

# ➤ "EL ENTRENAMIENTO DE LA TÁCTICA A TRAVÉS DE JUEGOS"

- COMO AUTOMATIZAR LAS DECISIONES
- CÓMO CONSEGUIR QUE EL TÁLAMO  
Y LA ALMENDRA TOMEN EL CONTROL

## JUGADOR EN POSESIÓN DE PELOTA:

- EL QUE, CON BOLA, BUSCA UNA SOLUCIÓN  
YA SE ESTÁ EQUIVOCANDO
  
- EL QUE, CON BOLA, PIENSA UNA SOLUCIÓN  
FRENA A SU PROPIO EQUIPO

- DE LAS DISTINTAS VELOCIDADES QUE NECESITA LA EJECUCIÓN TÁCTICA
- LA VELOCIDAD CEREBRAL ES LA **CRUCIAL**

JOSE BRASA, Mayo 2.004

➤ EN DEPORTES DE EQUIPO



□ A MAYOR NÚMERO DE JUGADORES Y MÁS ESPACIO, MAYOR DIFICULTAD TÁCTICA

1. MAYOR N° DE POSIBILIDADES, DE OPCIONES DE JUEGO

2. MENOR ORGANIZACIÓN

3. MAYOR N° DE SITUACIONES IMPREVISTAS

4. MENOR N° DE JUGADAS PLANIFICADAS



- TIENEN MAYOR INCIDENCIA EN EL RESULTADO LAS SITUACIONES IMPREVISTAS QUE LAS PLANIFICADAS
  
- LAS JUGADAS PLANIFICADAS TIENDEN A BUSCAR SUPERIORIDAD EN UNA ZONA:
  - POR INTELIGENCIA
  - POR TÉCNICA O POR TÁCTICA
  - POR FÍSICO
  
- EL NÚMERO DE COMBINACIONES DISTINTAS QUE SE PUEDEN DAR EN EL JUEGO ES TAN INMENSAMENTE ELEVADO, QUE NO SE PUEDE PLANIFICAR TODO.



## ➤ MEDIOS PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO TÁCTICO:

1. MEJORANDO LA INTELIGENCIA TÁCTICA DE TODOS LOS JUGADORES.

### 1.1. MEJORAR LA VELOCIDAD DE DECISIÓN

2. TOMA DE DECISIÓN. ELECCIÓN ÓPTIMA

#### 1. SOLUCIONARIO DE SITUACIONES COMUNES

3. ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA BASADA EN SU APLICACIÓN TÁCTICA

4. ENTRENAMIENTO DE JUGADAS ESPECÍFICAS

5. VÍDEO

6. CONVERSACIONES PERSONALES O POR GRUPOS

7. ANÁLISIS INFORMATIZADO DEL PARTIDO

8. REPETICIÓN DE SITUACIONES DE JUEGO

9. CIRCUITOS TÁCTICOS

10. PIZARRA Y CHARLAS (MUY POCO)

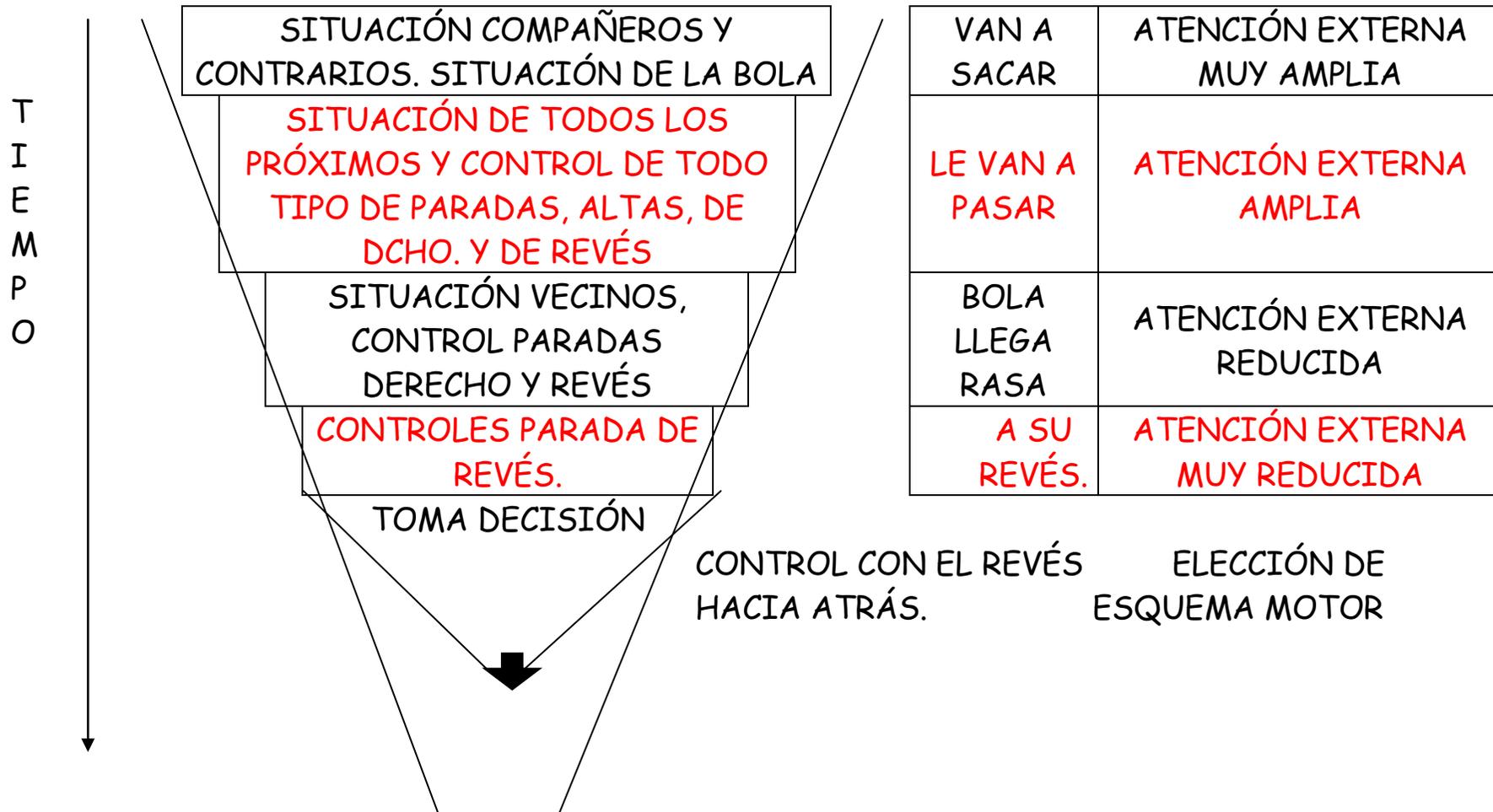
➤ ¿"EL GENIO, NACE O SE HACE"?

