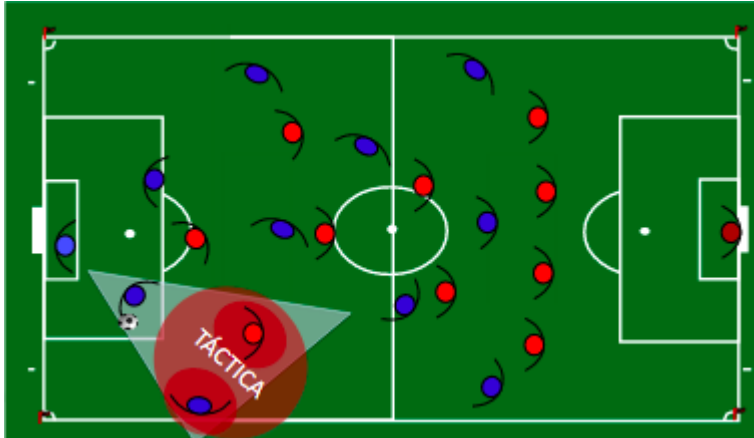


## TACTICA

### Definición de táctica

Conjunto de acciones que realiza el jugador sin balón en las situaciones básicas de la táctica que son el 1v1, el 2v1 i el 1v2



Las acciones son las siguientes que veremos más adelante en detalle:

Acciones tácticas ofensivas:

- Amplitud
- Profundidad
- Desmarque
- Desmarque en apoyo
- Desmarque en profundidad
- Tercer hombre (Evolucio futbol)

Acciones tácticas defensivas

- Cobertura
- Permuta
- Marcaje
- Marcaje poseedor del balón

A parte de las acciones tácticas tenemos algo que llamaremos la **intención táctica**

Las intenciones tácticas son el concepto que une aquello que puede hacer el jugador con el balón y su finalidad respecto al juego. Estas intenciones deben ser instauradas progresivamente en el proceso de aprendizaje del juego.

Hemos estudiado previamente las acciones técnicas. Durante el proceso de aprendizaje de las acciones técnicas debemos introducir el concepto de qué pueden generar estas acciones técnicas en el juego, en otras palabras, qué finalidad debería tener la acción de el jugador.

Vamos a empezar hablando de las intenciones tácticas. Cada una de las intenciones tácticas ofensivas se relaciona directamente con su opuesto defensivo.

Las intenciones tácticas engloban TODOS los objetivos o intenciones que podemos tener con o sin balón como equipo.

Según algunos autores se puede resumir así:

“Son los patrones de desplazamientos, actuaciones y movimientos coordinados para responder a las demandas del juego desde una actuación individual.”

### **Intenciones tácticas ofensivas:**

**FIJAR:** Conducir con la intención de jugar con un compañero liberado después de atraer la atención y no la posición de un contrario que podría tapar una línea de pase.

**DIVIDIR:** Intención de crear un posible receptor tras atacar un espacio y generar atracción en algún defensor.

**CONSERVAR:** Intención de mantener la posesión del balón aun evitando la progresión del ataque hacia la portería contraria.

**PROGRESAR:** Intención de llevar el balón hacia la portería contraria con la finalidad ofensiva de hacer gol.

**FINALIZAR:** Intención ofensiva con la finalidad de hacer gol de forma inmediata.

### **Intenciones tácticas defensivas:**

**TEMPORIZAR:** Recurso defensivo que se caracteriza por dificultar la rápida progresión del adversario y la elaboración de la jugada disminuyendo su velocidad de acción.

**ORIENTAR:** Intención defensiva de direccionar el ataque rival hacia dónde sea favorable ya sea en términos de la técnica individual o la táctica colectiva.

**RECUPERAR:** Intención defensiva con la finalidad inmediata de robar el balón.

**EVITAR LA PROGRESIÓN:** Intención de frenar la progresión del ataque rival buscando proteger el espacio efectivo para que el contrario llegue a zona de finalización.

**PROTEGER LA PORTERÍA:** Intención defensiva de proteger el carril central dónde se ubica la portería con la finalidad de evitar el gol.

NOTA: Se puede defender el caso de que las acciones intenciones tácticas ofensivas son solo tres mantener progresar y finalizar. Algunos autores consideran que fijar y dividir son herramientas que utilizamos para mantener progresar o finalizar.

Para satisfacer estas intenciones tácticas trabajamos desde las acciones tácticas que recordamos son las acciones que realiza el hombre sin balón en las situaciones de 1v1, 2v1 y 1v2

Podemos ver que cuando enfrentamos dos sistemas de juego siempre encontramos estas situaciones a través de todo el campo



Podéis dibujar otros dos sistemas enfrentados y encontrar todos los 1v1, 2v1 y 1v2 que encontréis?

No consideramos a los porteros en estos 2v1 cuando podríamos hacerlo. ¿Qué pensáis sobre esto?

