

25 de agosto/2021

Fuero

Observar el video

Realiza un informe de como se controla el balón y dibuja como se ejecuta escribe en su cuaderno.

R/

Ejercicio 1

Dar un golpe con la parte interna de nuestro pie fuerte hacia el lado no dominante y se frena con la suela de nuestra pierna debil se jala el balón hacia atrás con nuestra pierna debil hacia nuestro lado dominante

Ejercicio 2

Dar un toque con la parte externa de nuestro pie fuerte dirigido hacia nuestro pie dominante y de inmediato se frena con la suela de nuestro pie fuerte, se jala en forma recta hacia nuestro lado no dominante.

Ejercicio 3

Se jala el balón con la parte interna de nuestro pie fuerte dirigido hacia atrás y de inmediato se le da un toque con la parte interna del mismo pie dirreccionaldo hacia nuestro pie no dominante recordando que el balón debe pasar por atrás de nuestro pie de apoyo

marfil

