ESCUELAS DE BALONCESTO DESDE 3º HASTA 6º DE PRIMARIA. --- C.A.B.U. ------ FEDERACIÓN ANDALUZA DE BALONCESTO

Profesor de Educación Física y Entrenador Superior de Baloncesto **Juan Luis Esteban Pan**

		3º PRIMARIA										4º PRIMARIA										5º PRIMARIA										6º PRIMARIA									
	FUNDAMENTOS DE BALONCESTO	S	0	N	D	E	F	M	A	M	J	S	0	N	D	E	F	M	A	M	J	S	0	N	D	E	F	M	A	M	J	S	0	N	D	E	F	M	A	M	J
1	Agarre y manejo de balón.																																								
2	Posición básica de equilibrio: pase, bote y tiro.																																								
3	Manejo de balón. Malabarismos. Estático y movi.																																								
4	Bote de velocidad.																																								
5	Bote de protección.																																								
6	Pase con dos manos: pecho, picado y sobre cabeza																																								
7	Recepción estática																																								
8	Gestoforma de tiro.																																								
9	Entradas: Tiro en carrera sobre bote. Derecha. Izq.																																								
10	Entradas: Aro pasado por delante. Derecha. Izq.																																								
11	Paradas sin balón en uno y dos tiempos.																																								
12	Paradas con balón en uno y dos tiempos.																																								
13	Pivotes.																																								
14	Arrancadas sin balón.																																								
15	Arrancadas con balón.																																								
16	Cambio de ritmo sin balón.																																								
17	Cambio de dirección sin balón.																																								
18	Tiro estático.																																								
19	Posición básica defensiva.																																								
20	Desplazamientos defensivos.																																								
21	Defensa al hombre con balón.																																								
22	Juego del tiro libre.																																								
23	Cambios de ritmo con balón.																																								
24	Cambio de dirección con balón: Por delante.																																								
25	Cambio de dirección con balón: De reverso.																																								
26	Cambio de dirección con balón: Por la espalda.																																								
27	Cambio de dirección con balón: Entre piernas.																																								
28	Fintas con el cuerpo con balón: Titubeo.																																								
29	Cambio de dirección con balón: Combinaciones.																																								
30	Pases con dos manos en movimiento.																																								

ESCUELAS DE BALONCESTO DESDE 3º HASTA 6º DE PRIMARIA. --- C.A.B.U. ------ FEDERACIÓN ANDALUZA DE BALONCESTO

Profesor de Educación Física y Entrenador Superior de Baloncesto **Juan Luis Esteban Pan**

		3º PRIMARIA										4º PRIMARIA										5º PRIMARIA										6º PRIMARIA									
	FUNDAMENTOS DE BALONCESTO	S	0	N	D	E	F	M	A	M	J	S	0	N	D	E	F	M	A	M	J	S	0	N	D	E	F	M	A	M	J	S	0	N	D	E	F	M	A	M	J
31	Recepción en movimiento.																																								
32	Pase de pique con una mano, béisbol, entrega,...																																								
33	Tiro sobre bote. Movimiento de cara y de espaldas.																																								
34	Tiro sobre pase. Movimiento de cara y de espaldas.																																								
35	Fintas de recepción. Explosión para recibir.																																								
36	Rebote defensivo y ofensivo.																																								
37	Cambio de dirección en defensa.																																								
38	Paso de caída o de ataque al atacante.																																								
39	Defensa del hombre sin balón: Posición L.B.- L.A.																																								
40	Fundamentos en velocidad y ritmo.																																								
41	1x1. Juego del base, del alero y del pívot.																																								
42	Bote con desplazamientos laterales.																																								
43	Bote: manejo de balón combinado.																																								
44	Bote con dos balones.																																								
45	Bote girando y en círculos.																																								
46	Bote con C.D. Y C.R. y entradas a canasta.																																								
47	Competiciones con bote. Atención a la izquierda.																																								
48	Contraataque 2x1. Reglas.																																								
49	Contraataque 3x2. Reglas.																																								
50	Iniciación al juego libre por conceptos: 5 Ext/4 Ext																																								
51	Conceptos: Penetrar y ceder. Su defensa.																																								
52	Conceptos: Pasar, cortar y sustituir. Su defensa.																																								
53	Conceptos: Inversión del balón, contrapié, pases,...																																								
54	Conceptos: Aclarados. Espacios. Abrir huecos.																																								
55	Conceptos: Bloqueos directos. Su defensa.																																								
56	Conceptos: Jugar a cinco y cuatro faltas.																																								
57	Conceptos: Dentro - Fuera.																																								
58	Conceptos: Bloqueos indirectos. Su defensa																																								
59	Defensa del juego por conceptos sin/con riesgos.																																								
60	Defensa de ayuda y recuperaciones. 4x4. Rotación.																																								