



ESCUELA MUNICIPAL DE FUTBOL DE BONARES

METODOLOGÍA COMUN

OBJETIVO: TACTICA

ACTIVIDAD: Amplitud De Juego

EJERCICIO:

Porterías De Espaldas

CARGA FÍSICA: 0 %

EXPLICACIÓN DEL EJERCICIO

- Partido reducido con porterías de espaldas.
- Al estar las porterías en el centro del campo y a 5 m de distancia, nos obliga a :
Dar amplitud al juego.
Definir bien, ya que un fallo es un contraataque del contrario.
Hacer constantes cambios de orientación.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA

