



## PLANIFICACIÓN TÉCNICO-TÁCTICA INDIVIDUAL/COLECTIVA

### Mini 1º año (5º de primaria/10-11 años))

#### TÉCNICA DE ATAQUE

- **Posición flexionada ataque.**
  - Cabeza arriba, mirando al frente siempre.
- **Movimientos pies;**
  - Paradas (1t y 2t.), pivotes.
  - Salidas (Abierta, cruzada, finta salida, pase y tiro)
- **Pases**
  - Estático (De pecho, picado y dos manos encima cabeza)
  - Dinámico (2 manos de pecho)
  - Recepción pase. (Estático y dinámico)
- **Bote**
  - Aportar variedad y enseñar hasta lo que el grupo sea capaz de adquirir. (Protección, velocidad, entre piernas, espaldas, etc...)
  - NO 2 botes iguales.
  - Ritmos bote distintos.
  - Arrancadas, paradas (derecha / izquierda) y salidas (directa, cambio dirección y ritmo y entre piernas.)
- **Tiro y Entradas**
  - Posición y mecánica tiro. (Progresiva toda temporada)
  - Parada + tiro. (Bajo aro = aro, Alejado = tablero)
  - Entradas sencillas tras pase con y sin bote.
  - Entradas con finta de pase, aro pasado y pérdida de paso.
- **Rebote**
  - Todos al rebote. (Fomento instinto reboteador)
  - Ejercicios de Agresividad y Mecánica Bloqueo Rebote.





- **Juego Colectivo**
  - C – A (Correr todos siempre por delante del balón, **nunca pasar hacia atrás**, directos a canasta)
  - C – A (Atacar hasta línea de fondo, no nos paramos en TL)
  - 1x1 (Aplicación fundamentos anteriormente trabajados)
    - Lectura distancia al aro.
    - Lectura defensor. (Pies y hombros)
  - Fintas de Recepción Ofensiva = **trabajar para recibir**.
- **Posición flexionada ataque.**
  - Cabeza arriba, mirando al frente siempre.
- **Movimientos pies;**
  - Paradas (1t y 2t.), pivotes.
  - Salidas (Abierta, cruzada, finta salida, pase y tiro)
- **Pases**
  - Estático (De pecho, picado con y sin bote previo, dos manos encima cabeza, béisbol, 1er pase C – A sin bajar)
  - Dinámico (2 manos de pecho, picado, tras bote)
  - Recepción pase; **control pase 1 mano**.
- **Bote**
  - Aportar variedad y enseñar hasta lo que el grupo sea capaz de adquirir. (Protección, velocidad, piernas, espalda, **reverso**, etc...)
  - **Separar balón del cuerpo.**
  - NO 2 botes iguales.
  - Ritmos bote distintos.
  - Arrancadas, paradas (derecha / izquierda) y salidas (directa, cambio dirección y ritmo y entre piernas.)
- **Tiro y Entradas**
  - Posición y mecánica tiro. (Progresiva toda temporada)
  - Parada + tiro. (Bajo aro = aro, Alejado = tablero)





- Entradas variadas. (sencillas, fintas, aro pasado, pérdida paso, remontar línea fondo, semigancho, aguilucho).
- **Rebote**
  - Todos al rebote. (Fomento instinto reboteador)
  - **Ejercicios de Agresividad y Mecánica Bloqueo Rebote.**
- **Juego Colectivo**
  - **C – A** (Correr todos por delante del balón, **pasar hacia delante, BUSCO ESQUINA PARA GANAR CENTRO**)
  - **C – A** (**Atacar hasta línea de fondo, no nos paramos en TL**)
  - 1x1 (Aplicación fundamentos anteriormente trabajados)
    - Lectura distancia al aro.
    - Lectura defensor. (Pies y hombros)

Fintas Recepción Ofensiva = **trabajar para recibir. (Delante línea 3p / detrás línea 3p = PUERTA ATRÁS)**





## TÉCNICA DE DEFENSA

- **Posición Defensiva Básica.** (Corrección Postural)
  - “pistolero”
- **Colocación Defensiva Básica.** (Bocadillo + Triángulo Defensivo)
  - Defensor entre balón y aro.
  - Iniciación al Triángulo Defensivo.
- **Desplazamientos Defensivos = “cangrejo”.**
  - Coordinación pies y uso de brazos. (¡Ojo talones!)
  - Desplazamientos (Laterales y Caída)
- **Diferenciar jugador – balón / jugador sin balón.**
  - Trabajar **NO PIERDO MI PAR, no defiendo a todos.**
  - **Defender intenso siempre sin distancias.**
  - Defensa al Tirador Siempre. (Aunque no sea mi defensor **NO QUEREMOS QUE ENCESTEN CANASTA**) (Desarrollo del hábito que posteriormente se convertirá en ayuda defensiva).
- **Defensa Jugador Sin Balón**
  - Negar líneas de pase constantemente.
  - Mantener concentración defensiva.
  - Evitar pérdida defensor.
- **Posición correcta de manos y utilización.**
- **Visión Periférica y Posterior.**
  - Mirar defensor y jugador – balón siempre.
  - Iniciación lectura resto jugadores tras el balón.
- **Introducción DEFENSA DE AYUDAS = Ayudo al que me ayuda.**
- **Comunicación Defensiva. (MUY IMPORTANTE)**
  - Voces en Defensa.
    - **Balón = Defensa al jugador balón.**





