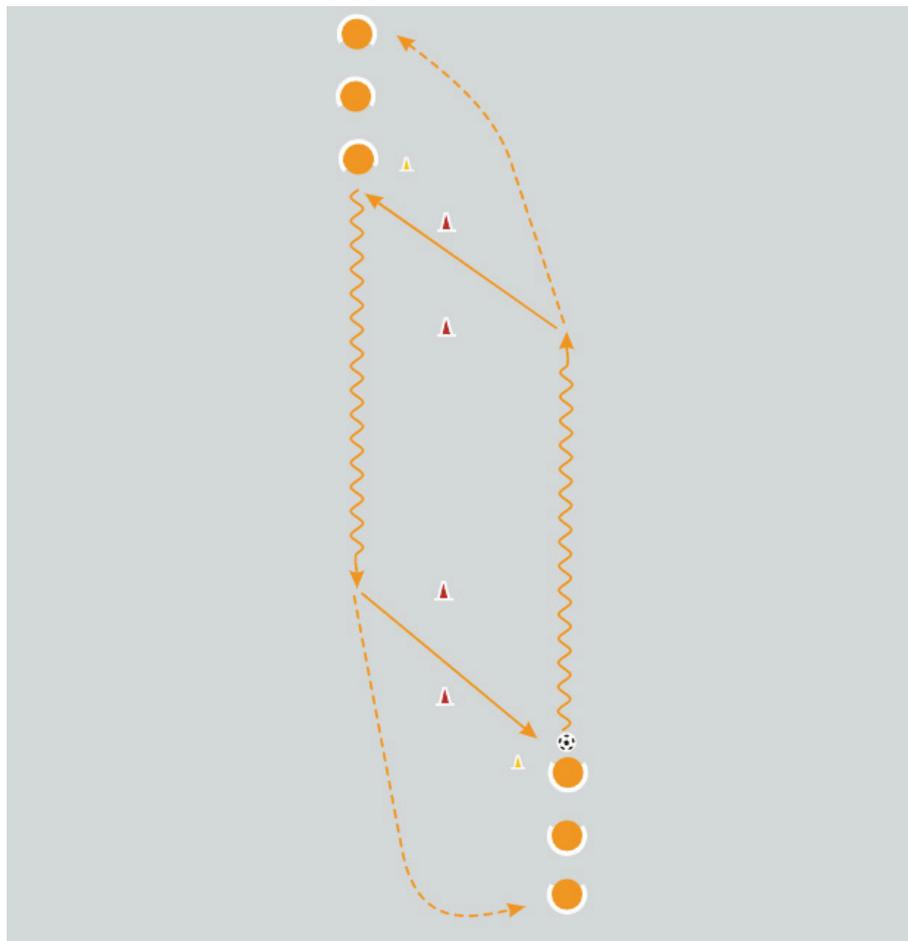


Del 3 vs.3 al 7 vs.7

CALENTAMIENTO: CONDUCCIÓN DEL BALÓN Y PASE



Organización

- Organiza equipos de 6 jugadores como máximo y coloca 2 equipos uno enfrente del otro.
- Propón a los jugadores que decidan cómo se seleccionarán los equipos
- Crea una zona que los jugadores deban recorrer para efectuar un pase preciso al equipo rival
- Tras pasar el balón, los jugadores recorrerán la distancia restante a la carrera, moviéndose de diferentes formas
- Anímalos a concentrarse en la precisión y potencia de los pases
- Gana el primer equipo que consiga acertar 10 pases precisos consecutivos; si un equipo falla un pase (p. ej. golpea la puerta o el balón no llega al receptor) vuelve a empezar de cero

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Amplia el tamaño de la puerta por la que pasar

