

DETALLE PROGRAMA TECNIFICACIÓN ACADEMY ELCHE C.F 24/25

MIÉRCOLES DESTINADO JUGADORES/AS Y PORTEROS FUTBÓL 8 CUALQUIER CLUB

OBJETIVO DE LA SESIÓN:

- .MEJORA GESTO TÉCNICO INDIVIDUAL
- .CRECIMIENTO PERSONAL EN LA DEMARCACIÓN
- .DESARROLLO MOTRIZ Y COORDINATIVO
- .TOMA DE DECISIÓN Y VELOCIDAD DE EJECUCIÓN

SEDE -ELCHE-

DE 20:00 A 21:30. SESIONES DE 1.5 HORAS

(DISPONIBILIDAD DE DÍAS PARA RECUPERAR)

INSTALACIÓN: CAMPO DE FUTBOL UNIVERSIDAD MIGUEL HERNANDEZ

SESIONES DIVIDIDAS EN 3 PARTES

1º ACONDICIONAMIENTO FÍSICO, COORDINACIÓN Y COERVER.

2º ESPECÍFICO TÉCNICA INDIVIDUAL

3º MINIPARTIDOS Y JUEGOS REDUCIDOS CON DESARROLLO AL COMPONENTE TRABAJADO

**Elche CF
ACADEMY**

CATEGORIAS

(PREBENJAMÍN, BENJAMÍN, ALEVÍN, FEMENINO)

GRUPO ESPECÍFICO PORTEROS . GRUPOS REDUCIDOS.DIVIDIDO POR NIVEL/ CATEGORÍA

CONCEPTOS A DESARROLLAR PARA LA MEJORA DEL JUGADOR EN TRES BLOQUES

1º BLOQUE.- CONCEPTOS GENERALES Y ESPECÍFICOS.

. CONDUCCIÓN, CONTROL Y PASE

2º BLOQUE.-CONCEPTOS GENERALES Y ESPECÍFICOS.

. REGATE, TIRO, JUEGO AEREO Y FINALIZACIÓN

3º BLOQUE.-CONCEPTOS GENERALES Y ESPECÍFICOS.

. TÉCNICA DEFENSIVA Y DUELOS