FUNDAMENTOS OFENSIVOS EN CATEGORÍAS DE FORMACIÓN

Jornadas Comité Guipuzcoano de Fútbol Sala

Donostia 21 de Mayo de 2016

IÑIGO MARTÍNEZ CORCHETE – Entrenador Zierbena FS

RESUMEN

- ETAPAS DE FORMACIÓN
- FASES Y OBJETIVOS DEL JUEGO
- DEFINICIÓN
- FUNDAMENTOS
  - EXPLICACIÓN DE LOS FUNDAMENTOS
  - TAREAS PRÁTICAS POR CATEGORÍAS

LAS FASES Y LOS PRINCIPIOS GENERALES DE LA ACCION DE JUEGO EN FUTBOL SALA

FASES ATAQUE

- 1º APERTURA
- 2ºCONTRAATAQUE
- 3º ATAQUE RAPIDO
- 4º ATAQUE POSICIONAL

FUNDAMENTOS OFENSIVOS

TRANSICION OFENSIVA

ATAQUE | DEFENSA

TRANSICION DEFENSIVA

FASES DEFENSA

- 1º BALANCE Y TEMPORIZACION
- 2º REPLIEGUE
- 3º ORGANIZACIÓN DEFENSIVA
- 4º DEFENSA POSICIONAL

ATAQUE

1 -. CONSEGUIR GOL

2 -. PROGRESAR EL BALON

3 -. POSESIÓN DEL BALON

OBJETIVOS DEL JUEGO

DEFENSA

1 -. RECUPERAR BALON

2 -. EVITAR PROGRESION DEL BALON

3 -. EVITAR GOL

LAS ETAPAS DE FORMACIÓN

INICIACIÓN DEPORTIVA

BENJAMÍN

DESARROLLO DEPORTIVO

ALEVÍN - INFANTIL

TÉCNIFICACIÓN

CADETE

PERFECCIONAMIENTO

JUVENIL

LAS ETAPAS DE FORMACIÓN

INICIACIÓN DEPORTIVA – Análisis Etapa

- Objetivos del Juego: El Balón y Portería.
- Descubrir conceptos Atacar y Defender.
- Conocer la importancia del balón como medio de juego en ataque y en defensa.
- Conocer las reglas de juego.
- Iniciar en los procesos perceptivos.

LAS ETAPAS DE FORMACIÓN

DESARROLLO DEPORTIVO – Análisis Etapa

- Conocer y saber utilizar los conceptos de adversario y compañero en el proceso del juego.
- Enseñar a pensar mientras se ejecutan acciones técnicas.
- Conocer la relación entre técnica y táctica.
- Relacionar la táctica Individual y grupal.
- Dificultar los procesos perceptivo-decisionales.

LAS ETAPAS DE FORMACIÓN

TÉCNIFICACIÓN – Análisis Etapa

- Buscar la especialización.
- Perfeccionamiento técnico máximo.
- Usar la técnica en beneficio de la táctica.
- Dominar los fundamentos del juego para aplicarlos a los diferentes sistemas.
- Mejorar las decisiones durante el juego.

LAS ETAPAS DE FORMACIÓN

PERFECCIONAMIENTO – Análisis Etapa

- Adaptar el juego a la máxima exigencia.
- Dificultar las experiencias técnico-tácticas.
- Mejorar la inteligencia y el entendimiento del juego.
- Definir roles dentro del juego colectivo.
- Incentivar a pensar y tomar decisiones continuas en las diferentes fases del juego.

¿QUÉ SON LOS FUNDAMENTOS OFENSIVOS?

Definimos los Fundamentos Ofensivos como el conjunto de acciones y movimientos ofensivos que se realizan de forma individual y/o colectiva, con una intención táctica ofensiva determinada que sirven para resolver de forma eficaz los problemas del juego.

FUNDAMENTOS INDIVIDUALES

HABILIDADES PERCEPTIVO DECISIONALES

- DOMINIO DE LA LATERALIDAD
- DOMINIO DEL CAMPO VISUAL
- VISIÓN PERIFÉRICA
- ORIENTACIÓN COPORAL

TÉCNICA Y TÁCTICA INDIVIDUAL

- FIJAR AL RIVAL
- USO DE LAS FINTAS
- DOMINIO ESPACIAL RESPECTO MARCAJE
- TEMPORIZACIÓN OFENSIVA

FUNDAMENTOS COLECTIVOS

TÉCNICA Y TÁCTICA COLECTIVA

- APROVECHAMIENTO DE LOS BLOQUEOS
- CREACIÓN-OCUPACIÓN-APROVECHAMIENTO DE ESPACIOS
- CREACIÓN DE LÍNEAS DE PASE
- DESMARQUES APOYO - RUPTURA

