

Rayo Vallecano de Madrid SAD

LA IMPORTANCIA DE NUESTRO FÚTBOL BASE



Álvaro Sánchez-Ballesteros



Índice

- Instalaciones
- Estructura y equipos
- Metodología
- Importancia de la cantera para el Rayo Vallecano



Instalaciones

- El lugar de entrenamiento del Rayo Vallecano y toda su cantera y escuela está centralizado en su Ciudad Deportiva. Hace unos años **no se disponía** de una instalación capaz de albergar a todos los equipos del club, circunstancia que dificulta el crecimiento y desarrollo de una cantera de élite como es la nuestra.



Instalaciones

Nuestra Ciudad Deportiva cuenta con:

- 4 campos de fútbol 11 de hierba artificial, 1 campo de fútbol 11 de hierba natural, un espacio reducido de hierba natural y dos campos de fútbol 7 en proceso de construcción
- 16 vestuarios
- Sala de Gimnasio
- Jacuzzi
- Clínica
- Sala de Prensa
- 2 salas multi-usos
- Oficinas





Instalaciones





Instalaciones





Instalaciones





Instalaciones

CUADRANTE SEMANAL // CIUDAD DEPORTIVA FUNDACION RAYO VALLECANO / DEL 16 AL 22 DE DICIEMBRE							
	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20	SABADO 21	DOMINGO 22
CAMP 1	17:00 PREB A / PREB B 17:00 FRV ALEVIN D 18:30 FRV ALEVIN A 18:30 FRV ALEVIN B 19:45 FRV INFANTIL A 19:45 FRV INFANTIL B 21:00 ELITE F-7 22:00 ELITE F-7	17:30 BENJA A/ ALEV A FEM 17:30 FRV INFAN C FEME 18:45 FRV INFANTIL C 18:45 FRV INFANTIL E 20:00 FRV JUVENIL D 20:00 FRV JUVENIL E 21:15 FRV JUVENIL C 21:15 FRV JUVENIL B	17:30 PREB A / PREB B 17:30 FRV ALEVIN D 19:00 FRV INFANTIL A 19:00 FRV INFANTIL B 20:30 SPORT VILLA 20:30 AT. VALLECAS	17:30 FRV ALEVIN A 17:30 FRV ALEVIN B 18:45 FRV INFANTIL C 18:45 FRV INFANTIL E 20:00 FRV JUVENIL D 20:00 FRV JUVENIL E 21:15 FRV JUVENIL C 21:15 FRV JUVENIL B	17:00 FRV BENJ FEM A- B 17:30 FRV ALE FEM B-C 19:00 GENUINE 19:00 ESCUELA CANON 20:30 GENUINE 20:30 AT. VALLECAS	09:00 FRV CADETE C CF D ELIPA 11:00 FRV CADETE G ALAMEDA DE OSUNA EF C 13:00 FRV CADETE F CD RAYO VICALVARO 15:00 FRV CADETE E SANTA MARIA DEL PILAR C 17:00 FRV INFANTIL F CD SAMPER B	09:00 ELITE F- 7 10:00 ELITE F- 7 11:00 ELITE F- 7 12:30 FRV JUVENIL D C. D. COSLADA D 15:00 FRV FEM CADE A C. AT. DE MADRID A
CAMP 2	17:30 BENJAMINES 17:30 BENJAMINES 19:00 ESCUELA CANON 19:00 SPORT VILLA 20:30 SPORT VILLA 20:30 SPORT VILLA	17:30 BENJAMINES 17:30 BENJAMINES 19:00 FRV INFANTIL A FEM 19:00 FRV INFANTIL B FEM	17:30 FRV BENJ FEM A-B 17:30 FRV ALE FEM B-C 19:00 ESCUELA CANON 19:00 ESCUELA CANON	17:30 BENJAMINES 17:30 BENJAMINES 19:00 FRV INFANTIL A FEM 19:00 FRV INFANTIL B FEM	17:30 ALEVIN A 17:30 ALEVIN B 19:00 SPORT VILLA 19:00 SPORT VILLA 20:30 SPORT VILLA 20:30 NUEVA CASTILLA	09:30 SP. VILLA ALE A RIVAS F. C 11:00 SP. VILLA ALE B CD VALLECAS 12:30 SP. VILLA INF B CD SANTA EUGENIA 14:00 LA GAVIA MADRID SUR 15:30 FRV INF E/E.D. MORATA E 17:00 FRV INF D/VALLECAS A	09:30 SP. VILLA JUV C. MOSCARDO 11:30 NUEVA CASTILLA VALLECAS CF 13:30 AT. VALLECAS EF AV LA CHIMENEA
