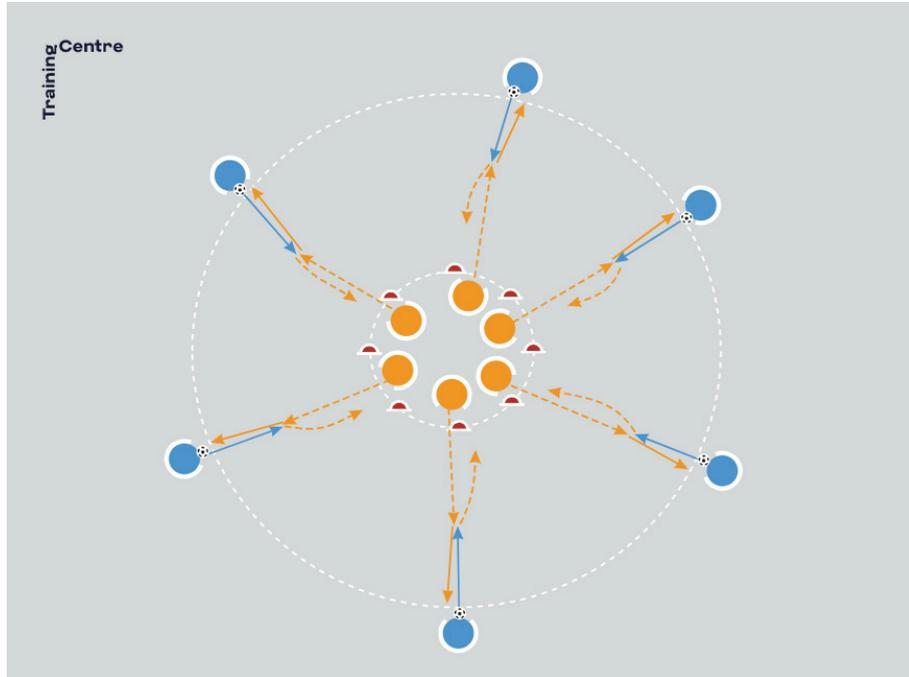


Ejercicios de pase con varios equipos y partidos reducidos

CALENTAMIENTO: POR RELEVOS, CONDUCIR EL BALÓN POR EL AGUA EVITANDO A LOS PECES VENENOSOS.



Organización

- Colocar a seis jugadores en un círculo interior y seis jugadores en un círculo exterior.
- Se puede aumentar el tamaño de los círculos o crear varias zonas de juego para que participen más jugadores.
- Los jugadores del círculo interior deben realizar distintos ejercicios físicos alrededor de los conos y, a continuación, recibir y devolver los pases que les envían los jugadores del círculo exterior.
- Explicar a los participantes que los jugadores del círculo central están enfermos y necesitan medicinas. Tienen que ir al médico (representado por cada uno de los jugadores exteriores) para que les dé una receta. Los jugadores piden cita con el doctor (le envían el balón). Tras un reconocimiento médico (los ejercicios físicos que se realizan alrededor de los conos), el doctor dictamina cuál es el mejor tratamiento para cada jugador y le envía la medicación correspondiente (el balón).
- Variar los ejercicios físicos y los tipos de pases.
- Se debe rotar a los jugadores de ambos círculos para que haya descansos.

Cómo reducir la dificultad

- Amplía el tamaño del círculo interior para que los jugadores tengan más espacio.

Cómo aumentar la dificultad

- Incrementa la intensidad de los ejercicios físicos.
- Pide a los jugadores que tengan el balón en los pies en todo momento.
- Reduce el tamaño del círculo interior y aumenta el del exterior.

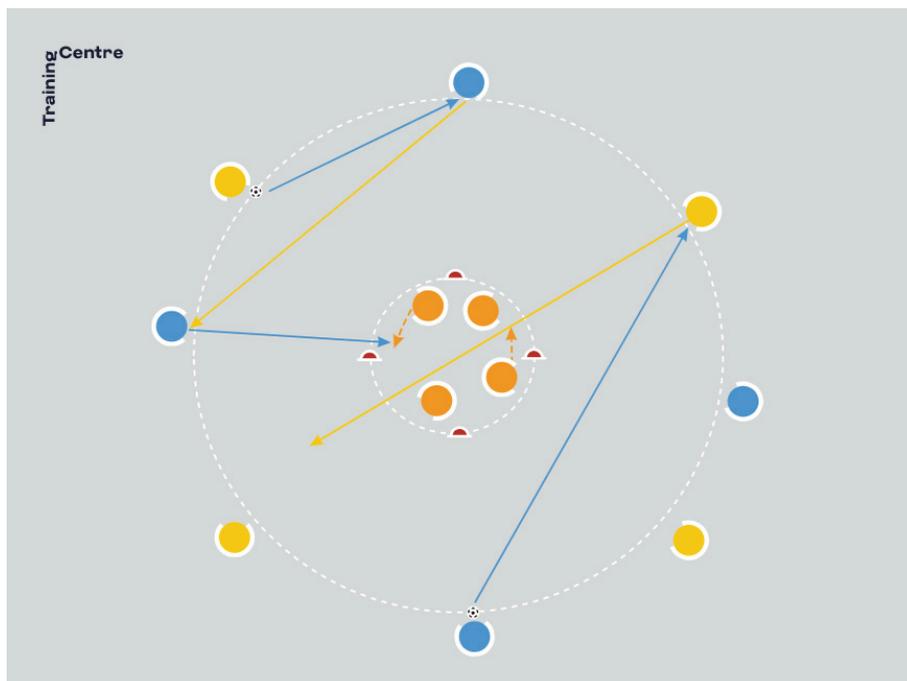
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes hacer los ejercicios físicos lo más rápido posible?
- ¿Eres capaz de combinar rápidos movimientos para recibir el balón?
- ¿Puedes enseñarme diferentes maneras de dar pases cortos de calidad?

