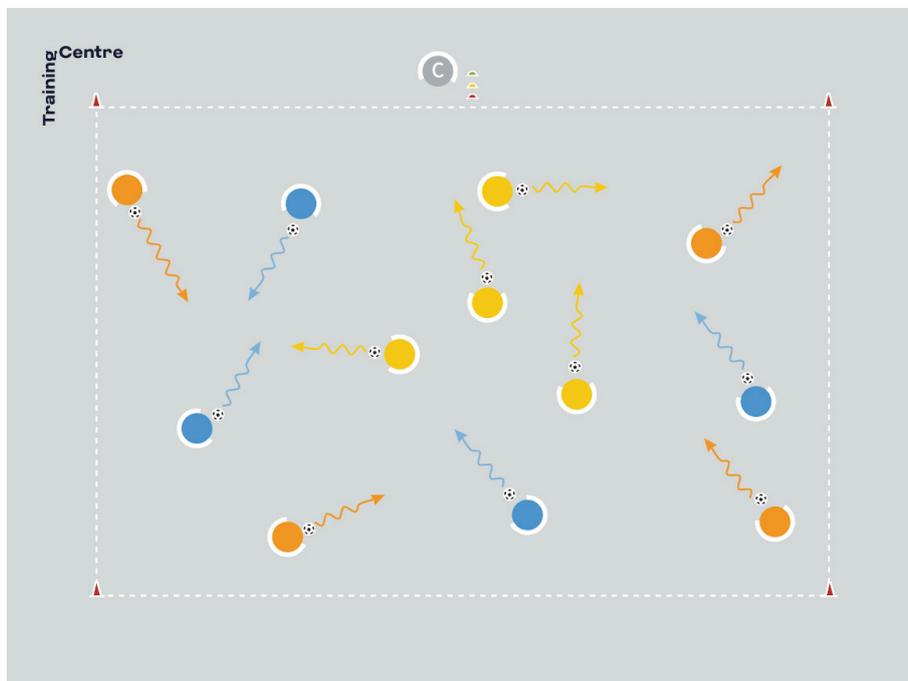


Dominio de balón y juego combinativo

CALENTAMIENTO: JUEGO DEL SEMÁFORO PARA CALENTAR



Consejos de organización para los entrenadores

- Usar un espacio grande si es posible, para que los jugadores tengan la posibilidad de probar cosas nuevas
- Si es posible cada jugador tendrá un balón; de lo contrario, primero organiza el juego con la mitad del grupo, mientras el resto observa y anima, y después cambia a la otra mitad
- Asegúrate de que todos tengan la oportunidad de practicar con balón
- Deja que los jugadores decidan el significado de cada cono según su color

Cómo reducir la dificultad

- Al principio, los jugadores pueden caminar con la pelota

Cómo aumentar la dificultad

- Limita el espacio libre disponible para que los jugadores tengan más dificultades a la hora de buscar espacios o evitar a otros
- Introduce más acciones o interferencias

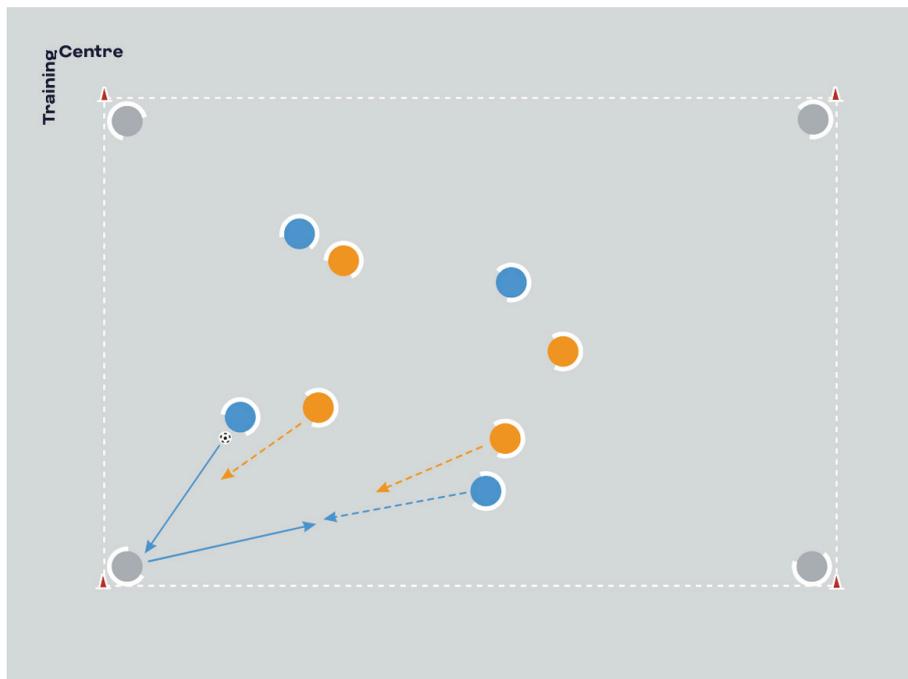
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes mostrarme los trucos que sabes hacer con la pelota?
- ¿Puedes enseñarme diferentes maneras de detener el balón?
- ¿Te impresionó alguno de los trucos de otros jugadores?