TÁCTICA DE EQUIPO

- OCUPACIÓN RACIONAL ESPACIO AMPLITUD/PROFUNDIDAD
- CIRCULACIÓN DEL BALÓN
- MOVILIDAD SIN BALÓN
- APROVECHAMIENTO DE LA ENTRELÍNEA

FUNDAMENTOS OFENSIVOS EN LAS ETAPAS DE FORMACIÓN

	HABILIDADES PERCEPTIVO DECISIONALES	TÉCNICA Y TÁCTICA INDIVIDUAL	TÉCNICA Y TÁCTICA COLECTIVA	TÁCTICA DE EQUIPO
INICIACIÓN DEPORTIVA	XXX	XX	X	X
DESARROLLO DEPORTIVO	XXX	XXX	XX	XX
TÉCNIFICACIÓN	XX	XXX	XXX	XXX
PERFECCIONAMIENTO	XX	XX	XXX	XXX

CONTENIDOS EN ETAPAS DE FORMACIÓN

INICIACIÓN DEPORTIVA

- Situaciones 1x0, 1x1 y 2x1
- Extraer situaciones sencillas del juego para simplificarlas.

DESARROLLO DEPORTIVO

- Situaciones 1x0, 1x1, 2x1, 2x2 y 3x2
- Simplificar y adaptar el juego sin desnaturalizarlo.

TÉCNIFICACIÓN

- Situaciones 1x1, 2x1, 2x2, 3x2, 3x3 y 4x4
- Adaptar el juego para buscar situaciones específicas.

PERFECCIONAMIENTO

- Situaciones del 1x1 al 4x4
- Dificultar el juego real
- El Juego Real como máximo objetivo

DOMINIO DE LA LATERALIDAD

Definimos el dominio de la lateralidad como la capacidad de uso coordinado de las extremidades del cuerpo del jugador, mejorando de forma bilateral tanto el lado dominante como el no dominante para la mejora de las posibilidades del jugador.

En el deporte, el uso coordinado de las dos lateralidades tienen un papel clave para la motricidad y el rendimiento, siendo las que hacen referencia a la relación óculo-manual (ojo dominante mano dominante) y la óculo-podal (ojo dominante - pie dominante), las más determinantes. En nuestro deporte salvo en el portero, hablamos de las segundas.

DOMINIO DE LAS DOS PIERNAS - BRAZOS → MAYOR INCERTIDUMBRE PARA EL RIVAL → MEJORA EN LA TOMA DE DECISIONES → JUGADOR MÁS COMPLETO

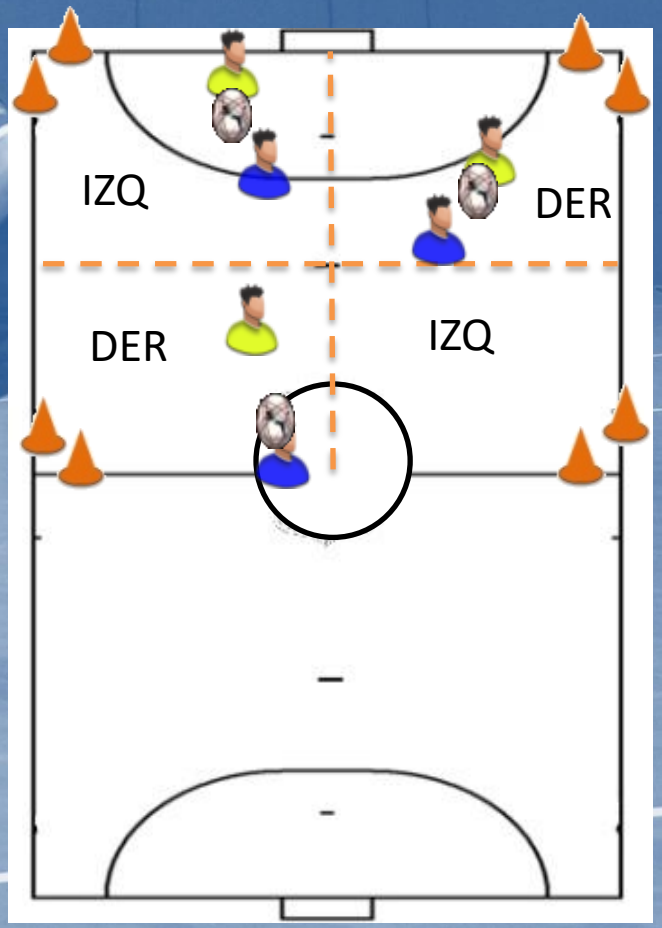
TAREAS PARA LA MEJORA DE LA LATERALIDAD

INICIACIÓN DEPORTIVA

OBJETIVOS: Mejorar el uso de las dos lateralidades.

