

TÀCTICA, ESTRATEGIA I SISTEMES DE JOC

Cap. cognitiva

Cap. motriu

**DESENVOLUPAMENT
INTEGRAL DE LA PERSONA**

Cap. afectiva

Cap. social



"APRENDRE A JUGAR A FUTBOL"

-Capacitat cognitiva. Coneixement i comprensió dels diferents elements del joc. Conèixer les regles, resoldre situacions tàctiques, utilitzar adequadament accions tècniques...

EL QUE S'HA DE SABER PER JUGAR A
FUTBOL

CORRERSALTARLLENÇARFRENARCANVIA
RDE DIRECCIÓDRIBLARPASSARDEFENSA
RATACARMIRAR



AQUESTS ELEMENTS NO SÓN AÏLLATS
DEPENEN DE DIVERSOS FACTORS
COM:



ADVERSARIS, PILOTA, COMPANY,
PORTERIA, PÚBLIC,...

SISTEMES CAÒTICS

- Sistemes complexos que es caracteritzen per un conjunt d' agents en interacció, que cooperen, amb objectius i comportaments comuns coordinats, fent emergir un cert ordre i estabilitat en un context caòtic, de desordre i inestabilitat permanent.

(Stacey, 1995)

- *El futbol es un esport que varia continuament i és imprevisible i com entrenadors hem d' intentar establir un ordre al desordre que genera el propi esport.*

FRACTAL

- “Un fractal és la propietat de fracturar i representar un model caòtic en sub models, existents en diverses escales, que siguin representatius d’aquest model. Això vol dir que, un fractal és una part invariable o regular d’un sistema caòtic que per la seva estructura i funcionalitat consegueix representar el tot, independentment de l’escala on pot ser trobat”

(Mandelbrot,1991)

Els encarregats de posar en ordre
totes aquestes informacions serem
els :

ENTRENADORS mitjançant:

TÀCTICA i ESTRATÈGIA

-L'actuació dels futbolistes ve determinada per quatre moments diferents:

- **Percepció de la informació**
- **Anàlisi de la informació**
- **Presa de decisions d'allò que ha de fer**
- **Execució d'allò que ha pensat**

-PERCEPCIÓ:

- **Les més important a nivell visual**
- **També poden apareixer a partir elements sonors o tàctils**

-ANÀLISI:

- **La informació rebuda es selecciona mitjançant l'atenció**
- **Els bons jugadors són capaços de discriminar allò més important (principalment acció de companys i adversaris)**

-PRESA DE DECISIONS:

- **Informació seleccionada es compara amb escenaris anteriors**
- **Si trobem quelcom similar adaptem allò que ens va funcionar**
- **Si no combinem diferents respostes a partir de semblances**

-EXECUCIÓ:

- Un cop decidit posem en pràctica allò que hem pensat mitjançant el gest tècnic**

El que hem parlat ara es tracta
d'una simplificació de tot el procés
cognitiu però.....



Dins d'un partit les accions
s'encadenen i el temps
destinat a totes les fases és
molt limitat

OBJECTIUS TÀCTICA

- ▣ **Adquirir coneixements tàctics:**
 - Coneixement, regles i la seva explotació, l'ús adequat de tots els mitjans tàctics, comprensió dels conceptes, els objectius, els principis i la seva aplicació

OBJECTIUS TÀCTICA

- **Assimilar habilitats tàctiques:**
 - Les habilitats més adequades a cada mitjà tàctic, processos d'encadenaments,...
- **Adquirir capacitats tàctiques:**
 - Capacitats per utilitzar les pròpies qualitats i aptituds, adequant-se a l'estudi de les relacions atacant-defensor, per l'aprofitament explotació i benefici de companys

OBJECTIUS TÀCTICA

- **Acumular experiències:**
 - Augmentar continuament el nombre de vivències de situacions específiques, que només seran possibles amb la ocntinuïtat en la repetició de situacions variables

└ **Un jugador és intel·ligent quan...**

- Pren millors decisions i de forma més ràpida
- No desvia l'atenció del problema fins haver-lo solucionat
- Veu diverses solucions a un perill però també els seus perills
- Sap donar la velocitat adequada a la pilota
- Mai es precipita
- Sap anticipar les conseqüències el que li genera més possibilitats d'èxit
- Manté equilibri entre riscos i seguretat

