

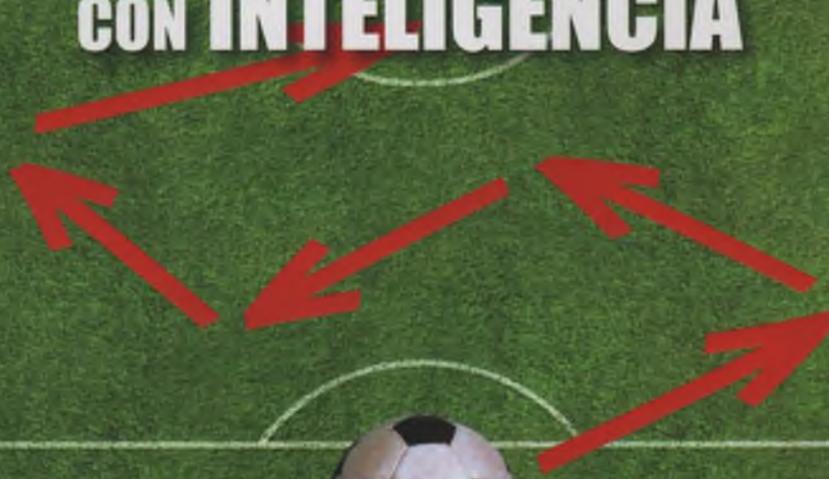


El fútbol empieza en la cabeza y termina con los pies

**Fútbol a la medida del niño**

**Horst Wein**

**MANTENER**  
**LA POSESIÓN DEL BALÓN**  
**CON INTELIGENCIA**



ESM  SL



Football that starts in the head and finishes with the feet

**Fútbol a la medida del niño de Horst Wein**

**HORST WEIN**

# **MANTENER LA POSESIÓN DEL BALÓN CON INTELIGENCIA**

***Un modelo de enseñanza-aprendizaje  
para desarrollar esta capacidad  
entre jóvenes a partir de 8 años  
hasta los jugadores profesionales***

**ESMASL**

Las animaciones han sido realizadas por Sergi Nus ([www.ffmpeg.com](http://www.ffmpeg.com)) con el software *EfficiencyMatch*.

Para visualizarlas es necesario que el lector compre en un App Store un lector de códigos de QR y acercarlo a la barra que aparece junto con la descripción y el dibujo de los 40 juegos con sus variantes.

Los dibujos han sido realizados por el autor con el software *Easy Sports Graphics* del Instituto de Jugendfussball (<http://easy-sports-software.com/es/category/futbol/>).

© Horst Wein

© LIBRERÍAS DEPORTIVAS ESTEBAN SANZ, S. L.

Calle Paz, 4. 28012 Madrid

[www.libreriadeportiva.com](http://www.libreriadeportiva.com)

[info@libreriadeportiva.com](mailto:info@libreriadeportiva.com)

Impresión: ESTUGRAF Impresores, S. L. - Madrid

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (CEDRO) vela por el respeto de los citados derechos.

Depósito legal: M-20674-2015

ISBN: 978-84-941905-9-9



*«En vez de preocuparte de tu oponente personal, tienes que obligarle a él a que se preocupe por ti. ¿Cómo lograrlo? Tienes que asegurar que el balón esté en posesión de tu equipo la mayor parte del juego.»*

Josep «Pep» Guardiola

# Contenido

LA HISTORIA DEL FÚTBOL DE POSESIÓN DESDE 1870 HASTA HOY .....	13
INTRODUCCIÓN .....	21
• Razones para mantener la posesión del balón .....	22
• Otros consejos para mantener la posesión a pesar de estar expuestos a una presión de los contrarios .....	24
• Reglas para mantener la posesión del balón .....	24
UNA PROGRESIÓN DE EJERCICIOS Y JUEGOS SIMPLIFICADOS PARA DESARROLLAR LA CAPACIDAD DE MANTENER LA POSESIÓN .....	35
1.º nivel del formación - Sub10 .....	35
1. Pases entre 3 equipos en un campo de <b>FUNiño</b> para mejorar las capacidades perceptivas .....	35
2. Mantener la posesión con 4 atacantes estáticos fuera del cuadrado contra un defensa activo situado dentro del mismo ..	37
3. Mantener la posesión con 4 atacantes semi-activos fuera de un cuadrado contra un defensa activo situado dentro del mismo.	39
4. Mantener la posesión con 3 atacantes fuera de un cuadrado contra un defensa dentro del mismo .....	42
5. Mantener la posesión 4 contra 1 en el centro del campo de <b>FUNiño</b> .....	44
2.º nivel del formación - Sub12 .....	46
6. Mantener la posesión 2 contra 1 en el centro del campo de <b>FUNiño</b> .....	46
7. Mantener la posesión en la situación 2 contra 1 en las 2 zonas de remate de un campo de <b>FUNiño</b> con pases en profundidad.	50
8. Mantener la posesión 4 contra 2 (2 atacantes estáticos y 2 libres) contra 4 (2 defensas estáticos y 2 libres) con un atacante neutral en el campo de <b>FUNiño</b> .....	51

9. Mantener la posesión 3 contra 1 en 2 zonas contiguas en el centro del campo de <b>FUNiño</b> .....	53
<b>3.º nivel del formación - Sub14</b> .....	59
10. Mantener la posesión 4 contra 2 en dos campos contiguos ...	59
<b>4.º nivel del formación - Sub16</b> .....	66
11. Mantener la posesión 12 contra 6 o 10 contra 5 con 5 balones ...	66
12. Mantener la posesión 5 contra 5 con 6 porterías de conos .....	68
13. Mantener la posesión 4 + 2 fuera contra 4 .....	69
14. Mantener la posesión 4 contra 4 en un cuadrado o en un campo de <b>FUNiño</b> (Rescatar prisioneros) .....	70
15. Mantener la posesión 3 contra 2 pases .....	74
16. Mantener la posesión 3 contra 2 en 3 zonas contiguas .....	77
17. Mantener la posesión 3 contra 1 con pases en profundidad ...	79
18. Mantener la posesión 8 contra 4 con pases en profundidad ...	83
19. Mantener la posesión 6 contra 3 con tres equipos .....	85
20. Mantener la posesión primero 5 contra 2 y luego 8 contra 5 ...	87
<b>5.º nivel de formación - 16 años y mayores</b> .....	88
21. Mantener la posesión «del 5 contra 1 al 5 contra 5» .....	88
22. Mantener la posesión 4 contra 2 en 3 cuadrados .....	89
23. Mantener la posesión 5 contra 3 (2 contra 1, 1 contra 1 y 2 contra 1) en 3 cuadrados .....	91
24. Mantener la posesión con más pases en un 6 + 2 dentro contra 4 defensas y luego los 4 contra 2 dentro del cuadrado .....	93
<b>6.º nivel de formación - a partir de 18 años</b> .....	95
25. Mantener la posesión en el duelo uno contra uno .....	95
26. Mantener la posesión 3 contra 3 con y sin jugador neutral ...	97
27. Mantener la posesión 4 + 1 contra 4 .....	99
28. Mantener la posesión 5 contra 5 (al principio con dos, después con uno y finalmente sin jugador neutral) .....	103
29. Mantener la posesión 6 + 6 fuera contra 6 en un cuadrado de 35 metros. ....	104
30. Mantener la posesión 8 contra 6 con 4 mini-porterías .....	106

31. Mantener la posesión 8 + 2 contra 8 en la mitad del campo . . .	108
32. Mantener la posesión 8 contra 8 con 2 jugadores en tres zonas.	110
33. «Supergame»: 7 contra 7 con 3 porteros, manteniendo los 10 la posesión y los 7 defienden y marcan en una de las 3 porterías.	111
34. Mantener la posesión 7 contra 7 con progresión a través de 3 zonas adyacentes . . . . .	113
35. Mantener la posesión en progresión desde el portero más 5 contra 5 + 5 (3 equipos) . . . . .	115
36. Mantener la posesión con progresión de ida y vuelta (4 contra 3 o 5 contra 4 en 3 zonas delimitadas) . . . . .	117
37. Entrenamiento de las 3 fases del ataque de posicional: Posesión del balón, progresión y conclusión . . . . .	119
38. Mantener la posesión con progresión a través de 4 zonas (del 1 contra 1 a 3 veces 2 contra 1) . . . . .	120
39. Mantener la posesión en inferioridad numérica 4 contra 5 (5 contra 6) . . . . .	123
40. Mantener la posesión con 2 balones a la vez: 8 contra 4 . . . . .	125
<b>Posibilidad de variar todos los ejercicios enumerados y juegos simplificados . . . . .</b>	<b>127</b>
<b>¿Qué experiencia ganará el jugador cuando practica con frecuencia juegos para mantener la posesión? . . . . .</b>	<b>131</b>
<b>SOBRE EL AUTOR . . . . .</b>	<b>133</b>

## La historia del fútbol de posesión desde 1870



Saber cuándo pasar el balón es tan importante como a dónde pasarlo. Pero, generalmente, en el fútbol moderno esta decisión se debe tomar antes de recibir el balón. Cuando el balón está llegando al receptor este debe percibir toda la información importante de la situación actual del juego, entender y procesarla para, finalmente, tomar una decisión correcta y rápida sobre lo que va a hacer en continuación.

*«El orden natural supone un desarrollo progresivo en el tiempo.»*

# La historia del fútbol de posesión desde 1870 hasta hoy

Desde tan temprano como 1870 y hasta nuestros días, ha existido una batalla eterna entre dos estilos básicos de fútbol, representando tanto una ideología como un estilo de juego: «lanzar y correr» contra un fútbol ofensivo basado en el juego posicional.

El fútbol posicional, o juego de pases, nació en Escocia en el seno de un gran equipo, el Queens Park, cuyos jugadores formaban la mayor parte del plantel de aquel equipo nacional de Escocia que venció a Inglaterra en 1872. El enfoque de juego era el pase rápido y corto. Pudo haber sido como una contramedida al estilo muscular, que en aquel tiempo era muy popular en Inglaterra e incluso sigue siéndolo en nuestros días.



## Jimmy Hogan, el primer evangelista del juego posicional

Tal vez el mejor evangelista del fútbol orientado hacia la posesión del balón o en el juego de pases fue el inglés de origen irlandés Jimmy Hogan. Hogan tuvo una carrera de jugador inconsistente en Inglaterra,



pero ha tenido una influencia considerable como entrenador sobre el fútbol europeo, especialmente en Austria, Hungría, Suiza y Alemania.

Su carrera como entrenador europeo comenzó cuando dirigió al Dordrecht, donde alentó a sus jugadores a reproducir «el viejo juego escocés», a jugar inteligente, constructiva y progresivamente, a la manera de «sobre-la-alfombra». Era tan exitoso que fue invitado a dirigir el equipo nacional de Holanda y les llevó a una victoria

de 2-1 sobre Alemania en 1910.

### El *Wunderteam* austriaco

Después de regresar a Inglaterra por un corto tiempo, Hogan se fue a Austria, donde describió su fútbol como «parecido al vals, ligero y fácil». Con el combinado nacional de Austria logró una victoria de 5-1 sobre Alemania en 1912.



El juego de pases practicado por Austria se conoció como «la escuela del Danubio», donde la técnica era más valorada que el estado físico, pero ya era utilizada en la estructura de equipo.

Bajo el mando de Hugo Meisl —discípulo de Hogan—, el gran *Wunderteam* de Austria, logró una racha invicto de catorce partidos entre abril de 1931 y diciembre de 1932. Entraron en la Copa Mundial de 1934 como los claros favoritos, pero fueron derrotados por Italia



vez fueron utilizadas por el Schalke 04, dirigido por el entrenador australiano Gustav Weiser. Se hicieron conocidos como *der Kreisel* (la peonza), y consiguieron jugar en nueve finales de diez posibles en Alemania entre 1933 y 1942, ganando seis de ellas.

Ellos nunca atacaban utilizando pases largos y carreras para perseguir el balón. Al contrario, permanecían juntos como una cadena y confundían a los adversarios a través de pases cortos y rápidos, siempre manteniendo el balón a ras de suelo y siempre buscando al compañero mejor posicionado. Dejaban al otro equipo mareando, sin tener ninguna idea de en qué dirección se jugaría el balón.

## Hungría

Hogan es reconocido por una revolución que hizo en el Aranyscsapat de Hungría, «Equipo Dorado», goleando a Inglaterra 6-3 en Wembley en 1953, estableciendo el comienzo de una nueva era en el fútbol. Después del partido, el Presidente de la Federación de Hungría de ese entonces, dijo a la prensa: «Jimmy Hogan nos enseñó todo lo que sabemos sobre el fútbol». El jugador y entrenador húngaro Gustavo Sebes dijo sobre Hogan: «Jugamos al fútbol de la manera que Jimmy Hogan nos enseñó». Cuando se habla sobre la historia del fútbol en Hungría su nombre debe ser escrito con letras de oro.



El capitán de Inglaterra Billy Wright, describió el juego húngaro como «la gente que juega como en otro mundo» (ecos del FC Barcelona, «equipo de otro planeta»). Geoffrey Green escribió en *The Times* que los ingleses «se sentían extraños en un mundo extraño, un

mundo de espíritus rojos que volaban, así como lo hicieron los húngaros con sus movimientos ágiles y rápidos, con sus excelentes habilidades y con poderosa conclusión del ataque, vestidos en sus camisas de color cereza brillante». ¡Al año siguiente Hungría derrotó a Inglaterra 7-1 en tierras húngaras!

## Rusia

Bajo la influencia de Boris Arkadiev (1937-1943), el Dinamo de Moscú practicó un estilo que llegó a ser conocido como *passovotchka*.



Los jugadores intercambiaban las posiciones, hasta que el extremo izquierdo llegaba a la banda derecha y al revés... Era como un rompecabezas chino que se trata a seguir a los jugadores en sus posiciones como estaba programado. Ellos simplemente corrían para este u otro lado que deseaban, pero la característica más considerable de todo esto era que nunca se cruzaban en el camino del otro. En una gira por Gran Bretaña en 1945 derrotaron al Cardiff 10-1 y al Arsenal 4-3. El juego de ellos se comparaba al ajedrez por el movimiento pre-planificado y también era probable que hubiera sido influenciado por el ideal comunista de la colectividad.

Posteriormente Victor Maslov, junto con su discípulo Valeriy Lobanovskiy, pondría su propia habilidad en el fútbol de posesión, particularmente con énfasis en la recuperación del balón cuanto antes y presionando arriba de la cancha. Maslov también puede ser reconocido con justicia como precursor del Fútbol Total por sus intercambios posicionales durante el partido.

## América Latina

La misma herencia escocesa formó un elemento clave en América Latina en un emergente fútbol rioplatense: pases cortos, buen control del balón y un juego constructivo de jugadores que sabían actuar en más de una posición, cosa que se elogia en nuestros días. Sin embargo, el fútbol latinoamericano sabía dar un mayor énfasis a los amagues y fintas, así como un extraordinario manejo del balón a nivel individual.

## Ajax, Holanda

A principios del siglo xx, el Ajax de Ámsterdam, Holanda, tuvo varios entrenadores ingleses atípicos influyentes, incluyendo Jack Reynold (o Sjek Rijnols, como era conocido) y más tarde Vic Buckingham, que tenían una filosofía basada en la posesión del balón. Buckingham escribió: «El juego de posesión es un objeto de valor, no “lanzar y correr”. Jugar con pases largos es demasiado arriesgado. Muchas veces es beneficiosa la habilidad bien fundamentada. Si posees el balón, manténlo. El oponente no te puede marcar. Siempre me han gustado los jugadores que pueden dominar al otro equipo jugando así».



Pero fue en las décadas de los 60 y 70, bajo la tutela innovadora de Rinus Michels, con la ayuda de un equipo de jugadores talentosos, entre los que destacaba Johan Cruyff, cuando nació el Fútbol Total, *totaalvoetbal*, que revolucionó el mundo del fútbol. El Ajax consiguió romper el monopolio del Real Madrid (con 5 trofeos de Copa de Europa) después de ganar la Copa de Europa 3 años consecutivos entre 1971 y 1973. Su fluido intercambio de jugadores ha hecho que el uso

del «espacio flexible» sea óptimo. Las carreras eficientes de sus jugadores y la presión agresiva durante la defensa era un estilo precedente del fútbol del que hemos sido testigos en el FC Barcelona y la selección española en los últimos años.

## FC Barcelona y España

No hay ninguna duda de que, sobre todo, el FC Barcelona se benefició de la presencia de varios grandes entrenadores holandeses, desde Rinus Michels y Johan Cruyff hasta Louis Van Gaal y Frank Rijkaard, pero parece que fue Pep Guardiola quien logró llegar a la cima de este estilo cuando dirigió el equipo entre 2008 y 2012.

Guardiola también fue fuertemente influenciado por su gran amigo argentino Marcelo Bielsa, quien tenía un estilo aún más ofensivo de fútbol de posesión. La selección española adoptó con éxito el estilo de juego del FC Barcelona y el llamado «Tiki Taka» la llevó a un dominio del fútbol mundial sin precedentes con dos Copas de Europa y una Copa del Mundo entre los años 2008 y 2012.



Otros directivos técnicos, especialmente Brendan Rogers desde su etapa en Swansea y ahora en Liverpool, han adoptado el fútbol basado en la posesión del balón. El Liverpool FC también podría reclamar con razón su lugar en la historia del fútbol de posesión, sobre todo en su periodo de mayor éxito en las décadas del 70 y 80.

Rogers escribió: «A mí me gusta controlar el partido. Quiero ser el responsable de nuestro propio destino. Si eres mejor que tu oponente con el balón vas a tener un 79% de posibilidades de ganar el partido... Para mí es bastante lógico. No importa si eres grande o pequeño, si no posees el balón no serás capaz de marcar un gol».

# Introducción

Un fútbol que se basa principalmente en la posesión del balón exige que todos los jugadores de un equipo hablen el mismo lenguaje futbolístico y sepan aplicar y respetar durante el juego las reglas de comunicación y cooperación. Han adquirido en muchos entrenamientos, además de excelentes capacidades perceptivas, la comprensión necesaria de todo lo que han detectado con anterioridad durante su juego para poder decidir no solo sobre qué gesto técnico deben aplicar para resolver el problema, sino cuándo, dónde y cómo ejecutarlo. Especialmente los jugadores con talento suelen destacar en cada una de estas cuatro fases de un comportamiento inteligente en el fútbol: percepción, comprensión, decisión y ejecución.

Al querer implementar un estilo de juego ofensivo que se basa en la posesión del balón los entrenadores o formadores no deberían tener miedo a conseguir resultados desfavorables. Deben estar, primero ellos y después sus jugadores, convencidos de las numerosas ventajas que conlleva esta forma ofensiva de interpretar el juego de fútbol. Considerando siempre que tener la posesión del balón no es lo más importante, más bien que cada uno de sus jugadores sepa qué hacer con el balón en cada momento.

Cada vez que un equipo conquista el balón sus jugadores deben elegir entre dos opciones para ir al ataque. Depende de cuántos defensas se encuentren a la hora de la recuperación del balón en su cercanía o cuando la defensa contraria todavía no está formada, los nuevos atacantes efectúan una rápida transición de su comportamiento defensivo al ofensivo, efectuando un sorprendente contragolpe. Pero en caso de que los que están en posesión del balón se encuentren delante de una defensa bien organizada deciden realizar un ataque de posición sin prisa, sin arriesgar y con mucha disciplina. En él, tanto el portero como todos los demás jugadores tienen que realizar tareas específicas que han practicado frecuentemente en sus entrenamientos.

Un ataque de posición está caracterizado por una acción concertada de casi todos los jugadores de un equipo atacante. En su primera fase, inmediatamente después de haber verificado que un contraata-

que no es recomendable, se intenta asegurar la posesión del balón para posteriormente decidir el momento más oportuno para progresar con el balón en el campo (segunda fase) para llegar cerca de la portería contraria. La tercera fase de un ataque de posición es la de la conclusión del mismo con un remate a portería.

En la primera fase no se arriesga absolutamente nada, se prohíben conducciones y duelos de uno contra uno y los pases se caracterizan por ser siempre dirigidos a los pies de un compañero que está mejor posicionado en el campo. Durante la progresión, una formación escalonada de todos los jugadores de un equipo facilita mantener la posesión del balón porque garantiza tanto profundidad como anchura en la acción ofensiva.

Característico de un ataque de posición es un traslado del balón con pases cortos de un jugador a otro, incluyendo también al portero. Para conseguirlo hace falta, además de tener mucha paciencia, responsabilidad para evitar riesgos y disciplina táctica, sin olvidar una muy buena técnica en la ejecución de los pases (saber cuándo, a dónde y cómo pasar el balón) y en recibirlos. Finalmente, una buena lectura permite al equipo en posesión disfrutar de los espacios menos defendidos por los contrarios. Manejando todos estos aspectos el jugador en posesión acierta casi siempre en atacar con velocidad y mejor avanzar el balón de forma pausada pero con mucha seguridad.

## Razones para mantener la posesión

Tener el balón implica que el equipo contrario no puede marcar gol. Mantener la posesión del balón el máximo tiempo posible permite al equipo dictar en cada momento del partido no solo el ritmo del juego sino también su intensidad. Además, con el paso del tiempo, suele cansar al contrario, tanto mental como físicamente, porque defender es considerado por la mayoría de los futbolistas un trabajo más arduo que atacar.

### Razones para mantener la posesión del balón:

- Cuando hay temperaturas elevadas y mucha humedad.
- Cuando un jugador fue expulsado o no será posible reemplazar un jugador lesionado.
- En los momentos críticos de un partido (como al inicio, al final del partido o directamente después de un gol que fue marcado)

cuando el nivel de atención de los jugadores suele bajar. Además, cuando en los últimos 10 minutos un equipo intenta mantener el resultado favorable.

- Cada vez que un adversario ha dominado el juego por cierto tiempo es recomendable romper este dominio tratando de mantener la posesión del balón en medio campo donde la presencia de los contrarios es menos intensa. Así, sin atacar y con pases fáciles en cualquier dirección y sin riesgo, el equipo inferior va a ganar nuevamente confianza en sus posibilidades.
- Cuando el ritmo del partido ha sido demasiado elevado se frena su intensidad con pases hacia atrás, renunciando por minutos al ataque para poder recuperarse.
- Para no olvidarlo, posiblemente lo más imprescindible para lograr una maestría en mantener la posesión del balón es la capacidad de todos los jugadores de un equipo para **saber jugar sin balón.**

Mantener la posesión del balón se inicia con el portador del balón que recoge la máxima información posible de la actual situación del juego como son la posición del balón, la de los contrarios y los compañeros, el lugar de la portería y de las líneas límite del campo. Debe procesar toda esta información en pocos segundos para decidir qué hacer: lanzar un contraataque o realizar sin prisa un ataque de posición.



## Otros consejos para mantener la posesión a pesar de estar expuesto a una presión de los contrarios

- Ten y mantén mucha confianza en tus capacidades.
- Utiliza tu experiencia (procura siempre estar en el lugar correcto en el momento oportuno) y ser paciente con todo lo que haces.
- Utiliza tus buenas capacidades perceptivas que te permiten gracias a tus conocimientos y experiencia efectuar una correcta lectura y, como consecuencia, encontrar la solución a cualquier problema que pueda surgir en ataque o defensa.
- **No complicar las cosas e intentar jugar lo más simple posible.**
- **Al seguir estos consejos no debes tener dudas de mantener la posesión del balón con éxito hasta llegar el momento de acelerar el juego, por ejemplo con un sorprendente pase en profundidad a un atacante desmarcado en punta.**
- **Para mejorar la capacidad de mantener la posesión del balón es imprescindible aplicar con los jugadores una gran variedad de juegos simplificados como los que se indican en las siguientes páginas.**

*«Tenemos que elegir entre hacer algo o no hacer nada.  
El no hacer nada nos conduce a ninguna parte.»*

## Reglas para mantener la posesión

### Regla 1: Saber cómo jugar sin balón

Jugar fútbol sin balón es tan importante como saber jugar con él. Cuantos más conocimientos y experiencia ha acumulado un jugador en los entrenamientos y partidos mejor sabe ubicarse en el terreno de juego para estar en el momento preciso en el lugar más idóneo para contribuir al éxito de su equipo.