➤ ¿"SABEMOS HACER GENIOS"?

➤ ¿"SABEMOS HACER DE UN JUGADOR NORMAL UN CASI GENIO"?



# FUNCIONAMIENTO DEL CEREBRO EN LA TOMA DE DECISIONES TÁCTICAS



# ELECCIÓN DEL ESQUEMA MOTOR DEL PORTERO CUANDO LE VAN A CHUTAR

## MEMORIA VOLÁTIL R.A.M

ESQUEMAS MOTORES DE LAS CUATRO EXTREMID.

UN CONTRARIO SE DISPONE A CHUTAR DESDE LEJOS

SELECCIÓN DE LOS ESQUEMAS MOTORES DE PIERNA Y MANO DERECHAS, Y STICK

LA BOLA VA A LA DERECHA DEL PORTERO

SELECCIÓN DE TIRARSE CON LA MANO DCHA Y EL STICK.

LA BOLA VA RASA Y CERCA DEL POSTE DERECHO

EJECUCIÓN

TIRARSE CON EL STICK. PARA DESVIAR A CORNER

T  
I  
E  
M  
P  
O

# ELECCIÓN DEL ESQUEMA MOTOR DEL PORTERO CUANDO LE VAN A CHUTAR, Y SURGE.....

## MEMORIA VOLÁTIL R.A.M

T  
I  
E  
M  
P  
O

ESQUEMAS MOTORES DE LAS CUATRO EXTREMID.

UN CONTRARIO SE DISPONE A CHUTAR DESDE LEJOS

SELECCIÓN DE LOS ESQUEMAS MOTORES DE PIERNA Y MANO DERECHAS Y STICK

EL BALÓN VA A LA DERECHA DEL PORTERO

SELECCIÓN DE TIRARSE CON LA MANO DCHA.

EL BALÓN VA RASO Y CERCA DEL POSTE, DESVÍAN EL TIRO.

EJECUCIÓN

HACE LA ESTATUA.  
SE QUEDA CON EL MOLDE.

LA PELOTA PASA MANSAMENTE POR LA IZQUIERDA DEL PORTERO, CERCA DE SU PIE IZQUIERDO, QUE NO PUEDE MOVER, COMO SI LO TUVIERA CLAVADO A LA HIERBA, A PESAR DE QUE LA PELOTA PASA A ESCASOS CENTÍMETROS.

