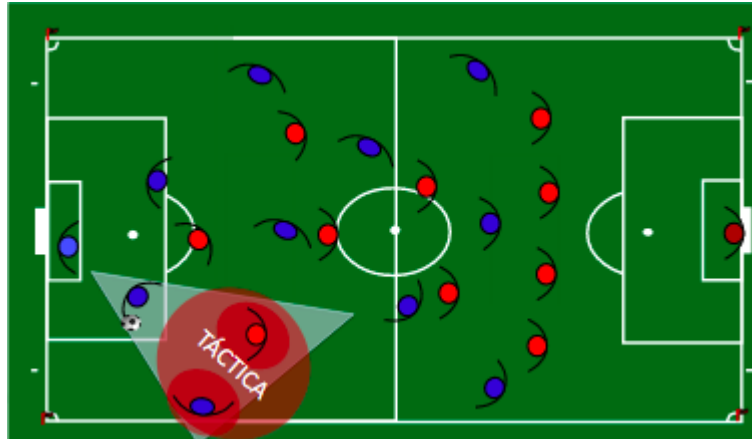


TACTICA

Diapositiva 2

Definición de táctica

Conjunto de acciones que realiza el jugador sin balón en las situaciones básicas de la táctica que son el 1v1, el 2v1 i el 1v2



Diapositiva 3

Las acciones son las siguientes que veremos más adelante en detalle:

Acciones tácticas ofensivas:

- Amplitud
- Profundidad
- Desmarque
- Desmarque en apoyo
- Desmarque en profundidad

Diapositiva 4

Acciones tácticas defensivas

- Cobertura
- Permuta
- Marcaje
- Marcaje poseedor del balón

Diapositiva 5

Las **intenciones tácticas** son el principio que conecta lo que el jugador puede hacer con el balón y su objetivo dentro del juego. Estas intenciones deben ser incorporadas de manera gradual en el proceso de aprendizaje del deporte.

Ya hemos examinado las acciones técnicas anteriormente. A lo largo del proceso de aprendizaje de estas acciones técnicas, es crucial introducir la idea de qué impacto pueden tener estas acciones en el juego; en otras palabras, cuál debería ser el propósito o la finalidad de la acción del jugador.

Que queremos conseguir con nuestra acción.

Ahora, vamos a abordar las intenciones tácticas. Cada intención táctica ofensiva tiene una correlación directa con su contraparte defensiva.

Las intenciones tácticas abarcan **TODOS** los objetivos o metas que podemos tener como equipo, ya sea con balón o sin él.

Según ciertos expertos, esto se puede resumir de la siguiente manera:

"Son los patrones de movimientos, actuaciones y desplazamientos coordinados para satisfacer las exigencias del juego desde una actuación individual."

Diapositiva 6

Intenciones tácticas ofensivas:

FIJAR: Conducir con la intención de jugar con un compañero liberado después de atraer la atención y no la posición de un contrario que podría tapan una línea de pase.

DIVIDIR: Intención de crear un posible receptor tras atacar un espacio y generar atracción en algún defensor.

CONSERVAR: Intención de mantener la posesión del balón aun evitando la progresión del ataque hacia la portería contraria.

PROGRESAR: Intención de llevar el balón hacia la portería contraria con la finalidad ofensiva de hacer gol.

FINALIZAR: Intención ofensiva con la finalidad de hacer gol de forma inmediata.

Intenciones tácticas defensivas:

TEMPORIZAR: Recurso defensivo que se caracteriza por dificultar la rápida progresión del adversario y la elaboración de la jugada disminuyendo su velocidad de acción.

ORIENTAR: Intención defensiva de direccionar el ataque rival hacia dónde sea favorable ya sea en términos de la técnica individual o la táctica colectiva.

RECUPERAR: Intención defensiva con la finalidad inmediata de robar el balón.

EVITAR LA PROGRESIÓN: Intención de frenar la progresión del ataque rival buscando proteger el espacio efectivo para que el contrario llegue a zona de finalización.

PROTEGER LA PORTERÍA: Intención defensiva de proteger el carril central dónde se ubica la portería con la finalidad de evitar el gol.

NOTA: Se puede defender el caso de que las acciones intenciones tácticas ofensivas son solo tres mantener progresar y finalizar. Algunos autores consideran que fijar y dividir son herramientas que utilizamos para mantener progresar o finalizar.

Diapositiva 8

Para satisfacer estas intenciones tácticas trabajamos desde las acciones tácticas que recordamos son las acciones que realiza el hombre sin balón en las situaciones de 1v1, 2v1 y 1v2

Podemos ver que cuando enfrentamos dos sistemas de juego siempre encontramos estas situaciones a través de todo el campo



Podeis dibujar otros dos sistemas enfrentados y encontrar todos los 1v1, 2v1 y 1v2 que encontréis?

No consideramos a los porteros en estos 2v1 cuando podríamos hacerlo. ¿Qué pensáis sobre esto?

