

CURSO DE MONITOR DE FÚTBOL

TÉCNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA

DOMINGO LÓPEZ

**ENTRENADOR NACIONAL DE FÚTBOL
DIRECTOR DEPORTIVO RFEF**



MORÓN 2017



**REAL FEDERACIÓN
ANDALUZA DE FÚTBOL**
Centro de Estudios, Desarrollo e Investigación
del Fútbol Andaluz



TÉCNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA



¿CÓMO ORGANIZAMOS LAS CLASES?

MES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V
NOVI														MT	TC	TC					PS	ED	PS					ED	TC		
	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
DICIE		ED			DE																										
	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X
enero																															MT

Miércoles 15 de Noviembre: Teoría.

Jueves 16 de Noviembre: Teoría + Práctica.

Miércoles 29 de Noviembre: Fran Reina

APORTAMOS TODOS...



TÉCNICA GENERAL



**“LA TÁCTICA ACABA DONDE
TERMINA LA TÉCNICA”**



TEMARIO



1- TÉCNICA GENERAL

6- EL REGATE Y LA FINTA

2- GOLPEO

7- HABILIDAD

3- CABECEO

8- EL TIRO

4- EL CONTROL

9- TÉCNICA DEFENSIVA

5- CONDUCCIÓN

10- EL PASE

EL PORTERO



TÉCNICA GENERAL



OBJETIVOS QUE NOS PLANTEAMOS

- Adquirir un VOCABULARIO específico
- Conocer cada concepto Técnico
- Familiarizarse con cada acción Técnica y saber enseñarlas
- Fútbol en INICIACIÓN=DIVERSIÓN / APRENDIZAJE
- FÚTBOL es un MEDIO, no un FIN



TÉCNICA GENERAL



EL FUTBOLÍSTA, ¿NACE O SE HACE?





TÉCNICA GENERAL



EL JUGADOR PERFECTO

RESPONSABILIDAD

GENÉTICA

COORDINACIÓN

VALENTÍA

VOLUNTAD

BUENA TOMA
DECISIONAL

LECTURA DEL
JUEGO



SENTIDO DEL
TIEMPO

HABILIDAD

CUALIDADES
FISIOLÓGICAS

GRAN VISIÓN
PERIFÉRICA

INTELIGENCIA
PARA JUEGO

SENTIDO DEL
ESPACIO



TÉCNICA GENERAL



DEFINICIONES

- TÉCNICA:
Dominio del medio para conseguir un fin.
- TÉCNICA FUTBOLÍSTICA:
Es la acción fundamental de jugar con cualquier superficie de contacto reglamentaria del cuerpo, en beneficio del juego.



TÉCNICA GENERAL



DEFINICIONES

“LA TÉCNICA ESTÁ AL SERVICIO DE LA TÁCTICA”

El fútbol es un deporte colectivo, con distintas acciones organizadas (Táctica), las cuales se ejecutan a través de la Técnica, por lo que el conseguir resultados positivos depende del nivel técnico que posean tus jugadores. Todo lo que trabajas, ataque-defensa, se ejecuta a través de gestos técnicos.

Ataque: control, pase, golpeo....

Defensa: entrada, anticipación, interceptación.



TÉCNICA GENERAL



DEFINICIONES

“EL USO DEL BALÓN NUNCA SERÁ DEMASIADO”

La Presencia del balón es fundamental en la etapa de aprendizaje, así como el grado de aptitud que demuestren en el aprendizaje de los jóvenes jugadores.

“CUANTO MAS BALÓN, MEJOR”



TÉCNICA GENERAL



DEFINICIONES

“Conjunto de acciones que un jugador desarrolla para DOMINAR Y JUGAR el balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento.”



