



Marseillou, Patrice

Fútbol. Programación anual del entrenamiento de benjamines

La programación de entrenamientos es una herramienta ineludible para obtener una mejor progresión en el aprendizaje de la formación de niños. Los objetivos prioritarios de la iniciación de los benjamines son, ante todo, la adquisición de las bases técnicas y tácticas para ponerlas al servicio del juego en su mayor simplicidad. El benjamín inicia el aprendizaje: el entrenamiento es uno de los aspectos más importantes.

Este libro desarrolla una programación anual de entrenamiento para la categoría de benjamines que comprende las edades de 8 a 9 años. Se presentan los objetivos por tema, la sesión tipo de la categoría, los ciclos de trabajo por sesión, las fichas de las pruebas, 60 sesiones de entrenamiento y 480 ejercicios de apoyo que van, por ciclos, del más simple al más complejo y se acompañan de gráficos explicativos. Cada sesión y cada ejercicio presentan una base de entrenamiento para que el entrenador pueda preparar el plan de entrenamiento adaptado a las necesidades de su grupo y de los objetivos marcados a largo plazo.



Editorial	Paidotribo
Colección	Fútbol
Encuadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	270
Tamaño	215x150x mm.
Peso	470
Idioma	Español
Tema	Deportes
EAN	9788499100159
PVP	27,90 €
PVP sin IVA	26,83 €



9788499100159