Diapositiva 9

Acciones tácticas ofensivas

Amplitud

Definición: Distancia horizontal óptima entre dos jugadores dentro de la misma línea o líneas diferentes

Situaciones de juego: 2v1 en ataque

Consignas:

1. Manifestar la distancia óptima en función del balón, compañero y adversario creando una relación espacio/tiempo favorable al atacante y reduciendo las posibilidades de pérdida del balón
2. Una vez se está en amplitud, manifestar línea de pase
3. Evitar que un adversario pueda marcar a 2 jugadores a la vez
4. En función del movimiento defensivo hacia la amplitud, dar pase, progresar o fijar

Nota profesor:

En cada una de las acciones tácticas es vital tener una pizarra de algún tipo (real o virtual) para poder explicar los movimientos y que se entienda mejor el concepto y las consignas

Pizarra virtual: <https://tactical-board.com/uk/big-football>

Profundizar en cada consigna de ahora en adelante dibujando jugadores en la pizarra y explicando que quiere decir cada una de ellas en detalle.

Diapositiva 10

Ejercicios para trabajar la amplitud:

2v1 OFENSIVO	GRÀFICO
<p>Intención táctica: Fijar Acción táctica: Amplitud Situación: 2v1 Consigna: Todas</p>	
<p>Descripción: Oleadas 2v1 + 2v1. Si superamos el primer defensor atacamos al segundo. Si rojos recuperan han de marcar en las mini porterías.</p>	
<p>Espacio: 24mx10m</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El segundo central no podrá salir a presionar hasta que hayan superado la línea - Si el central o el portero recuperan la posesión y marcan en cualquiera de las 2 porterías pequeñas 1 punto. Si los dos puntas vuelven a recuperar el balón, se inicia de nuevo la oleada. - Cada gol de los puntas es 1 punto 	

En cuanto a los consignas a trabajar hemos escrito todas porque realmente son todas las que tenemos que trabajar podemos decidir poner el acento en una como por ejemplo evitar que un defensor marque a dos jugadores a la vez pero al final tenemos que tener las cuatro consignas en la cabeza ya que son las cuatro las que hemos de hacer empezando por el punto uno y acabando por el punto 4.

Como hemos aprendido arriba cada acción táctica cada intención táctica tiene su contrario el contrario de la acción táctica de fijar es temporizar.

Más adelante veremos las acciones tácticas defensivas y entonces podremos volver a este ejercicio y pensar qué acción táctica defensiva pueden realizar los defensas y cómo podemos cambiar un poquito este ejercicio para que trabajemos por ejemplo la temporización.

Nota: por si queréis dar la solución, un ejemplo sería que una vez superado el primer defensa este puede entrar en la zona del segundo dos contra uno después de tres segundos así el segundo defensa tendrá que temporizar para que le dé tiempo al otro defensa a llegar con la ayuda defensiva.

Diapositiva 11

2V1 OFENSIVO (Contextualizado)	GRAFICO
<p>Intención táctica: Fijar Acción táctica: Amplitud Consigna: Todas</p>	
<p>Descripción: Oleada donde el portero iniciará con uno de los medios y éstos tendrán que intentar progresar a la zona 2 para intentar finalizar</p>	
<p>Espacio: medio campo de futbol 7</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cada jugador juega en su zona como se ve en el gráfico. Los defensores no pueden cambiar de zona - Dos de los tres medios se pueden incorporar a zona 2 con o sin balón - Para pasar de zona 1 a 2 se ha de hacer con conducción en un máximo de 5 segundos - En caso de pérdida de balón, el equipo defensor tiene que intentar llevar el balón a la zona de anotación. Si el equipo atacante vuelve a recuperar el balón, se iniciará de nuevo la oleada 	

Este ejercicio vemos que está mucho más contextualizado estamos trabajando en dos contra uno pero en una situación mucho más real que la anterior.

La situación anterior es más descontextualizada por el hecho de estar más aislada todo y que tiene todos los elementos del fútbol (balón, jugadores de mi equipo, jugadores del equipo contrario y direccionalidad)

Diapositiva 12

Profundidad

Definición: Distancia vertical óptima entre dos jugadores dentro de la misma línea o líneas diferentes

Situaciones de juego: 2v1 en ataque

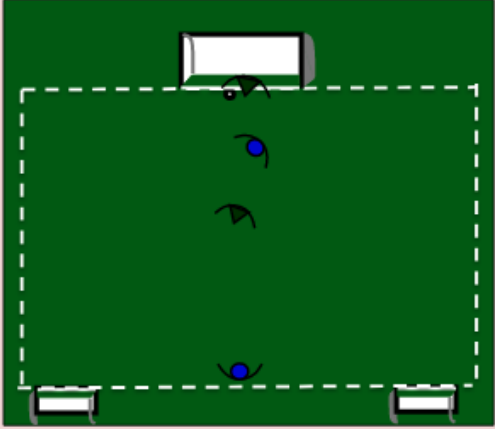
Consignas:

1. Manifestar la distancia óptima en función del balón, el compañero y el adversario, creando una relación espacio/tiempo favorable al atacante reduciendo las posibilidades de pérdida del balón
2. Una vez se está en profundidad, manifestar línea de pase intentando recibir detrás de la espalda del adversario para superar una línea
3. Ubicarse en diagonal en relación al poseedor de la línea anterior/posterior evitando que el defensor pueda ver el balón y el atacante a la vez
4. Mantener la profundidad si el balón progresa
5. Solamente se acercará para recibir el balón cuando el poseedor no tenga línea de pase

Quizás se ha de calificar el punto número cuatro, lo que queremos decir es que si el jugador con balón avanza en el campo nosotros avanzaremos a la misma velocidad para mantener siempre la misma profundidad es decir la misma distancia entre nosotros y el poseedor del balón.

