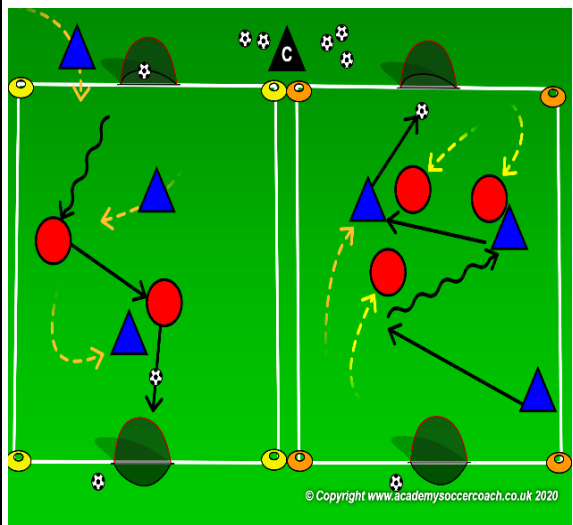
	OBJETIVO:	Mejorar la posesión del balón en campo contrario para generar opciones de gol				U8 4v4
	ACCIONES DEL	Disparar al arco, Pasar o driblar hacia adelante				
	CUALIDADES CLAVES:	Leer el juego, Tomar iniciativa				
	MOMENTO	Ataque	DURACION	60 minutos	JUGADORES	

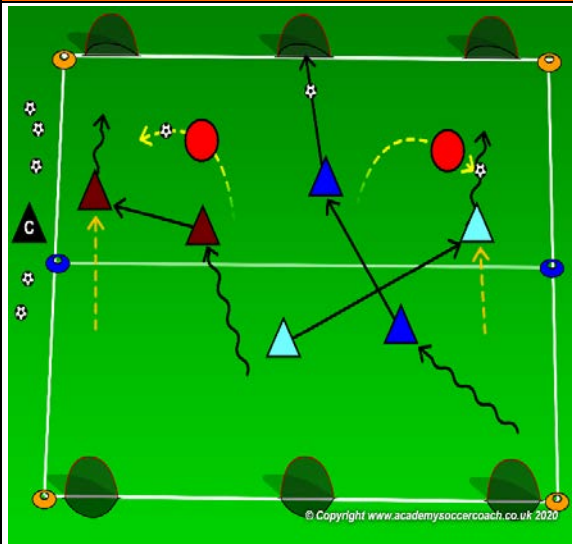
SKILL ACQUISITION: **Shoot:** Surface of the foot and ball, Pace and accuracy – **Passing:** Surface of the foot and ball, Pace and accuracy – **Receiving:** Body, position, surface of the foot and ball, first touch

PRIMERA FASE DE JUEGO INTENCIONAL **DURACION: 20 min. - INTERVALOS: 3 - ACTIVIDAD: 5 min. - DESCANSO: 1.5 min.**



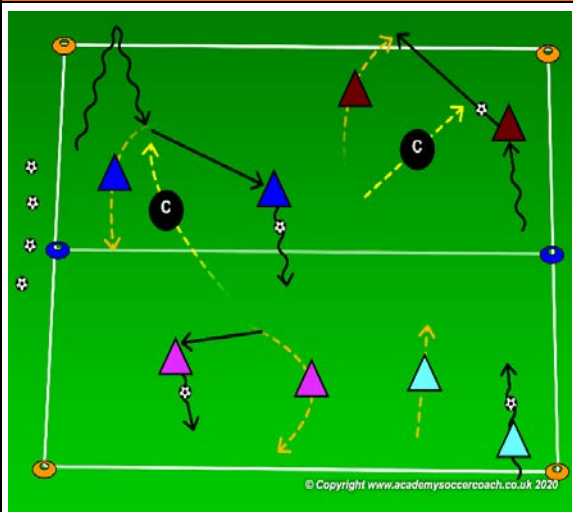
OBJETIVO: Avanzar el balón para crear oportunidades de gol.
ACCIONES del JUGADOR: Disparar al arco, Pasar o driblar hacia adelante.
ORGANIZACION: Divida la cancha de 25Ax35L en dos áreas de juego de 15Ax25L con una mini-portería en cada línea final. Tan pronto como lleguen 2 jugadores, comience a jugar un juego de 1v1. A medida que llegan los jugadores, el juego se convierte en 2v1 y luego 2v2 hasta 3v3.
PALABRAS CLAVE: Alza la vista, Ayuda, Avanza.
PREGUNTAS GUIADAS: 1. ¿Para qué alzamos la vista cuando tenemos el balón? 2. ¿Dónde nos puede ayudar nuestro compañero para avanzar el balón? 3. ¿Cómo podemos avanzar el balón hacia la portería del rival?
RESPUESTAS: 1. Para localizar donde está la portería del rival y nuestros compañeros - 2. Colocándose lejos del defensor y cerca de la portería - 3 Si tenemos espacio driblamos hacia adelante, si tenemos defensores al frente podemos pasar el balón a un compañero cerca a la portería.
Nota – Primer descanso: El entrenador hace las preguntas, pero los jugadores no responden, sino que juegan para descubrir las respuestas. Segundo descanso: Los jugadores responden las preguntas del entrenador.