Nº DE JUGADORES: Parejas

DESCRIPCIÓN: Dividimos la cancha en 4 zonas de 10x10 metros. En cada esquina situamos una portería pequeña.
En cada cuadrado se podrá usar una pierna solo, organizadas de forma que en la mitad defensiva se juegue a pierna cambiada y en la mitad ofensiva a pierna buena.
El gol marcado con la pierna NO DOMINTE vale doble.



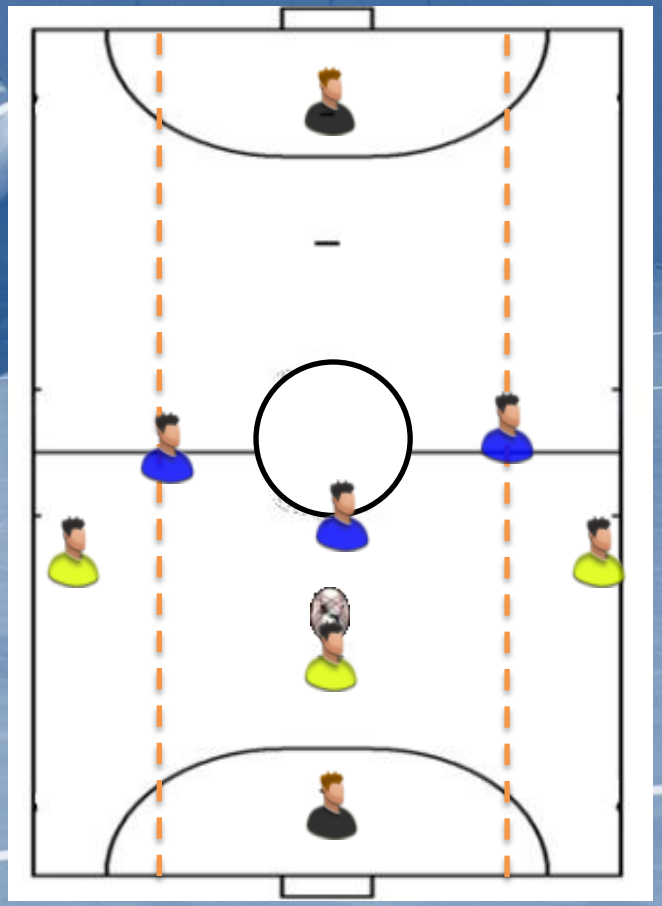
TAREAS PARA LA MEJORA DE LA LATERALIDAD

TÉCNIFICACIÓN

OBJETIVOS: Utilizar las dos piernas

Nº DE JUGADORES: 3x3 + Porteros

DESCRIPCIÓN: Tarea 3x3 en 28x20 metros. Dividimos la cancha en tres zonas, una central de 8m y dos laterales de 6m cada una.
En la zona central se juega a 2 toques, teniendo que hacer cada toque con una pierna.
En las zonas laterales es obligatorio controlar y conducir a pierna cambiada. El pase libre.



ORIENTACIÓN CORPORAL

La orientación corporal es el dominio que el jugador tiene de su propio cuerpo y de la orientación de sus extremidades para adaptarlas a la situación del juego, intentando mejorar el proceso perceptivo y facilitando la mejora en la toma de decisiones y ejecución técnica.

Una buena orientación corporal nos da mayor información de la situación de los compañeros y adversarios, y además facilita el juego con mayor velocidad y a menos toques, dificultando la acción defensiva. Además nos facilita el uso de las dos lateralidades con mayor eficacia.

