

PROGRAMA DE FORMACIÓN CONTINUA PARA ENTRENADORES DE BALONCESTO
Juan Luis Esteban Pan Seleccionador F.A.B. Infantil Masculino
Profesor de Educación Física y Entrenador Superior de Baloncesto

LIGA: “1X1 TIRO LIBRE” **EQUIPO:** _____ **CLUB:** _____

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	■															
2		■														
3			■													
4				■												
5					■											
6						■										
7							■									
8								■								
9									■							
10										■						
11											■					
12												■				
13													■			
14														■		
15															■	
16																■

Normas de la competición.- “TODOS CONTRA TODOS”

Clave:“El juego está basado en el tiro”. Si al recibir no amenazas, pierdes el balón.

- 1.- **Tiro libre** para ver quién empieza atacando. El perdedor defiende y entrega el balón al atacante, ambos deben estar en el círculo de tiros libres para comenzar.
- 2.- Jugar al mejor de **2 ó 3 partidos de 5 puntos** (con diferencia de 2 cada partido).
- 3.- Cada **canasta** vale **un punto**.
- 4.- El que **anota sigue**.
- 5.- A partir de la **TERCERA** falta personal, se concede **tiro libre y posesión**.
- 6.- El defensor que **consigue el balón**, por robo o rebote, debe **pisar la línea** de tiros libres para poder atacar, pero no puede coger el balón con las 2 manos, excepto tiro.
- 7.- El defensor que **consigue el balón** por violación (pasos, dobles...) o falta de ataque debe **comenzar desde la línea de tiros libres**.
- 8.- Al acabar debes dar la **puntuación** al entrenador para anotarla en la **planilla**.

Variantes: Limitar botes, distancia de entrega del balón, menos puntos, sin deferencia...

Clasificación Final.- 1.- _____ 2.- _____ 3.- _____
 4.- _____ 5.- _____ 6.- _____ 7.- _____
 8.- _____ 9.- _____ 10.- _____ 11.- _____
 12.- _____ 13.- _____ 14.- _____ 15.- _____
 16.- _____ **Observaciones:** _____