	OBJETIVO:	Mejorar la posesión del balón en campo contrario para generar opciones de gol - 2					U9-U10 7V7
	ACCIONES DEL JUGADOR:	Pasar o driblar hacia adelante, Abrir el campo, Crear opciones de pase, Crear 2v1/1v1					
	CUALIDADES CLAVE:	Leer el juego, Ser proactivo, Habilidades técnicas óptimas					
	MOMENTO	Ataque	DURACION	60 minutos	JUGADORES	12	

ADQUISICION DE HABILIDADES: **Drible:** Superficie del pie y del balón, Calidad del primer toque de recepción – **Pase:** Superficie del pie y del balón, Velocidad y precisión – **Recepción:** Perfil del cuerpo, Superficie del pie y del balón, Calidad del primer toque de recepción

PRIMERA FASE DE JUEGO: 3v3 Juego Intencional **DURACION: 20 min -- INTERVALOS: 3 --ACTIVIDAD: 5 min --DESCANSO: 1.5 min**



OBJETIVO: Pasar o driblar hacia adelante para mover el balón cerca del área de gol.
ACCIONES del JUGADOR: Pasar/driblar, Abrir el campo, Crear opciones de pase, 2v1/1v1.
ORGANIZACION: En la media cancha contraria marque dos áreas de juego de 19Ax35L con dos porterías pequeñas. Juegue 1v1, 2v1 hasta 3v3. Juegue por 20 minutos con dos periodos de descanso de 2-minutos. Cuando el balón salga de la cancha, reinicie el juego con un pase a un compañero o driblando para entrar a la cancha.
ADQUISICION de HABILIDADES: Pase, recepción y drible.
PALABRAS CLAVES: Conecta, Dribla, Posesión, Combina.
PREGUNTAS GUIADAS: 1. ¿Qué debemos hacer si tenemos un espacio entre dos defensores? 2. ¿Para que mantenemos posesión del balón? 3. ¿Cuándo es un buen momento para combinar con un compañero?
RESPUESTAS: 1. Pasar el balón hacia adelante para conectar con un compañero - 2. Para mover el balón, crear y encontrar un espacio para driblar o pasar el balón hacia adelante - 3. Cuando creamos un 2v1.
Nota – Primer descanso: El entrenador hace las preguntas, pero los jugadores no responden, sino que juegan para descubrir las respuestas. Segundo descanso: Los jugadores responde las preguntas del entrenador.

ACTIVIDAD PRINCIPAL: 4v5 a gol – 3 mini porterías **DURACION: 20 min -- INTERVALOS: 3 --ACTIVIDAD: 5 min --DESCANSO: 1.5 min**



OBJETIVO: Avanzar con el balón para crear opciones de gol.
ACCIONES del JUGADOR: Pasar/driblar, Abrir el campo, Crear opciones de pase, 2v1/1v1.
ORGANIZACION: En una cancha de 7v7 marque un área de juego de 40Ax35L con una portería y tres mini-porterías. El equipo Azul: 1 mediocampista y 3 delanteros juegan para anotar en la portería. El equipo Rojo: 1 portero, 3 defensas y 1 mediocampista trataran de anotar en una de las tres mini-porterías. Si el equipo Azul anota un gol, el Rojo reinicia el juego con un saque de meta. Los jugadores rotan cada intervalo. La línea de Construcción (BOL) está en efecto.
ADQUISICION de HABILIDADES: Pase, recepción y drible.
PALABRAS CLAVES: Conecta, Dribla, Posesión, Combina.
PREGUNTAS GUIADAS: 1. ¿Qué hacemos para crear espacios en el campo contrario? 2. ¿Cómo conectamos con un compañero en una posición adelantada? 3. ¿Cuándo es una buena oportunidad de driblar hacia del contrario? 4. ¿En dónde debemos estar para ayudar al jugador con el balón?
RESPUESTAS: 1. Nosotros abrimos el campo - 2. Pasando el balón hacia adelante a través del espacio - 3. Cuando tenemos un espacio o confrontado por un solo defensor - 4. Creando opciones de pase a la derecha, izquierda o al frente y creando un 2v1.
Nota: Cambie a la actividad con Menor Dificultad si la actividad principal es muy difícil. Cambie a la actividad con Mayor Dificultad si la actividad principal es muy fácil.

ACTIVIDAD CON MENOS DIFICULTAD: 3v3 a gol **DURACION: 20 min -- INTERVALOS: 4 --ACTIVIDAD: 4 min --DESCANSO: 1 min**



OBJETIVO: Avanzar con el balón para crear opciones de gol.
ACCIONES del JUGADOR: Pasar/driblar, Abrir el campo, Crear opciones de pase, 2v1/1v1.
ORGANIZACION: En una cancha marque dos áreas de juego de 19Ax30L con una portería y dos mini-porterías. Juegue 3v3. El equipo Azul: 2 delanteros y 1 mediocampista anotaran goles en la portería. El equipo Rojo: 1 portero, 2 defensas que trataran de anotar en una de las dos mini-porterías. Si el equipo Azul anota un gol, el Rojo reinicia el juego con un saque de meta.
ADQUISICION de HABILIDADES: Pase, recepción and drible.
PALABRAS CLAVES: Conecta, Dribla, Posesión, Combina.
PREGUNTAS GUIADAS: 1. ¿Si tenemos un espacio entre dos defensores que hacemos para conectar con un compañero? 2. ¿Qué podemos hacer si mantenemos la posesión del balón? 3. ¿Cuándo podemos combinar con un compañero?
RESPUESTAS: 1. Pasamos el balón entre los dos defensores para conectar con el compañero - 2. Podemos mover el balón para crear o encontrar espacios para pasar o driblar hacia adelante - 3. Cuando creamos un 2v1.
Nota: Cambie a esta actividad si la actividad principal es muy difícil para los jugadores.