CAMP 3	16:30 JUVENIL C SEGUNDO AÑO 18:00 ALEVIN A 18:00 ALEVIN B 19:30 FEMENINO B 21:00 FRV CADETE C 21:00 FRV CADETE E	18:00 ALEVIN A 18:00 ALEVIN B 19:30 FRV CADETE A FEM 19:30 FRV CADETE B FEM 21:00 FRV JUVENIL B FEM 21:00 FRV JUVENIL A FEM	16:30 JUVENIL C SEGUNDO AÑO 18:00 INFANTIL A 18:00 INFANTIL B 19:30 FRV CADETE C 19:30 FRV CADETE E 21:00 FEMENINO B	16:30 JUVENIL B PRIMER AÑO 18:00 INFANTIL A 18:00 INFANTIL B 19:30 FRV CADETE A FEM 19:30 FRV CADETE B FEM 21:00 FRV JUVENIL F 21:00 FRV JUVENIL A	16:30 JUVENIL B PRIMER AÑO 18:00 BENJA A -ALE A FEM 18:00 FRV INFANTIL C FEM 19:30 FEMENINO B 19:30 FRV JUVENIL B FEM 21:00 FRV JUVENIL A FEM 21:00 FRV SENIOR FEM	09:00 FRV INFANTIL J E. F. VICALVARO C 10:45 FRV ALEVIN C E. F. ARGANDA B 12:30 FRV INFANTIL I ALZOLA HALCONES 14:15 FRV ALEVIN E E. F. BARRIO PILAR B 16:00 FRV ALEVIN D SANTA MARIA DEL PILAR	09:00 FRV JUVENIL G C. D. NUEVAS PALOMER 11:30 FRV FE PREF LAS ROZAS NICON ASUM 14:00 FRV FEM JUV B E. F. CIUDAD GETAFE
CAMP 4	09:00 JUVENIL A 10:30 RAYO B 16:30 JUVENIL B PRIMER AÑO 18:00 INFANTIL A 18:00 INFANTIL B 19:30 CADETE A 1º 19:30 CADETE B 2º 21:00 FRV JUVENIL C FEM 21:00 FRV JUVENIL F	09:00 JUVENIL A 10:30 RAYO B 18:00 CADETE B 18:00 INFANTILES 19:30 FEMENINO A 21:00 FRV JUVENIL A 21:00 FRV SENIOR FEME	09:00 JUVENIL A 10:30 RAYO B 16:30 JUVENIL B PRIMER AÑO 18:00 CADETE A 1º 18:00 CADETE B 2º 19:30 FEMENINO A 21:00 VETERANOS	09:00 JUVENIL A 10:30 RAYO B 16:30 JUVENIL C SEGUNDO AÑO 18:00 CADETE A 1º 18:00 CADETE B 2º 19:30 FEMENINO A 21:00 FEMENINO B 21:00 FRV JUV C FEME	09:00 JUVENIL A 10:30 RAYO B 16:30 JUVENIL C SEGUNDO AÑO 18:00 CADETE A 1º 18:00 CADETE B 2º	09:00 FRV INFANTIL G ADEPO PALOMERAS C 10:30 RAYO B ENTRENO 12:00 FRV ALEVIN A E. D. MORATALAZ 13:45 FRV ALEVIN H E. D. ALMUDENA 16:00 JUVENIL C SIETE PICOS COLME	10:00 JUVENIL A LEGANES 12:30 RAYO B PARLA
CAMP 5	09:30 PRIMER EQUIPO GIMNASIO 09:30 PRIMER EQUIPO ABIERTA DE 08:00 A 23:30 SALA PRENSA Y VIDEO 09:30 PRIMER EQUIPO	GIMNASIO GIMNASIO ABIERTA DE 08:00 A 23:30 SALA PRENSA Y VIDEO	12:00 PRIMER EQUIPO GIMNASIO 12:00 PRIMER EQUIPO ABIERTA DE 08:00 A 23:30 SALA PRENSA Y VIDEO 12:00 PRIMER EQUIPO	09:30 PRIMER EQUIPO PUERTA CERRADA GIMNASIO 09:30 PRIMER EQUIPO ABIERTA DE 08:00 A 23:30 SALA PRENSA Y VIDEO 09:30 PRIMER EQUIPO	09:00 PRIMER EQUIPO GIMNASIO 09:00 PRIMER EQUIPO ABIERTA DE 08:00 A 23:30 SALA PRENSA Y VIDEO 09:00 PRIMER EQUIPO	GIMNASIO GIMNASIO 18:00 LAS PALMAS RAYO A SALA PRENSA Y VIDEO	GIMNASIO GIMNASIO SALA PRENSA Y VIDEO
	ESCUELA FRV	FUTBOL BASE RAYO V.	ESPACIO USO PUBLICO	PARTIDOS RAYO V.	TORNEO EMPRESAS	TECNIFICACION	ESCUELA MUNICIPAL



Estructura

- Nuestra cantera esta formada por 12 equipos y cuenta con más de 250 futbolistas:
 - Filial “Rayo B” - Tercera División
 - Juvenil “A” - División de Honor
 - Juvenil “B” y “C” - Primera División Autonómica
 - 2 Cadetes - Primera División Autonómica
 - Infantil “A” - División de Honor e Infantil “B” - Preferente
 - 2 Alevines - Primera División Autonómica
 - 2 Benjamines - Preferente





