



TRABAJO PRÁCTICO ENEBA ER NIVEL 2

“INFORME DE VISIONADO CLINICA”

“JUEGO EN TRANSICIÓN”

PROF. RUBÉN MAGNANO

ALUMNO: ALEJANDRO BURGOS

TEMA PRINCIPAL DE LA CLÍNICA:

SE HABLA DE TRANSICIÓN COMO EL INSTANTE O PASAJE DE ATAQUE A DEFENSA Y VICEVERSA. EL APROVECHAMIENTO OFENSIVO DE LAS VENTAJAS QUE SE PUEDAN GENERAR DURANTE DICHA TRANSICIÓN.

IDEAS PRINCIPALES:

- PONER AL DEFENSA EN APRIETOS EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE, ESTO NO SIGNIFICA TIRAR RÁPIDO.
- NO CONFUNDIR VELOCIDAD Y/O INTENSIDAD CON APRESURAMIENTO.
- HACER HINCAPIÉ EN LA REACCIÓN POR
- SOBRE LA INTENSIDAD DE LOS DRILES.

CONCEPTOS PRINCIPALES:

- EFICIENCIA EN LOS PASES, ESTOS SON MÁS RÁPIDOS QUE EL DRIBLING.
- OCUPAR LOS ESPACIOS EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE.
- SIEMPRE SABER DONDE SE ENCUENTRA LA PELOTA, NUNCA DAR LA ESPALDA AL CORRER.

“ES FUNDAMENTAL LA REACTIVIDAD ANTE UN HECHO ESPECÍFICO, ESTE PUEDE SER UN TIRO, UN RECUPERO, ETC. Y QUE NO ES MAYOR A 2 SEG.”

RUBEN MAGNANO

METODOLOGÍA DESARROLADA

TODOS LOS EJERCICIOS SON DE CORRER LA CANCHA EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE. ESTOS VAN DESDE EL 3vs0 HASTA EL 5vs5. EN LOS EJERCICIOS SIN RIVALES SE UTILIZA EL TIEMPO PARA DEFINIR COMO “OPOSICIÓN”.

LAS TRENZAS BUSCAN LA EFICIENCIA EN LOS PASES Y LA VELOCIDAD PARA PODER OCUPAR RÁPIDO UN ESPACIO CON VENTAJA.

EL 4vs0 QUEDÓ MEZCLADO ENTRE LOS EJERCICIOS SIGUIENTES QUE APUNTAN A APROVECHAR LAS VENTAJAS INICIALES QUE TIENE EL ATAQUE EN CADA DRILL.

TODOS ESTOS BASADOS EN LOS CONCEPTOS E IDEAS PRINCIPALES DE LA CLÍNICA.

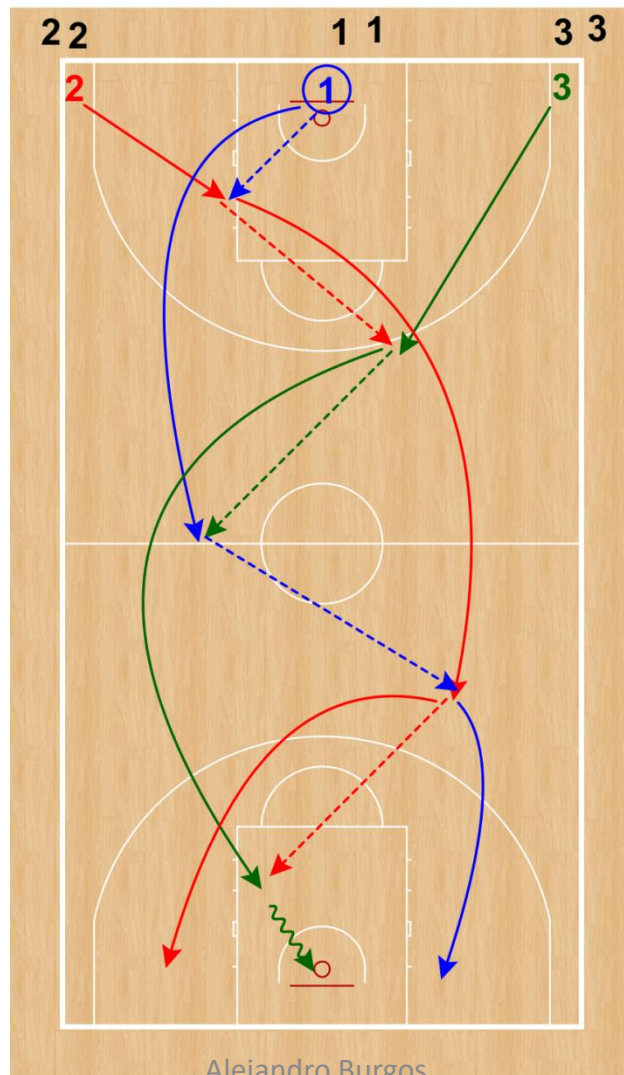
DRILLS UTILIZADOS EN LA CLÍNICA

1º) TRENZA DE 3 CON 5 PASES.

