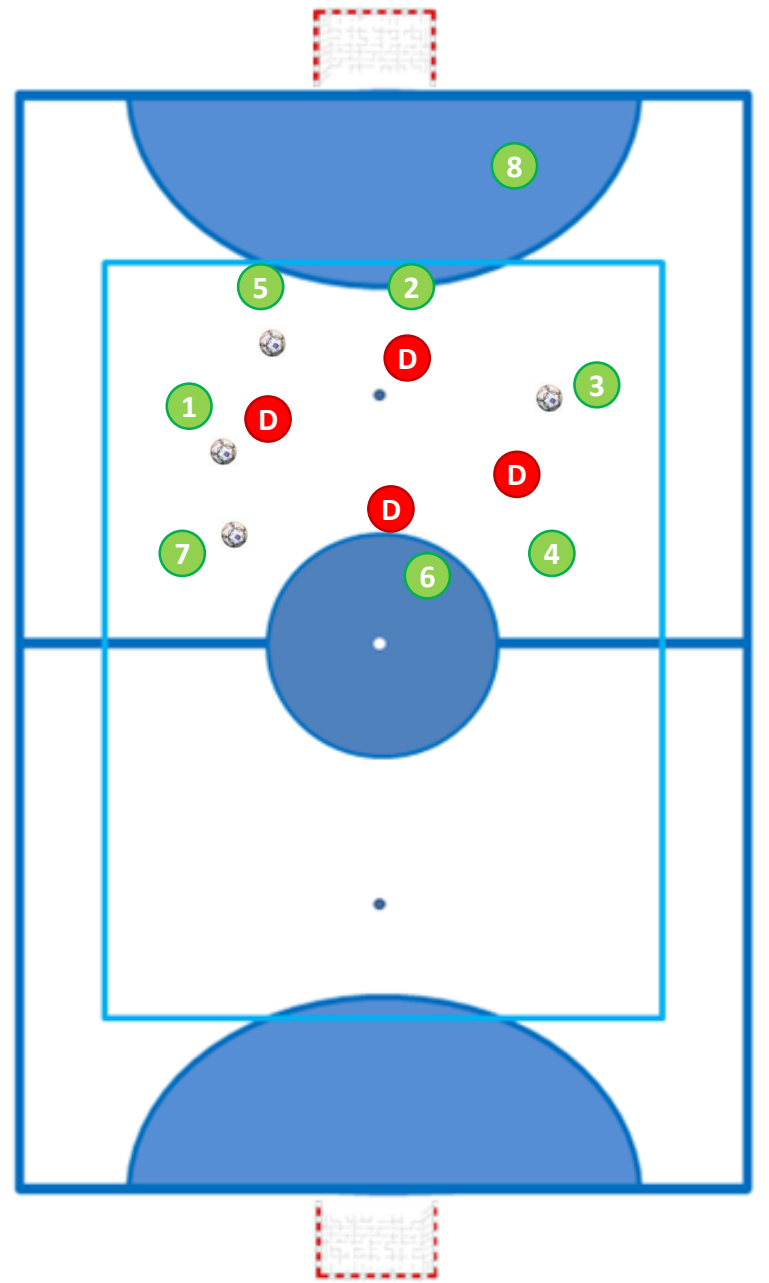




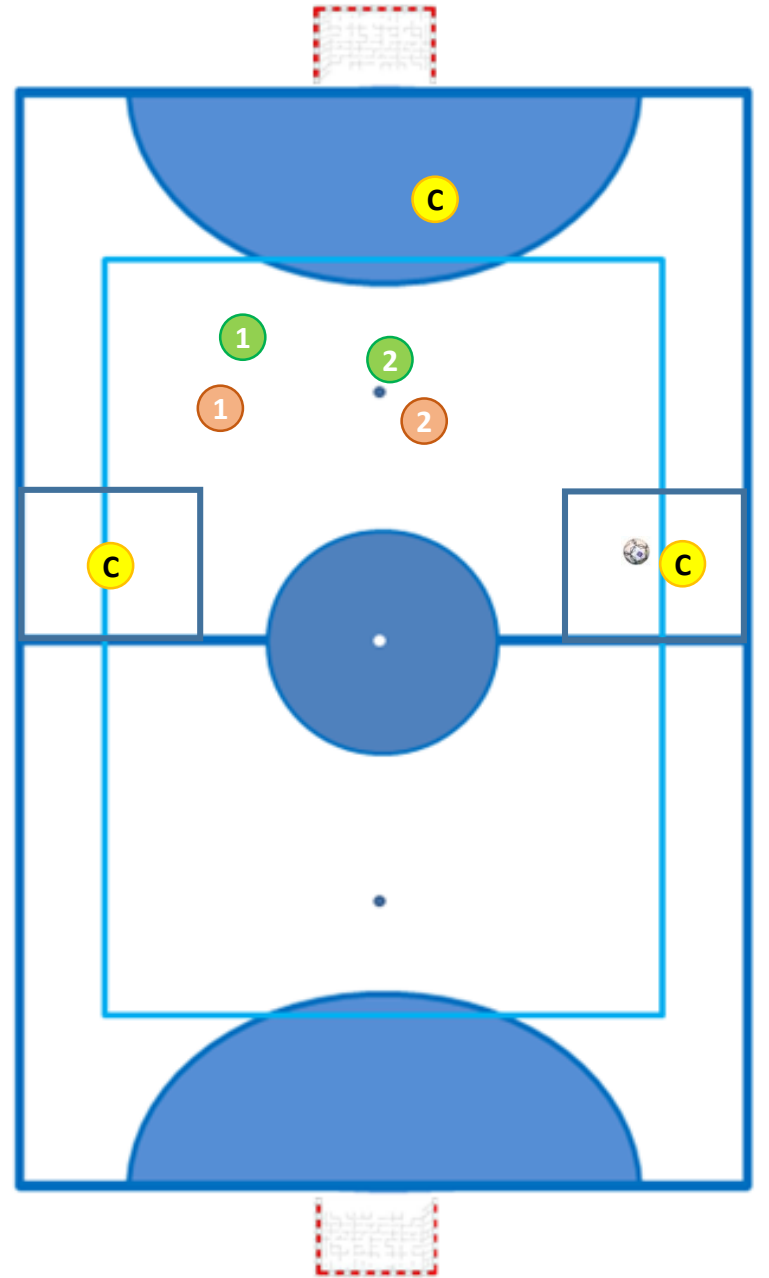
Trabajo de fintas

Tareas de entrenamiento en relación al concepto técnico de la finta

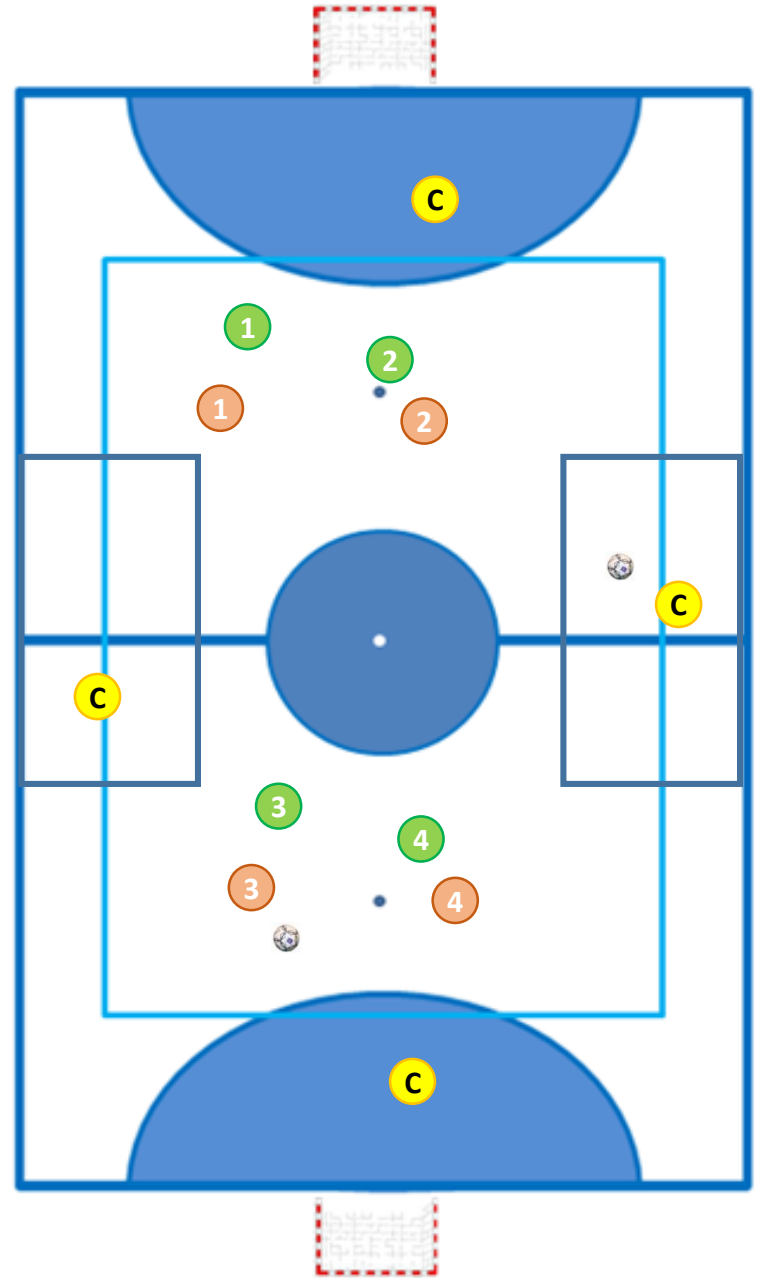
Objectiu	Joc de fintes.
Zona	20 x 20
Jugadors	12 jugadors.
Explicació	8 atacants i 4 defensors. Jugo amb un jugador i aquest té 4 segons per jugar amb un altre jugador, si no hi juga