Generalmente durante un partido de 90 minutos un jugador posee el balón menos de 90 segundos, lo que significa que ¡el 98.5% del partido juega sin balón! Por eso es importante atender este aspecto de su preparación futbolística. En este muy limitado periodo de tiempo el jugador debe hacer todo lo posible para expresarse con la mayor eficacia, evitando cometer errores.

Un jugador sin balón, al igual que el que participa en cada momento en el juego, debe estar percibiendo y analizando la actual situación para poder tomar sobre la marcha decisiones correctas, tanto en ataque como en defensa sobre qué hacer, cuándo correr, a dónde correr y cómo interactuar con los demás jugadores, teniendo en cuenta la actual posición del balón, el lugar y los movimientos de sus compañeros, de los contrarios y, especialmente, del tiempo y el espacio a su disposición para poder planificar y ejecutar su próxima jugada. Una óptima distribución del resto de sus compañeros en el terreno de juego ofrece al jugador con el control del balón una variedad de opciones de juego que facilita mantener la posesión del balón y al mismo tiempo dificultar enormemente el trabajo defensivo del oponente.

Inmediatamente después de cualquier pase cada uno de los jugadores de un equipo debe ofrecerse o apoyar al nuevo portador del balón con el fin de conseguir una ventaja sobre el rival. Estos desmarques de varios compañeros a la vez distraen a los contrarios cuando son bien coordinados, lo que es especialmente importante en la cercanía del aérea de penalti para poder romper el muro defensivo del contrario.

*«Aprender a jugar fútbol es muy similar a aprender cualquier idioma: es fácil aprender o memorizar alguna palabra al igual que es fácil en el fútbol memorizar un gesto técnico, por ejemplo, un pase o un tiro a portería, pero es difícil fundir todo eso (las palabras o los gestos técnicos) en algo de una esencia superior (es decir, saber formar frases o jugar al fútbol).»*

Un portador del balón casi nunca ataca solo, porque lo que hace con el balón depende principalmente de la posición y de las acciones de sus compañeros, así como de los defensas. Él debe seguir o, preferiblemente, anticipar las acciones de todos los demás durante su conducción, analizando y sopesando las diferentes opciones que tiene a su disposición para resolver la particular situación del juego, y siempre con el objetivo de terminar la jugada con éxito.

Un óptimo juego sin balón requiere que todos los jugadores de un equipo hablen el mismo lenguaje para poner en práctica su filosofía de juego.

Todas las acciones de los jugadores sin el balón deben ser compensadas. Si algunos atacantes se ofrecen en profundidad en el campo, otros de sus compañeros deben ofrecerse más cerca y lejos del balón y otros en la amplitud del terreno de juego para proporcionar al portador del balón varias opciones de pase y así un juego más seguro y exitoso. Cuantas más opciones tiene el portador del balón, mejores oportunidades existen para realizar pases exitosos.

Por último hay que señalar que un óptimo juego sin balón exige de todos los jugadores una predisposición a correr mucho, lo que obliga al equipo contrario a aumentar también su carga de trabajo físico.

Si, por ejemplo, un delantero centro se ofrece en una banda, su defensa personal debe decidir si permanece en su posición en el centro (lo que permite al atacante recibir el pase sin oposición), o si le debe seguir, creando así un espacio en el que otro compañero del equipo atacante puede penetrar por detrás. Este es un principio de crear un espacio y, a continuación, hacer un óptimo uso del mismo

**Librar espacio**

**Ocupar el espacio**

**Aprovechar el espacio vaciado por otro jugador**



**Regla 2: Antes de recibir el balón hay que saber qué hacer con él**

Los jugadores inteligentes, incluso antes de recibir el balón, saben cómo evaluar correctamente la situación del juego en cuestión. Cuando la pelota está viajando hacia ellos deben asumir una posición corporal lo más abierta posible para ampliar su campo visual para su posterior acción. Antes de recibir el balón deben haber recogido toda la información relevante acerca de la velocidad, la trayectoria y el efecto del balón que se está acercando, y también acerca de la ubicación y las posibles acciones de sus compañeros y de los adversarios. El procesamiento de

todas estas inFORMACIONes recogidas con la capacidad perceptiva antes de recibir el balón permite al jugador determinar exactamente lo que debe hacer a continuación. Es por ello que se debe dar también mucha importancia en los entrenamientos del fútbol moderno a las tres primeras habilidades intangibles de la inteligencia de juego —la percepción, la comprensión y la toma de decisiones—, igual que a la ejecución de las habilidades técnicas. Actuando así es la mejor forma de cometer menos errores y mantener la posesión del balón.

### Regla 3: Posicionarse correctamente al recibir

El fútbol basado en la posesión exige la capacidad de posicionar el cuerpo de forma correcta a la hora de recibir el balón. Los jugadores que reciben balones cerca de la línea lateral deben tener la espalda siempre paralela con la línea lateral, ya que colocándose de tal forma les permite ver el terreno de juego.

Los jugadores en zonas más centrales nunca deben asumir una posición frontal, como el jugador a la izquierda en el diagrama, porque ello limita su visión y afecta su toma de decisiones para la próxima acción.

Siempre debe asumir una posición que le permita recibir y controlar cualquier tipo de pase (aéreo, a ras de suelo, rápido o lento).

El juego con toques es óptimo cuando un equipo pretende hacer circular el balón con velocidad, lo que irrita al equipo que defiende. Los pases al primer toque son aún mejores (también más arriesgados) y solo se utilizan cuando el receptor se encuentra bajo una fuerte presión.

La proximidad de los oponentes tiene una gran influencia a la hora de recibir el balón, porque idealmente el que recibe orienta la pelota lejos de los oponentes hacia un espacio libre.

### Regla 4: Proteger el balón cuando se está bajo presión

Cuando el jugador sea presionado por uno o más oponentes debe poner su cuerpo entre el balón y el contrario para protegerlo.

Al recibir debe hacerlo siempre con el pie más alejado del contrario,



lo que le permite tener más tiempo y espacio para sus acciones posteriores.

### Regla 5: Antes de pasar establecer un acuerdo visual

Para mantener la posesión del balón hace falta una buena comunicación entre el que pasa y el que recibe. Entre ambos debe establecerse un acuerdo visual que implica también comunicación no verbal con movimientos de las manos o de la cabeza para indicar a dónde pasar el balón. Nuevamente es importante tener un lenguaje común y códigos previamente establecidos para disfrazar las acciones ofensivas.

Las jugadas ensayadas son cada vez más importantes en el fútbol. Algunas, como los tiros libres directos o indirectos, los saques de esquina y saques de banda, implican un balón estático, mientras que otras requieren un balón en movimiento.

### Regla 6: Reducir los riesgos (juego al porcentaje)

Para jugar fútbol de posesión con éxito deben evitarse pases arriesgados o conducciones en zonas del campo bien controladas por los contrarios. Para conseguir un alto porcentaje de posesión del balón hace falta realizar pases cortos, seguros y, a veces, hacia atrás a espacios poco controlados. El que tiene el balón solo debe pasarlo cuando existe una alta probabilidad de éxito.

Las recepciones y conducciones también deben llevarse a cabo de forma segura; por lo cual, el jugador, frecuentemente al verse presionado por un contrario, debe proteger el balón con su cuerpo para así ganar tiempo para su siguiente acción.

Reducir riesgos implica también tener más compañeros que rivales que apoyen al jugador con el balón para así mantener su posesión más fácilmente. Por eso, a veces el jugador con el balón se aferra a este y espera con paciencia hasta que llega la ayuda.

*«También en el fútbol es importante tener un equilibrio entre riesgos y seguridad. Demasiado riesgo suele destruir las cosas y demasiada seguridad nos lleva a una inmovilidad. Entre ambos está la supervivencia y el éxito.»*



### Regla 7: Circular el balón con velocidad

Los pases con suficiente velocidad dan a los defensas menos tiempo para interceptarlos y además obligan a los contrarios a correr más y más rápido que los pases ejecutados con poca potencia.

### Regla 8: Mantener el balón a ras de suelo

Los pases a ras de suelo pueden ser más rápida y también más fácilmente controlados que pases aéreos que exigen del receptor más tiempo y espacio.

El periódico *Marca* informó en 2010 que cerca del 17% de todas las pérdidas de la posesión del balón tenían su origen en deficiencias en sus recepciones y controles.



## Regla 9: Incluir al portero en el juego de posesión!



Jugar un fútbol basado en la posesión del balón implica incluir frecuentemente al portero como primer atacante. Sus despejes largos hacia el campo contrario no aseguran la posesión del balón, más bien se pierde el balón en más de la mitad de las ocasiones.

Al contrario, cuando el portero sirve el balón a uno de sus defensas con pases cortos, a ras de suelo y por tanto seguros, está marcando a sus compañeros una pauta para continuar construyendo desde atrás su ataque con paciencia y muchos pases seguros, evitando pases largos.

Hoy en día los porteros deben saber cómo, cuándo y a dónde pasar el balón con el pie más y menos dominante y además cómo ofrecerse a sus compañeros con el fin de participar activamente en la rápida circulación del balón. Como primer atacante debe practicar frecuentemente en los entrenamientos para mejorar sus habilidades en la percepción, la comprensión y la toma de decisiones.

## Regla 10: Camuflar la trayectoria del pase para evitar que sea interceptado

En el fútbol basado en la posesión del balón los jugadores inteligentes frecuentemente no indican la dirección de sus pases, escondiendo con su posición corporal y con su vista sus verdaderas intenciones, engañando así a sus contrarios y haciendo su anticipación más difícil.

## Regla 11: Evitar pases horizontales

Los jugadores deberían evitar pases horizontales o paralelos, especialmente en la parte de la construcción del juego y en medio campo, donde cualquier interceptación del pase por un contrario no permite al jugador que efectuó el pase ni al jugador que recibe recuperarlo. Los pases diagonales o verticales o pases atrás son más seguros, porque uno de los jugadores involucrados en el pase puede presionar al jugador que conquistó el balón de forma inmediata.

## Regla 12: Cambia frecuentemente el frente del ataque:

Una herramienta efectiva para mantener la posesión del balón es, de vez en cuando, efectuar sorprendentes cambios en el frente del ataque, tanto en la anchura como en la profundidad del campo, especialmente después de haber circulado el balón en una parte del campo con varios pases cortos que atraían a los contrarios. Estos pases largos y bien pensados para evitar el riesgo de pérdida del balón exigen de los contrarios un esfuerzo físico y mental y mucha atención.



Cuando un equipo ataca en una formación escalonada, utilizando óptimamente la profundidad y anchura del campo, los contrarios tienen una tarea muy difícil para recuperar el balón por medio de interceptaciones o entradas. Tres atacantes deben siempre formar un triángulo, cuatro un rombo y cinco deben jugar en forma de diamante, lo que ofrece un máximo de opciones de pases entre ellos.

El fútbol basado en la posesión del balón exige que el jugador con el balón elija la técnica de pase más eficaz para que llegue con grandes posibilidades de éxito a su destino: un compañero desmarcado y en una posición más favorable que la del jugador que pasó el balón.

### Regla 13: Evitar entrar en situaciones de 1 contra 1.

Es mucho más fácil realizar un pase a un compañero desmarcado en vez de superar a un contrario individualmente con un regate. Además es más económico dejar al balón «hacer el trabajo» en vez de correr con él. ¡El balón nunca se cansa! Solamente, como atacante en punta, en caso de no tener ningún apoyo se debe buscar el duelo uno contra uno, mientras en todas las demás posiciones es preferible un pase hacia atrás que garantice la posesión del balón.

*«Es más fácil pasar el balón que driblar a un adversario.»*

César Luis Menotti



### Regla 14: Pasar y desmarcar enseguida

Después de haber realizado un pase, el jugador todavía no ha completado su tarea hasta desmarcarse inmediatamente después de darse cuenta del éxito de su pase anterior para a continuación dar nuevamente apoyo al nuevo poseedor del balón. Pasar y desmarcar es un importante principio del fútbol moderno y especialmente del fútbol que se basa en la posesión del balón.

En vez de desmarcarse en la dirección de su pase debería mejor correr hacia un espacio menos marcado por los contrarios para allí recibir la devolución del balón sin estar ahora presionado por ningún jugador rival.

## Regla 15: Circular el balón con paciencia y sin ninguna prisa

Una vez que un equipo conquista el balón debe asegurarse su posesión por medio de pases cortos y seguros dirigidos directamente a los pies de los compañeros, lo que es considerado la primera fase de una acción ofensiva. Esta fase se desarrolla generalmente en el primer tercio del campo, donde existe una superioridad numérica de los defensas sobre los atacantes, lo que facilita la seguridad de la circulación del balón.

Después de haber consolidado la posesión, los atacantes deben progresar con paciencia y disciplina táctica en el campo para llegar con el balón a la cercanía del área de penalti. Esta segunda fase está caracterizada por pases hacia la carrera de un compañero que facilitan la progresión del equipo atacante y finalmente una penetración en la compacta defensa contraria, creando, a pesar de su superioridad numérica, oportunidades de gol para los atacantes en inferioridad numérica.

### RANKING PASES Y PRECISIÓN

Rank	Equipo	Pases OK	%	Rank	Equipo	Pases OK	%
1	Barcelona	4006	90,30%	17	S. Donetsk	2126	82,10%
2	B. Múnich	3792	89,60%	18	O. Marsella	2115	82,60%
3	PSG	3673	90,60%	19	B. Dortmund	2100	80,10%
4	Arsenal	3093	85,20%	20	Benfica	2033	80,80%
5	R. Madrid	3000	87,80%	21	Kobenhavn	2020	82,70%
6	Chelsea	2872	85,20%	22	R. Sociedad	2000	78,70%
7	Ajax	2687	84,60%	23	B. Leverkusen	1998	81,20%
8	Oporto	2589	83,00%	24	At. Madrid	1966	77,10%
9	Schalke 04	2559	83,20%	25	CSKA Moscú	1947	80,50%
10	Man United	2453	84,40%	26	S. Bucarest	1877	78,80%
11	Zenit	2452	81,80%	27	AC Milan	1708	79,60%
12	Juventus	2396	83,60%	28	Anderlecht	1676	79,70%
13	Man City	2361	83,90%	29	V. Pizen	1596	75,90%
14	Galatasaray	2267	83,00%	30	Olympiacos	1582	77,50%
15	Nápoles	2240	80,90%	31	Austria Viena	1465	75,00%
16	Basel	2229	80,70%	32	Celtic	1463	78,80%

Estadísticas de la UEFA Champions League 2013/2014

En el último tercio del campo los atacantes realizan combinaciones para crearse espacios y oportunidades que permitan concluir la acción ofensiva con un remate a portería. Es la tercera fase, la de la conclusión.

Los equipos de nivel internacional se caracterizan por una segura, rápida y variada circulación del balón en su propio campo, por una paciente progresión y construcción de movimientos ofensivos en el centro del campo y por sorprendentes pases en profundidad (frecuentemente sin indicar su trayectoria) y rápidas combinaciones con pases de pared en la cercanía del área de penalti para crear oportunidades de gol.

Defensas y mediocampistas deciden durante la posesión del balón y su progresión jugar lento o cambiar de repente el ritmo del juego hasta finalizar la acción ofensiva con un pase en profundidad hacia un espacio poco controlado por los contrarios.

*«Con el fútbol pasa lo mismo que con la música: para sobrevivir tienes que actualizarte. No te puedes eternizar cantando las melodías de siempre, tienes que ir renovando tu repertorio.»*

# Serie progresiva de ejercicios y juegos simplificados para aprender a mantener la posesión del balón

(para jugadores desde Sub10 hasta profesionales)

## 1.º NIVEL DE FORMACIÓN - Sub10

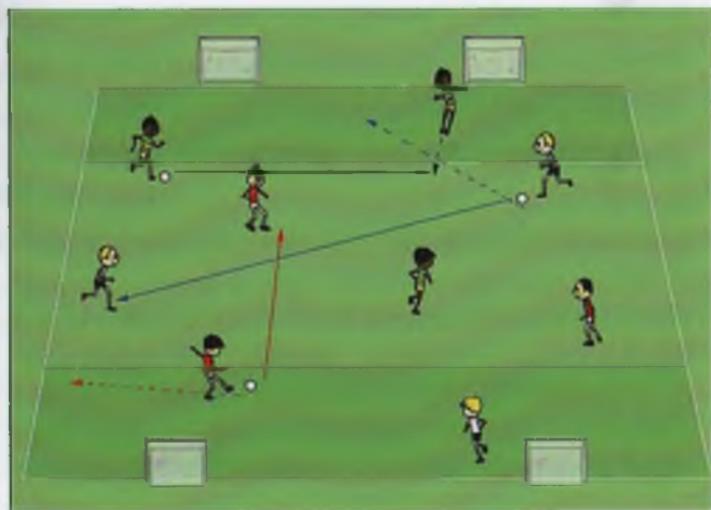
### 1. PASES ENTRE 3 EQUIPOS EN EL CAMPO DE **FUNiño** PARA MEJORAR LAS CAPACIDADES PERCEPTIVAS

**CAMPO:** Un campo de **FUNiño**.

**JUGADORES:** 9 (3 equipos de 3 jugadores).

**EXPLICACIÓN:**

- Cada equipo tiene un color diferente. Para una mayor comprensión se inicia el ejercicio con 2 balones a la vez. Los que tienen el balón deben pasarlo a cualquiera de los 7 jugadores que no lo tienen. No deben equivocarse y mantener el balón dentro del



campo, siendo obligatorio desmarcarse por lo menos 5 m después de haber realizado el pase.

- Una vez completado el juego con 2 balones se plantea el juego con 3 balones.



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: [http://youtu.be/yZ2B4\\_aCJag](http://youtu.be/yZ2B4_aCJag)

### Variantes

1. Cada jugador en posesión debe pasar el balón a un compañero de su equipo para luego alejarse.
2. Lo mismo, pero después del pase a un compañero de equipo debe correr alrededor de cualquiera de las 4 porterías para luego entrar en el campo de **FUNiño** y ofrecerse nuevamente para un pase.
3. Se cuenta en voz alta todos los pases que se dirigen en la carrera del jugador receptor. Pases que serán recibidos en posición estática no valen. Gana el jugador que efectúa primero 10 pases válidos.
4. El portador solo puede ejecutar un pase a un jugador que ha levantado la mano y ha establecido un acuerdo visual con él.



### PREGUNTAS DE DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR

¿Qué aprenden los jugadores con la práctica de este juego?

1. Comunicarse antes de pasar el balón (un acuerdo mutuo con el receptor).
2. Realizar un pase preciso a una velocidad suficiente.
3. Ir hacia el balón y no esperar a que este llegue a él.
4. Ofrecerse inmediatamente después de ejecutar un pase.
5. Utilizar diferentes ángulos de pase.
6. Realizar un pase hacia la carrera del compañero.
7. Recibir el balón en movimiento.



*«Desde la perspectiva educativa la iniciación en los deportes debe suponer la inmersión del alumno en un proceso, que mediante la propia práctica y aprendizaje deportivo, les haga crecer y desarrollarse en el plano intelectual, en el plano motor y en el plano moral y en la actitud.»*

Velásquez

## **2. MANTENER LA POSESIÓN CON 4 ATACANTES ESTÁTICOS FUERA DEL CUADRADO CONTRA UN DEFENSA DENTRO DEL MISMO**

**CAMPO:** Un cuadrado de 8 x 8 metros.

**JUGADORES:** 5 (4 jugadores que mantienen la posesión y un defensa).

### **EXPLICACIÓN:**

- Los 4 atacantes se encuentran fuera del cuadrado en una esquina.
- Tienen que pasar el balón de uno al otro por fuera del cuadrado, lo que depende siempre de la posición que el defensa ha asumido dentro del cuadrado, donde la posición del defensa se adapta al lugar momentáneo del balón. El atacante que posee el balón tiene que decidir sin prisa en qué dirección de las dos posibles debe realizar el pase, lo que obligatoriamente debe hacer en paralelo con una de las líneas del cuadrado y nunca en diagonal.

- El poseedor del balón antes de efectuar el pase aprende sin ninguna prisa (el defensa se encuentra fuera del cuadrado) a procesar todas las inFORMACIONEs importantes para luego elegir el pase más seguro que le garantiza la posesión del balón.

Antes de realizar el ejercicio con los pies, según el nivel de los alumnos, es aconsejable practicar y ganar experiencia en la ejecución de pases precisos con las manos.



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/5pwTScVbWfo>



### PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR

**¿Qué información debe adquirir el receptor antes de decidir la dirección de su pase, a la derecha o a la izquierda?**

Al principio debe analizar la posición del defensa en relación a las posiciones de ambos compañeros. Esto le será posible solo si tiene una visión amplia o, para aumentarla, gira su cuerpo y su cabeza, lo que le permite leer y detectar con cierta facilidad toda la información necesaria.

Con la experiencia que gana el jugador en la repetitiva práctica aprende a procesar estas pocas inFORMACIONEs más rápidamente y a tomar decisiones correctas para acertar en sus pases al compañero que se encuentra más lejos del defensa.



*«En vez de ser instruida nuestra juventud prefiere ser estimulada.»*

Johan Wolfgang von Goethe

### 3. MANTENER LA POSESIÓN CON 4 ATACANTES SEMI-ACTIVOS QUE SE ENCUENTRAN FUERA DEL CUADRADO JUGANDO CONTRA UN DEFENSA ACTIVO DENTRO DEL MISMO

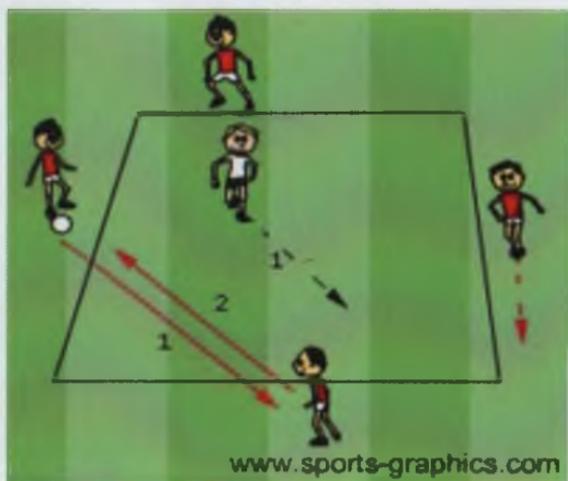
**CAMPO:** Un cuadrado marcado por 4 conos de 10 metros cada lado.

**JUGADORES:** 5 (4 jugadores en posesión y un defensa).

#### **EXPLICACIÓN:**

- Los 4 atacantes forman fuera del cuadrado un rombo, posicionándose cada uno en mitad de una línea del cuadrado, pero por fuera. Entre ellos tratan de mantener la posesión de un balón contra un defensa que se encuentra dentro del cuadrado sin tener permiso para salir del mismo.
- Los 4 atacantes tienen que pasarse el balón entre ellos, sin prisa y sin entrar en el cuadrado, de tal forma que el balón tiene que atravesar siempre 2 líneas del cuadrado.