FILAS UBICADAS SOBRE FONDO DE CANCHA, EN EL EJE CON PELOTA Y SOBRE AMBOS LATERALES.

LOS JUGADORES CORREN POR DETRÁS DE QUIEN LE PASARON PARA PODER RECIBIR DEL TERCER JUGADOR.

SÓLO DE IDA, VUELVEN POR FUERA DE LA CANCHA MIENTRAS EJECUTA OTRO TRÍO.



2º) TRENZA DE 3 CON 3 PASES

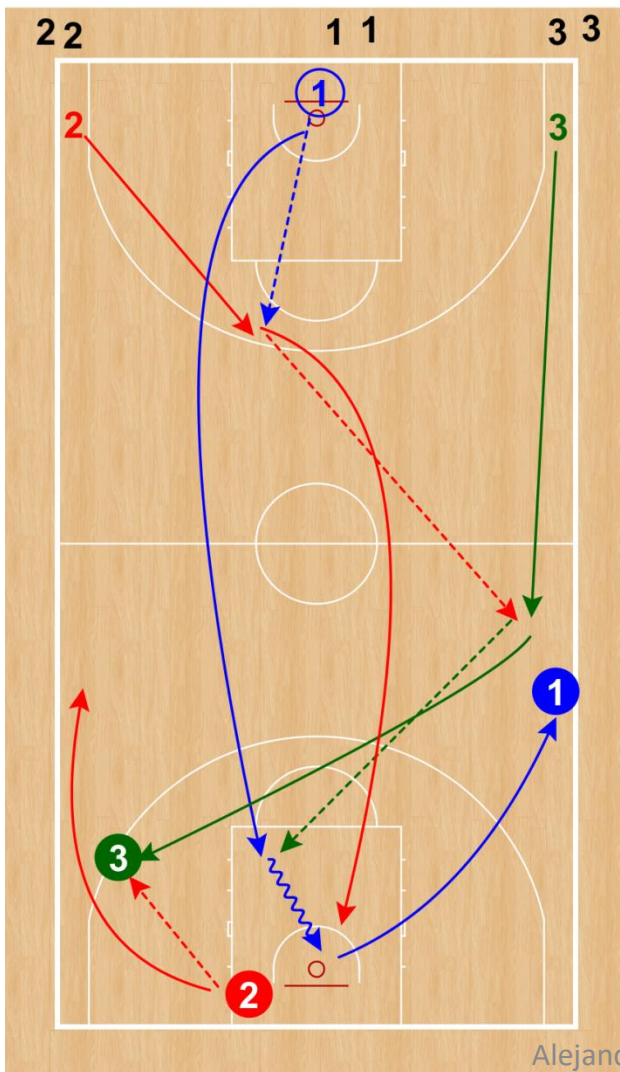
CON EL MISMO CONCEPTO QUE EL DRILL ANTERIOR PERO CON EL CAMBIO DE VELOCIDAD EN LA CARRERA PRODUCTO DE LA REDUCCIÓN DE PASES.

PROGRESIÓN DE LA DIFICULTAD:

