

Habilidad Básica 1 Habilidades Multideportivas	Unidad Didáctica: – Iniciación a la táctica en Baloncesto	Sesión nº 5
------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------	-------------

Objetivo didáctico:

- Introducir al jugador en el conocimiento y práctica del baloncesto.
- Fomentar el compañerismo, el trabajo en equipo y la aceptación de normas.
- Estimular la autoconfianza, fomentar el respeto, el compañerismo y la tolerancia.
- Construir un modelo de juego ofensivo

Estilo(s) de enseñanza utilizado(s):

- Asignación de tareas
- Resolución de problemas
- Descubrimiento guiado

Materiales e instalaciones:

- Balones de baloncesto
- Aros
- Conos

Valores A.J.L.:

Duración: 90 min	Parte inicial: 15 min	Parte principal: 60 min	Parte final: 15 min
-------------------------	------------------------------	--------------------------------	----------------------------

DESARROLLO DE LA SESION

<i>Ejercicio</i>	<i>Representación grafica</i>
<p>Parte inicial (calentamiento)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajo de movilidad articular (10 minutos). • Seleccionar una estructura de juego <p>Una vez elegida la estructura Princeton con un jugador en cabecera por ser la menos habitual. Lo que vamos a construir a continuación es un modelo de juego por conceptos por lo tanto vamos a establecer una serie de normas de reacción a penetraciones y posteriormente reacción técnico-táctica a pases o a manos a manos.</p> <p>Procedemos a establecer una serie de normas de spacing, la primera es que el jugador interior siempre está en poste alto, la ventaja de esta estructura es que es más difícil establecer un sistema de ayudas puesto que el ultimo está muy lejos de la canasta. Otra de las normas es que las esquinas siempre deben estar ocupadas cuando hay una penetración para dar línea de pase y liberar el espacio al 5.</p> <p>La idea principal es establecer la siguiente conexión de los 5 jugadores: pasa esto - todos reaccionamos así. A continuación estableceremos una serie de propuestas para que sirvan como ejemplo y como estructuramos la progresión.</p>	

Parte principal:

- **Establecer todas las reacciones a penetraciones (30 minutos):**

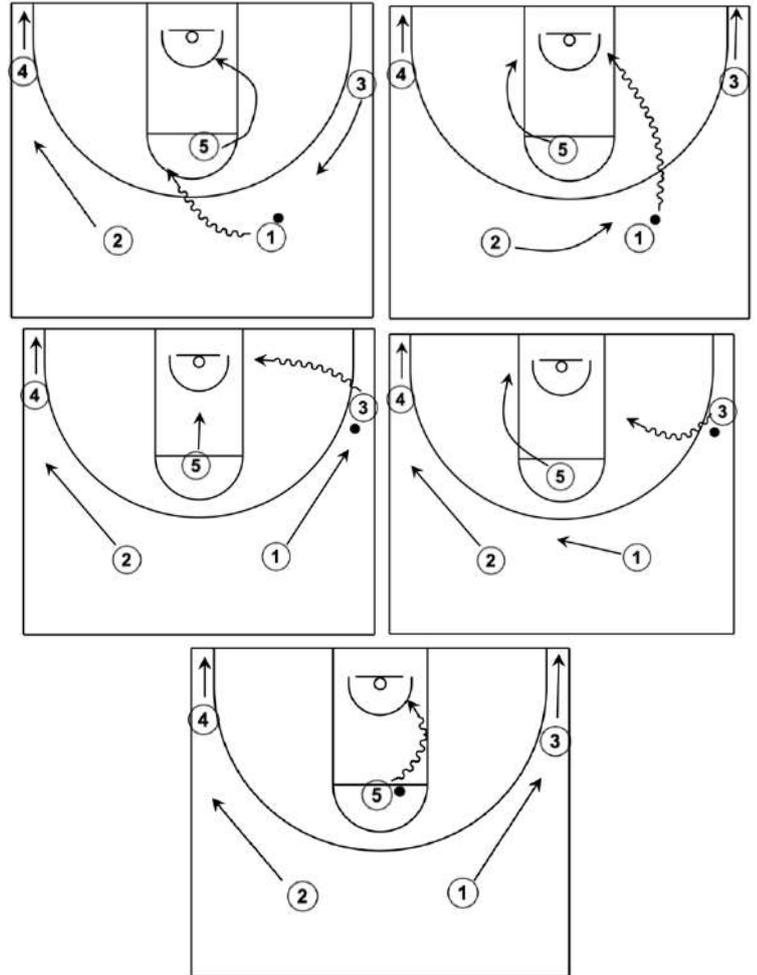
Una vez seleccionada la disposición ofensiva (U.D. 6, Sesión 7) establecemos todas las reacciones a penetración posibles y como se mueve cada jugador.

