

MINIFÚTBOL I

- Planificación:

Mesociclo I (Octubre, Noviembre y Diciembre)

- ✓ *Juegos de 1x1, 2x0 y 2x1*
- ✓ *Posición de Inicio*
- ✓ *Acciones Combinadas y Evoluciones*

OCTUBRE 2014							
L	M	X	J	V	S	D	
		1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31			

NOVIEMBRE 2014							
L	M	X	J	V	S	D	
					1	2	
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	

DICIEMBRE 2014							
L	M	X	J	V	S	D	
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31					

	Conducción
	Saque de banda + Control
	Pase
	Global; Conducción, control y pase
	Día festivo - vacaciones

	1x0 y Posición de Inicio
	1x1
	2x0 y 2x1
	Global; 1x0, 1x1, 2x0 y 2x1
	Juego de cabeza

PREPARACIÓN FÍSICA I

- Planificación:

Mesociclo I (Octubre, Noviembre y Diciembre)

✓ *Resistencia, Fuerza, Velocidad.*

✓ *Circuitos y Juegos.*

OCTUBRE 2014							
L	M	X	J	V	S	D	
		1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31			

NOVIEMBRE 2014							
L	M	X	J	V	S	D	
					1	2	
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	

DICIEMBRE 2014							
L	M	X	J	V	S	D	
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31					

Resistencia

Resistencia + Fuerza

Fuerza con transferencia a la velocidad

Velocidad

Coordinación en circuitos y carreras de relevos

Juegos

Día festivo - vacaciones

EVOLUCIONES METODOLOGIA DEL TRABAJO

EVOLUCION 7 v 1



EVOLUCION 7v2



EVOLUCIÓN OPOSICIÓN 1 POR LÍNEA



EVOLUCIÓN CON OPOSICIÓN POR PAREJAS DE LA MANO





TEMPORADA 2014-2015

**OS RECORDAMOS
LO QUE
REALMENTE NOS
DIFERENCIA...**



TEMPORADA 2014-2015

IMAGEN



Twiter: [#escuelaRFEF](#) [#eduvalcar](#)

Sevilla 20 diciembre



TEMPORADA 2014-2015

EJERCICIOS Y TAREAS LIMPIAS.





TEMPORADA 2014-2015

INTRANSIGENCIA A LAS FILAS.





TEMPORADA 2014-2015

DIVERSIDAD DE TAREAS.

“APROVECHA AL MÁXIMO EL ESPACIO”

