



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.



Argitaletxea	Paidotribo
Bilduma	Fútbol
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	270
Neurria	215x150x mm.
Pisua	470
Hizkuntza	Español
Gaia	Deportes
EAN	9788499100159
PVP	27,90 €
PVP,BEZik gabe	26,83 €

