En el campo de entrenamiento con Roger Schmidt: 4.ª parte

Preparación del ejercicio

Compiten tres equipos de siete jugadores, con un formato de liguilla. Los partidillos se disputan en una mitad de campo con anchura reducida para crear una situación que favorezca que los equipos jueguen juntos y presionen arriba.

Reglas

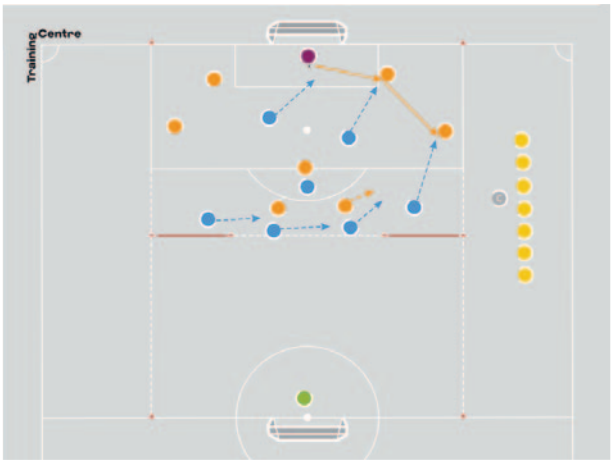
- Juego libre con fuera de juego, que se aplica a partir de la línea divisoria.
- En cada carril lateral de la línea divisoria se marcan dos puertas, y cada vez que un equipo consigue atravesarlas con el balón, suma puntos extra.
- Se incluyen saques de banda, pero no de esquina. En su lugar, el portero del equipo en posesión reanuda el juego.
- Los goles puntúan y, si un equipo marca, conserva la posesión.

Rotación

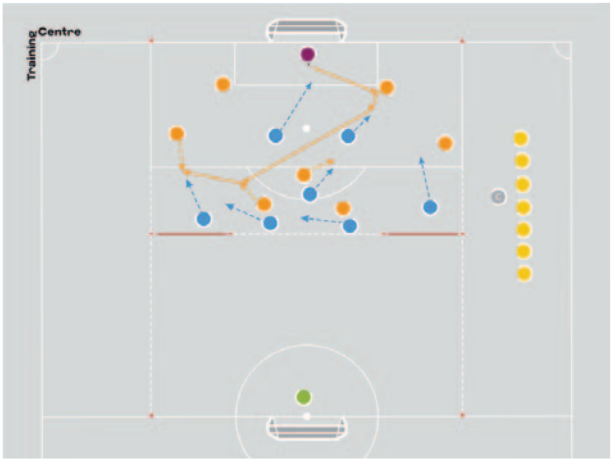
- Cada partidillo dura dos minutos, y va seguido de una pausa activa para recuperar.
- Después de cada periodo, los equipos rotan.
- Se lleva la cuenta de los puntos, y gana el equipo que más sume.



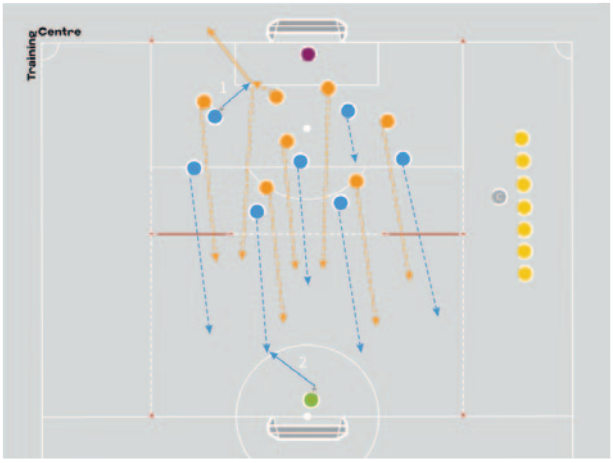
(1/4) Los equipos forman con un 1-4-1-2 y fijan la estructura defensiva antes de empezar el ejercicio de presión.



(2/4) El equipo que defiende lo hace adelantado, con intensidad y con el objetivo de controlar el espacio y presionar en mitad de campo contrario.



(3/4)A fin de fomentar la presión alta, los equipos sumarán puntos adicionales si pasan con el balón por las puertas situadas a ambos lados de la línea divisoria.



(4/4) En lugar de sacar de esquina, el equipo en posesión reiniciará el juego desde su portería. El equipo defensor subirá de inmediato a presionar para evitar que el equipo en posesión pueda trenzar jugadas de ataque.

Diseño intencional del ejercicio

Este ejercicio está minuciosamente diseñado para poner a prueba a los jugadores en el plano físico, táctico y mental. Desde la disposición en el campo hasta las reglas o las intervenciones del entrenador, todo está pensado para trabajar la intensidad, la claridad táctica y la audacia a la hora de presionar.