TÉCNICA GENERAL



DEFINICIONES

“TÉCNICA, son todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol, dominando el balón con las superficies de contacto que permite el reglamento, que si es en beneficio propio, se denomina TÉCNICA INDIVIDUAL, y si es en beneficio del conjunto se entenderá como, TÉCNICA COLECTIVA”



TÉCNICA GENERAL



DEFINICIONES

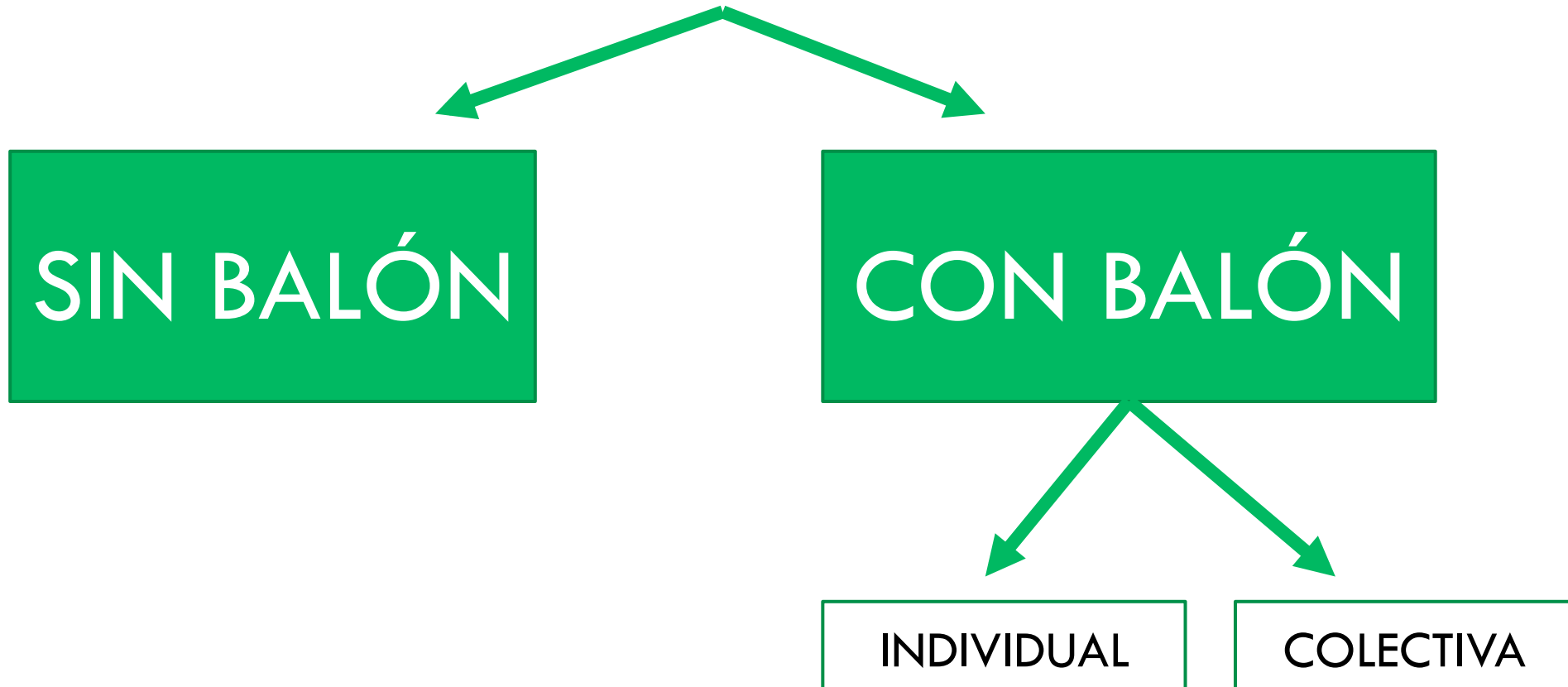
La enseñanza de la técnica está basada en el conocimiento de los gestos técnicos, aprendizaje, mejora y perfeccionamiento, para la puesta en práctica de los mismos en las acciones propias del juego.



