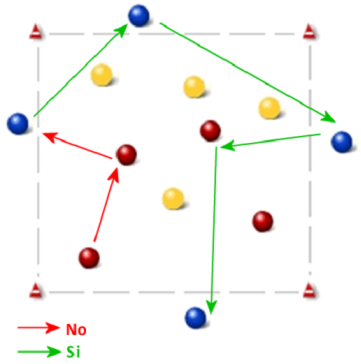
Tarea POS001

Duración	Nombre	Categoría
15 '	Fundamentos Tácticos. Posesión 4 + 4 x 4.	N2



Objectivo

Presión Defensiva. Amplitud Ofensiva. Potencia Aeróbica.

Material

4 Conos, balones y Petos

Realización

Delimitar un espacio de juego de 20x20 o 30x30 metros.
Organizamos 3 equipos de 4 jugadores. Se enfrentan 2 equipos de 4 jugadores dentro de un cuadrado. El otro equipo realiza apoyos por el exterior.
- El equipo de dentro en posesión del balón sólo puede jugar con los apoyos exteriores.
- Los jugadores en el exterior pueden jugar entre ellos.

NO se puede devolver el Pase al mismo jugador.
No hay límite de toques para no condicionar la toma de decisiones. ¿Cuántos toques hay que dar?... los que sean necesarios según el contexto del juego.
Para recuperar el balón no es suficiente con tocarlo, hay que pasarlo a un compañero.

Variaciones y Observaciones

Fundamentos Defensivos:
1. El Primer fundamento defensivo es NO perder el balón. Queremos que el jugador que tiene el balón se “responsabilice” de él.
2. Saber conjugar la Actitud y la Aptitud. Defiendo porqué lo “siento”, no porqué sí. Saber aplicar al esfuerzo sabiduría Táctica: si tengo que temporizar o Entrar, como me oriento, etc.
3. Compromiso anímico de superioridad, de reto, de desafío; que el rival esté deseando que acabe el partido !!!.
4. Recuperar el balón es tenerlo en mi poder y dárselo a un compañero.
5. Defender no es un fin, es un medio.

Variaciones:
- Para aumentar la intensidad, podemos poner como premisa que para recuperar el balón sólo hay que tocar con la mano al poseedor del mismo.
- Insistir en jugar a la máxima intensidad.