

Título: Juego de Posición (4x4+3)

OBJETIVOS

TÉCNICOS: Ofensivos: Pase
Defensivos: Interceptación, Entrada

TÁCTICOS: Ofensivos: Amplitud, Conservación del balón, Progresión, Desmarques de Apoyo
Defensivos: Presión, Ayudas Permanentes

FÍSICOS: Fuerza

DESCRIPCIÓN

Duración

Series: 3x4'

Descansos: 2x1'

TOTAL: 14'

Jugadores

11

Material

Setas, Petos (2 colores) y Balones

Se disputa una posesión de 4 contra 4 (azules vs rojos) más 3 comodines que jugarán con el equipo que tenga el balón.

El objetivo del ejercicio es conservar el balón y, para ello, uno de los comodines ofrecerá apoyos por dentro del espacio delimitado y los otros dos se situarán por fuera, dando amplitud.

Cuando un equipo (excepto los comodines) pierde la posesión, intercambia el rol con el que lo recupera.

Observaciones: En cada serie cambian los jugadores comodines.