Estructura

- Para su formación contamos en cada equipo con un mínimo de:
 - Entrenador
 - Segundo Entrenador
 - Preparador Físico
 - Entrenador de Porteros en cada categoría





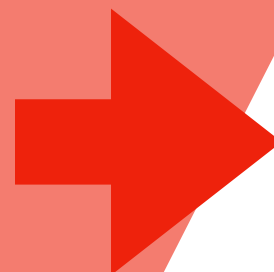
ETAPAS

TEMPORIZACIÓN

Rendimiento

Filial

Juvenil "A" y "B"

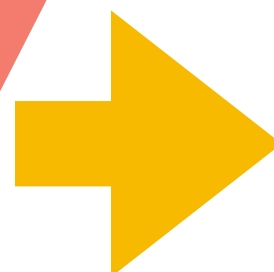


Corto plazo

Formación

Juvenil "C"

Cadete "A" y "B"



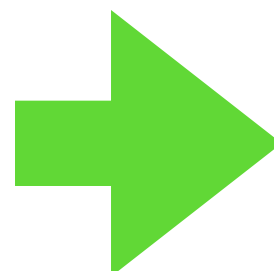
Medio plazo

Iniciación

Infantil "A" y "B"

Alevín "A" y "B"

Benjamín "A" y "B"



Largo plazo



Metodología por Etapas

Iniciación

Metodología

OBJETIVOS

Mejora de los recursos técnicos hasta el máximo de sus capacidades/talento.

CONCEPTOS

Básicos: ataque/ defensa/ transiciones

Posesión: control-pase / recuperación: entrada-presión

Progresión: conducción-pase/ Evitar progresión: entrada-temporización

Finalización: tiro-regate/ Evitar finalización: despeje-anticipación

CONTENIDOS METODOLÓGICOS

Posesiones: crear líneas de pases, orientación corporal, movimiento y percepción del entorno.

Posicionamientos: amplitud, ocupación de espacios.

Aplicación a situaciones de juego: 1x1, 2x1, 2x2, 3x2...



Metodología por Etapas

OBJETIVOS

Aprender jugando.

Velocidad de juego y de desplazamiento.

Lateralidad, coordinación y habilidad.

CONCEPTOS

Velocidad: Ser rápido, decidir rápido.

Resistencia: Capacidad para soportar un partido.

Fuerza: la que nos aporta la propia práctica del juego.

Lateralidad, habilidad, coordinación: iniciación en el dominio espacio-temporal en un deporte de cooperación-oposición.

CONTENIDOS METODOLÓGICOS

Juegos de velocidad

Juegos de oposición para aprender a superar situaciones inesperadas e iniciarse en la toma de decisión.

Ocupar diferentes posiciones y roles en las situaciones jugadas.

Educación para la adquisición de buenos hábitos de salud deportiva.

Iniciación

Preparación física



Metodología por Etapas

Formación

Metodología

OBJETIVOS

Mejora de los recursos técnico-tácticos

CONCEPTOS

Ataque/ defensa/ transiciones

Posesión: control-pase-conducción / recuperación: entrada-carga

Progresión: pared-pase-desmarque/ Evitar progresión: ayudas-temporización

Finalización: tiro-regate/ Evitar finalización: despeje-anticipación

CONTENIDOS METODOLÓGICOS

Posesiones: aspecto cognitiva (pensar antes de recibir)

Evoluciones: organización-control del espacio según sistema y posición

Posicionamientos: amplitud, ocupación de espacios.

Aplicación a situaciones de juego: manejos de línea, presión.

Fútbol en espacio reducido



Metodología por Etapas

Formación

Preparación física

OBJETIVOS

Aprender jugando.

Velocidad cognitiva y de ejecución.

Fuerza y coordinación.

CONCEPTOS

Velocidad: Pensar y ser rápido.

Resistencia: Capacidad para soportar los cambios de ritmo e intensidad que un partido de fútbol exige.

Fuerza: mejora de la misma para ser más eficaz en situaciones de duelos y altas velocidades.

Lateralidad, habilidad, coordinación: dominio de la lateralidad y habilidad y destreza con y sin balón. Ser más eficaz en el movimiento

CONTENIDOS METODOLÓGICOS

Tareas analíticas de velocidad.

Ejercicios y juegos de fútbol buscando objetivos de resistencia aeróbica/anaeróbica.

Ejercicios de auto-carga, preventivos y acciones específicas del juego para la mejora de la fuerza.

Realizar protocolos para la adquisición de buenos hábitos de salud deportiva.



Metodología por Etapas

Rendimiento

Metodología

OBJETIVOS

Conseguir el máximo rendimiento del jugador, para la obtención de resultados deportivos y personales.

CONCEPTOS

Avanzados: ataque/ defensa/ transiciones

Dominio de las acciones tácticas del juego: inteligencia táctica

Capacidad de resolver y reaccionar satisfactoriamente ante las distintas situaciones de juego.

CONTENIDOS METODOLÓGICOS

Microciclo basado en la competición



Metodología por Etapas

Rendimiento

Preparación física

OBJETIVOS

Optimizar al máximo las capacidades físicas del jugador, con el objetivo de que esté disponible el mayor tiempo posible y por lo tanto **reduciendo el riesgo de lesión**.