Diapositiva 13

Ejercicio para trabajar la profundidad

TAREA DESCONTEXTUALIZADA 2:1 OFENSIVO	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Progresar Acción táctica: Profundidad Consigna: Todas</p>	
<p>Descripción: Oleadas 2v1. El portero iniciará con un pase al atacante lejano. El atacante más cercano a portería tendrá que buscar línea de pase para poder recibir y finalizar en portería.</p>	
<p>Espacio: 12m x 10m</p> <p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El defensa no podrá salir a presionar hasta que vea pasar el balón - Si el defensa o el portero recuperan la posesión y marcan en cualquiera de las 2 porterías pequeñas ganan 1 punto. Si los dos jugadores vuelven a recuperar el balón la oleada se inicia de nuevo 	

Puedes pensar en un ejercicio más contextualizado para trabajar la profundidad?

Diapositiva 14

2v1 OFENSIVO (Contextualizado)	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Progresar Acción táctica: Profundidad Consigna: Todas</p>	
<p>Descripción: Oleadas 3 contra 3. El equipo atacante ha de intentar marcar en la portería grande después de recibir el pase del portero a la zona 2. Si los defensas recuperan, han de intentar marcar en una de las porterías pequeñas. En caso de volver a recuperar balón se acabará la oleada</p>	
<p>Espacio: 25m x 30m</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los atacantes y defensores han de ocupar los dos carriles verticales en todo momento - No se puede recibir en la misma zona horizontal donde se encuentra el balón - Los defensores no pueden entrar en la siguiente zona más atrasada hasta que no entre un jugador atacante. El delantero no puede bajar en ningún caso a la siguiente zona - Si el punta hace gol después de recibir un pase desde zona 2, se darán 2 puntos 	

Comentar el ejercicio a la clase, buscar variantes si es posible

Diapositiva 15

Desmarque

Definición: Acción de alejarse del adversario que nos marca, para recibir el balón del poseedor con ventaja

Situaciones del juego: 2v1 en ataque

Consignas:

1. Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase (delante o detrás).
2. Mantener contacto visual con la marca, evitando que pueda ver el balón y a nosotros a la vez.
3. Mantener la atención constante sobre el poseedor y su marca, para desmarcarse en el momento oportuno (orientación del juego).
4. Conocer las características defensivas de los adversarios.
5. Anticipar el desmarque siempre que se pueda, sin precipitarse.

Diapositiva 16

Ejercicios para trabajar el desmarque:

2v1 OFENSIVO	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Finalizar</p> <p>Acción táctica: Desmarque</p> <p>Consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase. Puede ser hacia delante o detrás 	
<p>Descripción: Oleadas 2c1 con 1UC. El portero iniciará con pase al pivote, el punta tendrá que buscar línea de pase para poder recibir y finalizar a portería</p>	
<p>Espacio: 12x10</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El central tiene que priorizar la marca dentro de esta situación de 2:1 - Si el central o el portero recuperan la posesión y marcan en cualquier portería pequeña se dará 1 punto. Si los dos jugadores vuelven a recuperar el balón se iniciará de nuevo la oleada - Para pasar de zona 1 a zona 2 se puede hacer en conducción o con pase 	

Comentar el ejercicio a la clase, buscar variantes si es posible

Diapositiva 17

2v1 OFENSIVO (Contextualizado)	GRÁFICO
<p>Intención Táctica: Finalizar</p> <p>Acción Táctica: Desmarque</p> <p>Consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase. Puede ser hacia delante o detrás 	
<p>Descripción: Partido dividido en 6 zonas. El equipo azul siempre inicia. No se para hasta que se haga gol o el balón salga fuera</p>	
<p>Espacio: 35m x 25m</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El posicionamiento inicial es el que se ve en el gráfico - Una vez el portero juega con uno de los jugadores ofensivos los defensores tienen libertad de movimientos - El equipo azul no puede tener a dos jugadores en el mismo espacio - Se puede pasar a la zona 2 mediante un pase o en conducción. - Para pasar a la zona 3 sucede lo mismo que en la zona 2 	

Comentar el ejercicio a la clase, buscar variantes si es posible

Diapositiva 18

Desmarque en apoyo

Definición: Acción de alejarse del adversario, para recibir el balón del poseedor con ventaja acercandonos a el poseedor.

Situaciones del juego: 2v1 en ataque

Consignas:

1. La posición de inicio del desmarque, necesita de una buena profundidad, intentando recibir el balón a la espalda del defensor del poseedor tan lejos como sea posible dando línea de pase
2. Utilizar la máxima amplitud posible y profundidad posible.

