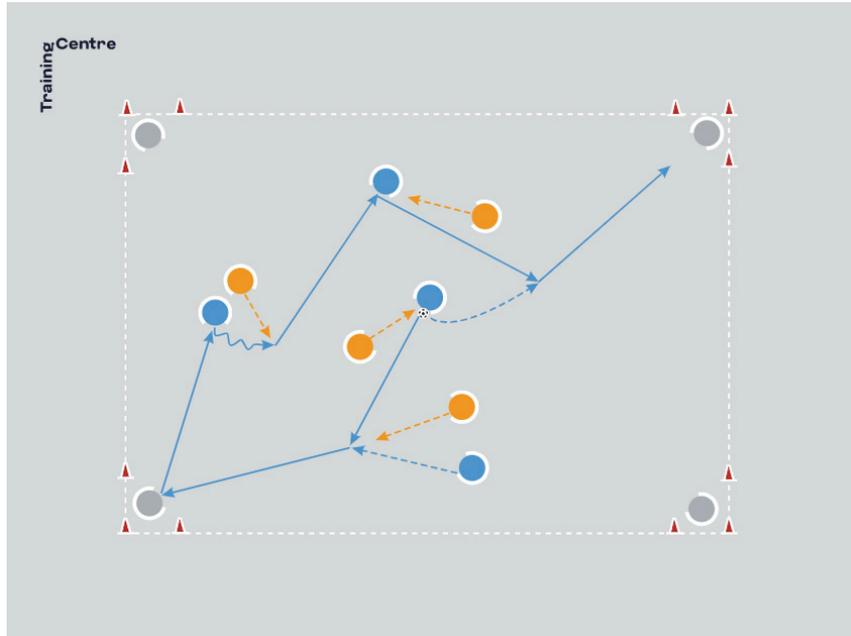


Dominio de la posesión

CALENTAMIENTO: PASE Y POSESIÓN



Organización

- Jugarán 4 contra 4 en el medio, con un equipo adicional de cuatro jugadores, cada uno de los cuales se situará en una esquina o «zona segura».
- En la zona central, el objetivo consistirá en mantener la posesión y en apoyarse en los jugadores de cualquiera de las esquinas. Cada vez que un equipo lo consiga, ganará un punto.
- Introduce cambios de forma que cada equipo solo pueda apoyarse en dos de las cuatro esquinas, ya sea del mismo lado o en diagonal.
- Pide a los jugadores que debatan con sus equipos la mejor forma de afrontar este ejercicio; ánimalos a comunicarse y a ser proactivos.
- Los jugadores de las esquinas devuelven la pelota a los del mismo equipo que se apoyó en ellos.
- Pide a los jugadores que devuelven el balón a los equipos de la zona central que lo hagan con un mensaje de ánimo para fomentar la cooperación y servir de ejemplo a los demás.
- Se rotará de forma que los jugadores del equipo ganador pasen a ocupar las esquinas.
- Gana el primer equipo que consiga diez puntos.
- Pide a los jugadores de las esquinas que se unan a la celebración del equipo ganador (son jugadores comodín). Pide a los ganadores del ejercicio que, frente al resto de compañeros, cuenten a qué creen que se ha debido el buen resultado

Cómo reducir la dificultad

- Comenzar con un ejercicio de lanzar y atrapar el balón.
- Pedir a los jugadores de las esquinas que devuelvan el balón al equipo contrario al que les pasó el esférico.

Cómo aumentar la dificultad

- Para conseguir un punto, los jugadores enviarán sus pases a esquinas consecutivas; por ejemplo, a la esquina 2, a la 3 y a la 4, sin perder la pelota.
- Los jugadores enviarán un pase elevado a las manos de los jugadores de las esquinas.

Preguntas recomendadas para los niños

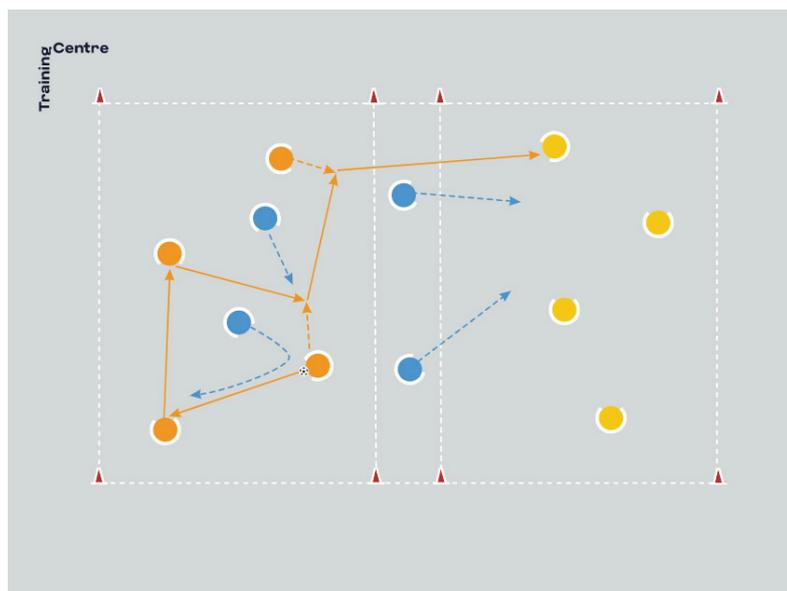
- ¿Sabemos identificar el mejor momento para pasar el balón a uno de los jugadores de las esquinas?