- Formato del ejercicio: al simular situaciones de partido, este formato de competición incrementa la presión y fomenta la intensidad y concentración.

- Índice de trabajo/descanso: estos partidillos de dos minutos con periodos de descanso activo imponen un alto grado de intensidad, motivan a los jugadores y favorecen la concentración.

- Restricciones: las puertas en la línea divisoria obligan a los defensores a presionar arriba y a defender adelantados, en lugar de hacerlo muy atrás para proteger la portería.

- Reanudaciones rápidas: las transiciones rápidas tras un gol o las situaciones en las que el balón sale del campo sirven para mantener el ritmo y favorecen el juego dinámico.

- Intervenciones del entrenador: Schmidt reúne a sus jugadores en un círculo y da explicaciones en el terreno de juego para aclarar e inculcar conductas tácticas.

- Mentalidad e intensidad: se insta a los jugadores a superarse, a exagerar la conducta en la presión y a actuar con la intensidad necesaria para adoptar un estilo implacable.

Los cinco principios de la presión según Schmidt

La presión, tal y como la entiende Roger Schmidt, se basa en una terminología táctica muy clara. A continuación se definen cinco términos esenciales en alemán que estructuran la conducta de los equipos del técnico y, además, se detalla de qué manera se plasman en el campo de entrenamiento.

1. El balón como referencia

Los defensores utilizan el balón, y no al rival, como principal punto de referencia. El equipo bascula en bloque hacia el balón para:

- reducir los espacios en torno a él;
- crear situaciones de superioridad numérica;
- mantener el bloque junto y los apoyos.

Este principio es el eje del concepto de presión de Schmidt: el balón es el que determina el esquema y el movimiento del equipo.

2. Funcionamiento unitario

El equipo se mueve como un bloque sincronizado, y se mantiene compacto en vertical y horizontal. Cuando un jugador presiona, el resto le sigue, y se genera una red de presión que encima al rival en oleadas. Si la primera línea se ve superada, el siguiente jugador se prepara inmediatamente para continuar la presión. Este principio permite a los equipos:

- mantener la compacidad;
- seguir presionando aunque la primera línea se vea superada;
- crear una red de presión que impide al rival elaborar el juego.

Este principio permite a los equipos de Schmidt presionar en oleadas sin perder su estructura.

3.Movimiento entre los rivales

Un jugador se ubica entre varios contrincantes, listo para intervenir ante distintas situaciones y no exclusivamente ante una,, lo que le permite:

- cerrar varias líneas de pase;
- encaminarse ágilmente hacia la zona que precise;
- mantener una posición dinámica y resultar impredecible.

Esta forma de actuar es especialmente eficaz en sistemas de presión ágiles e intensos.

4. Presionar al esprint

Los jugadores salen a presionar en línea recta y en carrera. Se dirigen hacia el balón con la intención de robarlo, no de ralentizar la jugada. El jugador que opta por esta acción:

- avanza a gran velocidad;
- con convicción;
- trata de recuperar la pelota o forzar un error del rival;
- confía en la cobertura de sus compañeros.

Este principio refleja la enorme intensidad que Schmidt trata de aplicar a la presión. El objetivo del jugador que sale a presionar es llegar al balón cuanto antes y, a ser posible, interceptarlo. La responsabilidad de vigilar el espacio en entorno a él no es suya, sino de sus compañeros, que deberán estar atentos y hacerle la cobertura para que el bloque se mantenga compacto.

5. Cobertura

Cuando un lateral sale a presionar, el resto de la línea defensiva bascula en horizontal o se adelanta en diagonal para:

- cubrir el espacio que queda a su espalda;
- evitar pases verticales;
- mantener el equilibrio y una estructura compacta.

En los intensos sistemas de presión de Schmidt, esta cobertura garantiza la estabilidad del equipo incluso cuando uno de sus jugadores sale a presionar. Se trata de un principio especialmente pertinente en una situación de partido de 11 contra 11; por ejemplo, cuando un lateral presiona al lateral rival y deja momentáneamente sin marca al extremo.

Conclusión

Esta sesión nos muestra cómo aplica Roger Schmidt su concepto de presión en el campo de entrenamiento. A través de ejercicios con un factor competitivo, reglas tácticas y una marcada intensidad, los jugadores asimilan las conductas que caracterizan a sus equipos. Nos hallamos, en definitiva, ante un entorno de entrenamiento en el que se trabaja la táctica, pero también la mentalidad y determinación que exige el atrevido estilo de Schmidt.