TÉCNICA GENERAL



DIVISIÓN DE LA TÉCNICA





TÉCNICA GENERAL



SIN BALÓN

MOVIMIENTOS TÉCNICOS

- CARRERA
- CAMBIO DE DIRECCIÓN
- SALTO
- FINTA (ENGAÑO)
- CARGA
- CAER...??

GESTOS TÉCNICOS

- DESPEJE
- DESVÍO
- PROLONGACIÓN
- INTERCEPTACIÓN
- ANTICIPACIÓN
- TÉCNICA DEFENSIVA DEL PORTERO



TÉCNICA GENERAL



CON BALÓN

MOVIMIENTOS TÉCNICOS

- CABECEO
- REGATE
- FINTA (ENGAÑO)
- DESMARQUE
- COBERTURA TÉCNICA
- TÉCNICA DEL PORTERO

GESTOS TÉCNICOS

- GOLPEO
- CONTROL
- PASE
- CONDUCCIÓN
- SAQUE
- TIRO



TÉCNICA GENERAL



TÉCNICA INDIVIDUAL

- TOQUE
- CONDUCCIÓN
- HABILIDAD
- CONTROL
- REGATE
- FINTAS
- INTERCEPTACIÓN
- ANTICIPACIÓN
- DESPEJE
- TIRO
- CABECEO
- COBERTURA TÉCNICA



TÉCNICA GENERAL

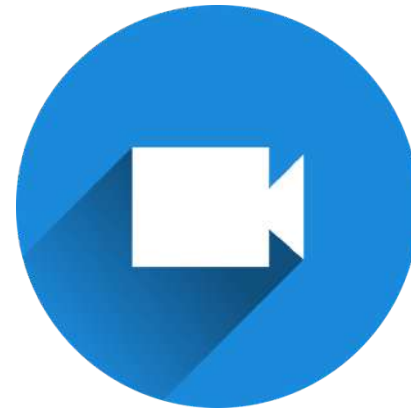
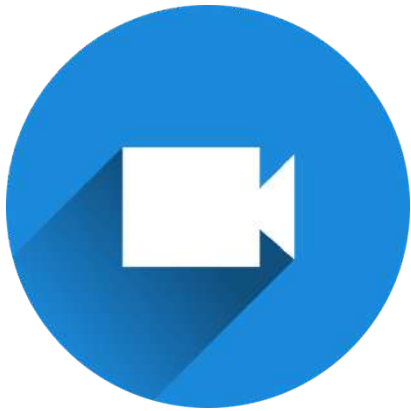


TÉCNICA COLECTIVA

- PASES
- SAQUES
- DESVÍOS
- PROLONGACIONES
- PAREDES
- RELEVO TÉCNICO



TÉCNICA GENERAL





EL GOLPEO



"Es un jugador diferente que hace las cosas muy fáciles . Ve el pase donde sólo lo ve él. **Hace jugar a todo el equipo** y lo mueve de un lugar a otro a su gusto" Leo Messi.



EL GOLPEO



DEFINICIONES

- ❖ Es la Acción Técnica Individual que consiste en el Envío consciente del Balón a un lugar determinado con cualquier superficie de contacto.
- ❖ El Golpeo es el Gesto Técnico fundamental y, necesariamente, ha de ser el inicio de todo aprendizaje de la práctica del Fútbol.



EL GOLPEO



ACCIONES A REALIZAR

PASES

INTERCEPTACIONES

DESPEJES



REGATES

CONTROLES

ACCIONES CON
HABILIDAD

TIROS



EL GOLPEO



CLASIFICACIÓN DEL GOLPEO

POR SU ALTURA

- RASO
- MEDIA ALTURA
- ALTO

POR SU TRAYECTORIA

- RECTA
- CURVA (CON EFECTO)

POR SU DIRECCIÓN

- LINEAL
- HORIZONTAL
- DIAGONAL

POR LA SU DESPLAZAMIENTO

- CORTO (10-20m)
- MEDIO (20-30m)
- LARGO (+30m)