- Manté equilibri entre riscos i seguretat
- Sap adaptar-se a les condicions del rival
- El seu nivell no baixa després d'una errada. Sap que no tot ho pot fer bé.
- Calcula bé les distàncies respecte els elements del joc
- Sap abans de rebre següent acció a realitzar
- Utilitza la creativitat en benefici del equip
- Sap jugar de forma òptima sense pilota oferint solucions als companys
- Pensa i actua en funció dels companys

- Pregunta de forma freqüent i aprèn ràpid de les seves errades
- Només fa allò que domina bé en competició
- Continua en tot moment desenvolupant-se i creixent com a futbolista
- No es deixa influir per elements aliens al joc
- És emprenedorel que ajuda al seu progrés i al dels seus companys

“El que tenga el fútbol en la cabeza seguramente podrá llevarlo a los pies, pero el que tenga el fútbol solo en los pies difícilmente podrá llevarlo a la cabeza”

HORST WEIN

-Dins la tàctica es diferencien clarament dos aspectes:

- **Principis ofensius**

- **Principis defensius**

-PRINCIPIIS OFENSIUS:

- ▣ **DESMARCATGE:** És escapar de la vigilància d'un adversari quan el nostre equip està en possessió de la pilota. Per tant, és l'acció com a conseqüència de tot jugador al ocupar espais lliures quan un company té la possessió de la pilota

-Fonaments del desmarcatge:

- Qui ha de realitzar-lo?**
- Quan s´ha de realitzar?**
- Com es realitza??**
- On es realitza?**

-Desmarcatge de recolzament:

Es dóna quan s'ofereix ajuda a un company que esta en posició de la pilota, facilitant-li l'acció.

OBJECTIUS:

Conservar possessió

Controlar el joc

Conservar resultat

Sorprendre al contrari amb canvis de ritme o desmarcatges de ruptura

Crear espais espais lliures

-Desmarcatge de ruptura:

És quan es supera la posició del company, o bé es redueix la distància respecte la porteria adversaria

OBJECTIUS:

Donar profunditat i progressió al joc

Donar més velocitat al joc

Trobar situacions bones de remat

-Aspectes a considerar (passador):

- Visió perifèrica
- Capacitat per decidir en el menor temps possible
- Fer la passada en el moment just, amb suficient precissió

-Aspectes a considerar (receptor):

- Està sempre en disposició de rebre la pilota
- Està sempre en moviment
- Tenir concentració en el joc
- Adquirir sentit del joc sense pilota

▮ **ATAAC:**

Atacar és intentar arribar a porteria adversaria, amb la pilota, un cop s'ha posat en joc o s'ha recuperat. Requereix participació de tot l'equip. Es basa en altres principis ofensius.

└ **CONTRAATAC:**

Contraatacar consta de dues fases:

- ▣ Robar la pilota
- ▣ Organitzar un atac ràpid i amb pocs efectius aprofitant la desorganització del rival

(Fase d'atac, fase de defensa, fase neutra)

└ **DESDOBLAMENTS:**

Són accions que permeten mantenir una ocupació racional del terreny de joc quan es produeixen atacs i contraatacs del equip que té la pilota. Normalment entre diferents línees.

┘ **ESPAIS LLIURES:**

Són espais del camp que es troben sense cap ocupació .

Tres fases:

CREACIÓ

OCUPACIÓ

APROFITAMENT

└ **RECOLZAMENTS:**

Acció que es dóna quan un company del posseïdor de la pilota s'apropa o s'allunya del mateix sense necessitat de desmarcar-se.

└ **AJUDES PERMANENTS:**

Són totes aquelles solucions favorables q es presenten al posseïdor de la pilota en qualsevol moment i circumstància.

Consta d'un seguit de recolzaments i desmarcatges.

Sempre que es mou la pilota el jugador ha de crear una situació nova.

└ **PARET:**

És l'entrega i devolució ràpida de la pilota entre dos o més jugadors a un sol contacte desbordant a un adversari.