### Acciones tácticas ofensivas

#### Amplitud

Definición: Distancia horizontal óptima entre dos jugadores dentro de la misma línea o líneas diferentes

Situaciones de juego: 2v1 en ataque

Consignas:

1. Manifestar la distancia óptima en función del balón, compañero y adversario creando una relación espacio/tiempo favorable al atacante y reduciendo las posibilidades de pérdida del balón
2. Una vez se está en amplitud, manifestar línea de pase
3. Evitar que un adversario pueda marcar a 2 jugadores a la vez
4. En función del movimiento defensivo hacia la amplitud, dar pase, progresar o fijar

Nota profesor:

En cada una de las acciones tácticas es vital tener una pizarra de algún tipo (real o virtual) para poder explicar los movimientos y que se entienda mejor el concepto y las consignas

Pizarra virtual: <https://tactical-board.com/uk/big-football>

Ejercicios para trabajar la amplitud:


2v1 OFENSIVO	GRÁFICO
<b>Intención táctica:</b> Fijar <b>Acción táctica:</b> Amplitud <b>Situación:</b> 2v1 <b>Consigna:</b> Todas	
<b>Descripción:</b> Oleadas 2v1 + 2v1. Si superamos el primer defensor atacamos al segundo. Si rojos recuperan han de marcar en las mini porterías.	
<b>Espacio:</b> 24mx10m	
<b>Normativa:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- El segundo central no podrá salir a presionar hasta que hayan superado la línea</li><li>- Si el central o el portero recuperan la posesión y marcan en cualquiera de las 2 porterías pequeñas 1 punto. Si los dos puntas vuelven a recuperar el balón, se inicia de nuevo la oleada.</li><li>- Cada gol de los puntas es 1 punto</li></ul>	

En cuanto a las consignas a trabajar hemos escrito todas porque realmente son todas las que tenemos que trabajar podemos decidir poner el acento en una como por ejemplo evitar que un defensor marque a dos jugadores a la vez pero al final tenemos que tener las cuatro consignas en la cabeza ya que son las cuatro las que hemos de hacer empezando por el punto uno y acabando por el punto 4.

Como hemos aprendido arriba cada acción táctica cada intención táctica tiene su contrario el contrario de la acción táctica de fijar es temporizar.

Más adelante veremos las acciones tácticas defensivas y entonces podremos volver a este ejercicio y pensar qué acción táctica defensiva pueden realizar los defensas y cómo podemos cambiar un poquito este ejercicio para que trabajemos por ejemplo la temporización.

Nota: por si queréis dar la solución, un ejemplo sería que una vez superado el primer defensa este puede entrar en la zona del segundo dos contra uno después de tres segundos así el segundo defensa tendrá que temporizar para que le dé tiempo al otro defensa a llegar con la ayuda defensiva.

2V1 OFENSIVO (Contextualizado)	GRAFICO
<b>Intención táctica:</b> Fijar <b>Acción táctica:</b> Amplitud <b>Consigna:</b> Todas	
<b>Descripción:</b> Oleada donde el portero iniciará con uno de los medios y éstos tendrán que intentar progresar a la zona 2 para intentar finalizar	
<b>Espacio:</b> medio campo de fútbol 7	
<b>Normativa:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cada jugador juega en su zona como se ve en el gráfico. Los defensores no pueden cambiar de zona</li> <li>- Dos de los tres medios se pueden incorporar a zona 2 con o sin balón</li> <li>- Para pasar de zona 1 a 2 se ha de hacer con conducción en un máximo de 5 segundos</li> <li>- En caso de pérdida de balón, el equipo defensor tiene que intentar llevar el balón a la zona de anotación. Si el equipo atacante vuelve a recuperar el balón, se iniciará de nuevo la oleada</li> </ul>	

Este ejercicio vemos que está mucho más contextualizado estamos trabajando en dos contra uno pero en una situación mucho más real que la anterior.

La situación anterior es más descontextualizada por el hecho de estar más aislada todo y que tiene todos los elementos del fútbol ( balón, jugadores de mi equipo, jugadores del equipo contrario y direccionalidad)

### Profundidad

Definición: Distancia vertical óptima entre dos jugadores dentro de la misma línea o líneas diferentes

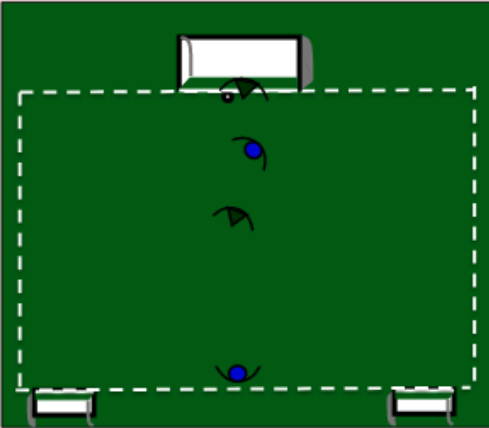
Situaciones de juego: 2v1 en ataque

Consignas:

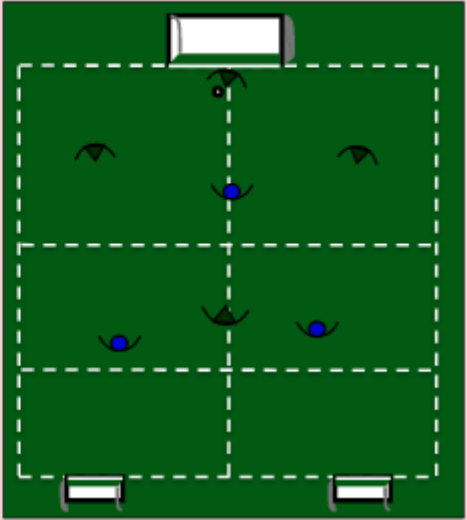
1. Manifestar la distancia óptima en función del balón, el compañero y el adversario, creando una relación espacio/tiempo favorable al atacante reduciendo las posibilidades de pérdida del balón
2. Una vez se está en profundidad, manifestar línea de pase intentando recibir detrás de la espalda del adversario para superar una línea
3. Ubicarse en diagonal en relación al poseedor de la línea anterior/posterior evitando que el defensor pueda ver el balón y el atacante a la vez
4. Mantener la profundidad si el balón progresa
5. Solamente se acercará para recibir el balón cuando el poseedor no tenga línea de pase

Quizás se ha de calificar el punto número cuatro, lo que queremos decir es que si el jugador con balón avanza en el campo nosotros avanzaremos a la misma velocidad para mantener siempre la misma profundidad es decir la misma distancia entre nosotros y el poseedor del balón.

Ejercicio para trabajar la profundidad

TAREA DESCONTEXTUALIZADA 2:1 OFENSIVO	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Progresar  <b>Acción táctica:</b> Profundidad  <b>Consigna:</b> Todas</p>	
<p><b>Descripción:</b> Oleadas 2v1. El portero iniciará con un pase al atacante lejano. El atacante más cercano a portería tendrá que buscar línea de pase para poder recibir y finalizar en portería.</p>	
<p><b>Espacio:</b> 12m x 10m</p> <p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El defensor no podrá salir a presionar hasta que vea pasar el balón</li> <li>- Si el defensor o el portero recuperan la posesión y marcan en cualquiera de las 2 porterías pequeñas ganan 1 punto. Si los dos jugadores vuelven a recuperar el balón la oleada se inicia de nuevo</li> </ul>	

Puedes pensar en un ejercicio más contextualizado para trabajar la profundidad?

2v1 OFENSIVO (Contextualizado)	GRÁFICO
<b>Intención táctica:</b> Progresar <b>Acción táctica:</b> Profundidad <b>Consigna:</b> Todas	
<b>Descripción:</b> Oleadas 3 contra 3. El equipo atacante ha de intentar marcar en la portería grande después de recibir el pase del portero a la zona 2. Si los defensas recuperan, han de intentar marcar en una de las porterías pequeñas. En caso de volver a recuperar balón se acabará la oleada	
<b>Espacio:</b> 25m x 30m	
<b>Normativa:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los atacantes y defensores han de ocupar los dos carriles verticales en todo momento</li> <li>- No se puede recibir en la misma zona horizontal donde se encuentra el balón</li> <li>- Los defensores no pueden entrar en la siguiente zona más atrasada hasta que no entre un jugador atacante. El delantero no puede bajar en ningún caso a la siguiente zona</li> <li>- Si el punta hace gol después de recibir un pase desde zona 2, se darán 2 puntos</li> </ul>	

## Desmarque

Definición: Acción de alejarse del adversario que nos marca, para recibir el balón del poseedor con ventaja

Situaciones del juego: 2v1 en ataque

Consignas:

1. Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase (delante o detrás).
2. Mantener contacto visual con la marca, evitando que pueda ver el balón y a nosotros a la vez.
3. Mantener la atención constante sobre el poseedor y su marca, para desmarcarse en el momento oportuno (orientación del juego).
4. Conocer las características defensivas de los adversarios.
5. Anticipar el desmarque siempre que se pueda, sin precipitarse.

Ejercicios para trabajar el desmarque:

2v1 OFENSIVO	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Finalizar</p> <p><b>Acción táctica:</b> Desmarque</p> <p><b>Consigna:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase. Puede ser hacia delante o detrás</li> </ul>	
<p><b>Descripción:</b> Oleadas 2c1 con 1UC. El portero iniciará con pase al pivote, el punta tendrá que buscar línea de pase para poder recibir y finalizar a portería</p>	
<p><b>Espacio:</b> 12x10</p> <p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El central tiene que priorizar la marca dentro de esta situación de 2:1</li> <li>- Si el central o el portero recuperan la posesión y marcan en cualquier portería pequeña se dará 1 punto. Si los dos jugadores vuelven a recuperar el balón se iniciará de nuevo la oleada</li> <li>- Para pasar de zona 1 a zona 2 se puede hacer en conducción o con pase</li> </ul>	

2v1 OFENSIVO (Contextualizado)	GRÁFICO
<p><b>Intención Táctica:</b> Finalizar</p> <p><b>Acción Táctica:</b> Desmarque</p> <p><b>Consigna:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase. Puede ser hacia delante o detrás</li> </ul>	
<p><b>Descripción:</b> Partido dividido en 6 zonas. El equipo azul siempre inicia. No se para hasta que se haga gol o el balón salga fuera</p>	
<p><b>Espacio:</b> 35m x 25m</p> <p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El posicionamiento inicial es el que se ve en el gráfico</li> <li>- Una vez el portero juega con uno de los jugadores ofensivos los defensores tienen libertad de movimientos</li> <li>- El equipo azul no puede tener a dos jugadores en el mismo espacio</li> <li>- Se puede pasar a la zona 2 mediante un pase o en conducción.</li> <li>- Para pasar a la zona 3 sucede lo mismo que en la zona 2</li> </ul>	

## Desmarque en apoyo

Definición: Acción de alejarse del adversario, para recibir el balón del poseedor con ventaja acercandonos a el poseedor.