Diapositiva 19

Ejercicios para trabajar el desmarque en apoyo:

Observar como utilizando los ejercicios anteriores y cambiando alguna de las normas pasamos de trabajar el desmarque en general a trabajar el desmarque en apoyo.

2v1 OFENSIVO	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Finalizar</p> <p>Acción táctica: Desmarque en apoyo</p> <p>Consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase hacia atrás 	
<p>Descripción: Oleadas 2v1. El portero iniciará con pase al jugador más alejado. El jugador en zona 2 tendrá que buscar línea de pase para poder recibir y finalizar a portería</p>	
<p>Espacio: 12x10</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El defensor inicia en zona 2 pero tiene libertad de movimientos - Si el defensa o el portero recuperan la posesión y marcan en cualquier portería pequeña ganarán 1 punto. Si los dos jugadores vuelven a recuperar el balón se iniciará de nuevo la oleada - Para pasar de zona 1 a zona 2 se puede hacer en conducción o con pase una vez reciba el jugador más alejado 	

Diapositiva 20

TAREA CONTEXTUALIZADA 2:1 OFENSIVO DENTRO JUEGO COLECTIVO F11	GRÁFICO
<p>Intención Táctica: Progresar Acción Táctica: Desmarque en apoyo Consigna: -Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase hacia detrás</p>	
<p>Descripción: Partido dividido en 6 zonas. El equipo azul siempre inicia. No se para hasta que se haga gol o el balón salga fuera</p>	
<p>Espacio: 35m x 25m</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El posicionamiento inicial, es el que se ve en el gráfico - Una vez el portero juega con uno de los jugadores ofensivos los defensores, tienen libertad de movimientos - El equipo azul no puede tener a dos jugadores en el mismo espacio - Solamente se puede pasar a la zona 2 mediante un pase al punta. Para pasar a la zona 3 se puede hacer en conducción o pase 	

Observad este último ejercicio como el cambio en la última norma que dice que solamente se puede pasar a la zona 2 mediante un pase al punta fuerza el desmarque en apoyo.

¿Qué otras consignas consideras que podríamos trabajar con estos ejercicios?

Diapositiva 21

Desmarque en profundidad

Definición: Acción de alejarse del adversario que nos marca, para recibir el balón del poseedor con ventaja alejandonos del poseedor del balón.

Situaciones del juego: 2v1 en ataque

Consignas:

1. No estar en fuera de juego al buscar la espalda del adversario
2. Adaptar la velocidad a la situación de juego. No siempre se ha de hacer a la máxima velocidad
3. Realizar el desmarque en el momento oportuno coordinándose con el poseedor y manifestando línea de pase
4. Si el marcador lo sigue, continua el desmarque. El poseedor decidirá si hacer el pase, progresar o hacer un pase a otro jugador que haya ocupado el espacio libre
5. Si el marcador no lo sigue, mantener línea de pase con el poseedor.

Diapositiva 22

Ejercicios para trabajar el desmarque en profundidad

2v1 OFENSIVO	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Progresar</p> <p>Acción táctica: Desmarque en profundidad</p> <p>Consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase hacia delante 	<p>El gráfico muestra un campo de fútbol verde dividido horizontalmente en dos zonas por una línea blanca discontinua. La zona superior está etiquetada como 'Z 2' y la inferior como 'Z 1'. Hay tres porterías representadas por rectángulos blancos en la parte inferior del campo. Un jugador azul está en la zona Z1, otro azul está en la zona Z2, y un jugador rojo está en la zona Z2. Una línea de pase discontinua indica el movimiento del balón desde la zona Z1 hacia la zona Z2.</p>
<p>Descripción: Oleadas 2v1. Uno de los dos jugadores ofensivos inicia la jugada. Se ha de intentar recibir un pase en la zona 2. Si el defensa recupera la posesión tiene que ir a marcar a cualquiera de las tres porterías</p>	
<p>Espacio: 12m x 10m</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El defensa tiene libertad de movimientos - Si los dos jugadores vuelven a recuperar el balón se iniciará de nuevo la oleada. El jugador que ha perdido el balón se cambia el rol con el defensor. - Para pasar de zona 1 a zona 2 se hace con un pase por el suelo. - Cada vez que un jugador reciba el balón en la zona 2 es 1 punto. Cada vez que un defensor haga gol a una de las 3 porterías, son 3 puntos 	

Piensa un ejercicio similar al que hemos visto anteriormente, el ejercicio contextualizado de desmarque en apoyo, en el que trabajemos el desmarque en profundidad.

Dibújalo, escribe la descripción, la normativa, el espacio que necesitaremos, la intención táctica, etcétera.

