



ESCUELA MUNICIPAL DE FUTBOL DE BONARES				ALEVIN-B		2ª PROVINCIA		2003/2004		PLANNING	
ETAPA:	1	ENTR. N°:	27	INSTALACION:	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL					MEDIA	PRINCIPAL
PERIODO:	2	FECHA:	29/12/2003	MATERIALES:	BALONES, CONOS Y PETOS						ESTRATEGIA
CICLO:	1	HORA:	18:00	OBSERVACIONES:							P. FISICA
SEMANA:	5	TIPO:	TARDE								TACTICA
SESION:	1									TECNICA	
OBJETIVOS:	CALENTAMIENTO 16%		ESTRATEGIA 0%		P. FISICA 0%		TACTICA 21%		TECNICA 58%		VUELTA CALMA 5%
ACTIVIDAD	Flexibilidad		Saques de banda		C. Motoras Coordinativas		Aprovechar los espacios		Conducción Control - Recepción Fútbol reducido		Flexibilidad
	EJERCICIO			DESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO				REPRESENTACIÓN			% Fis
P. INICIAL	- Estiramiento general - Juegos - Rondos			Estiramientos (ver cuaderno de ejercicios de la 1ª etapa) Ver cuaderno de ejercicios de la 1ª etapa						5	0%
										10	0%
PARTE PRINCIPAL	Buscar compañero (varios)			- Hacemos 3 filas (A,B y C). - (B) conduce el balón de varias formas hasta (C), ocupando su lugar. - (C) hace lo mismo hasta (A). - (A) hace lo mismo hasta (B). - Variante - El compañero hacia el que se dirige hace unas señales tras las						20	0%
	Control del balón			Control del balón con diferentes partes del cuerpo: - El empeine - El interior - La planta						15	0%
	Apr. espacios libres - derecha			- (A) pasa el balón a (B). - (B) le vuelve a pasar el balón a (A) y se desplaza en diagonal hacia el segundo palo. - (A) pasa el balón a (C) al espacio libre creado por el desplazamiento de (B). - (C) sube la banda y tras un previo control del balón, centra a portería.						20	0%