- Los compañeros se mueven detrás de las líneas para estar siempre disponibles para recibir el balón, adoptando previamente una correcta posición de su cuerpo.
- Como en el juego anterior, según el nivel de los jugadores se recomienda practicar para ganar experiencia con pases precisos ejecutados con las manos.



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/IQdxUyRDtjl>

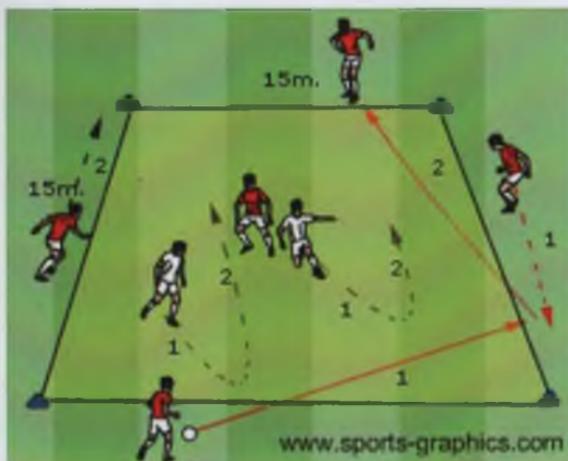
**Variante 1:** Igual que en el primer juego, pero esta vez juegan dos defensas dentro del cuadrado.

Por el hecho de que ahora hay más información a recoger y procesar, la tarea del poseedor del balón será algo más difícil, lo que requiere más tiempo para analizar la situación. Por medio de preguntas del formador los jugadores se darán cuenta de los factores claves que condicionan el pase del balón a un compañero mejor posicionado. Como en el juego anterior, los defensas no pueden salir del cuadrado y se ven obligados a actuar sin poder interceptar los pases fuera del cuadrado. El formador cuenta el número de pases sucesivos logrado por un equipo de 4 jugadores.

**Variante 2:** Igual que en el primer juego pero con un atacante adicional que se posiciona en el centro del cuadrado en una zona de 2 x 2

metros marcado por conos. Será una tercera opción de pase para los 4 atacantes, pero los defensas no pueden entrar en la zona central del quinto atacante. Este, al recibir el balón, debe devolverlo al compañero mejor posicionado después de haber considerado la ubicación de los dos defensas.

**Variante 3:** Para jugadores más avanzados. Igual que el juego anterior, pero esta vez el jugador central del cuadrado no está obligado a quedarse dentro de la zona de 2 x 2 metros, sino que puede moverse por el área de juego para recibir y devolver el balón a su compañero.



**Variante 4:** Los atacantes tienen un máximo de 3 segundos para pasar el balón a uno de sus 4 compañeros. En caso de que esto no ocurra los defensas ganan un punto, mientras que cada pase entre los atacantes les aporta medio punto.

*«Jugar es tan importante como dormir,  
tanto por tu salud física como tu salud mental.»*



#### PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR

**Saber jugar sin balón es muy importante para el juego de posesión. ¿Qué deben hacer los atacantes sin balón en este juego simplificado para lograr un número elevado de pases sucesivos, sin cometer errores?**

- Los compañeros que se encuentran a ambos lados del jugador con el balón deben ayudarlo con desplazamientos hacia el balón. Cuanto más grande es el ángulo (mínimo  $100^\circ$ ) más grande será la posibilidad de recibir el balón. Si el ángulo del pase es inferior a  $90^\circ$  será más probable que los defensas puedan recuperar la posesión del balón.



*«Mientras en los entrenamientos tradicionales se ha prestado mucha importancia a la mejora de los gestos técnicos del juego, hoy en día el enfoque se dirige más hacia los aspectos cognitivos, a la percepción, la comprensión y la toma de decisiones.»*

#### **4. MANTENER LA POSESIÓN CON 3 ATACANTES QUE SE ENCUENTRAN FUERA DEL CUADRADO, JUGANDO CONTRA UN DEFENSA DENTRO DEL MISMO**

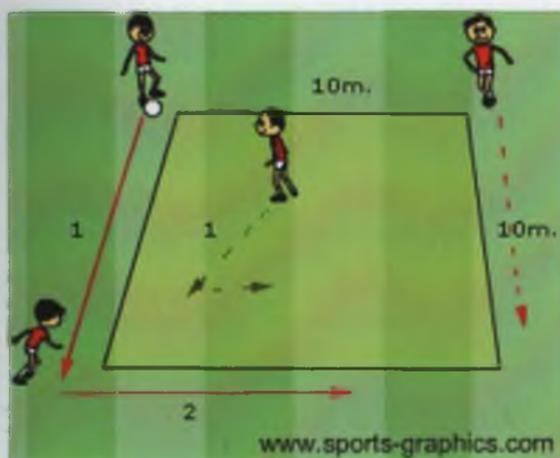
**CAMPO:** Un cuadrado de 10 metros de lado delimitado por 4 conos.

**JUGADORES:** 4 (3 atacantes y un defensa).

**EXPLICACIÓN:**

- Otra vez cada uno de los 3 atacantes se posiciona fuera del cuadrado, detrás de los conos. El jugador que tiene el balón siempre

debería tener dos opciones de pase que ejecuta en paralelo con una línea lateral, pero fuera del cuadrado y en un ángulo de  $90^\circ$ .



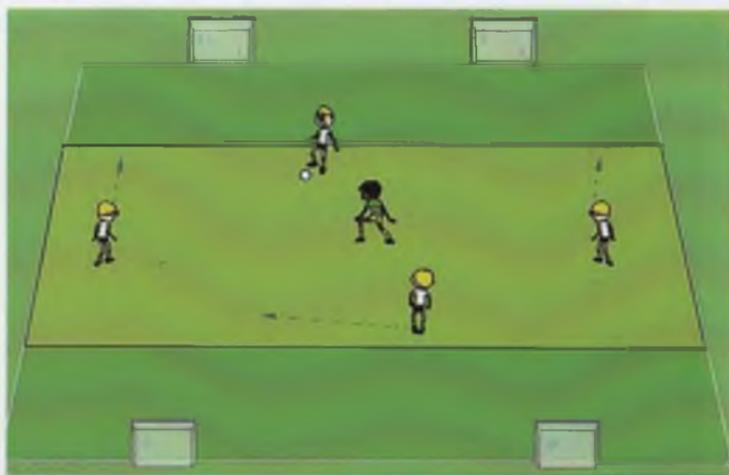
Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/6OLDUZglzjM>

Antes de realizar el pase el jugador debería analizar con mucho cuidado no solamente la posición del defensa sino también la disponibilidad de los dos compañeros, para establecer un acuerdo visual con el que recibirá el balón. Solo después de haber conectado visualmente con su compañero se decide a dónde pasar el balón en un ángulo de  $90^\circ$ .

Ambos compañeros sin balón deben estar listos para apoyar al poseedor del balón, dándole 2 opciones de pase.

**Variante:** Ahora los 3 atacantes van a jugar dentro del cuadrado, tratando de mantener la posesión del balón hasta que el defensa lo toque o recupere, o el balón salga del cuadrado. El formador tiene que recordar a los jugadores que estén atentos a posicionarse correctamente para apoyar al poseedor del balón y evitar estar en la sombra del defensa.

## 5. MANTENER LA POSESIÓN DEL BALÓN 4 CONTRA 1 EN EL CENTRO DEL CAMPO DE **FUNiño**



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/MitHzVIDk6Q>

**CAMPO:** En la zona central de un campo de **FUNiño**.

**JUGADORES:** 5 (4 atacantes y 1 defensa).

**EXPLICACIÓN:**

- Al principio el juego se practica con las manos hasta que cada uno sepa su tarea específica. El formador debe guiar a sus alumnos con preguntas abiertas y cerradas para que ellos descubran por sí mismos las distintas tareas con y sin balón. Ayuda a los 4 atacantes a distribuirse óptimamente en el campo y asumir una formación correcta (rombo) para que se desarrolle un juego de conjunto.
- Luego el formador les pide utilizar los pies.
- Cuando el poseedor del balón levanta sus manos a la altura de sus hombros, las manos deben dirigirse hacia los dos compañeros a ambos lados y el tercer compañero debería estar siempre delante de él. En una formación en T.
- Luego busca el mejor pase, lo que principalmente depende de la posición del defensa que se aproxima al poseedor del balón.
- No se permite elevar el balón.

- El objetivo del juego es mantener la posesión del balón durante 20 segundos.
- El defensa emplea dos formas para recuperar el balón: una es mediante la interceptación de un pase y la segunda es intentar tocar al jugador que tiene el balón con una mano antes de que realice un pase.

Finalmente el defensa intenta recuperar el balón de los atacantes.



## PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR

**¿Cómo deben colocarse los 4 atacantes en el campo para que logren circular el balón entre ellos?**

Ante todo tienen que posicionarse lejos el uno del otro y ocupar un espacio no cubierto con el fin de complicar la tarea del defensa. Los compañeros deben apoyar al jugador con el balón a ambos de sus lados y el tercero debería ofrecerse delante de él para crear una formación en T. Las dos manos extendidas del poseedor del balón deberían indicar a sus 2 compañeros. Después de cada pase los tres atacantes deben asumir otra formación en T con el fin de poder mantener la posesión del balón.

**Variante 1:** El mismo ejercicio pero esta vez solo 3 atacantes se enfrentan a un defensa.

**Variante 2:** El mismo que el juego original pero esta vez 5 atacantes mantienen la posesión del balón contra 2 defensas en todo el campo de juego.

**Variante 3:** Como la variante anterior. Después de cada pase el mismo jugador tiene que moverse a otra posición creando una formación de estrella.



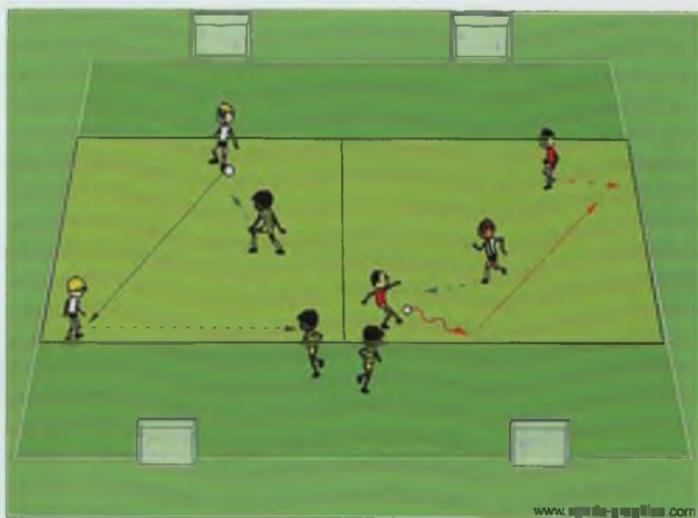
## PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR

**¿En qué formación deben jugar los 5 atacantes para poder circular el balón rápidamente entre ellos contra los dos defensas?**

La mejor formación es la que tiene la forma de una estrella. Un atacante se posiciona en el centro y los otros 4 forman la figura de un rombo con el fin de asegurar tanto anchura como profundidad. Ninguno de los 5 atacantes debe esconderse, deben comunicarse continuamente entre ellos para evitar pérdidas de balón.

## 2.º NIVEL DE FORMACIÓN - Sub12

### 6. MANTENER LA POSESIÓN DEL BALÓN 2 CONTRA 1 EN LA MITAD DEL CENTRO DEL CAMPO DE **FUNiño**



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: [http://youtu.be/gYp7\\_yan9M0](http://youtu.be/gYp7_yan9M0)

**CAMPO:** Zona central de un campo de **FUNiño**.

**JUGADORES:** 4 (2 contra 1) más un suplente.

**EXPLICACIÓN:**

- Dos jugadores tratan de mantener la posesión del balón dentro de la zona central de un campo de **FUNiño** el mayor tiempo posible (o durante 15 segundos). El defensa empieza siempre en el centro del campo para recuperar el balón lo antes posible.
- Mientras tanto, el compañero del defensa desde fuera del campo cuenta los segundos de la posesión del balón de los atacantes en voz alta. Si el defensa dentro del campo consigue finalmente conquistar el balón o tirarlo fuera del campo ambos defensas cambian posiciones y funciones hasta que los dos atacantes han tenido 7 posesiones de balón para conseguir un número de segundos récord en mantener la posesión.

- Cada pareja tiene 7 intentos para superar el tiempo que logró la pareja oponente.
- Cada vez que el defensa infringe las reglas, se detiene el tiempo hasta que los atacantes reinicien el juego con un pase o una conducción.
- Si hay más de 2 equipos el formador organizará un torneo para determinar la mejor pareja de atacantes en mantener la posesión del balón.
- Los jugadores menores de 10 años tienen que jugar en un cuadrado de 15 x 15 metros. Cuanto más avanzados son los jugadores más pequeña debe ser el área de juego.
- Si solamente 3 jugadores están disponibles, vale la regla donde el atacante que en 7 intentos pierde más veces la posesión del balón continúa atacando mientras que su compañero con más capacidad en mantener la posesión del balón se convierte en defensa.

**Variante:** En el caso de que el defensa recupere el balón, debe mantenerlo contra los dos contrarios que ahora defienden por 5 segundos. Así gana un punto mientras que los dos atacantes ganan un punto después de haber logrado la posesión del balón por 15 segundos.

### **Los objetivos de este Juego Simplificado:**

#### **En ataque:**

- Aprender a ofrecerse continuamente para recibir pases, quedarse sin balón preferiblemente lejos del defensa.
- Saber cuándo pasar y cuándo mantener la posesión del balón.
- Al tener el balón, observar tanto el comportamiento del defensa como el del compañero sin balón.
- Mantener el balón cerca de los pies para poder hacer rápidamente un pase.
- Crearse suficiente espacio. Cuanto mayor sea la distancia entre el que pasa y el que recibe, más difícil será la tarea del defensa.
- Aprender a elegir el momento más oportuno de la ejecución del pase y darle la dirección y la fuerza justa. Utilizar frecuentemente fintas de pase.
- Mantener el balón fuera del radio de acción del defensa.

- Usar el cuerpo para proteger el balón contra un oponente o cuando no hay posibilidad de realizar un pase de forma inmediata.

#### **En defensa:**

- Presionar a los atacantes con agresividad sin darles tiempo y espacio.
- Tratar de anticipar el juego de los atacantes.
- Ejecutar fintas de entradas para forzar a los atacantes a jugar como el defensa quiere.



### **PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR**

#### **¿Cuándo el jugador en posesión debe pasar el balón?**

Siempre que el defensa le presiona o trata de recuperarlo.

#### **¿Qué tarea debe cumplir el jugador después de su pase exitoso?**

Debe desmarcarse de forma inmediata para ocupar una posición fuera del alcance del defensa, ofreciéndose para otro pase pero sin entrar en una posición de fuera de juego.

#### **¿Cuándo el jugador en posesión debe regatear al contrario en vez de realizar un pase?**

En caso de que el compañero sin balón no esté disponible o esté en una posición de fuera de juego, el atacante con el balón realiza una

Ante el pase para superar al contrario con una aceleración repentina de su conducción, protegiendo con su cuerpo el balón. Así gana tiempo para apoyarse o no otra vez en su compañero cuando esté nuevamente disponible.

### **¿Qué debe esperar el jugador con el balón del compañero que le apoya?**

Primero espera una comunicación visual o acústica y luego espera que su compañero asuma una posición detrás del balón y suficientemente lejos del defensa en un espacio no controlado por este.

### **¿Qué errores debe evitar el jugador con el balón?**

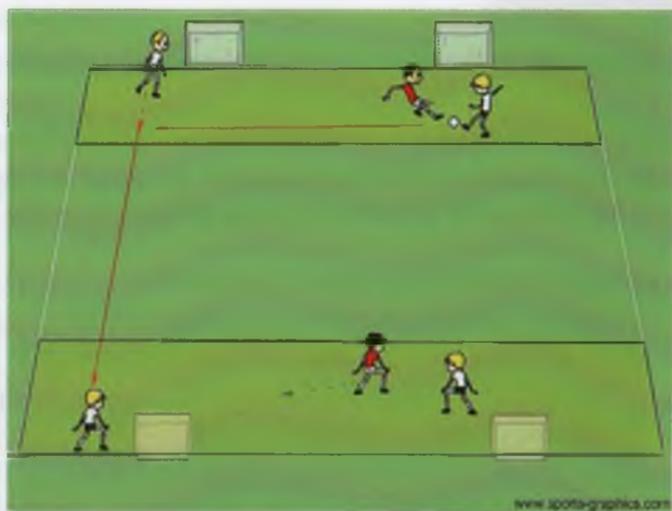
- Pasar el balón demasiado pronto ya que el defensa puede hacer frente al compañero durante su recepción del balón.
- Pasarlo demasiado tarde y así arriesgar la pérdida de la posesión del balón.
- Indicar la trayectoria del pase con su posición corporal o visual.
- Pasarlo demasiado suave y sin personalidad y confianza.
- Elevar el pase, lo que complica la recepción del balón por el compañero, que necesita más tiempo para controlarlo.
- Permanecer en la misma posición después de haber realizado el pase.

### **¿Cuáles son los posibles errores del jugador sin el balón?**

- El jugador se posiciona delante del balón, forzando al poseedor a realizar un pase a través del radio de acción del defensa.
- Se posiciona demasiado cerca del compañero con el balón, permitiendo al defensa intervenir cuando recibe el balón.
- No comunicarse con el que tiene el balón.

***«¡El talento se pierde sin una práctica frecuente!»***

## 7. MANTENER LA POSESIÓN EN LA SITUACIÓN 2 CONTRA 1 EN LAS 2 ZONAS DE REMATE DEL CAMPO DE **FUNiño** CON PASES EN PROFUNDIDAD



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/9PNWPn-A4B4>

**CAMPO:** El campo de **FUNiño**.

**JUGADORES:** 6 (2 contra 1 en cada zona de remate).

**EXPLICACIÓN:**

- Dos atacantes deben mantener el balón, hasta que uno de ellos no vea el riesgo para pasar el balón desde su zona a través del mediocampo al compañero menos marcado en la zona de remate al lado opuesto.
- Antes de realizar el pase quien lo efectúa debería comunicarse con su compañero en la zona opuesta para saber si está en condiciones para poder recibir el balón, lo que depende también del juego de posición del defensa. Su tarea es interceptar el pase.
- El que recibe el balón puede devolverlo a través de la zona central a un compañero libre de marcaje, o bien pasarlo al otro compañero en la propia zona de remate que elige entre una devolución o un nuevo pase largo hacia la zona opuesta.

- Cada 3 minutos las parejas cambian sus posiciones y parcialmente también sus funciones hasta que cada pareja haya defendido una vez.

### Los objetivos de este Juego Simplificado:

- Los atacantes aprenden a conducir o a pasar el balón en cualquier dirección sobre una distancia corta o larga.
- Antes de realizar el pase largo los jugadores que intervienen en el pase deben establecer un acuerdo visual entre ellos.
- Cuanto más largo es el pase filtrante, más velocidad debe tener y más necesario será camuflar su trayectoria para evitar que un defensa lo intercepte.

## ■ MANTENER LA POSESIÓN 4 CONTRA 2 (2 ATACANTES ESTÁTICOS Y 2 LIBRES CONTRA 2 DEFENSAS LIBRES Y 2 ESTÁTICOS) CON UN ATACANTE NEUTRAL EN UN CAMPO DE **FUNiño**

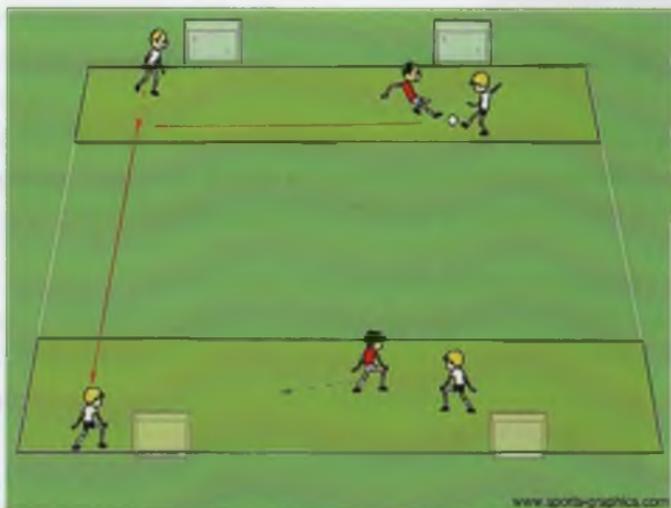


Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/pp-Tvoj0yXs>

**CAMPO:** Un cuadrado de 25 x 25 metros o 30 x 30 metros.

**JUGADORES:** 9 (4 contra 4 más un jugador neutral).

## 7. MANTENER LA POSESIÓN EN LA SITUACIÓN 2 CONTRA 1 EN LAS 2 ZONAS DE REMATE DEL CAMPO DE **FUNiño** CON PASES EN PROFUNDIDAD



Acercar el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/9PNWPn-A4B4>

**CAMPO:** El campo de **FUNiño**.

**JUGADORES:** 6 (2 contra 1 en cada zona de remate).

**EXPLICACIÓN:**

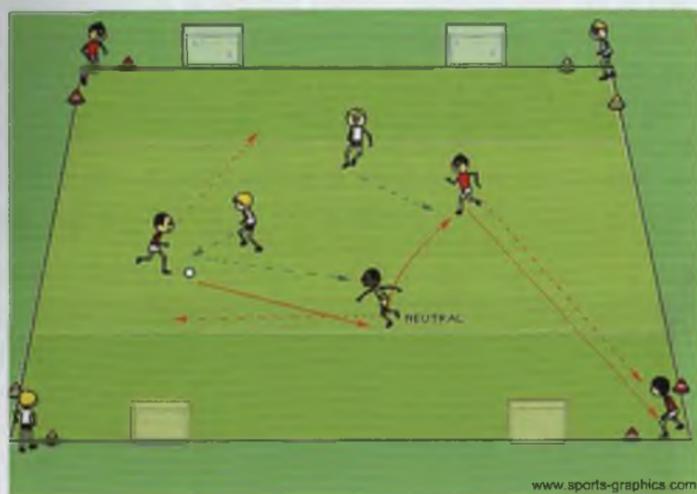
- Dos atacantes deben mantener el balón, hasta que uno de ellos no vea el riesgo para pasar el balón desde su zona a través del mediocampo al compañero menos marcado en la zona de remate al lado opuesto.
- Antes de realizar el pase quien lo efectúa debería comunicarse con su compañero en la zona opuesta para saber si está en condiciones para poder recibir el balón, lo que depende también del juego de posición del defensa. Su tarea es interceptar el pase.
- El que recibe el balón puede devolverlo a través de la zona central a un compañero libre de marcaje, o bien pasarlo al otro compañero en la propia zona de remate que elige entre una devolución o un nuevo pase largo hacia la zona opuesta.

- Cada 3 minutos las parejas cambian sus posiciones y parcialmente también sus funciones hasta que cada pareja haya defendido una vez.

### Los objetivos de este Juego Simplificado:

- Los atacantes aprenden a conducir o a pasar el balón en cualquier dirección sobre una distancia corta o larga.
- Antes de realizar el pase largo los jugadores que intervienen en el pase deben establecer un acuerdo visual entre ellos.
- Cuanto más largo es el pase filtrante, más velocidad debe tener y más necesario será camuflar su trayectoria para evitar que un defensa lo intercepte.

