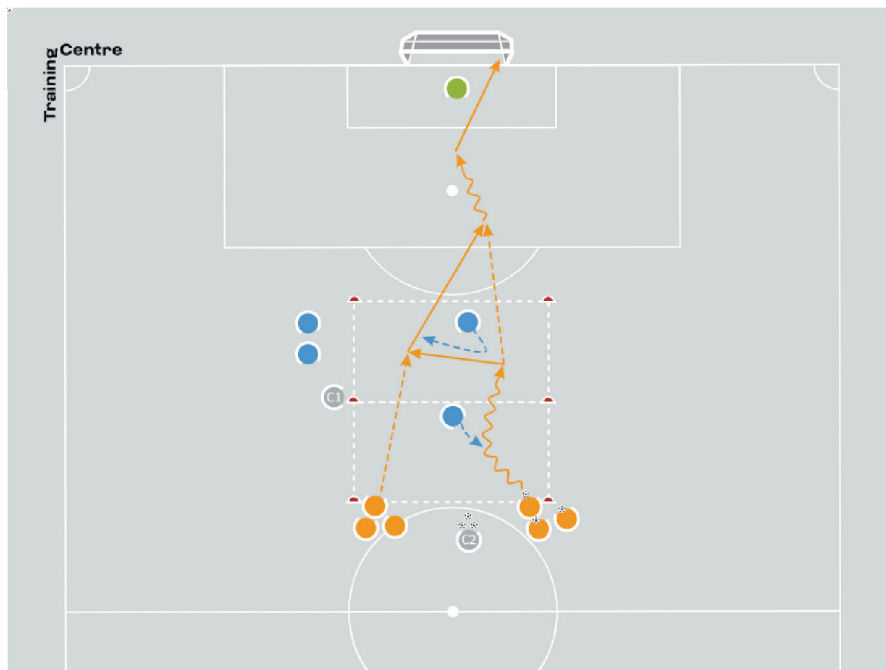


Programa de entrenadores de talentos de la FIFA- Avanzar por el carril central



Organización

- Utilizar la mitad de un campo reglamentario.
- Colocar una portería reglamentaria en el extremo opuesto a la línea de medio campo.
- Situar un guardameta en la portería.
- A 20 m desde la portería en dirección a la línea de medio campo, delimitar una zona de 20 x 15 m (el carril central).
- Dividir el área de 20 x 15 m por la mitad a lo ancho.
- Distribuir al grupo en dos equipos: 6 jugadores naranjas y 4 azules.
- Colocar 1 defensor en cada zona y a los otros 2 defensores fuera de uno de los lados largos de la zona.
- Situar a 3 atacantes en cada esquina del extremo de la zona más cercano a la línea de medio campo.

Explicación

- El ejercicio comienza con la entrada de dos atacantes al carril central, uno por cada esquina. Uno de ellos recibe el balón del entrenador e inicia la acción en conducción.
- Los atacantes inician la jugada juntos con la intención de superar al primer defensor y acceder a la segunda zona.
- Allí buscan combinar de nuevo para dejar atrás al segundo defensor y avanzar hacia la portería. El objetivo es finalizar con rapidez.
- Si los atacantes dejan atrás al primer defensor, este queda inactivo. El segundo defensor, en cambio, sigue en juego aunque lo superen y puede replegarse para intentar evitar el gol.
- La regla del fuera de juego se aplica una vez que el balón sale del carril central.
- Al finalizar cada secuencia, los jugadores intercambian los papeles.

Variante

- Los jugadores deben conducir el balón y no pueden pasárselo a su compañero inmediatamente después de entrar en el carril central.

Principios básicos

- El jugador que conduce el balón encarar al defensor para atraerlo. De este modo, se genera espacio para su compañero y se facilita un pase que supera la línea, lo que refuerza la eficacia del 2 contra 1.
- Ejemplo de acción incorrecta: el atacante de apoyo no mantiene conexión con la jugada. Se adelanta antes de tiempo, cae en fuera de juego y no se ofrece como opción. La ventaja del 2 contra 1 se pierde.
- Ejemplo de acción correcta: el atacante de apoyo permanece atento, ajusta su posición de forma constante, mantiene una línea de pase clara y evita el fuera de juego.

Papel de los entrenadores

- Primer entrenador: dirige el ejercicio y da indicaciones a los jugadores desde uno de los laterales largos del carril central.
- Segundo entrenador: anima a los jugadores y entrega balones a los atacantes desde el centro del extremo del carril central más próximo a la línea de medio campo.