Diapositiva 23

Acciones tácticas defensivas

Cobertura

Definición: Acción de situarse entre la propia portería y el compañero que marca o entra al poseedor del balón, de manera que pueda actuar si su compañero es desbordado

Situación de juego: 2v1 en defensa

Consignas:

1. Especial atención a las distancias y orientaciones del marcaje, en función del rival, del compañero y de situación de juego
2. Tener presente el fuera de juego en el momento de realizar la cobertura

Diapositiva 24

Ejercicios para trabajar la cobertura:

2v1 OFENSIVO (Contextualizada)	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Orientar</p> <p>Acción táctica: Cobertura</p> <p>Consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Especial atención a las distancias y orientaciones del marcaje. En función rival, compañero y situación de juego 	
<p>Descripción: Oleadas. Inicia el portero jugando con uno de los dos centrales (azules) que han de intentar hacer gol en una de las 2 porterías pequeñas. Si los puntas (negros) roban hacen un contraataque buscando hacer gol en la portería grande</p>	
<p>Espacio: área por 25 metros</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los jugadores se colocan como se indica en el gráfico - Un punta tiene que ir a la presión a Z1 al central que tienen el balón para evitar que pueda progresar en conducción - El otro punta tiene que evitar que el central poseedor juegue con el comodín desde la Z1 - Para pasar de Z1 a Z2 se ha de hacer con pase o conducción. Si se hace con pase y se marca gol, valdrá doble - Si los centrales pierden el balón los dos puntas atacan portería grande, si los centrales vuelven a recuperar el balón, se iniciará de nuevo la oleada - El gol siempre se puntúa con un punto 	

Diapositiva 25

2v1 DEFENSIVO (Contextualizada en 11v11)	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Orientar</p> <p>Acción táctica: Cobertura</p> <p>Consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Especial atención a las distancias y orientaciones del marcaje. En función rival, compañero y situación de juego 	
<p>Descripción: Partido donde iniciará el portero con un pase a uno de los centrales. A partir de aquí juego real. Cuando el balón salga fuera o se haga gol, se inicia de la misma manera</p>	
<p>Espacio: Medio campo</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los jugadores tienen que iniciar esta situación de juego en las posiciones que se ven en el gráfico - Los jugadores de la Z2 no pueden ir a Z1, excepto cuando los puntas roben balón - Los jugadores de la Z1 pueden ir a la Z2 ofensivamente y defensivamente - Para pasar de Z1 a Z2, se debe hacer en conducción o pase - Si los centrales conectan con pase con el pivote defensivo 1 punto y si se acaba llegando a la zona de anotación 2 puntos - Los laterales ofensivamente no pueden pasar al carril C 	

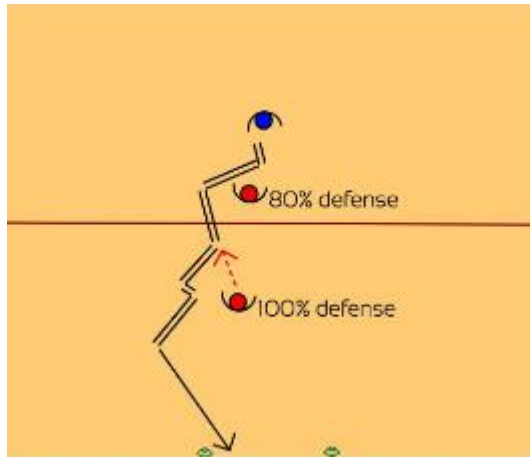
Diapositiva 26

Pensad algún ejercicio para trabajar muy aisladamente la cobertura

De esta forma, con ejercicios más aislados o simples, sin tantos jugadores, podemos introducir este concepto a jugadores que lo ven por primera vez o que necesitan trabajarlo

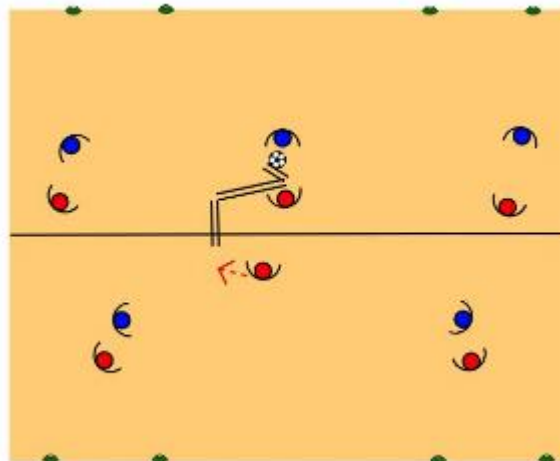
Diapositiva 27

Algunos ejemplos:



Que normas pondriais?

Y en este?



Describir el ejercicio haciendo la ficha del ejercicio

Nota del profesor: Esta es la descripción del ejercicio pero puede ser otra y ser totalmente válida:

Jugamos un juego donde el objetivo es anotar en las 2 mini porterías.
El equipo azul (equipo atacante) comienza en una situación de 3 contra 3 donde los defensores defienden 1 contra 1, en la siguiente zona tenemos una situación de 2 contra 3.
El equipo defensor en la segunda zona debe estar listo para la cobertura.
Si el rojo recupera el balón ataque rápido (en menos de 6 segundos) debe terminar en una de las 2 porterías Después de algunos ataques cambiamos atacantes por defensores.

