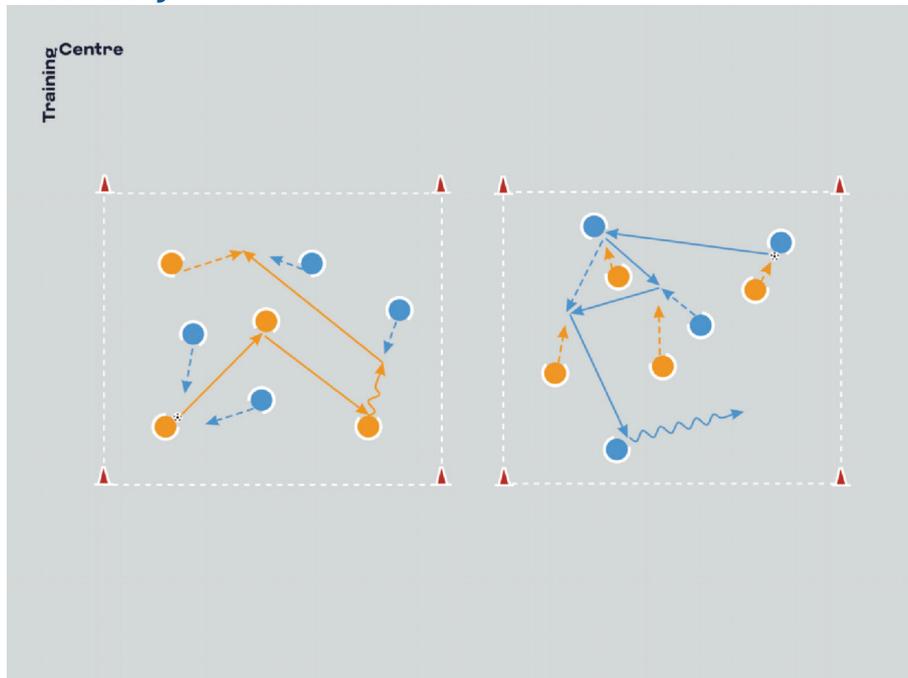


De la posesión a anotar goles

CALENTAMIENTO: JUEGO DE POSESIÓN MULTIDIRECCIONAL (4 CONTRA 4)



Consejos de organización para los entrenadores

- Delimita un campo para jugar 4 contra 4
- Para anotarse puntos, los equipos deben mantener la posesión del balón: cada 10 pases consecutivos acertados consiguen 1 punto
- El otro equipo también trata de conseguir los 10 pases cuando se hace con el balón
- Puedes pedir a cada equipo que trate de mantener el balón durante más tiempo

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Reduce el número de pases necesario para conseguir un punto

¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

- Aumenta el número de pases necesario para anotar un punto
- Limita el número de toques que puede dar cada jugador antes de pasar el balón
- Reduce el tamaño del campo

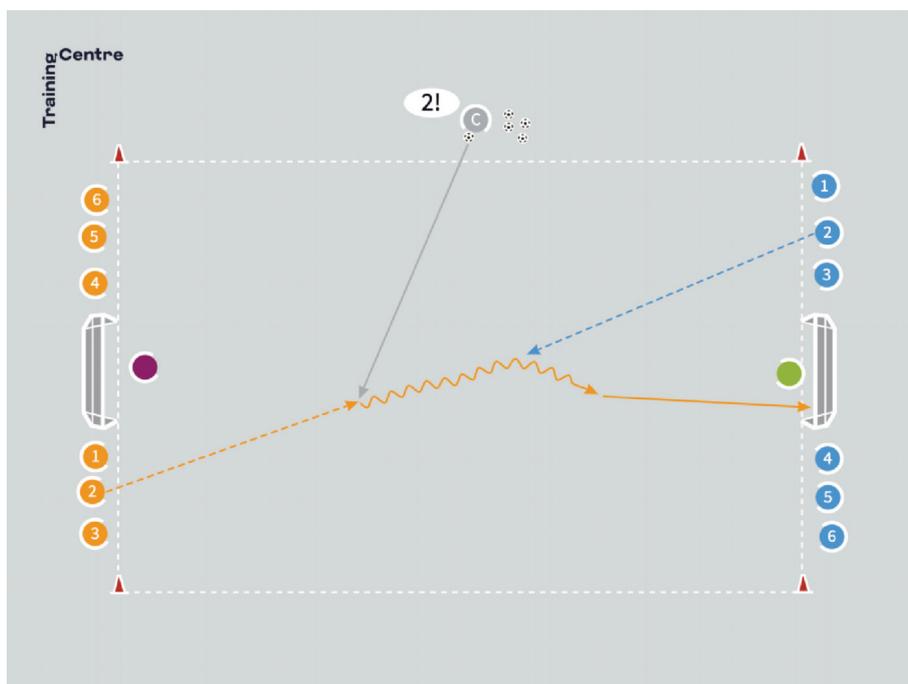
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puede tu equipo ocupar todo el campo para darle la mayor amplitud posible?
- ¿Puedes mostrarme cómo se comunican entre sí los jugadores del equipo?
- Cuando tratas de recuperar el balón, ¿cómo puedes hacerlo para que el intento resulte eficaz?
- ¿Qué problemas se encontró tu equipo durante la actividad?
- ¿Cómo los solucionó?