Las posibles penetraciones son:

Desde el balón en cabecera.
Desde el balón en el alero.
Desde la cabecera.

Para trabajar la construcción de este modelo deberíamos estructurarlo emparejando todas las combinaciones de posiciones posibles y trabajarlas en 2x0, 3x0, 4x0 y 5x0

Posteriormente secuenciarlo en situaciones reducidas de juego en 2x2, 3x3, 4x4 y 5x5.



- **Reacción a pases (30 minutos):**

Una vez seleccionada la disposición ofensiva (U.D. 6, Sesión 7) establecemos todas las reacciones a pases posibles y como se mueve cada jugador.

Las posibles Pases son:

- Pase base – alero

1 pasa a 3 y corta, seguidamente 5 pone un ciego a 2.

- Pase entre bases

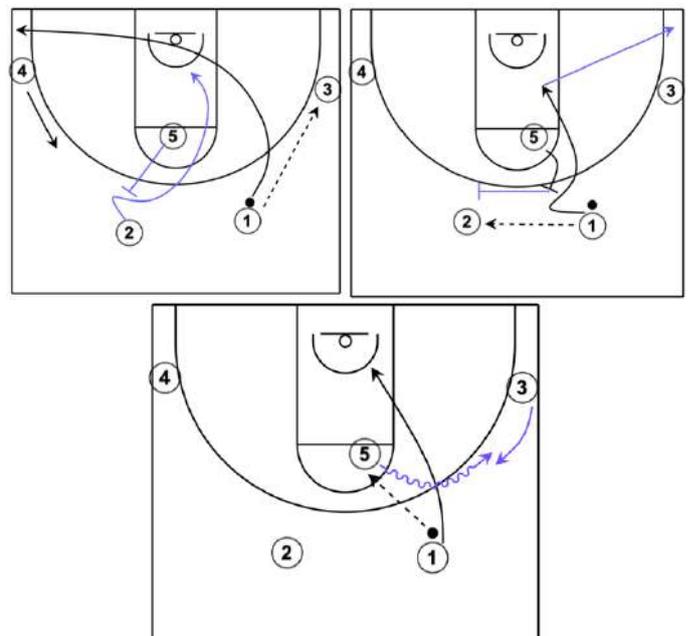
1 pasa a 2 y 5 hace un ciego a 1, posteriormente 1 ocupa esquina y 2 juega un bloqueo directo con 5.

- Pase base – pivot

1 pasa a 5 y corta sobre él, posteriormente 5 juega mano a mano con 3.

Para trabajar la construcción de este modelo deberíamos estructurarlo emparejando todas las combinaciones de posiciones posibles y trabajarlas en 3x0, 4x0 y 5x0

Posteriormente secuenciarlo en situaciones reducidas de juego en 3x3, 4x4 y 5x5.



Parte Final:

- **Reacción a mano a mano (10 minutos):**

Una vez seleccionada la disposición ofensiva (U.D. 6, Sesión 7) establecemos todas las reacciones a mano a mano posibles y como se mueve cada jugador.

Los posibles manos a mano son:

- Mano entre bases

1 juega mano a mano con 2 y posteriormente recibe un bloqueo indirecto de 4.

- Mano base – alero

1 juega mano a mano con 3 y posteriormente recibe bloqueo directo de 5.

Para trabajar la construcción de este modelo deberíamos estructurarlo emparejando todas las combinaciones de posiciones posibles y trabajarlas en 3x0, 4x0 y 5x0

Posteriormente secuenciarlo en situaciones reducidas de juego en 3x3, 4x4 y 5x5.

- **Estiramientos guiados (10 minutos)**

