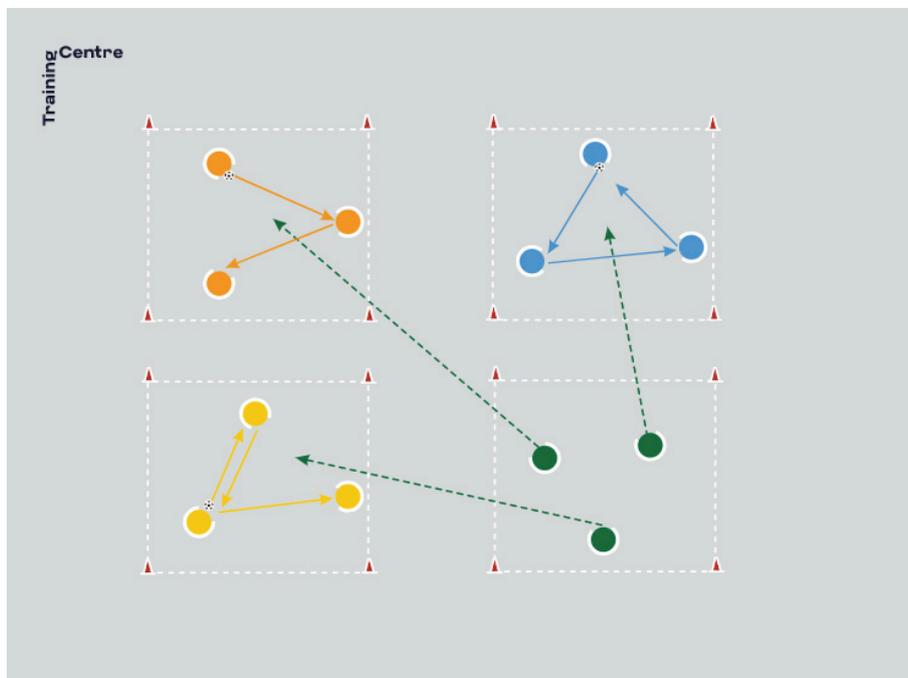


Rondos dinámicos y ventajas numéricas

CALENTAMIENTO: JUEGO DE POSESIÓN CON GRUPOS REDUCIDOS



Organización

- Formar 4 grupos de 3 jugadores y asignar su propia zona de juego a cada grupo.
- Para empezar, cada grupo tratará de mantener el balón en circulación sin dejar que salga de su zona.
- Después, uno de los grupos se disolverá, y cada uno de sus integrantes pasará a hacer de defensor en uno de los otros 3 grupos, de manera que el juego se convierta en un 3 contra 1.
- Organizar una competición entre los 3 grupos restantes para ver cuál de los tríos logra el mayor número de pases consecutivos.
- Trascurridos 2 o 3 minutos, rotar a los defensores y repetir el ejercicio.

Cómo reducir la dificultad

- Ampliar la zona de juego.
- Para empezar, los jugadores pueden pasarse el balón con la mano.

Cómo aumentar la dificultad

- Reducir la zona de juego.
- Limitar el número de toques.

Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Somos capaces de desmarcarnos para recibir un pase?
- ¿Hay que pasar el balón si no nos presionan?
- ¿Sabemos amagar un pase o un movimiento?

Recomendaciones de seguridad

- Delimitar una zona de juego segura.

DESARROLLO DE HABILIDADES: JUEGO DE POSESIÓN (4+2 RECEPTORES CONTRA 4+2 RECEPTORES)



Organización

- Formar equipos para disputar un 6 contra 6 en un cuadrado; organizar un 4 contra 4 en el interior del cuadrado, con 2 receptores por equipo situados en el exterior, en lados opuestos.
- Los jugadores de cada equipo tratarán de mantener el balón dentro del cuadrado. Para sumar un punto, deberán combinar con uno de los receptores.
- Si logran pasar consecutivamente a los 2 receptores sin perder la posesión, sumarán 4 puntos.
- No pasa nada si hay un número impar de jugadores y equipos sin el mismo número de jugadores.