BUENA ORIENTACIÓN CORPORAL → MEJOR PERCEPCIÓN Y TOMA DE DECIONES → JUEGO MÁS RÁPIDO → INCERTIDUMBRE DEFENSIVA

ORIENTACIÓN CORPORAL

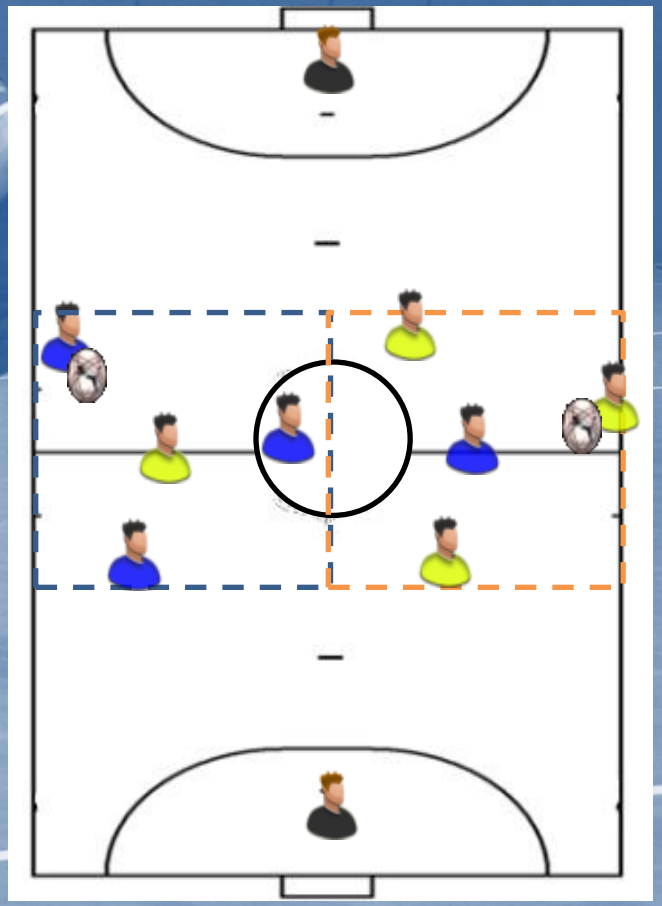
TAREAS PARA LA MEJORA DE LA ORIENTACIÓN CORPORAL

DESARROLLO DEPORTIVO

OBJETIVOS: Mejorar la Orientación Corporal

Nº DE JUGADORES: Grupos de 4 + 2 porteros

DESCRIPCIÓN: Realizamos dos cuadrados de 10x10 metros en el centro de la cancha.
En cada cuadrado se juega un rondo 3x1 jugando a 1 toque.
Los jugadores pueden moverse por el cuadrado.
Si dan un número de pases (5-8 en función del nivel) salen y atacan una de las dos porterías.
El gol tiene que ser al primer toque.



TAREAS PARA LA MEJORA DE LA ORIENTACIÓN CORPORAL

PERFECCIONAMIENTO

OBJETIVOS: Mejorar la orientación corporal en el pase y en la finalización.

Nº DE JUGADORES: 3 parejas + 2 porteros

DESCRIPCIÓN: Tarea con 3 parejas y 2 porterías en 20x20 metros.
Se juega un 4x2 en ataque jugando a 1 toque.
El gol se marca a 1 toque.
Para poder marcar gol, previamente se deben dar 2 pases. Si hay pérdida o fallo en el gol, defiende la pareja que perdió la posesión.
Variante: Se puede jugar a toque y medio en caso de ser demasiado difícil.

FIJAR AL RIVAL

Definimos la acción de fijar al rival como la amenaza que generamos a nuestro defensor con nuestra intención ofensiva invadiendo su espacio vital llevando la iniciativa en el juego, dificultando su actuación defensiva.

Fijar al rival es un fundamento ofensivo que incide de forma directa en las opciones de progresión en el juego, ya que cuando lo conseguimos cambian por completo las sensaciones en ataque y defensa, pudiendo buscar incluso la fijación de las ayudas defensivas, generando mayores opciones de superioridad.

FIJAR AL RIVAL → TOMAR LA INICIATIVA EN EL JUEGO → LECTURA DE LAS AYUDAS DEFENSIVAS → BUSCAR-GENERAR SUPERIORIDADES

FIJAR AL RIVAL

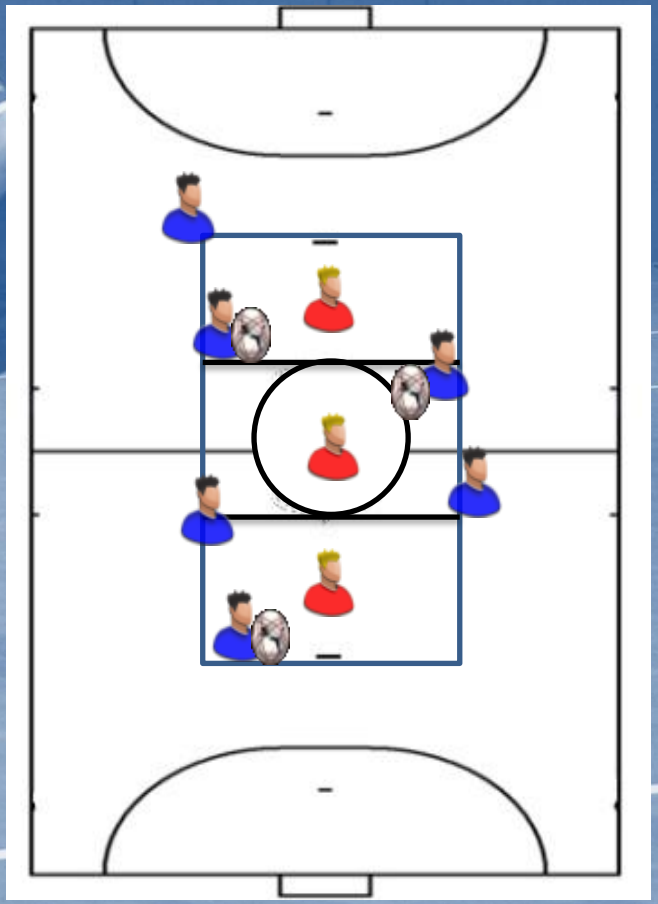
TAREAS PARA MEJORAR LA FIJACIÓN AL RIVAL

DESARROLLO DEPORTIVO

OBJETIVOS: Aprender a fijar al rival y buscar ventaja con pase al compañero.