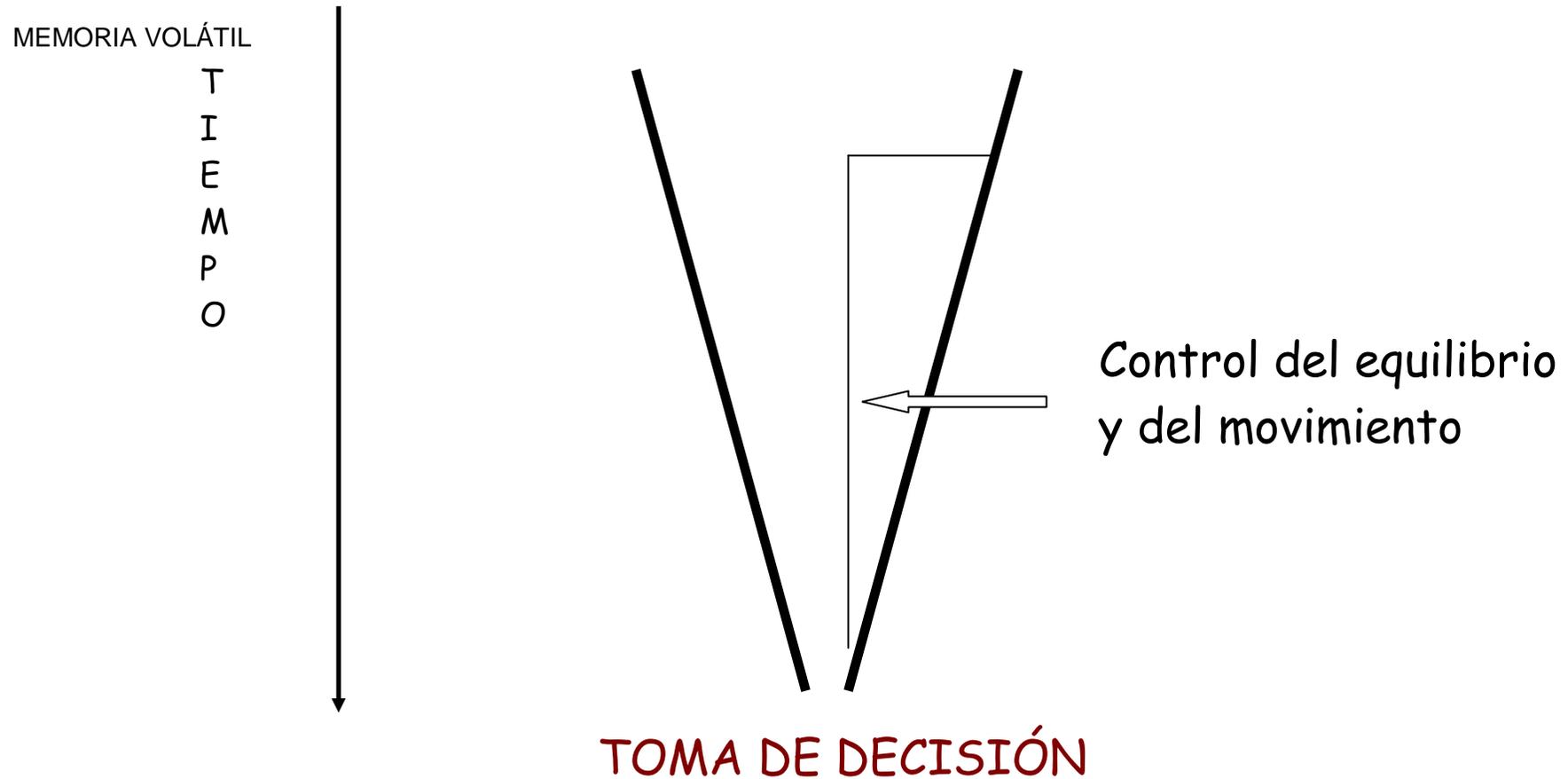
**GOOOOOOOL**

SI, DESDE EXACTAMENTE LA MISMA POSICIÓN DONDE EL DEFENSA DESVÍO LA PELOTA, A ESE MISMO PORTERO LE CHUTA UN DELANTERO CON LA MISMA FUERZA QUE IBA EL DESVÍO, Y POR EL MISMO SITIO, EL PORTERO SE RÍE, SE TOMA UN CAFÉ Y PARA LA PELOTA CON EL PIE IZQUIERDO, SIN INMUTARSE, Y PENSANDO EN EL PASE DE CONTRAATAQUE QUE VA A DAR.

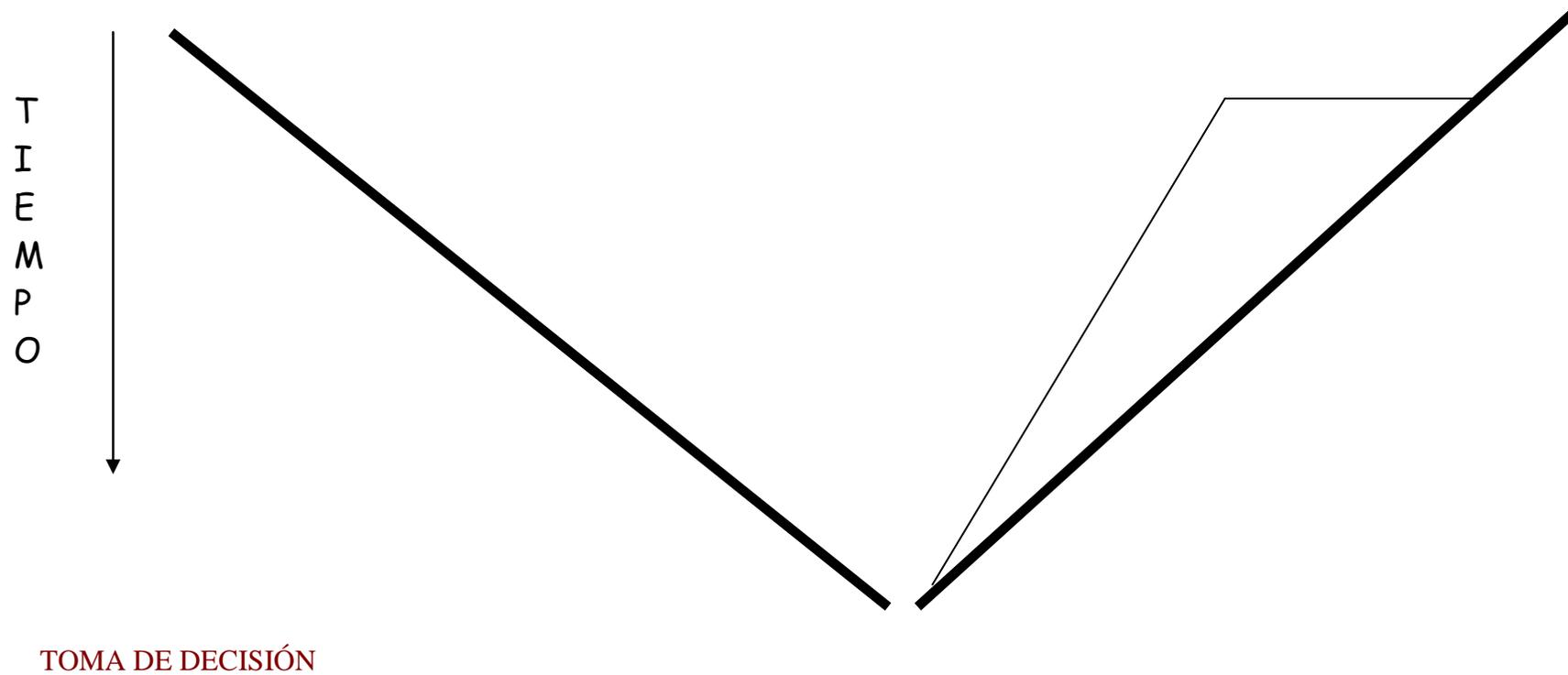
CUANDO SE BORRAN O ELIMINAN DE LA R. A. M. ESQUEMAS MOTORES, Y SE DEVUELVEN AL DISCO DURO, SON LENTAMENTE RECUPERABLES O TRANSPORTABLES DE NUEVO A LA R. A. M. PARA SER USADOS, Y DE SER LLAMADOS BRUSCAMENTE, SÚBITAMENTE, DESDE EL DISCO DURO A LA R. A. M. , POR UNA EMERGENCIA O POR UN IMPREVISTO, SE RECIBEN LOS ESQUEMAS MOTORES MÁS PRIMITIVOS, Y DE ESCASA O NULA COORDINACIÓN FINA.

