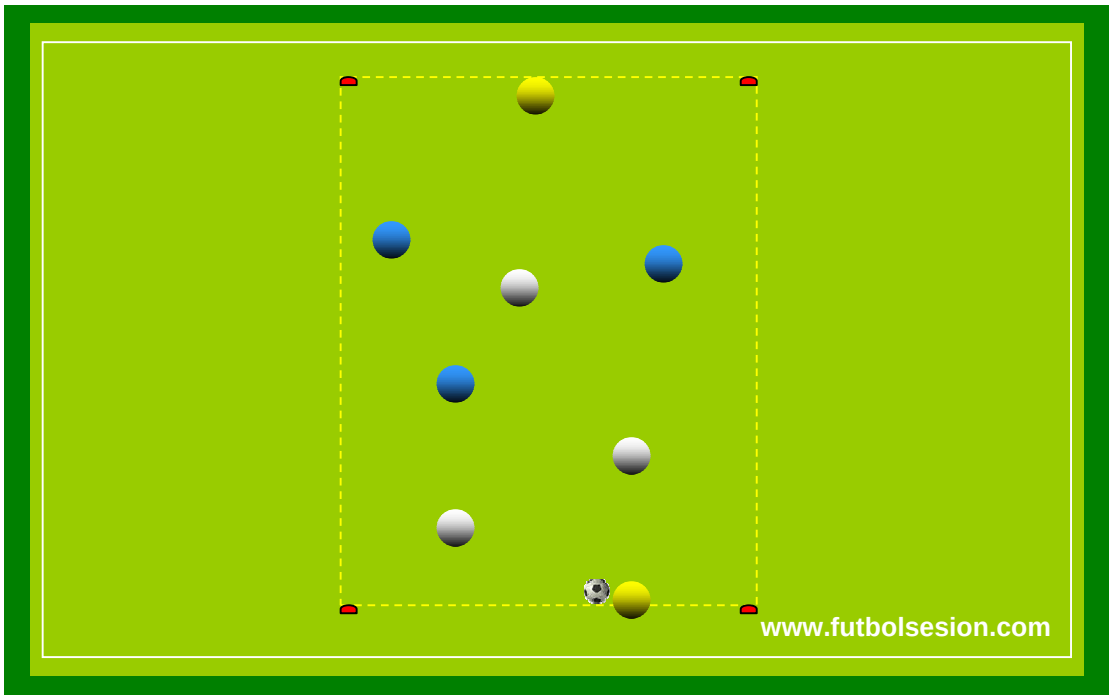
Iniciación

INI 0136

Conservación de 3c3 + 2 pivotes



futbolSesion.com

Descripción

En un terreno de juego de aproximadamente 30 x 25 establecemos dos equipos de tres jugadores mas dos comodines ofensivos y los distribuimos como están en la imagen. El equipo en posesión del balón tiene que llevar el balón de un comodín al otro cada vez que consiga el objetivo sumara un punto, no sumara si el pase es directo de comodín a comodín. Limitaremos el número de toques.

Aspectos Importantes

- Incidir en que el juego sea lo más colectivo posible.
- Incidir en que haya velocidad en el control pase, pero tener en cuenta que en edades tempranas el niño es egoísta, y muchas veces intenta las acciones de forma individual simplemente por naturaleza. Saber transmitir a los jugadores que en esta tarea el objetivo principal es que los jugadores se asocien entre ellos.

Objetivos

- **Condicional:** -
- **Coordinativo:** Técnica individual, a nivel de conducción, habilidad, protección, técnica colectiva a nivel de pase.
- **Cognitivo:** Situaciones de igualdad.
- **Socio-efectivo:** Relación entre jugadores.

Estructura

Material: delimitadores, petos y balones.
Organización: Dividir al grupo en 2 equipos del mismo número de jugadores y dos pivotes
Tiempo programado: 20'
Espacio: ¼ de campo.

Características

- Meta fisiológica: -
- Duración de la carga: 14'
- Intervalo de descanso (series): -
- Intervalo de descanso (repeticiones): -
- Tiempo de trabajo: 2 x 7'.
- Intensidad: Media (50-70% FC máx.)