



EVIE Fútbol

GESTIÓN EMOCIONAL EN MOMENTOS CLAVE DE UN PARTIDO

ANEXO 1

DOSSIER TAREAS ENTRENAMIENTO “CINCO PRIMEROS MINUTOS DE CADA PARTE”

EXPERTO EN INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA EL FÚTBOL BASE

Tarea 1 – Doble área. Primeros 30" vale doble

TAREA		DOBLE ÁREA COMPETITIVA 3 EQUIPOS (5vs5+5)	
Nº JUGADORES	TIEMPO		
18	15´		
TIPO	ESPACIO		
Doble área	40x25		
OBJETIVO			
Competición, ritmo, ganar duelos Entrar concentrados al partido			
EQUIPOS			
Tres equipos de 5 jugadores + porteros			
DESARROLLO DE LA TAREA		LEYENDA	
Se juegan partidos cortos de 2´ o 2 goles , de mucho ritmo y mucha intensidad			
Si marco antes de los primeros 30", gano el partido		FEEDBACK Ritmo, vertical, querer ganar el partido, empiezo concentrado, 30 segundos	
Comodines por fuera tienen 2 toques			

Tarea 2 – Partido condicionado. Primeros 2' vale doble

TAREA		PARTIDO CONDICIONADO
Nº JUGADORES	TIEMPO	
22	15´ (2X7´)	
TIPO	ESPACIO	
Partido Condicionado	F11	
OBJETIVO		
Iniciar bien el partido, 5 minutos		
EQUIPOS		
Dos equipos de 11 jugadores		
DESARROLLO DE LA TAREA		LEYENDA
Se juegan dos partidos de 7´ cada uno, donde los primeros 2´ todos los goles que se marquen valen doble . La idea es inculcar que se inicie bien el partido, con intensidad y concentración, trabajando el concepto de 5 MINUTOS		
		FEEDBACK
		5 Minutos



EVIEFútbol

www.eviefutbol.com