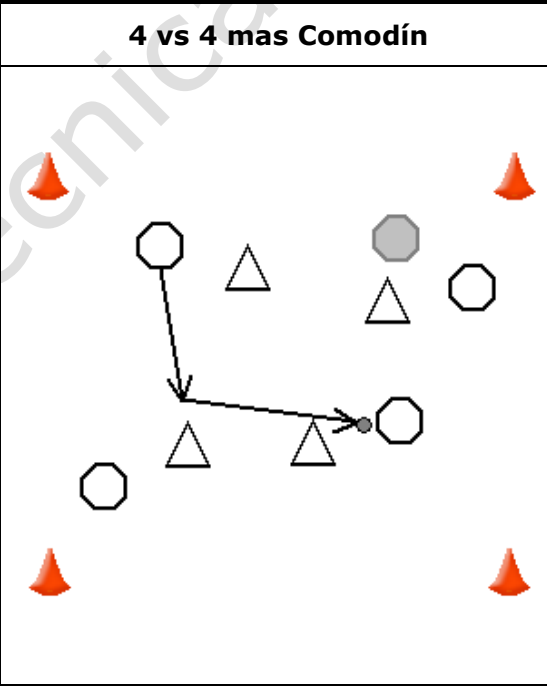


## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		4 vs 4 mas Comodín
<b>Nº de jug:</b>	8; 4 x 4	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	2 a 3 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 15 x 15 o 20 x 20 metros	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Marca y Recuperación	
<b>Desarrollo:</b>	Posesión del balón, jugando un 4x4. El quinto jugador es el "comodín" que siempre ataca y devuelve al mismo equipo. Este puede jugar a 1 ó 2 toques, por dentro o fuera del cuadrado, etc. Acentuar el esfuerzo en el desmarque.	
<b>Variantes:</b>	2x2 con dos comodines. 3x3+1 comodín. 3x3+2 comodines. 4x4+2 comodines (40x40 m.) Cambiar cada cierto tiempo al comodín	
<b>Observaciones:</b>		

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		4 vs 4 mas apoyos afuera
<b>Nº de jug:</b>	12; 4 x 4 + 4	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	Hasta 5 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 20 x 20 metros	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Marca y Recuperación	
<b>Desarrollo:</b>	<p>Posesión del balón y acentuar el esfuerzo en el desmarque, 4 vs 4 + 4 apoyos, al quitar, sigue el que recupera e ingresan los apoyos.</p> <p>Los apoyos están por fuera, siempre ataca y devuelve al mismo equipo que le pasó, y pueden jugar a 1 ó 2 toques.</p>	
<b>Variantes:</b>	<p>2x2 con 4 apoyos.</p> <p>3x3+ .</p> <p>3x3+ con 4 apoyos.</p> <p>4x4+ con 4 apoyos. (40x40 m.)</p> <p>Cambiar cada cierto tiempo con los 4 apoyos.</p>	
<b>Observaciones:</b>		

2

## Juegos de Entrenamiento

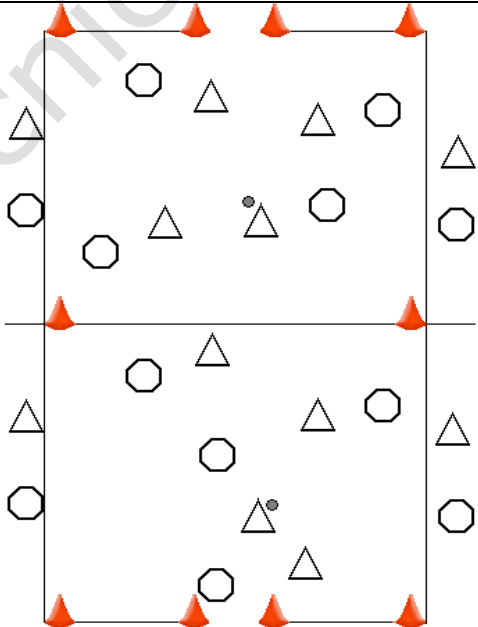
Categorías - 12 - 13 años		Quitar y cambiar de lado
<b>Nº de jug:</b>	8; 4 x 2 + 2	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	2 a 3 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 10 x 20 metros	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Marca y Recuperación	
<b>Desarrollo:</b>	El equipo de 4 intenta mantener la pelota, 2 jugadores del equipo contrario intentan quitar, los otros dos están en el otro lado del rectángulo. Cuando quitan realizan el pase y van a apoyar; 2 rivales cruzan a marcar. 4 x 2 del otro lado	
<b>Variantes:</b>	Reduciendo las dimensiones y siempre defiende uno menos. 5 x 3 + 2 en un rectángulo de 30 x 15 m	
<b>Observaciones:</b>		

3

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		4 + 1 vs 4 + 1
<b>Nº de jug:</b>	20; 4 + 1 x 4 + 1 : x 2	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	8 a 10 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 20 x 40 metros	
<b>Objetivo:</b>	Mantener la pelota el mayor tiempo posible. Marca y Recuperación	
<b>Desarrollo:</b>	El equipo debe mantener la pelota el mayor número de pases (10 un gol) si el contrario quita, inmediatamente deben pasar al jugador que está en banda (QUITAR Y PASAR), y éste debe pasar al centro a un toque. El que ha pasado se coloca en la banda y éste pasa al centro. Partidos simultáneos, al silbato cambian de cancha	
<b>Variantes:</b>	Gol al apoyar la pelota sobre línea de fondo 4x4+24 2 comodines Cambiar cada cierto tiempo al comodín	
<b>Observaciones:</b>		