CONCEPTOS

Velocidad: Ejecutar, pensar y ser rápido. Mejor jugadores rápidos que veloces.

Resistencia: Capacidad para realizar un gran volumen de metros a alta intensidad y para repetir estos esfuerzos con poca recuperación.

Fuerza: desarrollo de la fuerza para mejorar el rendimiento en situaciones de cambio de dirección, aceleraciones, saltos, duelos...

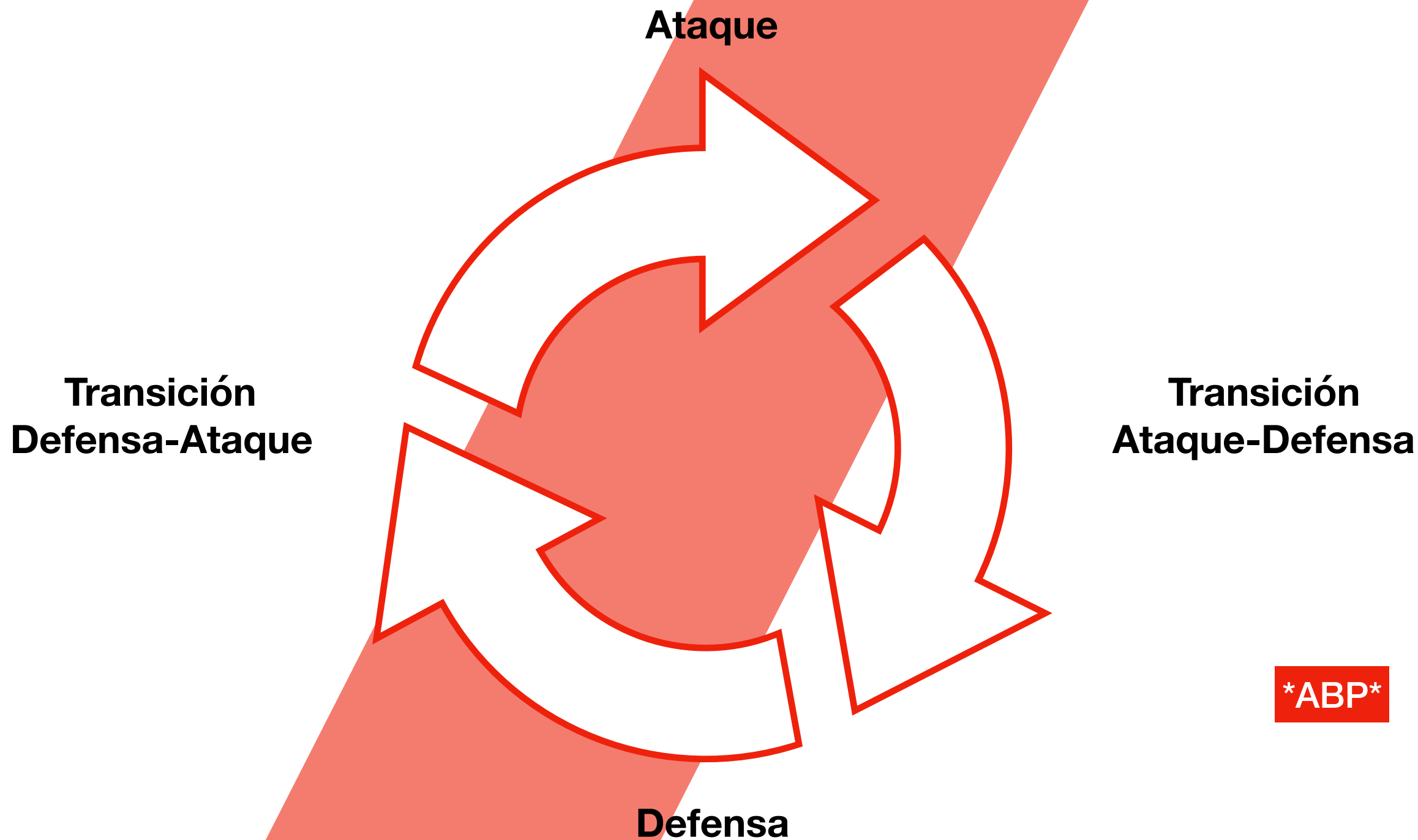
Coordinación y habilidad: Ser más eficaz y eficiente en el movimiento tanto en situaciones con balón como sin balón.

CONTENIDOS METODOLÓGICOS

Tareas y ejercicios para conseguir un acondicionamiento físico adaptado a las demandas de la competición, procurando que sea a través de **métodos integrados**.



