

TAREA	EQUIPO	CANCHA	
FECHA	NOMBRE DEL EJERCICIO	OBJETIVOS	
/ /	Rondo transiciones físico	Mejoramiento de capacidades técnicas, tácticas y físicas	
HORA			
EXPLICACIÓN			
<p>El ejercicio se distribuirá de la manera en la que se muestra en la imagen, un equipo de 4 jugadores por fuera de mitad hacia un lado sin casacas, un equipo de 4 jugadores en el extremo contrario con casacas de otro color y un equipo de 4 jugadores sin casacas, 2 dentro del rectángulo y 2 más realizando ejercicios físicos por fuera del rectángulo y un portero. El ejercicio dará inicio con la indicación del cuerpo técnico entregando el balón a a los jugadores que se encuentran fuera del rectángulo, estos intentarán contener la posesión del balón mientras que los 2 jugadores que se encuentran dentro del rectángulo intentarán recuperarlo, en el momento en que los jugadores que se encuentran en el interior del rectángulo recuperen el balón, ellos junto a los 2 jugadores que realizaban ejercicios físicos intentarán anotar un gol y los 2 jugadores del equipo que perdió el balón y que estan en la línea del rectángulo mas cercana a la portería intentarán evitar que anoten un gol. Esta acción se repetirá por tiempo o numero de realizaciones que el cuerpo técnico indique y se intercambiarán los lugares según lo indique el mismo cuerpo técnico. En el caso de que los jugadores al interior del rectángulo envíen el balón lejos del rectángulo o no puedan recuperarlo, el cuerpo técnico dará una indicación de ataque y proveerá de un balón a los jugadores que se encuentran en el interior de lrectángulo intentando recuperar el balón.</p>			
NUMERO DE JUGADORES	ÁREA TRABAJO	SEÑALÉTICA	MATERIAL:
13 MAX POR EJERCICIO	MEDIA CANCHA	→	PASE
TIEMPO DE TRABAJO		~	CONDUCCIÓN DE BALÓN
25 MIN		- - -	MOVIMIENTO SIN BALÓN
CATEGORÍA			
U17 - PRO			LINEAS DELIMITADORAS, CASACAS, CONOS, PORTERÍAS Y BALONES