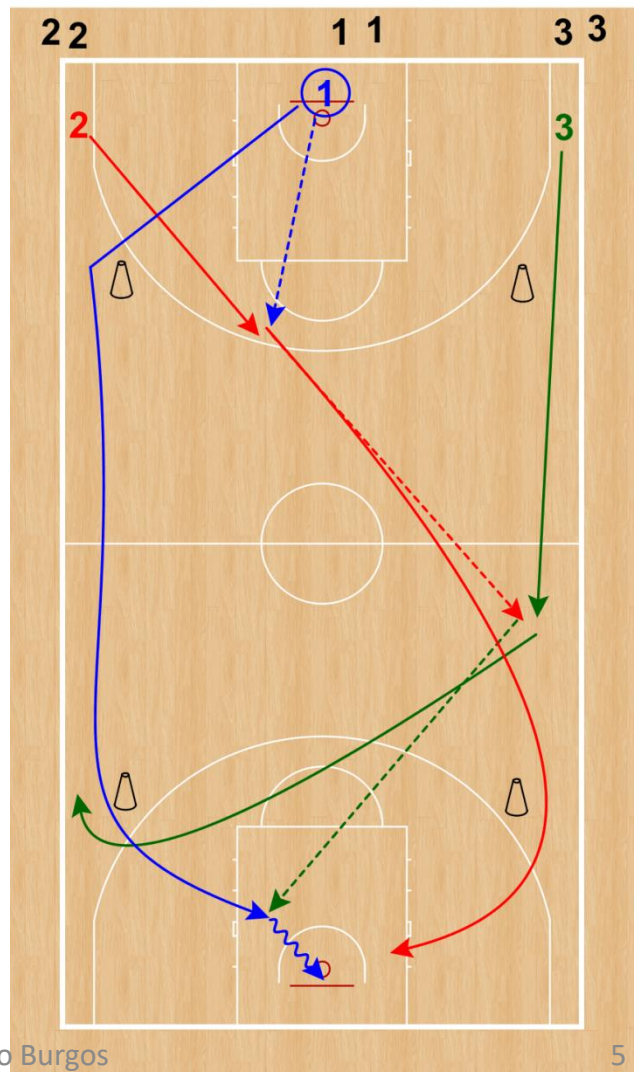
A) 3 CONVERSIONES EN 18" (UTILIZAR EL TIEMPO COMO OPOSICIÓN)

B) COLOCAR CONOS EN LOS 45° PARA QUE LOS JUGADORES DEBAN CORRER POR DETRÁS. EN EL ÚLTIMO TIRO LOS JUGADORES QUE NO LANZAN DEBEN LLEGAR A LÍNEA FINAL.

A



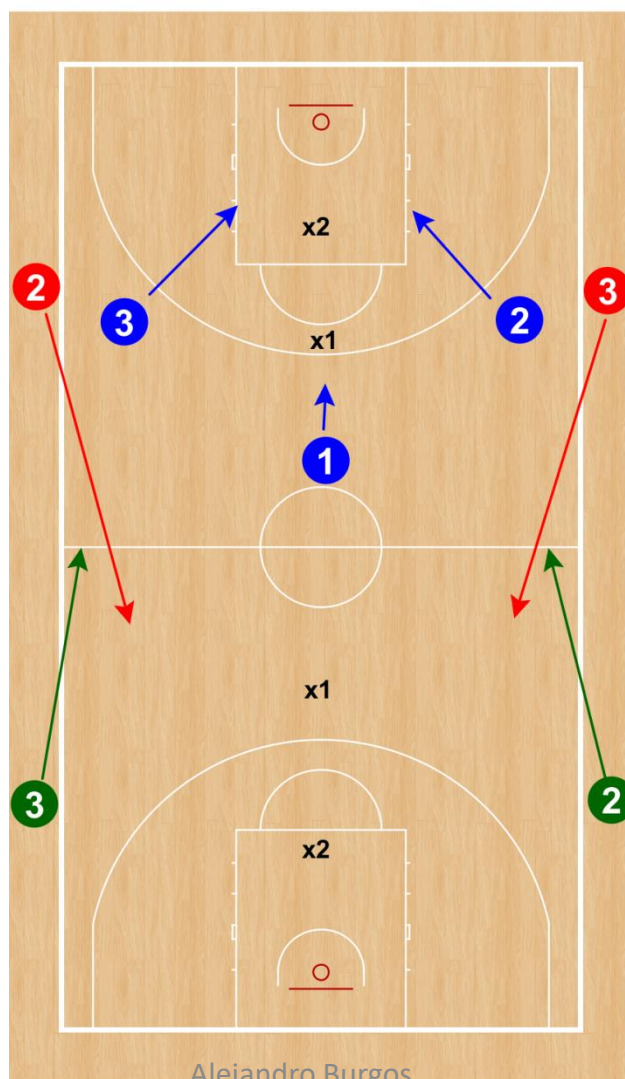
B



3º) “11” 3vs2 CONTINUO

SU NOMBRE ES PORQUE INVOLUCRA 11 JUGADORES.