Situaciones del juego: 2v1 en ataque

Consignas:

1. La posición de inicio del desmarque, necesita de una buena profundidad, intentando recibir el balón a la espalda del defensor del poseedor tan lejos como sea posible dando línea de pase
2. Utilizar la máxima amplitud posible y profundidad posible.



Ejercicios para trabajar el desmarque en apoyo:

Observar como utilizando los ejercicios anteriores y cambiando alguna de las normas pasamos de trabajar el desmarque en general a trabajar el desmarque en apoyo.

2v1 OFENSIVO	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Finalizar</p> <p><b>Acción táctica:</b> Desmarque en apoyo</p> <p><b>Consigna:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase hacia atrás</li> </ul>	
<p><b>Descripción:</b> Oleadas 2v1. El portero iniciará con pase al jugador más alejado. El jugador en zona 2 tendrá que buscar línea de pase para poder recibir y finalizar a portería</p>	
<p><b>Espacio:</b> 12x10</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El defensor inicia en zona 2 pero tiene libertad de movimientos</li> <li>- Si el defensor o el portero recuperan la posesión y marcan en cualquier portería pequeña ganarán 1 punto. Si los dos jugadores vuelven a recuperar el balón se iniciará de nuevo la oleada</li> <li>- Para pasar de zona 1 a zona 2 se puede hacer en conducción o con pase una vez reciba el jugador más alejado</li> </ul>	

TAREA CONTEXTUALIZADA 2:1 OFENSIVO DENTRO JUEGO COLECTIVO F11	GRÁFICO
<p><b>Intención Táctica:</b> Progresar</p> <p><b>Acción Táctica:</b> Desmarque en apoyo</p> <p><b>Consigna:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase hacia atrás</li> </ul>	
<p><b>Descripción:</b> Partido dividido en 6 zonas. El equipo azul siempre inicia. No se para hasta que se haga gol o el balón salga fuera</p>	
<p><b>Espacio:</b> 35m x 25m</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El posicionamiento inicial, es el que se ve en el gráfico</li> <li>- Una vez el portero juega con uno de los jugadores ofensivos los defensores, tienen libertad de movimientos</li> <li>- El equipo azul no puede tener a dos jugadores en el mismo espacio</li> <li>- Solamente se puede pasar a la zona 2 mediante un pase al punta. Para pasar a la zona 3 se puede hacer en conducción o pase</li> </ul>	

Observad este último ejercicio como el cambio en la última norma que dice que solamente se puede pasar a la zona 2 mediante un pase al punta fuerza el desmarque en apoyo.

¿Qué otras consignas consideras que podríamos trabajar con estos ejercicios?


### Desmarque en profundidad

**Definición:** Acción de alejarse del adversario que nos marca, para recibir el balón del poseedor con ventaja alejandonos del poseedor del balón.

## Situaciones del juego: 2v1 en ataque

### Consignas:

1. No estar en fuera de juego al buscar la espalda del adversario
2. Adaptar la velocidad a la situación de juego. No siempre se ha de hacer a la máxima velocidad
3. Realizar el desmarque en el momento oportuno coordinándose con el poseedor y manifestando línea de pase
4. Si el marcador lo sigue, continua el desmarque. El poseedor decidirá si hacer el pase, progresar o hacer un pase a otro jugador que haya ocupado el espacio libre
5. Si el marcador no lo sigue, mantener línea de pase con el poseedor.

2v1 OFENSIVO	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Progresar</p> <p><b>Acción táctica:</b> Desmarque en profundidad</p> <p><b>Consigna:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Movimientos cortos y explosivos con cambios de dirección y fintas para buscar línea de pase hacia delante</li></ul>	
<p><b>Descripción:</b> Oleadas 2v1. Uno de los dos jugadores ofensivos inicia la jugada. Se ha de intentar recibir un pase en la zona 2. Si el defensa recupera la posesión tiene que ir a marcar a cualquiera de las tres porterías</p>	
<p><b>Espacio:</b> 12m x 10m</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- El defensa tiene libertad de movimientos</li><li>- Si los dos jugadores vuelven a recuperar el balón se iniciará de nuevo la oleada. El jugador que ha perdido el balón se cambia el rol con el defensor.</li><li>- Para pasar de zona 1 a zona 2 se hace con un pase por el suelo.</li><li>- Cada vez que un jugador reciba el balón en la zona 2 es 1 punto. Cada vez que un defensor haga gol a una de las 3 porterías, son 3 puntos</li></ul>	

Piensa un ejercicio similar al que hemos visto anteriormente, el ejercicio contextualizado de desmarque en apoyo, en el que trabajemos el desmarque en profundidad.

