

Título: Control Orientado (limitado) y Pase

OBJETIVOS

TÉCNICOS: Control Orientado, Pase

TÁCTICOS:

FÍSICOS:

DESCRIPCIÓN

Duración

Series: 1x5'

Descansos: 0

TOTAL: 5'

Jugadores

2

Material

Conos, Picas y Balones

Se delimitan dos porterías como las que muestra la imagen (tamaño a elección del entrenador), separados a la distancia adecuada:

- Acorde con la categoría: a mayor categoría, mayor distancia.
- En función del objetivo prioritario: Control: distancia corta; Pase: distancia mayor.

El ejercicio consiste en pasar el balón al compañero entre la portería. Éste recibe, realiza un control orientado libre (hacia el lado que él quiera) y devuelve de nuevo al compañero entre la portería.

Observaciones: Utilizar las distintas superficies de contacto para realizar el control (exterior, interior y planta) y ambas piernas.