Fases de Juego



ABP



Ataque

1. Amplitud del campo
2. Búsqueda de espacio libre
3. Ser protagonistas con balón, buscar posesión larga y efectiva
4. Darle profundidad al juego
5. Acumular rivales para llevar a zona opuesta y
6. Generar superioridades
7. Velocidad de juego con pocos toques y pases rápidos
8. Generar 2 vs 1 en banda
9. Finalizar jugada para evitar transiciones



Transición Ataque-Defensa

1. Presión intensa de los jugadores cercanos a balón tras la pérdida para recuperación o falta en campo rival
2. Si el rival consigue salir airoso de presión —> Organizar rápido el equipo
3. Dirigir el ataque rival hacia una banda



Defensa

1. Cerrar líneas por dentro, equipo junto y agresivo, obligando al rival a jugar por fuera y lejos de portería. Ahogar al rival con presión en banda.
2. Todos los jugadores defienden
3. Ser agresivo sin balón
4. Cerrar líneas haciendo “pequeño” el campo
5. Ante salto de compañero a presión, cierre de línea a su espalda
6. “Empujar” al rival lo más lejos de nuestra portería



Transición Defensa-Ataque

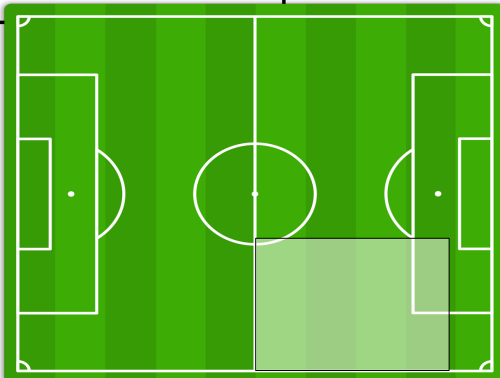
1. Rapidez para llevar el balón a lado opuesto (zona de menor ocupación rival)
2. Si es posible, pase corto, pero a gran velocidad
3. Primer pase SIEMPRE de seguridad
4. Dar máxima amplitud al campo
5. Movilidad de jugadores para generar y ocupar espacios libres

O.1 - O.2

D.1 - D.2

EC2

R3

(3 x 3) / (3 x 3) + 3 pivotes

Descripción: Un espacio de 30x20m se divide en dos zonas rectangulares. En cada rectángulo se juega un 3x3. Participan tres pivotes que juegan en los dos rectángulos. Los pivotes juegan a un toque y cuando tocan el balón deben pasar al otro campo. Los pivotes siempre van con el equipo que tiene la posesión. De esta manera se puede producir un 3x3, 4x3, 5x3 o un 6x3.

Variantes:

Juega un pivote en cada campo y el otro va cambiando.

**Equipo con balón****Equipo sin balón**

- O.1.1. Transición ofensiva.
- O.2.2. Juego de posesión y posición.
- O.2.4. Equilibrio defensivo en el ataque posicional.

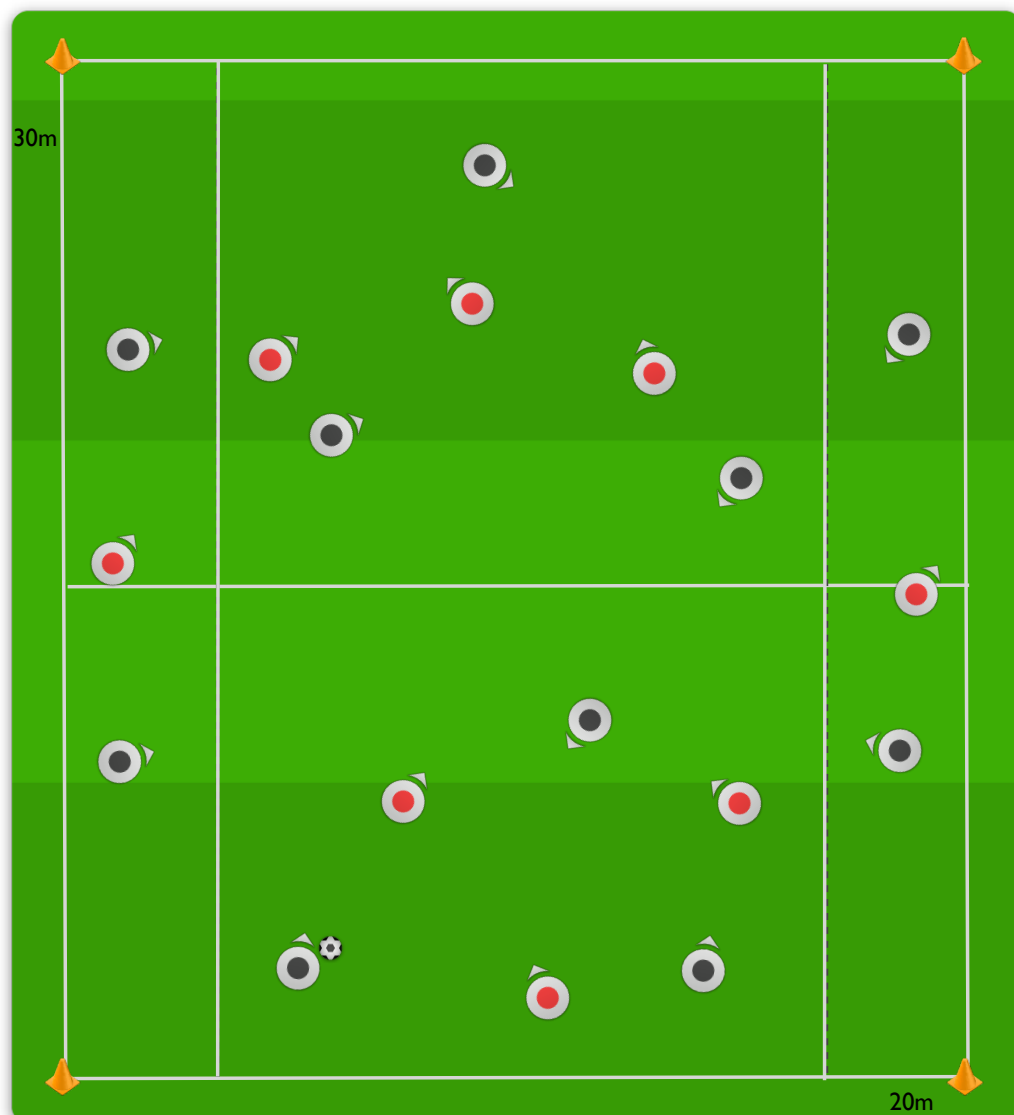
- D.1.1. Pressing pérdida.
- D.2.2. Defensa zonal presionante.
- D.2.4. Equilibrio ofensivo en la defensa del ataque posicional.