Dibújalo, escribe la descripción, la normativa, el espacio que necesitaremos, la intención táctica, etcétera.

## Acciones tácticas defensivas

### Cobertura

Definición: Acción de situarse entre la propia portería y el compañero que marca o entra al poseedor del balón, de manera que pueda actuar si su compañero es desbordado

Situación de juego: 2v1 en defensa

Conisgnas:

1. Especial atención a las distancias y orientaciones del marcaje, en función del rival, del compañero y de situación de juego
2. Tener presente el fuera de juego en el momento de realizar la cobertura

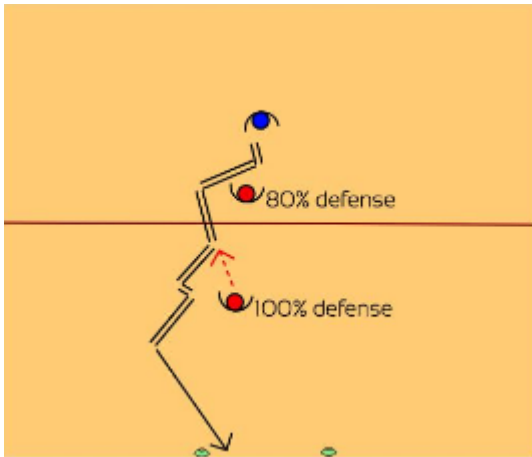
Ejercicios para trabajar la cobertura:

2v1 OFENSIVO (Contextualizada)	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Orientar  <b>Acción táctica:</b> Cobertura  <b>Consigna:</b>                      - Especial atención a las distancias y orientaciones del marcaje. En función rival, compañero y situación de juego</p>	
<p><b>Descripción:</b> Oleadas. Inicia el portero jugando con uno de los dos centrales (azules) que han de intentar hacer gol en una de las 2 porterías pequeñas. Si los puntas (negros) roban hacen un contraataque buscando hacer gol en la portería grande</p>	
<p><b>Espacio:</b> área por 25 metros</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los jugadores se colocan como se indica en el gráfico</li> <li>- Un punta tiene que ir a la presión a Z1 al central que tienen el balón para evitar que pueda progresar en conducción</li> <li>- El otro punta tiene que evitar que el central poseedor juegue con el comodín desde la Z1</li> <li>- Para pasar de Z1 a Z2 se ha de hacer con pase o conducción. Si se hace con pase y se marca gol, valdrá doble</li> <li>- Si los centrales pierden el balón los dos puntas atacan portería grande, si los centrales vuelven a recuperar el balón, se iniciará de nuevo la oleada</li> <li>- El gol siempre se puntúa con un punto</li> </ul>	

2v1 DEFENSIVO (Contextualizada en 11v11)	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Orientar  <b>Acción táctica:</b> Cobertura  <b>Consigna:</b>                      - Especial atención a las distancias y orientaciones del marcaje. En función rival, compañero y situación de juego</p>	
<p><b>Descripción:</b> Partido donde iniciará el portero con un pase a uno de los centrales. A partir de aquí juego real. Cuando el balón salga fuera o se haga gol, se inicia de la misma manera</p>	
<p><b>Espacio:</b> Medio campo</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los jugadores tienen que iniciar esta situación de juego en las posiciones que se ven en el gráfico</li> <li>- Los jugadores de la Z2 no pueden ir a Z1, excepto cuando los puntas roben balón</li> <li>- Los jugadores de la Z1 pueden ir a la Z2 ofensivamente y defensivamente</li> <li>- Para pasar de Z1 a Z2, se debe hacer en conducción o pase</li> <li>- Si los centrales conectan con pase con el pivote defensivo 1 punto y si se acaba llegando a la zona de anotación 2 puntos</li> <li>- Los laterales ofensivamente no pueden pasar al carril C</li> </ul>	

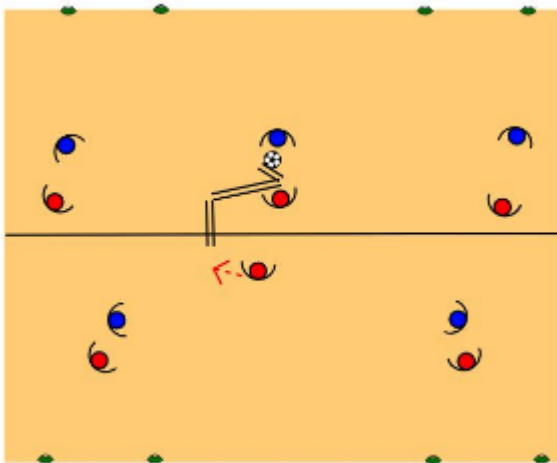
Pensad algún ejercicio para trabajar muy aisladamente la cobertura

Algunos ejemplos:



Que normas pondriais?

Y en este?