passa ell a defensar. Els jugadors defensius no poden robar pilota al jugador de pilota, només fer marcatge perquè no rebi l'altre i tallar passades.



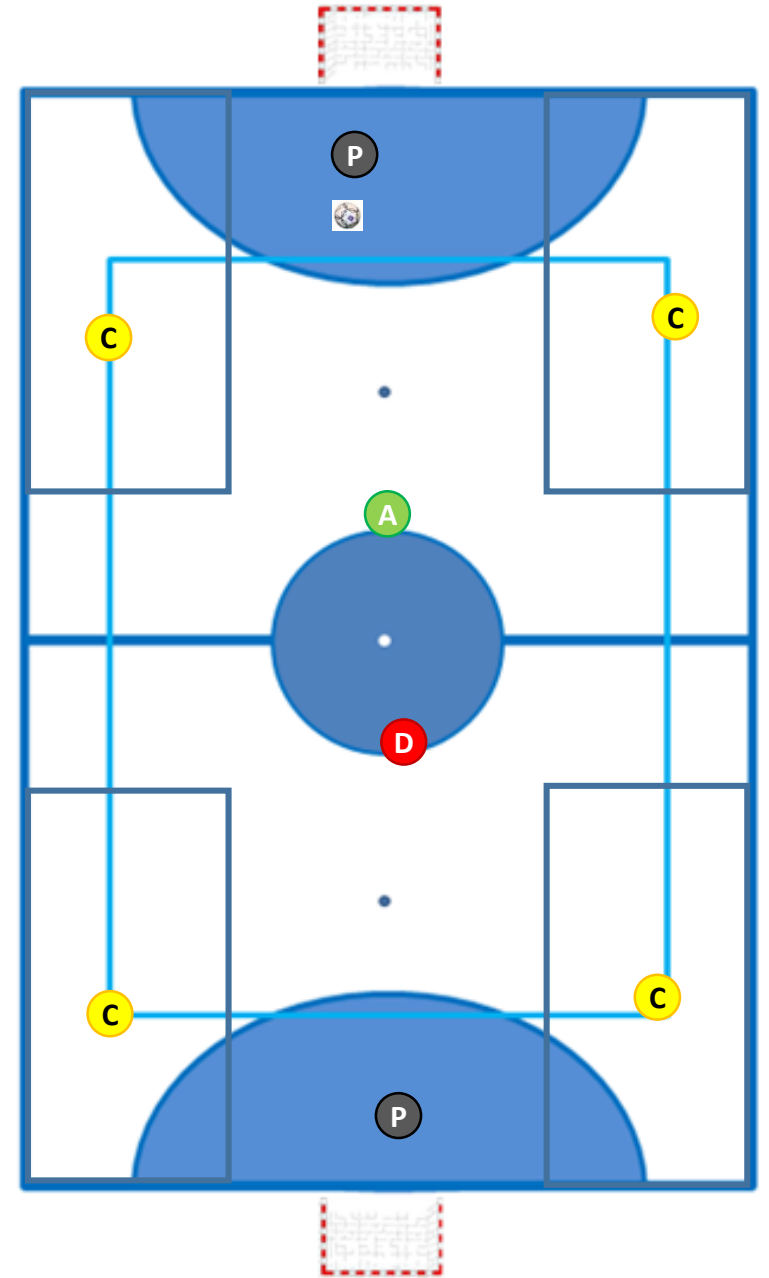
Objectiu	Joc de fintes.
Zona	20x20.
Jugadors	7 jugadors.
Explicació	Els jugadors s'enfronten per parelles. Situem un comodí a l'àrea i els altres dos en cantonades oposades. Els atacants han de desmarcar-se per rebre la pilota d'un dels comodins que no poden sortir de la seva zona. Aconseguiran un punt cada cop que controlin la pilota i se la passin a un altre comodí, tres el que continuen jugant com a atacants. Si un defensor recupera la pilota s'intercanvien els rols de parella.
Variants	Els atacants no es poden passar la pilota entre ells. Limitar segons als comodins per passar la pilota.