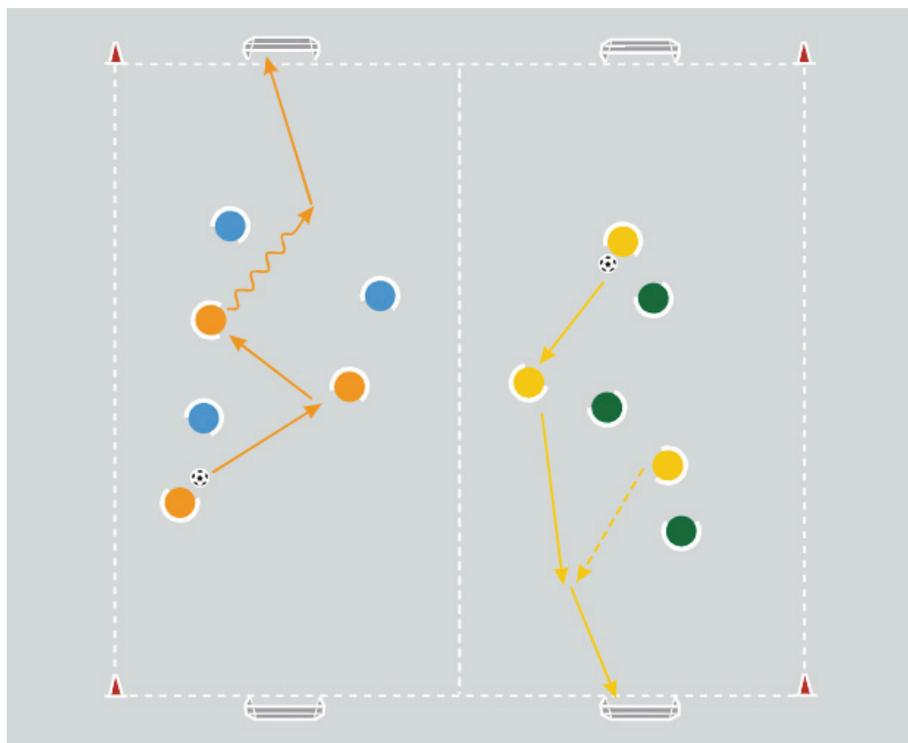
¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

- Reduce el tamaño de la puerta por la que pasar, lo que significa que será necesario aumentar la precisión
- Pide al receptor que haga un control orientado, es decir, no estático, al primer toque y dé tres toques como máximo antes de atravesar la puerta con un pase

Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes centrarte en dar pases medidos?
- ¿Cuál es la mejor manera de acertar el pase a esta distancia?
- ¿Puedes probar tipos de pase diferentes para ver cuál te funciona mejor?
- ¿Qué movimientos elegiste para correr después de pasar el balón?
- ¿Qué opciones tenías

DESARROLLO DE HABILIDADES: 3 CONTRA 3 CON 2 PORTERÍAS



Organización

- Organiza partidos cortos de 3 contra 3 en varios minicampos.
- Propón a los jugadores que elijan los equipos y organicen los campos
- Si no tienes suficientes postes, puedes usar picas o puertas con conos
- Anima a los jugadores a meditar sobre el procedimiento más justo para formar los equipos

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Sin porteros

¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

- Permite que el defensor más cercano a la portería use las manos.
- Permite que cualquier defensa emplee las manos si se encuentra a menos de 2 metros de la portería

Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes formar 2 equipos, organizar un terreno de juego y empezar a jugar?
- ¿Cómo te sientes al empezar el ejercicio por ti mismo con cierta responsabilidad?
- ¿Cómo vas a formar los equipos de forma justa para todos?

Recomendaciones de seguridad

- Asegúrate de que los jugadores dejen espacio entre los minicampos y que las porterías sean seguras



Organización

- Organiza 2 equipos con el mismo número de jugadores (7 como máximo)
- Propón a los jugadores que decidan cómo se seleccionarán los equipos
- Se aplican las reglas habituales, pero deja que los jugadores decidan cómo reanudar el juego (p. ej. con saques de banda con el pie, en lugar de con las manos)
- Pide a los jugadores que arbitren sus propios partidos
- Haz que los equipos voten para elegir al árbitro
- Si hubiera varios equipos, rota cada pocos minutos
- Anima a todos los jugadores a turnarse en la portería

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Añade jugadores adicionales a uno de los equipos

¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

- Incluye menos jugadores en un equipo
- Establece ciertas condiciones en el juego (p. ej. mínimo de pases antes de poder marcar un gol); brinda a los jugadores la posibilidad de decidir

Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Quieres incluir en este juego reglas especiales?
- ¿Qué jugador de tu equipo se responsabilizará de tomar decisiones arbitrales si fuera necesario?
- ¿Pueden los miembros del equipo organizarse para ocupar posiciones sobre el terreno de juego?
- ¿Cómo se puede hacer de manera justa, asegurándose de que todos los jugadores estén de acuerdo con las elecciones adoptadas?