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		4 vs 4 + 1 + 1
<b>Nº de jug:</b>	24; 4 + 2 x 4 + 2: x 2	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	8 a 10 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	3 minutos	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 20 x 40 metros	
<b>Objetivo:</b>	Mantener la pelota el mayor tiempo posible. Marca y Recuperación	
<b>Desarrollo:</b>	Partido 4 vs 4, con arquero peligro, si el contrario quita, inmediatamente deben pasar al jugador que está en banda (QUITAR Y PASAR), y éste debe pasar al centro a un toque. El que ha pasado se coloca en la banda y éste pasa al centro. Partidos simultáneos, al silbato cambian de cancha	
<b>Variantes:</b>	4x4+2 + 2 + 2 comodines Cambiar cada cierto tiempo al comodín	
<b>Observaciones:</b>		

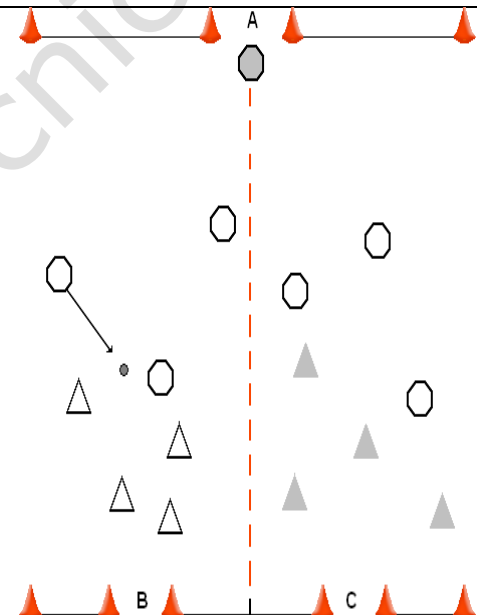
5

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Partido múltiple
<b>Nº de jug:</b>	8: 2 x 2 x 4	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	2 a 3 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	Cuadrado de 20 x 20 metros	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Marca y Recuperación	
<b>Desarrollo:</b>	Dividimos al grupo por parejas (también puede ser por tríos). Se juega con cuatro porterías dispuestas en forma de cuadrado en el terreno. Cada pareja defiende su portería y debe marcar en las otras tres. La clave de este juego es defender la portería y esperar el momento de un rechace para marcar.	
<b>Variantes:</b>	Dos pelotas, entre las pareja que tienen arcos enfrentados, partidos simultáneos Por tiempo, al silbato se enfrentan los arcos vecinos. Por tríos	
<b>Observaciones:</b>		

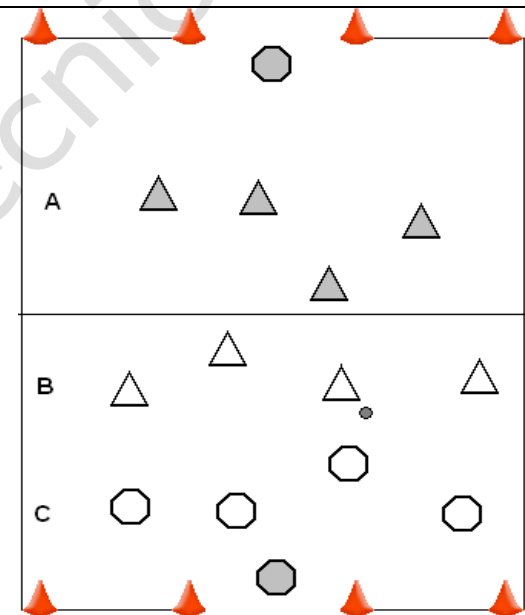
6

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Ataque variado
<b>Nº de jug:</b>	15; 6 + arq 4 x 4	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	8 a 10 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	3 minutos	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 40 x 20 metros	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Marca y Recuperación	
<b>Desarrollo:</b>	El grupo <b>A</b> (6 jug) puede atacar los dos arcos, y defiende la suya, no se pueden cruzar a la otra zona, si la pelota. <b>B</b> y <b>C</b> (4 jug c/ u) deben defender su arco y atacar en la grande (no pueden cruzar de zona ni pasarse la pelota), es decir que tienen que jugar por las bandas.	
<b>Variantes:</b>	Dar tiempo para rematar al arco 6 x 5 x 5 con comodín Dividir la cancha en largo y marcar zonas de intercambio, para <b>A</b> de sumar jugadores, para <b>B</b> y <b>C</b> de pases	
<b>Observaciones:</b>		

7

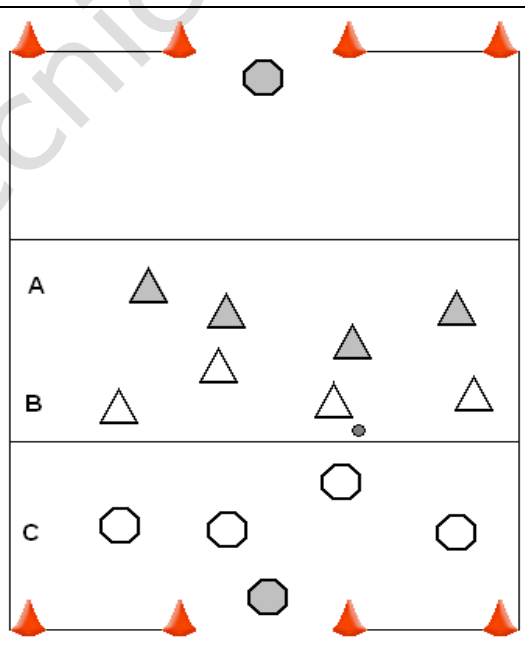
## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		4 vs 4, 4 esperando
<b>Nº de jug:</b>	14; 4 x 4 x 4 + 2 arqueros	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	5 a 10 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 40 x 20 metros	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Marca y Recuperación	
<b>Desarrollo:</b>	Equipo <b>B</b> , se enfrenta al <b>C</b> , en un arco, si estos quitan la pelota atacan rápido hacia el otro arco enfrentarse al equipo <b>A</b> . El equipo que marca gol vuelve a atacar, para esto gira y ataca el otro arco	
<b>Variantes:</b>	El equipo que ataca tiene un límite de tiempo para rematar después que pasó media cancha, así trabajamos el contraataque. Comenzar con 40" y bajar hasta 15" El equipo que ataca, suma por fuera apoyos, que no entran a la cancha.	
<b>Observaciones:</b>		