*LA CAPACIDAD DE LA R.A.M. NO ES INFINITA NI SE AMPLÍA POR ARTE DE MAGIA*

## ELECCIÓN DEL ESQUEMA MOTOR EN UN JUGADOR INEXPERTO O MAL ENTRENADO

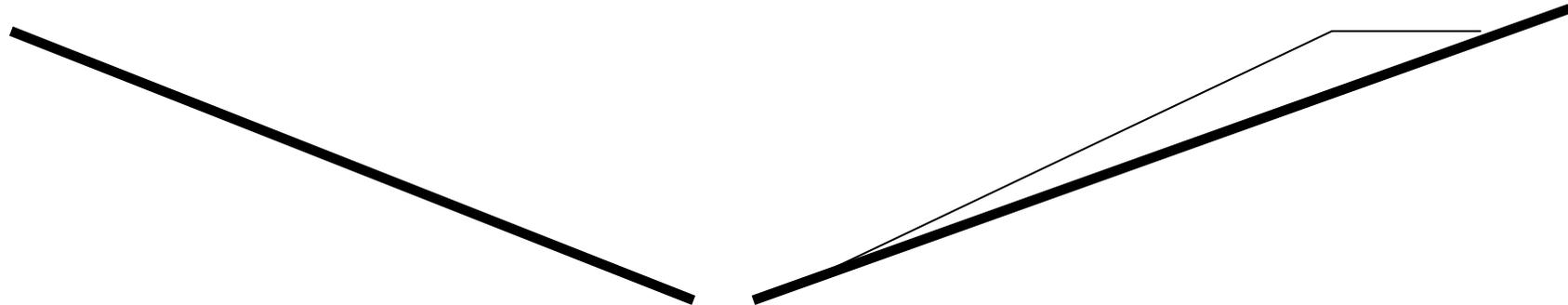


➤ ELECCIÓN DEL ESQUEMA MOTOR EN UN JUGADOR EXPERTO O BIEN ENTRENADO



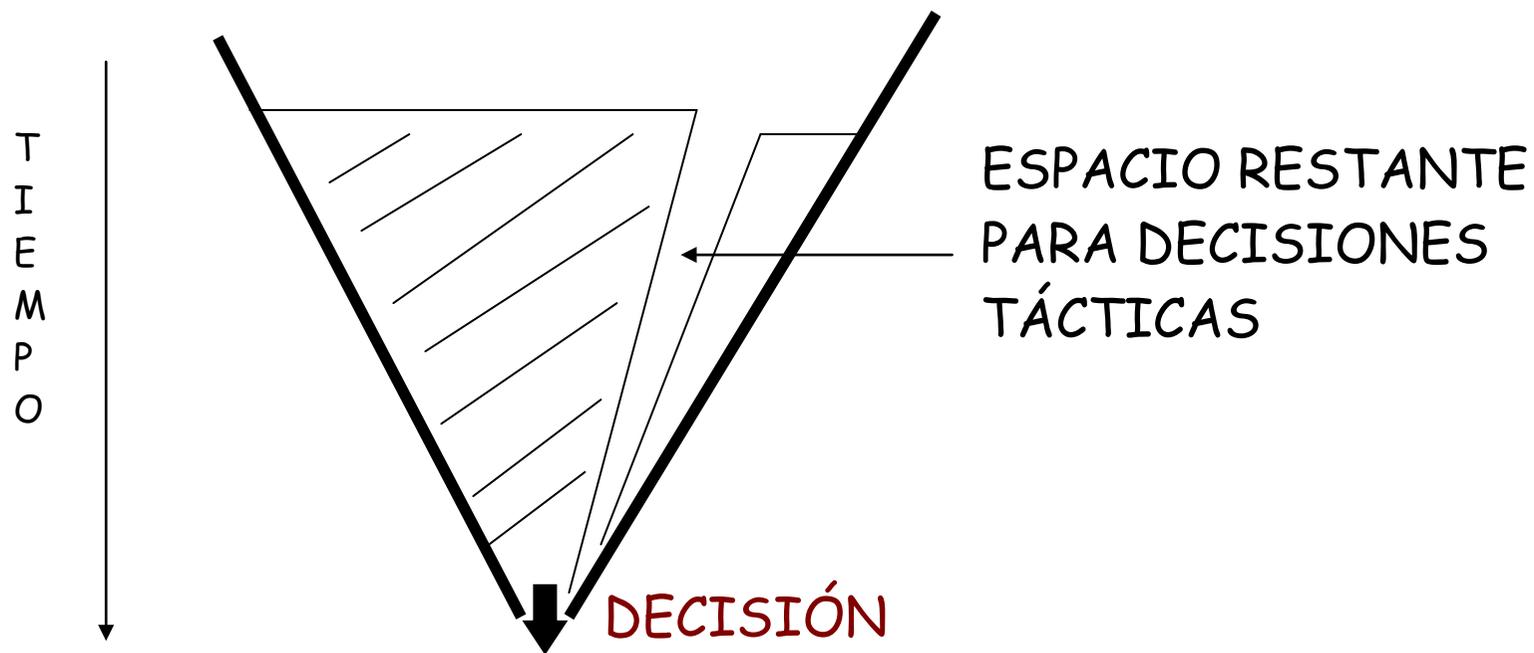
- DEBERÍAMOS TENDER A CONSEGUIR, POR EL ENTRENAMIENTO TÁCTICO, UNA MEJOR GESTIÓN DE LA R.A.M., O UNA AMPLIACIÓN DE LA MISMA, Y SU USO MÁS EFICAZ EN UN TIEMPO MENOR

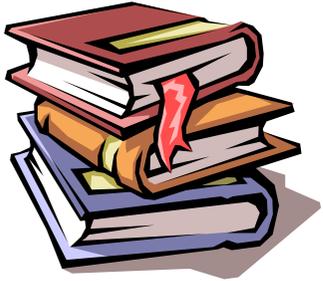
T  
I  
E  
M  
P  
O  
↓



TOMA DE DECISIÓN

- CUANDO TIENEN POSESIÓN DE BALÓN ESPACIO OCUPADO EN LA R.A.M. POR LOS ESQUEMAS MOTORES DE UNA TÉCNICA INDIVIDUAL COMPLEJA (O JUGADOR INEXPERTO)