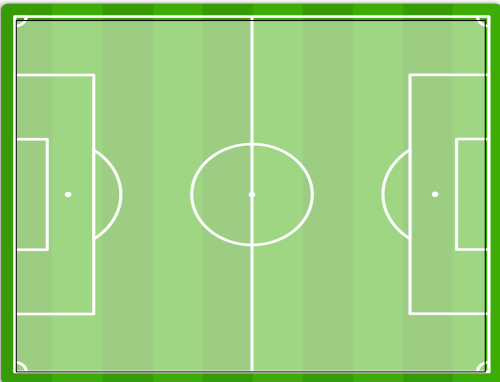
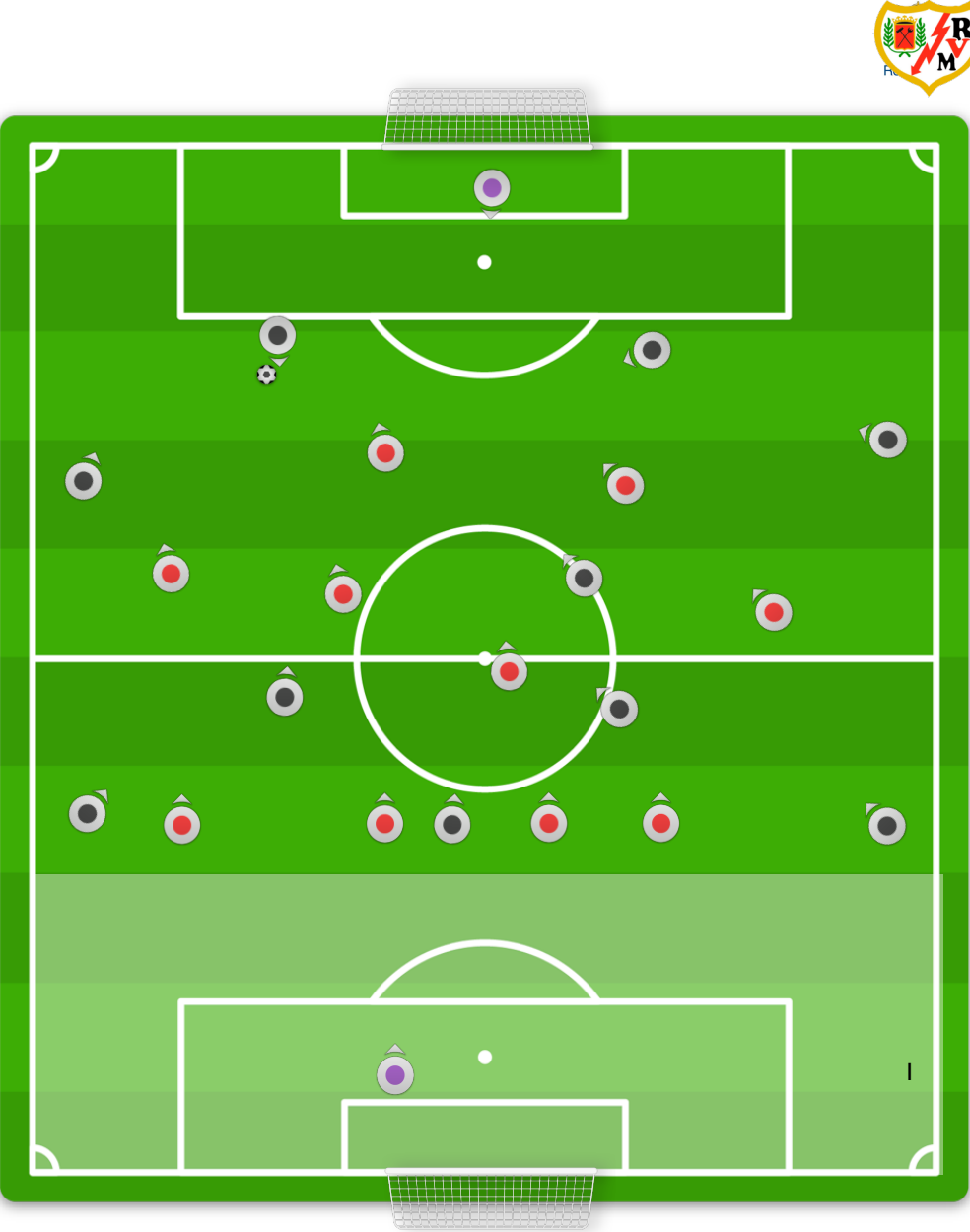
Pautas de reflexión