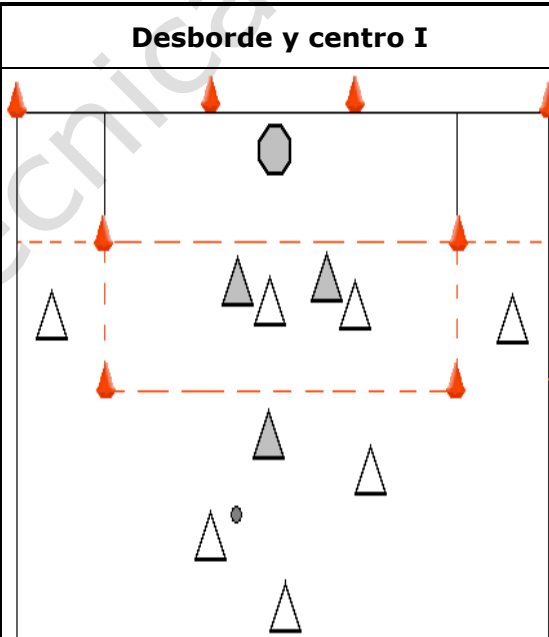
8



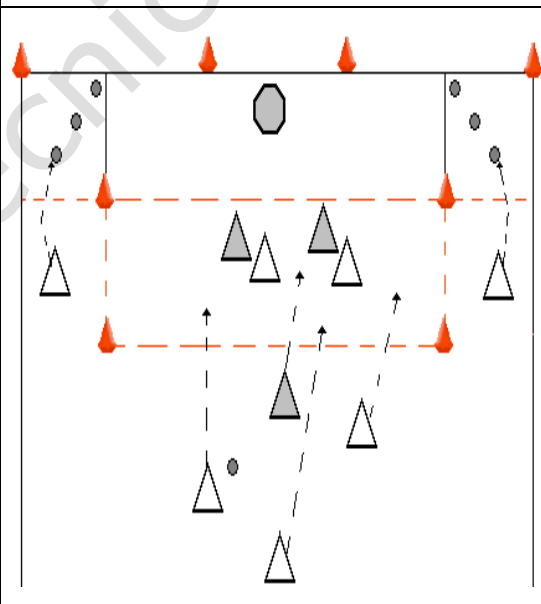
## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		4 vs 4 +4 al apoyo
<b>Nº de jug:</b>	14; 4 x 4 x 4 + 2 arqueros	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	24' por partido. 45" a 1 minuto por equipo. 4 partidos	
<b>Pausa:</b>	Intermedia, 3 minutos	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 40 x 20 metros	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Marca y Recuperación	
<b>Desarrollo:</b>	<p>Equipo <b>B</b>, se enfrenta al <b>C</b>, en un arco, apoyado por el equipo <b>A</b> y define la acción, en ese momento debe gira y atacar al arco de <b>A</b>, ahora apoyado por <b>C</b>.</p> <p>Si el equipo que defiende quita, pasa a atacar apoyado por <b>B</b>, y el juego continúa con el mismo equipo atacante, hasta que termina el tiempo o la pierde.</p> <p>El apoyo no entra ha zona defensiva ni remata</p>	
<b>Variantes:</b>	<p>El equipo que ataca tiene un límite de tiempo para rematar después que pasó media cancha, así trabajamos el contraataque. Comenzar con 40" y bajar hasta 15"</p> <p>El equipo que ataca, suma por fuera apoyos, que no entran a la cancha.</p>	
<b>Observaciones:</b>		

## Juegos de Entrenamiento

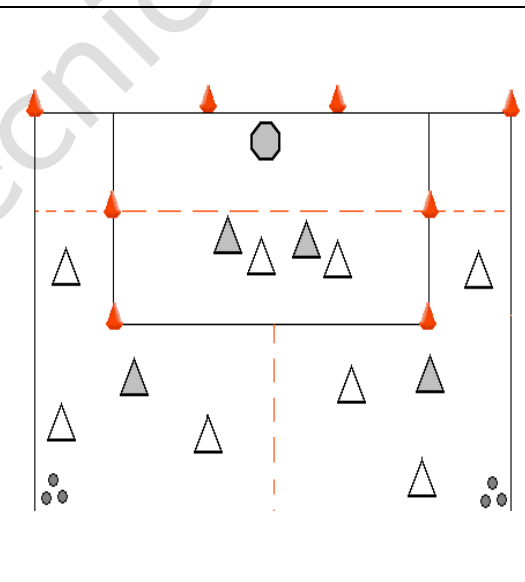
Categorías - 12 - 13 años		Desborde y centro I
<b>Nº de jug:</b>	11; 7 x 3 + Arquero	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	5 minutos en total, alternando cada lateral	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	Media cancha	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Pase y centro con precisión	
<b>Desarrollo:</b>	2x1 contra el pivote. Pasar al costado, recibe el extremo, y centro al área para que rematen los delanteros, antes de pasar el último cono. Los puntas están marcados y afuera un jugador tapa a los medios La clave es el trabajo de desborde del extremo y centro	
<b>Variantes:</b>	Ir agregando defensas al costado, manteniendo superioridad numérica en ataque	
<b>Observaciones:</b>		

