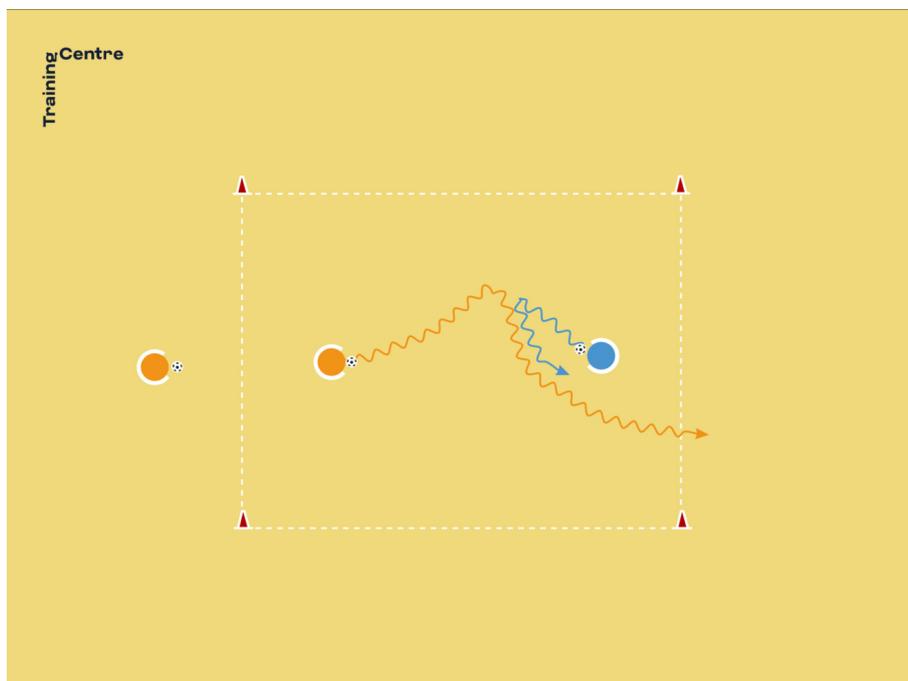


Fútbol playa

Regate 1 vs.1



Organización

- Delimitar un cuadrado o un rectángulo en el que se disputarán los enfrentamientos. Adaptar la distancia según se busque una mayor o menor dificultad.
- Colocar dos filas de jugadores, una en cada extremo del área de juego.
- Un balón por fila.

Explicación

- Participan un defensor y un atacante, cada uno con un balón. El atacante debe detener el balón tras rebasar con él la línea marcada detrás del defensor. Este intentará robarle el balón al atacante sin perder el suyo.
- Los jugadores cambian de rol después de cada jugada..

Variaciones

- Con un solo balón. Dos equipos se enfrentan en sucesivos 1 contra 1. El atacante trata de sobrepasar con balón la línea de fondo del defensor. Si el defensor recupera el balón, podrá atacar e intentar detener el balón tras rebasar la línea rival. El jugador que rebasa la línea rival con el balón permanece en el campo y defiende contra el siguiente rival. Cada jugador puede jugar un máximo de dos rondas seguidas.
- El balón parte del centro del área de juego. El defensor no puede intervenir hasta que el atacante toque el balón. El atacante puede amagar con el cuerpo antes de iniciar la conducción. Su objetivo será detener el balón tras rebasar una de las líneas laterales. Deberá dar un mínimo de dos toques para conseguir el punto.
- Se repite el ejercicio, solo que, esta vez, el atacante debe detener el balón tras sobrepasar la línea de fondo del defensor.

Principios básicos

- El atacante debe superar a su rival lo antes posible.
- El defensor debe marcar al jugador con balón.
- Trabajo de amagos y fintas, con y sin balón.