



Ejemplo práctico:

1º Objetivo: Mejorar la interceptación.

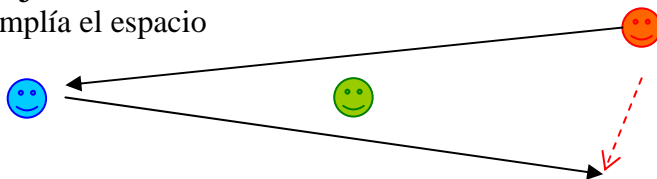
2º Ejercicio Básico

- Dos jugadores enfrentados a una distancia de 7-8 metros se pasan el balón y un tercero intenta interceptar

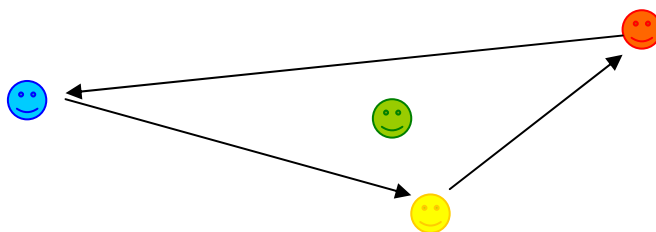


3º Complejidad

- Se amplía el espacio



- Se amplía el número de contrarios

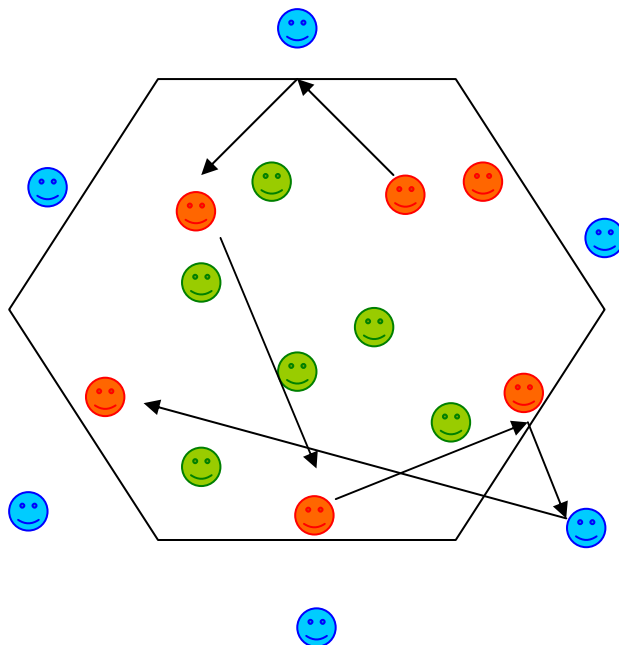


- Se amplía la posesión de los contrarios

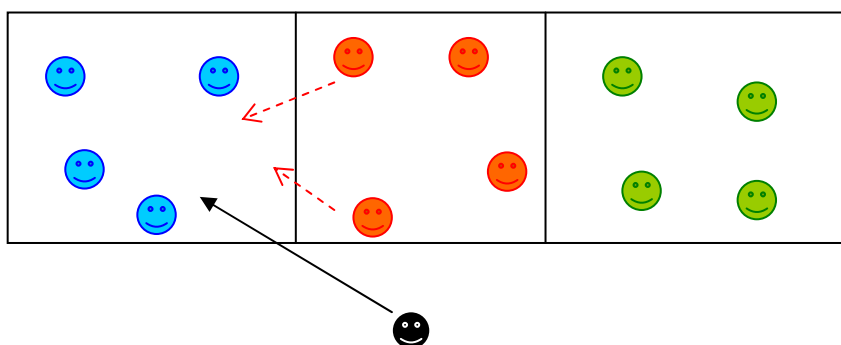


4º Juego de Oposición-Cooperación

- Tres equipos de 6. Juegan dos en el interior y uno fuera. Los de dentro juegan a conservar el balón y pueden apoyarse en los de fuera, que jugarán a un toque a otro compañero del que le pasó.



- Juego de tres campos. El entrenador envía el balón a un grupo que debe dar al menos 5 contactos para poder pasar al campo opuesto. Los defensores (Campo central) deberán interceptar los pases dentro del campo contrario. Si lo consiguen, su equipo pasa al campo para poseer el balón y el que perdió pasa a interceptar en el campo opuesto, donde el entrenador manda un nuevo balón





5º Partido con condiciones

Jugaremos un partido en medio campo sin porterías donde el equipo que de 10 pases seguidos consigue un tanto.