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Desborde y centro II
<b>Nº de jug:</b>	11; 7 x 3 + Arquero	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	5 minutos en total, alternando cada lateral	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	Media cancha	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Pase y centro con precisión	
<b>Desarrollo:</b>	2x1 contra el pivote. Pasar al costado, recibe el extremo, y centro al área para que rematen los delanteros, antes de pasar el último cono. Los puntas están marcados y afuera un jugador tapa a los medios Después del 1º centro, defensas y delanteros salen afuera del área y vuelven a entrar a definir, los medios también, 3 veces.	
<b>Variantes:</b>	Ir agregando defensas al costado, manteniendo superioridad numérica en ataque	
<b>Observaciones:</b>		

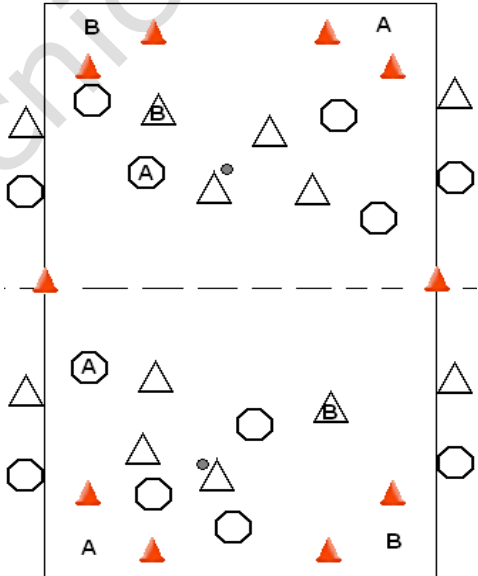
11

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Desborde y centro III
<b>Nº de jug:</b>	13; 8 x 4 + Arquero	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	10 minutos en total, alternando cada lateral	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	Media cancha	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Pase y centro con precisión	
<b>Desarrollo:</b>	2 x 1 mediocampistas + lateral, para apoyar con pase al costado, recibe el extremo, y centro al área para que rematen los delanteros, antes de pasar el último cono. Los puntas están marcados y afuera el delantero extremo esta libre. La clave es el trabajo de desborde del extremo y centro Rotar los defensas y puntas	
<b>Variantes:</b>	Ir agregando defensas al costado, manteniendo superioridad numérica en ataque	
<b>Observaciones:</b>		

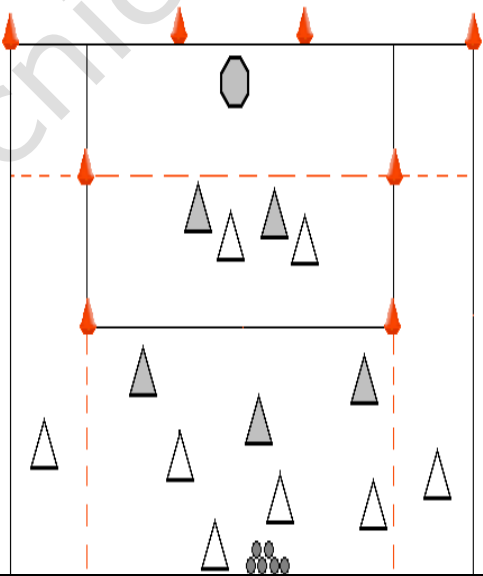
12

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Desborde y centro IV
<b>Nº de jug:</b>	24; 4 + 2 x 4 + 2: x 2	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	8 a 10 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	3 minutos	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 20 x 40 metros	
<b>Objetivo:</b>	Mantener la pelota el mayor tiempo posible. Marca y Recuperación	
<b>Desarrollo:</b>	<p>Partido 4 vs 4, con arquero peligro, si el contrario quita, inmediatamente deben pasar al jugador que está en banda (QUITAR Y PASAR), y éste debe pasar al centro a un toque. El que ha pasado se coloca en la banda y éste pasa al centro.</p> <p>Partidos simultáneos, al silbato cambian de cancha</p> <p>Los goles en los arcos del ángulo, y valen por los dos lados</p>	
<b>Variantes:</b>	<p>4x4+2+2 + comodines</p> <p>Cambiar cada cierto tiempo al comodín</p>	
<b>Observaciones:</b>		

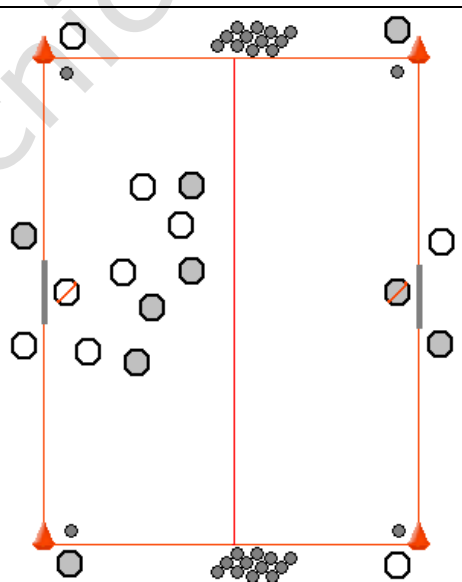
13

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Desborde y centro V
<b>Nº de jug:</b>	14; 8 x 5 + Arquero	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	10 minutos en total, alternando cada lateral	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	Media cancha	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Pase y centro con precisión	
<b>Desarrollo:</b>	<p>4 + 2 x 3 mediocampistas, para apoyar con pase al costado, recibe el extremo, y centro al área para que rematen los delanteros, antes de pasar el último cono.</p> <p>Los puntas están marcados y afuera el delantero extremo esta libre y puede apoyar a sus mediocampistas.</p> <p>La clave es el trabajo de desborde del extremo y centro</p> <p>Rotar los defensas y puntas</p>	
<b>Variantes:</b>	Ir agregando defensas al costado, manteniendo superioridad numérica en ataque	
<b>Observaciones:</b>		