- **Aro** = Defensor protege aro.
- **Posición Defensiva Básica.** (Corrección Postural)
  - “pistolero”
- **Colocación Defensiva Básica.** (Bocadillo + Triángulo Defensivo)
  - Defensor entre balón y aro.
  - **Pontenciación Triángulo Defensivo. (Cualquier parte pista)**
- **Desplazamientos Defensivos;**
  - Coordinación pies y uso de brazos. (¡Ojo talones!)
  - Desplazamientos (Laterales y Caída)
    - **Defendemos balón**, nuestra barriga debe estar delante del balón.
    - **Introducción del ataque al bote.**
- **Defensa Jugador – Balón**
  - Posibilidad Bote = Distancia. (Aclarar que estamos hablando del jugador que tiene balón, posible confusión a tempranas edades entre jugador – balón y jugador sin balón)
  - Sin Posibilidad Bote = Presión Fuerte.
  - Defensa al Tirador Siempre. (Aunque no sea mi defensor NO QUEREMOS QUE ENCESTEN CANASTA)
- **Defensa Jugador Sin Balón**
  - **Introducción a la defensa de ayudas “pista trasera”.**
  - Lectura del ataque;
    - Lado fuerte = **negación línea pase.**
    - Lado ayuda = **ajuste defensivo para llegar a ayuda.**
  - Mantener concentración defensiva.
  - Evitar pérdida defensor.
- Posición correcta de manos y utilización; **tapar tiro, pase o bote.**
- **Visión Periférica y Posterior.**
  - Mirar defensor y jugador – balón siempre.
  - Desarrollar lectura resto jugadores tras el balón.





- **Situaciones Inferioridad Defensiva. (2x1 y 3x2)**
  - **DEFENSA DE AYUDAS = Ayudo al que me ayuda.**
  - **Comunicación Defensiva. (MUY IMPORTANTE)**
    - Voces en Defensa.
      - **Balón =** Defensa al jugador balón.
- Aro =** Defensor protege aro.

### **TÁCTICA INDIVIDUAL**

- **Mirar al compañero.**
- **No ir todos al balón**
- **No + de 2 jugadores juntos en un mismo espacio.**
- **Aprender a desmarcarse. (Mini 1)**
- **Ocupación Espacios añadiendo REEMPLAZO. (Mini 2)**
- **Comunicación → Compañero pide balón = Pase Inmediato**
- **Construir táctica desde el 1x1 y 2x2 en movimiento.**
  - Percepción, decisión y ejecución.
  - Aportar feedback sobre errores en aspectos técnicos. (Arrancada, bote o finalizaciones de cualquier tipo)
  - Trabajaremos ejercicios con limitación en el uso del espacio, tiempo y posesión balón.





- Igualamos ventajas.

### Introducción al trabajo de 1x1 Interior. (Mini 2)

## TÁCTICA COLECTIVA

- **Características Generales:**
  - Potenciar Juego Individual.
  - Iniciar Juego Colectivo Básico.
    - **Penetrar y doblar.**
  - Relación jugador – balón y defensor.
  - Explorar posibilidades del 2x2.
  - Realización de Ayudas = Atacante Con Balón (Iniciación al trap)
  - **Defensa Individual Toda Pista.**
  - Salida de Presión;
    - **Mini 1:**
      - Sacar rápido el que esté más cerca (no especializamos jugadores).
      - **Para recibir:** Aproximación, si no puedo recibir me marcho y viene otro compañero.
    - **Mini 2:**
      - Sacar rápido el que esté más cerca (no especializamos jugadores).
      - **Introducimos CRUCES entre compañeros.** (Potenciar la recepción del balón lejos del aro)
  - **Juego SIN BALÓN simple.**
  - **Trabajo del 3x3.**
    - Fomentar **TRAP** en ½ pista. (Mini 1)
    - Fomentar **TRAP** en toda pista. (Mini 2)
  - **Juego basado en sentido de profundidad a canasta. (Verticalidad)**





- Jugador – balón.
- **Juego rápido de transición.**
  - Conseguir ventaja numérica o posicional.
  - **Si hay + jugadores del equipo contrario que del mío paro balón y espero a compañeros para jugar.**
- **Juego Posicional Dinámico.**
- **Juego Colectivo basado;**
  - Máxima libertad de acción creativa, jugadores atendiendo a lectura del juego.
- **No existen puestos específicos de jugadores.**