Nº DE JUGADORES: Tríos

DESCRIPCIÓN:
Aprovechando la cancha de vóley, realizamos 3 canchas de 9x6m.
En cada cancha un defensor y dos atacantes.
Los atacantes intentan llegar al lado opuesto de la cancha, pero sólo puede pasarse el balón hacía atrás.
Si el defensa corta el balón, cambio defensa.
Si llegan al otro lado, empiezan la vuelta.



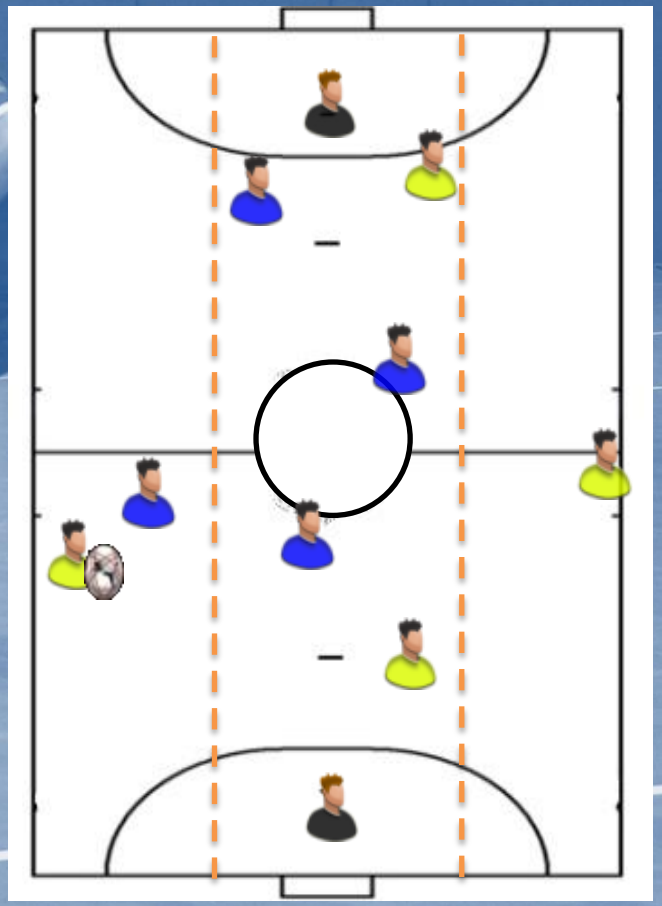
TAREAS PARA MEJORAR LA FIJACIÓN AL RIVAL

TÉCNIFICACIÓN

OBJETIVOS:
Fijar al rival y llevar la iniciativa en ataque.

Nº DE JUGADORES: 4x4 + 2 porteros

DESCRIPCIÓN: Tarea 4x4 en 40x20 metros.
Dividimos la cancha en 3 carriles.
El carril central de 6 metros y los laterales de 7 metros cada uno.
En el carril central se juega a 2 toques y en los laterales se juega a toque libre.
Esta prohibido conducir de un carril a otro.
Una vez superada la media cancha, prohibido volver a cancha propia (campo atrás).



USO DE LA FINTA

Definimos el uso de la finta como la acción técnico-táctica individual de engaño al rival mediante diferentes tipos de movimientos, con y sin balón. Desplazamientos, cambios de dirección, cambios de ritmo, gestos corporales o acciones técnicas, como amagos de disparo o pase, son consideradas fintas.

El objetivo de la finta es lograr una ventaja respecto a mi oponente intentando hacerle ver que voy a hacer lo contrario a la acción que en definitiva realizaré. Existen las fintas ofensivas y defensivas, y se pueden realizar con balón o sin él. En éste caso hablaremos sobre la finta en la fase ofensiva.

FINTAS CON BALÓN

FINTAS SIN BALÓN

USO DE LA FINTA

FINTAS CON BALÓN

FINTA DE PASE: Amenazar con realizar un pase, realizar el gesto pero no finalizarlo con el golpeo al balón, posibilitando una acción posterior.

