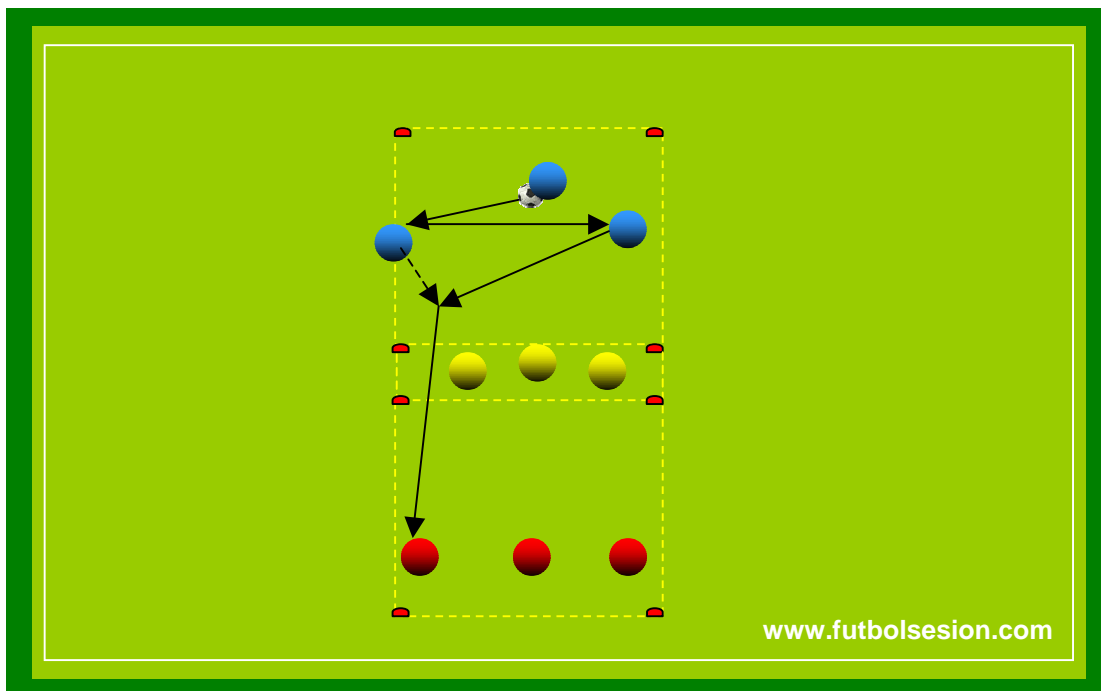


Rondo 3 equipos cerrando líneas de pase



Descripción

En un terreno de juego de aproximadamente 15 x 35 dividido en dos zonas establecemos 3 de 3 jugadores y los distribuimos como están en la imagen. El juego consiste en que el equipo en posesión debe circular el balón entre ellos a la máxima velocidad posible, hasta encontrar línea de pase para hacer llegar el balón al equipo en espera en campo contrario. El equipo en zona intermedia debe cerrar líneas de pase e interceptar los mismos, y el equipo en espera en la zona alejada, debe bascular de forma que ofrezca líneas de pase según la circulación de balón.

El ejercicio se realizará por tiempo, es decir, cada equipo pasará por la zona intermedia los minutos que se especifiquen por repetición.

Aspectos Importantes

- Comunicación entre compañeros.
- Visión periférica.

Objetivos

- **Condiciona**l: Capacidad aeróbica, velocidad de reacción.
- **Coordinativo**: a nivel de pase.
- **Cognitivo**: Toma de decisión a la hora de realizar el pase.
- **Socio-efectivo**: Relación entre jugadores.

Estructura

Material: delimitadores, petos y balones
Organización: 9 jugadores, 3 grupos de 3.
Tiempo programado: entre 15'.
Espacio: ¼ campo

Características

- **Meta fisiológica:** Capacidad aeróbica a nivel de calentamiento.
- **Duración de la carga:** 9'.
- **Intervalo de descanso (series):** -
- **Series:** 1 serie.
- **Repeticiones:** 3 de 3'.
- **Tiempo de trabajo:** 9'.
- **Intensidad:** Media (40-60% FC máx)