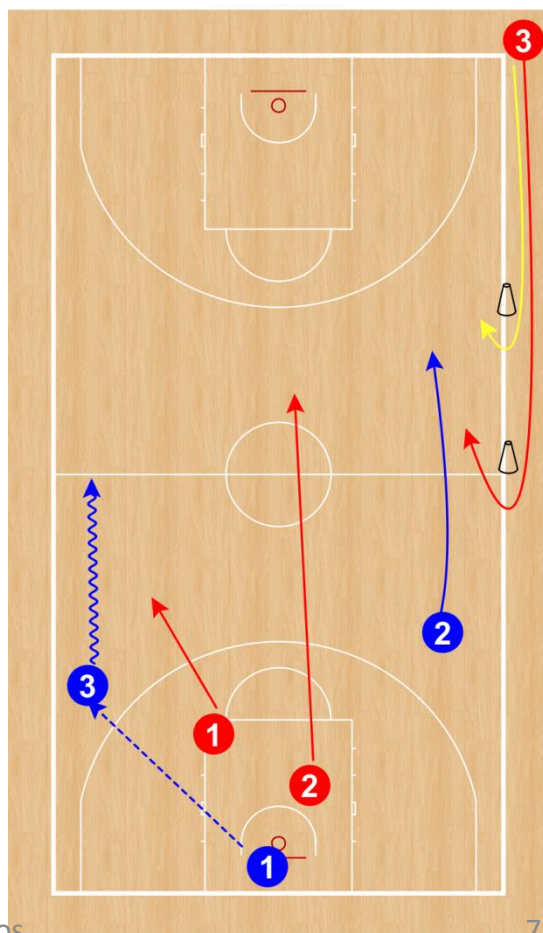
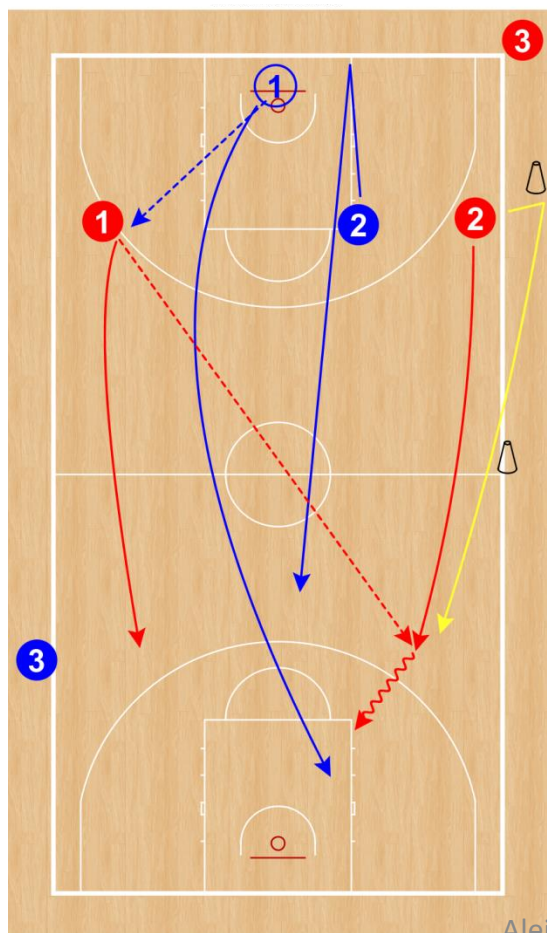
EMPIEZA EN UN 3 CONTRA 2 EN $\frac{1}{2}$ CANCHA, MIENTRAS ESPERAN UN JUGADOR EN CADA 45° Y 2 PARA DEFENDER EN LA OTRA MITAD. SE JUEGA A UN TIRO Y CUALQUIERA QUE TOQUE EL REBOTE (ATACANTE O DEFENSOR) SALDRÁ HACIA EL OTRO ARO PARA ATACAR JUNTO A LOS 2 DE AFUERA (ROJOS). REPITEN LA ACCIÓN Y QUIEN REBOTE SALE JUNTO A LOS RESTANTES (VERDES). DESPUÉS DEL TIRO, QUIENES NO REBOTEAN SE REPARTEN ENTRE DEFENSA Y PRÓXIMO ATAQUE. (VAN ROTANDO)
VARIANTE: DESPUÉS DEL 1º PASE TIENEN 7" PARA ATACAR.



4º) 2vs 1 + 1 / 3 vs 2 + 1

EJERCICIO CON DESVENTAJA DEFENSIVA. SE UBICA UN JUG. CON BALÓN BAJO EL ARO, 2 SOBRE 45° Y OTRO EN EL VÉRTICE. INICIA CON PASE A JUGADOR A 45° CONTRARIO AL DEL VÉRTICE. QUE DEBE TOCAR FONDO DE CANCHA ANTES DE VOLVER A DEFENDER JUNTO A QUIEN INICIÓ EL DRILL.