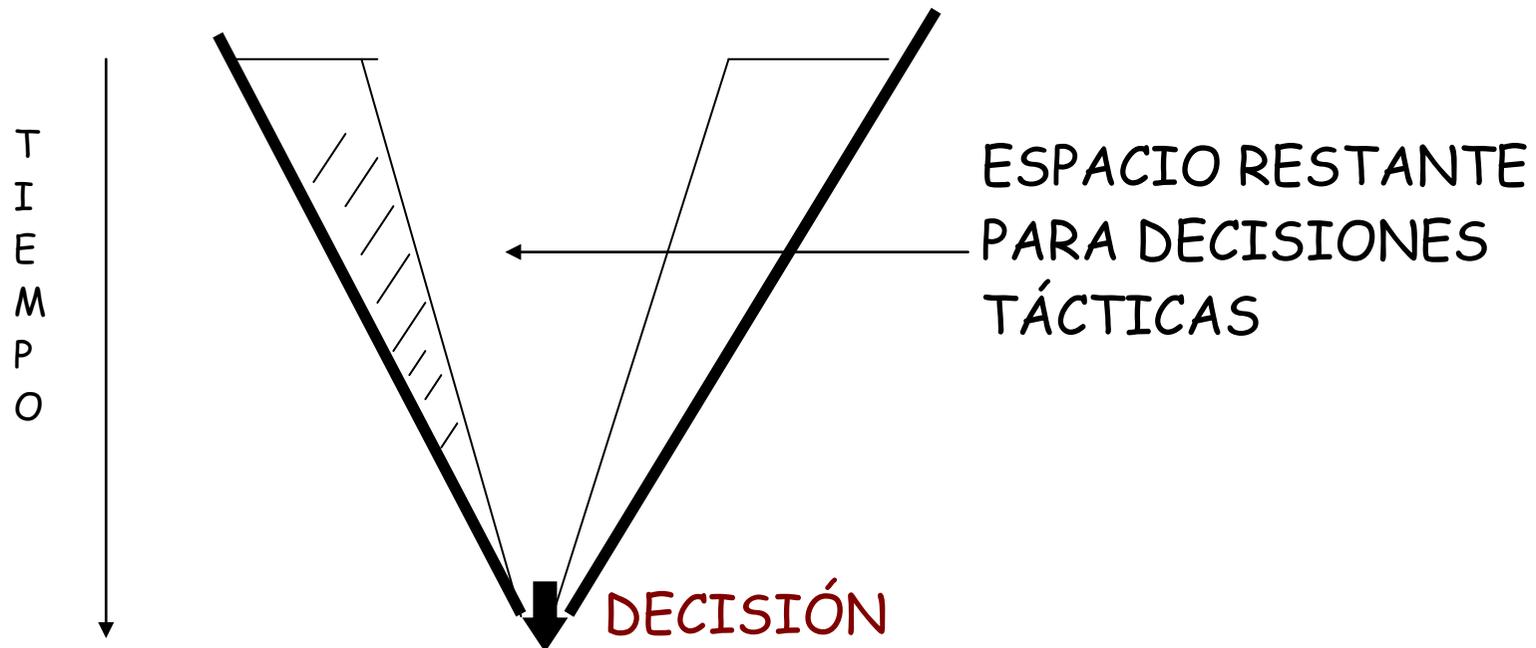


- LA TÉCNICA SUSTENTA LA TÁCTICA
- NO SE DEBE "ENSEÑAR" LA TÉCNICA AISLADA
- EL INICIO DE LA TÁCTICA ES ENTRENAR LA TÉCNICA BASADA EN SU APLICACIÓN TÁCTICA
- "TÉCNICA NEUTRA Y DILUCIÓN DE LA ATENCIÓN"

## ➤ NORMAS BÁSICAS GENERALES:

1. **CABEZA LEVANTADA** (mejora la visión táctica)
2. **PELOTA PEGADA AL PALO** (mejora la propiocepción y como consecuencia, la visión táctica)
3. **CONDUCCIÓN DE LA PELOTA EN FUNCIÓN DEL APOYO** (comp..)
4. **SIEMPRE DOS OPCIONES DE SALIDA** (mínimo) **DIFERENTES** (u opuestas)
5. **TÉCNICA NEUTRA**, QUE NO INDICA AL DEFENSOR LO QUE SE VA A EJECUTAR. EVITAR LA ANTICIPACIÓN
6. **TÉCNICA SIMPLE, SENCILLA**, ESQUEMAS MOTORES QUE NO OCUPEN MUCHO ESPACIO EN LA R.A.M. DEL JUGADOR
7. **AMAGOS (FINTAS)**, PARA COLAPSAR LA R.A.M. DEL DEFENSOR. ESTOS AMAGOS TIENEN QUE SER SIMPLES, COMO EN EL PUNTO ANTERIOR, PALO MANOS, CUERPO, EVITAR MOVER LA BOLA PARA AMAGAR (ocupa mucho espacio en la R.A.M.)

- CUANDO TIENE POSESIÓN DE BALÓN, ESPACIO OCUPADO EN LA R.A.M, POR LOS ESQUEMAS MOTORES DE UNA TÉCNICA INDIVIDUAL SIMPLE (O JUGADOR EXPERTO)



➤ DENTRO DE LA COMPETICIÓN DE DEPORTES DE EQUIPO:



□ HAY TÉCNICA SÓLO PARA FABRICAR TÁCTICA

□ LA TÉCNICA SE EJECUTA SÓLO AL SERVICIO DE LA TÁCTICA:

1. CON OPOSICIÓN
2. CON EXIGENCIA DE RENDIMIENTO
3. DESPUÉS DE UNA TOMA DE DECISIÓN, BASADA EN LA SITUACIÓN TÁCTICA



## ➤ JUEGOS PARA MEJORAR LAS DECISIONES TÁCTICAS

1. EL ENTRENADOR TIENE EL PODER LEGISLATIVO, EJECUTIVO Y JUDICIAL
2. INVENTAR JUEGOS CON REGLAS
3. EL JUEGO BUSCA OBJETIVOS TÁCTICOS
4. LA PIZARRA, LA CHARLA NO AUTOMATIZAN

## ➤ BENEFICIOS DE LOS JUEGOS CON NORMAS

1. MEJORAN LA *INTELIGENCIA TÁCTICA*
2. INCREMENTAN LA *CREATIVIDAD*
3. AUMENTAN LA *CAPACIDAD DE LA R.A.M.*
4. MEJORAN LA *ELECCIÓN DE LA OPCIÓN ÓPTIMA*
5. DISMINUYEN EL TIEMPO DE *TOMA DE DECISIONES*
6. DISMINUYEN EL TIEMPO DE *EJECUCIÓN TÉCNICA*
7. MEJORAN LA *TÉCNICA EN GENERAL*
8. AUMENTAN LA *MOTIVACIÓN Y LA COMPETITIVIDAD*
9. ADEMÁS DEL *OBJETIVO* QUE SE BUSCA, MEJORAN TAMBIÉN EL *DIAMETRALMENTE OPUESTO*

## *COMO TIENEN QUE SER LAS NORMAS DE LOS JUEGOS.*

- 1. REGLAS QUE MEJOREN, AL MENOS UN ASPECTO DEL JUEGO*
- 2. QUE LAS REGLAS SEAN COHERENTES CON EL REGLAMENTO DE JUEGO DEL DEPORTE Y CON EL OBJETIVO QUE SE PERSIGUE.*
- 3. QUE LAS REGLAS OBLIGUEN A PENSAR A LOS JUGADORES, HASTA QUE CONSIGAN CUMPLIRLAS DE FORMA AUTOMÁTICA.*
- 4. QUE SE VAYAN COMBINANDO LAS REGLAS A MEDIDA QUE SE VAYAN AUTOMATIZANDO.*

