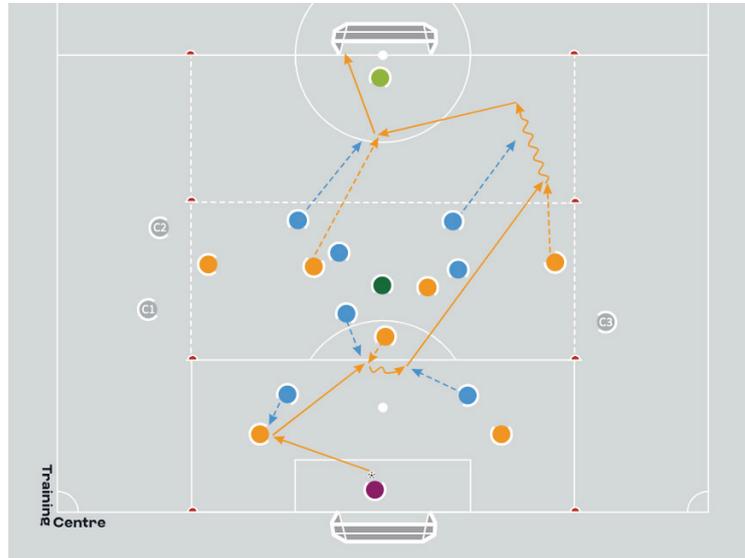


Programa de entrenadores de talentos de la FIFA —•— elaboración y desarrollo de jugadas contra un bloque alto



Organización

- Delimitar una zona de 20 x 50 m para el ejercicio.
- Colocar una portería de dimensiones reglamentarias en cada extremo de la zona delimitada.
- Situar a una guardameta en cada portería.
- Trazar una línea de fuera de juego a 20 m de cada portería.
- Enfrentar a 7 jugadoras azules contra 7 naranjas, más 1 jugadora verde (neutral).

Explicación

- El ejercicio comienza por la guardameta del equipo que tenga la posesión.
- El equipo que tenga el balón tratará de elaborar una jugada y marcar.
- La jugadora neutral ayudará al equipo en posesión de la pelota.
- El equipo que tenga la posesión formará con un 2-3-3, y sus dos jugadoras de banda ejercerán tanto de laterales como de extremos.
- El equipo sin posesión formará con un 2-3-2 con las líneas muy juntas.
- Se aplica la regla del fuera de juego.
- El equipo sin balón presionará arriba y adelantará su defensa hasta la línea de fuera de juego.
- Cada vez que se anote un gol, se iniciará una nueva jugada desde la portería del equipo que haya marcado.
- Se dejará jugar durante 2 minutos, tras los cuales se ofrecerán correcciones y explicaciones técnicas durante otros 2 minutos, para seguidamente dejar jugar 5 minutos seguidos. Repetir la secuencia varias veces.

Principios básicos

- Al ampliar la zona delimitada para el ejercicio, el equipo en posesión (naranja) podrá obligar al rival a abrir sus líneas, lo que dará más opciones de pase a la jugadora que tenga la pelota.
- Al elaborar jugadas desde atrás, la apertura de espacios permite a un equipo superar la primera línea de presión rival
- Si una jugadora recibe la pelota entre líneas y es capaz de girarse y mirar hacia delante, las compañeras podrán desmarcarse en carrera para intentar superar la línea defensiva rival.

Papel de los entrenadores

- Primer entrenador: dirigirá la sesión y organizará a las jugadoras en conjunto, sin dejar de recordarles qué acciones deben llevar a cabo al recibir entre líneas.
- Segundo entrenador: se centrará en dar instrucciones a la línea defensiva y en recolocar a las jugadoras para que puedan replegarse rápidamente.
- Tercer entrenador: animará a las jugadoras desde la banda opuesta a la que se encuentran los otros dos técnicos e introducirá balones en el campo para reiniciar la jugada rápidamente.