JUEGO A 11

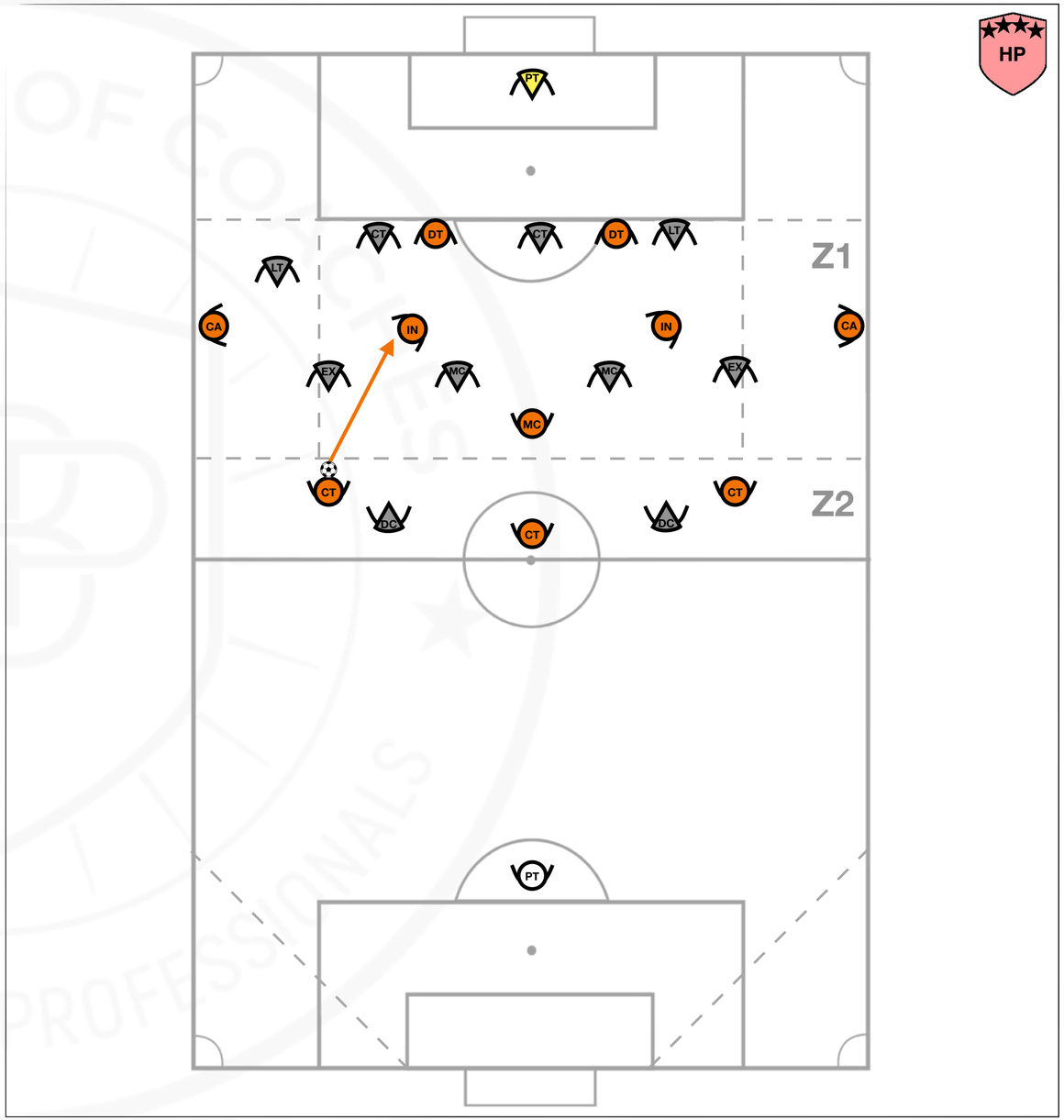
CONTENIDO	CONSIGNA
MDJ: Principio de juego fase ofensivo momento de 3/4. Jugadores en zona alejada.	Encontrar al jugador libre dentro de los cuadrados con una situación de ventaja que le permita realizar un pase a la zona de finalización.

DIA MICROCICLO	TIEMPO	ESPACIO
MD-3	2 series de 10 minutos con pausas de 1 minuto.	Campo de F11 con una zona dividida en 3 carriles y el campo opuesto en forma de embudo.
ORIENTACIÓN CONDICIONAL	**Nº DE JUGADORES**	**MATERIAL**
Duración	22 jugadores: 10 v 10 + 2 Porteros	Conos, petos y balones

DESCRIPCIÓN

Nuestro equipo jugará con una estructura de P-3-5-2 (portero, tres centrales, un mediocentro defensivo, dos carrileros, dos interiores y dos delanteros). El equipo rival jugará con una estructura de P-4-4-2 (portero, dos centrales, dos laterales, dos mediocentros, dos extremos y dos delanteros). Se inicia la jugada con el equipo naranja en campo rival y con un pase de un central a un jugador en Z1. El objetivo del equipo naranja será marcar gol en la portería rival y en defensa recuperar el balón y marcar gol en la portería contraria. Si el equipo naranja vuelve a recuperar el balón en Z1 seguirá con el ataque, si recupera en Z2 se iniciará de nuevo.

NORMATIVA	PUNTUACIÓN
- En defensa, los delanteros se quedaran siempre en Z2 listos para iniciar el contraataque.	- En ataque, si el gol viene de un pase de carril central de Z1 = 2p si el gol viene de un pase del carril lateral de Z1 = 1p. - En defensa, si se marca gol en menos de 7 pases = 2p, si se marca gol en mas de 7 pases = 1p.
GRADIENTE	**FEEDBACK**
(+) Dejaremos 3 delanteros descolgados para preparar el contraataque. (-) Dejaremos 1 delantero descolgado para preparar el contraataque.	- ¿Mientras estamos atacando a que tenemos que prestar especial atención si perdemos el balón? - ¿Cómo tiene que estar nuestro bloque para llegar a las coberturas? - ¿Que priorizaremos tener atrás, igualdad o superioridad numérica?



*No está permitida la reproducción total ni parcial de esta obra por cualquier medio sin el consentimiento previo de MBP School of Coaches.