



## LAS SIETE LÍNEAS MAESTRAS DEL MÉTODO

Desde la dirección deportiva el club queremos trazar una metodología común de entrenamientos y competición, que sea conocida por todos y que aplicaremos en nuestro trabajo semanal con los chicos. Esta metodología estará basada en 7 puntos básicos que todos debemos cumplir y respetar, ya que son la identidad deportiva que queremos que tenga nuestro Club.

**1.- TODAS LAS SESIONES DEBEN COMENZAR Y ACABAR CON UNA PEQUEÑA CHARLA.** Al inicio marcaremos a los jugadores qué es lo que vamos a trabajar y qué queremos de ellos. Al finalizar, siempre antes de despedirnos, nos volveremos a reunir para ver los aspectos a mejorar y trabajar la motivación del grupo y aprovechar para realizar ejercicios de estiramientos (rutina de estiramientos tras el entreno).

**2.- NO HABRÁ EJERCICIOS SIN BALÓN.** El balón debe ser el protagonista del trabajo diario de los jugadores, por lo que, salvo excepciones puntuales, no prepararemos ejercicios que no tengan el balón como elemento del juego.

**3.- EL CALENTAMIENTO SIEMPRE SERÁ MEDIANTE RONDOS O JUEGOS REGLADOS.** La carrera continua puede ser útil para comenzar el calentamiento, pero en ningún caso puede ser el único ejercicio de calentamiento. No debemos abusar y con 5/7 minutos debe ser suficiente. Completaremos este calentamiento con otros ejercicios más dinámicos y con el balón.

**4.- APLICAREMOS LO APRENDIDO EN SITUACIONES REALES DE JUEGO.** En todas las sesiones, trataremos de terminar aplicando los conceptos que queremos trabajar en esa sesión, en situaciones reales de juego, ya sean acciones combinadas, posesiones regladas o partido. Nunca se realizarán estos últimos como mero entretenimiento, sino que los aprovecharemos para corregir y mejorar aspectos del juego.

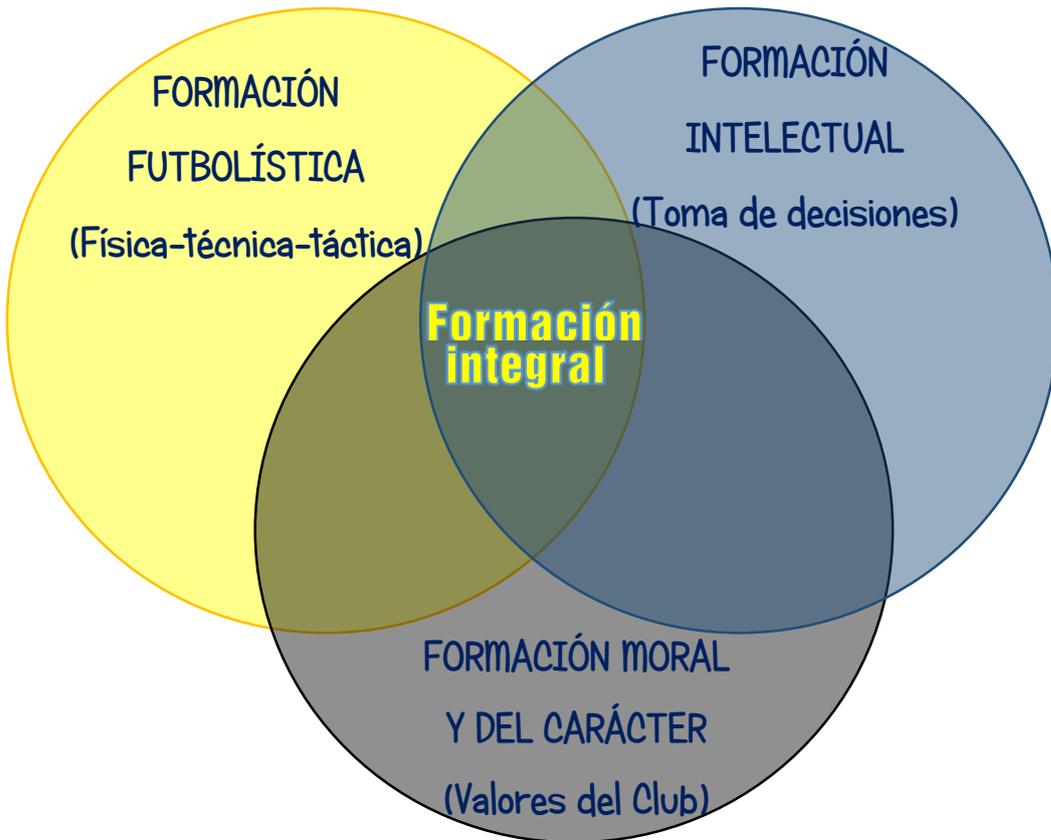
**5.- USAREMOS EL EJEMPLO COMO BASE DE LA PRÁCTICA.** Es imprescindible que los entrenadores seamos los referentes de los chicos en cada ejercicio técnico que desarrollemos, haciendo un ejemplo práctico del mismo antes de pedirles a ellos que lo hagan (Explicación- DEMOSTRACIÓN- corrección).

**6.- UTILIZAREMOS EN LAS SESIONES MATERIAL ADECUADO.** El uso de materiales en las sesiones como conos, picas, escalera de agilidad, lonas de precisión, etc. ayudarán a que los chicos tengan un alto nivel motivacional, y por lo tanto mejorará la calidad de la sesión. Siempre que encontréis necesidades en este aspecto se comunicará a la junta directiva.