FINTA DE CONTROL: Hacer ver que se va ha realizar un control orientado hacia un lado y finalmente se cambia de dirección.

FINTA DE REGATE: La finta con balón más conocida. Son todos aquellos gestos corporales que me facilitan superar a mi rival directo.

FINTA DE DISPARO: Acción de amenaza de disparo sin completar el gesto para sacarse el balón y habilitar una segunda acción, bien de disparo, pase, regate o conducción, con la misma pierna o la contraria.

FINTA DE CONDUCCIÓN: Gestos corporales y cambios de dirección o ritmo durante la conducción a fin de evitar la presión defensiva.

USO DE LA FINTA

FINTAS SIN BALÓN

FINTA DE APOYO: Acción de generar espacio para dar apoyo al balón.

FINTA EN AMPLITUD: Movimiento de apoyo donde me alejo de mi defensor abriendo la cancha facilitando el pase de mi compañero.

FINTA DE DESMARQUE RUPTURA: Acción de generar espacio respecto a nuestro defensor en un movimiento a su espalda, generando línea de pase.

FINTA DE FINALIZACIÓN: Acción de engaño a mi defensor directo en movimiento hacia el balón para recibir y poder finalizar.

FINTA DE PUERTA ATRÁS: Acción de volver hacia el lugar de inicio de la finta para abrir una línea de pase cuando mi defensor lee mi primera acción.

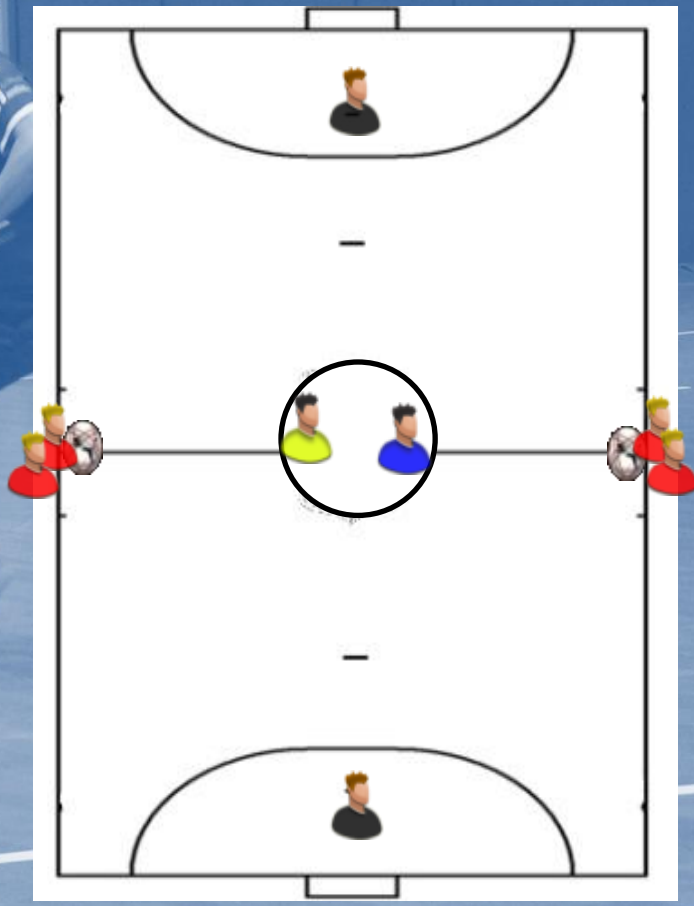
TAREAS PARA MEJORAR EL USO DE LA FINTA

INICIACIÓN DEPORTIVA

OBJETIVOS: Trabajar las fintas para recibir el balón en situación de ventaja.

Nº DE JUGADORES: Parejas + 2 porteros

DESCRIPCIÓN: En un espacio de 20x20 metros, situación de 1x1 + porteros.
Dos filas de sacadores en medio del espacio.
Un atacante y un defensor que parten en el centro. El atacante intenta recibir de cualquiera de los dos pasadores y atacar cualquiera de las dos porterías. Si el defensor corta el pase ataca. La siguiente acción entran los dos sacadores, atacando el jugador que no sacó.



