
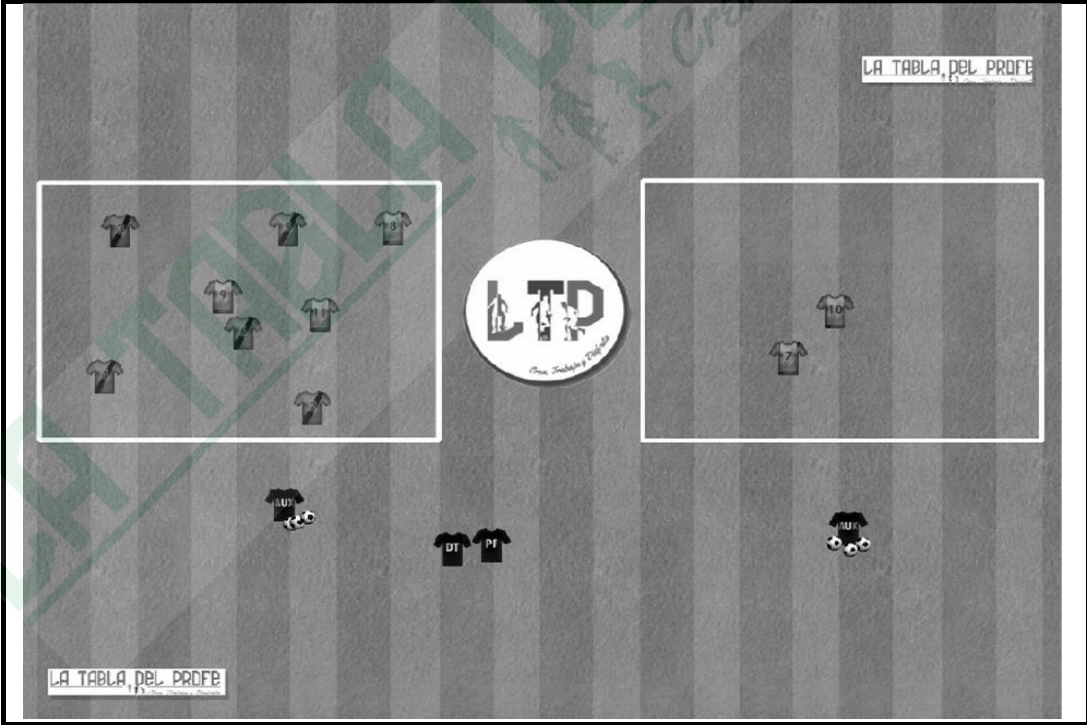


TAREA	EQUIPO	CANCHA	
FECHA / /	NOMBRE DEL EJERCICIO	OBJETIVOS	
HORA	Rondo 5vs3 con transición a 3vs5	Mejoramiento de capacidades técnicas, tácticas y físicas	
EXPLICACIÓN			
<p>El ejercicio se coloca como se muestra en la imagen, cada rectangulo deberá tener una distancia de 5 metros entre si, en un rectangulo deberá posicionarse un equipo con 5 jugadores y 3 jugadores del equipo contrario, en el otro rectangulo deberán estar los 2 jugadores restantes del equipo. El ejercicio dará inicio con la indicación del cuerpo técnico y los 5 jugadores que se encuentran dentro de su rectangulo, tendrán que intentar conservar la posesión del balón, mientras que los 3 rivales intentarán quitar el balón, en el momento que lo logren, los 3 jugadores se reincorporarán a su rectangulo, mientras 3 jugadores del rectangulo donde se estaba trabajando se trasladarán hacia el rectangulo contrario, en este momento se invierten los roles, los jugadores que intentaban recuperar el balón, mas sus compañeros que se encontraban en el rectangulo previamente, intentarán conservar la posesión del balón, mientras que los 3 jugadores que salieron de su rectangulo, intentarán quitarlo. Las tercias de los jugadores serán diferentes cada que salgan a quitar el balón, esto con la finalidad de que el trabajo sea parejo. Tú definirás el orden en el que participarán cada uno de los jugadores.</p>			
			
NUMERO DE JUGADORES	ÁREA TRABAJO	SEÑALÉTICA	MATERIAL:
10	25 m X 8m	→	PASE
TIEMPO DE TRABAJO		~→	CONDUCCIÓN DE BALÓN
15 MIN		- - - →	MOVIMIENTO SIN BALÓN
CATEGORÍA			BALONES, CASACAS, LINEAS DELIMITADORAS.
U13 - PRO			