

## PERIODO PREPARATORIO

MES	Agosto	SEMANA	Del 19.08 al 25.08
DÍA	SESIONES	OBJETIVOS	MATERIAL
<b>Lunes 19</b>	Presentación 19:30 h Infantil-B.	Charla/presentación para comunicarles los objetivos, las perspectivas, normas,...	Copia de las normas de comportamiento, objetivos del equipo,...
<b>Martes 20</b>	Comenzar a acondicionar al grupo después de un parón amplio de tiempo. Combinar movimientos con carrera con balón, fuerza de tronco, ... pero siempre un balón por jugador.	Conducciones, habilidades, socialización, acondicionamiento físico general, paredes, ritmo. Adaptación a la metodología integrada con ritmo.	Chinchetas. Un balón/jugador.
<b>Miércoles 21</b>	Transferencia después del circuito de fuerza con un fútbol-7 con apoyos cruzados.	Incentivar el juego en amplitud así como el juego interior. Regla del off-side y línea que marca el repliegue.	Balones. Petos. Conos chinos. Conos.
<b>Jueves 22</b>	Transferencia después del circuito de fuerza con un futbol-7 con apoyos en las bandas y en los fondos. Jugar en la dirección de las porterías.	Incentivar el juego en amplitud así como el juego interior y en profundidad. Trabajo de coordinación en postas.	Balones. Petos. Conos chinos. Conos.
<b>Viernes 23</b>	Realización de diferentes juegos de cooperación-oposición, con finalizaciones.  Rondos de posesión.	Introducción cambios de orientación como principio.  Trabajar la posesión del balón con el rondo de las 4 zonas.  Incentivar pases: Cortos y largos.	Balones. Petos. Conos.
<b>Sábado 24</b>	Partido amistoso.  Movimientos de sistema. Matizar repliegue, coberturas y marcaje.	Resistencia específica.  Realizar el primer corte de descartes según la actitud de la semana, afluencia de un mismo puesto, necesidades.	
<b>Domingo 25</b>			

## PERIODO PREPARATORIO

<b>MES</b>	Agosto/Septiembre	<b>SEMANA</b>	Del 26.08 al 01.09
------------	-------------------	---------------	--------------------

<b>DÍA</b>	<b>SESIONES</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>MATERIAL</b>
<b>Lunes 26</b>	<p>Trabajo de 1:1 polarizando la atención en el último pase.</p> <p>Introducción de principios en el juego como repliegue, apoyos,...</p> <p>Circuito técnico.</p> <p>Además de un circuito técnico donde realizamos: malabares, 1:1, controles orientados, conducciones, pases cortos, fútbol-tenis con dos balones.</p> <p>Acabaremos con una estructura técnica con finalización. Tiro de Portugal y estructura de la pared.</p>	<p>Introducir trabajo integrado de: 1:1, pase al espacio.</p> <p>Comenzar a trabajar principios como: repliegue, amplitud, apoyos, cambios de orientación, para su familiarización.</p> <p>Trabajar aspectos técnicos para potenciar los principios del jugador.</p>	<p>Conos. Balones. Petos. 4 mini-porterías. Balones. Conos Chinos. Red.</p>
<b>Martes 27</b>	Partido Amistoso	Resistencia específica del jugador.	
<b>Miércoles 28</b>	<p>Transferencia con el rondo Tricolor.</p> <p>Luego aumentamos en nivel de dificultad con cuatro colores.</p>	<p>Trabajar la posesión del balón en estructuras.</p> <p>Transferir el trabajo de fuerza.</p>	<p>Balones. Petos. Conos chinos. Conos.</p>
<b>Jueves 29</b>	<p>Acciones combinativas en base al sistema de juego con picas de oposición.</p> <p>Rondo táctico.</p> <p>Estrategia saque de esquina defensivo.</p>	<p>Trabajar combinaciones en base al sistema a emplear.</p> <p>Realizar un rondo táctico donde matizaremos los movimientos del sistema.</p>	<p>Balones. Petos. Conos chinos. Conos.</p>
<b>Viernes 30</b>	Partido Amistoso	<p>Mejorar la resistencia específica del jugador.</p> <p>Afianzar la parte táctica en cuanto a sistema de juego, principios y fundamentos del juego.</p>	
<b>Sábado 31</b>	Partido Amistoso	<p>Mejorar la resistencia específica del jugador.</p> <p>Afianzar la parte táctica en cuanto a sistema de juego, principios y fundamentos del juego.</p>	
<b>Domingo 1</b>			

