



# Tareas de coordinación técnica del portero del Fútbol Sala. (4ª Parte)



**Autor: Marcelo Gallina**

- 2008/2009 Club de Regatas Vasco da Gama U-11 New Talent Carioca Championship
- 2009 América FC – Futsal U-13 – Second Place – Rio de Janeiro State Championship
- 2010 Club de Regatas Flamengo Beach Soccer
- 2010 Rio de Janeiro's State Futsal Team U- 20 -Brazilian Championship of State's Team
- Entrenador de Porteros de la selección de futbol sala de Libia

**C**ontinuamos con el trabajo de Marcelo Gallina, experto profesional en el entrenamiento de fútbol sala brasileño.

**Su nueva etapa al frente de la Selección de Libia, bajo la dirección del español Pablo Prieto, en su nuevo reto profesional.**

**Nos envía un nuevo artículo sobre el entrenamiento**

**coordinativo del portero.**

**Desarrolla tareas integrales en las que el portero desarrolla trabajos coordinativos con paradas y reposiciones rápidas del balón en juego.**

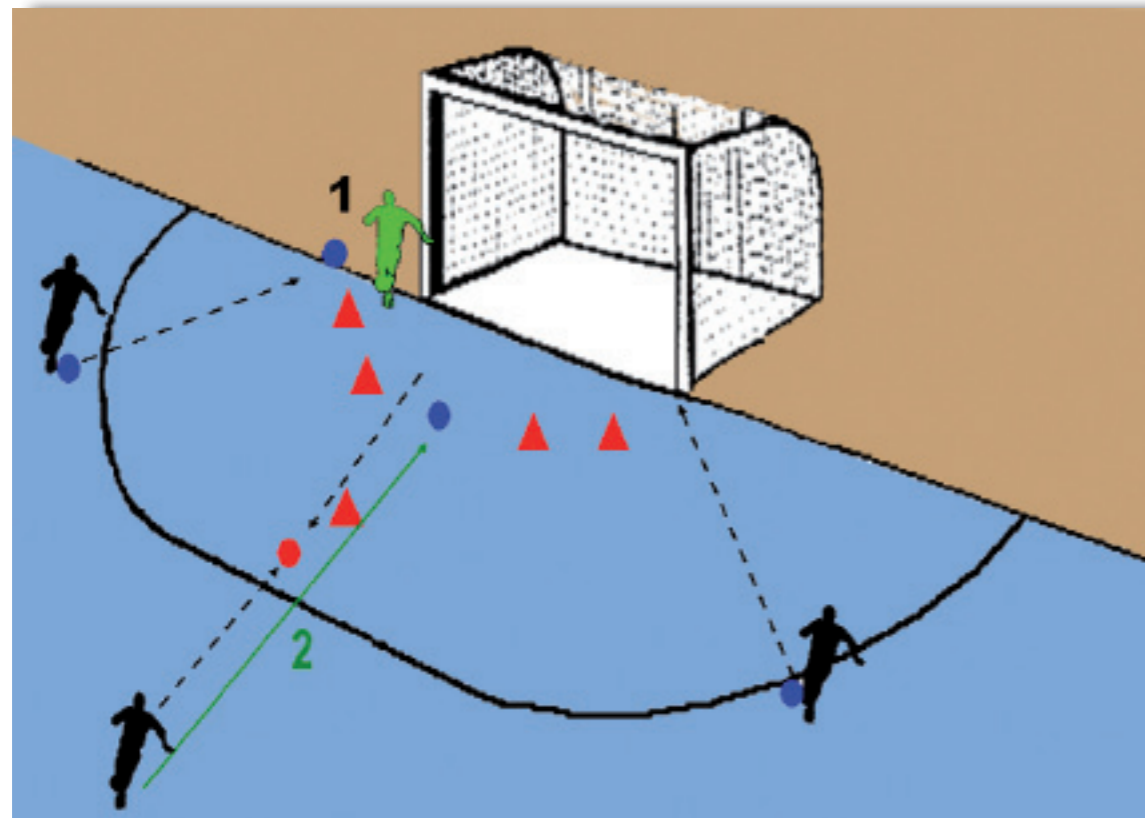


# Entrenamiento específico para los porteros de la selección de Libia (4º Parte)

- **Objetivos:** Realizar movimientos y desplazamientos laterales con alternancia de piernas y brazos (skipping) y saltos laterales.
- **Contenidos:** Parada/ posición de Base/ Pase/ Pisada del balón con Conducción del balón/ Reposición larga// Coordinación/ Agilidad.
- **Materiales usados:** Balones y Conos Pequeños.
- **Número de Porteros:** 1 portero en la ejecución del ejercicio, 2 porteros y el entrenador auxiliando la ejecución.
- **Zona:** Campos de juego
- **Duración de la actividad:** 30 minutos