Objectiu	Joc de fintes.
Zona	40x20.
Jugadors	12 jugadors.
Explicació	Els jugadors s'enfronten per parelles. Situem un comodí a cada àrea i els altres dos en es zones especials senyalitzades a l'altura del mig del camp. Els comodins no poden sortir de la seva zona i els dos del mig estaran atents a jugar amb qualsevol de les dos pilotes. Els atacants només poden jugar al seu mig del camp corresponent, i poden jugar amb els comodins de la seva àrea respectiva i amb els dos del mig del camp. Aconseguiran un punt cada cop que controlin la pilota i se la passin a un altre comodí tres lo qual continuen jugant com atacants. Si un defensor recupera la pilota s'intercanvien els rols.
Variants	Els atacants no es poden passar la pilota entre ells. Limitar segons als comodins per passar la pilota.



Objectiu	Joc de fintes més finalització.
Zona	40x20.
Jugadors	6 jugadors + 2 porters.
Explicació	<p>Dividim la pista en tres parts, aproximadament iguals i en les zones laterals senyalitzem 4 subzones. El porter posa la pilota en joc passant-la obligatòriament a un dels comodins del seu camp d'on no poden sortir. Els comodins juguen a 2-3 tocs intentant connectar amb l'atacant que quan rebi haurà de jugar amb un dels dos comodins de l'altre camp, que al tornar-li la pilota podrà finalitzar.</p> <p>Si el defensor recupera la pilota podrà contraatacar sobre la porteria contrària.</p>



Objectiu	Joc de fintes.
Zona	28x20
Jugadors	6 jugadors + 2 porters.
Explicació	Exercici 3 contra 3 un de cada equip amb un color. Només tinc una passada perquè cada jugador només pot passar-se-la a un, així que treballa finta i he de tenir que fer finta en la trajectòria de la passada. El que genera més pressió defensiva.
Variants	Obligar a un mínim de passes abans de finalitzar faig que el joc sigui més individual perquè no s'han de preocupar tant de les cobertures i treballa més les fintes. Ho puc traslladar a un 6 x 6 o un 4 x 4 on dos són del mateix color, però és més caòtic. Si són 6 hi ha menys espai. Amb 6 he d'alternar fintes de recolzament i de ruptura. També el de 3 x 3 que no se la puc passar a qui me l'ha donat.

