

Título: Circuito de Conducción y Entradas

OBJETIVOS

TÉCNICOS: Ofensivos: Conducción, Tiro
Defensivos: Entrada

TÁCTICOS: Repliegue

FÍSICOS: Velocidad

DESCRIPCIÓN

Delimitamos un cuadrado de unos 15x15 metros, colocamos dos porterías de setas en los laterales y otras dos postas a la altura del área grande. Los jugadores por tríos se colocan en cada una de las postas amarillas (y los porteros en la portería).

El desarrollo del ejercicio es el siguiente: uno de los jugadores rojos (en este caso, el 1) pasa al compañero azul de la diagonal (el 2) y rápidamente corre hacia él para intentar pillarle y recuperar con una entrada. El 2 deberá conducir lo más rápido posible para tirar a puerta. En cuanto finaliza la jugada, uno de los jugadores verdes (el 3) sale conduciendo el balón desde su posta con el objetivo de pasar entre la portería de setas naranjas sin que le pillen: bien el delantero (si no marca gol o el defensa se la quita) o bien el defensa (si el delantero consigue marcar).

La siguiente repetición se realiza desde el lado contrario (jugadores 4, 5 y 6).

ROTACIÓN: Rojo-Azul-Verde. El balón lo recogerá el jugador que no pilla (si el delantero falla, lo recoge el defensa y si marca, lo recoge él mismo).

Duración

Series: 1x12'

Descansos: 0

TOTAL: 12'

Jugadores

18 + 2 porteros

Material

Setas, Petos (2 colores) y Balones