ACTIVIDAD PRICIPAL: Dos y 3 Porterías **DURACION: 18 min. - INTERVALOS: 6 - ACTIVIDAD: 2 min - DESCANSO: 1 min.**

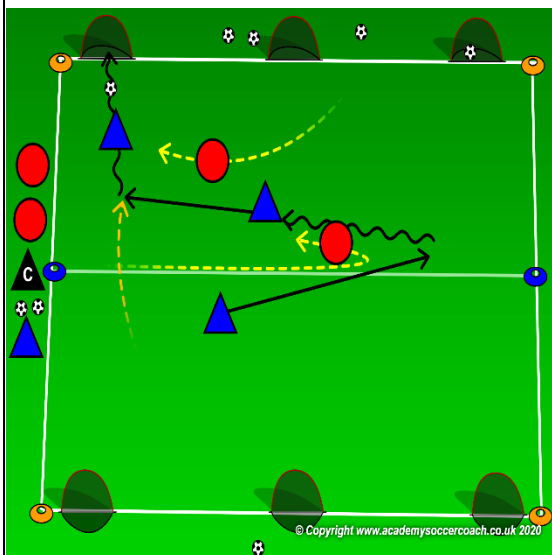
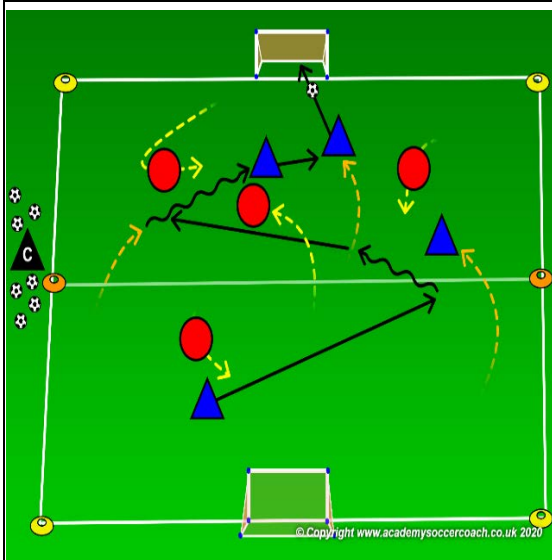


OBJETIVO: Avanzar el balón para crear oportunidades de gol.
ACCIONES del JUGADOR: Disparar al arco, Pasar o driblar hacia adelante.
ORGANIZACION: En una cancha de 25Ax35L con tres porterías en cada línea final. El entrenador selecciona 2-3 jugadores para que defiendan a los tres grupos de atacantes. Un grupo de atacantes está formado por dos jugadores y un balón; ellos tratan de anotar goles en una de las tres porterías en una línea final y después anotar en las otras 3 porterías. Rete a los jugadores anotar tantos goles como puedan en 2 minutos. **REGLAS:** Si un defensor recupera el balón y lo patea fuera de la cancha, los atacantes pierden todos sus puntos. Los defensores deben rotar cada ronda.
PALABRAS CLAVE: Alza la vista, Ayuda, Avanza.
PREGUNTAS GUIADAS: 1. ¿Cuándo alzamos la vista? 2. ¿Qué debemos hacer para ayudar al compañero con el balón? 3. ¿Qué superficie del pie podemos usar para avanzar el balón?
RESPUESTAS: 1. Cuando tenemos el balón y queremos saber dónde está el arco rival, el contrario y mi compañero - 2. Debemos alejarnos del defensor para que él nos pase el balón - 3. Podemos usar el empeine para driblar hacia adelante y la parte interna del pie para pasar el balón.
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: Línea de Gol **DURACION: 18 min. - INTERVALOS: 9 - ACTIVIDAD: 90 sec. - DESCANSO: 30 sec.**



