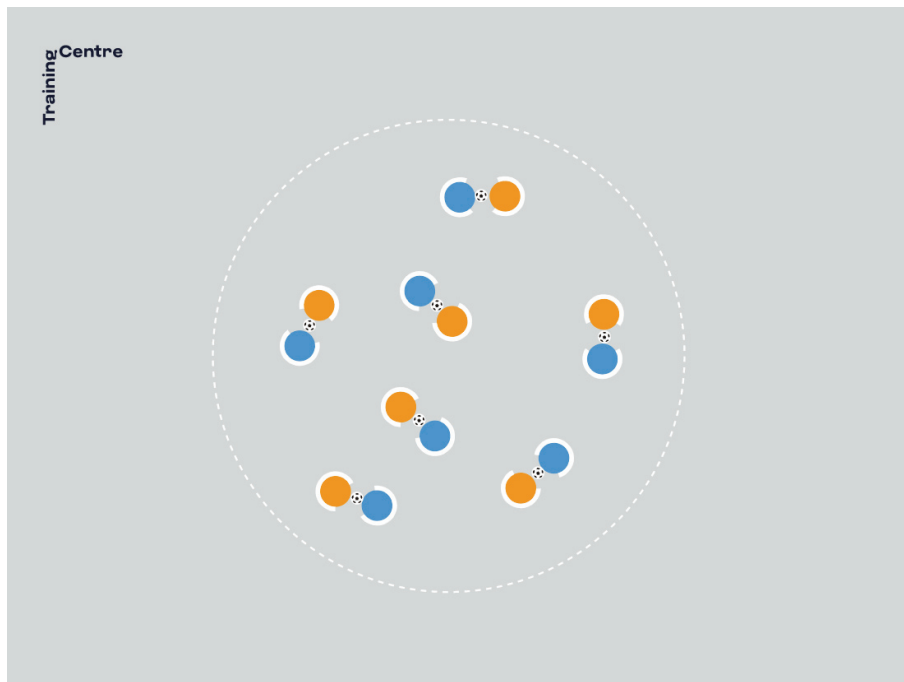


Creciendo con cada tarea

CALENTAMIENTO : 1 CONTRA 1 (OPOSICIÓN)



Consejos de organización para los entrenadores

- Los jugadores forman parejas y compiten por ver quién es más fuerte en diferentes ejercicios. Propón actividades para aumentar la fuerza de los músculos del «core» y que sean divertidas.
- Permíteles que elijan a su pareja y sugiéreles que hagan la actividad con un compañero que piensen que es más fuerte que ellos.

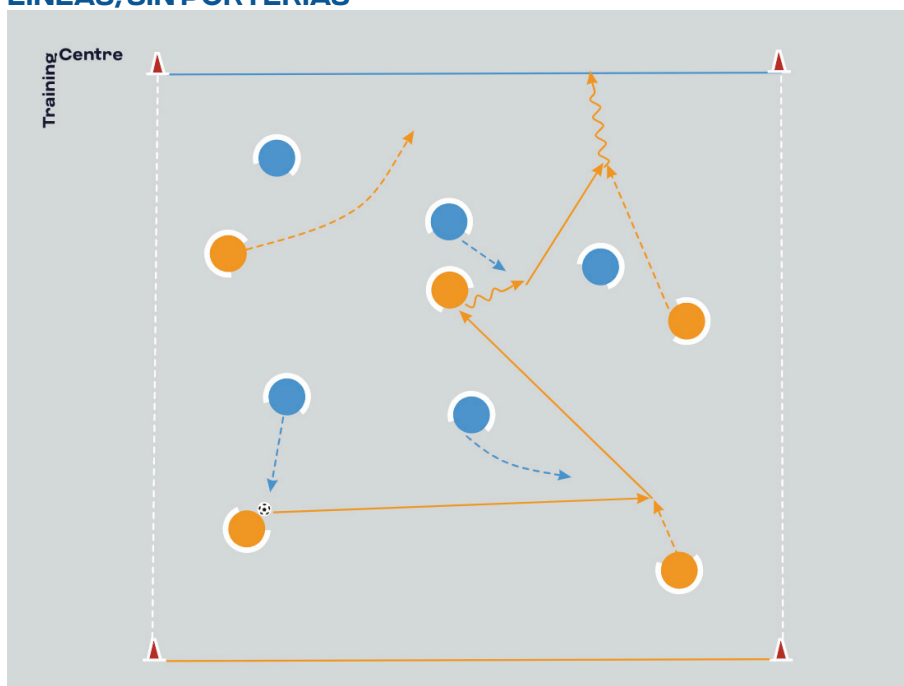
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes colocarte de tal forma que tengas más fuerza y equilibrio?
- Aunque tu compañero sea más fuerte que tú, ¿cuánto tiempo puedes aguantar?
- ¿Qué formas de ganar fuerza se te ocurren? Habla con tu compañero.
- ¿Has seguido los principios de deportividad y juego limpio de la FIFA de los que hablamos (competir, jugar limpio, respetar las reglas y a los demás, asumir la derrota con dignidad)?

Recomendaciones de seguridad

- Insta a los jugadores a mantener el equilibrio y levantar la cabeza.

DESARROLLO DE HABILIDADES: 5 CONTRA 5, JUEGO DE LÍNEAS, SIN PORTERÍAS



Consejos de organización para los entrenadores

- Forma equipos de 5 integrantes.
- En cada turno, 2 equipos compiten por ir dando pases hasta recibir el balón en la línea de fondo, con lo que consiguen 1 punto.

