



## GUSTAVO SAPOCHNIK

### EL LANZAMIENTO

- EN EL LANZAMIENTO TENEMOS EJERCICIOS DE ENSEÑANZA Y DE CORRECCIÓN (toma del balón, línea de tiro)
- DESPUES ESTAN LOS EJERCICIOS DE EXTENSIÓN (tomar el balón y extender todo el cuerpo + brazos)
- LUEGO EN TERCER LUGAR EJERCICIOS DE FINALIZACIÓN (coordinación de pies, stop y tiro)

#### LOS DETALLES DE CORRECCION...

En una primera instancia están enfocados en el agarre del balón y encuadre de pies al aro...

El agarre de balón fundamental que la mano no se encuentre rígida, normalmente se da cuando se recibe y la mano de tiro se apoya por encima del balón.

Concepto “recibo y tiro” tras recibir un defensor está llegando para puntear el tiro para subir la velocidad de ejecución.

Driles tras acción de juego de extra pass + defensores para tiro a pie firme donde el coach señala que son los de + alto porcentaje y que también se mejora la lectura de juego

Tiro en diferentes direcciones de carrera

La corrección a tiempo mejora a la táctica. Un buen tirador complica a las ayudas defensivas

Los driles han ido evolucionando desde el 1vs 0 al 3vs3

Los tiros tras recepción a pie firme deberían estar en cada sistema de juego de formativas (desde la recepción comportamientos, reemplazo, cortinas indirectas, mano a mano)

Luego para terminar el coach desarrollo el tiro desde el dribbling enfatizando que la mano de tiro no debe estar rígida, sino que la mano este debajo de la pelota + acciones tácticas y corrección de técnica individual