### ■ MANTENER LA POSESIÓN 4 CONTRA 2 (2 ATACANTES ESTÁTICOS Y 2 LIBRES CONTRA 2 DEFENSAS LIBRES Y 2 ESTÁTICOS) CON UN ATACANTE NEUTRAL EN UN CAMPO DE **FUNiño**



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/pp-Tvoj0yXs>

**CAMPO:** Un cuadrado de 25 x 25 metros o 30 x 30 metros.

**JUGADORES:** 9 (4 contra 4 más un jugador neutral).

## EXPLICACIÓN:

- Dos jugadores de ambos equipos se posicionan en las esquinas diagonalmente opuestas como se ve en la ilustración.
- El tercer jugador que está posicionado en el centro del cuadrado inicia el juego con un pase a uno de sus 3 compañeros (2 de ellos en esquinas diagonalmente opuestas) o a un jugador neutral que juega siempre con los que tienen el balón.
- A cuál de sus 3 compañeros pasa el balón depende de la posición y la intervención de los dos defensas del equipo contrario.
- Cuando el balón sea pasado a un jugador estático en una de las esquinas, el que pasó el balón debe ocupar el lugar del jugador que lo recibe para posteriormente conducirlo en el cuadrado buscando un pase a otro de sus 3 compañeros, idealmente al jugador más alejado de los dos defensas.
- El objetivo de los 5 jugadores en posesión del balón es mantener la posesión durante 15 segundos o 10 pases consecutivos, con lo cual se convierten en el equipo ganador de este juego simplificado.
- Pero si los dos defensas logran recuperar el balón serán ellos los que junto con el jugador neutral y sus 2 compañeros estáticos en las esquinas procurarán mantener el balón durante 15 segundos o 10 pases consecutivos sin salir del cuadrado.
- Los jugadores en las esquinas, los llamados prisioneros, siempre tienen más tiempo para la percepción, la comprensión, la toma de decisiones y la ejecución de su acción que aquellos que se encuentran dentro del cuadrado.



*«Un jugador es considerado bueno si es capaz de utilizar sus habilidades técnicas en el momento justo en una parte determinada del campo de juego y en beneficio de su equipo.»*

## MANTENER LA POSESIÓN 3 CONTRA 1 EN 2 CAMPOS CONTIGUOS EN EL CENTRO DEL CAMPO DE FUNIÑO.



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: [http://youtu.be/vyH-\\_hZx9d4](http://youtu.be/vyH-_hZx9d4)

**CAMPO:** Dos cuadrados de 8-12 metros uno junto al otro.

**JUGADORES:** 6 (3 contra 1 en el primer cuadrado y 2 defensores más en el segundo cuadrado al lado).

### EXPLICACIÓN:

- Dos equipos de 3 jugadores compiten entre ellos en un campo de 8-12 x 16-20 metros con el fin de mantener el balón por lo menos de 10 a 15 segundos en su posesión sin dejarlo salir de los límites establecidos. Cuando alcanzan su objetivo reciben un punto. El equipo que obtiene 5 puntos vence.
- El equipo con el jugador más joven sitúa a sus 3 jugadores en el primer campo, mientras que el equipo contrario se coloca con dos en el campo contiguo de las mismas dimensiones y el tercero se sitúa en el primer campo para robar el balón a los dos atacantes.
- Cuando logra recuperarlo debe pasarlo rápidamente al campo contiguo donde sus dos compañeros esperan su pase. El de-

fensa sigue a su pase para formar un nuevo equipo de tres atacantes que debe mantener el balón durante 10 o 15 segundos. A pesar de la intervención de uno de los tres contrarios, que acudió después de la pérdida del balón al campo de al lado para establecer la situación 1 contra 3.

- Un cambio de campo de juego ocurre también cuando los atacantes dejan salir el balón de la zona asignada.
- En este caso o en caso de una infracción de las reglas por parte de uno de los atacantes, el defensa realiza un tiro libre hacia uno de sus compañeros en el campo contiguo, con los que atacaban antes a más de 5 metros de distancia.
- Para mantener la presión del único defensa contra los 3 atacantes se permite a un defensa que se ha cansado cambiar su posición y función con uno de sus compañeros más fresco en el campo contiguo.

### Objetivos formativos

1. No entrar con el balón en el radio de acción del defensa.
2. Saber pasar el esférico en el momento preciso.
3. Dar al pase suficiente potencia y precisión, sin indicar su trayectoria.
4. Ofrecerse inmediatamente después de enviar un pase. Cada jugador sin balón debe buscar en el campo una posición que le permita recibir el balón y pasarlo nuevamente sin prisa.
5. Como defensa, sacrificarse para molestar al atacante en posesión del balón e intentar condicionar la próxima acción de los atacantes por medio de amagues con el cuerpo y con una aproximación no frontal que ofrece a los atacantes un espacio por el cual se prepara el defensa.



### PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR

**¿En qué parte del campo de al lado deberían situarse los dos compañeros del defensa para poder recibir un balón con ventaja? Explica el porqué.**

Es aconsejable ofrecerse lo más lejos posible del balón porque esta posición permite al jugador que lo recibe mucho más tiempo para

controlarlo y, en caso de un control imperfecto del balón, no lo pierde. Al contrario, que todavía está lejos. Da también más tiempo para la percepción, toma de decisión y la ejecución de la acción posterior.

*«¿Qué es una derrota?*

*No es otra cosa que una enseñanza,  
el primer paso hacia algo mejor»*

Wendell Phillips

### **¿Qué deberían hacer los atacantes para poder mantener el balón en su posesión bastante tiempo?**

Es preciso no precipitarse y saber pasar el balón en el momento oportuno cuando el defensa se interesa por él. Tiene tres opciones: pasar el balón al compañero mejor desmarcado, enviárselo al otro compañero o conducir el balón hacia un espacio no defendido para ganar tiempo para percibir, tomar una correcta decisión y ejecutar la acción pensada. Haciéndolo debería proteger el balón siempre con su cuerpo. Además, después de su pase exitoso debería ofrecerse nuevamente en un espacio no cubierto por el defensa.

### **¿Cuándo el atacante en posesión del balón debería renunciar a un pase?**

Cuando ningún compañero se ofrece para recibir un pase, el poseedor del balón debe conducirlo hacia una zona descubierta por el defensa. Con esta acción gana tiempo para que sus compañeros se muevan y puedan estar disponible para un 2 contra 1.



**¿Qué debería hacer el poseedor del balón cuando está en una esquina del campo y al mismo tiempo está presionado por el defensa?**

Es preciso proteger el balón con su cuerpo y colocándose entre el balón y el contrario para después salir por detrás.

**¿Cuándo se habla de un buen pase?**

Un buen pase es aquel en el que el compañero controla con ventaja, sin ser presionado por un defensa inmediatamente después de la recepción.

Un buen pase será ejecutado en el momento justo para dotar al receptor de más posibilidades de las que tenía el jugador que pasó el balón.

Un buen pase tiene suficiente velocidad y ha sido camuflado, es decir, su trayectoria no ha sido indicada con antelación a los defensas.

Un buen pase es generalmente un pase a ras de suelo que no dificulta la recepción y el control del balón por el compañero.

**¿Cuáles son los inconvenientes de los pases altos?**

Un pase a ras de suelo es mucho más rápido y más fácil de controlar que un pase alto.

**Dime el momento justo para pasar el balón cuando un equipo pretende mantener su posesión.**

Al mantener la posesión del balón, el pase debe nacer por necesidad; es decir, cuando el defensa compromete al atacante en posesión del balón y se interesa por él.

**¿Qué debería hacer el jugador después de haber pasado el balón con éxito?**

Inmediatamente después de su pase exitoso debería ofrecerse nuevamente en un espacio no cubierto por el defensa.

**Una vez elegido al receptor del pase, ¿a dónde se le pasa el balón? ¿Directamente a sus pies o algunos metros delante de él, hacia la trayectoria de su carrera?**

Todo depende del lugar y la orientación del defensa. Cuando un equipo busca mantener la posesión del balón, generalmente, se pasa el balón siempre a los pies del compañero, lo que es más seguro.

### ¿Qué sucede cuando hace falta jugar al primer toque?

Cada vez que un compañero sea presionado por el defensa al recibir el balón, nace la necesidad del pase al primer toque sin control por el atacante.

### ¿Qué deberían hacer los atacantes después de su pérdida del balón?

Deben cambiar inmediatamente del ataque a la defensa, sin permitir una pausa entre ambos comportamientos.



### ¿Qué debe hacer el único defensa en la situación de inferioridad numérica 1 contra 3?

El defensa debería aproximarse al atacante en posesión del balón de tal forma que le cierre una opción de pase, ofreciéndole otra. Al aproximarse lateralmente al contrario se concentra solo en interceptar el pase por su lado preferido. Es decir, obliga al poseedor del balón a realizar la acción para la cual él estaba preparado.

**Variante 1:** Gana el equipo que logra realizar más pases. Estos no son considerados válidos cuando los atacantes olvidan contar en voz alta el número de los pases.

**Variante 2:** Después de la realización de un pase, el jugador que lo efectúa debe desplazarse obligatoriamente hacia otro lugar del campo que se encuentre a más de 5 metros del lugar anterior.

**Variante 3:** Juego de pases consecutivos. Solo cuentan los pases ejecutados con el pie menos hábil o pierna menos dominante.

**Variante 4:** Juego de pases consecutivos. Solo cuentan los pases altos y los pases al primer toque. Así, el atacante decide cuándo arriesgar, dando un pase sin control previo del balón, y cuándo es aconsejable controlarlo antes de pasar.

**Variante 5:** En ambas partes del campo juegan de forma simultánea. Gana el equipo de tres atacantes que logra mantener la posesión del balón durante más tiempo.

### Ejercicios correctivos

La mayoría de los «Juegos de pase, de recepción y de remate a portería», así como todos los Juegos Simplificados 2 contra 2 ayudarán a corregir cualquier deficiencia técnica/táctica descubierta en este juego. Consulte el primer volumen de *Fútbol a la medida del niño*, de la RFEF, 2005.

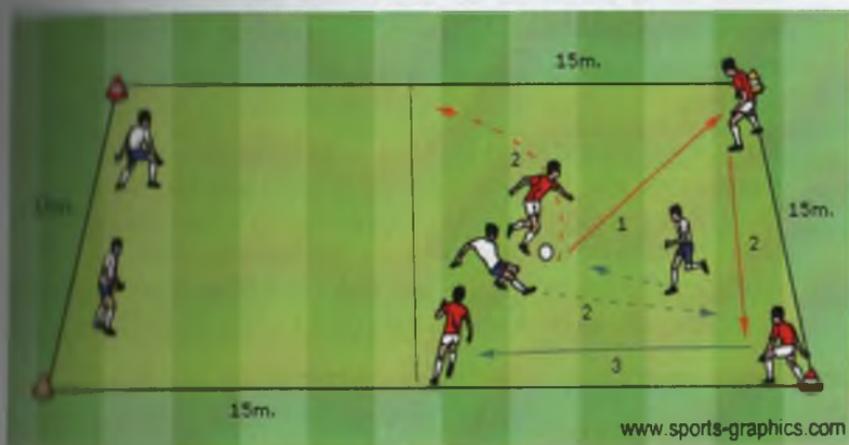


*«Las únicas comparaciones válidas son entre el presente, el pasado y el futuro rendimiento de un jugador. Un jugador no debe evaluarse a sí mismo comparándose con los demás sino que debe considerar únicamente su potencial.»*

L. Mourhouse/L. Gross

## NIVEL DE FORMACIÓN - Sub14

### MANTENER LA POSESIÓN 4 CONTRA 2 EN DOS CAMPOS CONTIGUOS



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.Be/4spslb5e8ei>

**CAMPO:** Dos cuadrados adyacentes de 15 metros.

**JUGADORES:** 8 (4 contra 2 en un cuadrado y 2 defensores más en otro cuadrado).

#### EXPLICACIÓN:

- El equipo con el jugador más joven sitúa a sus 4 jugadores en el primer campo, de 15 x 15 metros, mientras el segundo equipo distribuye a los suyos por igual entre el primer campo y el contiguo, con las mismas dimensiones.
- Sin salir de los límites de su campo, los 4 atacantes en el primer campo intentan realizar 15 pases entre ellos o mantener la posesión del balón 2 minutos, mientras los dos adversarios hacen todo lo posible por evitarlo.
- Cuando logran recuperar el balón o este sale del campo, deben pasarlo enseguida al campo contiguo. Allí, sus dos compañeros esperan el pase.

- Luego, los dos defensores anteriores pasan también al campo con sus compañeros para formar un nuevo equipo de atacantes que intentarán realizar más pases consecutivos que los anteriores o mantener la posesión durante más segundos a pesar de la presencia de dos rivales que acuden al campo anexo inmediatamente después de la pérdida del balón.
- Para poder realizar siempre una presión adecuada sobre los atacantes, se recomienda a los defensores que se alternen.
- Cuando un equipo logra un pase, está obligado a contar su número en voz alta. En el caso de que el balón salga fuera de banda, enviado por cualquier equipo o se produzca infracción de las reglas por parte de los atacantes, un defensor intentará el tiro libre directamente hacia uno de sus dos compañeros en el campo contiguo, con los contrarios a más de 3 metros de distancia.

### Objetivos formativos

1. Mantener durante todo el juego un buen nivel en la capacidad de atención.
2. Evitar la situación 1 contra 1 y buscar sistemáticamente la superioridad numérica 2 contra 1.
3. No entrar con el balón en el radio de acción de un defensa, más bien pasarlo en el momento en el que este intenta recuperarlo. Aplicar con frecuencia, cuando la situación del juego lo exija, pases de pared.
4. Saber aplicar fintas.
5. Aprender a situarse óptimamente en el campo para dirigir el juego hacia espacios no controlados por los dos defensas. Se debe evitar una aglomeración de atacantes en una parte del mismo y ocupar posiciones suficientemente alejadas del compañero con el balón para poder recibirlo sin ser presionado enseguida por un defensor.
6. Dar al pase con suficiente potencia y precisión, sin indicar su trayectoria.
7. Ofrecerse inmediatamente después de enviar un pase, dando siempre al poseedor del balón varias opciones de pase.
8. Como defensa, sacrificarse para molestar al atacante en posesión del balón, intentar intuir su próxima acción o forzar una determinada acción en la que la defensa tiene las de ganar.

## PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR

**En qué parte del campo, en el que no está el balón, deberían estar los dos compañeros de los defensas para poder recibir el balón con ventaja? Explica el porqué.**

Es aconsejable ofrecerse lo más lejos posible del balón porque esta posición permite al jugador que lo recibe mucho más tiempo para controlarlo y, en caso de un imperfecto control del balón, no lo pierde ya que los contrarios todavía están lejos. Da también más tiempo para la recepción, toma de decisión y la ejecución de la acción posterior.

**¿Qué deberían hacer los atacantes para poder mantener el balón bastante tiempo en su posesión?**

Es preciso no precipitarse y saber pasar el balón en el momento preciso, cuando el defensa se interesa por él. El poseedor del balón debe elegir entre 3 opciones de pase, de las cuales el pase al compañero mejor desmarcado y más lejos de los contrarios es la más eficaz. En caso de no poder pasar el balón, lo conducirá hacia un espacio no defendido y así ganar tiempo para percibir, tomar una correcta decisión y ejecutar la acción pensada. Haciéndolo debería proteger el balón siempre con su cuerpo. Además, después de su pase exitoso debería ofrecerse nuevamente en un espacio no cubierto por el defensa.



## **En este juego, ¿cuándo el atacante en posesión debería renunciar a un pase?**

Cuando ningún compañero se ofrece para un pase, el poseedor del balón debe conducirlo hacia una zona descubierta por la defensa. Con esta acción el jugador gana tiempo para que sus compañeros puedan desmarcarse hacia espacios no cubiertos por los defensas y estar disponibles para un «2 contra 1».

## **¿Qué debería hacer el poseedor del balón cuando está en una esquina del campo y al mismo tiempo está presionado por un contrario?**

Es preciso proteger el balón con su cuerpo, colocándose entre el balón y el contrario para después salir por detrás.

## **¿Cuándo se habla de un buen pase?**

Un buen pase es aquel en el que el compañero controla el balón con ventaja, sin ser presionado por un defensa en la recepción.

Un buen pase será ejecutado en el momento justo para dotar al receptor de más posibilidades de las que tenía el jugador que pasó el balón.

Un buen pase tiene suficiente velocidad y ha sido camuflado; es decir, su trayectoria no ha sido indicada con antelación a los oponentes.

Un buen pase es generalmente un pase a ras de suelo que no dificulta la recepción y el control del balón por el compañero.

## **¿Cuáles son los inconvenientes con los pases altos?**

Un pase a ras de suelo es mucho más rápido y fácil de controlar que un pase alto.

## **Dime el momento justo para pasar el balón cuando un equipo pretende mantener su posesión.**

Al mantener la posesión del balón, el pase debe nacer por necesidad; es decir, cuando el defensa compromete al atacante en posesión del balón y se interesa por él.

## **¿Qué debería hacer el jugador después de haber pasado el balón con éxito?**

Inmediatamente después de su pase exitoso debería ofrecerse nuevamente en un espacio no cubierto por los adversarios.

## ¿Cómo deberían hacer los defensas para conquistar el balón de los 4 atacantes?

Mientras el primer defensa se aproxima lateralmente al atacante en posesión del balón de tal forma que le cierre una opción de pase, su compañero se encarga de cubrir el resto del ángulo de pase del poseedor del balón, anticipándose a la acción del atacante desde una posición algo retrasada. Es decir, el primer defensa obliga al poseedor del balón a realizar la acción para la cual el segundo defensa ya estaba preparado.

## Una vez elegido el receptor del pase, ¿dónde se le pasa el balón?

Todo depende del lugar del defensa, pero generalmente se pasa el balón siempre hacia el lado del compañero donde no se encuentra el defensa.

## ¿Cuándo hace falta jugar al primer toque?

Cada vez que un compañero sea presionado por uno o dos defensas a la hora de recibir el balón, nace la necesidad del pase al primer toque sin control previo.

## ¿Qué deberían hacer los atacantes después de su pérdida del balón?

Deben cambiar inmediatamente del ataque a la defensa, sin permitir una pausa entre ambos comportamientos.

**Variante 1:** Después de cada pase, el mismo jugador debe desplazarse obligatoriamente unos 5-8 metros para ocupar otro lugar en el cuadrado.

**Variante 2:** En cada parte del campo compiten simultáneamente 4 atacantes contra 2 defensas. Gana el equipo que logra realizar más pases o mantiene más tiempo la posesión del balón.

**Variante 3:** En vez de jugar fuera del cuadrado, los 4 atacantes deben estar siempre sobre las líneas del mismo.

**Variante 4** (para juveniles): Solo cuentan los pases al primer toque.

**Variante 5:** Se juega con un quinto atacante, que se ofrece para recibir un pase en el cuadrado o en el círculo central. Cada control del balón y pase de este jugador es premiado con 3 puntos.

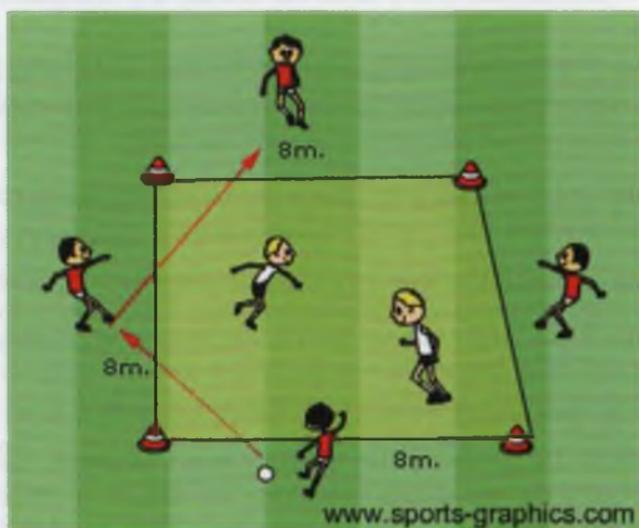
**Variante 6:** Se juega con un quinto y sexto atacante, que serán marcados por uno, dos o tres defensas. Los pases al primer toque valen 2 puntos.

**Variante 7:** El jugador que realiza el pase número 2 tiene que dar también el número 5. De esta forma aumentamos considerablemente la atención en el juego, complicando cognitivamente el juego simplificado. Con esta misma idea podemos hacer distintas combinaciones: el jugador que realiza el pase 1 debe dar el pase número 6, el jugador que da el pase número 4 lo hace con la misma superficie de contacto que el que realizó el pase número 1, etc.

**Variante 8:** Ver las variantes del juego simplificado para equipos de 3 jugadores «3 contra 1 en campos separados».

### Ejercicios/juegos correctivos

- Cuatro jugadores se desplazan alrededor de un cuadrado de 8 x 8 metros o de un círculo. Deben pasarse el balón a ras de suelo por lo menos con una distancia de 6 metros a través del cuadrado (o círculo). Dos defensas pueden moverse con libertad e interceptar estos pases, lo que les da un punto para su equipo. Los pases que no pueden ser inmediatamente controlados por los atacantes serán considerados como fallados y cuentan a favor de los defensas.
- Los 4 atacantes tienen 2 minutos para establecer un número récord de pases. Luego, los 2 defensas intercambian posición y función con los 2 atacantes.





Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/3lvdHwpXVGU>

## Variantes

- En vez de posicionarse fuera del cuadrado cada atacante debe moverse solamente por una línea lateral del cuadrado.
- Para los jugadores más avanzados solo se cuentan los pases de un toque.
- El 5º atacante se posiciona dentro del cuadrado, ofreciéndose para poder recibir el balón. Cada vez que el jugador en el medio del cuadrado recibe y devuelve un pase a uno de sus compañeros encima de la línea lateral del cuadrado su equipo gana 3 puntos, mientras que el pase entre los que se encuentran encima de las líneas vale solo uno.
- El mismo juego con tres defensas.

*«Cada hora en el entrenamiento no tiene 60 minutos, solo tiene tantos como el entrenador es capaz de utilizar con sus jugadores.»*

## 4.º NIVEL DE FORMACIÓN - Sub16

### 11. MANTENER LA POSESIÓN 12 CONTRA 6 CON 5 BALONES



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/Cac2PwObn40>

**CAMPO:** Una zona rectangular de 35 x 45-50 metros.

**JUGADORES:** 18 o 15 jugadores (2 equipos de 6 (5) jugadores mantienen el balón contra un tercer equipo de 6 (5) defensas).

**EXPLICACIÓN:**

- Doce jugadores (2 equipos de 6) se distribuyen racionalmente en una zona más grande que la tercera parte del campo. Tienen que mantener 5 balones el mayor tiempo posible en su posesión hasta que los 6 defensas logren recuperar o despejar todos los balones fuera de la zona del juego.
- El entrenador-formador cronometra el tiempo que los defensas necesitan para conquistar los 5 balones después de haber recibido el permiso para entrar en la zona del juego para presionar.

- Después de 5 intentos para establecer un mayor tiempo de posesión, los defensas cambian posiciones y funciones con un equipo de atacantes, hasta que todos los equipos hayan defendido en 5 ocasiones y hayan mantenido 10 veces el balón en la situación de 12 contra 6.
- Ganan los dos conjuntos que logren la posesión el mayor tiempo.



## PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR

### ¿Qué errores típicos suelen cometer los defensas?

Generalmente, cada uno de 6 los defensas juega por su cuenta en vez de cooperar con otro u otros dos, aplicando una táctica grupal en la presión sobre un jugador en posesión del balón; por ejemplo, un doblaje (un defensa se aproxima y el otro le cubre).

### ¿Qué errores típicos suelen cometer los atacantes?

Los atacantes deben comunicarse entre ellos y formar inicialmente parejas y, con menos balones, grupos de 3, 4 o más jugadores. Además, inmediatamente después de haber perdido la posesión del balón, hay que intentar recuperarlo, antes de que los defensas logren despejarlo de la zona.