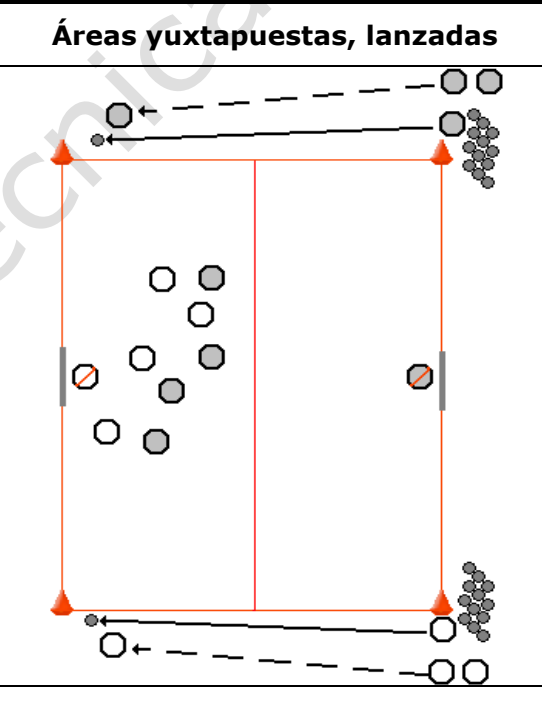
14

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Áreas yuxtapuestas
<b>Nº de jug:</b>	18: 4 + 4 vs 4 + 4 + 2 arquero	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	45" a 1'30" minutos por partido, 3 a 5 partidos	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	2 áreas grandes unidas	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Pase y centro con precisión	
<b>Desarrollo:</b>	4 vs 4 en el centro, desde los costados levantan centros y defender o atacar según que jugador levantó.  La clave es el trabajo de centrar con precisión y dominar los ritmos de cabeceo ofensivo y defensivo	
<b>Variantes:</b>	Alternar un centro, 2 o 3, desde un costado y luego a la otra área Después del centro continuar con un ataque al otro arco	
<b>Observaciones:</b>		

15

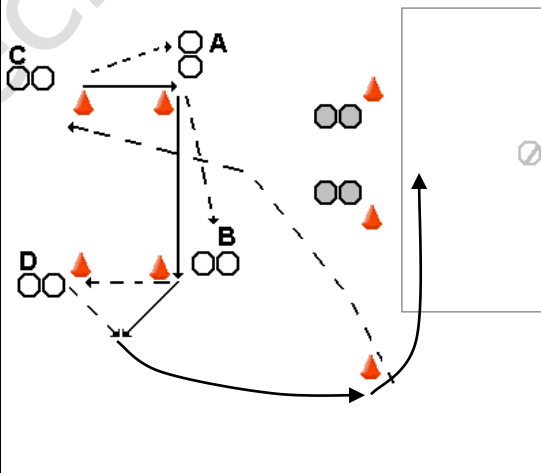
## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Áreas yuxtapuestas, lanzadas
<b>Nº de jug:</b>	18: 4 + 4 vs 4 + 4 + 2 arquero	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	45" a 1'30" minutos por partido, 3 a 5 partidos	
<b>Pausa:</b>	El mismo tiempo	
<b>Espacio:</b>	2 áreas grandes unidas	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Pase y centro con precisión	
<b>Desarrollo:</b>	4 vs 4 en el centro, desde los costados levantan centros y defender o atacar según que jugador levantó.  Cada equipo dispone a sus jugadores para lanzar pases profundos y centros en velocidad. Tarea alternada  La clave es el trabajo de centrar con precisión y dominar los ritmos de cabeceo ofensivo y defensivo	
<b>Variantes:</b>	Alternar un centro, 2 0 3, desde un costado y luego a la otra área Después del centro continuar con un ataque al otro arco	
<b>Observaciones:</b>		

16

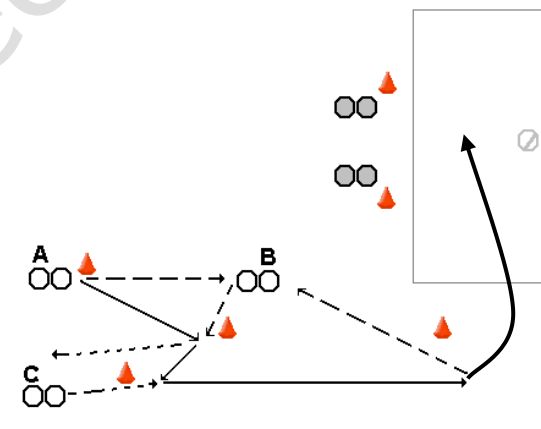


## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Desborde y centro
<b>Nº de jug:</b>	12 + arquero	
<b>Material:</b>	Pelotas y conos	
<b>Duración:</b>	8 a 10 minutos en total. 6 Repeticiones por pareja	
<b>Pausa:</b>	2 minutos	
<b>Espacio:</b>	Media cancha	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Pase y centro con precisión	
<b>Desarrollo:</b>	<p>Se inicia la tarea pasando <b>C</b> sobre <b>A</b>, éste con <b>B</b> y apoyo hacia <b>D</b> que conduce en velocidad y antes del cono envía centro para que entren a definir una pareja de delanteros.</p> <p>No se interrumpen los desplazamientos, relevando y reiniciando</p> <p>Trabajar sobre el otro lado de la cancha. Máxima precisión y velocidad. Definición precisa</p>	
<b>Variantes:</b>	Ir agregando defensas al costado, manteniendo superioridad numérica en ataque	
<b>Observaciones:</b>		