- Reajuste de roles (O.1.1).
- Análisis del entorno (O.1.1).
- Amplitud y profundidad (O.1.1).
- Primer pase de seguridad (O.1.1).
- Sacar el balón de zona de recuperación (O.1.1).
- Crear líneas de pase en zona de recuperación (O.1.1).
- Identificar hombres libres (O.1.1).
- Valorar riesgos en los pases (O.2.2).
- Utilizar pases tensos y rasos (O.2.2).
- Jugadores a diferentes alturas y pasillos (O.2.2).
- Crear triángulos asociativos de pase (O.2.2).
- Adecuar la velocidad del balón a las necesidades del juego (O.2.2).
- Fijar con la conducción y pasar (O.2.2).
- Atraer jugadores para buscar zonas alejadas (O.2.2).
- Perfilados para utilizar pocos contactos (O.2.2).
- Mantener distancia eficaz de participación inmediata (O.2.2).
- Utilizar tercer hombre (O.2.2).
- Ocupar los intervalos (O.2.2).
- Crear líneas de pase por detrás de las líneas de presión (O.2.2).
- Atentos a la pérdida de balón (O.2.4).

Pautas de reflexión

- Reajuste de rol inmediato (D.1.1).
- Evitar primer pase de seguridad (D.1.1).
- Evitar que el balón salga de zona de pérdida (D.1.1).
- Recuperar el balón por parte de los jugadores más cercanos (D.1.1).
- Acosar al poseedor y posibles receptores potenciales (D.1.1).
- Control del espacio y focalización de adversarios (D.2.2).
- Orientar a los rivales hacia zonas susceptibles de pérdida (D.2.2).
- Reducir al máximo los espacios entre líneas (D.2.2).
- Potenciar la anticipación defensiva (D.2.2).
- Ser solidario en cuanto a las ayudas defensivas (D.2.2).
- Temporizar para afrontar con garantías la recuperación (D.2.2).
- Bascular rápidamente ante cambio de orientación (D.2.2).
- Atentos a la recuperación del balón (D.2.4).



Equipo A	Equipo B	Exigencia cognitiva	Exigencia física		
O2-O.3/D2	D2/O2	EC3	R3	11 x 11 con defensa adelantada	
		Descripción: Se juega un once (negros) contra once (rojos) en campo grande. Negros (Equipo A) con un sistema 1-4-3-3 atacan la última línea defensiva de Rojos (Equipo B) e intentan marcar gol. Rojos juegan con un sistema 1-4-4-2 con defensa adelantada. El equipo rojo no puede defender dentro de zona I. El portero del equipo rojo saca siempre en largo.			
		Variantes: Equipo negro solo puede entrar en zona I con paredes y tercer hombre con pases diagonales a extremos.			
		Equipo A (Negro) O.2.1 Salida de balón O.2.3 Ataque posicional de la última línea defensiva O.3.1 Duelos Pautas de reflexión - Utilizar el portero (O.2.1). - Amplitud y profundidad con centrales y laterales (O.2.1). - Dinamismo para encontrar espacios de recepción (O.2.3). - Buscar pases interiores (O.2.3). - Utilizar secuencias apoyo-ruptura y viceversa (O.2.3). - Ocupar los intervalos (O.2.3). - Cambio de orientación al extremo con lateral basculado (O.2.3). - Variar los regates y perfiles de salida (O.3.1). D.2.3 Última línea defensiva Equipo B (Rojo) D.2.1 Defender salida de balón D.2.3 Última línea defensiva Pautas de reflexión - Recuperar el balón lo más arriba posible (D.2.1). - Evitar la conexión aérea con líneas de ataque (D.2.1). - Provocar la salida en corto (D.2.1). - Dirigir su juego hacia zonas exteriores (D.2.1). - Disuadir pases interiores (D.2.1). - Reducir las distancias inter-intralineales (D.2.3). - Evitar que rival sea capaz de girarse (D.2.3). - Portero atento a situación intermedias (D.2.3). O.2.3 Ataque posicional de la última línea defensiva O.2.4 Equilibrio defensivo Pautas de reflexión - Dinamismo para encontrar espacios de recepción (O.2.3). - Buscar pases interiores (O.2.3). - Utilizar secuencias apoyo-ruptura y viceversa (O.2.3). - Ocupar los intervalos (O.2.3). - Conducción para fijar y pasar (O.2.3). - Cambio de orientación al extremo con lateral basculado (O.2.3). - Corregir desequilibrios propios (O.2.4). - Atentos a la pérdida del balón (O.2.4).			



