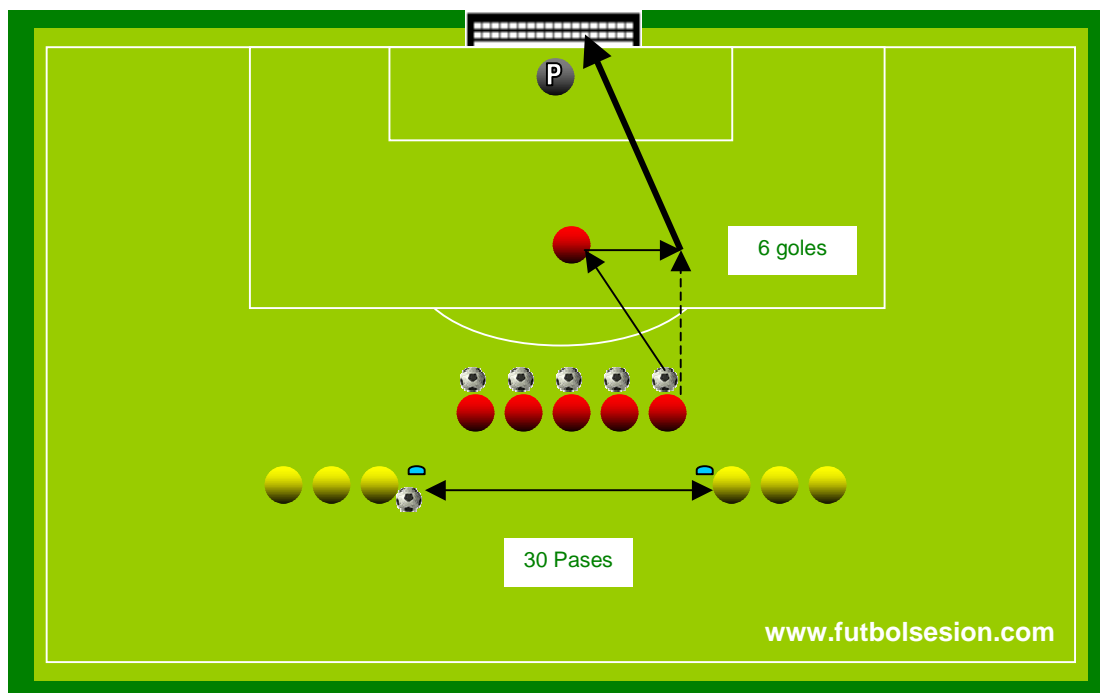


Tarea competitiva de pases y golpees



Descripción

En un terreno de juego superior al área grande de fútbol 7 dividimos el equipo en dos grupos y los distribuimos como están en la imagen. El ejercicio será de carácter competitivo, el equipo rojo tendrá como objetivo hacer seis goles, el jugador en posesión del balón jugará con el compañero de dentro del área que le dejará una pared para que finalice con tiro a portería, el jugador que chuta a portería se queda para hacer la pared. El equipo amarillo tiene como objetivo hacer 30 pases seguidos jugando con el interior del pie, el equipo que antes consiga su objetivo sumará un punto y cambiará de rol.

Aspectos Importantes

- Explicar que la superficie idónea para el pase de precisión es el interior.
- Explicar que la superficie idónea para el golpeo de potencia es el empeine.
- Incidir en el trabajo de lateralidad para que los jugadores se habitúen a utilizar ambas piernas.

Objetivos

- **Condicionales:** -
- **Coordinativos:** Control, pase y disparo.
- **Cognitivos:** -
- **Socio-efectivos:** Relación entre jugadores.

Estructura

Material: delimitadores y balones.
Organización: Dividir al equipo en grupos de 6 jugadores.
Tiempo programado: 25'
Espacio: ½ campo de F7.

Características

- **Meta fisiológica:** -
- **Duración de la carga:** -
- **Intervalo de descanso (series):** -
- **Intervalo de descanso (repeticiones):** -
- **Series:** 6 series (3 en cada zona)
- **Tiempo de trabajo:**
- **Intensidad:** -