

Título: Partido condicionado: Circulación 4 zonas

OBJETIVOS

TÉCNICOS: Pase

TÁCTICOS: Ofensivos: Cambios de Orientación, Amplitud, Velocidad en el juego, Desmarques de Apoyo
Defensivos: Profundidad defensiva, Pressing, Coberturas

FÍSICOS: Resistencia

DESCRIPCIÓN

Duración

Series: 1x20'

Descansos: 0

TOTAL: 20'

Se disputa un partido (número de jugadores a elección del entrenador) en el que cada vez que el balón circule por las 4 zonas delimitadas, el gol tendrá valor doble.

VARIANTE: El objetivo del ejercicio es mejorar la circulación del balón. Por lo que si los equipos no están cumpliendo el objetivo, podemos incluir las siguientes variantes:

- El balón tiene que circular por las 4 zonas obligatoriamente para que el gol sea válido.
- Además de circular por las 4, no se puede repetir zona. Es decir, el balón no puede pasar por una zona en la que ya ha estado (de esta forma fomentamos la velocidad en el juego).

Jugadores

16-20

Material

Setas, Petos y Balones

