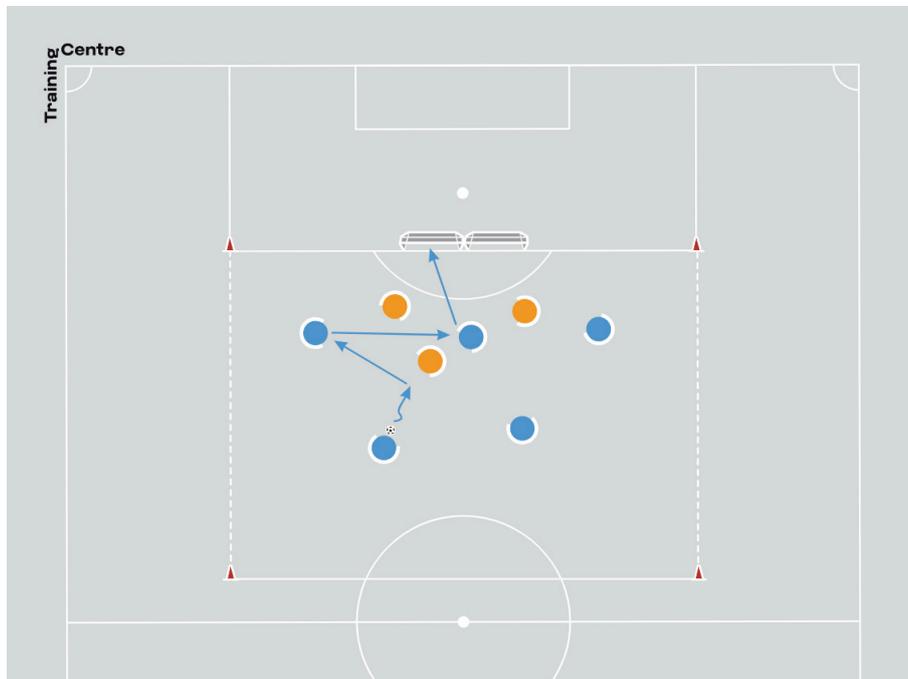


Usar al jugador en —●— amplitud

CALENTAMIENTO: «FÚTBOL EN LÍNEA» (DEFENDER Y ANOTAR) (5 CONTRA 3 CON 2 PORTERÍAS)



Organización

- Organiza un partido de 5 contra 3
- El equipo de 5 jugadores (los «atacantes») juega de cara a las 2 porterías pequeñas (con o sin porteros) y los 3 defensas tratan de hacerse con el balón, contraatacar y llevarlo a la línea señalada en el otro extremo del campo para anotarse 1 punto
- Después de 3 intentos, rota a los jugadores con los compañeros que esperan o intercambia las funciones
- Mantén la puntuación permanente de los 2 equipos a pesar de las rotaciones que hagas

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Empieza con 5 contra 2 (más fácil para los atacantes)
- Organiza un 5 contra 4 (más fácil para los defensas)
- Limita el número de toques que pueden dar los atacantes antes de pasar el balón o tirar a puerta

¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

- El equipo defensor tiene que marcar en el plazo de 5 segundos desde que consigue la posesión

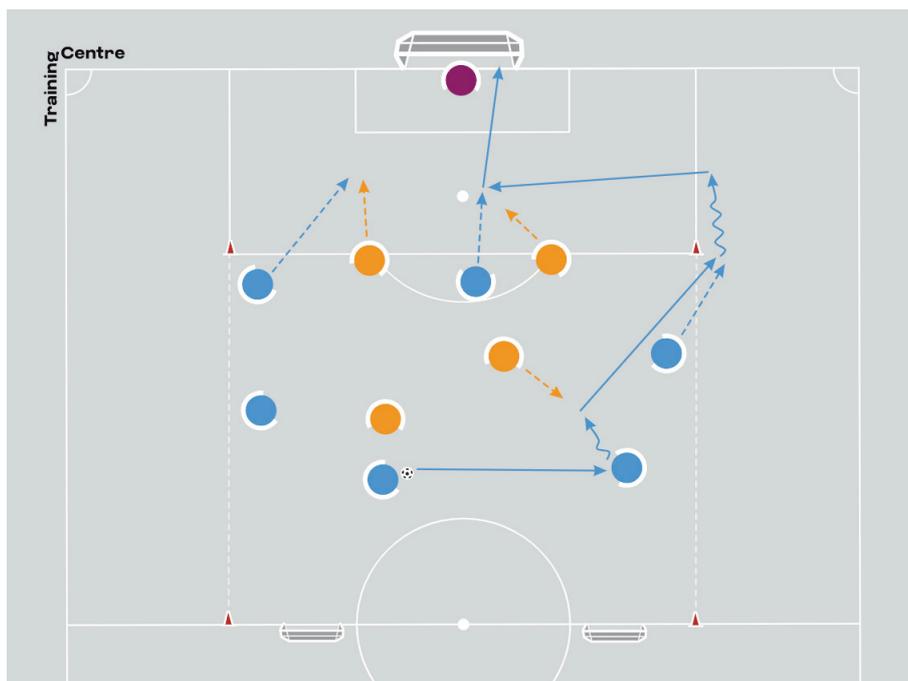
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puede el equipo atacante aprovechar su superioridad numérica para crear espacios?
- ¿Cómo deberían tratar de jugar los defensas?
- Si los atacantes pierden el balón, ¿pueden reaccionar rápidamente y convertirse en defensas?
- ¿En qué zona del terreno de juego plantean los atacantes la mayor amenaza?
- ¿Desde dónde es más probable que marquen?