Recomendaciones de seguridad

- Recuerda a los jugadores que miren al frente para evitar chocarse

DESARROLLO DE HABILIDADES: 4 CONTRA 4, ENCONTRAR A UN AMIGO, LOS JUGADORES QUE DEBEN RECIBIR Y DEVOLVER EL BALÓN SE SITÚAN EN LAS ESQUINAS



Consejos de organización para los entrenadores

- Si es posible, utiliza una zona de trabajo amplia
- Forma 3 equipos iguales con el mismo número de jugadores y sitúa a los receptores alrededor del campo
- Asegúrate de que los receptores estén siempre atentos y listos para recibir la pelota
- Cambia a los receptores cada cierto tiempo o cuando el equipo ganador alcance un determinado número de puntos

Cómo reducir la dificultad

- Deja que los propios jugadores decidan cómo pasar y desplazarse para hacer llegar el balón al receptor
- Coloca a un receptor en el centro del campo

Cómo aumentar la dificultad

- Fija un número mínimo de pases antes de poder pasarle el balón a un receptor
- Reduce el número de receptores

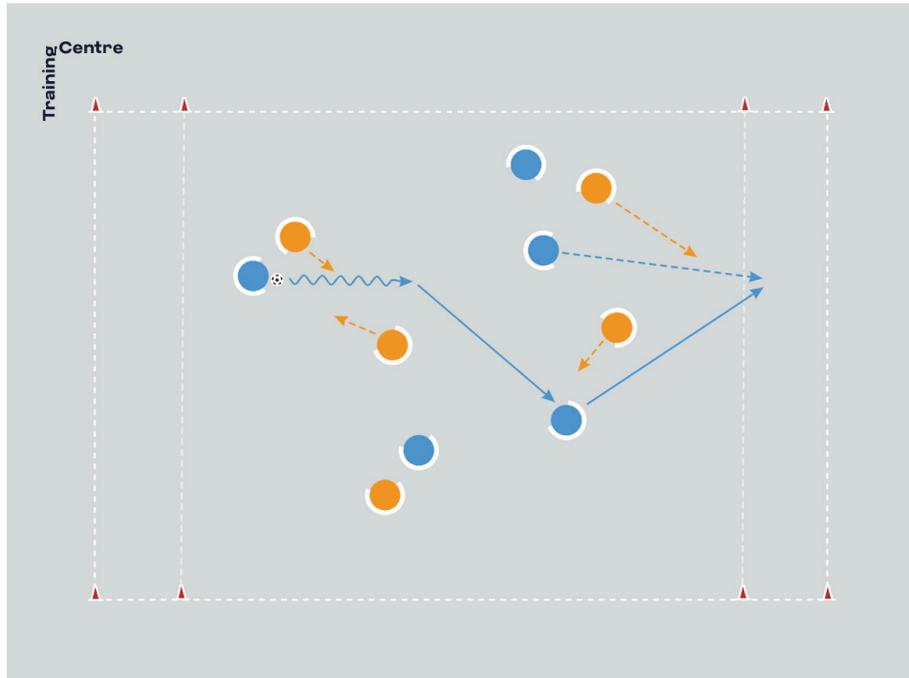
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes enseñarme distintas formas de pasarnos la pelota?
- ¿Cómo sabes que el receptor está listo para recibir el balón?
- ¿Cómo te sientes cuando te pasan el balón?
- ¿Cómo te sientes cuando pierdes el balón o no consigues hacerte con él?

Recomendaciones de seguridad

- Delimita una zona de seguridad entre cada campo

APLICACIÓN EN EL JUEGO: JUEGO DE RUGBY/FÚTBOL AMERICANO 4 CONTRA 4



Consejos de organización para los entrenadores

- Forma dos equipos con el mismo número de jugadores
- Utiliza un campo lo más grande posible con zonas de anotación donde recibir la pelota
- Anima a los jugadores a ser creativos cuando reciban el balón en la zona de anotación

Cómo reducir la dificultad

- Los jugadores pueden comenzar corriendo con el balón hasta la zona de anotación y colocar el balón en el suelo o hacer una parada imaginaria del balón
- Un equipo puede tener más jugadores que el otro

Cómo aumentar la dificultad

- Limita el número de toques permitidos por jugador
- Reduce el número de jugadores de uno de los equipos
- Fija condiciones específicas sobre los pases a la zona de anotación: por alto, a ras de suelo, etc.

Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Cómo puedes buscar los espacios para recibir un pase? Enséñame.
- Enséñame cómo utilizar la creatividad para pasar el balón a un compañero a la zona de anotación. Enséñame.
- ¿Qué sentimientos experimentas cuando tu equipo consigue un punto?
- ¿Qué otros sentimientos y emociones experimentan los jugadores durante el juego?

Recomendaciones de seguridad

- Jugar en una superficie que no sea dura (evitar suelos de cemento u hormigón)
- Solo el jugador que recibe el pase puede entrar en la zona de anotación; de esta forma, no chocará con nadie cuando marque