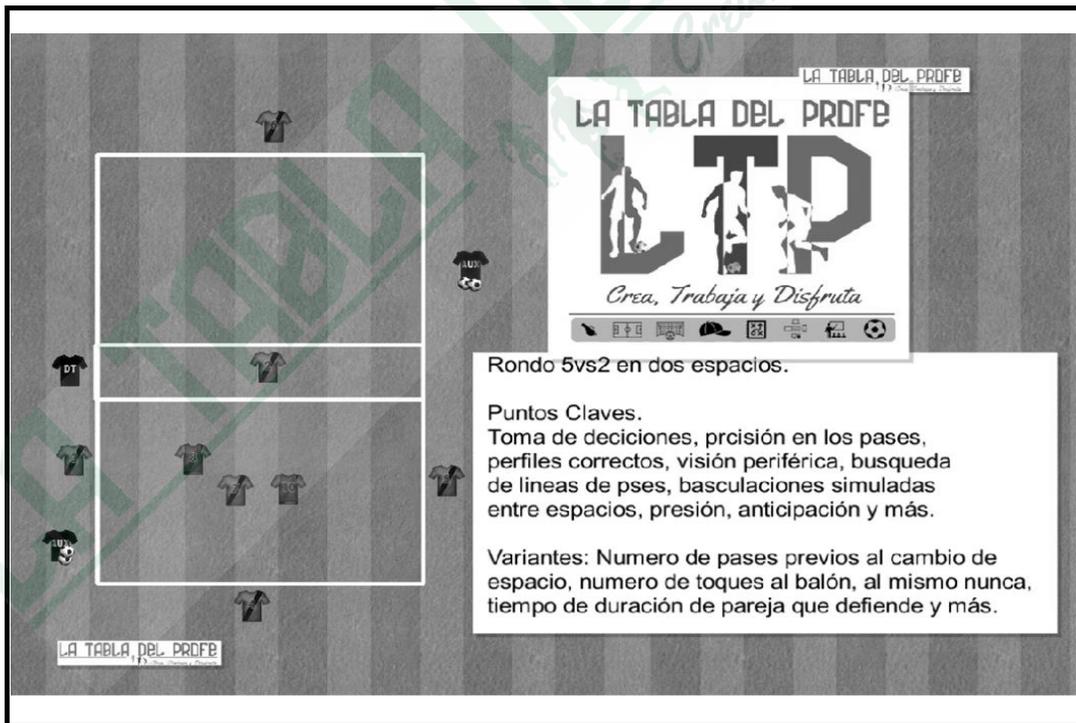


TAREA		EQUIPO		CANCHA	
FECHA	NOMBRE DEL EJERCICIO		OBJETIVOS		
/ /	Rondo 5vs2 en doz zonas		Mejoramiento de capacidades técnicas, tácticas y físicas.		
HORA					
EXPLICACIÓN					

El ejercicio se instalará como se observa en imagen, 4 jugadores por fuera de todo el rectángulo, uno en la zona de progresión y uno dentro de cada rectángulo de acción, estos intentarán conservar la posesión del balón, también deberá haber dos jugadores con casacas para diferenciarlos, estos intentarán recuperar el balón. Algunas reglas pueden ser el número de pases entre jugadores antes de realizar la progresión al otro espacio de trabajo, o simplemente pueden jugar libres y tratar de conservar el balón solamente. El ejercicio se realizará por tiempos y al finalizar el tiempo predeterminado, harán un cambio de parejas para el trabajo de recuperación del balón. Importante observar el trabajo de los jugadores que se encuentran por fuera de las líneas largas del rectángulo, así como el jugador que se encuentra en el interior que no está recuperando el balón, estos tres jugadores, deberán realizar los movimientos de traslado a máxima velocidad para estar preparados y perfilados correctamente para recibir y pasar el balón nuevamente.



NUMERO DE JUGADORES	ÁREA TRABAJO	SEÑALÉTICA	MATERIAL:
8	12m X 22m		PASE
TIEMPO DE TRABAJO			CONDUCCIÓN DE BALÓN
3 SERIES DE 2MIN POR PAREJA			MOVIMIENTO SIN BALÓN
CATEGORÍA			
U13 - PRO			BALONES, CASACAS, Y LÍNEAS DELIMITADORAS