



**Acervo
Digital
Educativo**
**Ejercicios de Fútbol:
Pase, Recepción y conducción.**

Acervo Digital Educativo

Autor(a): Sergio Miranda Uribe

Colaboradores:

Pedro Adolfo Monroy Cuevas

Hazael Morales Flores

Jorge Antonio García Gabriel.

ESCUELA DEL DEPORTE JILOTEPEC

C.C.T. 15EEF0125V, Jilotepec, Estado de México.

24 de Noviembre de 2022

Logo de la licencia:



INTRODUCCIÓN

El fútbol es un deporte que requiere coordinación, por lo que se presenta este recurso didáctico para fortalecer el pase, recepción y conducción con ejercicios que permitan mejorar las habilidades de los alumnos dominando el balón y que puedan después aplicarlo en un partido.

PROPÓSITO

Dar a conocer ejercicios de pase, recepción y conducción para la mejora de la coordinación y dominio del balón en el deporte de fútbol.

ACTIVIDADES

Se llevan a cabo ejercicios de calentamiento para iniciar el entrenamiento de fútbol con 8, 10 o 12 repeticiones, dependiendo de la edad del alumno.

Se ejecutan ejercicios de pase, recepción y conducción empleando ambas extremidades para fortalecer la lateralidad y el dominio del balón.

CONCLUSIONES

Los ejercicios utilizados en este recurso didáctico mejoran la coordinación y dominio del balón en el fútbol, retomados como fundamentos técnicos el pase, la recepción y conducción, los cuales permiten al alumno que practica el deporte mejorar sus habilidades para demostrarlas posteriormente al aplicarlas en un partido.