DESPUÉS DE GOL O REBOTE, QUIENES ESTABAN ATACANDO PASAN A SER ATACANTES JUNTO A UN JUGADOR QUE ESTABA ESPERANDO A 45°, EN 3 vs 2 CONTRA QUIENES ATACARON DE INICIO + EL JUGADOR DE LA ESQUINA QUE INICIA SU CARRERA POR DETRÁS DEL CONO CUANDO EL BALÓN PASA ½ DE CANCHA. PARA DIFICULTAR EL ATAQUE SE COLOCA UN CONO QUE DEBE PASAR EL 2º RECEPTOR DEL 1er ATAQUE Y SE ACERCA EL CONO DEL 3er DEFENSOR. (Recorridos Amarillos)



5º) 4vs0 TRAS REBOTES AL TABLERO

SE UBICAN 4 JUGADORES EN EL SIGUIENTE ORDEN.

ALERO-ALERO-INTERNO-BASE

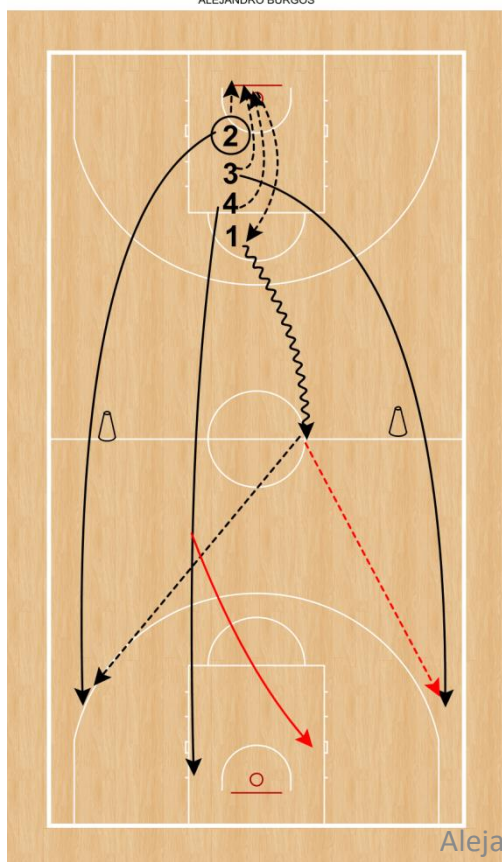
EL PRIMER ALERO CORRE POR LA MISMA CALLE DE LADO DEL REBOTE, EL SEGUNDO POR CALLE OPUESTO (AMBOS PASAN POR DETRÁS DE CONO UBICADO A 2Mts DE LINEA LATERAL EN LA MITAD DE LA CANCHA.

EL INTERNO CORRE POR CALLE CENTRAL Y CAE AL POSTE BAJO DEL LADO BALÓN. EL BASE TRASLADA POR CALLE INTERMEDIA. ENTRA EN EL PB Y CORTE MAS REMPLAZO.

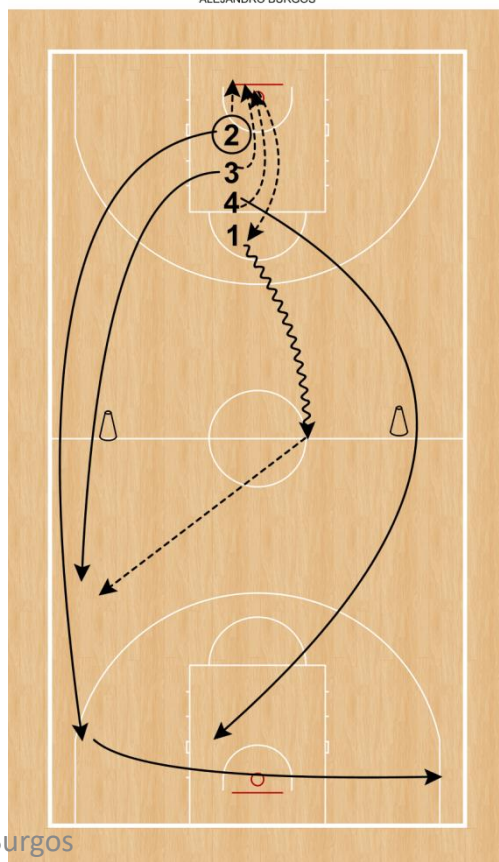
VARIANTE: LOS DOS ALEROS CORREN POR LA MISMA CALLE Y EL INTERNO ABIERTO POR LA OPUESTA.