Diapositiva 28

Permuta

Definición: Acción de ocupar la zona o de realizar el marcaje de un compañero, que nos ha ayudado en el momento que hemos sido desbordados por nuestro adversario

Situaciones del juego: 2v1 en defensa

Consignas:

1. Cambio de ritmo para hacer la cobertura del jugador que ha salido a tapar al adversario que lo ha superado
2. No seguir al adversario
3. Modificar la ubicación hasta superar la posición del balón y ver simultáneamente compañero, adversario y balón
4. Desplazamientos habitualmente en diagonal hacia la portería para ayudar al jugador defensor

Diapositiva 29

Video ejemplo de cobertura y permuta:

<https://www.youtube.com/watch?v=fF6QgnUhp84>

En este vídeo vemos claramente lo que es la cobertura y la permuta pues había alguna duda vemos que es un ejercicio donde se trabaja de manera totalmente aislada pero que nos ayuda para entender los conceptos.

Preguntar a la clase si pertenece a una metodología analítica o global (es analítico ya que no hay decisión por parte del jugador)

El entrenador puede utilizar in estilo de reproducción (dictar que pasa en cada momento) o de producción (sentar las bases del ejercicio y dejar que el jugador experimente)

Diapositiva 30

Ejemplos de ejercicios para trabajar la permuta:

2v1 DEFENSIVO	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Temporizar Acción táctica: Permuta Consigna: Todas</p>	
<p>Descripción: oleada donde el portero inicia el juego pasando el balón a 1 de los dos jugadores ofensivos de la Z1. Una vez recibe uno de los dos jugadores el otro no puede participar hasta que se llegue a Z2. Si se roba el balón se puede contraatacar, si la vuelven a recuperar se inicia la oleada de nuevo</p>	
<p>Espacio: 20m x 30m</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El inicio se hace tal y como se ve en el gráfico - Una vez reciba uno de los dos el primer defensor tiene que ir a presionar al poseedor, si éste llega a Z2 el otro defensor irá a defenderlo y el primero irá a hacerle la permuta - Cada gol contará como 1 punto - Cada 3 oleadas cambio de roles 	

En este tipo de ejercicios es importante la concentración máxima por tanto debemos pensar en la duración del mismo. Por el mismo motivo es una buena idea estar más activo dando instrucciones al principio sobre todo para que los jugadores estén atentos y a que la cobertura y en especial la permuta es una acción que pasa muy rápido y en el que hay que estar muy concentrado.

Diapositiva 31

2v1 DEFENSIVO (Contextualizado)	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Temporizar Acción táctica: Permuta Consigna: Todas</p>	
<p>Descripción: Jugamos un partido de 7v7 con una zona de 1v1 en la banda. El objetivo es marcar en la portería.. Si la cobertura llega tarde, podemos marcar las porterías pequeñas corriendo hacia ella (entrando) y eso es 1 gol. Si la cobertura llega a tiempo solo podemos buscar el gol en el gran gol.</p>	
<p>Espacio: Medio campo</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si el jugador es desbordado en la zona de 1v1 ha de salir y este o otro jugador hace la permuta. - Podemos alargar la zona de 1v1 toda la banda 	

Como decimos en la normativa es una buena idea que la zona de uno contra uno ocupe toda la banda de este modo podremos generar varias coberturas y permutas en la misma acción.

Las porterías pequeñas en los córners son opcionales.

Diapositiva 32

El marcaje y el marcaje al poseedor

Estos son las dos últimas acciones tácticas que hay y que vamos a ver.

Pero antes tenemos que hacer un inciso para hablar de los fundamentos del 1v1

A tener en cuenta en el 1v1

1. **Situación:** entre atacante y portería
2. **Posición:** baja, piernas semiflexionadas y separadas, tronco inclinado hacia delante con una pierna más avanzada que la otra. Orientación lateralizada
3. **Distancia:** entre 1m y 2m menos cuando el adversario está de espaldas
4. **Actitud defensiva:** es la mentalidad defensiva, es el querer defender.

Fundamentos del 1v1

1. **Desplazamientos rápidos de piernas:** debemos mover nuestras piernas rápidamente, apoyando en las puntas de los pies
2. **Sincronización de la entrada:** Buscar el momento oportuno
3. **Mirar siempre el balón:** No distraerse con los movimientos de los pies del defensor, fijar la mirada en el balón
4. **Utilización de fintas defensivas:** Al igual que ofensivamente, finta defensivamente. Hacer una finta de ataque al balón pero no atacarlo, forzar al poseedor a tomar decisiones
5. **Presionar y orientar al atacante hacia donde interesa:** Normalmente hacia las bandas o atrás, orientar nuestro cuerpo de forma que la salida sea hacia la banda, orientar nuestro cuerpo en diagonal al atacante
6. **Controlar la velocidad de aproximación:** No entrar de golpe o será fácil regatearnos. Temporizar la aproximación.
7. **No seguir el balón si el adversario toca y se desmarca:** Seguir al adversario, si seguimos el balón, normalmente este se mueve más rápido que nosotros.
8. **Evitar ser fijados:** Evitar que nos atraigan demasiado y dejar a otro jugador libre, presionar cerrando la línea de pase.
9. **Si el contrario gira o está de espaldas reducir la distancia:** Si gira o está de espaldas presionamos más cerca

NOTA: Todos estos puntos son de vital importancia y el jugador los ha de conocer. es importante repasar todos los puntos al igual que tenemos que repasar las consignas antes de los entrenamientos para ir preparados cuando vayamos a entrenar cada una de las acciones tácticas o técnicas.