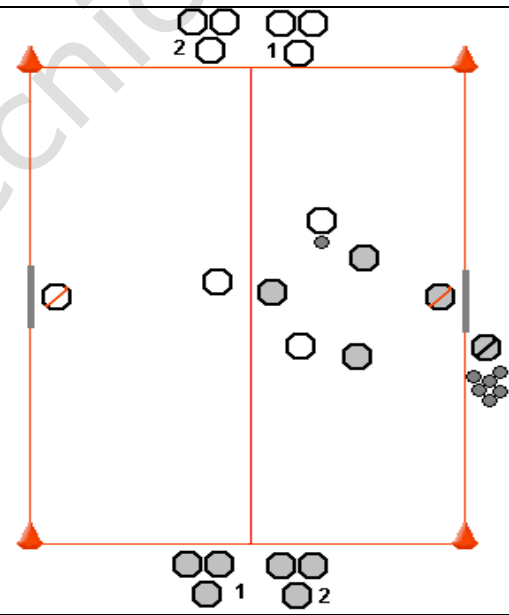
17

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Desborde y centro
<b>Nº de jug:</b>	12 + arquero	
<b>Material:</b>	Pelotas y conos	
<b>Duración:</b>	8 a 10 minutos en total. 6 Repeticiones por pareja	
<b>Pausa:</b>	2 minutos	
<b>Espacio:</b>	Media cancha	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Pase y centro con precisión, definición precisa	
<b>Desarrollo:</b>	<p>Se inicia la tarea pasando <b>A</b>, fuerte y rasante a <b>B</b> que anticipa al cono y apoyo a <b>C</b> que de un toque la pone al fondo y antes del cono envía centro para que entren a definir una pareja de delanteros.</p> <p>No se interrumpen los desplazamientos, relevando y reiniciando</p> <p>Trabajar sobre el otro lado de la cancha. Máxima precisión y velocidad. Definición precisa</p>	
<b>Variantes:</b>	Ir agregando defensas al costado, manteniendo superioridad numérica en ataque	
<b>Observaciones:</b>		

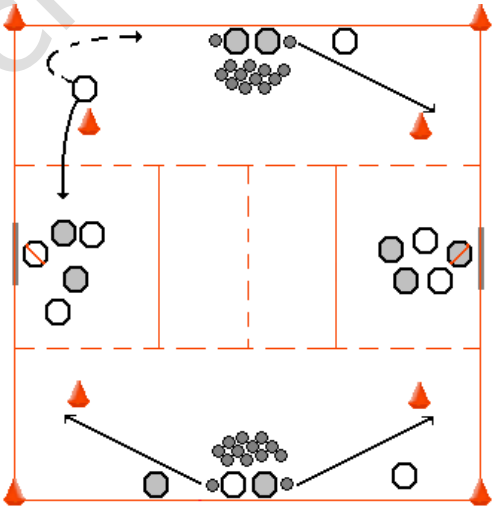
18

## Juegos de Entrenamiento

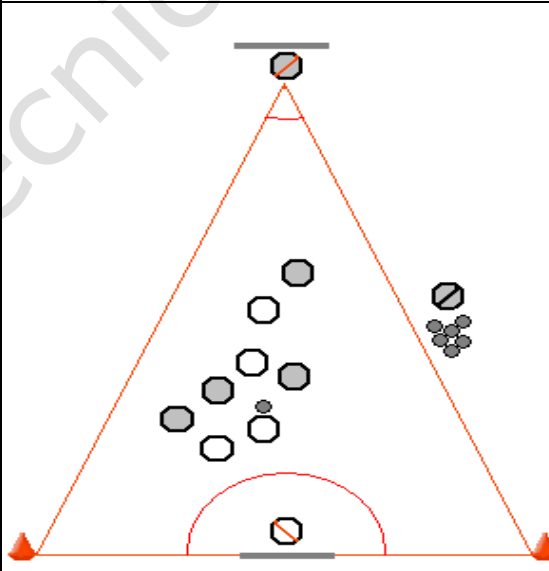
Categorías - 12 - 13 años		Ataque intensivo
<b>Nº de jug:</b>	20: 3 vs 3 + 2 arquero. Relevos esperando	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	45" a 1'30" minutos por partido, 3 a 5 partidos	
<b>Pausa:</b>	Doble de tiempo de trabajo	
<b>Espacio:</b>	2 áreas grandes unidas	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Pase y centro con precisión	
<b>Desarrollo:</b>	<p>3 vs 3 mas arquero atacando sobre pelota jugada por el entrenador.</p> <p>Tarea alternada, pues el Entrenador determina cuando hay cambio de un equipo o los dos a la vez</p> <p>La clave es el trabajo de definición con precisión y dominar los ritmos de cabeceo ofensivo y defensivo</p>	
<b>Variantes:</b>		
<b>Observaciones:</b>		

19

## Juegos de Entrenamiento

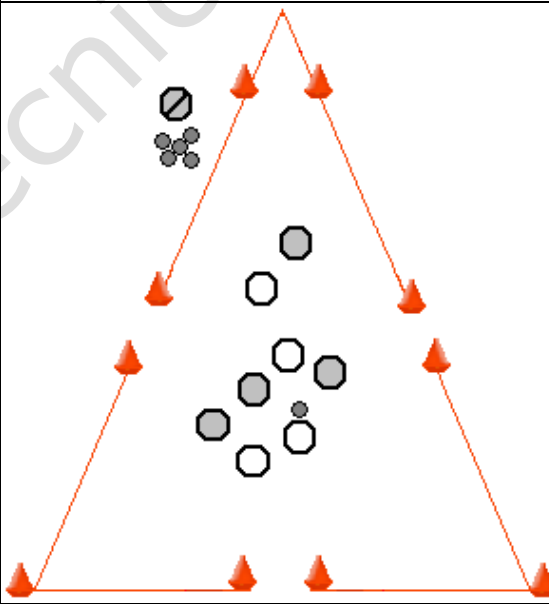
Categorías - 12 - 13 años		Ataque ultra intenso
<b>Nº de jug:</b>	18: 2 + 4 vs 2 + 4 + 2 arquero. Relevos esperando	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	45" a 1'30" minutos por partido, 3 a 5 partidos	
<b>Pausa:</b>	Igual tiempo de trabajo	
<b>Espacio:</b>	2 áreas grandes con 5 metros de separación unidas	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro. Pase y centro con precisión	
<b>Desarrollo:</b>	<p>2 vs 2 mas arquero atacando sobre pelota jugada desde el costado en cada área. Desde cada costado, un jugador de cada equipo por vez, lanza una pelota adelante y a la carrera envía centro para definir.</p> <p>Los delanteros deben abandonar el área y volver a ingresar</p> <p>La clave es el trabajo de definición con precisión y dominar los ritmos de cabeceo ofensivo y defensivo</p>	
<b>Variantes:</b>	Ir agregando defensas al costado, manteniendo superioridad numérica en ataque	
<b>Observaciones:</b>		

