

Agosto/8/2021

Definición de conducción

Definición

Es la acción que realiza un jugador al desplazar el balón desde una zona a otra del campo, con toques sucesivos y mantenimiento el control sobre el balón

Superficies contacto

Interior: Se utiliza en distancias cortas y permite una alta precisión podemos amortiguar, pasar en largo y rematar a porteria

Empuje interior

permite aumentar la potencia del golpeo, manteniendo una alta precisión.

Empuje exterior:

imprime potencia y efecto al balón.

Empuje total:

imprime mucha potencia al balón

Planta

permite el control del balón

Muslo

Podemos amortiguar (controlar), desviar, pasar y rematar

Cadera

Podemos pasar y rematar

Tipos de conducción

Según la superficie de contacto entre el jugador y el balón, podemos clasificar varias formas de conducción:

interior: principal en los inicios de aprendizaje de los jóvenes jugadores **exterior** empujes interiores

exterior: la más utilizada empuje total **plants** **muslo**, **pecho**, y **cadera**.

interior: La conducción con interiores de pie debe ser la primera a inculcar en la iniciación. Aunque es una conducción más lenta que las demás, para el jugador aprendiz resulta ser la más sencilla al ser una superficie de contacto relativamente grande. Para realizarla, se girará lentamente la cadera cada vez que golpeemos suavemente la cadera cada vez el balón para que casi podamos llevar el balón en línea recta.

Empuñe interior + Exterior

La mas utilizada tambien la mas dificultad tienen niños en aprenderla. Dificultad radica intercambio continuo superficie de contacto golpes al balón. Empuñe exterior interior de forma alternativa.

Empuñe

Se utiliza a la vez que el empuñe exterior e interior + se puede combinar para hacer una condición mas efectiva + rápida.

Plata

Condición que tiene aser lateral, aunque con practica podemos conseguir una condición en linea recta. La seguridad es un principal caracteristica punto que tiene una gran superficie de contacto tenemos el balón muy protegido + podemos salir a cualquier dirección.

Mulo Pecho, Cabeza.

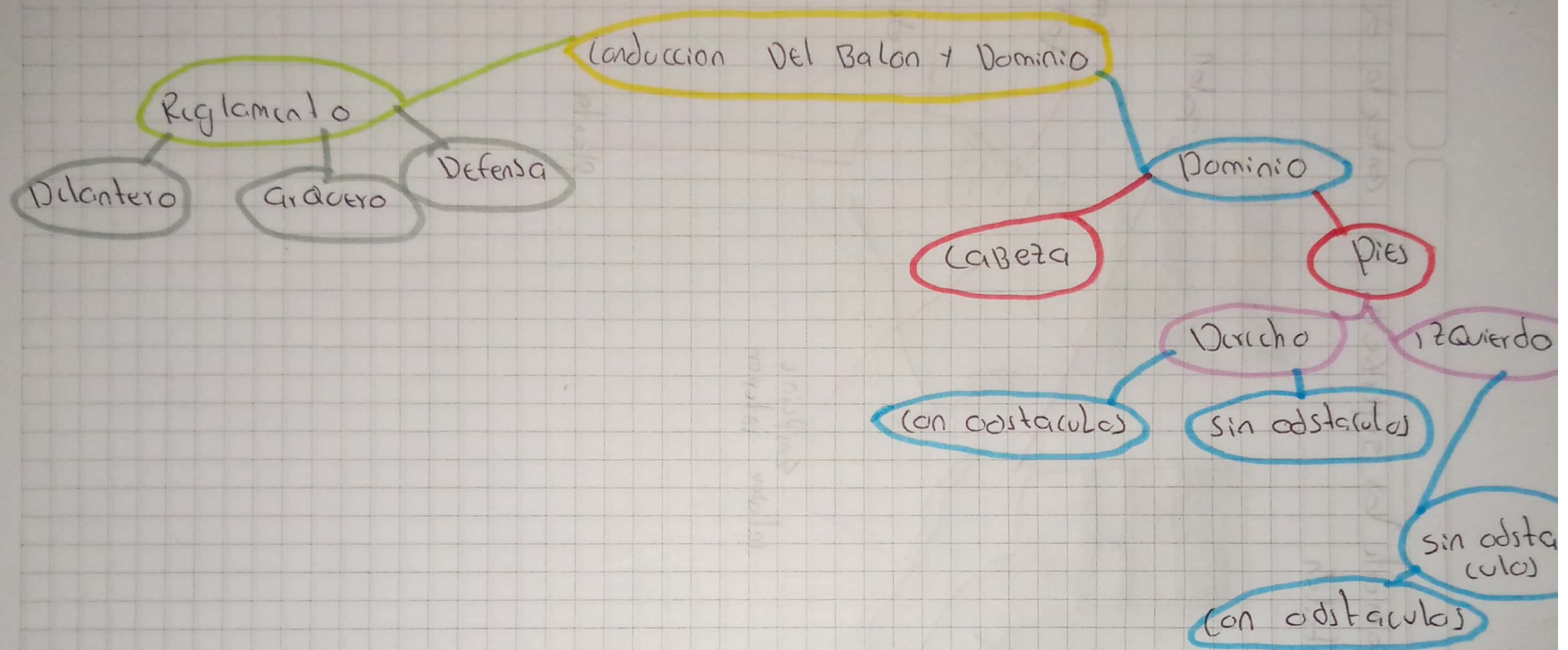
Practicamente no utilizados para hacer conducción clavado dada su dificultad.

Aspectos Básicos De La conducción

- usar la parte delantera de la planta, la zona próxima a los dedos.
- El golpeo al balón tiene que ser muy suave.
- El balón y el pie tiene que ir muy juntos.
- La planta tiene que estar inclinada en el momento del contacto con el balón.
- Trabaja todos los tipos de conducción para que en situaciones de juego real podamos ser eficaces en cada acción.

Ejercicios

1. Elaborar un mapa mental de la de conducción + dominio del balón.



2 Realizar un video realizando dominio + conduccion del balon

3 represente gráficamente las superficies de contacto del pie en el balón

P/2

