

## 4x4 per millorar la finalització per Paul van Veen

Paul van Veen és l'editor de la pàgina soccercoaching.net, possiblement la pàgina de l'entrenament del futbol a internet més coneguda i visitada del món en aquests moments. Paul és natural d'Holanda i va començar a internet editant la pàgina voetbaltrainers.net.

Aquesta activitat va ser publicada a soccercoaching.net l'octubre de 1999.

Reproduïda a Entrenant Futbol amb permís de l'autor i de soccercoaching.net.

Traducció d'Andreu Vigo

Objectiu: millora de la finalització / del tir a porta

Tema: el tir en joc

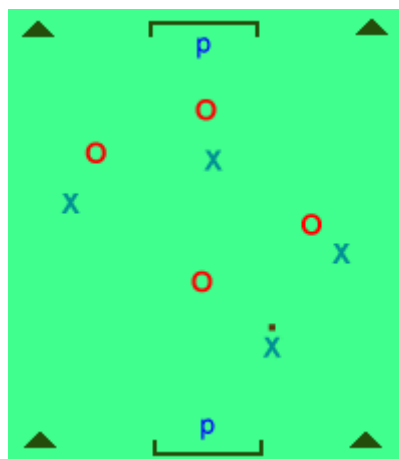
Descripció: joc de futbol 4 contra 4 amb porters per millorar la finalització / el tir a porta

Tipus: joc de futbol en espai reduït

Edat: a partir de 8 anys

Número de jugadors: 8 jugadors i 2 porters

Fase: aprenentatge



Continguts:

regles normals (córner, llançament de banda, etc.)

espai reduït: 20 metres d'amplada per 30 de llargada

els porters no poden marcar

disposar pilotes al voltant de l'espai per garantir reiniciar ràpidament el joc

Progressió:

quan tot vagi funcionant bé, es pot reduir l'espai o es pot introduir un jugador més per equip

es pot introduir la norma de fer un màxim de dos tocs

Variant:

els porters poden marcar

Intensitat:

alta

Material:

10 o més pilotes, 4 cons, 2 porteries petites, petos.

Entrenant:

Motivar per tirar: Cada oportunitat per tirar ha de ser usada. Amb les dues cames.

Ensenyar i corregir els aspectes tècnics del tir.

Encoratjar als jugadors per fer bones eleccions entre combinar o jugar individualment.