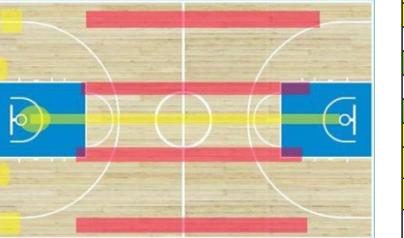
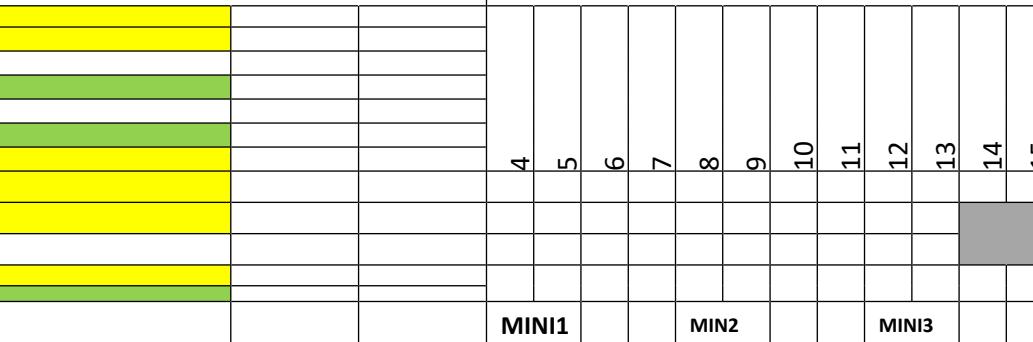




PROGRAMACION SEMANAL EQUIPO		MES	2	SEMANA	5	SESIONES	20 (40 horas)			
CONTENIDOS		S20-LUNES (12 jug) 1/3 pista	S21-MARTES (11 jug)		S22-JUEVES (9 jugadores)		S23-VIERNES (12 jugadores) Exterior			
Fuera pista 30'	Comba + paradas y pivotes		Comba + paradas y pivotes		Comba + paradas y pivotes		Comba + paradas y pivotes			
VARIAMOS: BOTE VIDEO TODO SOBRE EL BOTE // Paradas y pivotes – ir metiendo con detalle de la parada (evitar saltos) en uno y dos tiempos, los giros, no buscamos velocidad sino perfección										
Técnica Individual FUNDAMENTOS 30'	Jugar con bote de contraataque (3 CMs)	Jugar con bote de 8 metros y entrar-salir	Bote de cruzar el campo, y fintas una mano	Atacar desde 8 metros						
	Salida de CTQ – rebote y giros- finalizaciones ir variando (incluir tiros)	Pases a una mano tras bote y recepción (dos veces) recibir encarar-devolver-cortar-recibir y salir antes	Movimiento lateral antes recibir Ganar en el primer bote, dos botes, tres Parker.	TRIOS: 1x1 + pasador (romper en bote y devolver 3 veces) FINALIZAR CON DEFENSA RECUPERANDO						
	Incluimos defensa (primero meter mano) luego dfasa 100%, luego trios 1x2	Paradas y tiros desde 4 metros	Desde recibir y entradas HARDEN	1x1 + 1 Messina (atacante no para)						
Táctica Individual TOMA DECISIONES 30'	1x1 + pasador (romper en bote y devolver 3 veces) FINALIZAR CON DEFENSA RECUPERANDO	4 JUGADORES: 2 (1x1) en los 45 grados, pasador centro – se devuelve 3 veces, objetivo ganar en bote y regresar pase Parker o desde exterior	TRIOS: 1x1 + pasador (romper en bote y devolver 3 veces) FINALIZAR CON DEFENSA RECUPERANDO	3x0 caja – solo pasamos a esquinas (1x2)						
	1x1 + 1 Messina (atacante no para)	2x2 medio + 2x2 todo	1x1 + 1 Messina (atacante no para)	3x0 caja – solo pasamos arriba (2x1)						
	1x1 + Pasador que bota simula penetración (pasaba por allí)	2x2 medio desde bote (3 veces) pasaba por allí + 2x2 todo	3x0 PM – finaliza interior + 1x2	2x2 media cancha + 2x2 toda cancha						
Táctica Colectiva APRENDIENDO A JUGAR A BASKET 30' COMPETIR	1x1 todo campo + Pasador fondo se convierte en defensa (1x2)	2x2 todo campo con postes repetidores	3x0 PM – finalizar esquina	2x2 Continuo + responsabilidades balance + defendemos el balón						
	1x1 todo campo + pasador fondo se convierte en atacante (2x1)									
	2x2 (medio campo) + 2x2 todo campo	El 11	3x3 Oleadas	Salidas de contraataque 4x0 + 4x4						
 <p>5 ESPACIOS EXT 3 INT – SHORT CORNER Y POSTE ALTO</p>		 <p>PASILLOS DE PENETRACION</p>	 <p>CALLES DEL CTQ META – LINEA DE FONDO</p>	 <p>MINI1 MIN2 MIN3</p>						
PARTIDO										