ACTIVIDAD CON MAS DIFICULTAD: 4v6 a gol**DURACION: 20 min -- INTERVALOS: 3 --ACTIVIDAD: 5 min --DESCANSO: 1.5 min**

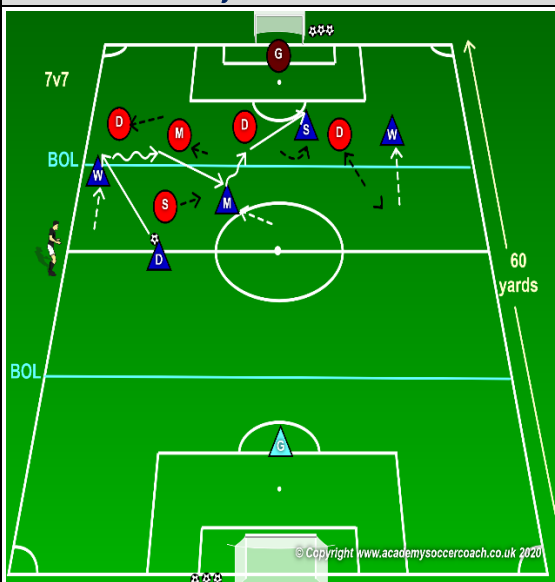
OBJETIVO: Avanzar con el balón para crear opciones de gol.
ACCIONES del JUGADOR: Pasar/driblar, Abrir el campo, Crear opciones de pase, 2v1/1v1.
ORGANIZATION: En una cancha de 7v7 marque un área de juego de 40Ax35L con una portería y tres mini-porterías. El equipo Azul: 1 mediocampista y 3 delanteros juegan para anotar en la portería. El equipo Rojo: 1 portero, 3 defensas y 1 mediocampista y 1 delantero trataran de anotar en una de las tres mini-porterías. Si el equipo Azul anota un gol, el Rojo reinicia el juego con un saque de meta. Los jugadores rotan cada intervalo. La línea de Construcción (BOL) está en efecto.

ADQUISICION de HABILIDADES: Pase, recepción and drible.
PALABRAS CLAVES: Conecta, Dribla, Posesión, Combina.

PREGUNTAS GUIADAS: 1. ¿Cómo creamos un espacio para pasar o driblar hacia a delante? 2. Para que mantenemos la posesión del balón? 3. ¿Cuándo podemos pasar o driblar hacia a delante?

RESPUESTAS:1. Abriendo el campo - 2. Para mover el balón y continuar el ataque creando espacios para pasar o driblar hacia a delante - 3. Pasamos cuando podemos conectar con un compañero a través de un espacio y driblamos cuando tenemos espacio o estamos en una situación de 1v1.

Nota: Cambie a esta actividad si la actividad principal es muy fácil para los jugadores.

SEGUNDA FASE DE JUEGO: 6V6**DURACION: 20 min -- INTERVALOS: 2 --ACTIVIDAD: 8 min --DESCANSO: 2 min**

OBJETIVO: Avanzar con el balón para crear opciones de gol.
ACCIONES del JUGADOR: Pasar/driblar, Abrir el campo, Crear opciones de pase, 2v1/1v1.
ORGANIZATION: En una cancha de 7v7 de 40Ax60L y con líneas de construcción o confrontación (BOL). Juegue 6v6. El equipo Azul jugara con una formación de 1-1-3-1 y el equipo Rojo con una formación de 1-3-1-1.

ADQUISICION de HABILIDADES: Pase, recepción and drible.
PALABRAS CLAVES: Conecta, Dribla, Posesión, Combina.

PREGUNTAS GUIADAS: 1. ¿Cómo podemos crear espacios? 2. ¿Por qué es importante mantener posesión del balón? 3. ¿Cuándo podemos combinar?

RESPUESTAS: 1. Abriendo el campo - 2. Para mover el balón, buscar espacios para pasar o driblar hacia a delante - 3. Cuando creamos una opción de pase o un 2v1 para el jugador con el balón.

Nota: Todas las reglas del juego están en efecto. También las iniciativas del Desarrollo de Futbol (PDI) de US Soccer.

LOS CINCO ELEMENTOS DE UNA ACTIVIDAD DE ENTRENAMIENTO

1. Organización: ¿Está la actividad organizada de forma correcta?
2. Replica de Juego: ¿Replica la actividad al juego?
3. Repeticiones: ¿Hay repeticiones del objetivo de la actividad?
4. Nivel de Dificultad: ¿Presenta la actividad un nivel apropiado de dificultad? (¿Hay un balance adecuado el éxito y la falta de éxito?)
5. Dirección Técnica: ¿Hay dirección técnica efectiva, basada en la edad y el nivel del jugador?

PREGUNTAS DE AUTO-REFLEXION DE LA SESION DE ENTRENEAMIENTO

1. ¿Cómo lograste los objetivos de la sesión de entrenamiento?
2. ¿Qué hizo usted bien?
3. Como podría usted mejorar la sesión de entrenamiento ?