el entrenador aragonés

JORNADA DE FORMACIÓN
FÚTBOL SALA

Comité Aragonés de Entrenadores de Fútbol

El martes 20 de junio el Comité Aragonés de Entrenadores organizó una jornada de reevaluación para los entrenadores de fútbol sala. En estas jornadas nos acompañaron como ponentes Diego Ríos, Claudia Pons y Venancio López. A las jornadas asistieron 84 compañeros.

Comenzó la jornada con la ponencia de Diego Ríos: ."La defensa del balón parado" Diego se centró sobre todo en la estrategia en banda cercana a portería y córner defensivos; nos comentó que eligió este tema porque hay muy poco estudio sobre la defensa del balón parado y el considera que la estrategia en banda y córner en ataque es muy importante, pero también lo es en defensa. Para él es muy importante trabajar este aspecto porque un 13 por cien de los goles se consiguen en estas jugadas, y para poder contrarrestar el balón parado ofensivo tengo que conocer los tipos de acciones a balón parado que existen.

Diego nos habló en primer lugar de los aspectos generales a tener en cuenta para hablarnos después de lo que el hace con sus equipos; para ello Diego nos fue mostrando todas las situaciones de defensa a balón parado con imágenes y ejemplos tanto en defensa individual como en zona, a la par que fue desglosando, bajo su punto de vista, las ventajas e inconvenientes de cada tipo de defensa. Tras finalizar su ponencia Diego contestó las preguntas que nuestros compañeros le formularon.

En la segunda ponencia contamos con la Seleccionadora Nacional Claudia Pons, Campeona de Europa en 2019, 2022 y 2023 con la selección Femenina Absoluta y elegida mejor entrenadora del mundo en el año 2021. Claudia nos habló de" Similitudes y diferencias en el entrenamiento masculino y femenino en Fútbol Sala"

En esta ponencia, Claudia nos hizo un resumen de aquello que puede ser diferente en el entrenamiento de un equipo masculino y un equipo femenino, partiendo de que estamos hablando del mismo deporte. Claudia considera que hay un importante crecimiento del fútbol sala femenino y que hay que eliminar ciertos prejuicios que hay.

Para Claudia hay cuatro aspectos a tener en cuenta respecto a las diferencias entre el entrenamiento de un equipo masculino y el de un equipo femenino, teniendo en cuenta que la diferencia viene marcada sobre todo por la categoría, mas que por el género masculino o femenino. Los aspectos son el físico, morfológico, técnico-táctico y psicológico-emocional. En su trabajo diario estos cuatro aspectos los tienen en cuenta y van con más cuidado. En lo físico los chicos tienen más fuerza, y las chicas más elasticidad. También nos comentó Claudia que a la hora de entrenar y competir tienen que tener en cuenta la menstruación en las chicas, y sobre todo en que fase de ella se encuentran. L o consideran importante para prevenir lesiones y para plantear los entrenamientos. En lo técnico-táctico la diferencia esta sobre todo en las distancias y el ritmo de juego. En las chicas la distancia es más cercana y la colocación defensiva también, para poder llegar a tiempo. A nivel correctivo una de las pocas diferencias que se encontró entre ambos es el ritmo de juego, ya que habitualmente la metodología de trabajo es la misma para ambos, pero van adaptando las situaciones y las correcciones acaban siendo las mismas. A nivel Psicológico las chicas son más sensibles y emotivas que los hombres, y en este aspecto para Claudia las diferencias más significativas serían: Las chicas a nivel de autoconfianza son más débiles. Las mujeres suelen ser más expresivas que los hombres. Las chicas tienen más motivación intrínseca que los chicos.

En la tercera ponencia Venancio López, una de las grandes referencias del Fútbol Sala nacional y mundial nos hablo de"Movimientos ofensivos entre dos y tres jugadores en Fútbol Sala". Para Venancio como entrenadores lo primero que tenemos que saber es como queremos jugar, cual es nuestra idea del juego; y a partir de ahí organizar nuestros entrenamientos. Para Venancio el sistema de juego es el elemento de comunicación entre los jugadores, por eso cuanto más se domine los ejercicios entre dos y tres jugadores mejor comunicación habrá en el campo. Para ello tenemos que elegir el sistema y forma de juego, y a partir de ahí definir que ejercicios quiero hacer, y a continuación entrenarlos para integrarlos en el modelo de juego hasta generar automatismos; y después cuando ya dominamos esos ejercicios ir introduciendo alguno más. Para generar esos automatismos hay que ir de menos a más, y para ello empezaremos con los ejercicios analíticos, y después trabajare con oposición rea. Para Venancio el juego es percepción para poder solventar los problemas del juego y eso lo hacen los jugadores a través del conocimiento del juego, pero tengo que tener clara una idea como tengo que jugar. Para ello en los entrenamientos es vital como entrenador que movimientos elijo, que sistema elijo, como entreno, que tareas elijo para conseguir eso. A continuación, Venancio nos mostró y explicó los movimientos entre dos y tres jugadores con ejemplos de todos ellos, y para finalizar contestó todas las preguntas de nuestros compañeros.

Comité Aragonés de Entrenadores de Fútbol
Área de Formación

José Luis Pascual Rodríguez -
Secretario Comité