

TAREA	EQUIPO	CANCHA	
FECHA	NOMBRE DEL EJERCICIO	OBJETIVOS	
/ /	Rondo 4 vs 2 en 4 zonas.	Mejoramiento de capacidades técnicas, tácticas y físicas.	
HORA			
EXPLICACIÓN			
<p>Este ejercicio se plantará haciendo 4 rectángulos en los que se instalarán 4 equipos (uno en cada rectángulo) con 4 jugadores cada uno; por designación del cuerpo técnico, una pareja de un equipo entrará a un rectángulo que no sea el suyo para intentar quitar el balón, si después de un número determinado por el cuerpo técnico de pases limpios entre los jugadores de ese rectángulo, no se los han quitado, podrán pasar el balón a otro rectángulo donde se encuentre un equipo completo, en este momento, los dos jugadores restantes compañeros de los dos que entraron a quitar el balón, entrarán al rectángulo donde se encuentra el balón para intentar quitarlo, en el momento en que una pareja quite el balón, un miembro del cuerpo técnico le entregará un balón a cualquiera de los 3 equipos restantes y en ese momento los roles de las parejas que intentan quitar el balón pasará a el equipo que inmediatamente perdió el balón. Otra modalidad sería que indistintamente que el equipo quite el balón, el trabajo lo realicen por tiempos, sin embargo la opción 1 que planteamos, la recomendamos más por el trabajo de las transiciones, de poseedores del balón a recuperadores y viceversa.</p>			
NUMERO DE JUGADORES	ÁREA TRABAJO	SEÑALÉTICA	MATERIAL:
16	50m X 40m	→	PASE
TIEMPO DE TRABAJO		~→	CONDUCCIÓN DE BALÓN
20 MIN		- - - →	MOVIMIENTO SIN BALÓN
CATEGORÍA			LINEAS DELIMITADORAS, CASACAS Y BALONES
U17 - PRO			



TRABAJO

Trabajo Distribuido