### Variantes

En vez de despejar el balón conquistado fuera de la zona, el defensa debe jugar más constructivo y tratar de pasarlo a un compañero. Su tarea en defensa se completa cuando todos los balones son expulsados de la zona de juego por un defensa diferente al que lo conquistó. Esta forma de defensa constructiva es la más parecida a una situación real de juego.

## 12. MANTENER LA POSESIÓN 5 CONTRA 5 CON 6 PORTERÍAS DE CONOS



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/tDfz9SZXAv0>

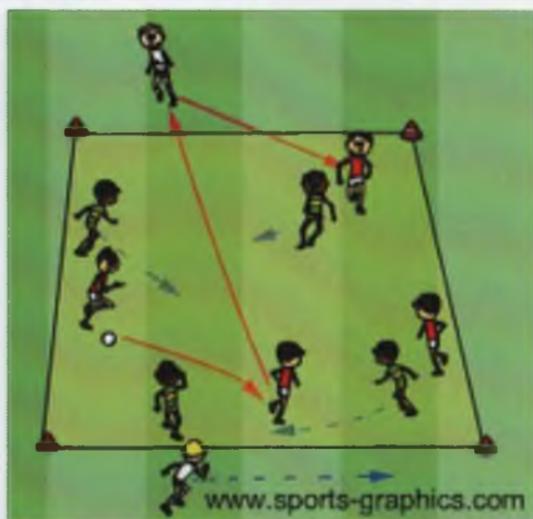
**CAMPO:** Una zona de aproximadamente 30 x 30 metros entre la línea central y la línea del área de penalti (16,5 m) de un campo reglamentario, en la cual se sitúan 6 porterías de conos de 4 metros de ancho en diferentes lugares (como se indica en la ilustración).

**JUGADORES:** 10 jugadores, 5 en cada equipo.

**EXPLICACIÓN:**

- El equipo en posesión debe alcanzar el mayor número posible de goles pasando o conduciendo el balón a través de cualquiera de las 6 porterías hasta que se pierda la posesión del balón en pies de los 5 oponentes que, al recuperar el balón, tratarán de obtener un resultado mejor.
- Se disputan 8 juegos con una duración de solo 90 segundos cada uno. De un juego al otro el formador concede la posesión al equipo que no inició el juego anterior.

### 13. MANTENER LA POSESIÓN DEL BALÓN 4 + 2 FUERA CONTRA 4



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/nG9aBel-WQ4>

**CAMPO:** Un cuadrado de 25 x 25 metros.

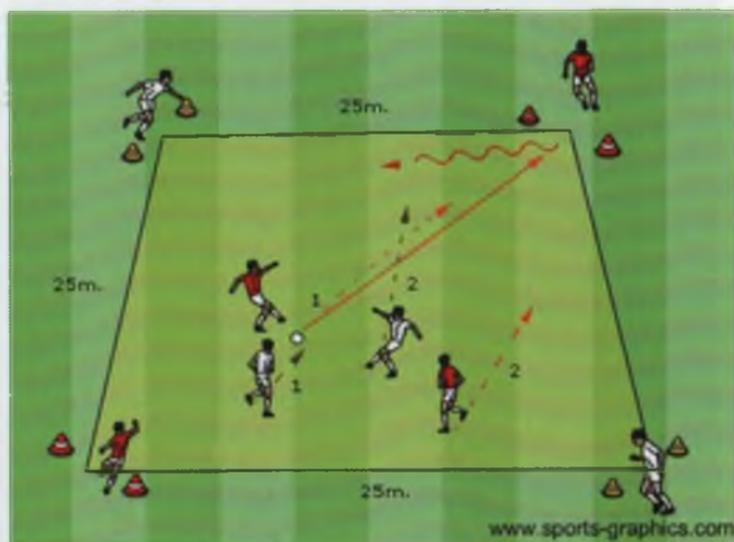
**JUGADORES:** 10 jugadores, 4 jugadores en cada equipo más 2 jugadores neutrales fuera del cuadrado.

#### EXPLICACIÓN:

- Los 4 jugadores en posesión deben pasar el balón entre ellos lo más frecuentemente posible, pero, en caso de que ninguno de sus compañeros de equipo esté disponible dentro del cuadrado, pueden pasarlo fuera a uno de los jugadores neutrales que tienen solo tres toques.

*«La suerte es reconocer una oportunidad y la capacidad de aprovecharla.»*

#### 14. MANTENER LA POSESIÓN 4 CONTRA 4 EN UN CUADRADO O EN UN CAMPO DE **FUNiño** (Rescatar prisioneros)



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/PcaGJDxBrg>

**CAMPO:** Una zona de 25 x 25 metros.

**JUGADORES:** 8 (2 equipos de 4 jugadores).

**EXPLICACIÓN:**

- Dos jugadores de un equipo juegan contra dos de otro en un cuadrado de 25 metros, con el fin de mantener el balón en su poder durante 10 o 15 segundos sin dejarlo salir por los límites del campo y sin perderlo frente al equipo contrario.
- En vez de buscar siempre el apoyo del compañero de al lado, pueden también pasar el balón hacia el tercer o cuarto jugador de su equipo. Estos esperan el pase detrás de su portería situada en dos esquinas opuestas del campo. Una vez recibido el balón en la meta (más o menos ancha) entran en el centro del campo e intercambian su posición y función con el jugador que ha secundado el pase.

- Cada equipo debe contar en voz alta el número de pases consecutivos realizados con el fin de informar al monitor y a los defensas sobre la situación actual de la competición.
- Cuando el balón sale del campo es saque de banda. Gana un punto el equipo que consigue primero 10 pases consecutivos entre ellos. El conjunto que llega primero a 3 puntos gana la competición.



## **PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR**

### **¿Qué significa un buen pase?**

Un buen pase es aquel en el que el compañero controla con ventaja, sin ser presionado por un defensa inmediatamente después de la recepción.

Un buen pase será ejecutado en el momento justo para dotar al receptor de más posibilidades de las que tenía el jugador que pasó el balón.

Un buen pase tiene suficiente velocidad y ha sido camuflado; es decir, su trayectoria no ha sido indicada con antelación a la defensa.

Un buen pase es generalmente un pase a ras de suelo que no dificulta la recepción y el control del balón por el compañero.

### **¿Cuáles son los inconvenientes de los pases altos?**

Un pase a ras de suelo es mucho más rápido y más fácil de controlar que un pase alto.

### **Dime el momento justo para pasar el balón cuando un equipo pretende mantener su posesión.**

Al mantener la posesión del balón, el pase debe nacer por necesidad; es decir, cuando el defensa compromete al atacante en posesión del balón y se interesa por él.

### **¿Qué debería hacer el jugador después de haber pasado el balón con éxito?**

Inmediatamente después de su pase exitoso debería ofrecerse nuevamente en un espacio no cubierto por la defensa contraria.

### **Una vez elegido al receptor del pase, ¿dónde se le pasa el balón? ¿Directamente a sus pies o algunos metros delante de él, hacia la trayectoria de su carrera?**

Todo depende del posicionamiento defensivo del contrario. Cuando un equipo busca mantener la posesión del balón, generalmente se pasa el balón a los pies del compañero, lo que es más seguro, y cuando un equipo quiere atacar se pasa el balón hacia la carrera del compañero.

### **¿Cuándo hace falta jugar al primer toque?**

Cada vez un compañero sea presionado por un defensa al recibir el balón nace la necesidad del pase al primer toque; es decir, sin controlar el balón previamente.

### **¿Qué deberían hacer los atacantes después de su pérdida del balón?**

Deben cambiar inmediatamente del ataque a la defensa, sin permitir una pausa entre ambos comportamientos.

### **¿Cuándo el atacante decide conducir el balón en vez de pasarlo?**

Cada vez que el atacante no ve una opción segura de pase, debe mantener la posesión del balón y, en caso de ser molestado por un defensa, debe conducir el balón hacia un espacio no controlado por los defensas.

## **Objetivos formativos**

1. Antes de pasar el balón, levantar la cabeza, ser consciente de todas las opciones a su disposición (¿pase al compañero de al lado, al jugador de delante o al de detrás suyo?), con el fin de poder elegir el pase más eficaz que es, generalmente, el centro al jugador que se encuentra más lejos del balón en una parte del campo menos controlada por los defensas.
2. Jugar lo más sencillo posible, sin complicarse la vida. En vez de arriesgar la pérdida de la posesión del balón con una jugada complicada, realizar el pase más fácil.
3. Para que el balón llegue a un compañero se le debe imprimir velocidad y camuflar al mismo instante la trayectoria del pase.
4. Ver los objetivos del juego 4 contra 2 en dos campos separados.

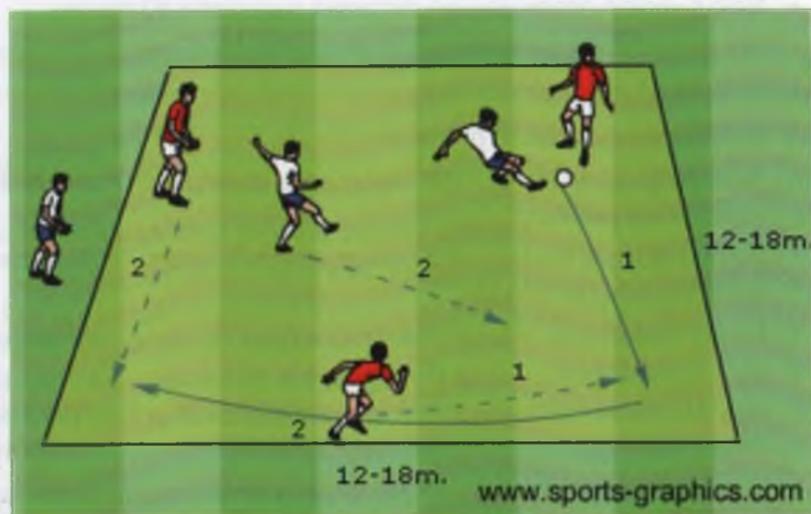
## Variantes

- En vez del tiempo se cuenta ahora el número de pases.
- Solo cuentan pases de una distancia superior a 10 metros.
- Solo cuentan entregas sin haber conducido previamente el balón.
- Solo cuentan los pases realizados con el pie menos hábil.
- Solo cuentan pases al primer toque.
- Para mejorar el control del balón solo cuentan el número de pases altos (aéreos).
- Se puede jugar también con un comodín que siempre juega con los atacantes (defensas).
- Se aumentan o se reducen las dimensiones del campo de juego.
- Se asigna a cada uno de los jugadores de las esquinas una línea lateral del cuadrado sobre la cual pueden ofrecerse para un pase.
- Todos los jugadores que se encuentran en las esquinas deben ofrecerse continuamente fuera del cuadrado.
- Solo uno de los 2 jugadores de las esquinas de cada equipo está fuera del campo para ofrecerse para un pase a uno de los 3 compañeros.



*«A cada acción exitosa de un jugador de fútbol precede una correcta lectura de lo que está ocurriendo en este momento en el terreno de juego; es decir, antes de la acción motor se desarrolla un proceso perceptivo y cognitivo que se basa en la inteligencia futbolística del jugador.»*

## 15. MANTENER LA POSESIÓN EN LA SITUACIÓN DE 3 CONTRA 2



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/YXKqZyUeYX4>

**CAMPO:** Una zona de 15 x 15 metros, según el nivel de los jugadores.

**JUGADORES:** 6 (2 equipos de 3 jugadores).

### EXPLICACIÓN:

- Con 6 posesiones del balón, el equipo de 3 atacantes intenta mantener el balón el máximo tiempo posible.
- Después de cada salida del balón o después de una recuperación del mismo por parte del defensa, que debe conducir el balón fuera del cuadrado, uno de ellos será sustituido de forma rotatoria por el tercero que descansa fuera del campo, cronometrando el tiempo de la posesión del balón.
- En presencia de más equipos, se recomienda organizar un torneo, con el fin de definir una clasificación.

## Objetivos formativos

1. Dar profundidad al juego de ataque.
2. Evitar situarse en línea vertical. Mejor hacerlo de forma escalonada para dar siempre dos opciones de pase al jugador en posesión del balón.
3. Camuflar la dirección de los pases.
4. Dar suficiente potencia al balón.
5. Saber cuándo pasar la pelota y cuándo no.
6. Buscar sistemáticamente la situación de 2 contra 1.
7. Levantar la vista durante la conducción del balón.
8. Desmarcarse inmediatamente después de realizar un pase para poder recibir nuevamente el esférico.
9. Cuando la presión de los defensas lo exija, aprender a jugar pases directos o pases de pared.
10. Como defensa, reducir constantemente el espacio y el tiempo a disposición de los 3 atacante, aplicando una defensa colectiva (doblar).



## PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR

### En este juego, ¿qué es importante que sepa el jugador en posesión del balón?

El que posee el balón debería saber controlar en cualquier momento del juego con su vista todo el espacio de juego, los lugares hacia dónde se desmarcan sus compañeros y la ubicación de los defensas. Solo así sabrá cuándo y dónde pasar el balón, cuándo no hacerlo y hacia dónde conducirlo. Es preciso no indicar, previamente a su acción, la intención a los dos defensas, sino camuflarla y aplicar frecuentemente amagues con el cuerpo y fintas con el balón, ya que se encuentra en una situación de superioridad numérica. Después de haber pasado el balón, no debería descansar permaneciendo estático, sino ofrecerse nuevamente para recibir el balón, comunicándose constantemente con sus compañeros.

*«El ganador es el que se entrega a su trabajo en cuerpo y alma.»*

Charles Buxton

**¿Qué debería hacer el poseedor del balón cuando está obligado a ir a una esquina del campo y al mismo tiempo está presionado por uno o los dos defensas?**

Es preciso proteger el balón con su cuerpo, colocándose entre el balón y el contrario para ganar tiempo y posteriormente salir por un lado.

**¿Qué deben hacer los compañeros del poseedor del balón?**

Los compañeros deben estar lo más lejos posible del poseedor del balón y ofrecerse en espacios no controlados por los dos oponentes. Deben comunicarse constantemente con el poseedor del balón.

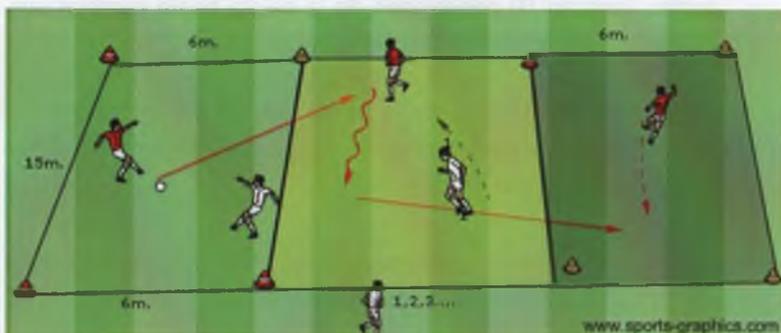
**¿Qué deben hacer los dos defensas para poder recuperar el balón en esta situación de inferioridad numérica «2 contra 3»?**

Deberían actuar conjuntamente y obligar al poseedor del balón a ir a una de las esquinas de la zona de prácticas. Es importante canalizar al atacante con balón y dejar espacio libre intencionadamente para después anticiparse a la acción del contrario. Deben presionar constantemente al poseedor del balón sacrificándose y así provocarle para que incurra en acciones precipitadas que muchas veces son erróneas.



*«En un juego bueno el balón corre rápido de un jugador a otro sin ser retenido durante más de 2 segundos.»*

## 16. MANTENER LA POSESIÓN 3 CONTRA 2 EN TRES ZONAS CONTIGUAS



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/7DW3p3BI8gw>

**CAMPO:** Tres zonas contiguas de 5 x 15 metros, según el nivel de los jugadores.

**JUGADORES:** 6 (2 equipos de 3 jugadores).

**EXPLICACIÓN:**

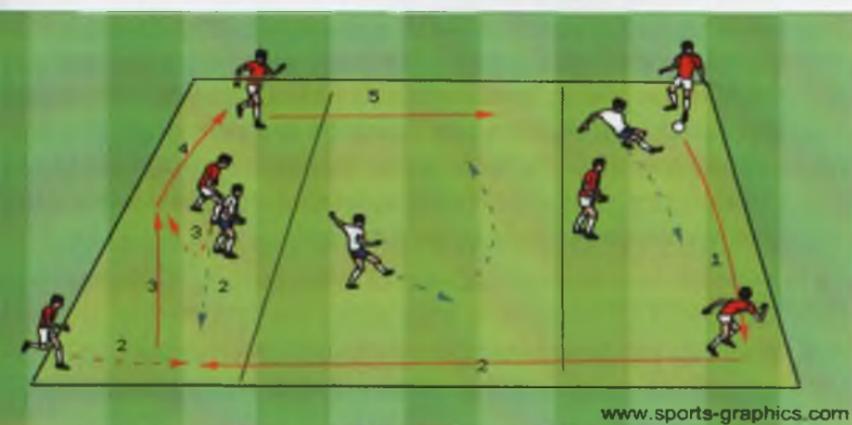
- Los jugadores de 13 años juegan en un campo de 15 x 18 metros, que se divide en tres zonas iguales de 6 x 15 metros. Para las categorías superiores, las dimensiones recomendadas son las de 8 x 12 metros.
- Cada uno de los 3 atacantes ocupa una de las tres zonas con el objetivo de mantener la posesión del balón durante 15 segundos sin salir de su campo.
- Dos defensas tratarán de recuperar el balón, pudiendo jugar en todo el campo. Cuando presionen, obligarán a los atacantes a pasar el balón en profundidad.
- Al inicio del juego, cuando el atacante conduce el balón en el primer campo, ningún defensa podrá estar en esta zona.
- Cada vez que se recupera el esférico por parte de los defensas (que deben controlarlo con tres toques), se efectúa una rotación entre ellos. Uno de los dos será sustituido por el tercero situado fuera del campo y que ha cronometrado el tiempo.

- Por cada 15 segundos que los atacantes son capaces de mantener la posesión del balón en el campo delimitado ganan un punto. Tendrán 10 posesiones de la pelota hasta cambiar sus funciones con los defensas.
- El equipo vencedor es aquel que logra mantener con 10 posesiones del balón más veces la pelota durante 15 segundos.

**Nota:** En caso de disponer de solo 5 jugadores, se convierte siempre en defensa aquel atacante.



## 17. MANTENER LA POSESIÓN 3 CONTRA 1 CON PASES EN PROFUNDIDAD



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/6dAJCFzhEwY>

**CAMPO:** Según el nivel de los jugadores se practica en 3 zonas contiguas de 17,5 metros de anchura y 14 metros de profundidad.

**JUGADORES:** 6 (2 equipos de 3 jugadores).

### EXPLICACIÓN:

- Se juega en la parte derecha o izquierda del campo de fútbol 7. Los dos campos externos tienen 13 metros de profundidad; es decir, el primero llega hasta la línea de fuera de juego y la segunda de la línea central hasta una línea de 13 metros paralela a ella.
- En cada uno de los campos externos juegan tres atacantes contra un defensa, sin la posibilidad de salir de su zona asignada. El objetivo de los atacantes es pasar el balón a través del campo central, defendido por un jugador que intenta impedir el pase en profundidad a uno de los tres compañeros en el campo opuesto que están vigilados por un tercer defensa. Después del primer pase en profundidad, los 3 atacantes del segundo equipo deben devolver el balón con un pase en profundidad al

primer equipo, eludiendo al defensa en el campo central y aquel en la zona opuesta. Cada control de un pase en profundidad vale un punto.

- Cada equipo atacante tiene 5 posesiones para conseguir el máximo número de puntos. Posteriormente el equipo que defendió debe atacar, cambiando sus posiciones y funciones con uno de los dos equipos que atacaron anteriormente. El juego termina cuando todos los equipos han defendido las diez posesiones de los contrarios. Gana aquel conjunto que permite a los contrarios menos pases en profundidad.

### Objetivos formativos

1. Antes de pasar el balón, analizar la situación del juego, tanto en el propio terreno como en el campo de arriba; es decir, tener visión periférica y en profundidad antes de pasar el balón.
2. Decidir constantemente entre la ejecución de un pase en profundidad, un pase o una conducción para mantener la posesión del balón.
3. Saber amagar y encubrir la dirección del pase.
4. Defender con agresividad, estando siempre muy cerca del jugador en posesión del balón para no darle tiempo ni espacio suficiente para realizar un pase largo en profundidad.
5. Como defensor, aprender a anticipar las acciones ofensivas.



### PREGUNTAS DEL DESCUBRIMIENTO GUIADO POR EL FORMADOR

#### ¿Qué circunstancias deben presentarse al poseedor del balón para realizar con éxito un pase en profundidad?

Antes de jugar un pase en profundidad, el poseedor del balón debe analizar correctamente la situación del juego (especialmente la del compañero que está marcado), verificar los espacios disponibles y comunicarse visualmente con el posible receptor del balón y llegar a un acuerdo visual con él para evitar pérdidas del balón. El que recibe el balón debería indicar dónde prefiere recibirlo con un movimiento de la cabeza, de la mano o de otro tipo.

### **¿Qué contribuciones puede hacer el poseedor del balón al juego?**

Debe decidir entre la ejecución de un pase en profundidad a un jugador en punta (primera opción), un pase al lado del compañero que está mejor situado en el terreno de juego (segunda opción) o conducir el balón en un espacio no defendido para ganar tiempo y buscar otros ángulos de pase (tercera opción).

### **¿Cuál es la orientación corporal ideal de un atacante en punta para recibir un pase en profundidad?**

Preferiblemente en una posición perfilada (lateral) que le permita la mayor visión posible sobre lo que ocurre en el espacio entre él y la portería, que es imprescindible para el éxito de su jugada posterior. Además, le permitirá unir la recepción del balón con un regate o un remate posterior, con lo cual puede sorprender a la defensa.



### **¿Cuándo se presenta el mejor momento para profundizar el juego con un pase?**

Inmediatamente después de la recuperación del balón al contrario, que tardará unos segundos en ordenarse, es el momento en que se ofrece la mejor oportunidad para profundizar el juego por no estar marcado prácticamente ningún compañero en la parte superior del campo.

Es imprescindible cambiar rápidamente de la actitud defensiva a la ofensiva, e incluso defender y pensar simultáneamente en un pase en profundidad en caso de tener éxito en la recuperación del balón.

## ¿Cuáles son las tareas de los 3 defensas en las distintas zonas del terreno de práctica?

El defensa que se encuentra en el campo de iniciación de la jugada debe hacer todo lo posible para limitar las posibilidades de cualquier jugador en posesión del balón, evitándoles ejecutar con suficiente tiempo y espacio un pase preciso hacia el campo opuesto. Debe obligarle a conducir, en vez de pasar el balón, lo que le permite recuperar el balón más fácilmente. Además debe ser agresivo en su actitud y sacrificarse.

El defensa de la zona central debe anticipar el momento y la dirección del pase en profundidad (igualmente como el tercer defensa en la zona opuesta), pero ubicándose cerca de la zona opuesta y colaborando con el tercer defensa para cubrir el máximo espacio posible a disposición de los atacantes.

