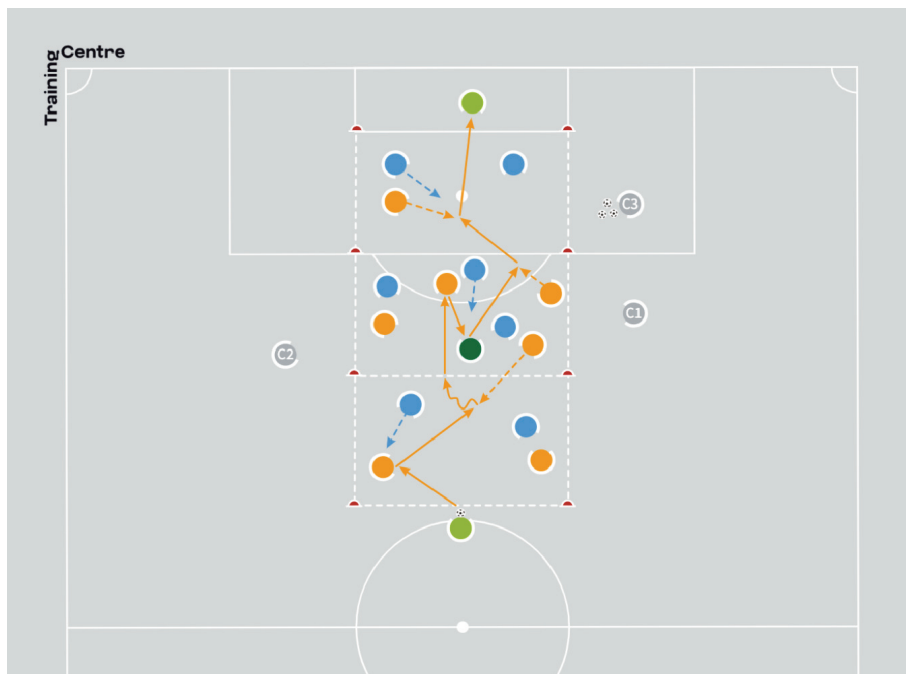


Programa de entrenadores de talentos de la FIFA- Juego de posesión de 7 contra 7 más 3:



Organización

- Delimitar una zona de 45 x 20 m para el ejercicio.
- Dividir la zona de ejercicio en tercios.
- Situar a una guardameta en cada extremo de la zona de ejercicio.
- Organizar un 7 contra 7 más una comodín dentro de la zona delimitada. El equipo atacante formará con un 2-4-1 y el equipo defensor empleará un 2-3-2.

Explicación

- La guardameta del equipo que tiene la posesión inicia el ejercicio.
- La guardameta pasa el balón a una jugadora naranja.
- El objetivo del equipo naranja es elaborar la jugada atravesando los tres tercios del campo y conectar con la guardameta situada en el extremo opuesto de la zona de ejercicio. Si lo consigue, suma un punto.
- El equipo azul intenta arrebatarse la posesión al equipo naranja. Si lo consigue, los equipos intercambian los papeles y la posesión pasa al equipo azul.
- El equipo azul debe tener un mínimo de 2 jugadoras en cada tercio.
- El equipo naranja debe tener un mínimo de 1 jugadora en cada tercio.
- La jugadora neutral apoya al equipo naranja en el tercio central.
- Las jugadoras naranjas que ocupan el tercio central pueden bajar al tercio defensivo para recibir y ayudar a sacar el balón jugado desde atrás.

1.ª variación

- A una defensora de cada tercio se le permite desplazarse entre las distintas zonas para presionar la espalda de las atacantes cuando vayan a recibir el balón.

2.ª variación

- Si una defensora consigue conducir el balón desde el tercio defensivo hasta el tercio central y su equipo conecta con la guardameta del extremo opuesto, suma dos puntos.
- Aumentar en 5 m por cada lado la anchura de la zona de ejercicio.

Principios básicos

- Ante un bloque alto, las atacantes deben aprovechar los huecos que se abren en el equipo defensor para romper líneas y buscar a las compañeras situadas detrás de la primera línea de presión
- Las jugadoras que reciben entre la primera línea de presión intentarán controlar el balón con la pierna más retrasada para darse la vuelta rápidamente y aprovechar las posibles líneas de pase en el esquema defensivo rival.
- Si juegan con inteligencia para engañar al rival y dan pases mirando en otra dirección, la defensa no podrá interceptarlos ni cortar las líneas de pase.

Papel de los entrenadores

- Primer entrenador: dirige el ejercicio y detiene el juego a intervalos para aconsejar a las jugadoras sobre cómo recibir o avanzar con el balón de una forma más eficaz.
- Segundo entrenador: anima a las jugadoras y les da consejos desde su posición, en el lado opuesto del la zona de ejercicio con respecto al primer entrenador.
- Tercer entrenador: envía balones a la zona delimitada para ayudar a que el ejercicio fluya.