## PERIODO PREPARATORIO

MES	Septiembre	SEMANA	Del 02.09 al 08.09
DÍA	SESIONES	OBJETIVOS	MATERIAL
<b>Lunes 2</b>	Coordinación con giros en postas.  Sistema: movimientos y sincronización. Trabajo por líneas.	Trabajar los movimientos del sistema de forma más analítica.	Picas. Aros. Vallas. Escaleras.
<b>Martes 3</b>	Trabajo de micro sociedades en circuito. 2:2; 2:2 con apoyos por fuera; 1:1.	Aumentar la capacidad de mantener la posesión del balón.	Conos. Balones. Balón de rugby. Pelota de tenis. Petos.
<b>Miércoles 4</b>	Principios: ritmo de juego y contraataque. 4:4 con 4 apoyos fuera.  Ritmo individual.  Conducción y permuta con el apoyo.	Trabajar de forma integrada para matizar el cambio de ritmo individual al igual que ejercicios para potenciar el contraataque.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Jueves 5</b>	Trabajo de micro-sociedades, en inferioridad, igualdad y superioridad numérica. Un equipo mantiene la posesión ida y vuelta a la defensa= 1pto. El otro equipo finalizar por calle interior, centro y remate o tiro lejano.  Tiro.  Estrategia: Saque de esquina ofensivo y defensivo.	Plantear situaciones de partido donde el jugador resuelva dichas incógnitas tanto en ataque como en defensa.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Viernes 6</b>	Velocidad de reacción con coordinación previa, ritmo de juego, tiro con ejercicios de Portugal,...  Estrategia: Saque de esquina ofensivo y saque de inicio.	Adaptar al jugador al día previo a la competición, trabajando aspectos y cualidades intrínsecos de estos días.	Conos grandes. 2 porterías grandes Conos. Balones. Petos Picas.
<b>Sábado 7</b>	Partido Amistoso	Mejorar la resistencia específica del jugador.	
<b>Domingo 8</b>			

## PERIODO PREPARATORIO

MES	Septiembre	SEMANA	Del 09.09 al 15.09
DÍA	SESIONES	OBJETIVOS	MATERIAL
<b>Lunes 9</b>			
<b>Martes 10</b>	Sistema: movimientos y sincronización, además de la presión y la salida del pressing.	Trabajar los movimientos del sistema de forma más analítica.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Miércoles 11</b>	Partido Amistoso	Mejorar la resistencia específica del jugador.	
<b>Jueves 12</b>	Mundialito: 4 equipos juegan en espacio reducido llegando semifinales y finales.  Estrategia: libre indirecto.	Despertar el espíritu competitivo del jugador.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Viernes 13</b>	Trabajo de Velocidad de reacción, ritmo de juego, tiro, acciones técnicas en la finalización.  Combinaciones.  Rondo táctico.  Estrategia.	Adaptar al jugador al día previo a la competición, trabajando aspectos y cualidades intrínsecos de estos días.	Conos grandes. 2 porterías grandes Conos. Balones. Petos Picas.
<b>Sábado 14</b>	Partido Amistoso	Mejorar la resistencia específica del jugador.	
<b>Domingo 15</b>			

## PERIODO PREPARATORIO

MES	Septiembre	SEMANA	Del 16.09 al 22.09
DÍA	SESIONES	OBJETIVOS	MATERIAL
<b>Lunes 16</b>	Combinaciones en base al sistema de juego 1-4-2-3-1.  Ejercicio de igualdad, inferioridad y superioridad numérica.	Seguir creando componentes de dificultad cara al primer partido de competición.  Trabajar las acciones combinativas para afianzar una parte del sistema de juego.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Martes 17</b>			
<b>Miércoles 18</b>	Fuerza aplicada al sistema. Movimientos de la línea de defensa.	Mejorar la resistencia específica del jugador.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Jueves 19</b>	Rondo de las 4 zonas con finalización en mini-porterías. Polarizar la atención en la pared = 1 gol  Ejercicios de tiro.	Trabajar la posesión del balón como fundamento para el primer partido y el resto de la temporada.  Trabajar ejercicios de tiro para mantener reciente la finalización	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Viernes 20</b>	Rondo Pentágono.  Rondo táctico.  1:1; 2:2 con apoyos por fuera. Matizar las fintas como gesto técnico.  Recordatorio de Estrategia. Iniciar el saque de banda.	Comenzar a preparar los viernes como días de pre partido.  Calentar en base a rondos.  Realizar siempre el rondo táctico para recordar los movimientos.  Trabajar las micro sociedades.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Sábado 21</b>	Partido Amistoso contra un rival de superior categoría.	Mejorar la resistencia específica del jugador.	
<b>Domingo 22</b>			

## PERIODO COMPETITIVO

MES	Septiembre	SEMANA	Del 23.09 al 29.09
DÍA	SESIONES	OBJETIVOS	MATERIAL
<b>Lunes 23</b>	Combinaciones en base al sistema de juego 1-4-2-3-1.  Ejercicio integrado de fútbol-7 con apoyos en banda.	Trabajar las combinaciones en base al sistema de juego a emplear durante la temporada.  Partido libre de fútbol-7 para desarrollar la creatividad del jugador a principio de semana.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Martes 24</b>			
<b>Miércoles 25</b>	Fuerza adaptada al sistema. Transición-Ejercicio integrado de los cuatro apoyos fuera para el equipo que tiene posesión del balón y dentro un 4:4 + 1 comodín.	Trabajar las microsociedades en espacio reducido y la velocidad del juego.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Jueves 26</b>	Ejercicio de posesión.  Ejercicios de tiro.	Trabajar la posesión del balón como fundamento para el primer partido y el resto de la temporada.  Trabajar ejercicios de tiro para mantener reciente la finalización de cara al primer partido de liga.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Viernes 27</b>	Rondo Pentágono.  Rondo táctico.  Estrategia	Preparar el previo al primer partido de competición.  Recordar la estrategia.	Balones. Petos. Conos chinos.
<b>Sábado 28</b>	Partido de Competición		
<b>Domingo 29</b>			