Describir el ejercicio haciendo la ficha del ejercicio

### Permuta

Definición: Acción de ocupar la zona o de realizar el marcaje de un compañero, que nos ha ayudado en el momento que hemos sido desbordados por nuestro adversario

Situaciones del juego: 2v1 en defensa

Consignas:

1. Cambio de ritmo para hacer la cobertura del jugador que ha salido a tapar al adversario que lo ha superado
2. No seguir al adversario
3. Modificar la ubicación hasta superar la posición del balón y ver simultáneamente compañero, adversario y balón

- Desplazamientos habitualmente en diagonal hacia la portería para ayudar al jugador defensor

Video ejemplo de cobertura y permuta:

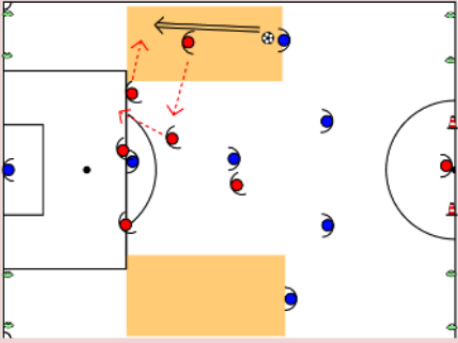
<https://www.youtube.com/watch?v=fF6QgnUhp84>

En este vídeo vemos claramente lo que es la cobertura y la permuta pues había alguna duda vemos que es un ejercicio donde se trabaja de manera totalmente aislada pero que nos ayuda para entender los conceptos.

Ejemplos de ejercicios para trabajar la permuta:

2v1 DEFENSIVO	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Temporizar  <b>Acción táctica:</b> Permuta  <b>Consigna:</b> Todas</p>	
<p><b>Descripción:</b> oleada donde el portero inicia el juego pasando el balón a 1 de los dos jugadores ofensivos de la Z1. Una vez recibe uno de los dos jugadores el otro no puede participar hasta que se llegue a Z2. Si se roba el balón se puede contraatacar, si la vuelven a recuperar se inicia la oleada de nuevo</p>	
<p><b>Espacio:</b> 20m x 30m</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El inicio se hace tal y como se ve en el gráfico</li> <li>- Una vez reciba uno de los dos el primer defensor tiene que ir a presionar al poseedor, si éste llega a Z2 el otro defensor irá a defenderlo y el primero irá a hacerle la permuta</li> <li>- Cada gol contará como 1 punto</li> <li>- Cada 3 oleadas cambio de roles</li> </ul>	

En este tipo de ejercicios es importante la concentración máxima por tanto debemos pensar en la duración del mismo. Por el mismo motivo es una buena idea estar más activo dando instrucciones al principio sobre todo para que los jugadores estén atentos y a que la cobertura y en especial la permuta es una acción que pasa muy rápido y en el que hay que estar muy concentrado.

2v1 DEFENSIVO (Contextualizado)	GRÁFICO
<b>Intención táctica:</b> Temporizar <b>Acción táctica:</b> Permuta <b>Consigna:</b> Todas	
<b>Descripción:</b> Jugamos un partido de 7v7 con una zona de 1v1 en la banda. El objetivo es marcar en la portería.. Si la cobertura llega tarde, podemos marcar las porterías pequeñas corriendo hacia ella (entrando) y eso es 1 gol. Si la cobertura llega a tiempo solo podemos buscar el gol en el gran gol.	
<b>Espacio:</b> Medio campo	
<b>Normativa:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Si el jugador es desbordado en la zona de 1v1 ha de salir y este o otro jugador hace la permuta.</li> <li>- Podemos alargar la zona de 1v1 toda la banda</li> </ul>	

Como decimos en la normativa es una buena idea que la zona de uno contra uno ocupe toda la banda de este modo podremos generar varias coberturas y permutas en la misma acción.

Las porterías pequeñas en los córners son opcionales.

### El marcaje y el marcaje al poseedor

Estos son las dos últimas acciones tácticas que hay y que vamos a ver.

Pero antes tenemos que hacer un inciso para hablar de los fundamentos del 1v1

A tener en cuenta en el 1v1

1. **Situación:** entre atacante y portería
2. **Posición:** baja, piernas semiflexionadas y separadas, tronco inclinado hacia delante con una pierna más avanzada que la otra. Orientación lateralizada
3. **Distancia:** entre 1m y 2m menos cuando el adversario está de espaldas
4. **Actitud defensiva**

Fundamentos del 1v1

1. Desplazamientos rápidos de piernas
2. Sincronización de la entrada
3. Mirar siempre el balón
4. Utilización de fintas defensivas
5. Presionar y orientar al atacante hacia donde interesa
6. Controlar la velocidad de aproximación
7. No seguir el balón si el adversario toca y se desmarca
8. Evitar ser fijados
9. Si el contrario gira de espaldas reducir la distancia

NOTA: Todos estos puntos son de vital importancia y el jugador los ha de conocer. es importante repasar todos los puntos al igual que tenemos que repasar las consignas antes de los entrenamientos para ir preparados cuando vayamos a entrenar cada una de las acciones tácticas o técnicas.

