JUEGO DE POSICIÓN REDUCIDO

CONTENIDO	CONSIGNA
FBC: líneas de pase	Ajustar la profundidad y amplitud en carril lateral respecto a los demás compañeros cercanos para dar línea de pase evidente al posesor

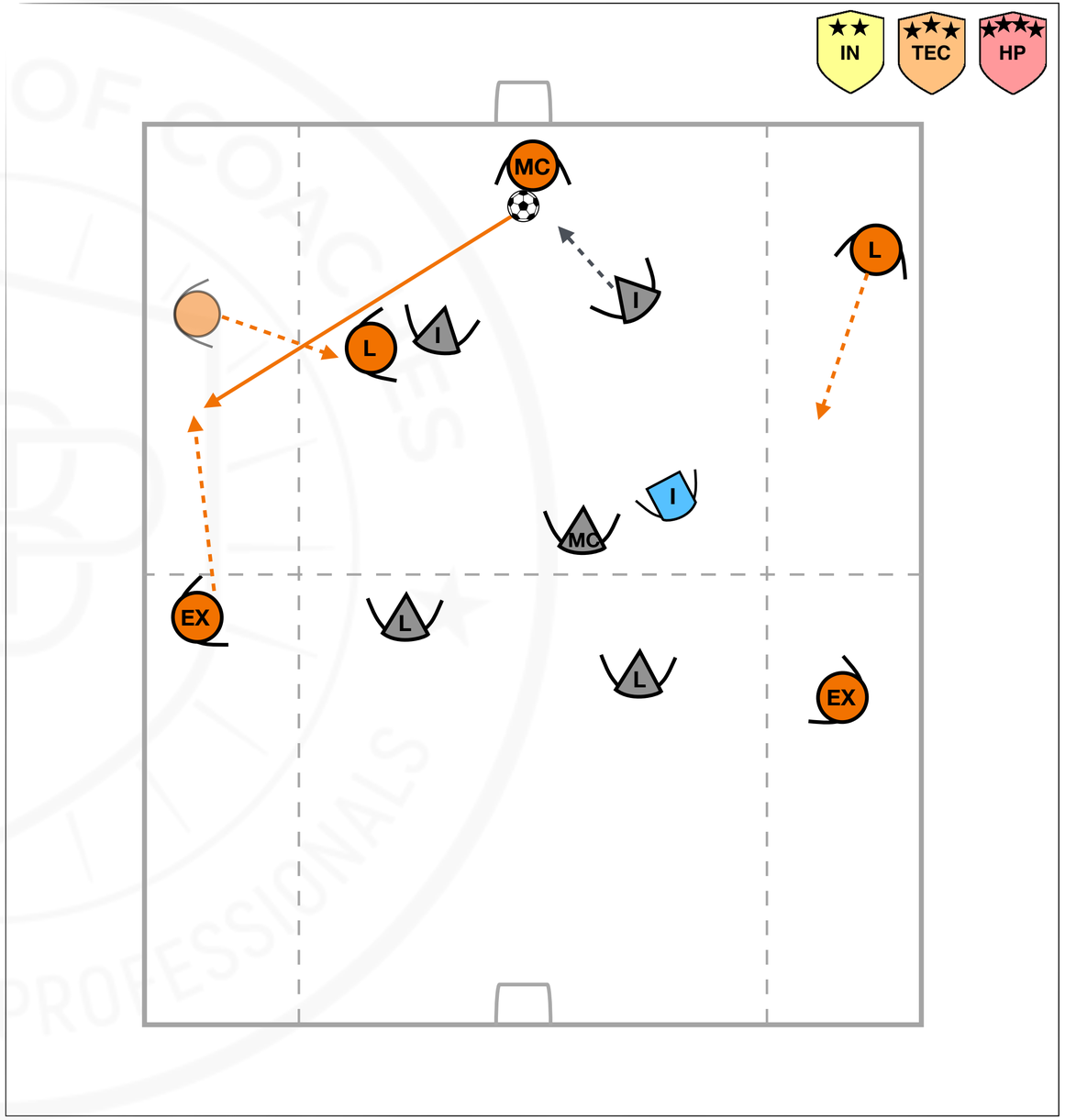
DIA MICROCICLO	TIEMPO	ESPACIO
MD-4	3 series de 4 minutos	20 x 35 metros
ORIENTACIÓN CONDICIONAL	**Nº DE JUGADORES**	**MATERIAL**
Tensión	11 jugadores: 5 vs 5 +1 comodín interior	Conos, petos, balones, 2 porterías pequeñas

DESCRIPCIÓN

Espacio dividido en dos zonas y 3 carriles. Cada equipo juega 3-1-2 con MC, 2L, 1Interior y 2EX en ataque; y 2L, 1MC y 2Interiores en defensa (2-1-2). El objetivo es marcar en la mini-portería contraria. Los defensores podrán estar, como máximo, 3 en la zona de balón, mientras que los atacantes podrán moverse libremente por el espacio.

NORMATIVA	PUNTUACIÓN
- Los defensores solamente podrán estar 3 en la zona del balón. - Los atacantes pueden moverse libremente.	- Se suma 1 punto cada vez que se marque a la mini-portería - El punto valdrá doble si se recupera en campo rival.

GRADIENTE	FEEDBACK
- (+) Puede haber 4 defensores en la zona de balón - (-) El defensor del comodín realizará marcaje individual	- ¿Qué tengo que hacer para poder recibir el balón? - ¿Qué espacio debo ocupar para recibir? - ¿Qué hago si mi compañero va a dentro? - ¿Y si va hacia fuera?



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