POR LA SUP. DE CONTACTO

- FUNDAMENTAL
- DE RECURSO

POR NUESTRO MOVIMIENTO

- ESTÁTICOS
- DINÁMICOS



EL GOLPEO



ASPECTOS FUNDAMENTALES A TENER EN CUENTA PARA GOLPEO

- ❖ Buena situación sobre la “trayectoria del balón”, intuyendo y averiguando, su dirección, trayectoria, efecto y velocidad.
- ❖ Concentración plena sobre El Balón, en base a: vista fija sobre el esférico, ataque en el momento justo y con la fuerza adecuada.
- ❖ Exacto conocimiento de la zona en la que se va a realizar el gesto técnico, teniendo en cuenta la proximidad o lejanía del adversario.
- ❖ Pleno convencimiento de que, la superficie de contacto a utilizar es la correcta para la situación táctica a resolver.



EL GOLPEO



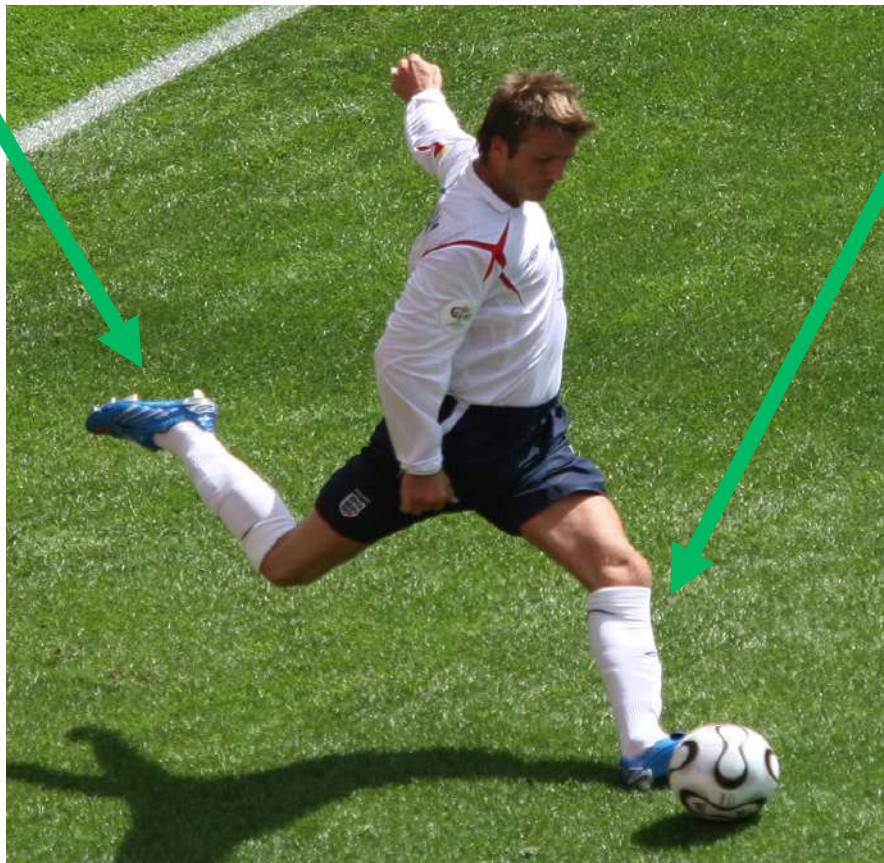
MECANISMO DE GOLPEO:

- 1) ELECCIÓN DE LA SUPERFICIE DE CONTACTO**
- 2) MECANISMO DE GOLPEO BÁSICO:**
 - COLOCACIÓN AL LADO DEL BÁLÓN DE LA PIERNA PASIVA**
 - BALANCEO PIERNA ACTIVA**
 - CONTACTO CON EL BALÓN**
 - ACOMPAÑAMIENTO POSTERIOR**
- 3) RELAJACIÓN**

UTILIZACIÓN DE LAS PIERNAS

ACTIVA

La que emplea el jugador para ejecutar el gesto técnico.