OBJETIVO: Avanzar el balón para crear oportunidades de gol.
ACCIONES del JUGADOR: Disparar al arco, Pasar o driblar hacia adelante.
ORGANIZACION: En una cancha de 25Ax35L con líneas de gol. Los entrenadores son los dos defensores. Los atacantes, están formados por grupos de dos jugadores y un balón; ellos tratan de anotar goles cruzando una línea final y después anotar en la otra línea final. Rete a los jugadores anotar tantos goles como puedan en 2 minutos. **REGLAS:** Si un defensor recupera el balón y lo patea fuera de la cancha, los atacantes pierden todos sus puntos. Los defensores deben rotar cada ronda.
PALABRAS CLAVE: Alza la vista, Ayuda, Avanza.
PREGUNTAS GUIADAS: 1. ¿Cuándo alzamos la vista? 2. ¿Qué debemos hacer para ayudar al compañero con el balón? 3. ¿Qué superficie del pie podemos usar para avanzar el balón?
RESPUESTAS: 1. Cuando tenemos el balón y queremos saber dónde está el arco rival, el contrario y mi compañero - 2. Debemos alejarnos del defensor para que él nos pase el balón - 3. Podemos usar el empeine para driblar hacia adelante y la parte interna del pie para pasar el balón.
Nota: Cambie a esta actividad si la actividad principal es muy difícil para los jugadores.

ACTIVIDAD CO MAS DIFICULTAD: 3v2**DURACION: 18 min. - INTERVALOS: 4 - ACTIVIDAD: 4 min. - DESCANSO: 2 min.****OBJETIVO:** Avanzar el balón para crear oportunidades de gol.**ACCIONES del JUGADOR:** Disparar al arco, Pasar o driblar hacia adelante.**ORGANIZACION:** En una cancha de 25Ax35L con tres porterías en cada línea final. Juegue a 3v2. Los tres atacantes comienzan con el balón y tratan de anotar un gol en una de las tres porterías en una línea final para después anotar en una de las tres porterías en la línea opuesta. Rete a los jugadores anotar tantos goles como puedan en 2 minutos. **REGLAS:** Si un defensor recupera el balón y lo patea afuera de la cancha, los atacantes pierden todos sus puntos. Los defensores deben rotar cada ronda.**PALABRAS CLAVE:** Alza la vista, Ayuda, Avanza.**PREGUNTAS GUIADAS:** 1. ¿Cuándo alzamos la vista? 2. ¿Qué debemos hacer para ayudar al compañero con el balón? 3. ¿Qué superficie del pie podemos usar para avanzar el balón?**RESPUESTAS:** 1. Cuando tenemos el balón y queremos saber dónde está el arco rival, el contrario y mi compañero - 2. Debemos alejarnos del defensor para que él nos pase el balón - 3. Podemos usar el empeine para driblar hacia adelante y la parte interna del pie para pasar el balón.**Nota:** Cambie a esta actividad si la actividad principal es muy fácil para los jugadores.**SEGUNDA FASE DE JUEGO: 4V4****DURACION: 22 min - INTERVALOS: 2 - ACTIVIDAD: 9 min. - DESCANSO: 2 min.****OBJETIVO:** Avanzar el balón para crear oportunidades de gol.**ACCIONES del JUGADOR:** Disparar al arco, Pasar o driblar hacia adelante.**ORGANIZACION:** En una cancha de 25Ax35L con una portería en cada línea final. Juegue 4v4 sin porteros. Cuando el balón salga de la cancha, reinicie el juego con un pase a un compañero o driblando para entrar a la cancha, también el entrenador, puede poner otro balón en juego**PALABRAS CLAVE:** Alza la vista, Ayuda, Avanza.**PREGUNTAS GUIADAS:** 1. ¿Cuándo alzamos la vista? 2. ¿Qué debemos hacer para ayudar al compañero con el balón? 3. ¿Qué superficie del pie podemos usar para avanzar el balón?**RESPUESTAS:** 1. Cuando tenemos el balón y queremos saber dónde está el arco rival, el contrario y mi compañero - 2. Debemos alejarnos del defensor para que él nos pase el balón - 3. Podemos usar el empeine para driblar hacia adelante y la parte interna del pie para pasar el balón.**Nota:** Todas las reglas del juego están en efecto. También las iniciativas del Desarrollo de Fútbol (PDI) de US Soccer.**LOS CINCO ELEMENTOS DE UNA ACTIVIDAD DE ENTRENAMIENTO****PREGUNTAS DE AUTO-REFLEXION DE LA SESION DE ENTRENEAMIENTO**

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?

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