Cómo reducir la dificultad

- Incorporar más jugadores a uno de los equipos en el interior del cuadrado.
- Para empezar, los jugadores pueden pasarse el balón con la man

Cómo aumentar la dificultad

- Incluir menos jugadores en un equipo.
- Los jugadores situados en el interior del cuadrado deben picar el balón a los receptores, quienes deben atraparlo con las manos para sumar un punto.
- Los equipos deben dar un número determinado de pases antes de enviar el balón a los receptores

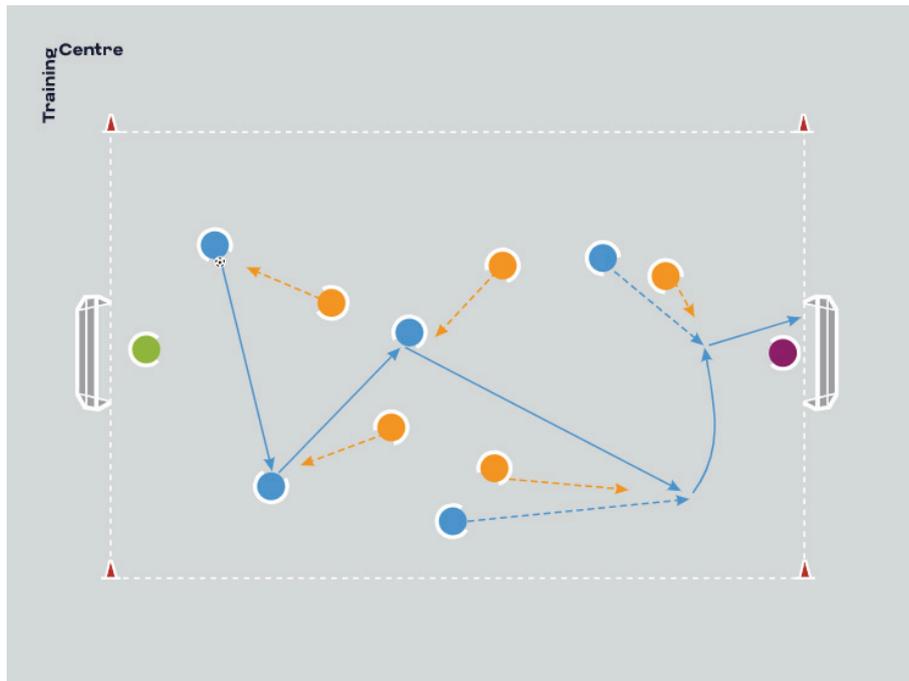
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Somos capaces de ocupar todo el ancho y largo de la zona de juego para aprovechar todo el espacio disponible?
- ¿Nos atrevemos a pedir la pelota cuando estamos listos para recibirla?
- ¿Somos capaces de presionar en bloque al rival para recuperar el balón?
- ¿Hay algún aspecto de la actividad que haya resultado estresante?
- ¿Sabemos gestionar el estrés durante un partido?

Recomendaciones de seguridad

- Si los jugadores comienzan pasándose el balón con la mano, durante esta fase solo podrán recuperarlo interceptando un pase.

APLICACIÓN EN EL JUEGO: PARTIDO NORMAL DE 6 CONTRA 6



Organización

- Dividir a los jugadores en equipos con el mismo número de integrantes y delimitar minicampos para disputar partidos de 6 contra 6 como máximo, incluidos guardametas.
- Si hay un equipo esperando, sus integrantes pueden jugar un 3 contra 3 o completar un minicircuito de habilidad para mantenerse activos.
- Ofrecer a los jugadores la posibilidad de aprender jugando y a través de los retos que supone cambiar de rivales.
- Dejar que los jugadores arbitren ellos mismos los partidos.

Cómo reducir la dificultad

- Si hay equipos desiguales o de nivel dispar, asignar jugadores extras al más débil.

Cómo aumentar la dificultad

- Ofrecer la posibilidad de sumar un punto si se alcanza un número determinado de pases consecutivos.
- Limitar el número de toques a todos los jugadores o a parte de ellos.
- Establecer ciertas restricciones, como limitar la forma de marcar (solo al primer toque, solo de volea, etc.).

Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Somos capaces de apoyar a los compañeros cuando tienen la pelota?
- Cuando nuestro equipo no tiene la posesión, ¿somos capaces de interponernos entre la pelota y nuestra portería lo más rápido posible?
- ¿Son capaces los guardametas de reiniciar el juego sacando en corto con la mano en lugar de chutando?
- ¿Cómo nos sentimos cuando va ganando el otro equipo?
- ¿Qué ha hecho nuestro equipo para no rendirse?

Recomendaciones de seguridad

- Delimitar una zona de juego segura.