### Serie progresiva de juegos simplificados para desarrollar la capacidad de dar pases en profundidad

1. 3 contra 1 más 1 defensa que cubre (variante del 3.<sup>er</sup> Juego Simplificado 3 contra 3).
2. 2 contra 2 con pases en profundidad a uno de dos compañeros en el campo de **FUNiño** (5.<sup>o</sup> Juego Simplificado 4 contra 4).
3. 2 contra 2 con pases en profundidad a 1 compañero (8.<sup>o</sup> Juego Simplificado 3 contra 3).
4. 3 contra 3 con pases en profundidad a 1 compañero en el área contraria del campo de **FUNiño**.
5. Pases en profundidad a 1 compañero «vigilado» (2.<sup>o</sup> Juego Simplificado 3 contra 3).
6. Pase al compañero marcado (8.<sup>o</sup> Juego Simplificado 2 contra 2).
7. Mantener la posesión del balón en la situación 3 contra 2 (variante del 7.<sup>o</sup> Juego Simplificado 3 contra 3).
8. Pases largos desde el medio campo (7.<sup>o</sup> Juego Simplificado 4 contra 4 con sus variantes).
9. Pases largos desde el medio campo (7.<sup>o</sup> Juego Simplificado 5 contra 5).
10. Pases largos a 1 compañero marcado en el área (1.<sup>er</sup> Juego Simplificado del Triatlón 6 contra 6).

**Variante 1:** Cuando el balón entra en una de las zonas laterales, el defensa de la zona central puede salir de la misma con el fin de apoyar al compañero para obstaculizar el juego de los 3 contrarios.

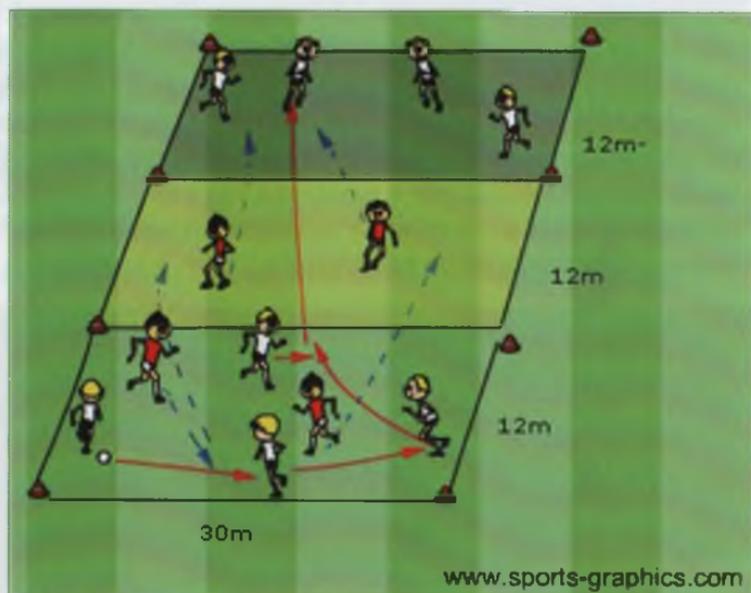
**Variante 2:** Para practicar el control de balones altos, no son considerados los pases en profundidad a ras de suelo.

**Nota:** Disponiendo de 12 jugadores, el juego se practica con 2 defensas en el campo central y 4 atacantes en cada zona lateral en la cual juegan contra un defensa.

*«El monte solo parece alto cuando se ve desde el valle.»*

Proverbio americano

## 18. MANTENER LA POSESIÓN 8 CONTRA 4 CON PASES EN PROFUNDIDAD



Acercas el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/PzpG3ziNr7s>

**CAMPO:** Una zona de 30 metros de ancho y de 36 metros de longitud (3 cuadrados de 12 metros de longitud).

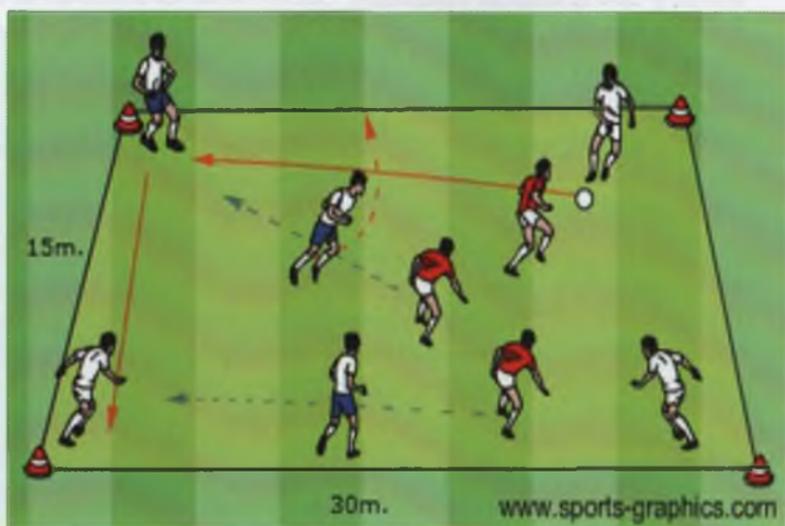
**JUGADORES:** 12 (3 equipos de 4 jugadores, uno de ellos defiende con 2 jugadores en la zona inicial y los otros 2 se quedan en la zona central para interceptar los pases en profundidad).

**EXPLICACIÓN:**

- Cuatro jugadores mantienen la posesión del balón en una situación de 4 contra 2, sin permitir que el balón salga de la zona asignada a ellos.
- Lo hacen hasta que uno de los 4 tenga tiempo y espacio suficiente para pasar el balón a través de la zona central a uno de sus compañeros en la tercera zona.
- Una vez recibido el balón, ellos serán presionados por los 2 defensas que salieron de la zona central y, al mismo tiempo, los primeros 2 defensas se desplazan junto con el balón desde la primera a la zona central. Allí deben interceptar los pases a través del mediocampo que ejecutan los segundos 4 atacantes.
- Los 8 atacantes (4 en cada zona externa) tienen 5 intentos para lograr el mayor número de pases posible a través de la zona central. Posteriormente, 4 de ellos se convierten en defensas hasta que cada equipo de 4 jugadores haya tenido la tarea de defender una vez y mantener la posesión del balón en dos ocasiones (10 posesiones de balón).



## 19. MANTENER LA POSESIÓN 6 CONTRA 3 CON TRES EQUIPOS



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/BcAuLLk46jl>

**CAMPO:** Área de juego de 15 x 30 metros.

**JUGADORES:** 9 (3 equipos de 3 jugadores).

**EXPLICACIÓN:**

- Dos equipos formados por 3 jugadores deben mantener la posesión del balón el mayor tiempo posible, mientras que el otro equipo de 3 jugadores intenta evitarlo con acciones defensivas.
- Cada pareja de los equipos, es decir 6 jugadores, tiene 5 veces la posesión del balón para poseerlo el mayor tiempo.
- El Juego Simplificado termina cuando todos los equipos de tres jugadores hayan defendido en 5 ocasiones. Los ganadores son aquellos 6 atacantes que logran mantener el balón por más tiempo.

### Objetivos del juego

1. Leer constantemente el juego con el fin de poder utilizar el espacio libre y tomar posiciones, lo que les aseguran anchura y profundidad en ataque y además evitar acumulaciones alrededor del balón.

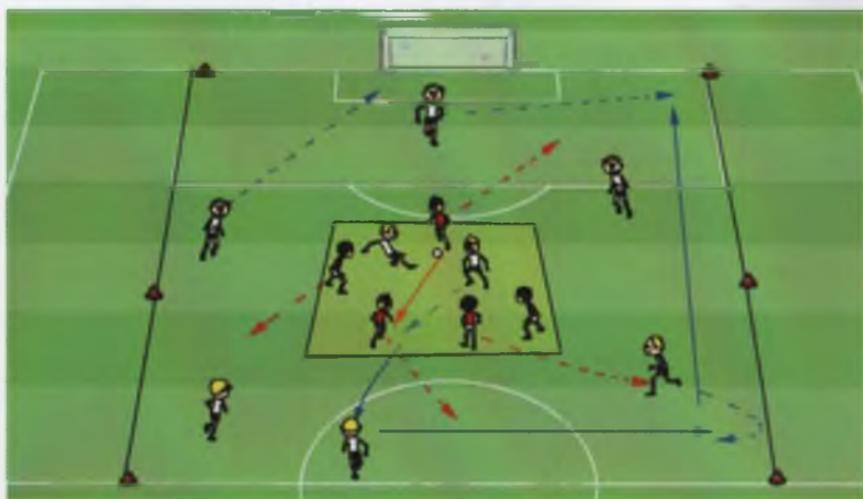
2. Saber cuándo, dónde y cómo pasar el balón con la técnica más eficaz y con la debida velocidad. Saber pasar el balón a ras de suelo o por aire, directo o no directo, sin indicar la trayectoria del pase o regatear.
3. Preferir un juego de combinación en lugar de juego individual.
4. Como defensa, mostrar una actitud agresiva, reduciendo el espacio y tiempo para los atacantes y tener una superioridad numérica en la zona donde se encuentra el balón.
5. Saber leer constantemente el juego para poder anticipar las acciones de los atacantes y obligarles a dirigir su juego hacia una esquina del campo donde tienen menos opciones de pase. Como defensa, generalmente obligar a los atacantes a hacer lo que el defensa quiera.

### Variantes

1. Se limita el número de toques para los atacantes: 4 o solo 3 y para los jugadores más avanzados se recomienda un máximo de 2 toques.
2. El número de jugadores se incrementa del 6 contra 3 al 8 contra 4.
3. Una vez logrado interceptar o conquistar el balón, se exige de los defensas no despejar sino ejecutar un pase a un compañero. Aplicando esta regla se obliga a los atacantes a recuperar el balón inmediatamente después de cada pérdida (rápida transferencia de defensa al ataque).



## 20. MANTENER LA POSESIÓN PRIMERO 5 CONTRA 2 Y LUEGO 8 CONTRA 5



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/B46MOZ6VFoo>

**CAMPO:** Una zona de las dimensiones que indica la ilustración con un cuadrado de 12 x 12 metros en el centro.

**JUGADORES:** 13 (5 contra 2 en el centro y con 6 jugadores fuera de la zona central).

### EXPLICACIÓN:

- Cinco jugadores mantienen la posesión del balón contra 2 defensas en la zona central. Cuando el balón sale del cuadrado, por un error de los 5 o una recuperación de los dos defensas, cualquiera de los 6 jugadores fuera del cuadrado puede recogerlo.
- El objetivo de los 6 jugadores de fuera es, junto con los dos compañeros en el centro, mantener la posesión en la zona grande contra los 5 jugadores que anteriormente actuaban como poseedores.
- Todos salen de la zona central para lograrlo o los 2 anteriores defensas pueden quedarse en el cuadrado, según decida el técnico ¿Qué equipo logra mantener el balón por más tiempo, el equipo de 5 o el de los 8 jugadores?

## 5.º NIVEL DE FORMACIÓN - 16 años y mayores

### 21. MANTENER LA POSESIÓN «DEL 5 CONTRA 1 AL 5 CONTRA 5»



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/KyvuYkH7Quw>

**CAMPO:** Al principio se juega en la octava parte de un campo reglamentario y después las dimensiones se incrementan cada vez que entra otro defensa (ver ilustración) hasta establecer situaciones de 5 contra 2, 5 contra 3, 5 contra 4 y 5 contra 5. Este último modo se juega en la mitad de un campo.

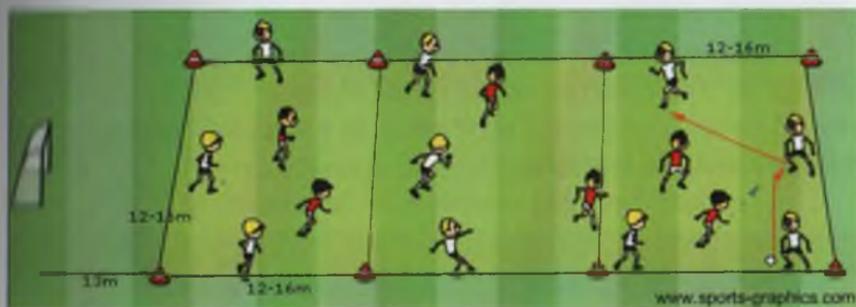
**JUGADORES:** Al principio 6, después 7, 8, 9 y al final 10.

#### **EXPLICACIÓN:**

- Cinco atacantes juegan 5 contra 1 en la octava parte de un campo de fútbol durante 30 segundos. El área de juego se incrementa ligeramente durante el segundo juego de 30 segundos (ver la ilustración) para mantener la posesión en la situación 5 contra 2 así como sucederá también en el tercer juego de 30 segundos cuando 5 atacantes mantienen la posesión contra 3 defensas.

- Si los 5 atacantes no pierden el balón en los primeros tres juegos, empieza el cuarto juego que se desarrolla en la mitad de un campo reglamentario durante otros 30 segundos. En caso de una infracción de las reglas oficiales por parte de los defensas, el cronómetro se detiene. El equipo que logra mantener la posesión por más tiempo gana.

## 22. MANTENER LA POSESIÓN 4 CONTRA 2 EN 3 CUADRADOS ADYACENTES



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/65EoL8-g0Bg>

**CAMPO:** Hay 3 cuadrados adyacentes de 12-16 metros. La dimensión del cuadrado depende del nivel de rendimiento de los jugadores.

**JUGADORES:** 16 (4 + 3 + 3 contra 2 + 2 + 2).

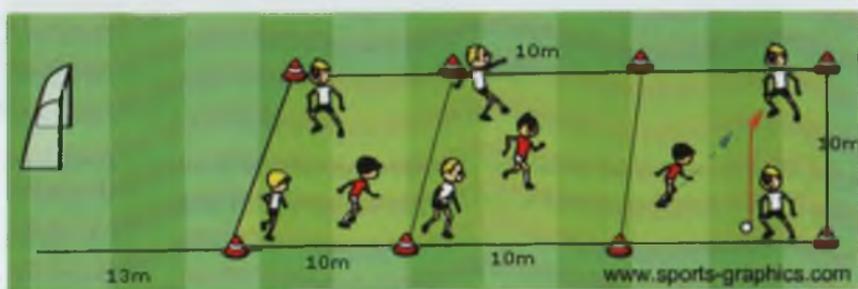
### EXPLICACIÓN:

- En el primer cuadrado los 4 atacantes deben mantener la posesión al menos durante 6 segundos antes de que uno de ellos pueda pasar el balón a uno de sus 3 compañeros desmarcado en el segundo cuadrado.
- Después de un exitoso pase en profundidad, uno de los 4 atacantes del primer cuadrado debe apoyar a sus 3 compañeros en el segundo, estableciendo así una nueva situación de juego 4 contra 2. Como en el primer cuadrado deben mantener la posesión durante 6 segundos hasta que sean capaces de pasar el balón al tercer cuadrado.

- Cada equipo formado por 10 atacantes tiene 5 intentos para lograr el objetivo: controlar el balón después de haberlo mantenido durante un mínimo de 6 segundos en las tres zonas a pesar de la presión por parte de 2 defensas en cada una de las zonas.

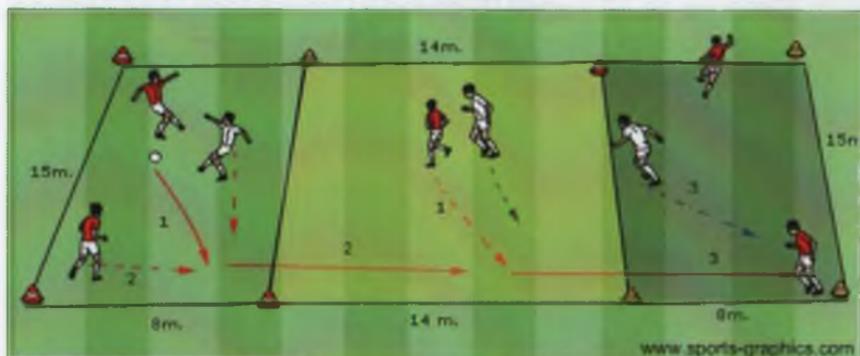
**Nota:** Después de haber recibido el pase en profundidad con control posterior, los 4 atacantes tienen que rematar lo antes posible desde cualquier lugar de la última zona a una portería (a una distancia de 13 metros) defendida por un portero. Para lograr el objetivo de este juego consulte la introducción: «Reglas importantes de táctica para jugar la posesión del balón con éxito».

**Variante:** En vez de 4 contra 2 se recomienda iniciar el juego con un 2 contra 1 en cada una de las zonas; es decir, 2 contra 1 en el primero, 1 contra 1 con apoyo en el segundo y 1 contra 1 con apoyo en el tercer cuadrado (ver ilustración).



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/YeiB8UUsngU>

## 23. MANTENER LA POSESIÓN 5 CONTRA 3 (2 contra 1, 1 contra 1 y 2 contra 1) EN 3 CUADRADOS ADYACENTES



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/lfPmZ4RV51o>

**CAMPO:** La zona de juego (15 metros de ancho y 30 metros de longitud) será dividida en tres zonas. La zona central tendrá una longitud de 14 metros y las otras dos aledañas serán de 8 metros cada una.

**JUGADORES:** 8 (2 contra 1 en las zonas externas y 1 contra 1 en la zona central).

### EXPLICACIÓN:

- Ver el juego de mantener la posesión número 7 del 2.º nivel de formación: «Doble 2 contra 1 en zonas separadas de un campo de **FUNIÓN** con un pase en profundidad». Podría servir como calentamiento a este juego.
- En la primera zona ambos atacantes tienen que mantener la posesión durante al menos 6 segundos antes de que uno de ellos decida hacer un pase a un compañero bien marcado en la segunda zona o a uno de sus compañeros desmarcado de la tercera zona.
- En caso de que el atacante en la zona central reciba y controle el balón puede devolverlo o pasarlo hacia adelante, ya que él es un jugador clave para mantener la posesión, distribuyendo el juego en todas las direcciones. Su juego depende de la actuación del oponente pero también de los 4 compañeros de ambos lados.

- El equipo de 5 atacantes tiene 10 intentos. Su objetivo es pasarlo de una zona a otra tan a menudo como sea posible.
- Después de 10 juegos de posesión los tres defensas cambian las posiciones y funciones con los 3 exatacantes.
- A veces el entrenador debe interrumpir el juego y hacer preguntas para que los jugadores entiendan cada segmento del juego.



Un buen control orientado del jugador en la zona central, que debe proteger el balón en una posición lateral contra el defensa cercano, es fundamental para que logre servir el balón en condiciones a su compañero, vigilado por dos defensas en la zona de arriba.

*«En un buen partido de fútbol el balón debería correr mucho y con velocidad y todos los jugadores de un equipo que posee el balón deben procurar a quedarse con él el menor tiempo posible.»*



- Así, los 2 jugadores rojos en la zona central siempre tienen que ofrecerse para poder recibir un pase de sus compañeros de fuera para posteriormente devolver el balón a uno de ellos.
- A los 6 jugadores de fuera del área se les permite dar solo dos toques.
- En caso de recuperar la posesión uno de los 4 defensas en la zona central, estos tienen que tratar de mantenerlo contra los 2 jugadores rojos con un número mayor de pases que los rojos han conseguido.

### Variantes

En vez de mantener la posesión después de su recuperación, los 4 defensas tienen que marcar gol, lanzando el balón a una de las 4 porterías establecidas a 10 metros de distancia detrás de cada una de las 4 líneas de la zona central. Con esta regla se exige a los anteriores atacantes cambiar rápidamente su actitud al cometer un error en ataque y defender enseguida.



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/hY087AwJ-as>



**Nota:** Para conseguir un alto nivel de rendimiento en este juego se recomienda consultar las informaciones dadas en la introducción: «Reglas importantes de táctica para jugar la posesión del balón con éxito».

## 6.º NIVEL DE FORMACIÓN - A partir de 18 años

### 25. MANTENER LA POSESIÓN EN EL DUELO UNO CONTRA UNO



**CAMPO:** Un cuadrado de 12 x 12 metros.

**JUGADORES:** 4 (2 parejas).

#### **EXPLICACIÓN:**

- Mientras una pareja de jugadores practica cómo mantener la posesión del balón en un duelo uno contra uno, otra observa atentamente el duelo con el fin de mejorar su juego en ataque y en defensa sin practicar.
- El juego se inicia con un saque neutral en el centro del cuadrado. Cada pareja debe ejercitarse 5 veces durante 30 segundos para definir quién de los dos jugadores consigue la posesión del balón el mayor tiempo posible.
- Un duelo dura un máximo de 30 segundos. Al término de ese tiempo ambas parejas intercambian posiciones y funciones.

- Así, los 2 jugadores rojos en la zona central siempre tienen que ofrecerse para poder recibir un pase de sus compañeros de fuera para posteriormente devolver el balón a uno de ellos.
- A los 6 jugadores de fuera del área se les permite dar solo dos toques.
- En caso de recuperar la posesión uno de los 4 defensas en la zona central, estos tienen que tratar de mantenerlo contra los 2 jugadores rojos con un número mayor de pases que los rojos han conseguido.

### Variantes

En vez de mantener la posesión después de su recuperación, los 4 defensas tienen que marcar gol, lanzando el balón a una de las 4 porterías establecidas a 10 metros de distancia detrás de cada una de las 4 líneas de la zona central. Con esta regla se exige a los anteriores atacantes cambiar rápidamente su actitud al cometer un error en ataque y defender enseguida.



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/hY087AwJ-as>



**Nota:** Para conseguir un alto nivel de rendimiento en este juego se recomienda consultar las informaciones dadas en la introducción: «Reglas importantes de táctica para jugar la posesión del balón con éxito».

## 6.º NIVEL DE FORMACIÓN - A partir de 18 años

### 25. MANTENER LA POSESIÓN EN EL DUELO UNO CONTRA UNO



**CAMPO:** Un cuadrado de 12 x 12 metros.

**JUGADORES:** 4 (2 parejas).

#### **EXPLICACIÓN:**

- Mientras una pareja de jugadores practica cómo mantener la posesión del balón en un duelo uno contra uno, otra observa atentamente el duelo con el fin de mejorar su juego en ataque y en defensa sin practicar.
- El juego se inicia con un saque neutral en el centro del cuadrado. Cada pareja debe ejercitarse 5 veces durante 30 segundos para definir quién de los dos jugadores consigue la posesión del balón el mayor tiempo posible.
- Un duelo dura un máximo de 30 segundos. Al término de ese tiempo ambas parejas intercambian posiciones y funciones.



### El objetivo del entrenamiento

- Aprender a proteger el balón de un adversario, poniendo el atacante su cuerpo entre el balón y el contrario.
- Situarse idealmente en una posición lateral, pues esta posición le permite mantener al oponente no solo más lejos sino además puede observar las acciones del defensa para poder reaccionar como corresponde.
- Durante la conducción o en un partido de verdad antes de un pase ejecutar amagues con el cuerpo para poder ganar tiempo y también espacio.
- No olvidar que generalmente el espacio se encuentra detrás del poseedor del balón.
- Es importante saber sacar ventaja del uso de los brazos.

## 26. MANTENER LA POSESIÓN 3 CONTRA 3 PRIMERO CON Y DESPUÉS SIN UN JUGADOR NEUTRAL



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: [http://youtu.be/\\_SY96qJMdXY](http://youtu.be/_SY96qJMdXY)

**CAMPO:** Un cuadrado de 25 x 25 metros. El formador o entrenador elige áreas de práctica cuyas dimensiones dependen del nivel de rendimiento de los jugadores.

**JUGADORES:** 7 o 6 (3 contra 3 con y más tarde sin jugador neutral).

**EXPLICACIÓN:**

- Los 3 atacantes con un jugador neutral (y más tarde solo los 3) tienen 6 intentos para mantener la posesión del balón el mayor tiempo posible.

**Variante 1:** 2 de los 3 atacantes deben posicionarse sobre las líneas laterales del área de práctica con el fin de crear para los 4 atacantes espacio suficiente en amplitud y profundidad. Así facilitan mantener la posesión del balón en su equipo porque el óptimo juego sin balón permite abrir líneas de pases a espaldas de los contrarios. Además, el saber jugar bien sin balón dificulta la marca o la presión de los que defienden.

