



JUEGO DE POSICIÓN REDUCIDO

CONTENIDO		CONSIGNA	
FID centrales: Reducir el espacio delante de posible recepción en desmarque de apoyo		Salir con el delantero, controlando el timing y evitando que este pueda progresar en el juego.	
DIA MICROCIclo	TIEMPO	ESPACIO	
MD-3 / M-4	2 serie x 3 minutos	18 x 30m. 3 zonas; 18x12m, 18x6m, 18x12m.	
ORIENTACIÓN CONDICIONAL	Nº DE JUGADORES	MATERIAL	
Duración / Tensión	10 jugadores: 4 vs 4 + 2 comodines ofensivos	Balones, petos y conos	
DESCRIPCIÓN			
Jugamos con 2 equipos de 4 jugadores y 2 comodines ofensivos que realizarán funciones de delantero. El funcionamiento de la tarea es con un rol fijo para cada equipo en cada serie, al finalizar la primera serie cambiaremos los roles. Los atacantes se posicionan con 2 jugadores en cada zona 1. En la zona de balón los atacantes se encuentran en superioridad frente a un defensor con funciones de mediocentro (MC). Por otro lado, los defensores están en zona 2, manteniendo el equilibrio de la línea. El objetivo de los atacantes es poder conectar pase con uno de los delanteros para poder superar con pase a la otra zona 1. Los defensores deben evitarlo.			
NORMATIVA		PUNTUACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> - Atacantes: deben cruzar de zonas mediante pase. - Defensores: solo el MC puede presionar a los atacantes (centrales) dentro de la zona 1. 		<ul style="list-style-type: none"> - Defensores: cada vez que logran recuperar el balón el equipo obtendrá un punto. El que tenga mayor puntuación ganará. - Atacantes: si logran enlazar un pase con un comodín ofensivo a la zona 1 en la espalda de los defensores, ganan 3 puntos. Si juegan con un atacante en el carril central vale 1 punto. 	
GRADIENTE		FEEDBACK	
<ul style="list-style-type: none"> (+) Añadimos un tercer atacante en zona 2, dejando un solo jugador en la zona contraria a la zona de balón. (-) Creamos una estructura de 4, en lugar de 3-1. 		¿Qué debe hacer el central para evitar la recepción del delantero? ¿Debe salir muy pegado al atacante? ¿Cómo debe volver el central una vez salido de su posición?	