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Juego ajustado
<b>Nº de jug:</b>	4 vs 4 + 2 arquero. Relevos esperando	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	3 a 5 minutos por partido, 3 a 5 partidos	
<b>Pausa:</b>	Doble de tiempo de trabajo	
<b>Espacio:</b>	Triángulo 10 mts de base por 15 de lado	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro.	
<b>Desarrollo:</b>	4 vs 4 más arquero atacando sobre pelota jugada por el entrenador. La definición desde afuera del área marcada Tarea alternada, pues el Entrenador determina cuando hay cambio de un equipo o los dos a la vez A mitad de tiempo cambio de arco	
<b>Variantes:</b>		
<b>Observaciones:</b>		

21

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Muchos arcos
<b>Nº de jug:</b>	4 vs 4. Relevos esperando	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	3 a 5 minutos por partido, 3 a 5 partidos	
<b>Pausa:</b>	Doble de tiempo de trabajo	
<b>Espacio:</b>	Triángulo 10 mts de base por 15 de lado	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro.	
<b>Desarrollo:</b>	<p>4 vs 4 atacando sobre pelota jugada por el entrenador. Cada equipo defiende 2 arcos contiguos La definición desde afuera del área marcada</p> <p>Tarea alternada, pues el Entrenador determina cuando hay cambio de un equipo o los dos a la vez</p> <p>A mitad de tiempo cambio de arco</p>	
<b>Variantes:</b>		
<b>Observaciones:</b>		

22

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Espacios limitados
<b>Nº de jug:</b>	24: 6 vs 6 + 6 vs 6 + 2 arqueros	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	45" a 1'30" minutos por partido, 3 a 5 partidos	
<b>Pausa:</b>	Igual tiempo de trabajo	
<b>Espacio:</b>	20 x 30 mts	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro.	
<b>Desarrollo:</b>	<p>6 vs 6 mas arquero atacando sobre pelota jugada desde el costado por el entrenador.</p> <p>Tarea alternada, pues el Entrenador determina cuando hay cambio de cancha de un equipo o los dos a la vez. No ingresan ni jugadores ni pelota a zona sombreada.</p> <p>La clave es el trabajo de alta concentración y dominar los ritmos ofensivo y defensivo</p>	
<b>Variantes:</b>		
<b>Observaciones:</b>		

23

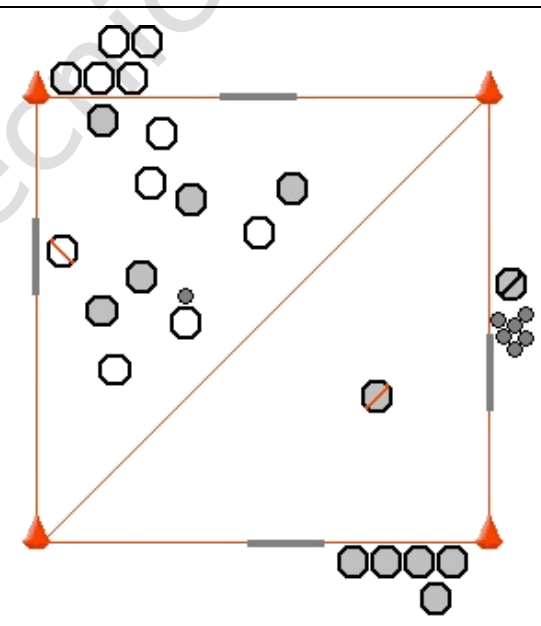
## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Ataque alternado
<b>Nº de jug:</b>	20 jugadores	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	45" a 1'30" minutos por partido, 3 a 5 partidos	
<b>Pausa:</b>	Igual tiempo de trabajo	
<b>Espacio:</b>	20 x 30 mts	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro.	
<b>Desarrollo:</b>	<p>Un equipo defiende 3 arcos, salen a la vez desde atrás de las líneas de fondo cada equipo, los delanteros vienen conduciendo y deben finalizar el ataque. Si es gol reinician desde el centro hasta cumplir el tiempo.</p> <p>El Entrenador repone desde el costado. No se interrumpen los desplazamientos, relevando y reiniciando</p>	
<b>Variantes:</b>		
<b>Observaciones:</b>		

