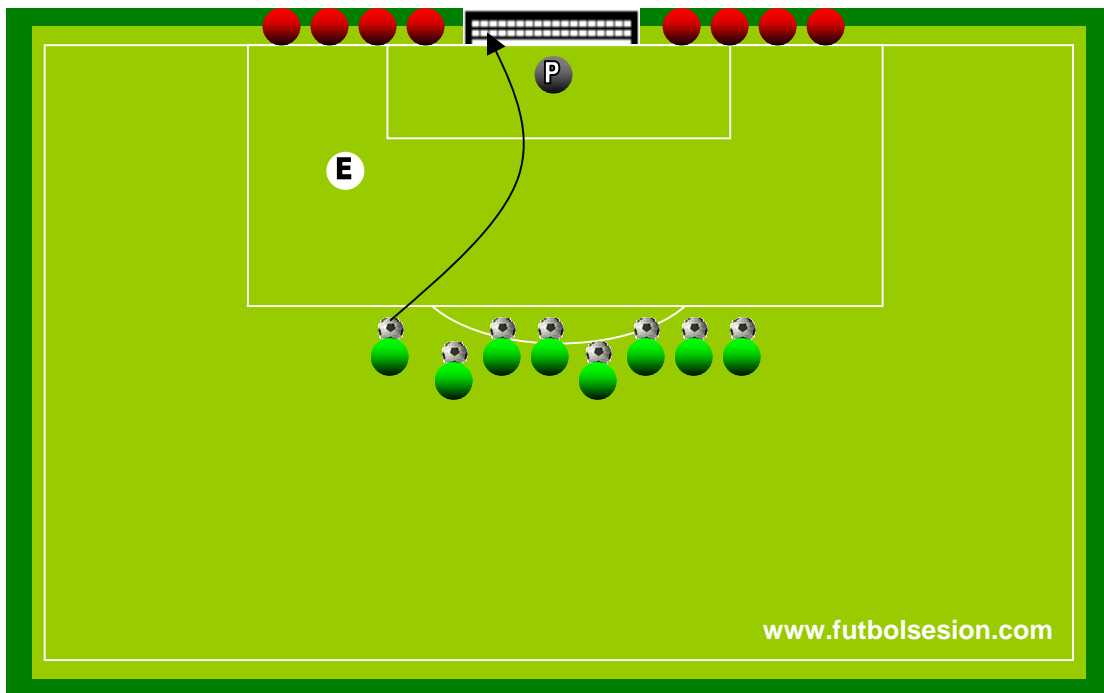


Trabajo analítico lanzamientos de falta frontal



Descripción

Establecemos dos equipos y los situamos como están en la imagen, los jugadores que están en la frontal del área tienen un balón en las manos cada uno y tiene como objetivo hacer gol partiendo de las permisivas que el balón no puede tocar el suelo antes de entrar en la portería y el lanzamiento se realizará desde fuera del área, ganará el equipo que mas goles realice.

Aspectos Importantes

- Los golpes deben ser de manera que vayan a portería sin botar previamente, ya que no colocamos barrera.
- Incidir en que los jugadores prueben diferentes formas de golpeo y que golpeen desde diferentes posiciones.

Objetivos

- **Condiciona**l: Fuerza de golpeo.
- **Coordinativo**: golpes.
- **Cognitivo**: Toma de decisión a la hora de ejecutar los lanzamientos.
- **Socio-efectivo**: Relación entre jugadores.

Estructura

Material: balones y portería.
Organización: Dos equipos + 2 porteros.
Tiempo programado: 15'.
Espacio: Un poco más del área de meta.

Características

- **Meta fisiológica**: -
- **Duración de la carga**: 15'
- **Intervalo de descanso (series)**: -
- **Series**: 4 repeticiones por equipo.
- **Tiempo de trabajo**: -
- **Intensidad**: -