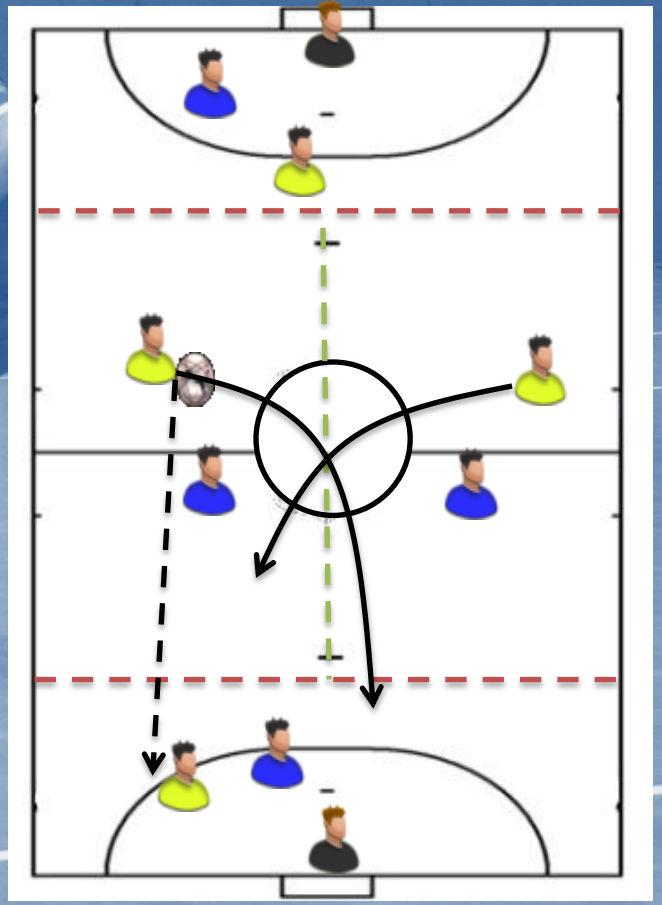
TAREAS PARA MEJORAR EL USO DE LA FINTA

TÉCNIFICACIÓN

OBJETIVOS:
Mejorar las fintas en amplitud y en profundidad.

Nº DE JUGADORES: 4x4 + 2 porteros

DESCRIPCIÓN: En 24x20 metros, tarea 2x2 dividiendo la cancha en dos mitades de 24x10 metros. En las zonas de las áreas situamos dos zonas de 6 metros donde situamos un cierre y un pívot. Para finalizar, obligatorio pasar a pívot. Una vez jugado con pívot, se puede entrar o finalizar el pívot.
Los jugadores no pueden cambiar de lado, solo cambian tras el pase al pívot.



OCUPACIÓN RACIONAL DEL ESPACIO
AMPLITUD Y PROFUNDIDAD

Definimos la ocupación racional del espacio como la necesidad de organizar los jugadores de forma equilibrada en la cancha de juego, con la intención de separar defensores y generar espacios libres que puedan ser ocupados y utilizados por jugadores, con y sin balón.

<u>Esta ocupación la dividimos en dos conceptos:</u>

AMPLITUD: Posicionamiento de los jugadores buscando ocupar el ancho de la cancha.

PROFUNDIDAD: Aprovechamiento del espacio vertical sobre la cancha, facilitando la aproximación del balón a la portería contraria.

AMPLITUD	DIFICULTA LA BASCULACIÓN Y EL DOMINIO DEL ESPACIO DEFENSIVO
PROFUNDIDAD	SEPARA LÍNEAS DEFENSIVAS Y ABRE DISTANCIA SOBRE LAS COBERTURAS

OCUPACIÓN RACIONAL DEL ESPACIO
AMPLITUD Y PROFUNDIDAD

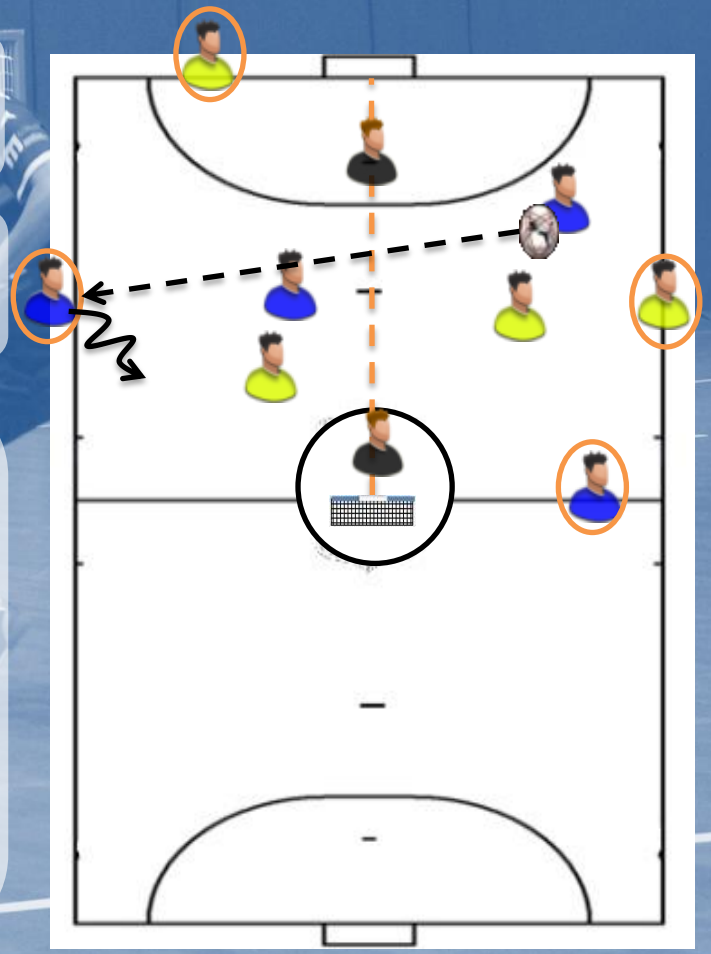
TAREAS PARA MEJORAR LA AMPLITUD Y PROFUNDIDAD

