

# EJERCICIOS DE ENTRENAMIENTO

- **Ataque en salida de presión**
- **Ejercicio de posesión de balón**



**Jan Vogels** 

**Entrenador • FC Eindhoven Futsal**



**WEIK**  
FUTSAL TOOLS

**colaboraciones**

# ATAQUE EN SALIDA DE PRESIÓN

3X3X3

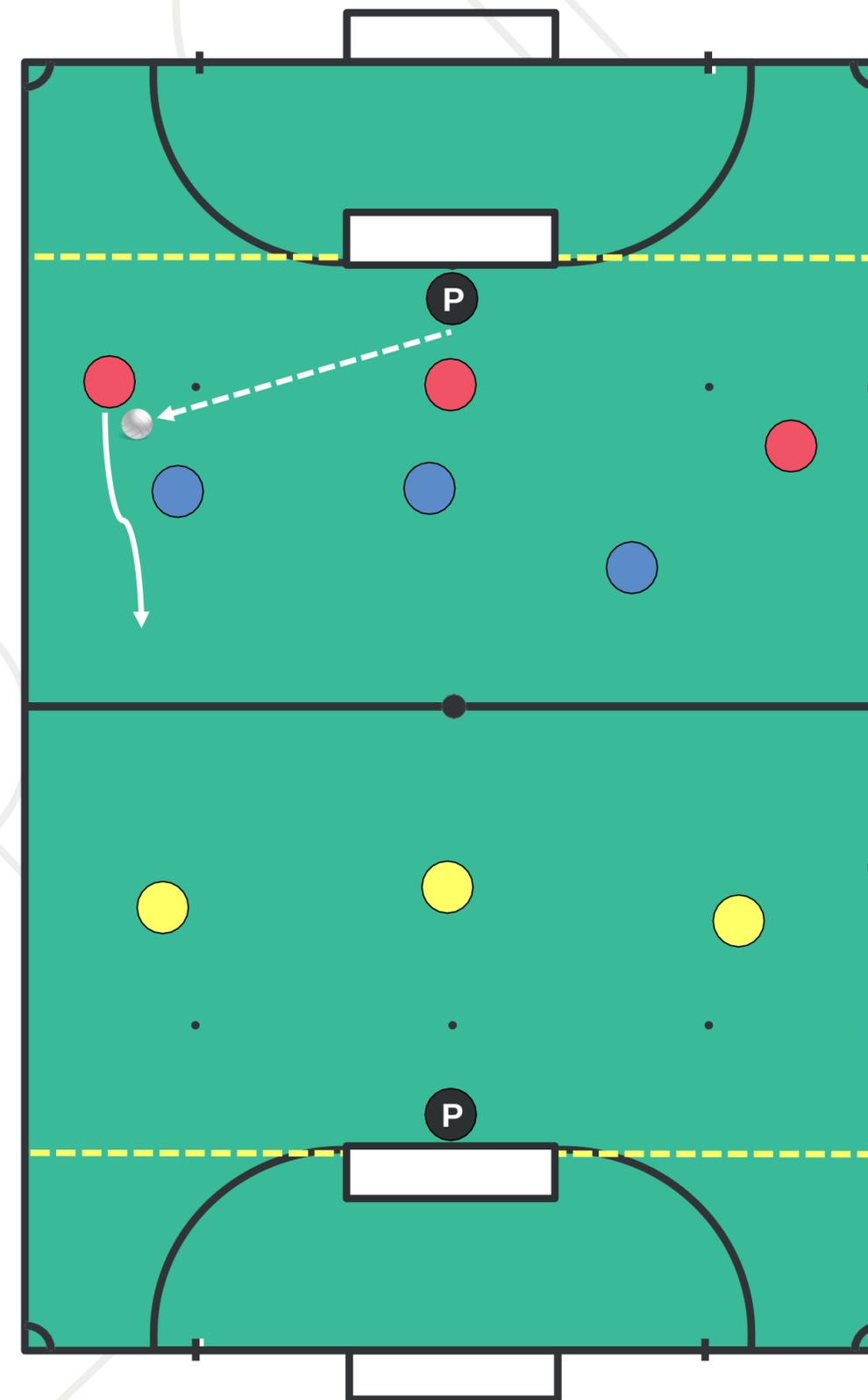
## Trabajo de ataque en salida de presión

- **Objetivo:** Tratar de superar la presión defensiva alta inicial con el balón en juego para poder finalizar.
- **N.º de jugadores:** 9 + 2 porteros.
- **Material:** Balones, petos y porterías móviles.
- **Espacio:** 30x20m.



## DESARROLLO:

- El ejercicio empieza con el portero poniendo el balón en juego al equipo rojo, en ese momento se produce una situación inicial de 3x3 contra una defensa alta (Equipo azul).
- El equipo rojo tratará de superar al azul hasta cruzar la línea del centro de la pista.
- El equipo azul tratará de robar el balón, si lo consigue, puede finalizar directamente a portería. Si hay gol, se cambian los roles y los azules pasarían a atacar a los rojos.
- Si el equipo rojo consigue superar la presión del azul y cruzar la pista, entonces deberán atacar contra la defensa del equipo amarillo para tratar de finalizar a portería.
- El equipo amarillo deberá estar esperando 3 metros por detrás de la línea del centro de la pista.



# EJERCICIO DE POSESIÓN DE BALÓN

## 4x4 + 1 + 2 Porteros

### Ejercicio de posesión de balón

- **Objetivo:** Trabajar la mejora de los fundamentos técnico-tácticos y la toma de decisiones.
- **N.º de jugadores:** 9 + 2 porteros.
- **Material:** Balones, petos, porterías móviles y porterías pequeñas.
- **Espacio:** 30x20m.



### DESARROLLO:

- El ejercicio empieza con el equipo rojo en posesión del balón durante 2 minutos. Tienen toques ilimitados y sumaran un punto cada vez que:
  - Hagan 10 pases de manera continuada durante todo el espacio.
  - Marquen un gol en cualquiera de las 4 porterías pequeñas (Después de realizar mínimo 8 pases).
- \* El equipo atacante puede usar los 2 porteros y el comodín (Amarillo) para realizar la posesión del balón.
- El equipo azul (Defensor) tratará de robar el balón y marcar gol en cualquiera de las 2 porterías grandes con portero.

### VARIANTES

- Limitar toques (3 para los jugadores y 2 para los porteros).
- El equipo defensor podrá marcar gol en cualquiera de las 6 porterías.