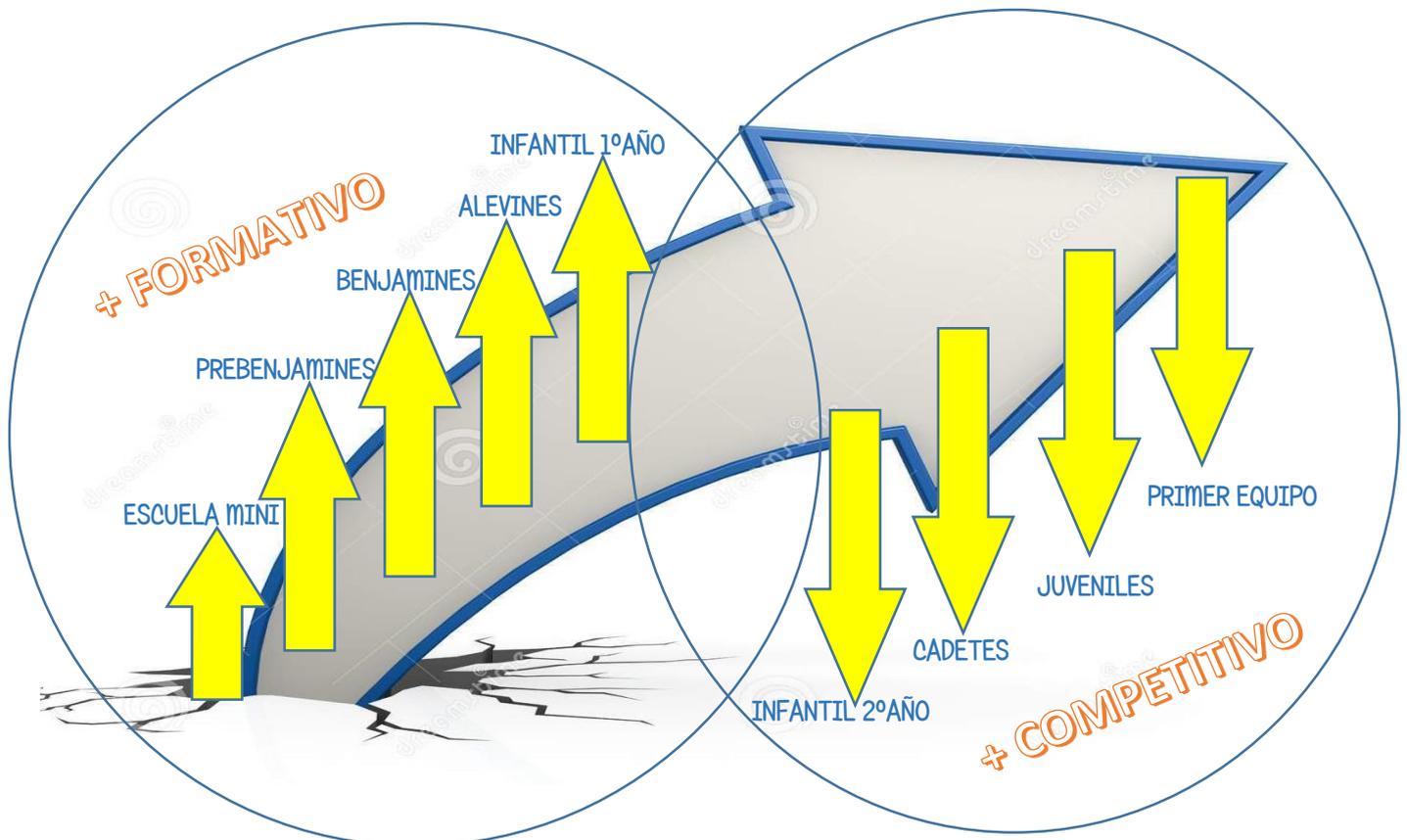
**7.- REPRESENTAREMOS SIEMPRE LA IMAGEN DEL CLUB.** Cada vez que nos dirigimos a los chicos, debemos ser conscientes del periodo evolutivo en el que se encuentran, y que ante todo, somos educadores, por lo que debemos utilizar un lenguaje adecuado y un tono apropiado para mejorar los errores y no frustrar al jugador. Así mismo, la imagen tanto de los jugadores, como de los entrenadores es muy importante, por lo que es de uso obligatorio la equipación oficial del Club.



## SEGMENTACIÓN DE LA FORMACIÓN DE NUESTROS JUGADORES:



## RELACIÓN APRENDIZAJE-COMPETICIÓN:





## SECUENCIA Y ESTRUCTURA DE LAS SESIONES



## ESTRUCTURA TIPO DE SESIONES:



## FORMACIÓN DE GRUPOS

El trabajo con los jugadores en nuestro club empieza desde los 4 años en la “escuela mini”, durante un periodo de dos años. Es entonces, en el paso al fútbol federado (7 años-categoría Prebenjamín), cuando se forman grupos por nivel de competencia futbolística. Estos grupos, salvo contadas excepciones a valorar por la dirección deportiva del Club, llegarán juntos hasta los 10 años (categoría Alevín), donde nuevamente se reestructurarán los grupos de nivel.

Estos grupos serán formados por los entrenadores y coordinadores del club, siempre con el respaldo de la dirección deportiva, y basándonos en los informes internos anuales de cada jugador que elaboran los entrenadores.

Una vez llegados al fútbol 11 (12 años-infantiles), los grupos se harán por competencia futbolística año a año y siempre por valoraciones del cuerpo técnico de cada categoría.