Importancia de la cantera para el Rayo Vallecano

Al Rayo Vallecano de Madrid SAD se nos ha conocido históricamente por ser un equipo **canterano** y así queremos continuar.

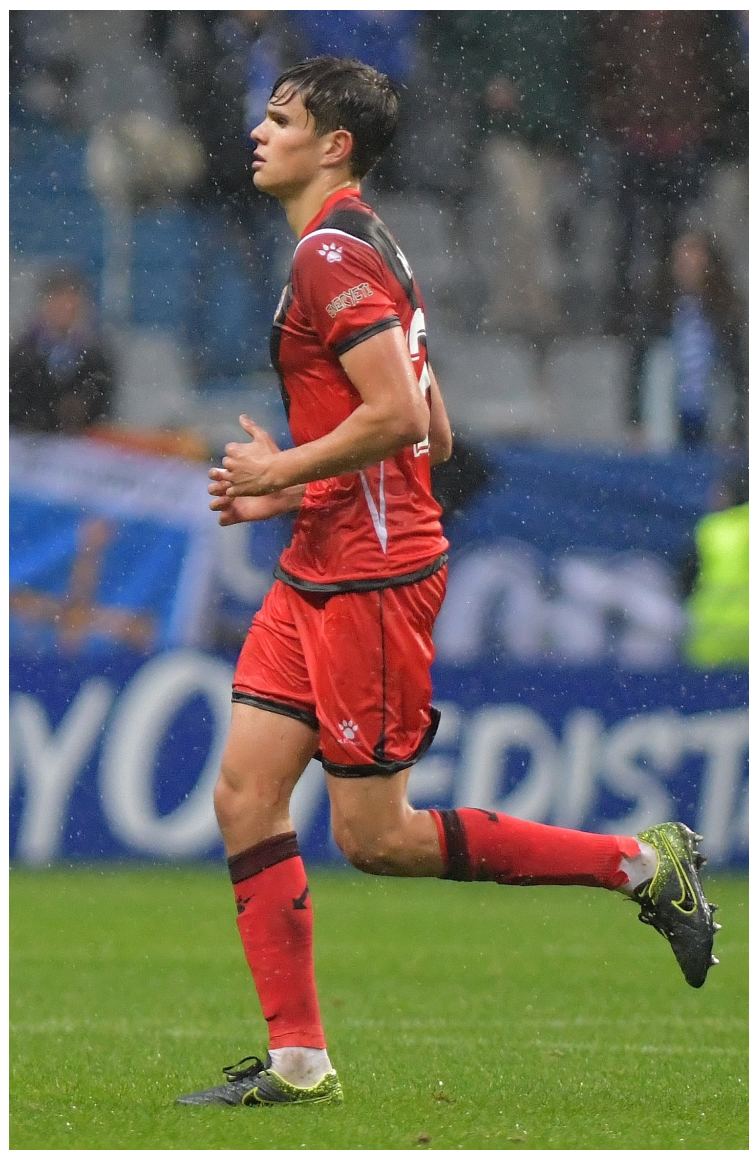
Todos los años, a excepción de algunos pocos, nuestro primer equipo hace debutar a 2-3 jugadores de la cantera

Esto habla muy bien del trabajo de nuestros formadores de fútbol base que son capaces de preparar a un gran número de jugadores para llegar a competir en las máximas categorías del fútbol español

Sin ir más lejos, en lo que llevamos de temporada ya han debutado TRES jugadores de nuestra cantera



Importancia de la cantera para el Rayo Vallecano



1. Martín Pascual: Central de 20 años que debutó en Segunda División contra CD Mirandés y que lleva 7 partidos jugados
2. Miguel Morro: Portero de 19 años que debutó en Segunda División contra CD Tenerife y que lleva 3 partidos jugados
3. Marc Echarri: Delantero de 20 años que debutó en Copa de SM el Rey el pasado Martes





Importancia de la cantera para el Rayo Vallecano



Además, Paco Jémez está contando con varios futbolistas habitualmente para sus entrenamientos:

1. Calvin Ketu (Internacional Absoluto con Camerún)
2. Alberto Bernardo
3. Javier Rubio
4. Ángel Algobia
5. Daniel Moreno



Importancia de la cantera para el Rayo Vallecano

Recientemente, hemos sido noticia por la participación de Fabián Luzzi, nuestro delantero del Cadete "B" e internacional con la selección española Sub16, en los entrenamientos del primer equipo





Importancia de la cantera para el Rayo Vallecano

Otros casos de éxito en cuanto a cantera se refiere son: Embarba, Jonhy Montiel, Fran Beltrán, Leo Baptistao, Lass... entre otros





¡GRACIAS!