EL ALERO DE ATRÁS COMUNICA PARA QUE EL DE ADELANTE CONTINUE CARRERA HACIA EL LADO CONTRARIO (“ANDATE”) MIENTRAS EL INTERNO CAE AL LADO DEL BALÓN.

RUBÉN MAGNANO
ALEJANDRO BURGOS



RUBÉN MAGNANO
ALEJANDRO BURGOS



6°) 5vs0 TRAS REBOTES AL TABLERO

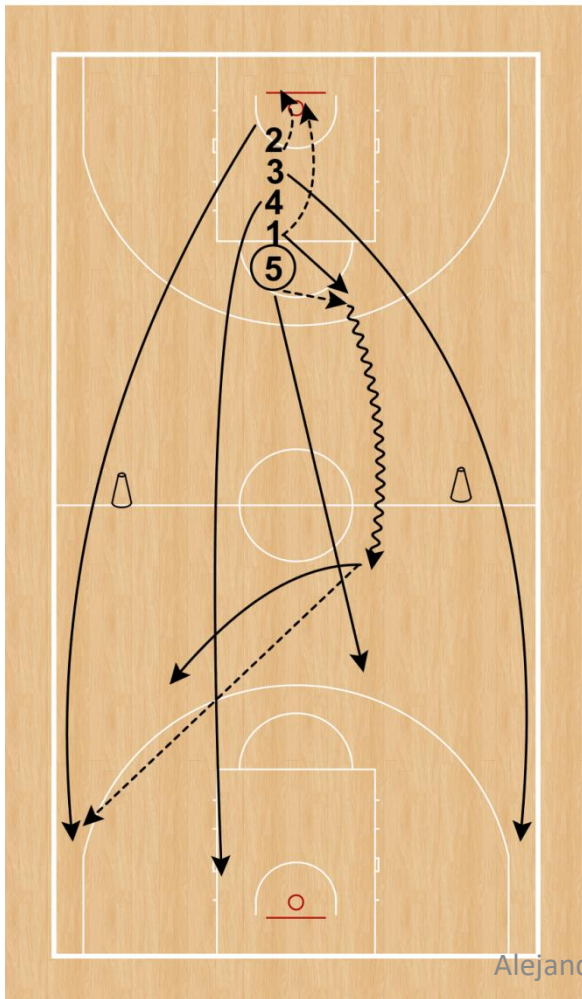
SE UBICAN 5 JUGADORES EN EL SIGUIENTE ORDEN.

ALERO-ALERO-INTERNO-BASE-INTERNO.

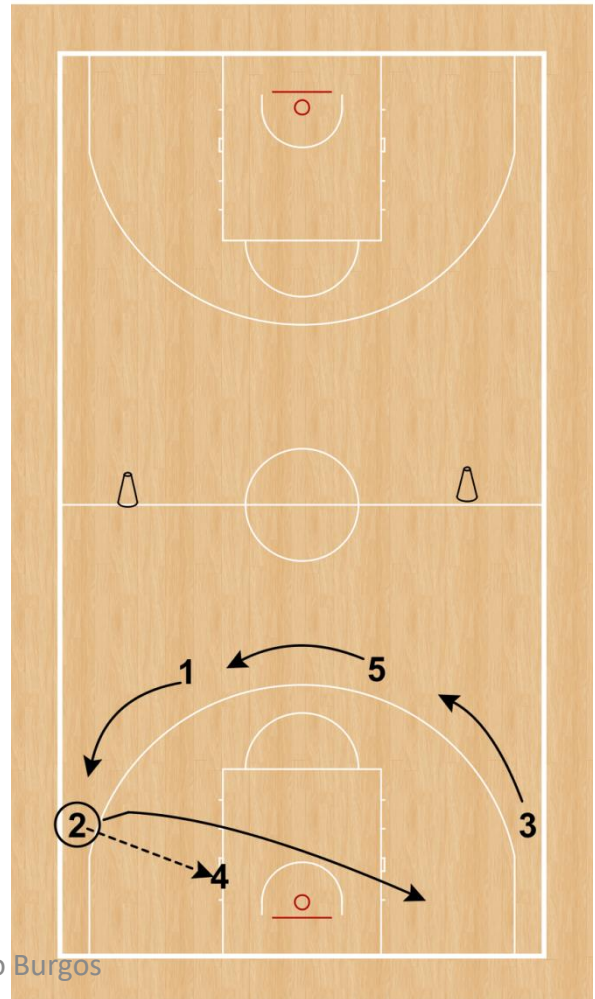
EL PRIMER ALERO CORRE POR LA MISMA CALLE DE LADO DEL REBOTE, EL SEGUNDO POR CALLE OPUESTO (AMBOS PASAN POR DETRÁS DE CONO UBICADO A 2Mts DE LINEA LATERAL EN LA MITAD DE LA CANCHA.