## **Marcaje**

Definición: Acción que realiza el jugador del equipo que no tiene el balón, hacia un adversario evitando que pueda recibir, que pueda hacer un buen uso o para robarle el balón

Situaciones de juego: 1v1, 2v1 y 1v2 en defensa

Objetivos:

Reducir el tiempo y el espacio que se dispone para jugar el balón

Obligar a hacer un mal uso del balón y/o desposeer

Objetivos secundarios: evitar la superación del jugador con balón y evitar la superación del balón sin jugador

Consignas:

1ª Fase de APROXIMACIÓN: Regulación de la distancia entre defensor y poseedor (determinado por las características del defensor y el atacante y la situación de juego)

2ª Fase de TEMPORIZACIÓN: El adversario avanza con velocidad con balón controlado. En una situación de inferioridad. Cuando el adversario quiere sacar rápidamente una acción a balón parado

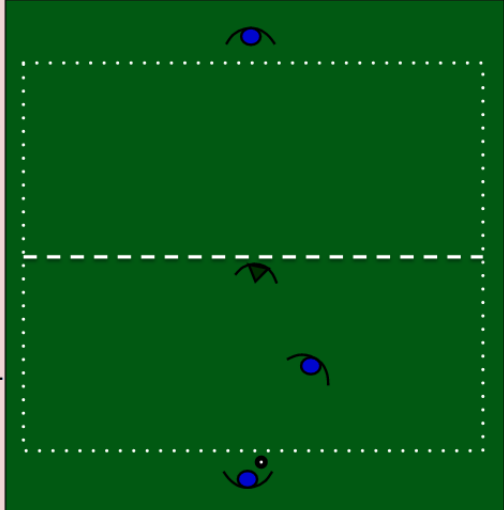
1. Regulación de la distancia y del tiempo de actuación en relación al adversario para evitar ser superados
2. Dificultar la progresión en el juego
3. Dar tiempo a la organización defensiva y a las ayudas, sin hacer entradas precipitadas
4. Estudiar las características del rival, adecuándose a él para condicionarle la acción

3ª Fase de RECUPERACIÓN del balón: Ya lo hemos visto; es la acción técnica defensiva: Entrada

Recordamos las consignas:

1. Evitar ser desbordado.
2. Colocarse lateralmente, orientando al jugador hacia los espacios exteriores.
3. Entrar en el momento en que el adversario pierda el control del balón.
4. Mantener una distancia óptima, delante de la conducción del adversario.
5. Atacante de espaldas con balón controlado, reducir la distancia óptima.

## Ejercicios para trabajar el marcaje:

1v1 DEFENSIVO	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Evitar progresión  <b>Acción táctica:</b> Marcaje fase de temporización.  <b>Consigna:</b> Regulación de la distancia y del tiempo de actuación en relación al adversario, para evitar ser superados</p>	
<p><b>Descripción:</b> conservación 1 contra 1 más dos comodines. El atacante tendrá que intentar sobrepasar al defensa pasando conduciendo de Z1 a Z2. Una vez pase a la otra zona ha de jugar con el comodín exterior el cual le devolverá el balón y tendrá que ir a la otra zona. Si el defensor recupera el balón se cambia de rol.</p>	
<p><b>Espacio:</b> 12m x 20m</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El defensor empieza la situación 1:1 donde se ve en el gráfico, una vez uno de los comodines hace el pase al jugador ofensivo ya puede ir a defender</li> <li>- Cada vez que se juega con un comodín de la otra zona es un punto, cada balón robado valdrá dos puntos</li> <li>- No se puede jugar entre comodines</li> <li>- Cada minuto se cambian los jugadores del medio por los comodines</li> </ul>	

1v1 DEFENSIVO (CONTEXTUALIZADO)	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Evitar progresión  <b>Acción táctica:</b> Marcaje fase de temporización.  <b>Consigna:</b> Regulación de la distancia y del tiempo de actuación en relación al adversario para evitar ser superados</p>	
<p><b>Descripción:</b> juego de posición (conservación) para el trabajo de coordinación de pivotes. En la Z1 y Z4 juegan 2 centrales contra 1 punta, en la Z2 y Z3 juegan 2 pivotes contra 2 pivotes. Cada uno juega en su zona. Cuando el balón lo tiene un central uno de los pivotes tiene que estar en la Z3 y el otro en la Z4, el más cercano al balón siempre ha de estar en el lado contrario</p>	
<p><b>Espacio:</b> 25 x 35 metros</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se puede jugar de Z1 a Z4</li> <li>- Uno de los centrales puede entrar en conducción a Z2 o Z3 dependiendo del equipo para provocar superioridad numérica o si se prefiere esta superioridad la puede realizar el punta. El defensor correspondiente también podrá entrar siempre y cuando entre su marca</li> <li>- Cada vez que un pivote después de recibir el pase del central juegue con el punta será un punto y viceversa</li> </ul>	

Podemos ver que en la descripción del último ejercicio se habla de juego de posición. el juego de posición no es más que una conservación o una posesión donde los jugadores ocupan una posición real en el juego es decir intentamos reflejar la posición de los jugadores en el terreno de juego en esta conservación.

