
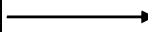




TAREA:		EQUIPO		CANCHA	
FECHA	NOMBRE DEL EJERCICIO:		OBJETIVOS:		
/ /					
HORA	11 vs11 Media cancha		Mejoramiento de aspectos técnicos, tácticos y físicos.		
EXPLICACION:					

Se posicionan dos equipos de 10 vs 11, en media cancha, el equipo de 11 con portero en la portería reglamentaria y los 10 rivales se disponen en sentido contrario con 3 porterías pequeñas en media cancha. El ejercicio dará inicio siempre con la indicación del cuerpo técnico iniciando el juego el portero e intentando el equipo de 11 salir con balón controlado y anotar en cualquiera de las 3 porterías pequeñas, lo que el equipo de 10 debe intentar evitar, en el momento en el que el equipo que defiende las 3 porterías pequeñas recupera el balón debe intentar anotar un gol a la portería regular, lo que obliga a los dos equipos a mantenerse en constantes transiciones. Este ejercicio se realizará en dos tiempos para que los que ahora son 10, se conviertan en 11 con el portero y los que eran 11 ahora serán 10 completando el cambio de roles. A este ejercicio pueden integrarse reglas como el número de pases, o el número de toques máximo u otras.



NUMERO DE JUGADORES:	AREA TRABAJO:	SEÑALÉTICA	MATERIAL:
21	MEDIA CANCHA	 PASE	PORTERÍA REGULAR, 3 PORTERÍAS PEQUEÑAS, CASACAS, BALONES
TIEMPO DE TRABAJO:		 CONDUCCIÓN DE BALÓN	
30 MIN		 MOVIMIENTO SIN BALÓN	
CATEGORIA:			
U15 - PRO			