PASIVA

La que en el momento de aplicar el gesto sirve de apoyo, permitiendo junto a la colaboración de los brazos, el equilibrio necesario para la correcta aplicación del golpeo.

Nuestra obligación es acercar el uso de ambas piernas, haciendo cada vez mas hábil la menos hábil. La aplicación en la enseñanza es Fundamental.

SUPERFICIES DE CONTACTO DEL PIE

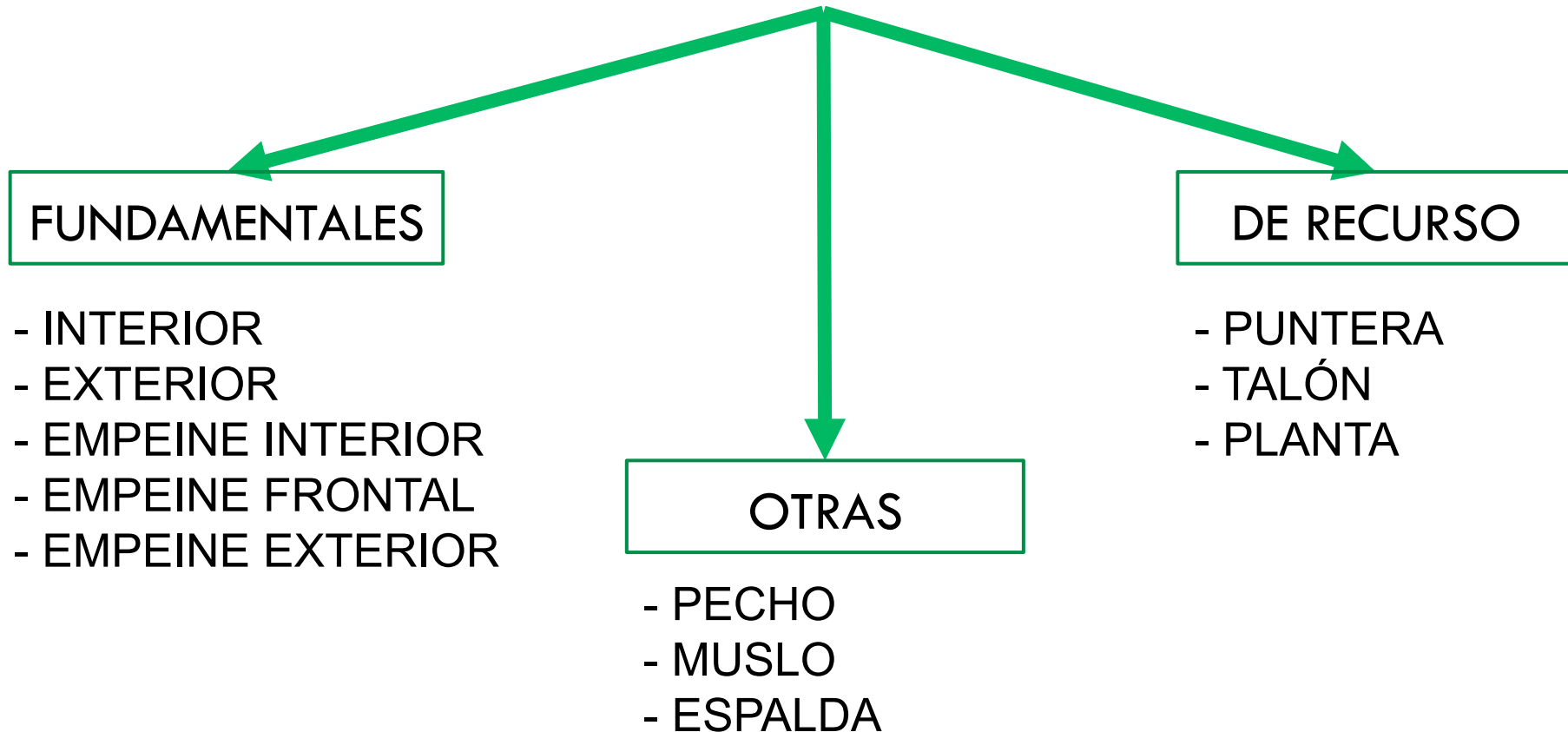




EL GOLPEO



SUPERFICIES DE CONTACTO





EL GOLPEO



INTERIOR



El interior del pie es una superficie, prácticamente plana y de gran dimensión, que nos permite una gran precisión en los golpes. Se utiliza preferentemente en las distancias cortas. (Definiciones, pases, paredes)



