

**Objetivo Principal**

Velocidad reacción

Objetivo Téc - táct

Mejorar la velocidad reacción

Objetivo emocional

Coger confianza en acciones rápidas

Nº de porteros

Hasta 5-6 porteros

Tiempo

+/- 5 minutos

Repeticiones

6 Balones cada uno

Material

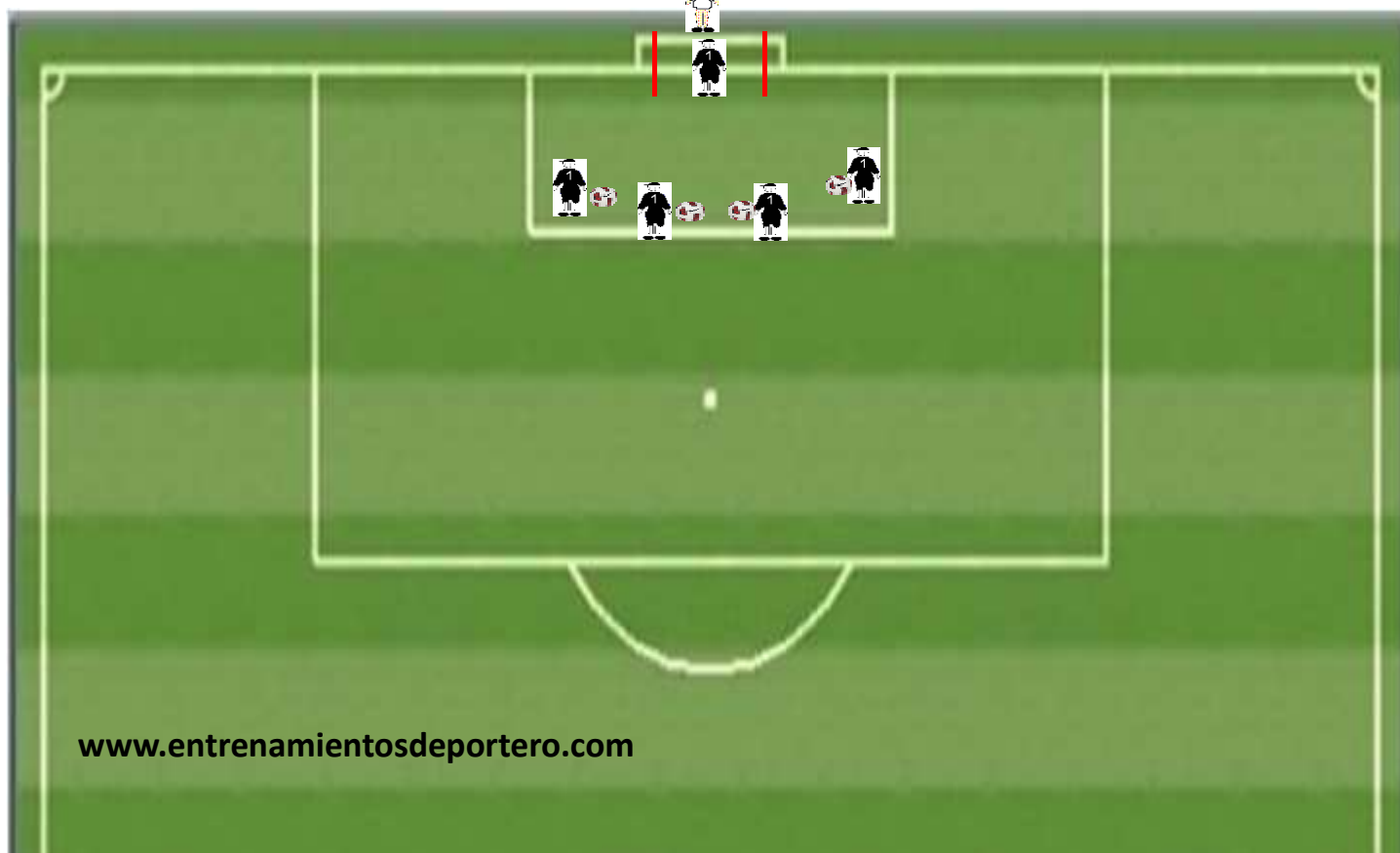
- Barrera quitando visión
- Balones

Nivel de estrés

- Alto

Día de la semana

- Día anterior al partido

**Ejecución del ejercicio**

1.) El EdP se pone detrás de la portería. Antes de dar el grito de "YA" señala a uno de los lanzadores, todos hacen la carrera y amago a golpear pero solo el señalado golpea a portería.

Consignas al entrenador

- El portero debe estar concentrado y tener una visión amplia sin fijarse solo en un balón.
IMPORTANTE: No hay que tirar a meter por la escuadra sino hasta una distancia donde el portero pueda llegar. Se puede delimitar la zona de tiro