



## DISEÑO DE LA SESIÓN DE TÉCNICA

Si bien en el primer nivel proponemos el diseño de ejercicios y juegos para la adaptación de los niños al dominio de los elementos técnicos, en esta nueva etapa nos vamos a centrar en ir añadiendo elementos de dificultad a esos ejercicios y juegos básicos, tales como son:

- La movilidad de los jugadores y del balón
- La complejidad del número de adversarios y compañeros
- Las diferentes distancias, trayectorias y procedencias del balón.

También debemos tener en cuenta los tipos de metodología a aplicar en la enseñanza de la Técnica, el ocupar al mismo tiempo al mayor número de jugadores, el aprovechar las acciones de técnica para trabajar el aspecto físico, etc.

Así mismo se comienza a trabajar de modo globalizado en forma de Acciones Combinadas y Acciones con Objetivos.

En la práctica diseñaremos las sesiones conforme al siguiente método:

- 1) Planteamiento del Objetivo (Acción que se pretende mejorar)
- 2) Ejercicio de Adaptación básico.
- 3) Complejidad mediante:
  - Ejecutar la acción con ambas piernas o diferentes superficies de contacto.
  - Movilidad de los ejecutantes y del balón.
  - Introducir una oposición, primero pasiva y luego activa.
- 4) Ejercicio o juego de oposición y cooperación, primero aumentando el número de colaboradores y luego el de opositores, es decir, en Superioridad—Igualdad—Inferioridad.
- 5) Partido con obligación de poner en práctica la acción que se pretende mejorar.

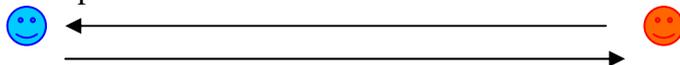


Ejemplo práctico:

1º Objetivo: Mejorar el control.

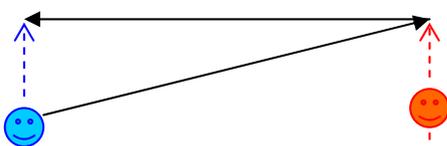
## 2º Ejercicio Básico

- Dos jugadores enfrentados a una distancia de 7-8 metros se pasan el balón y realizan diferentes tipos de controles.

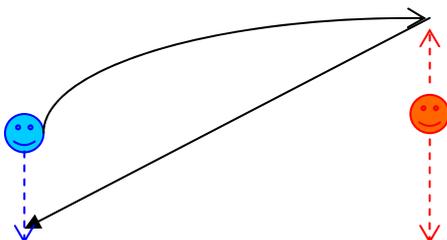


## 3º Complejidad

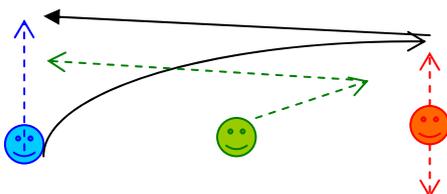
- Los controles se realizan con ambas piernas
- Controlar con diferentes superficies de contacto
- Los jugadores realizan la acción en movimiento



- Ahora el balón podrá venir por alto, raso, etc



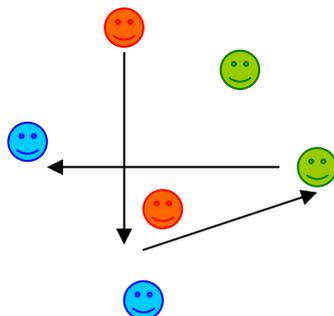
- Seguidamente se pone una oposición



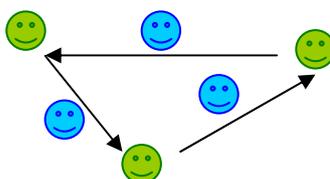


## 4º Juego de Oposición-Cooperación

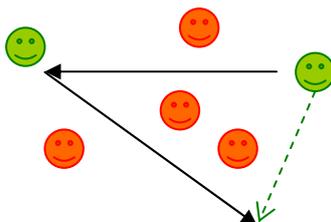
- Jugaremos un rondo con la obligación de dar al menos dos contactos (controlar)  
a) con superioridad (se la quedan uno o dos). Podemos hacerlo por colores



b) igualdad (tres contra tres)



c) en inferioridad



## 5º Partido con condiciones

Jugaremos un partido en medio terreno con la obligación de dar al menos dos contactos y no más de tres