EL GOLPEO



EXTERIOR



El exterior del pie es la zona mas imprecisa del mismo y se puede utilizar como forma ocasional para controlar, pasar, o cambiar de dirección. Mas usada para conducciones.



EL GOLPEO



EMPEINE TOTAL



El empeine total es la parte superior del pie. Empieza, por arriba, en la punta de los dedos y continúa hasta el comienzo de los tobillos. Golpeo de precisión, utilizado para potencia y larga distancia.



EL GOLPEO



EMPEINE INTERIOR



El empeine interior es la zona interna del empeine. Su aplicación en los golpes es bastante amplia: en los saques libres directos o indirectos, saques de esquinas, para salvar obstáculos, en diversa clases de tiros...



EL GOLPEO



EMPEINE EXTERIOR



El empeine exterior es la zona externa del empeine. Esta superficie de contacto es muy usada en los golpes con balón en movimiento. Describen trayectorias opuestas a los golpes con el empeine interior y, los efectos, se pueden considerar semejantes, pero con trayectorias opuestas.



EL GOLPEO



PUNTERA



© EMPICS Sport

Se utiliza como recurso en los pases, conducciones, despejes, tiros y saques, en los campos embarrados o muy mojados, en la proximidad de contrarios, en la proximidad de las porterías (propia y contraria), o sea, en situaciones límite.



EL GOLPEO



TALÓN



Se utiliza como recurso en los cambios de dirección en la conducción, en determinados pases, ocasionalmente en tiros y en algunos despejes.



EL GOLPEO



PLANTA



Como superficie de contacto de recurso se utiliza en las coberturas técnicas del balón, en algunos tipos de conducciones, en determinados controles y ocasionalmente en algunos pases y despejes.



EL GOLPEO



PECHO



MUSLO



ESPALDA



LES PODRÍAMOS LLAMAR RECURSOS DE GENIOS



EL CABECEO





EL CABECEO



DEFINICIONES

❖ Es la Acción Técnica Individual de golpear el balón con cualquier parte de la cabeza.





EL CABECEO



ACCIONES A REALIZAR

PROLONGAR

PASES

DESPEJES



REMATES



EL CABECEO



CLASIFICACIÓN DEL CABECEO

POR LA SUP. DE CONTACTO

- FRONTAL
- PARIETAL
- OCCIPITAL

POR SU DIRECCIÓN

- HACIA DELANTE
- HACIA ATRÁS
- HACIA LOS LADOS
- HACIA ARRIBA
- HACIA EL SUELO

POR NUESTRA POSICIÓN

- SUELO
- AIRE
- PLANCHA

POR NUESTRO MOVIMIENTO

- PARADOS
- EN CARRERA



EL CABECEO



TÉCNICA DEL CABECEO:

EN EL SUELO

- GOLPEAR CON LA FRENTE
- OJOS ABIERTO
- CUELLO ERGUIDO Y FLEXIBLE
- TRONCO HACIA ATRÁS
- PIERNAS FLEXIONADAS
- BRAZOS LIGERAMENTE HACIA DELANTE

