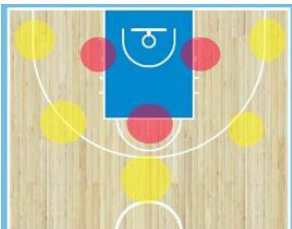

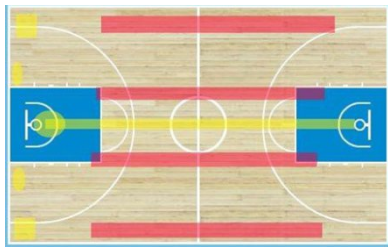




PROGRAMACION SEMANAL			MES	2	SEMANA	8	SESIONES	31 (62 horas)	
CONTENIDOS		S27-LUNES (12 jug) 1/3 pista	S28-MARTES (11 jug)		S29-JUEVES (9 jugadores)		RECONOCIMIENTOS-VIERNES (12 jugadores) Exterior		
Fuera de pista 30'	Comba + paradas y pivotes		Comba + paradas y pivotes		Comba + paradas y pivotes		Comba + 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		RECONOCIMIENTOS MEDICOS		
	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.				
	Incluimos defensa (primero meter mano) luego dfsa 100%, luego trios 1x2		Paradas y tiros desde 4 metros		Desde recibir y entradas HARDEN				
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				
	1x1 + 1 Messina (atacante no para)		2x2 medio + 2x2 todo		2x2 postes todo campo				
	1x1 + Pasador que bota simula penetración (pasaba por allí)		2x2 medio desde bote (3 veces) pasaba por allí + 2x2 todo		4x0 caja + 4x0 salidas ctq + 4x4				
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 (INCLUIR TACTICA)		4x0 FONDOS Y BANDAS + 4x0 Salidas de fondo + 4x4				
	1x1 todo campo + pasador fondo se convierte en atacante (2x1)								
	2x2 (medio campo) + 2x2 todo campo		El 11		4x4 Oleadas (INCLUIMOS PILLADAS Y FONDOS+BANDAS)				
									
5 ESPACIOS EXT 3 INT – SHORT CORNER Y POSTE ALTO		PASILLOS DE PENETRACION		CALLES DEL CTQ META – LINEA DE FONDO					
PARTIDO xxxxxxxxxx		Jugamos por cuartos de año (primer año, segundo año) indicar subida de balón de no manejadores. coger rebote salir en bote, Presionan = soluciones (bote atras, espacios) Premio esfuerzo en ultimo cuarto con los cmabios							

