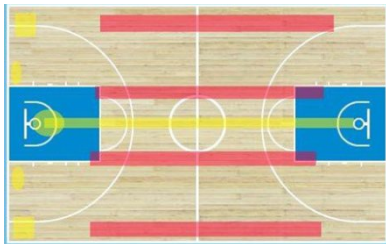




PROGRAMACIÓN SEMANAL EQUIPO			MES	2	SEMANA	6	SESIONES	24 (48 horas)	
CONTENIDOS		S15-LUNES (18 jug)	S16-MARTES (18 jug)		S17-JUEVES (9 jugadores)		S-VIERNES (12 jugadores) Exterior		
Fuera de pista 30'	Comba + paradas y pivotes		Comba + paradas y pivotes		Comba + paradas y pivotes				
	ESTÁTICO: V/VDA/vertical+pie/Cross/Croos+1bote/Entrepiernas saltto+bote/entrepiernas DA/Entrepiernas DA CM/DA entrepiernas bote equilibrio/Dobles C+A/E+Ax2/Stepback/ entrepiernas+iverson MOVIMIENTOS: FINTA PIES/CROSS/CROSS*2/ENTREPIERNAS/ENTRE*X/CHACHO/ATRÁS+CHACHO/ENTRE+ESPALDA/ESPALDA LATERAL/CROSS+REVERSO/IVERSON								
Técnica Individual FUNDAMENTOS 30'	Bote de contraataque (3 Cms, Radar, Parker)		Jugar con bote de 8 metros y entrar-salir		Finalizaciones desde bote y desde recepciones		Convocatoria: (5, 15 fuera) Necesitamos 3 Minis: ¿Quiénes? Partido xxxxxx, muy superior físicamente, objetivo: dar minutos a todos los jugadores (no importa marcador) Objetivo semanal de salir de la presión al balón, afianzarlo en competición real.		
	Salida CTQ – rebote y giros- pase al futuro finalizaciones ir variando (incluir tiros)		Pases a una mano tras bote y recepción (dos veces) recibir encarar-devolver-cortar-recibir y salir antes (Cortes L y cortes V)		Movimiento lateral antes recibir Ganar en el primer bote, dos botes, tres Parker.				
	Toques y Arlauckas		Paradas y tiros desde 4 metros		Toques y Arlauckas				
Táctica Individual TOMA DECISIONES 30'	1x1 + pasador (romper en bote y devolver 3 veces) – defensa Linea pase, defensa JCB-		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		1x1 + pasador (romper en bote y devolver 3 veces) – defensa Linea pase, defensa JCB-				
	1x1 + 1x1 (45º cambio chip) - close out -		1x2 bote atrás		1x2 bote atrás				
	1x1 + Pasador que bota simula penetración (pasaba por allí)		2x3 pase seguridad		2x3 pase seguridad				
Táctica Colectiva APRENDIENDO A JUGAR A 30' COMPETIR	4x5 salida presión		3x4 pase atrás y atacar lado contrario		3x4 pase atrás y atacar lado contrario				
	4x4 5'		4x5		4x5				
 5 ESPACIOS EXT 3 INT – SHORT CORNER Y POSTE ALTO		 PASILLOS DE PENETRACIÓN		 CALLES DEL CTQ META – LINEA DE FONDO		NOMRRE	ALTURA	ENVERGADURA	bote: https://www.youtube.com/watch?v=f6L-Ug8Bu0I&feature=youtu.be https://entrenaconalexperez.com/2017/11/07/rutinas-para-entrenamientos/ Circulo Laso: https://www.youtube.com/watch?v=KuDdHhx73Z4 (visualizar 4,08”) y del 3x2+1 (8,50) y 4x4 circulo (5,59), 4x3 (no sé si llegaremos a tanto con infantiles -9,33) Ataque en Caja: https://entrenaconalexperez.com/2017/08/31/tactica-para-formacion-ataque-en-caja/
PARTIDO J.1 vs XXXX		Evaluación: A XXXX tenemos que premiarlo y conseguir mediante refuerzos positivos que se sume al esfuerzo físico del equipo (buen tercer cuarto tras ello), YYYYY demasiado bote (frustración ante errores, bloqueo mental ante adversidad) Porponer tareas que eleven esa furstación (2x1, 3x1 manejando balón ante contactos -permitr faltas- sólo paro ante siblato de arbitro)							



Scout XXXXX par segunda vuelta: Talento fisico muy Grande XXXXX y num. YY, hacen presion zonal Vilanova 3/4 campo, para presionar en tercer y cuarto cuarto.
COMENZAR CON TRABAJO TÁCTICO, LOS EQUIPOS QUE NOS SACAN DEL PARTIDO POR ZONAS PRESS Y QUERER JUGAR SIN MOVER BALÓN. (inversion y presion ofensiva =CAJA)