


TAREA	EQUIPO	CANCHA	
FECHA	NOMBRE DEL EJERCICIO	OBJETIVOS	
/ /			
HORA	Rondo 5vs5 + 3 + 1vs1 con disparo a portería y portero.	Mejoramiento de capacidades técnicas, tácticas y físicas.	
EXPLICACIÓN			
<p>El ejercicio se dispondrá como se marca en la imagen, en media cancha se dibujará un rectángulo delante de la media cancha, donde se instalarán los equipos 5vs5+3, cada equipo deberá tener dos jugadores que hagan la función defensiva uno de mediocampista y dos de atacantes, estas funciones son para el parador táctico que deberán conservar durante el ejercicio; al borde del área se dispondrán un mono y 4 conos, durante el enfrentamiento de los equipos en esta zona se instalarán 1 jugador por equipo que realizarán movimientos físicos acompañados de acciones con balón (pase, recepción, dominadas etc... según lo indique el cuerpo técnico) este jugador hará las veces de centro delantero; y en la portería se colocará un portero, quien intentará impedir que anoten un gol, indistintamente quien haga el disparo a portería. El ejercicio dará inicio despues de haber acomodado a los equipo, con la indicación del cuerpo técnico, este le entregará el balón al equipo que quedó colocado de frente a la portería, cuando este equipo logre cierta cantidad de pases entre sí sin perdel el balón, ahora podrá dar un pase filtrado al jugador de su equipo que se encuentra en el borde del área, este intentará recibir el balón, conducirlo y anotar un gol, pero el jugador mas alejado de funciones defensivas del equipo de 5 jugadores que se encque se encuentran dentro del rectángulo en fase defensiva, tratará de impedirlo, al finalizar la jugada, los comodines que se encuentran por fuera realizarán un centro cada uno a la vez, desde las marcas o conos donde se encontrarán ubicados los balones previamente y los centros serán para que el jugador ofensivo intente rematar y el defensivo intente evitarlo. Como verás este tipo de ejercicios requiere de toma de desiciones y no precisa de un inicio de A pasa a B o algo parecido.</p>			
			
NUMERO DE JUGADORES	ÁREA TRABAJO	SEÑALÉTICA	MATERIAL:
16	MEDIA CANCHA	→	PASE
TIEMPO DE TRABAJO		~→	CONDUCCIÓN DE BALÓN
25 MIN		- - - →	MOVIMIENTO SIN BALÓN
CATEGORÍA			LÍNEAS DELIMITADORAS, CONOS O MARCAS, MONOS O ESTACAS, BALONES, PORTERÍA Y CASACAS.
U17 - PRO			