in Giugno 2016.



HaBaWaBa
International Festival

