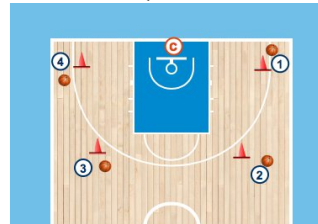
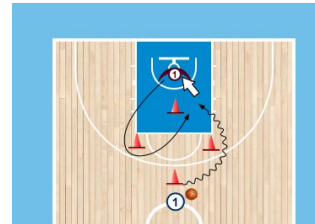
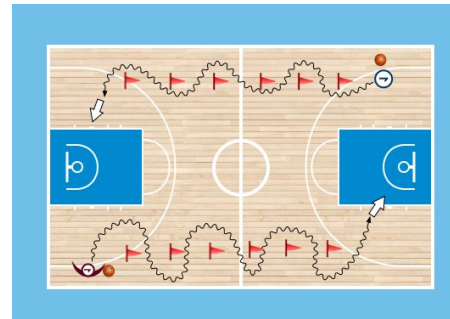





PROGRAMACION SEMANAL Equipo: PREMINI		MES	1	SEMANA	4	SESIONES	5 TOTALES = 15 Horas + 3 PARTIDOS
CONTENIDOS		S 8 (17/09) Pista: Exterior		S 9 (18/09) Pista: Interior		S 10 (20/09) Pista: Interior	
RUTINAS/GRUPOS REDUCIDOS (30')	FINALIZACIONES: Paso cero, soltar balón, recoger a pata coja, y dos pasos. Enseñanza de bandeja y rodilla, sobre sitio.					DESBLOQUEO DE MUÑECA 	TOMA DE DECISIONES 
	TIRO: Tirar y recoger balón mismo sitio, casi toca mano de apoyo						
	BOTE: V adelante y atrás, V laterales, CM entrepiernas y CM por delante. Bote pegatina por encima de cono.						
	COORDINACION: Pies miran al aro, rodear cono.						
Técnica Individual FUNDAMENTOS Tiempo:	Bote entre conos (hilera)	Bote dominio estático (4 conos)		CAMBIO DINAMICAS: realizar entreno desde el desorden táctico. 1x1 entrenador pasador/tirador + CAMBIO CHIP = si rebote → contraataque, si canasta → pasar a entrenador y contraataque DESCONEXION: bote imitación (parejas=2x2 entrenador pasador/tirador + CAMBIO CHIP = si rebote → contraataque, si canasta → pasar a entrenador y contraataque DESCONEXION: pase agarre. 1x2 (meter con ventaja) + 2x1 (chip) 2x1 (pase extra) + 1x2 DESCONEXION: Paso cero 4x4			
	Finalizaciones desde distintos angulos	Bote movimiento (hilera)					
	Bote movimiento + tiro	Pases agarre					
Táctica Individual TOMA DECISIONES Tiempo:	Carreras de relevo:	1x1 defensa s/b (izquierda/derecha) + REBOTE hasta el rebote o canasta no se para		MANEJO MANO-PIES-MIRADA 			
	Disitntas acciones de TI.	1X1 defensa s/b (lejos/cerca) + REBOTE hasta el rebote o canasta no se para					
Táctica Colectiva Aprendiendo a Jugar/COMPETIR Tiempo:	Mini partidos (dos a la vez)	1x1 entrenador pasador/tirador + CAMBIO CHIP = si rebote → contraataque, si canasta → pasar a entrenador y contraataque		TOMA DE DECISIONES EXTRAPASS 			
		4x4					
VIDEOS/ENLACES DE APOYO: Ejemplos: Finalizaciones: https://www.youtube.com/watch?v=kuXCWE-nu48 Paso cero: https://youtu.be/Cp2_AtGtzPk https://youtu.be/KEsT-kPpPDc				1	16		
				2	17		
				3	18		
				4	19		
				5	20		
				6	21		
				7	22		
				8	23		
				9	24		
				10	25		
				11	26		
				12	27		
				13	28		
				14	29		
				15	30		
PARTIDO RIVAL: VS minis _____		OBJETIVO: suben varios preminis a partido mini, evaluar quien puede competir en superior EVALUACIÓN POST PARTIDO XXXX,XXXXX,XXXXX, son perfectos en la categoría. XXXXX demasiado físico para él. RIVAL, JUGADORES/COSAS QUE HAN LLAMADO MI ATENCION: Dos jugones número: 23 y 34, un talento físico (atleta) 15.					