



Selecciones Uruguayas

Formativas

2008

Entr. Jefe Fernando Cabrera,

Entr.Asist. Alejandro Alvarez, Gustavo Rivas, Marcelo Capalbo.

Departamento Tecnológico Rodrigo de Armas

CONCEPTOS

DEFENSIVOS

Para una buena defensa es indispensable:

- . Agresividad

- . Comunicación

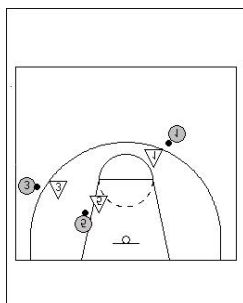
- . Jugar físico

- . Trabajo en Equipo

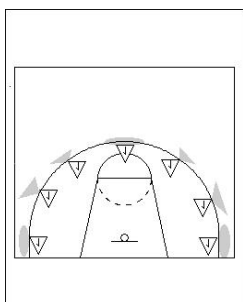
- . No dejar en desventaja al equipo (Robos inexistentes, no balance defensivo,etc.)

Defensa del hombre con pelota

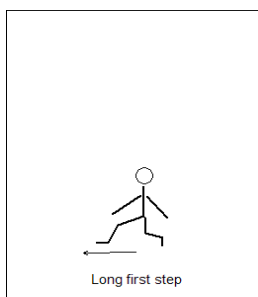
Muro



Contención



Paso de retirada



Pecho a la pelota



Fintas defensivas

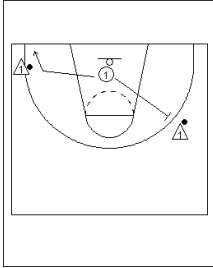
Mantener la línea de los pies (No paso de caída)

Puntear el tiro

Recuperación a la bola:

En la esquina no línea

En los otros sectores MURO



Defensa del hombre sin pelota

Visión periférica

Eliminar ángulos de pase

Defensa alta

Fintas defensivas

Chequeo de cortes (Nadie pase por la pintura sin ser tocado)

La defensa se mueve en dirección de la pelota (Volar con la pelota)

Sobre Ayudas. Todos dentro, todos fuera.

Cerrar con pecho. No atacando al jugador con pelota.

Bloqueo de rebote (Ante un lanzamiento ir a buscar contacto con el jugador)

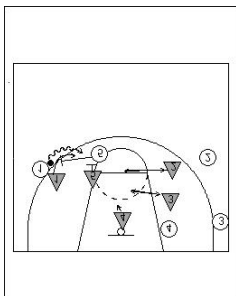
Bloqueos directos:

El defensa del bloqueador siempre se debe soltar.

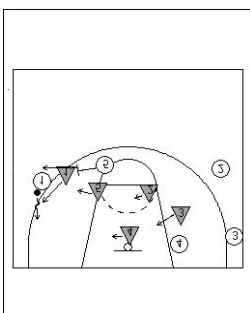
El defensa del hombre con pelota debe dar siempre una SOLA dirección.

Si pica hacia el aro, cambio. De lo contrario sigue cada uno con su atacante.

Perseguir: Pies paralelos a la línea de fondo.



Fondo: Pies paralelos al eje.



Pasa Pasa: Pasar entre el bloqueador y mi compañero.

Cambio

Bloqueos indirectos:

Dar una sola dirección de salida.

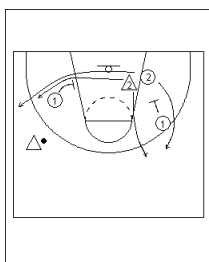
Cambio.

El defensa del bloqueador en caso de rulo de atacante debe mostrarse hacia la pelota y dificultar la salida del atacante (Cu-Cu)

Pelota en una banda:

Salida del lado de la pelota: **PERSIGO**

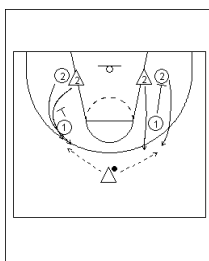
Salida del lado opuesto: **PASO POR ARRIBA**



Pelota en el eje:

Cerca: **PERSIGO**

Lejos: **PASO**



Bloqueos ciegos:

No dejar tomarlo.

Cambio

Body Check

Bloqueo horizontal o diagonal Chico a Grande:

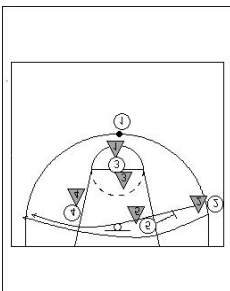
Cuerpo Técnico Selecciones Formativas

Body Check orientando hacia arriba o hacia abajo



Sucesivas:

No permitir tomar el primer bloqueo.



Fin de posesión siempre cambio.

Pressing:

Sobre la línea doblamos

En el resto de los sectores salto y cambio

Todos en la calle de la pelota y en la central

Zonas:

Utilizar los conceptos de la defensa individual.

Visión periférica: Pelota y mi lado.

Mayor comunicación.

Utilización de brazos.

Balance defensivo:

Jugador por encima de la línea de tiro libre balance.

No atacar la pelota y correr en dirección al aro.

CONCEPTOS

OFENSIVOS

CONCEPTOS:

- Comunicación
- Espacio y equilibrio en la distribución de los jugadores en cancha.
- Movimiento del balón.
- Movimiento de jugadores (sin pelota).
- Timing.
- Creación de oportunidades. Mantener la ventaja obtenida.
- Lectura constante. Mirar a mi defensa y a los compañeros.
- Generar atención constante sobre el defensa.
- Eliminar tiros sucios.
- Fintar pases.
- El pase debe ser alto, curvado ó bajo por fuera del cuerpo.
- Ir hacia el aro utilizando la parada reversa.

Bloqueos Directos:

Cuerpo Técnico Selecciones Formativas

El bloqueador debe seguir la línea de la pelota.

Los jugadores no involucrados en el bloqueo deben jugar sin pelota.

Debemos buscar triangular el balón.

Si la defensa pasa por detrás jugar re-pick.

Bloqueos Indirectos:

Pasar pegados al compañero que nos bloquea.

Realizar paradas y cambios de ritmo.

Leer como nos defienden el bloqueo.

Rompimientos:

Realizar Banana Move

Ocupar el Eje

No Picar

Si utilizo el dribling que sea diagonal en dirección al aro.

No apurarse

Contraataque:

Correr a máxima velocidad

Ocupar las calles correspondientes

Utilizar lo menos posible el dribling