



FEDERACION CANARIA DE HOCKEY

PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACION DEPORTIVA

1ª FASE CANARIAS 2020

MEMORIA CORRESPONDIENTE A LA 1ª FASE DE PNDT MASCULINO Y FEMENINO:

- Técnico Responsable: EUGENIO PAULON.
- Fecha de celebración: Del 13 al 15 de Enero 2020 de 16:30hs a 18:00hs
- Cantidad de sesiones: 3.
- Instalación: Campo de Hockey de 7 Palmas.
- Número total de jugadores/as asistentes: 18 (10 masculinos y 8 femeninas).
- Número total de Entrenadores asistentes: Entrenadores de Tecnificación más 2 monitores de apoyo de la Federación Canaria.

OBJETIVOS Y ORGANIZACIÓN DE TRABAJO:

Se han seleccionado un grupo reducido de niños y niñas de los que participan semanalmente en la Tecnificación (todos los martes) que realiza actualmente la Federación Canaria de Hockey.

Gracias a esto hemos trabajado con un único grupo de 15 jugadores/as en total y 3 porteros/as.

Los objetivos se trasladaron desde la planificación enviada desde la RFEH.

En las 3 sesiones se realizaron trabajos de entrada en calor variando, según día, técnica de carrera, coordinación con y sin palo, juegos lúdicos y cada día hemos evaluado a los jugadores en distintos tipos de test (velocidad, resistencia y fuerza) para poder en la segunda fase volver a evaluarlos y ver si con el trabajo de sus clubes y Tecnificación, logran ir mejorando.

Las sesiones de campo se dividieron de la siguiente forma:

PRIMERA SESION (LUNES 13):

Tecnificación:

- Mejorar técnica de pases (push frontal/lateral, látigo manos juntas).
- Mejorar técnica de recepciones (orientadas, de derecha a izquierda sobre pie derecho).
- Situaciones de escape con algo de presión (con giros, reconocimiento de espacios y cambio dirección y ritmo).
- Situaciones 1vs1 (nos centramos en la parte ofensiva).
- Definiciones a puerta (derecho y revés).

A la hora de trabajar las recepciones, la finalidad fue la de mejorar la técnica y posición de pies, manos y cuerpo y a la vez con estímulos auditivos o visuales para cambiar de dirección en el momento de la recepción más un pase posterior y definiciones a puerta. En las situaciones de escape recibiendo frontal una ligera presión con ventaja para el ataque y dos porterías para decidir y utilizar cambios de dirección y ritmo y los giros.

En los pases trabajamos la recepción más conducción y empujes frontales con pie derecho adelantado (tanto rasos como elevados) y aprovechamos para utilizar con los atacantes recepciones orientadas con posición de cuerpo, brazos y pies más posterior definición a puerta.

Por último situaciones 1vs1 donde nos centramos en correcciones y mejoras en la parte ofensiva (fijar defensa y cambiar de lado buscando espacios, elevando bola, cambiando de ritmo, etc.).

SEGUNDA SESION (MARTES 14):

Tecnificación:

- Técnica individual con tiro a puerta.
- Circuitos de pases con látigo y empujes laterales
- Recepciones a contra bola y giro + tiro.
- Situaciones 1vs1 (nos centramos en la parte defensiva).
- Situaciones 2vs1 + 2vs2 (búsqueda de la superioridad)

Dividimos el grupo en 2 compensado en nivel y comenzamos con ejercicios de distintos tipos de regates, escapes, anti corredizos y finalización de tiro a puerta. Mientras trabajamos las situaciones 1vs1 donde nos centramos en los conceptos defensivos (Posición cuerpo y pies en relación a bola y portería, 2 manos en el palo, distancia en relación a la bola, presión a la misma) con dos porteros e ida y vuelta (trabajamos el cambio de roles rápido).

Continuamos con un trabajo de circuito con técnicas de pases cortos y largos de empuje y látigo al palo y al espacio, recepciones dentro del box y posterior salida a contra bola con giro más tiro a puerta. Mientras jugamos situaciones que en el inicio de la jugada encontraremos una ligera superioridad de 2vs1 para luego terminar jugando un 2vs2 con dos porteros ida y vuelta (trabajamos el cambio de roles rápido). Recalamos el generar superioridad a través de los escapes, pasar y correr, movilidad con y sin bola, etc.).

TERCERA SESION (MIERCOLES 15):

Tecnificación:

- Juegos de área con dos porteros.
- Posesión más transición con superioridad.
- Partidos reducidos.