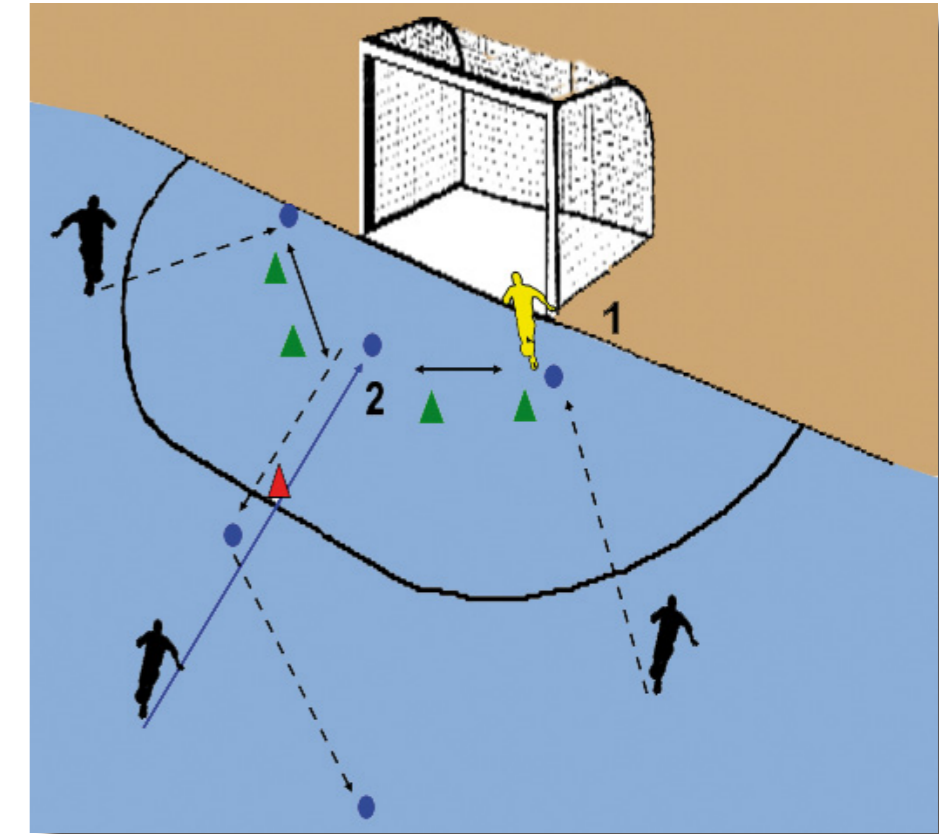
## 1er ejercicio

1. El portero en el primer momento se desplaza lateralmente entre los conos en skipping y realiza una parada.
2. Después vuelve también en desplazamiento lateral hasta el medio y ejecuta una posición de base (Cruz) y enseguida realiza el mismo tipo de desplazamiento hacia el lado opuesto.
3. En esta secuencia ejecutará un pase corto de salida.



## 2º ejercicio

1. El portero en el primer momento se desplaza lateralmente ejecutando la cruz.
2. Después salta lateralmente los conos realizando una parada frontal, y en seguida ejecuta el mismo movimiento hacia el lado opuesto.
3. Vuelve al medio de la portería pisa el balón, conducción y pase largo en diagonal.



## 3er ejercicio

1. El portero en un primer momento se desplaza lateralmente entre los conos con skipping y realiza un pase al primer toque.
2. Vuelve repitiendo el mismo movimiento y realiza una parada en el centro de la portería.
3. Enseguida vuelve al medio de la portería defendiendo con una parada alta y se reposiciona en el fondo de la portería.