Recomendaciones de seguridad

- Delimita zonas de seguridad entre las zonas de juego

DESARROLLO DE HABILIDADES: DE 1 CONTRA 1 A 4 CONTRA 4, 2 PORTERÍAS CON PORTEROS



Consejos de organización para los entrenadores

- Forma equipos con el mismo número de jugadores, incluidos porteros fijos, y adjudica un número a cada jugador de campo
- Asigna a cada jugador el mismo número que a uno de sus rivales
- Di un número de orden en voz alta, y los jugadores que lo tengan asignado corren al campo lo más rápidamente posible y juegan 1 contra 1 hasta que uno de ellos marque un gol o el balón salga del campo
- Empieza a llamar más de un número a la vez para que el juego se convierta progresivamente en 2 contra 2, 3 contra 3 y 4 contra 4. Los porteros también pueden competir en un 1 contra 1
- Gana el primer equipo que marque 10 goles
- Asegúrate de tener junto al campo tantos balones como sea posible

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Empieza sin porteros
- Empareja a los jugadores según su nivel

¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

- Llama a los números impares de cada equipo, por ejemplo a los jugadores 3 y 4 de un equipo y al número 7 de otro

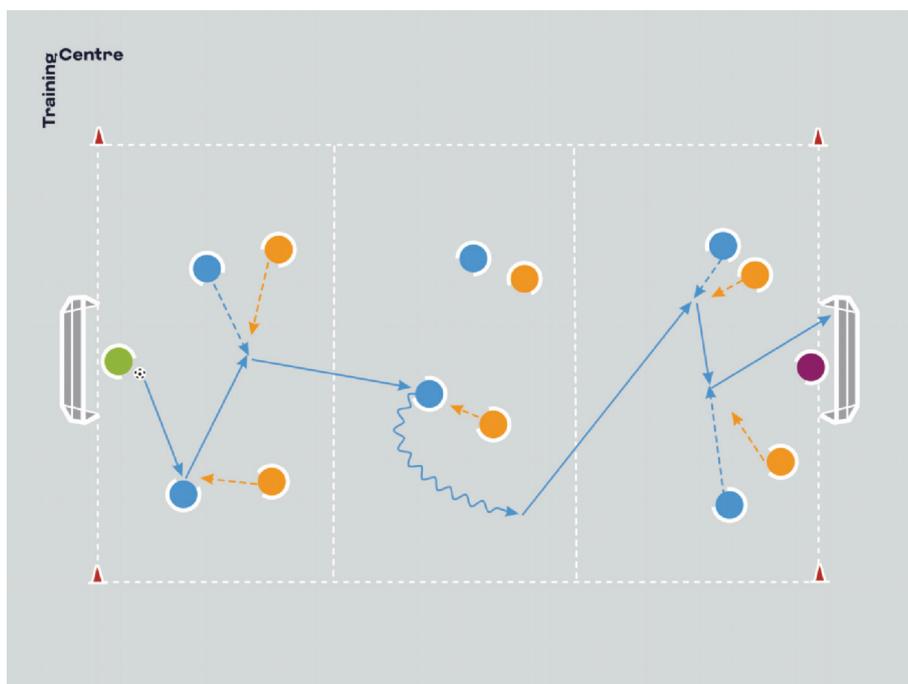
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes estar muy atento para oír tu número y saltar al campo a toda velocidad cuanto te llegue el turno?
- ¿Puedes darte cuenta rápido de si conseguirás ser el primero en llegar al balón para ser atacante u ocuparás una posición defensiva?
- ¿Puedes mantener una mentalidad positiva en un 1 contra 1?
- ¿Qué importancia tiene la resolución de problemas en esta actividad?

Recomendaciones de seguridad

- Llama a nuevos jugadores al campo solo cuando la zona de juego esté despejada

APLICACIÓN EN EL JUEGO: JUEGO POSICIONAL (7 CONTRA 7, 2 PORTERÍAS CON PORTEROS)



Consejos de organización para los entrenadores

- Forma 2 equipos de 7 jugadores cada uno.
- Divide el campo en tercios; juega 2 contra 2 en cada zona, más los porteros
- 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, o se empezará desde la zaga después de cada gol)
- Pide a los jugadores que arbitren sus propios partidos.
- Si tienes más de 2 equipos, haz rotaciones cada pocos minutos o crea varios minicampos
- Trata de usar porterías grandes si fuera posible.
- Si tienes un número de jugadores impar, puedes hacer que jueguen en una zona equipos que no posean el mismo número de jugadores
- Los jugadores tienen que quedarse en su zona, pero dales la oportunidad cada pocos minutos de cambiar de zona y de rivales

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Añade más jugadores a uno de los equipos
- Empieza sin porteros
- Los equipos pueden pasar directamente de la zona 1 a la zona 3 (es decir, de la defensa al ataque) sin jugar en la zona 2 (el centro del camp)

¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

- Incluye menos jugadores en un equipo
- Establece el requisito de que los equipos jueguen en todos los tercios del campo antes de marcar

Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes debatir con tu equipo la mejor manera de jugar este partido?
- ¿Tienes siempre que jugar el balón hacia delante desde la zona central?
- ¿En qué zona te gustó más jugar y por qué?
- ¿Por qué es importante estar preparado para solucionar problemas durante el juego?

Recomendaciones de seguridad

- Si tienes más de un campo, crea zonas seguras entre ellos