Comenzamos dividiendo el grupo en 2 equipos nivelados y con un ejercicio reducido de área que comienza con una superioridad (4vs3) y si al final la defensa recupera se agrega un jugador acabando en igualdad (4vs4) con ida y vuelta y dos porteros (trabajamos el cambio de roles rápido). Intentamos potenciar el reconocer la superioridad bajo presión y la responsabilidad de cuidar la bola encontrándose durante el juego con distintos tipos de situaciones antes trabajadas (1vs1, 2vs1, 2vs2, etc.). Competimos por goles (PC vale ½).

Seguimos con dos equipos (mismos), agrandamos espacio y en un ejercicio donde trabajamos primero en una zona cerrada un 3vs2 (reconocer la superioridad bajo presión/posesión) en donde la consecución de 3 pases seguidos nos da la posibilidad de salir de la zona y sumar un atacante más que se encontrará con una situación general de 5vs4. Al recuperar se suma un atacante para la defensa jugándose un 5vs5 con ida y vuelta más dos porteros (trabajamos cambio de roles rápidos). Sumamos goles y competimos.

Al final igual del entrenamiento acabamos con partidos reducidos de 5vs5 donde ponemos en práctica lo trabajado durante las 3 sesiones y donde los jugadores/as más porteros estarán en contacto con la bola bastantes veces.

LISTADO DE PARTICIPANTES:

LISTA DE JUGADORES 1ª FASE PNDT			
Nº	NOMBRE Y APELLIDOS	FECHA NAC.	CLUB
1	MARCOS BEN	29/04/2005	UD TABURIENTE
2	JULEN FERNANDEZ BENAZCO	16/08/2005	UD TABURIENTE
3	ALBERTO SANCHEZ HERNANDEZ	16/01/2006	UD TABURIENTE
4	RUBEN ALEJO CASTRO	09/05/2006	UD TABURIENTE
5	NICHEL GONZALEZ GIL	14/05/2006	UD TABURIENTE
6	ALEJANDRO TARAJANO MELIAN	16/01/2006	UD TABURIENTE
7	LEON MENDI GIL	28/01/2007	ARIDAMAN CH
8	ERIC GONZALEZ GARCIA	18/05/2006	CH AGONEK
9	ANIBAL DOMINGUEZ GUTIERREZ	05/03/2007	CH AGONEK
10	JOSE MEDINA HERNANDEZ (P)	09/08/2008	CH AGONEK

LISTA DE JUGADORAS 1ª- FASE PNDT			
Nº	NOMBRE Y APELLIDOS	FECHA NAC.	CLUB
1	LUCIA FALCON ARMAS	22/05/2007	UD TABURIENTE
2	LUCIA DENIZ RODRIGUEZ	15/12/2006	UD TABURIENTE
3	RAQUEL HOFFMEISTER	30/09/2008	UD TABURIENTE
4	MANUELA HOFFMEISTER	07/12/2005	UD TABURIENTE
5	YERUTI PEREZ CARDENAS (P)	14/11/2005	UD TABURIENTE
6	NADIA FALCON DIAZ	14/08/2007	CH AGONEK
7	IRA GUERRA GUILLEN (P)	15/03/2007	CH AGONEK
8	AITANA SANMIGUEL PIZARRO	05/09/2006	ARIDAMAN CH

Conclusiones:

Teniendo en cuenta la cantidad de jugadores/as que tenemos en la actualidad en la Federación, creemos que contamos con varios talentos a los cuales hay que seguir de cerca. El nivel ha ido mejorando respecto a la temporada pasada y consideramos de suma importancia la continuidad en la tecnificación de una vez en semana que se está realizando durante toda la temporada. También la apuesta por volver a preparar las selecciones autonómicas de edad sub14 femenina y sub16 masculina con las cuales competiremos esta temporada ya que esto son horas de entrenamiento que también refuerzan lo trabajado en clubes y Tecnificación.

Tenemos que seguir en esa línea para que cada vez sea más grande el grupo de jugadores/as a seleccionar en próximas fases de PNDT en Canarias.

A diferencia de otras temporadas hemos añadido en cada sesión una evaluación física (resistencia, velocidad y fuerza) que va más allá de realmente valorarlos como jugadores pero que si vemos importante por varios motivos:

1. Les obliga un poco a preocuparse para en próxima fase intentar mejorar sus resultados.
2. Estimular la importancia de la preparación física en edades tempranas.
3. Ver según los resultados para sus edades, si alguno puede carecer de forma muy evidente de algunos aspectos y así poder trabajar a través de sus clubes de forma más individualizada (no ha sido el caso en ninguno de ellos/as)

Esperamos que en la segunda fase estos niños/as puedan ir mejorando poco a poco todo lo trabajado durante estas tres sesiones.