Recomendaciones de seguridad

Crear zonas seguras entre los campos.

Se recomienda que el entrenador supervise todas las zonas donde se realice el ejercicio desde una posición central.

DESARROLLO DE HABILIDADES: PASES Y DEFENSA



Organización

- Tres equipos de cuatro, con un equipo en cada una de las tres zonas formadas.
- En cuanto se da el primer toque en cualquiera de las zonas laterales, dos defensores de la zona central entran en ella para intentar robar la pelota.
- Los atacantes intentarán combinar cuatro pases para llegar al extremo opuesto del terreno, superando a los dos defensores que se acercan a presionarlos y a los dos de la zona central.
- Cuando el balón llega al extremo opuesto, los dos defensores que ocupaban la zona central van a presionar, y los que presionaban ocupan el medio.
- Para una mayor fluidez del ejercicio, se fomentará la cooperación entre jugadores, que deberán hablarse y usar el lenguaje corporal. Recuerda a cada equipo la importancia de jugar en bloque para conseguir resultados.
- Recuerda a los jugadores que la comunicación positiva y la escucha activa (incluida la del lenguaje corporal) pueden influir en la conducta de los compañeros.
- Se repetirá este patrón según la pelota vaya pasando de extremo a extremo.
- Cada vez que los defensores recuperen la pelota, conseguirán un punto para su equipo.
- Transcurridos unos minutos, o cuando un equipo consiga diez puntos, pasará a defender otro equipo.

Cómo reducir la dificultad

- Comenzar con un único defensor tapando la zona exterior, mientras que los otros tres se quedan en la zona central.

Cómo aumentar la dificultad

- Limitar el número de toques que pueden dar los atacantes.
- Pedir un número mayor de pases en cada zona exterior antes de intentar el envío al otro extremo

Preguntas recomendadas para los niños

- ¿Podemos encontrar y crear espacios para pasar el balón o recibirlo en situación de 4 contra 2?
- ¿Qué tipo de pase podemos enviar para distancias más largas?
- En el partidillo anterior, se os animó a colaborar con los compañeros y a escucharlos activamente (lenguaje corporal, etc.).
- ¿De qué forma nos ayuda mostrarnos cooperativos y saber escuchar a la hora de fomentar actitudes positivas y constructivas en el entorno?
- ¿Cómo podemos defender eficazmente en pareja cuando queremos robar el balón?

Recomendaciones de seguridad

- Crear zonas seguras entre los campos.

APLICACIÓN EN EL JUEGO: PARTIDO REDUCIDO



Organización

- Forma dos equipos con el mismo número de jugadores (máximo de ocho).
- Avisa a los jugadores de que se les pedirá compartir, con mensajes motivadores, sus impresiones al final de cada partidillo con el entrenador y con sus compañeros. Cuando les llegue el turno, tendrán que contar algo que han hecho muy bien los compañeros, algo que les haya inspirado o que haya contribuido al juego colectivo.
- El ejercicio comenzará con las reglas del fútbol habituales, pero se dejará que los jugadores decidan cómo reanudar el juego.
- Pide a los jugadores que arbitren sus propios partidos.
- Recuérdales que la finalidad de este ejercicio es promover la cooperación entre compañeros.
- Si hubiera varios equipos, rota cada pocos minutos.
- Anima a todos los jugadores a turnarse en la portería.
- Pídeles que hablen entre ellos para repartirse diferentes funciones.
 - Al designar un capitán, estarás fomentando el respeto mutuo.
 - Al nombrar un portavoz, fomentarás que se creen espacios seguros para aprender a hablar en público.
- A ser posible, se utilizarán porterías grandes.
- Si tienes un número de jugadores impar, puedes jugar con equipos que no posean el mismo número de jugadores.

Cómo reducir la dificultad

- Un equipo puede tener más jugadores.

Cómo aumentar la dificultad

- Hacer que uno de los equipos tenga menos jugadores.
- Poner más condiciones.

Preguntas recomendadas para los niños

- ¿Quieres incluir en este juego reglas especiales?
- ¿Qué jugador de tu equipo se responsabilizará de adoptar las decisiones arbitrales si fuera necesario?
- ¿Pueden los miembros del equipo posicionarse de manera adecuada sobre el terreno de juego?

Recomendaciones de seguridad

- El entrenador supervisará todas las zonas donde se realice el ejercicio desde una posición central por si se producen lesiones, y hará rotar y descansar a los jugadores cuando sea necesario.