



12 semanas formando campeones: Capítulo 3, dedicado a la recuperación del balón (Video)

Llegó el momento de mostrar en la cancha todo lo que sacamos a divertimos con responsabilidad con seguridad y lo que vamos a hacer en la cancha.

Ganar ,sea dentro de la cancha que afuera.

[Aplausos]

Capítulo 3 Recuperación del balón.

En este capítulo vamos a aprender los siguientes ejercicios: marca pasiva, marca semi activa, barrida lateral, 1 versus 1.

Marca pasiva.

Los jugadores realizarán una marca pasiva, para aprender a perfilarse.

Perfilar el cuerpo siempre de frente según el balón y bajar el centro de gravedad del cuerpo.

Marca semi activa.

El jugador que realiza la marca puede quitar el balón en el momento justo.

Momento justo, cuando se aleja el balón del pie, del poseedor.

Todo el equipo tiene que recuperar la pelota, lo que tú hagas beneficia o perjudica a tus compañeros. Sé solidario, eso ayuda a obtener resultados.

Barrida lateral, recurso de marca, utilizado para llegar antes que el adversario al balón, o en el caso que el balón haya superado al marcador.

Evitar realizar dentro del área, por riesgo a una falta.

A la marca y recuperación de pelota tenes que ponerle garra. Lo mismo cuando estás en la escuela.

1 versus 1.

Se realizará un enfrentamiento en donde el marcador intentará recuperar el balón.

Aquí observamos, un uno contra uno, donde el poseedor del balón intentará mediante lo aprendido, superar al marcador y convertir el gol.

Mientras tanto el defensa intentará realizar un quite limpio, dentro de la zona y así pasar a tener el dominio del balón.

Se utilizarán todos los recursos posibles, para recuperar el balón.

El juego siempre es un juego divertite, con responsabilidad.



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad

En el próximo capítulo: remate, control orientado giro y remate, conducción, cambio de dirección y remate, pared, amague y remate, remate de volea lateral y frontal.