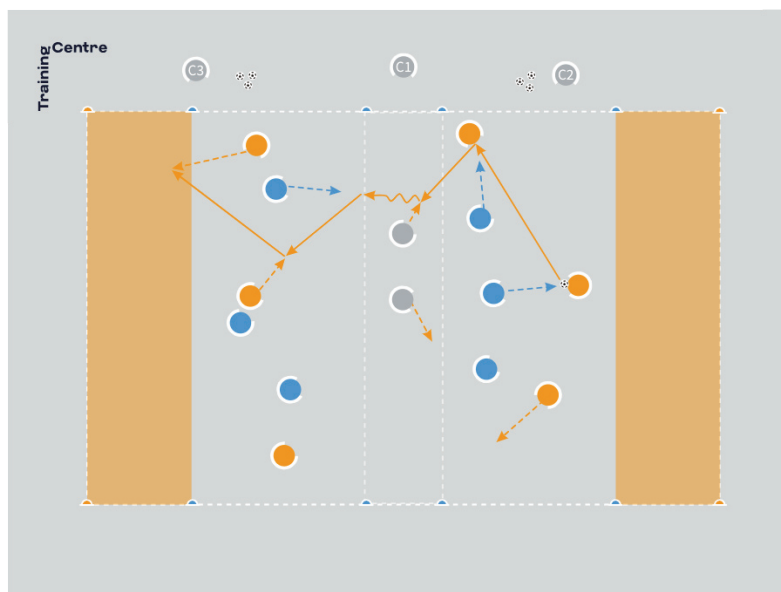


Programa de entrenadores de talentos de la FIFA: Romper líneas rivales



Organización

- Delimitar una zona de ejercicio de 40 x 20 m y dividirla a lo ancho en cinco zonas: dos zonas de juego de 12.5 m, una neutral de 3 m y dos zonas objetivo naranjas de 6 m.
- Dividir el grupo en dos equipos de seis jugadoras cada uno (naranjas contra azules) y seleccionar dos jugadoras neutrales (grises).
- Colocar a tres jugadoras naranjas y tres azules en cada zona azul.
- Situar en la zona central, entre ambas zonas azules, a las dos jugadoras neutrales.

Explicación

- El ejercicio comienza cuando uno de los entrenadores entrega un balón a una jugadora de cualquiera de las zonas azules.
- El equipo atacante intenta enviar el balón a alguna de las dos jugadoras neutrales.
- El equipo que defiende buscará robarle la pelota al equipo atacante.
- Tras recibir la pelota, las jugadoras neutrales intentarán enviársela a alguna de las jugadoras del equipo atacante situadas en la zona azul más avanzada.
- La jugadora atacante que reciba el pase intentará un envío hacia una compañera que llegue a la zona objetivo naranja, o bien internarse ella misma en conducción hasta dicha zona.
- Si el balón sale fuera o el equipo defensor lo intercepta, el juego lo reinicia este último, que pasa a atacar, desde su zona azul de elaboración.

Principios básicos

- Las jugadoras neutrales se colocarán a diferentes alturas para mantener líneas de pase abiertas y dificultar el trabajo de las defensoras.
- Superada la primera línea de presión, las atacantes deberán sincronizar sus movimientos para desbaratar la línea defensiva rival y abrirse espacios que se traduzcan en el mayor número posible de opciones de pase hacia las jugadoras neutrales.

Función de los entrenadores

- Primer entrenador: dirige la sesión y da instrucciones a las jugadoras desde dentro de la zona de ejercicio.
- Segundo entrenador: entrega el balón al equipo que vaya a iniciar la jugada desde el exterior de una de las zonas azules.
- Tercer entrenador: entrega el balón al equipo que vaya a iniciar la jugada desde el exterior de la otra zona azul.