## ➤ EJEMPLOS DE JUEGOS PARA MEJORAR LA INTELIGENCIA TÁCTICA:

### 1. PARA MEJORAR EL CAMBIO DE JUEGO Y EL ATAQUE POR LAS BANDAS

ATRAVESAR PORTERÍAS EN DIAGONAL (5:5 + 2n) para iniciar, (8:8 + 2n) alto nivel, ideal 7:7 + 1n, ó 7:7

LIMITAR GESTOS TÉCNICOS HASTA QUE NO SE CONTROLE LA PELOTA EN UNA O VARIAS ZONAS (5:5 + 2n), (7:7). (Sólo PUSH hasta llegar a una esquina)

LIMITAR EL JUEGO DENTRO DE UNA ZONA CENTRAL DEL CAMPO

IDEM + NEUTRAL, O + JUGADOR ESPECÍFICO, QUE SI PUEDE JUGAR EN ESA ZONA CENTRAL A UN TOQUE (O DOS TOQUES, O LIBRE)

4 PORTERÍAS EN CRUZ (3:3)

IDEM + NEUTRAL, UN PASE PASADA LA PUERTA

TODOS LOS JUEGOS SE PUEDEN  
COMBINAR ENTRE ELLOS Y  
TAMBIÉN COMBINARSE CON  
TODAS LAS NORMAS, COMO POR  
EJEMPLO LAS QUE LIMITEN EL  
NÚMERO DE TOQUES

**2. PARA MEJORAR LA POSESIÓN DE LA PELOTA, BUSCAR ESPACIOS LIBRES Y EVITAR QUE EL CONTRARIO TE HAGA FALTA**

**CONTROLAR LA PELOTA EN DIVERSAS ZONAS DE FORMA SECUENCIAL SIN INTERVENCIÓN DEL CONTRARIO.**

**2, 3, 4 Y 5 ZONAS**

**Ejemplo: 3:3 + 2n en 22,90mx55m con 2 zonas de marca de 8mx8m cerca de las bandas**

**IDEM que el anterior, pero EN VEZ DE CONTROLAR UN JUGADOR EN LA ZONA DE MARCA, HACER UN PASE ENTRE 2 DENTRO DE LA MISMA ZONA. Ejemplo: 3:3 + 3n**

**2.3. JUGAR EN UN ESPACIO A MANTENER LA BOLA, Y LOS JUGADORES ATACANTES VAN PERDIENDO PRIVILEGIOS CUANDO FALLAN, CUANDO PIERDEN LA BOLA SE LES REDUCEN LOS TOQUES A TODOS LOS JUGADORES DEL EQUIPO.**

### 3. PARA MEJORAR LA POSESIÓN, LA VISIÓN, EL ESPACIO LIBRE Y EL APOYO

MANTENER LA BOLA 3:1 en un cuadrado de 7mX7m. La BOLA DEBE IR SIEMPRE A LO LARGO DE LOS LADOS DEL CUADRADO, los PASES NO PUEDEN ATRAVESAR POR EL MEDIO DEL CUADRADO.

MANTENER LA BOLA, 3:3 EN UN CUADRADO DE 22,90mX27,50m, con 4 ZONAS DE MARCA en las esquinas de 6mX4m.

TRES EQUIPOS DE TRES, MANTENER LA BOLA EN 22,90mX55m, el que PIERDE LA BOLA, SU EQUIPO "APOUCHA". La serie MÁS LARGA GANA.

5:2 en 22,90mX20m, la serie MÁS LARGA A UN TOQUE GANA.

HACERSE PASES ATRAVESANDO PORTERÍAS

IDEM + HACER OTRO PASE DETRÁS DE LA PORTERÍA, O DOS PASES EN LA MISMA PORTERÍA

**4. PARA MEJORAR LA DEFENSA, EL MARCAJE INDIVIDUAL, EL REPLIEGUE, LA COBERTURA Y LAS AYUDAS EN DEFENSA**

**(Antiguamente también el FUERA DE JUEGO)**

**SOLUCIONARIO DE SITUACIONES COMUNES. 3:2, 4:3, 2:1 (el gol de las chinas)**

**ENTRENADOR-CAZADOR, también combinado con el anterior.**

**MARCAJE INDIVIDUAL FIJO POR PAREJAS**

**IDEM + UN LÍBERO. TAMBIÉN + LÍBERO Y NEUTRAL**

**REPLIEGUE HASTA LA LÍNEA DE 22 (1/4 CAMPO)**

**IDEM, y además NADIE PUEDE DEFENDER HASTA QUE TODOS ESTÉN DETRÁS DE 22.**

## 5. PARA MEJORAR LA SEGURIDAD EN LA SALIDA DE ATRÁS

5.1 EN PROPIO CAMPO, USAR SÓLO EL DERECHO (EN FÚTBOL, *USAR SÓLO LA PIERNA BUENA*)

5.2 EN PROPIO CAMPO, SÓLO 2 TOQUES

5.3. EN CIERTAS ZONAS LA BOLA SÓLO PUEDE ESTAR UNOS SEGUNDOS Y NUNCA QUIETA (PARA EVITAR LA PRESIÓN)

5.4 PARA SALIR POR UN LADO, DERECHA. GOL REGAÑADO CON CAMBIO EN UN CUADRADO MUCHO MÁS GRANDE EN LA DERECHA QUE EN LA IZQUIERDA. POR LA IZQUIERDA VICEVERSA.

