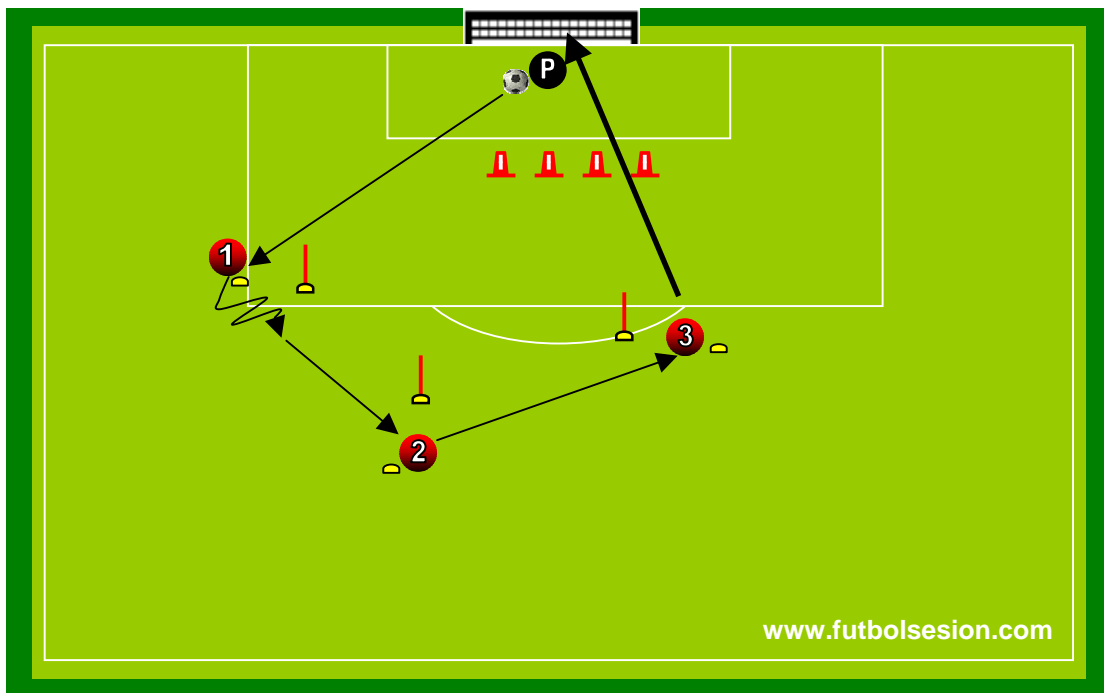


Tarea para el trabajo de pase y tiro



Descripción

Distribuimos a los jugadores según dibujo.

Portero juega con la mano a J1, que realiza un control orientado y conduce para jugar a J2. J2 realiza un control orientado hacia J3, para pasarle el balón. J3 recibe el balón y tiene que disparar ayudándose de los obstáculos. El portero tiene que reacción al tocar el balón con los obstáculos

Rotaciones correlativas, y continuadas

Aspectos Importantes

- Explicar que la superficie idónea para el pase de precisión es el interior.
- Incidir en la posición corporal sobre todo a la hora de recibir y salir en control orientado.
- Se puede introducir u obligar a golpes con diferentes superficies de contacto.

Objetivos

- **Condicionales:** -
- **Coordinativo:** Técnica individual, a nivel de pase de precisión, control orientado, conducción y disparo.
- **Cognitivo:** -
- **Socio-efectivo:** Relación entre jugadores.

Estructura

**Material:** delimitadores, 3 picas con base, conos y balones.  
**Organización:** distribuir a los jugadores en las 3 zonas.  
**Tiempo programado:** 15'  
**Espacio:** ½ campo de F7.

Características

- **Meta fisiológica:** -
- **Duración de la carga:** 12'
- **Intervalo de descanso (series):** -
- **Intervalo de descanso (repeticiones):** -
- **Series:** -
- **Tiempo de trabajo:** 12'.
- **Intensidad:** Baja (20-40% FC máx.)