Diapositiva 34

Marcaje

Definición: Acción que realiza el jugador del equipo que no tiene el balón, hacia un adversario evitando que pueda recibir, que pueda hacer un buen uso o para robarle el balón

Situaciones de juego: 1v1, 2v1 y 1v2 en defensa

Objetivos:

Reducir el tiempo y el espacio que se dispone para jugar el balón

Obligar a hacer un mal uso del balón y/o desposeer

Objetivos secundarios: evitar la superación del jugador con balón y evitar la superación del balón sin jugador

Diapositiva 35

Consignas:

1ª Fase de APROXIMACIÓN: Regulación de la distancia entre defensor y poseedor (determinado por las características del defensor y el atacante y la situación de juego)

2ª Fase de TEMPORIZACIÓN: El adversario avanza con velocidad con balón controlado. En una situación de inferioridad. Cuando el adversario quiere sacar rápidamente una acción a balón parado

1. Regulación de la distancia y del tiempo de actuación en relación al adversario para evitar ser superados
2. Dificultar la progresión en el juego
3. Dar tiempo a la organización defensiva y a las ayudas, sin hacer entradas precipitadas
4. Estudiar las características del rival, adecuándose a él para condicionar la acción

3ª Fase de RECUPERACIÓN del balón: Ya lo hemos visto; ss la acción técnica defensiva: Entrada

Diapositiva 36

Recordamos las consignas:

1. Evitar ser desbordado.
2. Colocarse lateralmente, orientando al jugador hacia los espacios exteriores.
3. Entrar en el momento en que el adversario pierda el control del balón.
4. Mantener una distancia óptima, delante de la conducción del adversario.
5. Atacante de espaldas con balón controlado, reducir la distancia óptima.

Diapositiva 37

Ejercicios para trabajar el marcaje:

1v1 DEFENSIVO	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Evitar progresión</p> <p>Acción táctica: Marcaje fase de temporización.</p> <p>Consigna: Regulación de la distancia y del tiempo de actuación en relación al adversario, para evitar ser superados</p>	
<p>Descripción: conservación 1 contra 1 más dos comodines. El atacante tendrá que intentar sobrepasar al defensa pasando conduciendo de Z1 a Z2. Una vez pase a la otra zona ha de jugar con el comodín exterior el cual le devolverá el balón y tendrá que ir a la otra zona. Si el defensor recupera el balón se cambia de rol.</p>	
<p>Espacio: 12m x 20m</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El defensor empieza la situación 1:1 donde se ve en el gráfico, una vez uno de los comodines hace el pase al jugador ofensivo ya puede ir a defender - Cada vez que se juega con un comodín de la otra zona es un punto, cada balón robado valdrá dos puntos - No se puede jugar entre comodines - Cada minuto se cambian los jugadores del medio por los comodines 	

Diapositiva 38

1v1 DEFENSIVO (CONTEXTUALIZADO)	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Evitar progresión</p> <p>Acción táctica: Marcaje fase de temporización.</p> <p>Consigna: Regulación de la distancia y del tiempo de actuación en relación al adversario para evitar ser superados</p>	
<p>Descripción: juego de posición (conservación) para el trabajo de coordinación de pivotes. En la Z1 y Z4 juegan 2 centrales contra 1 punta, en la Z2 y Z3 juegan 2 pivotes contra 2 pivotes. Cada uno juega en su zona. Cuando el balón lo tiene un central uno de los pivotes tiene que estar en la Z3 y el otro en la Z4, el más cercano al balón siempre ha de estar en el lado contrario</p>	
<p>Espacio: 25 x 35 metros</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se puede jugar de Z1 a Z4 - Uno de los centrales puede entrar en conducción a Z2 o Z3 dependiendo del equipo para provocar superioridad numérica o si se prefiere esta superioridad la puede realizar el punta. El defensor correspondiente también podrá entrar siempre y cuando entre su marca - Cada vez que un pivote después de recibir el pase del central juegue con el punta será un punto y viceversa 	

Podemos ver que en la descripción del último ejercicio se habla de juego de posición. el juego de posición no es más que una conservación o una posesión donde los jugadores ocupan una posición real en el juego es decir intentamos reflejar la posición de los jugadores en el terreno de juego en esta conservación.