### Marcaje al poseedor

**Definición:** Acción que realiza el jugador del equipo que no tiene el balón, hacia un adversario en posesión del balón



## Situaciones de juego: 1v1, 2v1 y 1v2 en defensa

### Consignas:

1. Evitar que el adversario progrese e intentar recuperar el balón
2. Si el poseedor está de espaldas, evitar que se gire y si lo hace, priorizar no ser desbordados
3. Dificultar el juego del poseedor; negar tiempo y espacio evitando que pueda jugar cómodamente
4. En balones centrados dentro de la zona de finalización, saltar siempre con el adversario
5. Fuera de finalización, especialmente si no se está en ventaja, fintar el salto y ganar la prolongación
6. Cuando el poseedor vaya a golpear el balón, intentar interpretarlo sin dar la espalda al atacante y acercarnos tanto como se pueda para aumentar la presión y la dificultad de la acción

### Ejercicios para practicar el marcaje al poseedor

SITUACIÓN 1v1 DEFENSIVO	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Proteger portería</p> <p><b>Acción táctica:</b> Marcaje</p> <p><b>Consigna:</b> En balones centrados dentro de la zona de finalización saltar siempre con el adversario</p>	
<p><b>Descripción:</b> Inicia la oleada el comodín realizando un centro. El defensor tiene que defender dentro de la zona de remate evitando que el atacante pueda hacer gol</p>	
<p><b>Espacio:</b> el que se ve en el gráfico</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- El posicionamiento inicial es el que se ve en el gráfico</li><li>- El jugador ofensivo se puede mover libremente por toda la zona de remate</li><li>- Si el defensor saca el balón se cambia de rol</li><li>- Variar las posiciones desde donde se hace el centro</li></ul>	

Aquí vemos un ejercicio muy similar pero con mucho más contexto:

SITUACIÓN 1v1 DEFENSIVO (Contextualizado)	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Proteger portería</p> <p><b>Acción táctica:</b> Marcaje</p> <p><b>Consigna:</b> En balones centrados dentro de la zona de finalización saltar siempre con el adversario</p>	
<p><b>Descripción:</b> Inicia la oleada el comodín más alejado que la pasa en profundidad al otro comodín y éste realiza un centro. Los dos centrales tienen que defender a los dos puntas para sacar el centro</p>	
<p><b>Espacio:</b> el que se ve en el gráfico</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El posicionamiento inicial es el que se ve en el gráfico</li> <li>- Si el centro se puede hacer al primer contacto mejor</li> <li>- Los puntas se pueden mover libremente</li> <li>- Cada central tiene su marca</li> <li>- Cada vez que los defensas sacan el balón es 1 punto, si los puntas rematan es 1 punto también y si hacen gol son 3</li> </ul>	

SITUACIÓN 1v1 DEFENSIVO (CONTEXTUALIZADA 11v11)	GRÁFICO
<p><b>Intención táctica:</b> Proteger portería</p> <p><b>Acción táctica:</b> Marcaje</p> <p><b>Consigna:</b> En balones centrados dentro de la zona de finalización saltar siempre con el adversario</p>	
<p><b>Descripción:</b> La oleada empieza sacando el portero del equipo que ataca a la Z2 del CI donde únicamente puede ir a defender el lateral. Una vez recibido el pase ha de centrar buscando la incorporación de sus compañeros los cuales estarán defendidos. En caso de rechace o bloqueo del portero se dará lugar el contraataque, si el equipo atacante vuelve a recuperar el balón se inicia de nuevo la oleada</p>	
<p><b>Espacio:</b> medio campo x 30 metros</p>	
<p><b>Normativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La oleada se inicia con el posicionamiento que se ve en el gráfico</li> <li>- El lateral puede ir a defender en la Z2 una vez le pase el balón por encima</li> <li>- Hay fuera de juego</li> <li>- Las posiciones defensivas y ofensivas cuando el balón está a punto de ser centrado son las del gráfico pero se pueden ir modificando</li> <li>- Si el balón sale fuera o se hace gol se inicia de nuevo la oleada</li> <li>- Cada gol atacante vale 1 punto, cada gol de los defensores vale 3</li> <li>- No se puede jugar más allá de la línea que sale de la línea pequeña</li> </ul>	

Cuando debemos entrenar las acciones tácticas

Todas las acciones tácticas se han de enseñar desde edades tempranas.

Hasta la edad de seis años como vimos anteriormente los niños son muy egocéntricos todo y eso podemos hablar de lo que hacemos nosotros mismos cuando no tenemos el balón.

tendremos que tener en cuenta que al principio cuando si queremos trabajar una acción táctica lo haremos en la mayor parte de los casos de una forma descontextualizada. podemos obviamente contextualizar la situación pero nunca dentro del juego colectivo.

Hasta los seis años o siete podemos proponer situaciones de uno contra uno o dos contra uno o uno contra dos pero es mucho más difícil proponer situaciones donde trabaja toda una línea o dos líneas juntas.

A partir de los siete años y hasta los doce podemos trabajar mucho más todas las acciones tácticas de forma contextualizada y contextualizada dentro del juego colectivo.

En cuanto a las intenciones tácticas las descubriremos de la siguiente forma:

Intenciones tácticas defensivas:

U6 Recuperar

U8 Recuperar y Proteger portería

U10 Recuperar, Proteger portería, Temporizar y orientar

U12 Recuperar, Proteger portería, Temporizar, orientar y evitar progresión (todas)

Intenciones tácticas ofensivas:

U6 Progresar y finalizar

U8 Progresar, finalizar y conservar

U10 Progresar, finalizar, conservar, fijar y dividir (todas)