Recomendaciones de seguridad

- En el círculo interior, los jugadores deben mantener la cabeza levantada y prestar atención a los demás compañeros.
- Delimita una zona de juego segura.

DESARROLLO DE HABILIDADES: HACER LLEGAR EL BALÓN A LA ISLA EVITANDO A LOS TIBURONES «ROBABALONES» PARA SUMAR PUNTOS.



Organización

- Formar tres equipos de cuatro o cinco jugadores cada uno: dos equipos juegan alrededor del círculo exterior y el tercer equipo defiende un cuadrado (o círculo) interior.
- Los jugadores exteriores se pasan el balón entre ellos y, cuando sea posible, deben intentar que el balón atraviese el cuadrado del medio sin que lo intercepten. Los equipos suman un punto cada vez que se completa un pase por el medio y pierden un punto si los defensores interceptan el balón.
- Explicar a los participantes que los jugadores exteriores necesitan una medicina para curarse un resfriado. Están en la farmacia mirando varios medicamentos sin receta. Cuando creen haber encontrado el correcto, se lo pasan a un «adulto de confianza» (padres/tutores/cuidadores) para que lo revise (los jugadores intentan dar un pase que atraviese el cuadrado del medio). Si el balón pasa por el cuadrado, significa que el adulto ha comprobado que el medicamento es seguro y se puede usar. Si el balón es interceptado, el medicamento no se puede usar.
- Cada pocos minutos se debe rotar al equipo defensor (formado por los adultos de confianza). El equipo ganador será el que sume más puntos al final del ejercicio (el que más veces haya recibido la aprobación de un adulto para usar un medicamento).

Cómo reducir la dificultad

- Amplía el tamaño del cuadrado central o reduce el número de defensores.

Cómo aumentar la dificultad

- Amplía la distancia entre el círculo exterior y el cuadrado central.

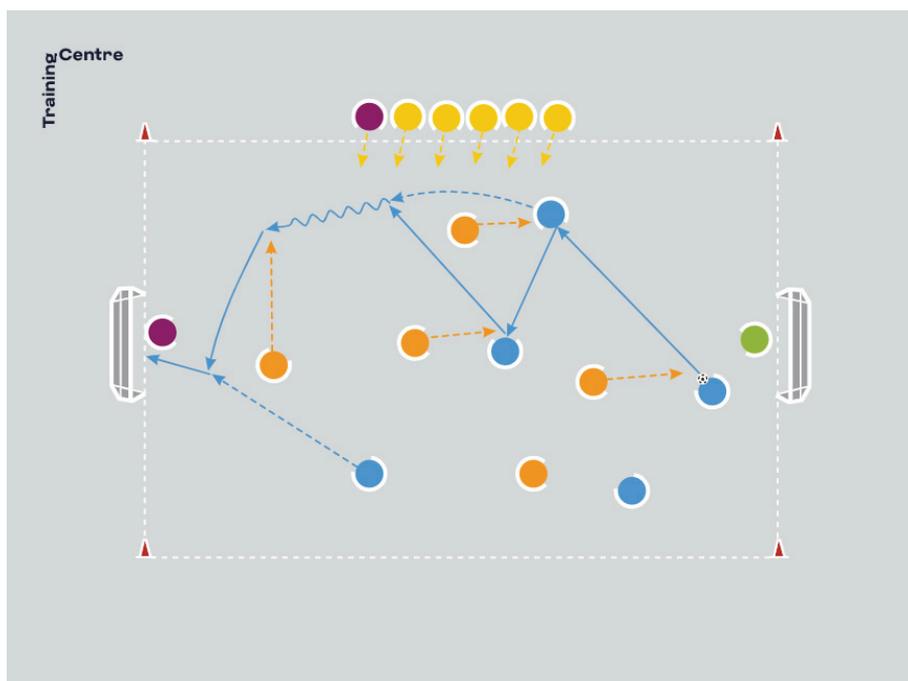
Preguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Puedes detectar las oportunidades de pasar el balón por el medio?
- ¿Eres capaz de enviar el balón con la precisión y la velocidad necesarias para lograr el objetivo?
- ¿Estás preparado para asumir riesgos en favor de tu equipo?

Recomendaciones de seguridad

- Los pases que cruzan por el medio no deben superar la altura de la cintura del jugador más alto.
- Delimita una zona de juego segura.

APLICACIÓN EN EL JUEGO: PARTIDO NORMAL DE 6 CONTRA 6



Organización

- Formar tres equipos: dos equipos juegan mientras el tercero espera su turno para entrar.
- Uno de los equipos comienza con la posesión y ataca. Si marca un gol, el equipo defensor deja su puesto al equipo que espera fuera. Si los atacantes pierden el balón, son sustituidos por el equipo que espera, que pasa a ser el defensor.
- Los jugadores que esperan fuera deben colocarse a la altura de la línea media para entrar rápidamente a cualquiera de los campos

Cómo reducir la dificultad

- Da tres «vidas» a cada equipo para que pueda estar más tiempo en el terreno de juego.

Cómo aumentar la dificultad

- Un equipo puede tener más jugadores.

GPreguntas recomendadas para los jugadores

- ¿Qué te gusta más: atacar o defender?
- ¿Cuál es el secreto para atacar bien?
- ¿Cuál es el secreto para defender bien?

Recomendaciones de seguridad

- Asegúrate de que los equipos perdedores abandonen el campo rápidamente y de que solo haya dos equipos en la cancha cuando se ponga el balón en juego.
- Delimita una zona de juego segura.