Diapositiva 39

Marcaje al poseedor

Definición: Acción que realiza el jugador del equipo que no tiene el balón, hacia un adversario en posesión del balón

Situaciones de juego: 1v1, 2v1 y 1v2 en defensa

Consignas:

1. Evitar que el adversario progrese e intentar recuperar el balón
2. Si el poseedor está de espaldas, evitar que se gire y si lo hace, priorizar no ser desbordados
3. Dificultar el juego del poseedor; negar tiempo y espacio evitando que pueda jugar cómodamente
4. En balones centrados dentro de la zona de finalización, saltar siempre con el adversario
5. Fuera de finalización, especialmente si no se está en ventaja, fintar el salto y ganar la prolongación
6. Cuando el poseedor vaya a golpear el balón, intentar interpretarlo sin dar la espalda al atacante y acercarnos tanto como se pueda para aumentar la presión y la dificultad de la acción

Diapositiva 40

Ejercicios para practicar el marcaje al poseedor

SITUACIÓN 1v1 DEFENSIVO	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Proteger portería</p> <p>Acción táctica: Marcaje</p> <p>Consigna: En balones centrados dentro de la zona de finalización saltar siempre con el adversario</p>	
<p>Descripción: Inicia la oleada el comodín realizando un centro. El defensor tiene que defender dentro de la zona de remate evitando que el atacante pueda hacer gol</p>	
<p>Espacio: el que se ve en el gráfico</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El posicionamiento inicial es el que se ve en el gráfico - El jugador ofensivo se puede mover libremente por toda la zona de remate - Si el defensor saca el balón se cambia de rol - Variar las posiciones desde donde se hace el centro 	

Aquí vemos un ejercicio muy similar pero con mucho más contexto:

Diapositiva 41

SITUACIÓN 1v1 DEFENSIVO (Contextualizado)	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Proteger portería</p> <p>Acción táctica: Marcaje</p> <p>Consigna: En balones centrados dentro de la zona de finalización saltar siempre con el adversario</p>	
<p>Descripción: Inicia la oleada el comodín más alejado que la pasa en profundidad al otro comodín y éste realiza un centro. Los dos centrales tienen que defender a los dos puntas para sacar el centro</p>	
<p>Espacio: el que se ve en el gráfico</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El posicionamiento inicial es el que se ve en el gráfico - Si el centro se puede hacer al primer contacto mejor - Los puntas se pueden mover libremente - Cada central tiene su marca - Cada vez que los defensas sacan el balón es 1 punto, si los puntas rematan es 1 punto también y si hacen gol son 3 	

Diapositiva 42

SITUACIÓN 1v1 DEFENSIVO (CONTEXTUALIZADA 11v11)	GRÁFICO
<p>Intención táctica: Proteger portería</p> <p>Acción táctica: Marcaje</p> <p>Consigna: En balones centrados dentro de la zona de finalización saltar siempre con el adversario</p>	
<p>Descripción: La oleada empieza sacando el portero del equipo que ataca a la Z2 del CI donde únicamente puede ir a defender el lateral. Una vez recibido el pase ha de centrar buscando la incorporación de sus compañeros los cuales estarán defendidos. En caso de rechace o bloqueo del portero se dará lugar al contraataque, si el equipo atacante vuelve a recuperar el balón se inicia de nuevo la oleada</p>	
<p>Espacio: medio campo x 30 metros</p>	
<p>Normativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La oleada se inicia con el posicionamiento que se ve en el gráfico - El lateral puede ir a defender en la Z2 una vez le pase el balón por encima - Hay fuera de juego - Las posiciones defensivas y ofensivas cuando el balón está a punto de ser centrado son las del gráfico pero se pueden ir modificando - Si el balón sale fuera o se hace gol se inicia de nuevo la oleada - Cada gol atacante vale 1 punto, cada gol de los defensores vale 3 - No se puede jugar más allá de la línea que sale de la línea pequeña 	

Diapositiva 43

Cuándo Entrenar las Acciones Tácticas en Relación con las Etapas de Desarrollo

Como ya sabemos, el desarrollo de los jugadores pasa por distintas etapas: la Etapa Egocéntrica, la Etapa Aditiva y la Etapa Colectiva. Ahora bien, ¿cómo encajan las acciones tácticas en estas etapas? Vamos a verlo.

Diapositiva 44

Hasta los seis años, en la Etapa Egocéntrica, los niños son principalmente centrados en sí mismos. A pesar de esto, podemos empezar a hablar de lo que hacemos nosotros cuando no tenemos el balón. En esta etapa, si decidimos trabajar en una acción táctica, lo haremos en la mayoría de los casos de forma descontextualizada. Podemos contextualizar la situación, pero nunca dentro del juego colectivo. Aquí, situaciones de uno contra uno o dos contra uno son las más apropiadas.

Diapositiva 45

A partir de los siete años y hasta los doce, en la Etapa Aditiva y colectiva, ya podemos abordar todas las acciones tácticas de forma contextualizada y dentro del juego colectivo.

Diapositiva 46

En cuanto a las intenciones tácticas, las introduciremos de la siguiente manera:

Intenciones Tácticas Defensivas:

U6: Recuperar

U8: Recuperar y Proteger portería

U10: Recuperar, Proteger portería, Temporizar y Orientar

U12: Recuperar, Proteger portería, Temporizar, Orientar y Evitar progresión (todas)

Diapositiva 47

Intenciones Tácticas Ofensivas:

U6: Progresar y Finalizar

U8: Progresar, Finalizar y Conservar

U10: Progresar, Finalizar, Conservar, Fijar y Dividir (todas)

Así que ya lo veis, cada etapa tiene su enfoque y sus particularidades. Recordad siempre adaptar vuestros entrenamientos a la etapa de desarrollo en la que se encuentren vuestros jugadores.