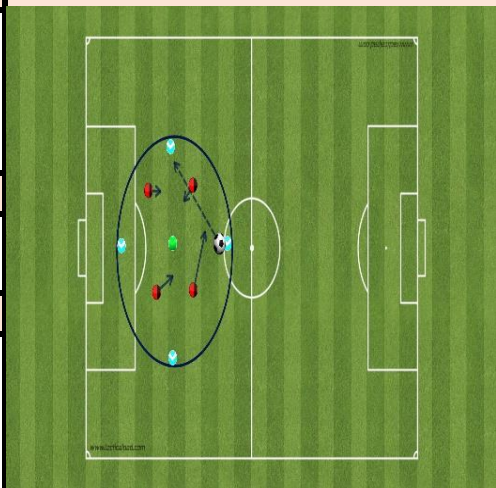
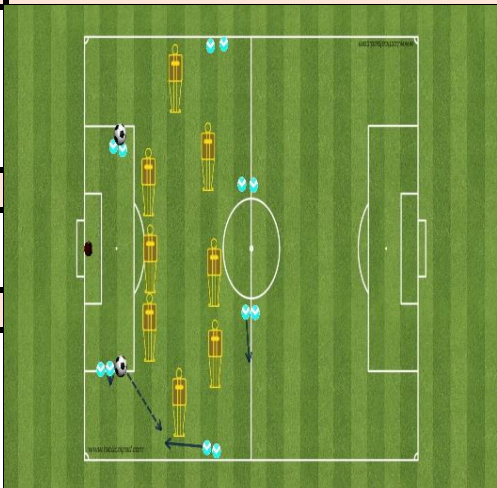



SESIONES			
TEMPORADA	MICROCICLO	SESIÓN	PERIODO
2020/2021	22	44	TEMPORADA
OBJETIVOS SESIÓN		DURACIÓN	MATERIAL
DESCARGAS, ORIENTACIONES, FINALIZACIONES		90'	CHINOS, PETOS,BALONES, PORTERIAS PEQUEÑAS, PICAS
JUGADORES			
MARKEL	LESIONADO		
ENEKO			
LIHER			
ANER			
IZOTZ			
MIKEL			
ANDER			
UNAX			
GORKA			
ARAITZ			
IORITZ			
IKER			
ASIER	HACE SOLO TRABAJO RECUPERACIÓN		
UNAI			
	LESIONADO		
TAREAS			
OBJETIVO TAREA	GRÁFICO	RECURSOS	
MANTENER. ROBAR Y DESCARGAR		DURACIÓN	
		3x5'+30" des	
		MATERIAL	
		txinos,petos, balones	
DESCRIPCIÓN			
RONDO CIRCULAR 4VS4+1. MANTENER BALON UN EQUIPO Y EL OTRO TRATA DE ROBAR. CUANDO ROBA TIENE QUE CONECTAR CON UN JUGADOR DE SU EQUIPO FUERA DEL CUADRADO			

OBJETIVO TAREA	GRÁFICO	RECURSOS
FINALIZACIONES, INICIO EN UN PLANO ACABO EN EL OPUESTO		DURACIÓN
		3 SERIES 10'
		MATERIAL
		BALONES.PICAS
PALABRAS CLAVE		
RECEPCIONES. MOMENTOS DE APARECER		
VARIANTES TAREA		
OPOSICIÓN ACTIVA O PASIVA		
DESCRIPCIÓN		
TECNICA COLECTIVA DONDE SIMULAMOS UNA SALIDA DE BALÓN CON CENTRAL LATERAL Y PIVOTE PARA ACABAR EN LADO OPUESTO.		
OBJETIVO TAREA	GRÁFICO	RECURSOS
receptores.fijadores y compensadores. Distinguir ciclo de juego y cada rol		DURACIÓN
		2x 9'
		MATERIAL
		txino, balones, petos
PALABRAS CLAVE		
primera opción salida por fuera. Cuando incorporo cuando equilibrio		
VARIANTES TAREA		
meter comodines		
DESCRIPCIÓN		
juegan 7vs7 2 equipos juego corto. Norma de provocación. Todos los jugadores en campo contrario para que valga el gol		
VUELTA A LA CALMA		
ESTIRAMIENTOS POR PAREJAS		