## 6. PARA MEJORAR EL ATAQUE EN GENERAL Y EL CONTRAATAQUE

LIMITAR EL NÚMERO DE TOQUES EN TODO EL CAMPO

IDEM EN DIFERENTES ZONAS DEL CAMPO, Ejemplo: 3 toques, al entrar en 22 contraria libre.

IDEM PARA EL QUE ROBA EL BOLA.

ALTERNAR TOQUES, 1-3-1-3-1 (difícil); 1-2-1-2-1 (más difícil), 1-1-3-1-1-3-1-1 (MUY DÍFICIL), 1-1-LIBRE-1-1-LIBRE-1-1 (difícil e INTERESANTE)

PARA ENTRAR EN EL ÁREA, TODOS PASAR LA RAYA DE CENTRO

EN ZONA CENTRAL, DOS EQUIPOS, EL PRIMERO 5 PASES ATACA, con una sola bola, con dos bolas una cada equipo.

IDEM CON LÍBERO Y DELANTERO CENTRO

6.5. EL DEFENSOR QUE ROBA LA BOLA TIENE QUE ROBAR EN UN SOLO TOQUE. (MUY IMPORTANTE PARA LA MEJORA DEL CONTRAATAQUE)

**7. PARA MEJORAR LA CREATIVIDAD Y SOLUCIONAR PROBLEMAS IMPREVISTOS, Y EL CAMBIO DE DEFENSA A ATAQUE Y VICEVERSA**

TODOS LOS JUEGOS DE CAMBIO DE PORTERÍA (MUY IMPORTANTES), 2:2, y 3:3,  
(Objetivo, controlar en la zona de marca, el juego no se para nunca)  
2x2 + 1n, 3x3 + 1n, (Objetivo, hacer un pase entre dos atacantes dentro de la zona de marca) ETC.

CON LO QUE SE RECIBE SE JUEGA

Dos EQUIPOS JUEGAN CON DOS BOLAS.

TRES EQUIPOS CON TRES PORTERÍAS JUEGAN CON DOS BOLAS ((Cuando un equipo mete gol reinicia con posesión de las dos bolas)

## 8. PARA MEJORAR LAS SITUACIONES COMUNES (MUY IMPORTANTES)

2:1 ALTERNANDO PORTERÍAS

IDEM CON 100 NORMAS DISTINTAS, (Sólo de derecho, dos pases máximo, entrar levantando la bola, por la derecha, por la izquierda, de revés,.....)

2:1 APOYO POR DELANTE

2:1 APOYO POR DETRÁS

IDEM CON COMPETICIÓN EN DIFERENTES CAMPOS

2:2 PARA BUSCAR 2:1 y medio.

## 9.- JUEGOS PARA LA MEJORA DE ASPECTOS MENTALES

9.1. EL LIDER NO TIENE NORMAS, Y PIERDE SUS PRIVILEGIOS CUANDO FALLA.

9.2. IDEM, Y LOS PRIVILEGIOS PASAN A OTRO JUGADOR DE SU EQUIPO.

9.3. IDEM Y ELLOS ANTES DE EMPEZAR EL JUEGO ELIJEN LA SECUENCIA DE PASO DE LOS PRIVILEGIOS DE UNO A OTRO CUANDO LOS PIERDEN POR UN FALLO.

9.4. COMO EL 9.1. PERO LOS PRIVILEGIOS QUE PIERDE EL LIDER PASAN AL LIDER DEL EQUIPO CONTRARIO.

9.5. COMO EL ANTERIOR MÁS EL 9.3.

- 9.6 TODAS LAS REGLAS ANTERIORES QUE CONLLEVAN PENALIZACIÓN
- 9.7 CADA JUGADOR TIENE NORMAS DIFERENTES (aceptación y asunción de rol)

## 10.-JUEGOS para MARCAR GOL

- GOL REGAÑAO 3:3+1n +1p, SÓLO VALE GOL A UN TOQUE
- GOL REGAÑAO 3:3 +1p, gol a un toque vale triple
- Partidos en 37m×33m, 22,90m×33m, 3:3+1n +2p, SÓLO VALE GOL A UN TOQUE.
- Partidos en 37m×33m, 22,90m×33m, 3:3+1n +2p, gol a un toque vale triple, tiro a un toque vale UNO, PC vale UNO, gol en dos o más toques vale UNO

**11.- JUEGOS PARA LA MEJORA DE LA INTELIGENCIA TÁCTICA**

**LOS QUE USTEDES TIENEN  
QUE INVENTAR A PARTIR  
DE AHORA, Y RELLENAR  
ESTA PÁGINA**



□ EL ENTRENAMIENTO TIENE QUE SER INTEGRAL, ES DECIR CUBRIR LOS 4 OBJETIVOS:

1. *SICOLÓGICOS* (MOTIVACIÓN, COMPETITIVIDAD,...)
2. *TÁCTICOS* (TOMA DE DECISIÓN, VELOCIDAD DE DECISIÓN)
3. *FÍSICOS* (VELOCIDAD, RESISTENCIA,...)
4. *TÉCNICOS* (PARADAS, PASES, REGATES,.....)

## DEPORTES CON COMPETICIÓN SEMANAL

### ➤ PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO TÁCTICO DURANTE LA SEMANA

- NADA TÁCTICO NUEVO DESPUÉS DEL JUEVES
- USAR EL NIVEL DE DIFICULTAD DEL ÚLTIMO ENTRENAMIENTO PARA AJUSTAR EL NIVEL DE ACTIVACIÓN.