24

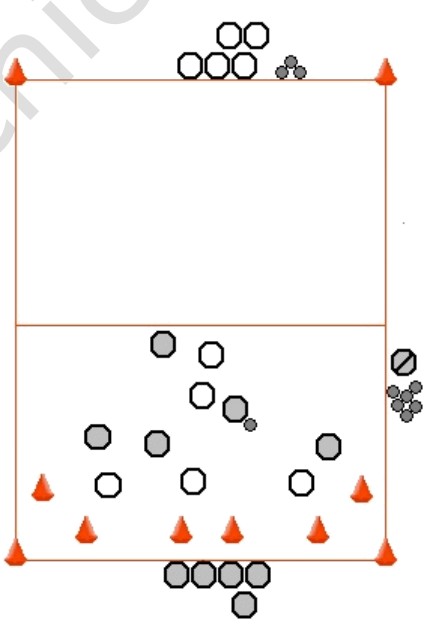


## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Defender arcos
<b>Nº de jug:</b>	5 vs 5 + arqueros. Relevos esperando	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	3 a 5 minutos por partido, 3 a 5 partidos	
<b>Pausa:</b>	Igual al tiempo de trabajo	
<b>Espacio:</b>	Cuadrado 15 por 15 mts de lado	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro.	
<b>Desarrollo:</b>	<p>5 vs 5 atacando sobre pelota jugada por el entrenador. Cada equipo defiende 2 arcos contiguos con un solo arquero.</p> <p>Tarea alternada, pues el Entrenador determina cuando hay cambio de un equipo o los dos a la vez</p> <p>La clave es el trabajo de alta concentración y dominar los ritmos ofensivo y defensivo</p>	
<b>Variantes:</b>	Ir agregando defensas al costado, manteniendo superioridad numérica en ataque	
<b>Observaciones:</b>		

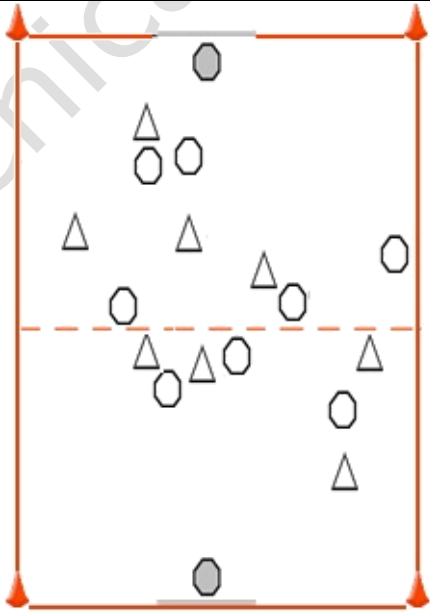
25

## Juegos de Entrenamiento

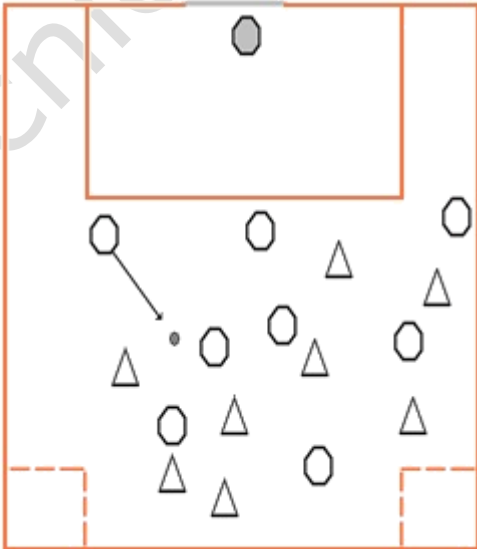
Categorías - 12 - 13 años		Atacar variando arco
<b>Nº de jug:</b>	20 jugadores	
<b>Material:</b>	Pelotas, petos y conos	
<b>Duración:</b>	45" a 1'30" minutos por partido, 3 a 5 partidos	
<b>Pausa:</b>	Igual tiempo de trabajo	
<b>Espacio:</b>	20 x 30 mts	
<b>Objetivo:</b>	Juego rápido y seguro.	
<b>Desarrollo:</b>	<p>Un equipo defiende 3 arcos, salen a la vez desde atrás de las líneas de fondo cada equipo, los delanteros vienen conduciendo y deben finalizar el ataque. Si es gol reinician desde el centro hasta cumplir el tiempo.</p> <p>El Entrenador repone desde el costado.</p> <p>No se interrumpen los desplazamientos, relevando y reiniciando</p>	
<b>Variantes:</b>	Ir agregando defensas al costado, manteniendo superioridad numérica en ataque	
<b>Observaciones:</b>		

26

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Tiro al arco
<b>Nº de jug:</b>	16 jugadores y 2 arqueros	
<b>Material:</b>	Pelotas, conos, camisetas y arcos portátiles	
<b>Duración:</b>	8 a 10 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	3 minutos	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 10 x 25 metros	
<b>Objetivo:</b>	* Aplicación de principios básicos del Juego * Dominio del Juego, el Tiempo y del Espacio	
<b>Temas:</b>	Juego 4 vs 4. en defensa. 5 vs 4. en defensa. 5 vs 4. en ataque. 6 vs 4. en ataque. 6 vs 3. 3n ataque. Toques. Definir para Defensa y Ataque.	
<b>Cualidades:</b>	Entrenar en situaciones frecuentes de inferioridad, en defensa y ataque	
<b>Observaciones:</b>		

## Juegos de Entrenamiento

Categorías - 12 - 13 años		Ataque-defensa por temas
<b>Nº de jug:</b>	16 jugadores y 2 arqueros	
<b>Material:</b>	Pelotas, conos, camisetas y arcos portátiles	
<b>Duración:</b>	8 a 10 minutos por partido	
<b>Pausa:</b>	3 minutos	
<b>Espacio:</b>	Rectángulo de 10 x 25 metros	
<b>Objetivo:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Aplicación de principios básicos del Juego</li> <li>* Dominio del Juego, el Tiempo y del Espacio</li> </ul>	
<b>Temas:</b>	Defensa. Quitar y crear de inmediato, anotar en arcos chicos Ataque. Gol en arco. Marca en presión y de inmediato al perder la pelota Toques. Definir para Defensa y Ataque	
<b>Cualidades:</b>	Entrenar en situaciones frecuentes de inferioridad, en defensa y ataque.	
<b>Observaciones:</b>		

28