DESARROLLO DEPORTIVO

OBJETIVOS: Buscar la amplitud y profundidad en el ataque.

Nº DE JUGADORES: 4x4 + 2 porteros

DESCRIPCIÓN: Tarea 2x2 + 2 comodines exteriores por equipo en 20x20 metros.
Situamos los comodines como en el gráfico, uno en línea de banda otro en línea de fondo.
Dividimos la cancha con una línea imaginaria sobre el eje, de forma que con los comodines sólo se puede jugar desde la mitad opuesta.
Los comodines de la banda, solo pueden recibir un pase adelantado.
Si reciben, entran a la cancha cambiando.



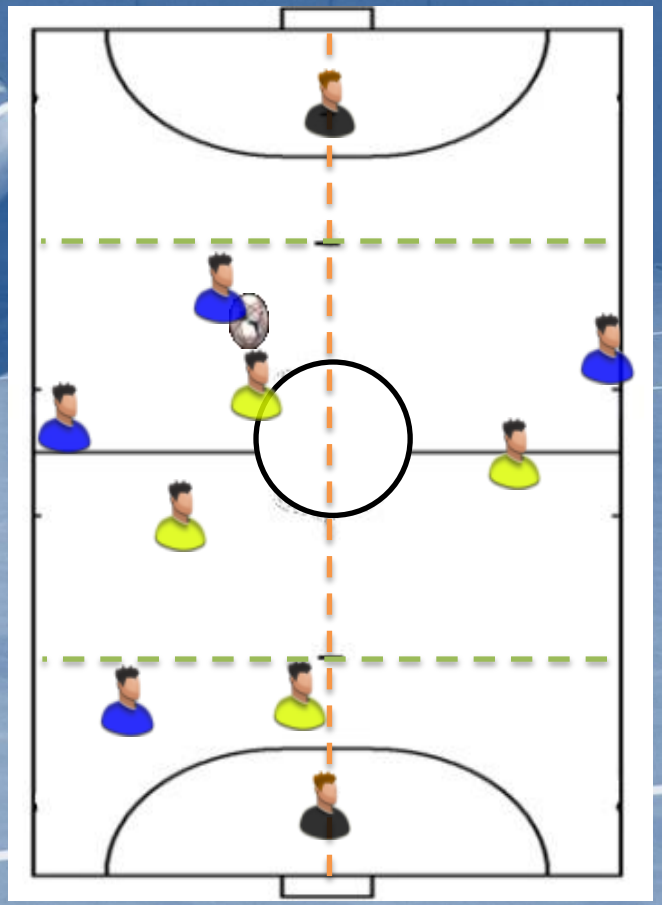
TAREAS PARA MEJORAR LA AMPLITUD Y PROFUNDIDAD

PERFECCIONAMIENTO

OBJETIVOS: Mejorar la amplitud y la profundidad en situación de juego real adaptado.

Nº DE JUGADORES: 4x4 + 2 porteros

DESCRIPCIÓN: Tarea 4x4 en 40x20 metros.
Dividimos la cancha en dos mitades verticales y además marcamos dos zonas de 10m.
En ataque será obligatorio situar un pívot y su defensor en la zona de 10 metros a portería.
Es obligatorio mantener al menos un jugador en cada zona durante el ataque.
Para finalizar, es obligatorio entrar en los 10 metros finales con un pase a pívot.
Los defensas en la misma zona que su par.



BIBLIOGRAFÍA

- Apuntes Curso Monitor Fútbol Sala (Iñigo Martínez, Bilbao 2016)
- Fundamentos Ofensivos y su utilización (Fede Vidal, Sevilla 2013)
- El Futsal en Categorías de Formación (Venancio López, 2013)

BIBLIOGRAFÍA

MUCHAS GRACIAS

“Planificar la formación de jóvenes futbolistas es como preparar un viaje. Es aconsejable tener un mapa (programa) a disposición para así evitar perderse y derrochar innecesariamente tiempo y energía”

HORST WEIN – Futbol a la Medida del niño