Tipus 1-2, 1-2-3

▮ **TEMPORITZACIONS OFENSIVES:**

Són totes aquelles accions lentes que realitza un equip en atac per a aconseguir benefici

▮ **RITME DE JOC:**

Es manifesta quan es mantenen des del principi fins al final del partit, uns esforços i accions que no pateixen canvi referents a la intensitat

-CONSERVACIÓ DE PILOTA:

Control de joc es manifesta per accions repetides d'un equip sense perdre la possessió amb l'únic objectiu de mantenir la iniciativa i la pilota

└ **CANVIS D'ORIENTACIÓ:**

Acció que es caracteritza per totes aquelles passades curtes, mitges o llargues en les que la pilota canvia de trajectòria.

OBJECTIUS:

1. Aprofitar espais lliures
2. Desorientar l'adversari
3. Conseguir amplitud en l'atac
4. Buscar l'esquena a l'adversari

└ **VELOCITAT EN EL JOC:**

Són totes aquelles accions ràpides realitzades pels jugadors d'un equip, amb colpejos precisos i orientats de forma correcta.

Velocitat execució ≠ precipitació
en l'execució

└ **PROGRESSIÓ EN EL JOC:**

Són totes aquelles accions realitzades per un equip, portant la pilota en sentit perpendicular cap a la porteria contrària

Es manifesta mitjançant:

Profunditat en atac

Amplitud en atac

Mobilitat constant dels jugadors

└ **VIGILÀNCIA:**

Són les evolucions que realitzen els jugadors de l'equip atacant en situació de poder deensar al rival en un possible contraatac. Es dóna principalment en situacions d'estratègia ofensiva

PRINCIPIIS COMUNS

ATAAC-DEFENSA:

- **Reducció del nombre d'errades**

Tota acció del joc ha d'estar presidida per aquesta regla

Des de l'atac considerem tres tipus d'errades:

- Pèrdua normal

- Pèrdua justificada

- Pèrdues injustificades

PRINCIPIIS COMUNS

ATAAC-DEFENSA:

- L'ajuda mútua
 - Manteniment d'actitud de recolzament cap a tots els companys
 - Posseïdor i company de posseïdor

PRINCIPIIS COMUNS

ATAAC-DEFENSA:

- **El respecte a la disciplina tàctica**
 - Actuació general del individu i les coordinacions entre jugadors depenen directament de l'estratègia operativa del equip
 - Es veu reflectit en: sistemes escollits, ritmes adoptats
 - Si no es produeix implica prejudicis sobre cohesió de grup
 - Ha de donar suficient marge necessari a la interpretació individual

PRINCIPIIS COMUNS ATAAC-DEFENSA:

- **El manteniment de les posicions**
 - Estructuració del joc implica distribució equilibrada dels jugadors
 - Tot sistema de joc a de partir d'uns condicionants d'eficàcia individual i colectiva
 - Es freqüent l'abandonament d'espais en moments concrets però s'ha de reequilibrar l'equip ben aviat

PRINCIPIIS COMUNS

ATAAC-DEFENSA:

- ▣ **La distribució equilibrada dels espais de joc**
 - Tenir en compte eixos transversals i longitudinals
 - Amb possessió de la pilota s'han de crear línies de passada en totes les direccions
 - Per això s'estableixen sistemes de jocs bàsics

PRINCIPIIS COMUNS

ATAAC-DEFENSA:

- ▣ **La variació i alternança dels mitjans tàctics en situacions semblants**
 - Bagatge limitat de destreses implica anticipació del adversari. Ser previsible
 - Afavorir la creativitat del jugador
 - Objectiu de transformar les accions tàctiques un cop iniciades realitzant accions sorpresives

PRINCIPIIS COMUNS

ATAAC-DEFENSA:

- ▣ **La sincronització espai-temporal de les accions**
 - Idea bàsica: esglaonament temporal en la intervenció de forma successiva
 - La intervenció d'elements creatius e el joc implica dificultat en aquest aspecte
 - S'ha d'evitar que intervinguin dos jugadors de forma simultània en el mateix espai

PRINCIPIIS COMUNS

ATAAC-DEFENSA:

- **L'adaptació del joc a les possibilitats potencials pròpies i a les característiques del adversari**
 - Copiar formes idèntiques de bons equips ens porta a incrementar el nombre d'errades
 - No només és referent al entrenador si no també al jugador (no fer allò pel què no estàs preparat)
 - No existeix sistema de joc perfecte ni mitjans tàctics perfectes, si no es disposa dels jugadors adients per dur-la a la pràctica