EL 1° INTERNO CORRE POR CALLE CENTRAL Y CAE AL POSTE BAJO DEL LADO BALÓN. EL BASE RECIBE DEL 2° INTERNO Y TRASLADA POR CALLE INTERMEDIA. LA PELOTA ENTRA EN EL POSTE BAJO CON EL PRIMER INTERNO, MIENTRAS EL 2° QUE LLEGA ÚLTIMO, SE QUEDA ABIERTO PARA JUGAR 4-1 DESDE EL POSTE BAJO CON CORTE Y REMPLAZO.

RUBÉN MAGNANO
ALEJANDRO BURGOS



RUBÉN MAGNANO
ALEJANDRO BURGOS



7º) 4vs4 + BOX OUT A 5vs5 EN CONTRATAQUE

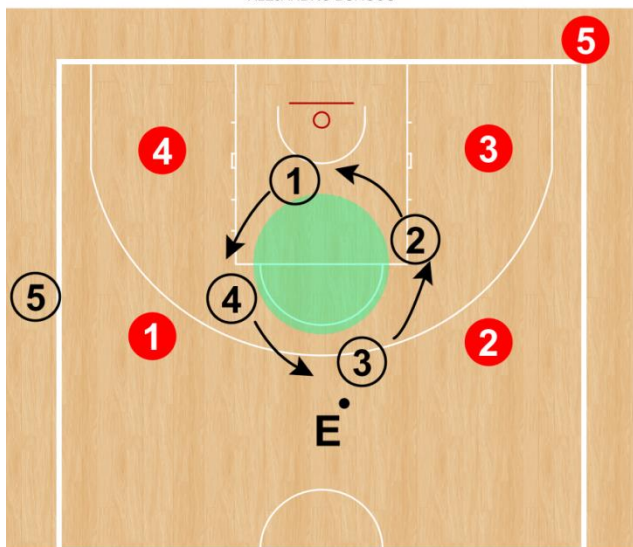
UN EQUIPO INICIA CON 4 JUGADORES CORRIENDO EN CÍRCULO ALREDEDOR DEL TIRO LIBRE Y EL 5to ESPERANDO EN PROLONGACIÓN DE 3Pts.

EL OTRO EQUIPO ARMA UN CUADRADO FUERA DE LA ZONA PINTADA (IMAGEN) Y EL 5to JUGADOR FUERA DE LA CANCHA EN LA ESQUINA. ENTRENADOR CON BALÓN FRENTE AL ARO. CUANDO SE PRODUCE EL TIRO LOS “DEFENSORES” BLOQUEAN AL JUGADOR MAS CERCANO. TRAS EL REBOTE CORREN EN APROVECHANDO LA VENTAJA DEL 5to JUGADOR.

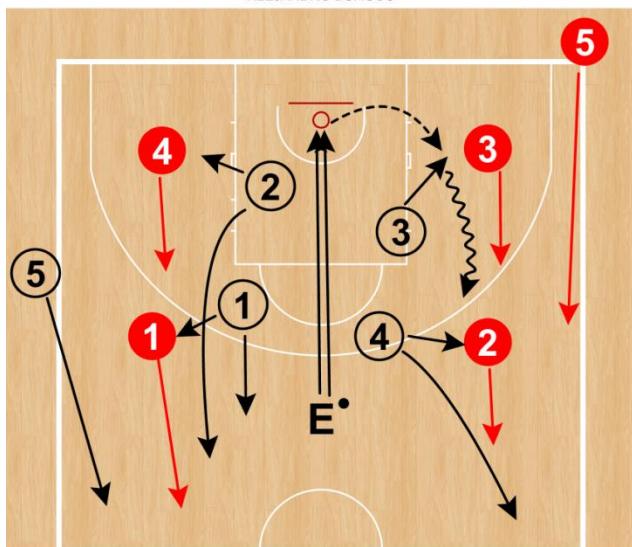
SI EL REBOTE LO TOMA EL “ATAQUE” JUEGAN 4vs4 EN LA 1º MITAD HASTA EL REBOTE DEF. PARA CORRER. SI HAY GOL, SE REINICIA EL DRILL CON LOS MISMOS ROLES.

