

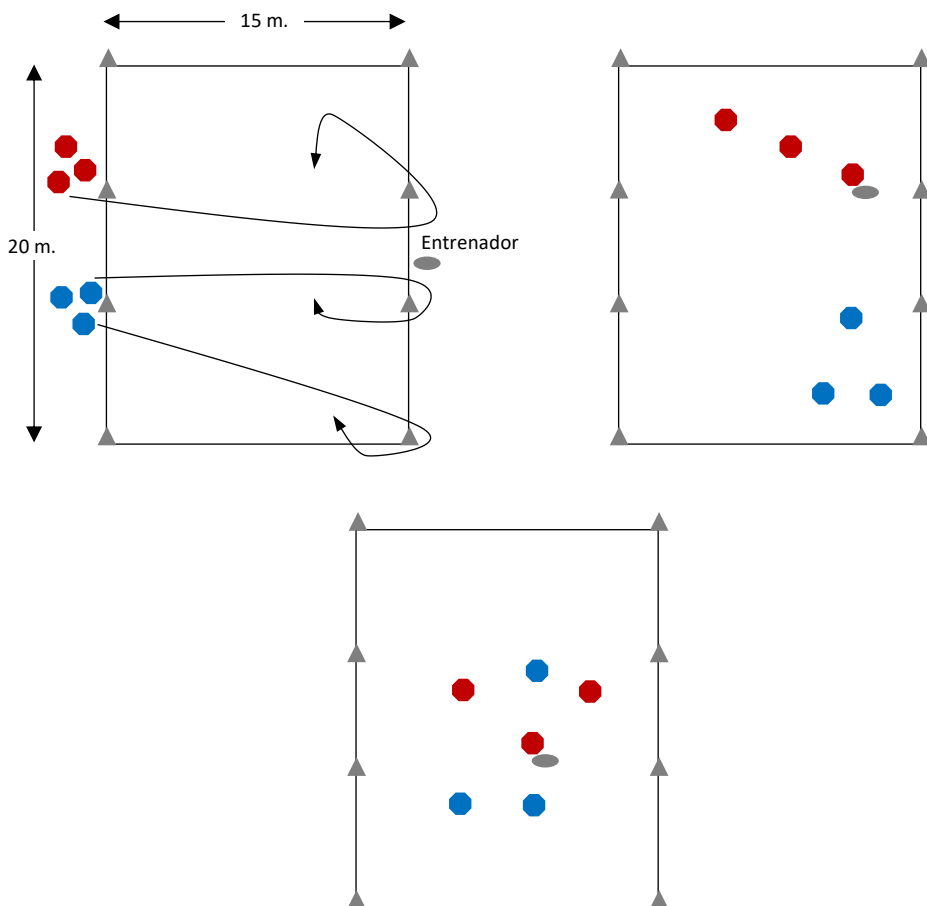
Tres contra tres, juego con el apoyo interno

Ataque

Ejercicio para la mejora del juego en dos oleadas, construyendo y utilizando el apoyo interno para dar continuidad al movimiento ofensivo.

Organización

Dos grupos de tres jugadores situados en un rectángulo de 20 x 15 metros, como indica el gráfico. El entrenador con un balón en el otro lateral del campo de juego.



Desarrollo

Los jugadores corren a colocarse dentro del campo de juego cuando lo indique el entrenador. Tres atacantes cruzan el campo y bordean el cono que tienen enfrente, colocándose para atacar.

Tres defensores cruzan el campo, bordeando uno de ellos el cono que tiene enfrente y los otros dos el cono del vértice opuesto de su campo.

Cuando los atacantes estén dentro del campo de juego, colocados y en movimiento, el entrenador pone en juego el balón.

La primera situación que se va a producir es un tres contra uno que posteriormente, si se resuelve correctamente, dará lugar a un dos más uno contra dos defensores y con otro retrocediendo.

Factores clave

- Jugar con el espacio antes de jugar con el balón.
- Ocupación óptima del espacio: orden de llegada y lugar en el ataque, distancia y profundidad adaptadas a la situación de juego.
- Construcción en movimiento del apoyo interno ofensivo. El primer pasador se convierte en el apoyo interno que debe jugar en segunda oleada sobre la situación de dos contra dos más uno.

Variantes

- Al principio, para reducir la presión, el primer defensor no puede retroceder.