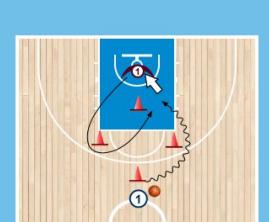
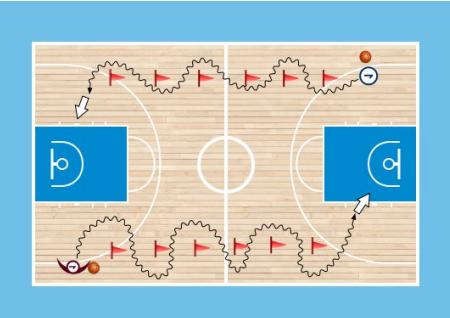
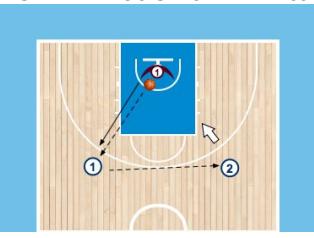




PROGRAMACION SEMANAL Equipo: PREMINI		MES	1	SEMANA	4	SESIONES	5 TOTALES = 15 Horas + 3 PARTIDOS						
CONTENIDOS		S 8 (17/09) Pista: Exterior	S 9 (18/09) Pista: Interior	S 10 (20/09) Pista: Interior		EJERCICIOS							
RUTINAS/GRUPOS REDUCIDOS (30')	<b>FINALIZACIONES:</b> Paso cero, soltar balón, recoger a pata coja, y dos pasos. Enseñanza de bandeja y rodilla, sobre sitio. <b>TIRO:</b> Tirar y recoger balón mismo sitio, casi toca mano de apoyo <b>BOTE:</b> V adelante y atrás, V laterales, CM entrepiernas y CM por delante. Bote pegatina por encima de cono. <b>COORDINACION:</b> Pies miran al aro, rodear cono.						 						
Técnica Individual FUNDAMENTOS Tiempo:	Bote entre conos (hilera) Finalizaciones desde distintos angulos Bote movimiento + tiro			Bote dominio estático (4 conos) Bote movimiento (hilera) Pases agarre									
Táctica Individual TOMA DECISIONES Tiempo:	Carreras de relevo: Dositntas acciones de TI.			1x1 defensa s/b (izquierda/derecha) + REBOOTE hasta el rebote o canasta no se para 1X1 defensa s/b (lejos/cerca) + REBOOTE 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 contrataque 2x1 (meter con ventaja) + 2x1 (chip) DESCONEXION: Paso cero 4x4									
<b>VIDEOS/ENLACES DE APOYO: Ejemplos:</b> Finalizaciones: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=kuXCWE-nu48">https://www.youtube.com/watch?v=kuXCWE-nu48</a> Paso cero: <a href="https://youtu.be/Cp2_AtGtzPk">https://youtu.be/Cp2_AtGtzPk</a> <a href="https://youtu.be/KEsT-kPpPDc">https://youtu.be/KEsT-kPpPDc</a>													
PARTIDO RIVAL: VS minis _____	<b>OBJETIVO:</b> suben varios preminis a partido mini, evaluar quien puede competir en superior <b>EVALUACIÓN POST PARTIDO</b> XXXX,XXXXX,XXXXX, son perfectos en la categoría. XXXXX demasiado físico para él. <b>RIVAL, JUGADORES/COSAS QUE HAN LLAMADO MI ATENCION:</b> Dos jugones número: 23 y 34, un talento físico (atleta) 15.												
		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										