Título: Posesión sin repetir zona (8x8+2)

OBJETIVOS

TÉCNICOS: Ofensivos: Pase, Control
Defensivos: Interceptación

TÁCTICOS: Ofensivos: Cambios de Orientación, Amplitud, Conservación del balón, Velocidad en el juego
Defensivos: Profundidad defensiva, Pressing

FÍSICOS: Resistencia

DESCRIPCIÓN

Se divide medio campo en 4 zonas, como muestra la imagen, y se forman dos equipos de 8 jugadores (más 2 comodines que irán con el equipo que tenga la posesión).

El ejercicio consiste en conservar el balón y hacer que circule por las 4 zonas delimitadas:

1ª Serie: el balón tiene que circular por las 4 zonas para conseguir 1 punto
2ª Serie: el balón tiene que circular por las 4 zonas para conseguir 1 punto, pero no puede pasar por una zona en la que ya ha estado (la posesión cambiaría para el equipo contrario)

Los cambios de orientación diagonales suman 1 punto adicional. Gana el equipo que más puntos consiga.

VARIANTE: Delimitar un número máximo de pases en cada zona para dar mayor velocidad al juego.

Duración

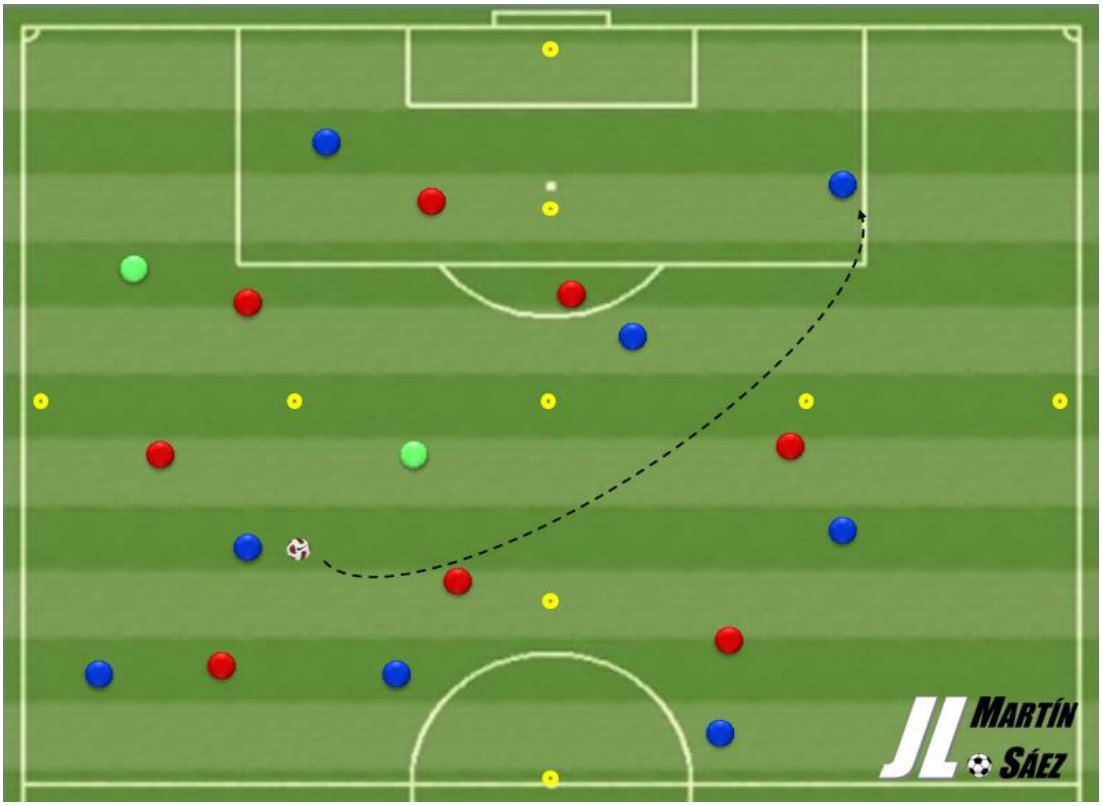
Series: 2x7'

Descansos: 1x2'

TOTAL: 15'

Jugadores

18

Material

Setas, Petos (2 colores) y Balones