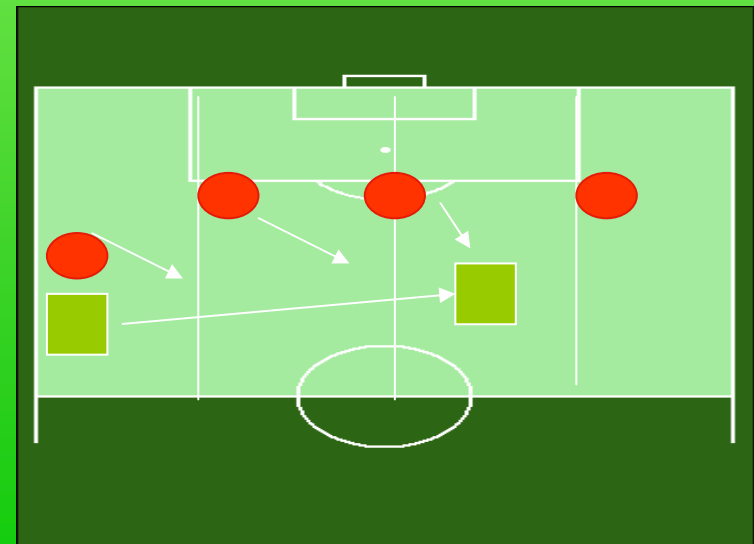
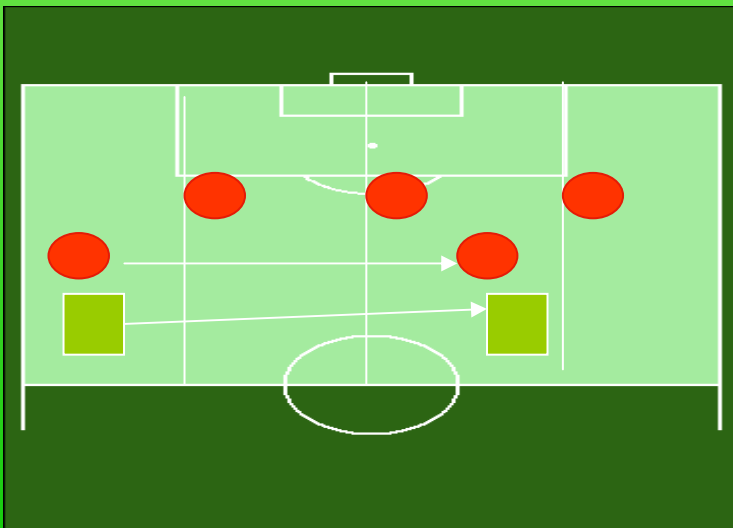
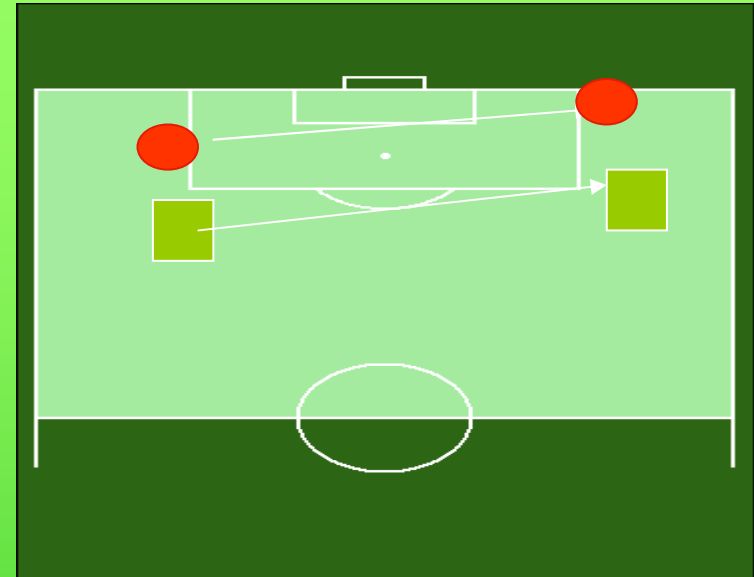
- **PRINCIPIIS DEFENSIUS**

■ **MARCATGES:**

Marcatges són totes aquelles accions que realitzen els jugadors d'un equip respecte els seus adversaris quan aquests es troben en possessió de la pilota

» MARCATGE INDIVIDUAL:

- » Al home
- » Per zones
- » Mixte



└ **MARCATGE AL HOME:**

Cada defensor marca a un jugador adversari prèviament determinat per l'entrenador.

