

EJERCICIOS

FICHA TÉCNICA 06TI

NIVEL: BASICO

TIPO: TI

TÍTULO: EJERCICIOS DE DISPARO A PORTERIA

AUTOR: Salvador Pons

Nº PARTICIPANTES:

OBJETIVOS:

- ✓ Mejora de la técnica individual de los jugadores en pase recepción y disparo
- ✓ Mejora del posicionamiento del portero respecto a los disparos de lejos

MATERIAL:

- ✓ Portería y muchas pelotas

METODOLOGÍA:

- ✓ Seguir el desarrollo de los ejercicios marcado en los dibujos del anexo

DESARROLLO DE LOS EJERCICIOS

**Trabajo en media pista, pase entre jugadores según lo indicado y disparo.
El portero debe estar activo.**

MECÁNICA DEL EJERCICIO

**Seguir los dibujos del anexo
Se intentará que las rotaciones queden claras desde el inicio de manera que no se entorpezca el pase y disparo**

CONSIGNAS TECNICAS

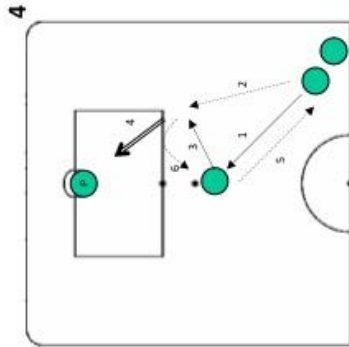
**Precisión en el pase
Recepción orientada
Disparo preciso
Portero activo, trabajando adelantado.**

VARIANTES

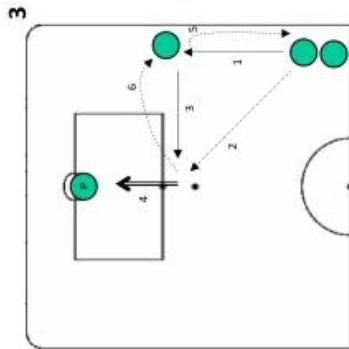
**Portero saliendo de detrás de la portería.
Portero saliendo desde un lateral**

Jugador recibiendo de espaldas
Disparo de espaldas

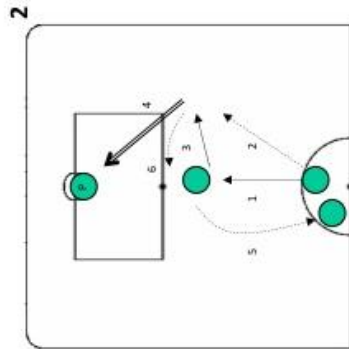
OBSERVACIONES/IMAGENES



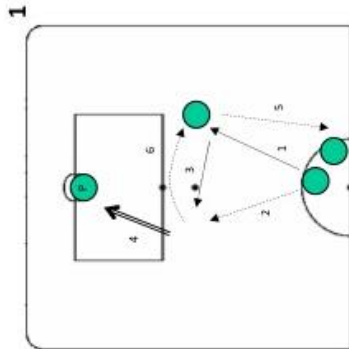
Pared centro, tiro banda



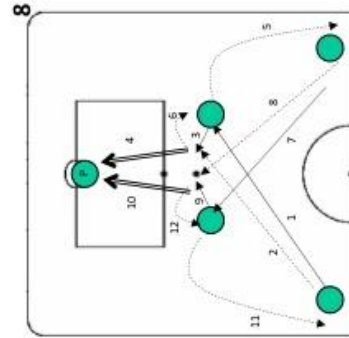
Pared banda, tiro centro



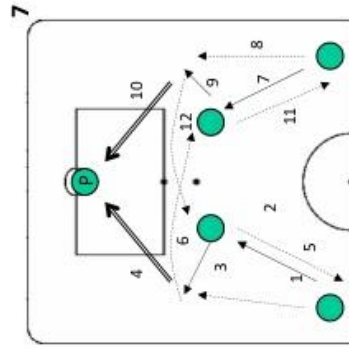
Pared centro, tiro banda



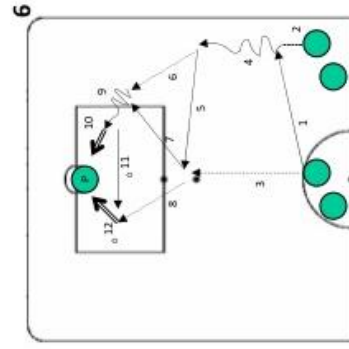
Pared banda, tiro centro



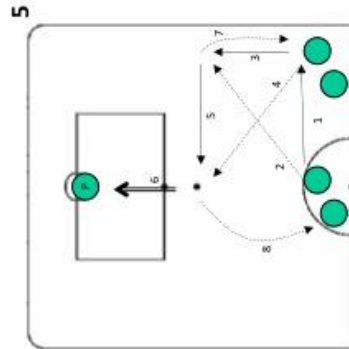
Diagonal
Pared centro, tiro lateral,
receptor banda contraria



Paralela
Pared centro, tiro lateral,
receptor banda contraria



Pase, pared banda, conducción,
pared, tiro lateral o segundo palo



Pase, pared banda, diagonal,
control paralelo, pase, tiro centro