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Añade jugadores adicionales a uno de los equipos.
- Los jugadores pueden empezar lanzando y atrapando el balón con la mano.

¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

- Añade un jugador a uno de los equipos.
- Los jugadores no pueden llegar a la línea de fondo conduciendo el balón, sino que deben recibir el pase en dicha zona.

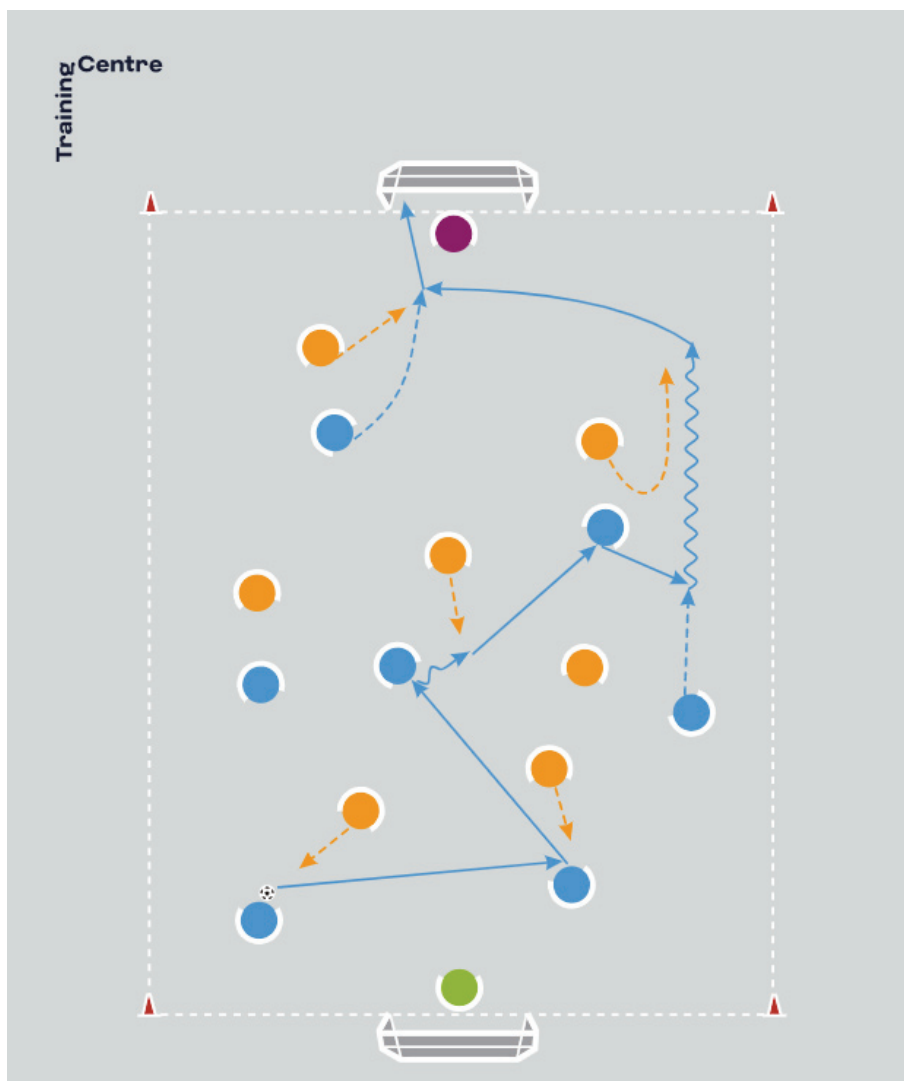
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes colaborar con tus compañeros para usar todo el espacio disponible?
- ¿Puedes pedir que te pasen el balón?
- ¿Eres capaz de colocarte en la línea de fondo y recibir el balón?
- ¿Has seguido los principios de deportividad y juego limpio de la FIFA de los que hablamos (competir, jugar limpio, respetar las reglas y a los demás, asumir la derrota con dignidad)?

Recomendaciones de seguridad

- Crea un espacio de juego seguro.

APLICACIÓN EN EL JUEGO: «FÚTBOL ANDANDO», 8 CONTRA 8, INCLUIDOS LOS PORTEROS



Consejos de organización para los entrenadores

- En un campo forma 2 equipos (sin porteros)
- Se trata de un partido de fútbol normal en el que los jugadores deben andar en vez de correr.
- Dale tiempo para que piensen en la mejor estrategia para jugar.
- Resalta la importante de dar pases precisos, mantener el esquema táctico y aprovechar el espacio sin balón.

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Reduce el número de jugadores por equipo.
- Reduce las dimensiones del campo.

¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

- Limita el número de toques permitidos por jugador.
- Amplía el campo.
- Añade jugadores adicionales a uno de los equipos.

Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Es importante dar pases medidos?
- En posesión, ¿eres capaz de coordinarte con tus compañeros para ocupar rápidamente todo el área de juego?
- ¿Eres capaz de prever lo que va a pasar y cortar pases?
- ¿Has seguido los principios de deportividad y juego limpio de la FIFA de los que hablamos (competir, jugar limpio, respetar las reglas y a los demás, asumir la derrota con dignidad)?

Recomendaciones de seguridad

- Crea un espacio de juego seguro.