EN EL AIRE

- DESPEGUE
- VUELO
- CONTACTO
- CAÍDA

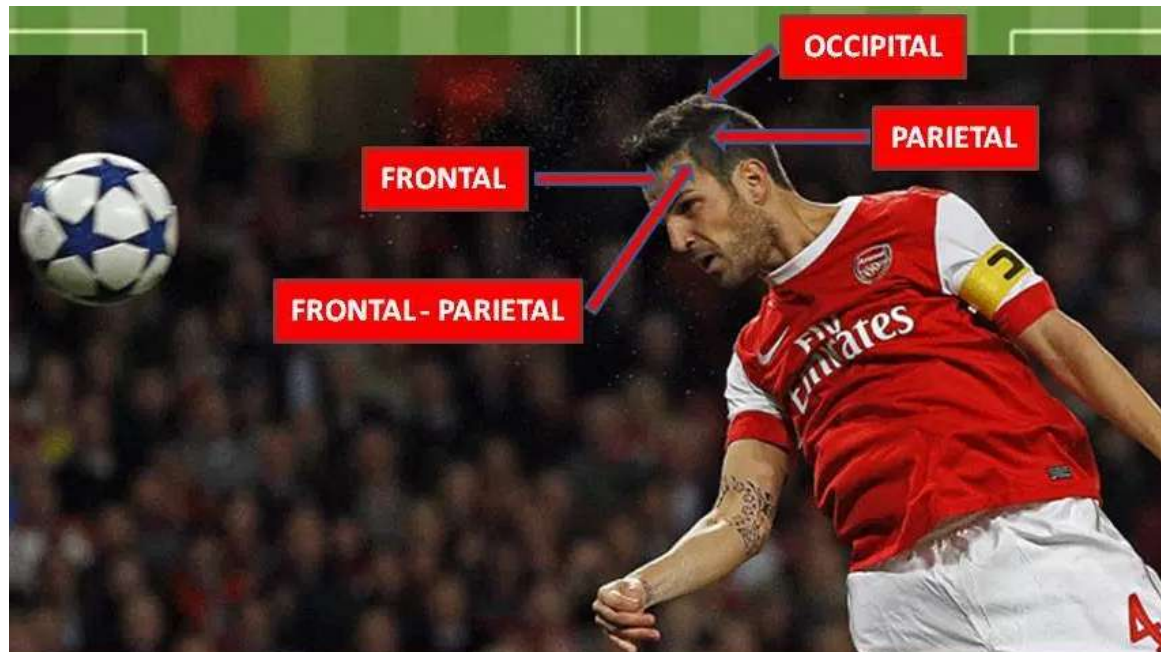
SUPERFICIES DE CONTACTO

FUNDAMENTALES

- FRONTAL
- PARIETAL

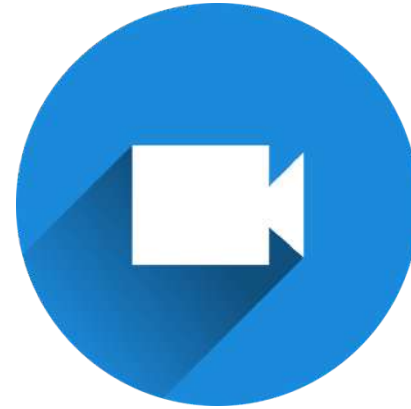
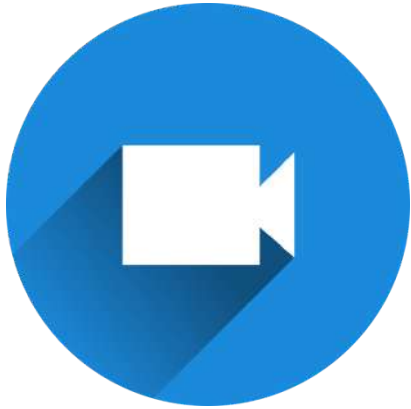
DE RECURSO

- OCCIPITAL





EL CABECEO



CURSO DE MONITOR DE FÚTBOL

TÉCNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA

DOMINGO LÓPEZ

**ENTRENADOR NACIONAL DE FÚTBOL
DIRECTOR DEPORTIVO RFEF**



MORÓN 2017



**REAL FEDERACIÓN
ANDALUZA DE FÚTBOL**
Centro de Estudios, Desarrollo e Investigación
del Fútbol Andaluz