**Variante 2:** Después de cada pase, el jugador debe correr al menos 5 metros para ofrecerse en otra posición en el campo que sea alcanzable por el compañero en posesión del balón.

**Variante 3:** Se cuentan los pases aéreos.

**Variante 4:** Se cuentan los pases con la pierna menos dominante.

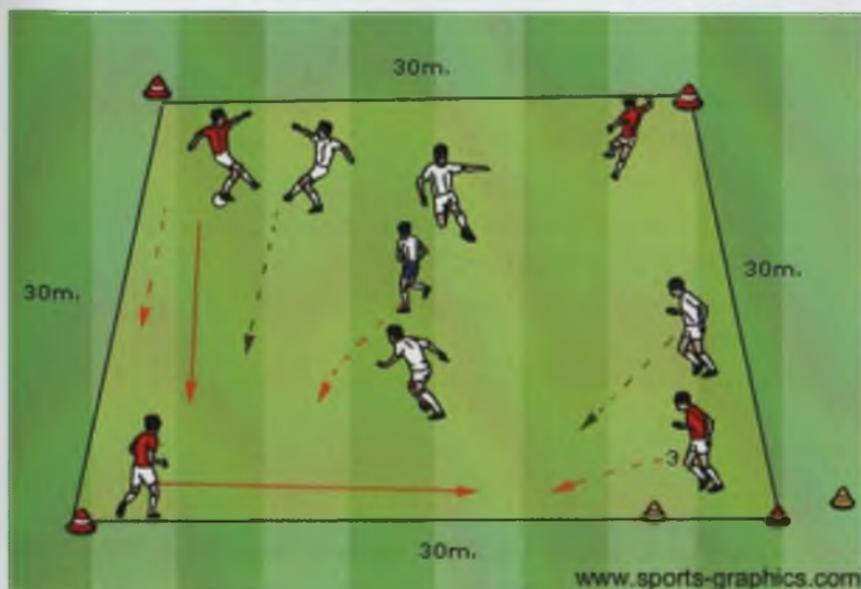
**Variante 5:** Todos los jugadores usan una venda o antifaz que tapa el ojo dominante, lo que mejora la percepción también del ojo no dominante.

**Variante 6:** Se cuentan los pases de más de 10 metros de distancia. El equipo que realiza más pases en 6 intentos de mantener la posesión será el equipo ganador.



Al mantener la posesión del balón cualquier jugador debe evitar situaciones de uno contra uno. En su lugar, los atacantes siempre tienen que tratar de crear una superioridad numérica, apoyando al jugador con el balón. Especialmente importante es esta regla en la propia mitad del campo porque cualquier pérdida del balón puede resultar en un contraataque.

## 27. MANTENER LA POSESIÓN 4 CONTRA 4 CON UN JUGADOR NEUTRAL



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/zgDOAUgjBZA>

**CAMPO:** Una zona de 30 x 30 metros, según el nivel de los jugadores.

**JUGADORES:** 9 (4 contra 4 con un jugador neutral que siempre juega con los que tienen la posesión del balón).

### EXPLICACIÓN:

- Los 5 atacantes deben mantener la posesión del balón el mayor tiempo posible sin perderlo o sin cometer ninguna infracción o sin que el balón salga del área de juego. El jugador neutral siempre juega con el equipo poseedor del balón.
- En este juego una pérdida de la posesión del balón no significa (como en el juego real) un cambio de funciones de ambos equipos sino que se recomienda que los jugadores atacantes (defensas) tengan 7 intentos consecutivos para descubrir y acumu-

lar suficiente experiencia en ataque (o en defensa), mejorando a través de un autoaprendizaje su capacidad para mantener la posesión del balón (o en la forma de recuperar el balón con una defensa colectiva). Así tienen más posibilidades de aprender de sus errores cometidos.

- El entrenador-formador debe crear algunas reglas específicas para mejorar la técnica de sus jugadores, por ejemplo:
  - No realizar ningún pase aéreo.
  - Inmediatamente después de un pase ofrecerse en un espacio no controlado por los contrarios.
  - Cada atacante que perdió la posesión recibe un punto de penalti.
- Gana el atacante con menos errores cometidos.

## **Variantes**

### **1. Mantener la posesión 4 contra 4 con restricciones**

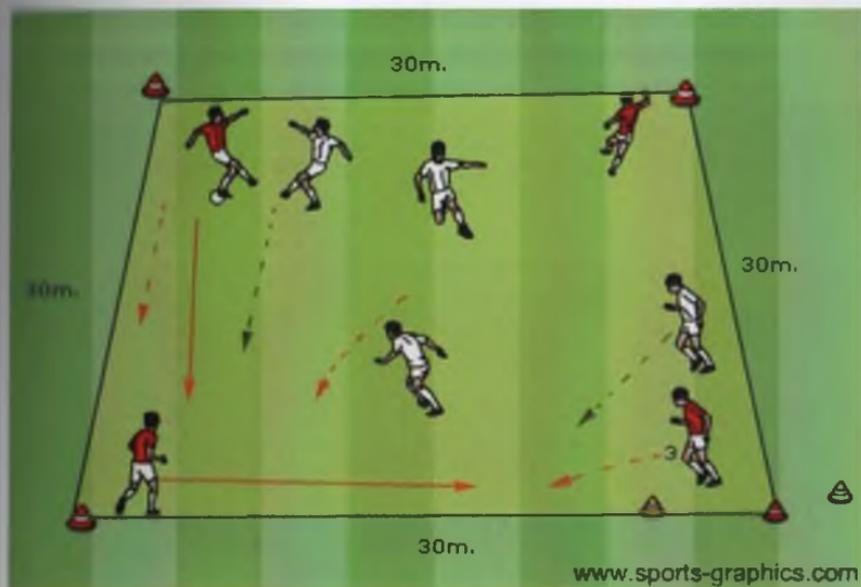
El equipo en posesión del balón siempre tiene 2 jugadores que deben ofrecerse obligatoriamente sobre cada una de las líneas laterales del cuadrado. Así, los 4 atacantes evitan una aglomeración de jugadores alrededor del balón por estar mejor distribuido en el espacio limitado. Utilizan la formación de rombo.

### **2. Mantener la posesión 4 contra 4**

Para puntuar los atacantes deben:

1. Mantener la posesión del balón por 10 (12) segundos.
2. Lograr ejecutar un número de pase determinados de más de 10 metros.
3. Ejecutar en una posesión del balón un número determinado de pases aéreos. Los pases deben ser contados en voz alta.

**Nota:** Para lograr el objetivo de este juego se ruega consultar la introducción: «Reglas importantes de táctica para mantener la posesión del balón con éxito».



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/pvsth26fr-0>



## PREGUNTAS DIRIGIDAS AL DESCUBRIMIENTO

Mire las preguntas en otros juegos de posesión.

### Objetivos formativos para los defensas

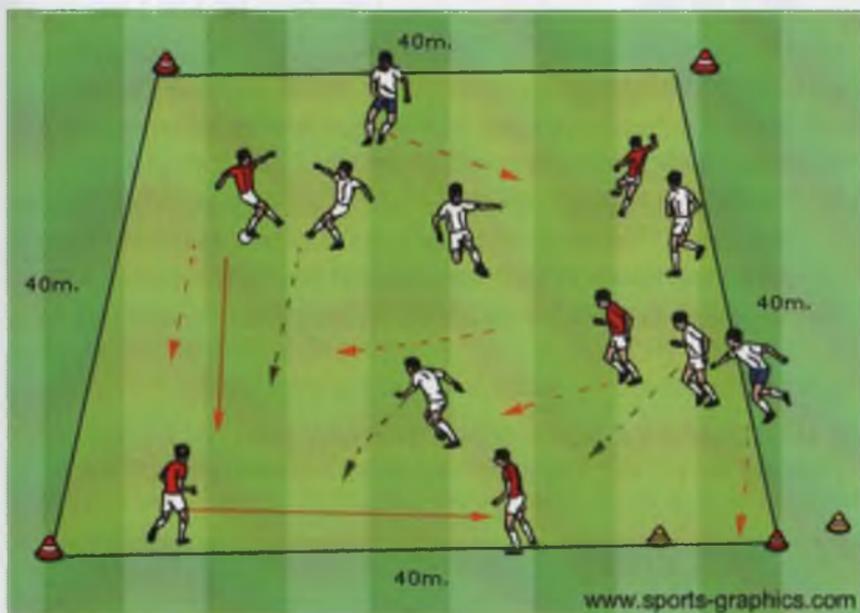
1. No efectuar una defensa de presión en solitario contra el poseedor del balón sino mejor realizar una defensa con dos jugadores, un doblaje.
2. Demostrar en la labor defensiva una actitud agresiva, tratando de reducir el espacio y el tiempo a disposición, dos van sobre el portador del balón y el resto de sus compañeros marcando a los contrarios más cercanos. Tratar de crear una superioridad numérica en la zona donde se encuentra el balón.
3. Anticipar el próximo pase del oponente y obligarle a hacer lo que el defensa pretende a través de su perfil (posición lateral).

4. En el momento en que un contrario recibe el balón intentar que el defensa más cercano busque una correcta línea de aproximación, considerando la posición de sus compañeros en la defensa.
5. Cerrar líneas de pases por dentro y obligar a los contrarios a que jueguen por fuera, ya que las líneas límite del campo les condicionan.



*«El rendimiento de un jugador no debe ser juzgado por la comparación con uno de sus compañeros, pero es mejor evaluar sus capacidades reales en relación con su propio potencial.»*

## 28. MANTENER LA POSESIÓN 5 CONTRA 5 (al principio con dos, después con uno y finalmente sin jugador neutral)



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/A1q-oyTV0ss>

**CAMPO:** Un cuadrado de 40 x 40 metros o la mitad de un campo reglamentario.

**JUGADORES:** Primero con 12 u 11 y al final con 10 jugadores (5 contra 5 con 2, después con 1 y finalmente sin jugador neutral).

**EXPLICACIÓN:** Ver la explicación y los objetivos de entrenamiento en el juego de posesión 22, «3 contra 3 con un jugador neutral».

### Variantes

- Al jugar con un jugador neutral, 2 de 5 atacantes deben ofrecerse en las líneas laterales de la zona de práctica con el fin de crear suficiente espacio en profundidad y amplitud. Al jugar a las espaldas de la posible línea de presión dificultan las tareas defensivas del equipo contrario.

- Después de realizar un pase, el mismo jugador está obligado a desplazarse al menos 5 metros para ofrecerse en otra posición en el campo.
- No se permite jugar pases aéreos.
- Solamente se puede usar la pierna menos dominante.
- Todos los jugadores usan una venda o antifaz para mejorar sus capacidades de percepción.
- Se cuenta el número de pases aéreos o pases de una distancia superior a 10 metros. El equipo que cuenta más pases en los 6 juegos de posesión será declarado el equipo ganador.
- Se puede exigir a los atacantes un juego con un máximo de 2 toques.

## 29. MANTENER LA POSESIÓN 6 CONTRA 6 EN UN CUADRADO DE 35 METROS CON 6 JUGADORES DE APOYO FUERA



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/Ma7qjS-jmQ>

**CAMPO:** Un cuadrado de 35 x 35 metros.

**JUGADORES:** 18 (3 equipos de 6; es decir, un 6 contra 6 con 6 jugadores fuera del cuadrado).

### **EXPLICACIÓN:**

- Seis atacantes mantienen la posesión del balón contra 6 defensas dentro de cuadrado delimitado, pero tendrán la posibilidad de apoyarse en cualquier momento a uno de los 6 jugadores exteriores. Los de fuera se permite ejecutar un máximo de 2 toques.
- Cuando uno de los 2 equipos pierde la posesión el equipo contrario a su vez intenta con los 6 jugadores de apoyo fuera lograr un tiempo mayor de posesión.
- Si un atacante infringe las reglas pierde automáticamente la posesión.
- El capitán de cada equipo atacante tiene que contar los segundos de posesión del balón en voz alta hasta que el balón se pierda.
- Los 12 jugadores que logran mantener la posesión por más tiempo serán declarados los ganadores.

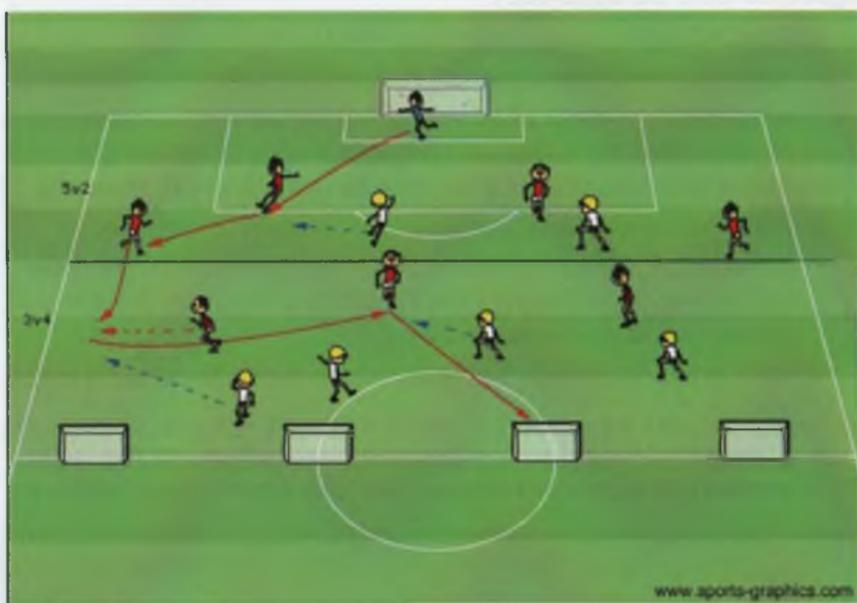
### **Variantes**

- El capitán de cada equipo tiene que contar el número de toques en voz alta hasta que se pierda el balón.
- Inmediatamente después de perder el balón, el mismo equipo debe ejercer una presión sobre el rival, intentando recuperar la posesión lo más pronto posible y apoyarse en los jugadores de afuera, dando amplitud y profundidad a la acción ofensiva para seguir con la posesión.

**Nota:** Para lograr el objetivo de este juego consulte la introducción con el «Reglas importantes de táctica para jugar la posesión del balón con éxito».

*«En vez de criticar al jugador por haber errado en su posesión del balón, sería mejor dejarlo reflexionar sobre las razones de su error.»*

### 30. MANTENER LA POSESIÓN 8 CONTRA 6 CON 4 MINI-PORTERÍAS



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/pB99NIsRPNA>

**CAMPO:** La mitad de un campo reglamentario de fútbol con una línea de 25 metros paralela a la línea de fondo. Se situarán cuatro mini-porterías sobre la línea central en las posiciones de los 2 laterales y los 2 delanteros centrales.

**JUGADORES:** 13 + 1 portero.

**EXPLICACIÓN:**

- El juego comienza con un pase del portero a uno de los 4 compañeros desmarcados en la zona inicial de la construcción de un ataque de posición. Por razones de práctica deben mantener la posesión durante al menos 6 pases (en la situación de 5 contra 2) para posteriormente esperar el momento más idóneo para pasar el balón a uno de sus 3 compañeros en la segunda zona, donde estos afrontarán la situación de 3 contra 4.

- Una vez el balón llegue con un pase filtrante hacia la segunda zona los 3 mediocampistas deben meter el balón lo antes posible en una de las cuatro mini-porterías a pesar de la presión que realizan los 4 contrarios.
- En caso de que la presión de los defensas haya tenido éxito deben contraatacar.

### Variante



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/RQh8JjC5Lhs>

El mismo juego con la posibilidad de que uno de los defensas laterales, según los desmarques de sus tres mediocampistas, suba con el balón en conducción o sin él después de un exitoso pase para crear una igualdad numérica. Luego deben conseguir gol por medio de un pase filtrante en una de las 4 porterías que sustituyen 4 posibles atacantes punta.

De acuerdo al sistema que pretenda utilizar el entrenador deberá practicar con 3 medios y 3 porterías (puntas), o con 4 medios y 2 porterías (puntas).



### 31. MANTENER LA POSESIÓN 8 CONTRA 8 CON 2 JUGADORES NEUTRALES



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/S7FBul1VP2A>

**CAMPO:** 40 x 40 metros o la mitad de un campo reglamentario.

**JUGADORES:** 18 (8 contra 8 con 2 jugadores neutrales).

**EXPLICACIÓN:**

- 8 atacantes juegan a conservar el balón con la ayuda de 2 jugadores neutrales durante el máximo tiempo posible. El otro equipo de 8 debe intentar conquistar el balón y posteriormente marcar gol.
- Gana el equipo que después de 7 posesiones consecutivas del balón logra mantenerlo durante más tiempo.
- El entrenador puede exigir un juego libre o uno con solo 2 o 3 toques.
- El atacante que actúa en la posición de portero (sin poder utilizar sus manos) cuenta en voz alta los segundos de la posesión de su equipo.
- Los jugadores neutrales cambian según el criterio del entrenador.

**Variante 1:** Ambos jugadores neutrales son los porteros, que no pueden utilizar las manos y deben jugar con sus pies o su cabeza. De este manera se estimula el juego de pies del portero, así como su confianza en la salida y la circulación del balón con sus pies.

**Variante 2:** Ambos jugadores neutrales son los porteros, que pueden utilizar sus manos. Gana el equipo que después de un mínimo de 3 pases ejecutados a ras de suelo logra servir un pase aéreo. Por cada control de un pase aéreo a uno de los 2 porteros los atacantes reciben un punto. Gana el equipo que en 10 minutos de juego suma más puntos consecutivos.

**Variante 3:** Además de conquistar el balón, los 8 defensas pueden recuperar el balón cuando toquen con la mano el cuerpo de uno de los 10 atacantes, lo que significa que ambos equipos de 8 atacantes cambian sus posiciones y funciones.

**Variante 4:** Existe una zona central en la que ninguno de los jugadores puede entrar. Gana el equipo de 8 jugadores (que siempre juega con los 2 neutrales) que logra ejecutar más pases sobre la zona central sin perder la posesión del balón. Después de 4 pérdidas de balón se recomienda realizar una pausa de 1 minuto para reflexionar sobre los errores cometidos. El juego dura unos 10 minutos.

En este juego los jugadores aprenden a aplicar las reglas de oro para mantener la posesión del balón que se encuentran en la introducción.



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/pKg0sdzaET8>

## 32. MANTENER LA POSESIÓN 8 CONTRA 8 CON 2 JUGADORES NEUTRALES EN TRES ZONAS



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/PcOKOdGxzg0>

**CAMPO:** Se juega en la mitad del campo reglamentario, que está dividida en tres zonas de 16,5 metros cada una y paralela con la línea de fondo.

**JUGADORES:** 18 (8 contra 8 con 2 jugadores neutrales que siempre juegan con los atacantes).

### EXPLICACIÓN:

- Se recomienda que los 10 (8 + 2) atacantes se distribuyan óptimamente en las 3 zonas (4, 2 + 1, 2 + 1), de las cuales no pueden salir.
- Los 8 defensas pueden realizar la recuperación del balón en cualquiera de las 3 partes del medio campo.
- El objetivo de los atacantes es mantener la posesión del balón en la mitad del campo (las 3 zonas) durante el mayor tiempo posible, buscando constantemente crear situaciones de supe-

rioridad numérica, como por ejemplo un 2 contra 1, evitando por todos los medios entrar en un duelo 1 contra 1.

- Cada equipo de 8 jugadores tiene 6 ocasiones para mantener el balón durante más tiempo, incluyendo el portero y los jugadores neutrales (en el dibujo los azules).

### Variante con progresión del balón

- Los 10 atacantes posicionan 3 jugadores más el portero en la primera zona, 4 en la segunda y 2 delanteros en la tercera zona, mientras que los 8 defensas juegan 2 arriba, 3 en el medio-campo y 3 en la zona de atrás. Ninguno de los jugadores puede salir de la zona que le ha sido asignada.
- El portero inicia 7 veces desde atrás un ataque de posición en el que el balón tiene que ser pasado desde una zona a la siguiente hasta que uno de los 2 delanteros pueda atravesar la línea central con el balón controlado al pie a pesar de estar presionado por 3 defensas.

## 33. SUPERGAME: MANTENER LA POSESIÓN Y PRESIÓN 7 CONTRA 7 CON 3 PORTEROS



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: [http://youtu.be/YJq\\_7x9mZdM](http://youtu.be/YJq_7x9mZdM)

**CAMPO:** La mitad de un campo reglamentario de fútbol con 3 porterías, como se indica en la ilustración.

**JUGADORES:** 17 (7 atacantes blancos con 3 porteros neutrales juegan a conservar el balón contra 7 defensas rojos que, una vez recuperado el balón, contraatacan y marcan en una de las 3 porterías).

El posicionamiento de los jugadores queda a criterio del entrenador, de acuerdo a lo que va a plantear en el juego.

### **EXPLICACIÓN:**

- Siete atacantes juegan con sus 3 porteros para mantener la posesión del balón en una mitad de un campo reglamentario. A los porteros solo se les permite jugar con los pies.
- Inmediatamente después de que uno de los porteros inicie el juego de posesión, 7 defensas entran desde distintas posiciones desde fuera del campo a su interior para efectuar una presión cuyo fin es recuperar el balón y marcar en cualquiera de las 3 porterías (1 punto). Para que su gol sea válido debe ser marcado en un tiempo máximo de 20 segundos.
- El objetivo de los 10 atacantes es mantener el balón en una situación de 10 contra 7 al menos durante 20 segundos, lo que les aporta 1 punto.
- Si el balón sale del campo tocado por el último de los que lo mantienen, los 7 defensas tienen que introducirlo para marcar gol en un máximo de 20 segundos. Pero en caso de que lo perdieran en su contraataque, empieza un descanso activo en el que los jugadores comentan los errores cometidos entre ellos con el fin de mejorar su rendimiento en la siguiente posesión del balón 10 contra 7.
- Cada equipo tiene 8 posesiones del balón (con cada uno de los equipos buscando alcanzar su objetivo), para después cambiar sus funciones con el fin de establecer el equipo vencedor que ganó más puntos.
- Es recomendable tener balones de reserva disponibles en cada portería.

### 34. MANTENER LA POSESIÓN 7 CONTRA 7 CON PROGRESIÓN A TRAVÉS DE 3 ZONAS ADYACENTES



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/RVtqGewj7BE>

**CAMPO:** Un campo de fútbol 7, dividido en 3 zonas horizontales iguales (una zona de defensa, una de construcción y la tercera de conclusión).

**JUGADORES:** 14 (2 equipos con 2 jugadores en la primera zona, 3 en la segunda y un atacante en la tercera, además de un portero en cada portería).

#### EXPLICACIÓN:

- El portero inicia el juego de posesión, sirviendo el balón al compañero mejor posicionado en la primera zona. Se mantiene el balón en una superioridad numérica de 3 contra 1 para esperar el momento adecuado para pasarlo con garantía a uno de los 3 compañeros en la segunda zona. En el caso de lograrlo, cualquier defensa puede apoyar a sus 3 mediocampistas con el fin de crear en la segunda zona una situación de superioridad numérica de 4 contra 3.

- Ahora se inicia durante un mínimo de 5 segundos un nuevo juego de posesión (4 contra 3) en el centro del campo, con el objetivo de pasar el balón de forma inteligente en el momento idóneo al único delantero en la tercera zona. Este debe librarse de sus contrarios para recibir un pase en situación de inferioridad numérica (1 contra 2). Una vez que el delantero controle el balón, uno de sus 4 mediocampistas debe apoyarle con el objetivo de anotar un gol contra 2 defensas y un portero. En caso de que los 3 defensas de la zona central recuperen el balón, deben atacar en dirección opuesta y pasar el balón al único punta (anteriormente actuando como defensa), apoyarle y anotar gol.
- Una posesión termina si uno de los dos equipos ha conseguido marcar gol.

