



Nombre: Domínguez Leonardo.

Título de la clínica: Defensa de equipo, defensa de las cortinas directas.

Nombre del disertante: Guillermo Narvarte

El tema principal de la disertación es la DEFENSA en distintas situaciones de juego, la clínica comenzó con algunos ejercicios básicos utilizando el círculo central como referencia y allí poder ir variando conceptos y trabajando distintas situaciones como el paso de caída, la defensa hacia atrás contra un jugador sin lanzamiento externo. Se continuó trabajando la defensa con un drill de defensa en recuperación, llegando al lanzamiento y desplazando hacia el eje primero para después trabajar la defensa negando el eje del campo y orientando hacia el fondo de la cancha, lo próximo a trabajar fue un juego que se llama “el mono” haciendo énfasis en la presión al portador del balón, también se trabajó con este mismo juego la defensa al corte sin balón y el box-out.

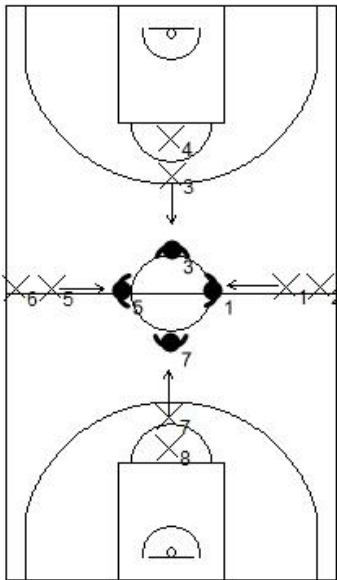
La clínica continuó con un drill general para poder trabajar varios conceptos como el corte al canasto del mismo y del lado contrario, la recuperación al balón y la defensa del contraataque. Después de los driles específicos se pasó a jugar 5vs5 con defensa zonal y poniendo algunas reglas para trabajar diferentes situaciones defensivas. La defensa que más se trabajó fue la defensa zonal matchup, trabajándola en diferentes situaciones de ataque seguido de juego libre tratando de poner en práctica lo desarrollado anteriormente. También se jugó 3vs3 para empezar a desglosar la defensa 2-3, se fueron determinando diferentes reglas tanto en ataque como en defensa pero lo fundamental en desarrollar es la defensa del triángulo zonal defensivo. Luego el juego pasó a ser 4vs4 formando un box defensivo también se utilizaron diferentes situaciones en ataque para dejar claras las reglas del box.

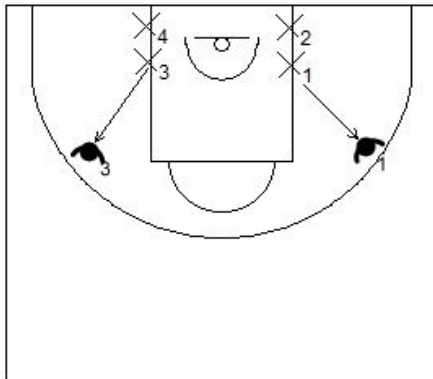
Una de las frases que más me llegó fue esta:

- Un entrenador es lo que corrige, si yo no corrijo lo que quiero que hagan bien, el ejercicio pasa y no tiene calidad.

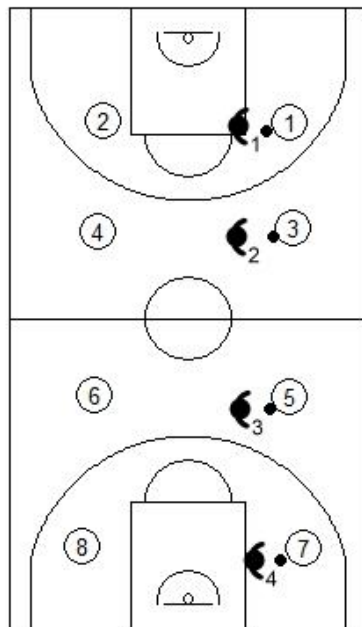
Hubo varios conceptos que me llegaron y que me gustaron mucho pero la frase que más me impactó fue la anterior, creo que la clínica fue muy buena y los conceptos dados fueron muy claros, la metodología fue muy buena, tratando de corregir y explicar varias veces antes de desarrollar el drill y así también fue muy bueno el desglose de la defensa zonal, arrancando con ejercicios básicos del 1 contra 1 hasta así poder llegar al 5vs5.

1. Drill de entrada en calor colocando 4 filas tomando como referencia el círculo central, se arranca con trote hasta la línea del círculo, closs out y paso de caída. También se puede variar con llegar y realizar 2 o 3 desplazamientos defensivos.





2 filas de jugadores sin balón para poder trabajar el closs out y el primer paso a una penetración, primero llegamos a un tiro imaginario para realizar el primer paso hacia el eje del campo. Luego pasamos a llegar al tiro y negar al medio para mandar al jugador que penetra hacia el fondo de la cancha.



“MONO”: un juego para darle dinámica e intensidad a la defensa, primero trabajamos que el jugador que arranca como mono es el defensor y el primer objetivo es presionar la pelota, si el defensor toca el balón cambia a pasador y al que le tocaron se convierte en mono. Luego se cambia el objetivo a la defensa del corte y el jugador sin balón antes de poder recibir debe realizar un movimiento de desmarque simulando un corte al canasto y el último objetivo pasa a ser el box out, el jugador con balón simula un tiro arrojando la pelota hacia arriba y así el mono debe realizar y “luchar” contra el otro jugador por la pelota para ver quien se convierte en mono. Sin

importar el objetivo la regla del toque de balón sigue presente.