Recomendaciones de seguridad

- Cada intento empezará solamente cuando todos los jugadores estén listos y en sus posiciones de inicio
- Crea un espacio de juego seguro

DESARROLLO DE HABILIDADES: JUEGO POR CARRILES DELIMITADOS (6 CONTRA 4 CON 3 PORTERÍAS Y 1 PORTERO)



Organización

- Forma 2 equipos para jugar 6 contra 4; el equipo de 6 jugadores ataca hacia la portería grande situada en el centro de uno de los fondos, que defiende 1 portero
- El equipo de 4 jugadores (3 defensas y 1 portero) trata de hacerse con el balón y contraatacar inmediatamente para marcar en una de las 2 porterías pequeñas situadas en los laterales del otro extremo del campo
- El terreno de juego tiene además 2 «zonas de seguridad» (carriles exteriores, situados en los laterales) para el equipo atacante: solo puede entrar en ellos 1 jugador a la vez, sin rivales, para propiciar que se envíen centros al área
- Delimita más de un terreno de juego si tienes un grupo muy numeroso

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Reduce la anchura del campo (más fácil de defender)
- Utiliza toda la amplitud del campo (más espacio para atacar)
- Permite que haya 1 defensa en los carriles delimitados en los laterales del campo

¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

- El equipo atacante solo puede marcar tras recibir un centro

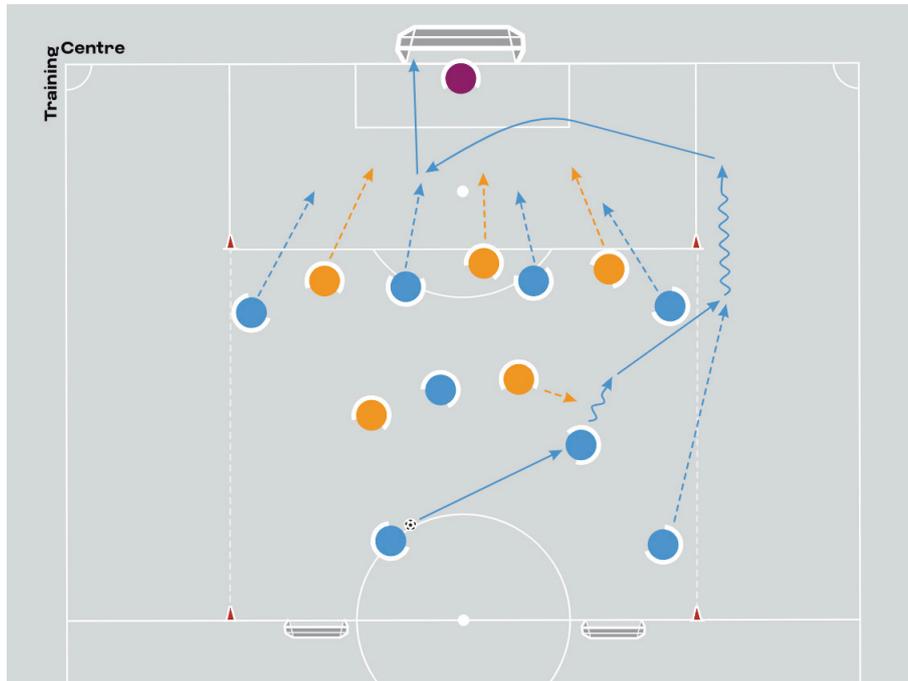
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes jugar en una posición escorada cuando sea posible?
- ¿Puedes ajustar la carrera para llegar a un balón centrado al área?
- Cuando los defensas se hacen con el balón, ¿pueden contraatacar velozmente como equipo?
- ¿En qué zona del terreno de juego plantean los atacantes la mayor amenaza?
- ¿Desde dónde es más probable que marquen?

Recomendaciones de seguridad

- Cada intento empezará solamente cuando todos los jugadores estén listos y en sus posiciones de inicio
- Crea un espacio de juego seguro

APLICACIÓN EN EL JUEGO: JUEGO POR CARRILES DELIMITADOS (8 CONTRA 6 CON 3 PORTERÍAS Y 1 PORTERO)



Organización

- Forma 2 equipos para jugar 8 contra 6; el equipo de 8 jugadores ataca hacia la portería grande situada en el centro de uno de los fondos, que defiende 1 portero
- El equipo de 6 jugadores (5 defensas y 1 portero) trata de hacerse con el balón y contraatacar inmediatamente para marcar en las 2 porterías pequeñas situadas en los laterales del otro extremo del campo
- El terreno de juego tiene además 2 «zonas de seguridad» (carriles exteriores, situados en los laterales) para el equipo atacante: solo puede entrar en ellos 1 jugador a la vez, sin rivales, para propiciar que se envíen centros al área
- Delimita más de un terreno de juego si tienes un grupo muy numeroso

¿Cómo podemos reducir la dificultad?

- Reduce la anchura del campo (más fácil de defender)
- Utiliza toda la amplitud del campo (más espacio para atacar)
- Permite que haya 1 defensa en los carriles delimitados en los laterales del campo

¿Cómo podemos aumentar la dificultad?

El equipo atacante solo puede marcar tras recibir un centro

Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes jugar en una posición escorada cuando sea posible?
- ¿Puedes ajustar la carrera para llegar a un balón centrado al área?
- Cuando los defensas se hacen con el balón, ¿pueden contraatacar velozmente como equipo?
- ¿En qué zona del terreno de juego plantean los atacantes la mayor amenaza?
- ¿Desde dónde es más probable que marquen?

Recomendaciones de seguridad

- Cada intento empezará solamente cuando todos los jugadores estén listos y en sus posiciones de inicio
- Crea un espacio de juego seguro