### **Variante con una progresión de un central**

- Después de pasarse el balón entre sí, uno de los defensas conduce el balón a la siguiente zona para crear una superioridad numérica en ella, mientras que el otro defensa debe estar atento con una vigilancia defensiva extrema sobre el único punta de los contrarios en caso de que se pierda el balón. Este punta debe quedarse en su zona sin poder defender atrás. Pero, en caso de que el punta recupere el balón, debe marcar gol.
- Cada equipo tiene 10 veces la posesión del balón.



**Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/qwofBtwYHw8>**

### 35. MANTENER LA POSESIÓN EN PROGRESIÓN DESDE EL PORTERO MÁS 5 CONTRA 5 + 5 (3 equipos)



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/731fEOWvpgg>

**CAMPO:** La mitad de un campo de fútbol, dividido en dos zonas horizontales (33 metros y 17 metros).

**JUGADORES:** 16 (3 equipos de 5 jugadores y un portero o 2 equipos de 5 en la primera zona con un portero y un tercer equipo de 5 esperando en la segunda zona).

#### EXPLICACIÓN:

- Una vez que el portero ha iniciado un ataque posicional de 6 contra 5, sus compañeros tienen que mantener la posesión durante al menos 5 segundos antes de pasar el balón a la segunda zona. Para lograrlo consulte en la introducción las quince reglas para acertar en el juego de posesión.
- Si los 5 contrarios recuperan el balón en la primera zona, contraatacan y tratan de anotar, mientras que los anteriores poseedores del balón realizan de forma inmediata una presión sobre el balón, referenciando también a los posibles receptores.
- En caso de que los 6 logren pasar el balón después de un mínimo de 5 segundos a la segunda zona, los 5 contrarios que

- estaban presionando en la primera zona salen de la misma hacia la siguiente zona para continuar su presión en otro 5 contra 5 en la zona más adelantada.
- Es lógico que los 5 compañeros de la segunda zona se distribuyan óptimamente en el ancho y la profundidad del campo, ofreciéndose para pases filtrantes, mientras que los 5 contrarios que defienden deben demostrar una actitud intensa y agresiva en la recuperación del balón.
- Su objetivo es evitar que los 6 + 5 puedan mantener la posesión en ambas zonas durante 5 segundos a pesar de una asfixiante presión de 5 defensas.
- Se realiza una competición entre 3 equipos de 5, obligando a cada uno de los equipos a jugar en la primera zona y en la segunda zona en ataque y defender en ambas zonas contra los que atacan.
- Cada uno de los 3 equipos tiene 7 veces la posibilidad de iniciar el juego de posesión con la siguiente progresión en el campo desde la primera zona.

**Nota:** Para conseguir el objetivo se ruega consultar la introducción: «Reglas importantes de táctica para jugar la posesión del balón con éxito».



### 36. MANTENER LA POSESIÓN CON PROGRESIÓN IDA Y VUELTA 4 CONTRA 3 O 5 CONTRA 4 EN 3 ZONAS



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/w8YX9JBIpE8>

**CAMPO:** Un campo reglamentario, dividido en 3 zonas horizontales de iguales dimensiones.

**JUGADORES:** 22 (en 3 zonas de 4 contra 3 con un portero en la zona de inicio).

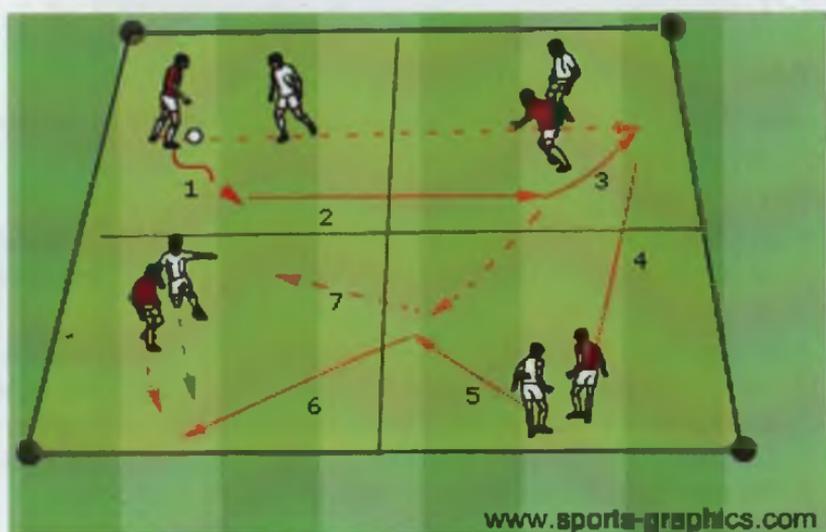
**EXPLICACIÓN:**

- El portero inicia el juego de posesión de 5 contra 3 en la primera zona. Por razones de práctica y por habitar a sus defensas a jugar bajo presión y utilizar también a su portero, el entrenador pide de ellos un mínimo de 5 segundos hasta poder pasar el balón a uno de los 4 compañeros que está mejor posicionado en la segunda zona. Allí, el juego 4 contra 3 continúa durante otros 5 segundos sin permitir a ningún jugador entrar o salir de la zona asignada.
- El objetivo de los mediocampistas de la zona central es, después de 5 segundos de posesión del balón, pasarlo a la tercera

- Una vez que uno de los 4 atacante reciba y controle el balón, uno de los defensas apoya desde atrás para establecer una igualdad numérica de 5 contra 5.
- Se concluye la construcción de la acción ofensiva con un remate a portería.
- Sin olvidar tomar el rechace o rebote.
- En caso de que los 6 atacantes pierdan el balón en la primera zona, los 4 contrarios atacan y marcan gol. Si la pérdida se produce más arriba en la segunda zona, los 5 que conquistaron el balón deben mantenerlo durante 10 segundos en su campo contra los 4 anteriores atacantes para posteriormente atacar en dirección opuesta, buscando durante su fase de posesión del balón un pase en profundidad hacia uno de sus 4 atacantes en el campo de arriba donde se encuentran un portero y 5 contrarios.
- Gana el equipo de 10 jugadores (6 + 4) que en 20 minutos de juego logra marcar más goles.

**Nota:** Para conseguir el objetivo se ruega consultar la introducción: «Reglas importantes de táctica para jugar la posesión del balón con éxito».

### 38. MANTENER LA POSESIÓN CON PROGRESIÓN A TRAVÉS DE 4 ZONAS (del 1 contra 1 tres veces 2 contra 1)





Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/3bV4udm89Wg>

**CAMPO:** Un cuadrado de 30 x 30 metros dividido en 4 mini-cuadrados de 15 x 15 metros.

**JUGADORES:** 8 (4 veces 1 contra 1).

**EXPLICACIÓN:**

- Un jugador de cada equipo se posiciona en un cuadrado.
- El formador/entrenador inicia el juego con un saque neutral en la primera zona. El jugador que lo gana debe pasar el balón a un compañero en la zona adyacente, para luego apoyar a su compañero y crear una superioridad numérica de 2 contra 1. Después de mantener ambos durante al menos 3 (5) segundos la posesión del balón, uno de ellos debe pasarlo al próximo (tercer) cuadrado y luego al cuarto, siempre apoyando al compañero de forma inmediata después de un pase exitoso.
- El objetivo de este juego es aprender a pasar el balón a un compañero estrechamente marcado, controlar y mantenerlo durante 5 segundos, protegerlo del defensa y apoyar siempre al jugador que recibe el balón para establecer una superioridad numérica.
- Si el balón sale del cuadrado, siendo tocado por última vez por el defensa, los atacantes lo ponen nuevamente en juego con un saque lateral con el defensa a una distancia de al menos 5 metros. Pero si el balón, antes de salir, ha sido tocado por los atacantes o se pierde la posesión, se inicia el juego desde el primer cuadrado.
- Gana el equipo de 4 jugadores que logre, después de 10 saques neutrales, el mejor resultado en la progresión del balón.

**Variante 1:** Se juega 1 contra 1 en cada cuadrado sin el apoyo del compañero y sin estar obligado a mantener la posesión del balón por 5 segundos.

**Variante 2:** En lugar de 1 contra 1 se juega 2 contra 2 en cada uno de los cuadrados con el objetivo de pasar el balón y apoyar desde el primer cuadrado a los compañeros en el segundo, tercer y cuarto cua-

drado sin perder la posesión del balón. Es decir, se debe crear 4 veces situaciones de 3 contra 2 hasta lograr mantener la posesión del balón en la cuarta zona durante al menos 3 segundos.

### Objetivos del juego

- Antes de efectuar cualquier pase, ambos jugadores deben establecer un acuerdo visual entre el que pasa y el que recibe el balón. Ambos pueden comunicarse mirándose a los ojos o con un movimiento de la cabeza o la mano, lo que ayuda a mejorar su comunicación y, al mismo tiempo, a reducir el número de errores cometidos.
- Además, los jugadores aprenden a pasar el balón en el momento idóneo a su compañero que está bien marcado. Si el compañero está marcado por detrás no hay duda de que se debe dirigir el pase directamente hacia sus pies, pero si está marcado por un lado hay que realizar pases angulados hacia el lado opuesto del defensa-marcador, lo que exige imprimir al balón una velocidad temporizada.
- Los atacantes que reciben los pases aprenden a no esperarlos, sino a ir a por el balón. Lo primero es asegurar su posesión, lo que se consigue colocando el cuerpo entre el balón y el defensa. Así, con el defensa cerca, se asume una posición frontal para proteger el balón.
- Pero, en caso de que el defensa esté algo alejado, será más aconsejable recibir el balón en una posición lateral, pues esta posición permite al atacante un campo más amplio de percepción y además una rápida continuación de su jugada ofensiva. Por último, el jugador que recibe el balón debe evitar entrar en cualquier caso en el rango de acción del defensa.

*«Un mal jugador es aquel que no es capaz de aprender de sus errores.»*

### 39. MANTENER LA POSESIÓN EN INFERIORIDAD NUMÉRICA 4 CONTRA 5 (5 CONTRA 6)



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/QMLqw8JTxA>

**CAMPO:** Una tercera parte de un campo reglamentario.

**JUGADORES:** 9 (4 contra 5), 11 (5 contra 6), 13 (6 contra 7) o 14 (6 contra 8).

#### **EXPLICACIÓN:**

- Cuatro (5 o 6) jugadores tienen que mantener la posesión dentro de una tercera parte de un campo reglamentario contra 5 (6, 7 o 8) oponentes que les presionan.
- Tienen 10 veces la posibilidad de aprender de sus errores e intentar, con la repetición de la misma tarea, establecer un tiempo récord para mantener la posesión del balón en su equipo a pesar de jugar en inferioridad numérica.
- Otra variante consiste en que el jugador atacante que, en esas 10 ocasiones, pierde menos veces la posesión del balón será el vencedor del juego.



¿Qué debe hacer con el balón el atacante con uniforme oscuro en los próximos segundos para evitar la pérdida de la posesión?  
¿Dónde está el espacio que debería aprovechar?

### Objetivos formativos de este juego

- Para facilitar la tarea de mantener la posesión del balón, 4 atacantes deben adoptar siempre una forma de rombo, mientras que 5 atacantes se deben posicionar en forma de estrella (rombo con un jugador central) y 6 atacantes deberían formar dos triángulos.
- Todos los atacantes deben esforzarse en el juego sin balón para ofrecerse constantemente en situaciones simples como un 2 contra 1 y compensar así la falta de un compañero.
- Al jugar en inferioridad numérica es importante dictar el ritmo de juego y, de vez en cuando, proteger el balón con el cuerpo para ganar tiempo para decidir y también para que los demás compañeros se desmarquen.

- Alentar a los defensas a cometer infracciones.
- Saber distribuirse óptimamente en la totalidad del campo y evitar jugar el balón en las esquinas del campo y, en especial, no entrar jamás en un 1 contra 1.

#### 40. MANTENER LA POSESIÓN CON 2 BALONES A LA VEZ 8 CONTRA 4



Acerca el lector de códigos QR de tu móvil para ver la animación: <http://youtu.be/LQhXGtz-U6A>

**CAMPO:** La mitad de un campo reglamentario.

**JUGADORES:** 12 (8 contra 4) o 13 (8 contra 5).

**EXPLICACIÓN:**

- Los 8 atacantes tienen que controlar simultáneamente ambos balones contra 4 defensas que les presionan. Tienen 7 intentos para mantener la posesión de los dos balones el mayor tiempo posible.

## Sobre la dimensión del área de juego

¿Qué va a pasar, desde el punto de vista técnico, táctico y físico, cuando se extiende el área de juego?

<b>DESDE EL PUNTO DE VISTA TÉCNICO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menos acciones (pases, recepciones...).</li><li>• Las acciones duran más tiempo.</li><li>• Hay más pases de media distancia.</li><li>• Menos acciones defensivas y menos intercepciones de pases.</li></ul>
<b>DESDE EL PUNTO DE VISTA TÁCTICO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Por tener más tiempo y más espacio, mantener la posesión del balón será más fácil, lo que resulta en menos transiciones del comportamiento ofensivo al defensivo y viceversa.</li></ul>
<b>DESDE EL PUNTO DE VISTA FÍSICO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Se presentan más desplazamientos de los jugadores; es decir, cada jugador debe correr distancias más largas.</li></ul>

## Sobre el número de jugadores

¿Qué va a pasar, desde el punto de vista técnico, táctico y físico, cuando se aumenta el número de atacantes o se disminuye el número de defensas?

<b>DESDE EL PUNTO DE VISTA TÉCNICO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menos toques de balón significa afinar menos los gestos técnicos fundamentales, tanto en ataque como en defensa.</li></ul>
<b>DESDE EL PUNTO DE VISTA TÁCTICO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Existen condiciones que favorecen el éxito en la posesión del balón, por el hecho de que hay más tiempo para la percepción, comprensión, toma de decisiones y la ejecución.</li></ul>
<b>DESDE EL PUNTO DE VISTA FÍSICO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si los defensas tienen que correr menos distancia, podrán aplicar más intensidad en su juego.</li></ul>

*«Generalmente el ganador es el que ha dado lo mejor de sí.»*

Charles Buxton

## Sobre la cantidad de contactos con el balón

¿Qué va a pasar, desde el punto de vista técnico, táctico y físico, si no se limita el número de toques del balón?

<b>DESDE EL PUNTO DE VISTA DE TÉCNICO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cada jugador tiene el balón durante más tiempo, lo que permite alcanzar una mayor sensibilidad con él.</li><li>• Se realizan más conducciones, menos pases, pocos pases al primer toque.</li><li>• Ocurren menos intercepciones de pases.</li></ul>
<b>DESDE EL PUNTO DE VISTA DE TÁCTICA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Será más fácil el juego para mantener la posesión del balón.</li><li>• Menos velocidad del balón.</li><li>• Más posibilidades para tener éxito para una defensa presionante.</li></ul>
<b>DESDE EL PUNTO DE VISTA FÍSICO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menos intensidad para los atacantes.</li><li>• Menos intensidad para los defensores.</li></ul>

## Sobre la duración de la posesión del balón

Más tiempo dura cualquier juego de mantener la posesión del balón, más acciones técnicas-tácticas se ejecutan. Además, el mayor tiempo del juego exige a todos los jugadores una mayor atención y una participación física más intensa.

*«En vez de criticar a los jugadores por una pérdida de posesión del balón, es mejor pedirles que nos digan la razón de su fracaso.»*

## ¿QUÉ EXPERIENCIA GANARÁ EL JUGADOR CUANDO PRACTICA CON FRECUENCIA JUEGOS PARA MANTENER LA POSESIÓN?

### En ataque

1. Saber jugar sin balón.
2. Correr siempre hacia espacios menos controlados, especialmente después de un pase.
3. Ocupar otra posición.
4. Ofrecerse lejos del balón para crear espacio para sus compañeros que posteriormente pueden explorarlo.
5. Saber pasar en el momento idóneo con precisión y velocidad y sin indicar la trayectoria del balón.
6. Saber aplicar en el momento adecuado un pase de primeras (de un toque).
7. Dictar el ritmo del juego.
8. Proteger el balón cuando sea necesario.
9. Antes de recibir, saber qué hacer con el balón y no esperarlo, sino ir a por él y ejecutar controles orientados que faciliten la próxima acción.

### En defensa

1. Saber realizar entradas en el momento más oportuno.
2. Mantener paciencia en vez de precipitarse con una entrada.
3. Al defender, realizar amagues para despistar al atacante con el balón.
4. Cubrir al compañero que defiende.
5. No defender individualmente, sino mejor en grupos (doblaje y *pressing* con tres o más jugadores).
6. Actuar con agresividad para poder reducir el tiempo y el espacio del que disponen los oponentes.

7. Anticipar el momento y la trayectoria de un pase del oponente.
8. Estudiando su lenguaje corporal.
9. Obligar al atacante con el balón a hacer lo que el defensa pretende y acompañarle para disponer de más entradas que será en caso de asumir como defensa una posición frontal.

*«Un buen entrenador no está enseñando nada a nadie. Él solamente ayuda a sus alumnos a descubrir lo que él quiere que descubran por sí mismos. Su función es animarles a pensar, no pensar en lugar de ellos. Cuanto más sabe de fútbol, menos les instruye. Su objetivo más importante es llevar a sus alumnos más allá de sus limitaciones y darles la sensación de que no le necesitan en absoluto... hasta la próxima derrota.»*

## Sobre el autor

Horst Wein es conocido como **«el formador de los formadores»**, después de haber actualizado en los últimos 27 años los conocimientos de más de once mil entrenadores de fútbol en 55 países.

Es autor del modelo de enseñanza y aprendizaje reconocido internacionalmente **«Fútbol a la medida del niño»**, el primer programa de enseñanza que adapta el entrenamiento del fútbol perfectamente a las capacidades físicas y cognitivas del niño, y que desarrolló en 1985. Desde aquel año su modelo ha sido regularmente adaptado y ampliado, incluyendo las más novedosas tendencias del fútbol moderno.

Uno de sus 37 libros se llama *Developing Youth Football Players*. Es el manual oficial de la Real Federación Española de Fútbol y de la Federación Australiana de Fútbol. Ha sido editado en seis idiomas, y la versión inglesa ha vendido más de cien mil ejemplares a nivel mundial.

Horst ha sido uno de los primeros que, en 2002, ha investigado sobre el más novedoso concepto en la enseñanza del fútbol, el **«Desarrollo de la inteligencia de juego»**, tanto en sus publicaciones como tema de sus conferencias en cuatro continentes.

Horst Wein ha sido *Head Coach* de **NIKE Football Club (UK)** entre 2000 y 2003.



<b>CLUBES A LOS QUE HA ASESORADO</b>	<b>FEDERACIONES NACIONALES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arsenal</li> <li>• Sunderland</li> <li>• Leeds United</li> <li>• RCD Español</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inglaterra</li> <li>• Escocia</li> <li>• Austria</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• FC Barcelona</li> <li>• Athletic Club</li> <li>• Villarreal</li> <li>• Real Sociedad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• España</li> <li>• Portugal</li> <li>• Suiza</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bayer Leverkusen</li> <li>• VfB Stuttgart</li> <li>• Schalke 04</li> <li>• Mainz 04</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alemania</li> <li>• Italia</li> <li>• Estonia</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inter Milan</li> <li>• AC Milan</li> <li>• Sankt Pauli</li> <li>• TSG Hoffenheim</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suecia</li> <li>• Dinamarca</li> <li>• Finlandia</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deportiva Cali</li> <li>• Peñarol Montevideo</li> <li>• Pumas</li> <li>• C. América</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Argentina</li> <li>• México</li> <li>• Uruguay</li> <li>• Colombia</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nacional Montevideo</li> <li>• Universidad Católica</li> <li>• Liga Univers</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chile</li> <li>• Perú</li> <li>• Ecuador</li> <li>• Venezuela</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• FC Adelaide</li> <li>• FC Kénkre</li> <li>• HSV Hamburg</li> <li>• FC Freiburg</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Australia</li> <li>• India</li> <li>• Singapur</li> <li>• Panamá</li> </ul>

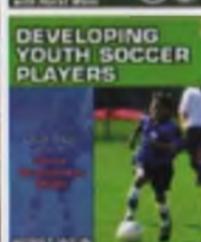
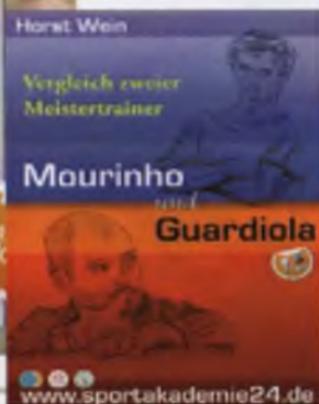
Horst Wein es autor de **37 libros de texto en papel** (especialmente sobre hockey y fútbol), un curso multimedia, un CD de hockey, tres vídeos y cuatro libros *online*.

Está capacitado como entrenador en cinco deportes olímpicos. Horst representó a Alemania en el equipo nacional de hockey durante cinco años. Posteriormente se convirtió en entrenador, ganando con España un **Campeonato de Europa** y una **medalla de plata en los Juegos Olímpicos de 1980**. Su hijo mayor creció con su modelo de enseñanza a la medida del niño y logró proclamarse con Alemania **Campeón del Mundo** en 2002 y Campeón de Europa en tres ocasiones.

Puede encontrar más información sobre el profesor Horst Wein en:

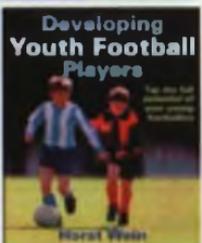
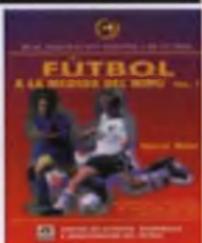
[www.horstwein.net](http://www.horstwein.net)  
[hwfutbol@gmail.com](mailto:hwfutbol@gmail.com)

## Algunas de las publicaciones del profesor Horst Wein:



List of some Publications

Name	Year
Hockey-leren und lehren	1968
The Science of Hockey. I	1975
The Advanced Science of Hockey	1979
Sviluppò dell' Hockey in Italia	1987
L'insegnamento programmato nel Calcio	1988
Imparare il Calcio	1994
Fùtbol a la medida del adolescente	2000
Developing Youth Soccer Players	2000
Manual de Iniciación y Orientaciones	2002
Developing Game Intelligence in Soccer	2004
Fùtbol a la medida del niño 1 - 2	2006
Developing Youth Football Players	2006
Entwicklung der Spielfähigkeit im Fußball	2007
Vereinfachte Spiele zur Entwicklung d. Fußball-talents	2008
Das Multimediale vom Kontern	2009
Il Calcio a misura dei ragazzi	2011



*«Un joven futbolista debe saber que lograr la excelencia es como subir una escalera que se puede lograr con las manos en los bolsillos.»*

Proverbio americano

Todos los dibujos han sido realizados por el autor con el *software*:  
<https://www.sports-graphics.com/>

# EFFICIENCY MATCH



Editor y librería de animaciones · Sesiones de entrenamiento · Base de datos de jugadores y equipos · Preparación, seguimiento y análisis de partidos · Gestión de documentos · Calendario · PDF · Multimedia · Scanning



Todas las animaciones de este libro se han realizado utilizando  
**Efficiency Match**, la aplicación de iPad para gente de fútbol.

[www.effmatch.com](http://www.effmatch.com) · [info@effmatch.com](mailto:info@effmatch.com)  
[www.facebook.com/EfficiencyMatch](https://www.facebook.com/EfficiencyMatch) · [twitter.com/effmatch](https://twitter.com/effmatch)

