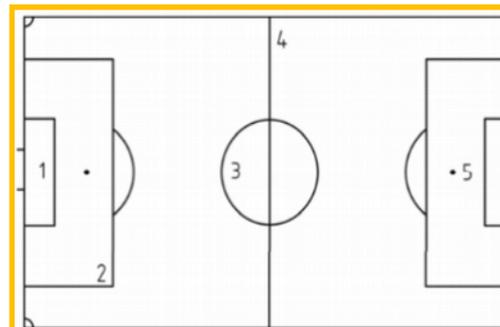
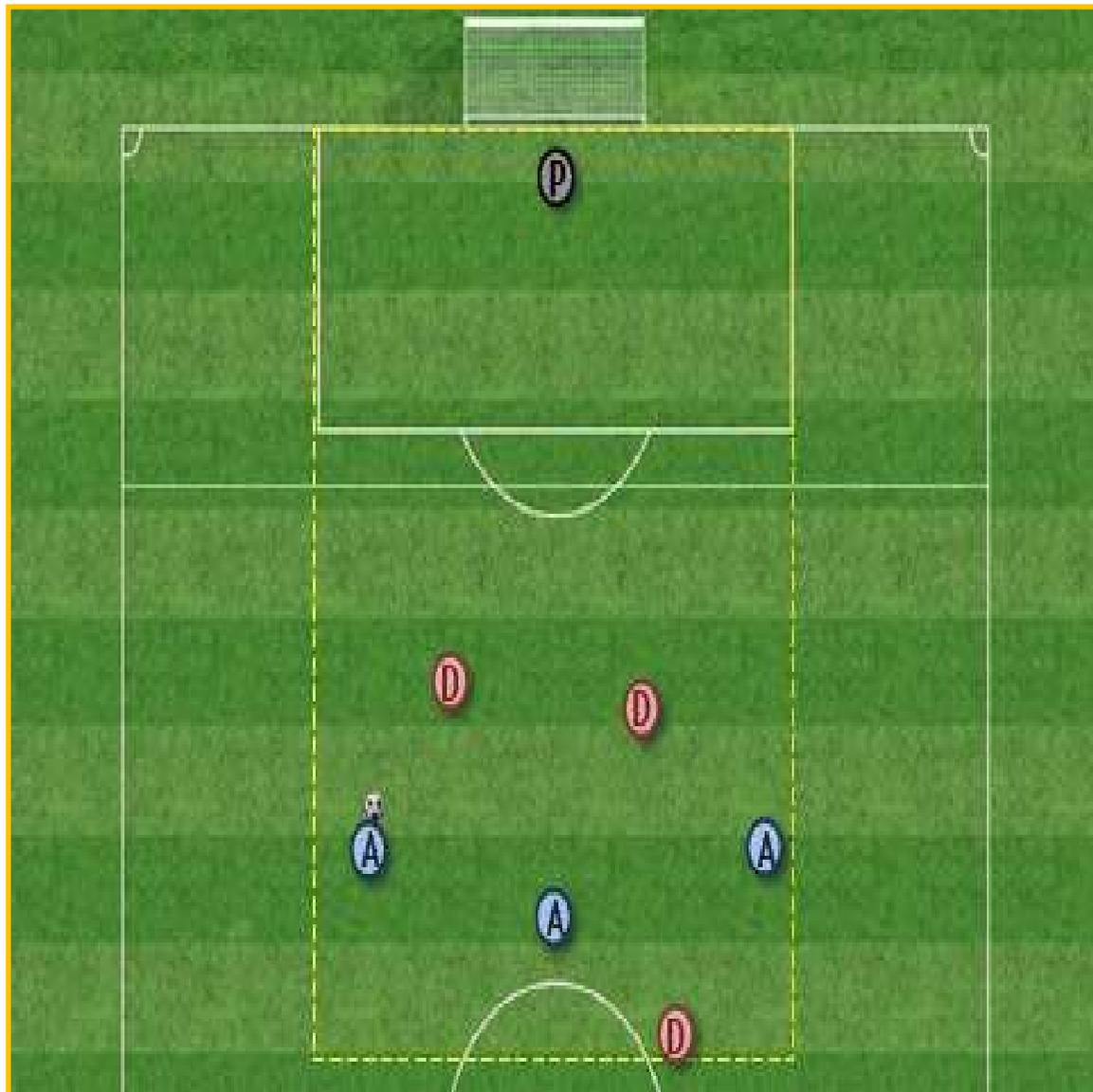


3vs2 o 3vs3

TAREA FINALIZACIONES



ESTRUCTURA

ESPACIO:

DURACIÓN:

JUGADORAS:

Intensidad TACTICA:

Intensidad FISICA:

FINALIZACIONES

Porque se ejecuta: Mejorar las finalizaciones

Como se ejecuta: Se disputa un 3x2 dentro del espacio y se sitúa al otro defensa en la zona de inicio. Después de 4 segundos este defensa se incorpora a defender, forzando al rival a intentar finalizar lo más rápido posible. Si el equipo defensor roba el balón puede finalizar conduciendo a través de la línea de inicio. Si a los 25 segundos no se ha conseguido gol, la jugada se da por finalizada. En caso de que el atacante haya conseguido gol, se volverá a colocar en la fila para volver a atacar. Si no lo han conseguido, serán los defensores los que recojan el balón y se coloquen en la fila, pasando a defender los anteriores atacantes. Tras cada repetición de un equipo como defensor se cambia al jugador que entra tarde. Gana el equipo que más goles consiga.

Que se ejecuta: Finalizaciones rápidas, Angulo de tiro visualizando red. Solucionar 3vs2

Solucionar: • Existencia de controles orientados.

- Velocidad del regate.
- Posicionamiento del cuerpo para la entrada.
- Uso de las dos piernas.
- Buscar la posición más favorable para el tiro.
- Finalizar lo más rápido posible.

Intensidad táctica: Se mide de 1 a 5 (momentos tácticos que se ejercitan). **Intensidad física:** Se mide por los movimientos que se hagan al segundo.