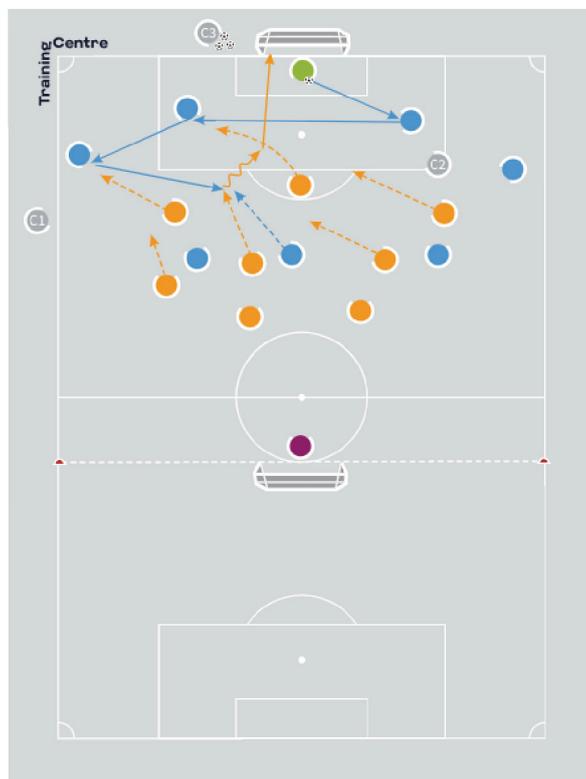


Programa de entrenadores de talentos de la FIFA: Defensas compactas



Organización

- Delimitar una zona de ejercicio de 60 x 40 m.
- Colocar 1 portería de dimensiones reglamentarias en cada extremo de la zona delimitada.
- Situar a 1 guardameta en cada portería.
- Dividir al grupo en 2 equipos, uno de 7 futbolistas (azules) y otro de 8 (naranjas).
- Disponer a los azules en un 4-3.
- Organizar a los naranjas con un sistema 2-3-

Explicación

- El ejercicio comienza con el balón en poder del portero que defiende la meta del equipo azul.
- El equipo azul tratará de construir el ataque desde atrás y marcar en la portería naranja.
- El equipo naranja presiona para hacerse con el balón. Si lo consigue, pasa a atacar la meta azul.
- Cuando se marque un gol o el balón salga fuera, el guardameta que defiende la portería azul reinicia el juego.

Principios básicos

- El equipo defensor puede dificultar los pases en profundidad reduciendo las distancias entre los bloques y cada uno de los jugadores, ya que así se acortan también las líneas de pase.
- El equipo defensor debe ser capaz de reconocer los momentos en que debe activar la presión, por ejemplo cuando los jugadores reciben de cara a su propia portería, y presionar en bloque, proporcionando cobertura y equilibrio.
- Los defensores más alejados del balón deben procurar cerrar los espacios interiores

Papel de los entrenadores

- Primer entrenador: explica el ejercicio y recuerda a los jugadores cuáles son sus responsabilidades en la presión.
- Segundo entrenador: da instrucciones e indicaciones a los jugadores desde su posición dentro de la zona de ejercicio.
- Tercer entrenador: situado al lado de la portería que defienden los azules, entrega el balón al portero y anima.