EL ATAQUE RÁPIDO ES LIBRE.

RUBÉN MAGNANO
ALEJANDRO BURGOS



RUBÉN MAGNANO
ALEJANDRO BURGOS



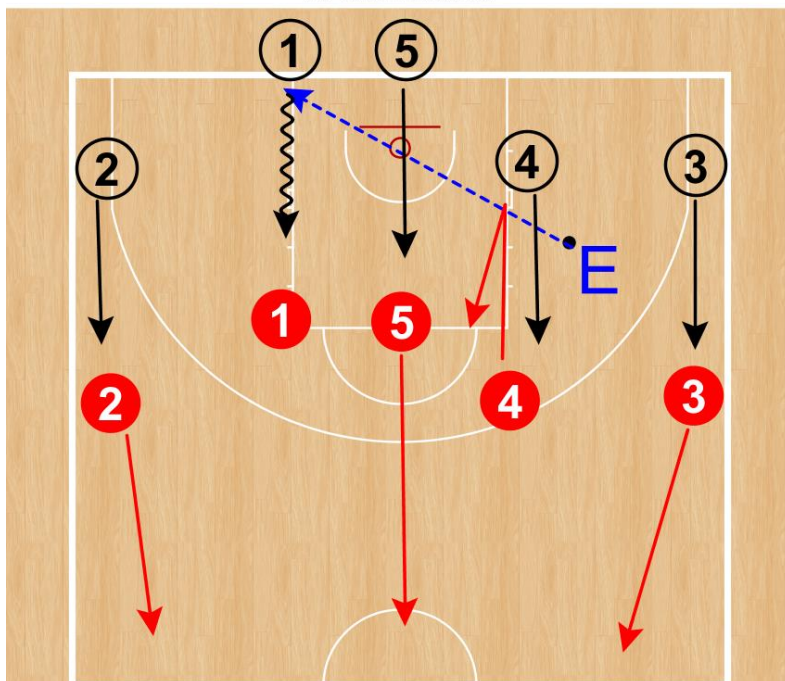
8º) “NÚMEROS”

JUGADORES DE AMBOS EQUIPOS ENFRENTADOS POR POSICIÓN OCUPANDO TODO EL ANCHO, LOS ATACANTES EN FONDO DE CANCHA Y LOS DEFENSORES SOBRE LÍNEA DE TIROS LIBRE Y SU PROLONGACIÓN. LOS ALEROS EN LOS LATERALES, EL 5 EN EL EJE Y EL BASE Y EL 4 OCUPANDO LAS INTERMEDIAS. PARA RESPETAR EL CONCEPTO DE QUE LOS ALEROS NO DEBEN ESTAR POR DETRÁS DEL BALÓN, TANTO 2 COMO 3 Y 4 SE ADELANTAN 2 Mts, CON SUS RESPECTIVOS DEFENSORES PARA INICIAR EL DRILL.

EL ENTRENADOR GRITA UN NUMERO DEL 1 al 5 PARA REFERIR AL DEFENSOR QUE DEBE TOCAR LÍNEA DE FONDO (O PROLONGACIÓN DE POSTE MEDIO SEGÚN POSICIÓN INICIAL) ANTES DE VOLVER A DEFENDER. EN ESTE MOMENTO LE PASA EL BALÓN A UNO DE LOS ATACANTES.

EL JUEGO OFENSIVO APUNTA A APROVECHAR LA VENTAJA OCUPANDO BIEN LAS CALLES Y EN MÁXIMA VELOCIDAD.

RUBÉN MAGNANO
ALEJANDRO BURGOS



Alejandro Burgos

9º) 5vs5 TODA LA CANCHA TRAS REBOTES

LOS JUGADORES DE AMBOS EQUIPOS SE UBICAN FRENTE AL ARO EN DIAGONAL, MITAD EN CADA PERFIL, INTERCALADOS. COMIENZAN A PASAR EL BALÓN POR SOBRE EL ARO CON TABLERO Y CAMBIO DE FILA.

AL GRITO DE “YA” EL EQUIPO QUE QUEDA CON EL BALÓN ATACA HACIA EL OTRO CANASTO Y EL OTRO DEFIENDE.

RUBÉN MAGNANO

ALEJANDRO BURGOS