Característiques:

1. La tècnica defensiva està molt unida a la força de la intervenció
2. Disminueix capacitat de passada d'atacant
3. És important la figura del lliure
4. Molt important influència de distàncies a partir proximitat de porteria
5. Responsabilitat individual molt elevada

VENTATGES:

- Els adversaris no es veuen lliures del seu oponent
- Els atacants són obstaculitzats només rebre preferentment
- Simplicitat d' accions
- Aquesta simplicitat proporciona concentració vers objectiu

INCONVENIENTS:

- L' errada individual implica molt risc
- No requereix esperit d' equip
- Anticipació és molt perillosa
- Condició física molt important
- Pot crear qu els jugadors actuïn fora de la seva posició habitual

┘ **MARCATGE PER ZONES:**

S'entén per marcatge zonal quan un jugador té delimitada una part del camp i marca al jugador que hi entra de forma al home fins que aquest surt de la mateixa.

Característiques:

1. L'equip presenta diverses línees escalonades que obstrueixen l'atac
2. La colocació dels jugadors a la seva zona varia en funció de pilota
3. El jugador es sent molt més segur
4. Gran importància de la comunicació

VENTATGES:

- El jugador no abandona el seu lloc natural
- Marca d'aprop quan l'adversari envaeix la zona
- Les errades individuals es solucionen mitjançant cobertures
- S'obliga al adversari a jugar allunyat del àrea
- Gran solidaritat i treball d'equip

INCONVENIENTS:

- Existeix la possibilitat d'un 2x1 en contra
- Es pot arribar a cedir la iniciativa atacant al adversari
- Pot derivar en passivitat de jugadors més allunyats de pilota
- El jugador es pot acomodar confinat en l'ajuda d'un company

└ **MARCATGE MIXTE:**

Marcatge relacionat amb els dos anteriors. Es dóna quan el marcador surt del seu radi d'acció assignat per a seguir l'adversari fins que finalitza la jugada.

Característiques:

1. Es tracta d'anular l'atacant més perillós, en aquella jugada en concret
2. Requereix disciplina, sacrifici, intel·ligència, iniciativa i sincronització defensiva col·lectiva.
3. Aspectes col·lectius per sobre dels aspectes individuals

VENTATGES:

Molt adient quan l'adversari entra mitjançant un contraatac

Jugador té iniciativa per prendre decisions més correctes

No permetrà situacions superioritat numèrica del adversari

Augmenta creativitat dels jugadors

INCONVENIENTS:

Requereix gran esforç físic

El jugador pot treballar en zones poc habituals

Si es confia aquesta missió en jugadors poc sacrificats

Que no existeixi reciprocitat en l'ajuda dels companys

└ **MARCATGE COMBINAT:**

Es manifesta quan tots els components del equip no realitzen el mateix tipus de marcatge. Pot esdevindre per un jugador, per una línia o per una zona del terreny de joc en concret

└ **REPLEGAMENTS**

Són aquells moviments de retrocés que realitzen els jugadors d'un equip que ha perdut la possessió de la pilota en la seva acció ofensiva, tornant el més ràpidament possible a zones determinades per l'entrenador, amb l'objectiu d'ordenar la defensa de la forma més adequada.

Qui pot??

A on??

Tipus??

└ **COBERTURES:**

És l'acció tàctica defensiva que permet estar en disposició d'ajudar a un company que pot ser desbordat per un adversari.

└ **PERMUTES:**

És quan un jugador desbordat retorna, el més ràpidament possible, a ocupar el lloc que ha abandonat un company, que ha sortit a la seva pròpia ajuda

└ **VIGILÀNCIA:**

Són les evolucions que realitzen els jugadors d'un equip quan no tenen la possessió de la pilota, sobre els adversaris, sense manifestar marcatge.

- Zona de pilota
- Densitat de jugadors
- Proximitat porteria

└ **TEMPORITZACIONS:**

Són totes aquelles accions lentes realitzades de forma intel·ligent durant el joc per a obtenir alguna ventatge a nivell tàctic. En aquest cas la temporització la realitzarà l'equip defensor.