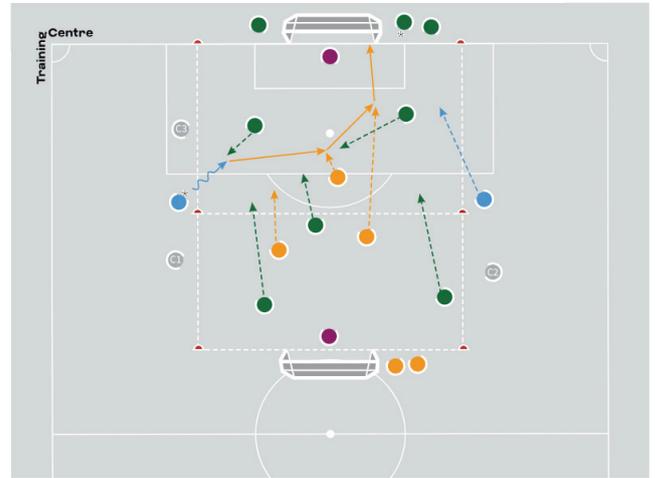


Programa de entrenadores de talentos de la FIFA- Ataque contra defensa: del 5 contra 3 al 5 contra 5



Organización

- Delimitar una zona de 40 x 25 m para el ejercicio.
- Marcar una línea de medio campo.
- Colocar una portería de dimensiones reglamentarias en cada extremo de la zona delimitada.
- Situar a un guardameta en cada portería.
- Dividir el grupo en 3 equipos: uno verde (de cinco jugadores), uno naranja (de tres) y uno azul (de dos).
- Organizar un 5 contra 3 entre verdes y naranjas dentro de la zona del ejercicio, a cada lado de la cual esperará un jugador azul.

Explicación

- El ejercicio comienza con la pelota en poder del equipo verde, que intentará aprovechar su superioridad numérica de 5 contra 3 y anotar en la portería rival.
- El equipo naranja tratará de defender su portería.
- En cuanto una jugada de ataque termine (al anotarse un gol o tras una ocasión, por ejemplo), ambos jugadores azules ingresarán en la zona de juego y el segundo entrenador entregará rápidamente un balón a un jugador naranja.
- Ambos jugadores azules se unirán a los tres naranjas para generar una situación de 5 contra 5 en el campo, con jugadas de ataque de 5 contra 2 o 5 contra 3 en las que se aproveche la desventaja de la estructura defensiva del equipo verde.

Principios básicos

- Para intentar aprovechar en ataque un espacio entre líneas cuando el balón se encuentra pegado a una banda, un jugador naranja se desmarcará en paralelo, ofreciéndose a la espalda de la defensa rival.

Papel de los entrenadores

- Primer entrenador: dirigirá la sesión, y dará instrucciones a los jugadores en fases de transición, así como al equipo que ataca durante una pausa.
- Segundo entrenador: dará instrucciones al equipo en inferioridad numérica.
- Tercer entrenador: entregará balones al equipo naranja, dará instrucciones y animará a ambos bloques..