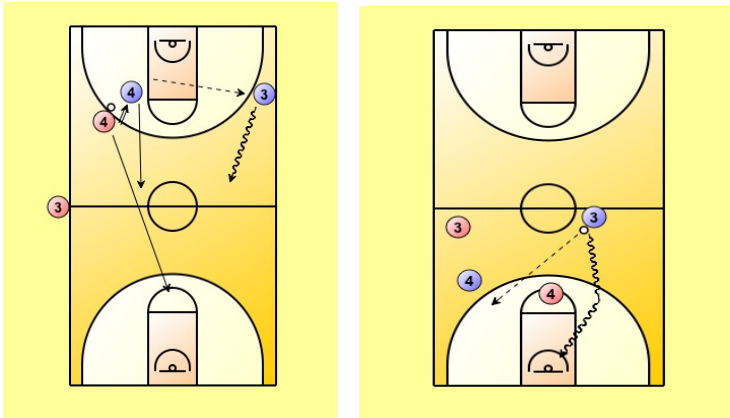


ESTRUCTURA DE FICHA – EJERCICIOS ESTRELLA – CES 2017

EJERCICIO		2C1+1						
AUTOR		HAWAI PACIFIC		CONTENIDO	REBOTE DEFENSIVO + BALANCE DEFENSIVO			
ETAPA DE EJECUCIÓN		CADETE JUNIOR						
CARGA*: Σ *Según E.N.E.	120	TIEMPO DE LA TAREA	GRADO DE OPOSICION	DENSIDAD DE LA TAREA	NUMERO DE EJECUTANTES	CARGA COMPETITIVA	ESPACIOS	IMPLICACION COGNITIVA
		8'	3	2	1	2	4	3
OBJETIVOS		<ol style="list-style-type: none"> 1. EN ATAQUE: APROVECHAMIENTO DEL 2C1 2. EN DEFENSA: FINTAS Y USO DE BRAZOS AMPLIOS 						
GRÁFICOS							VIDEO	
							Indica el enlace si está alojado en algún servidor público	
DESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO		<p>A4 CON BALÓN, DEFENDIDO POR D4, EFECTÚA UN TIRO. D4 TIENE QUE CERRAR EL REBOTE, UNA VEZ CON EL BALÓN, PASE A D3 Y JUNTOS ATACAN EN CANASTA CONTRARIA. A4 BAJA AL BALANCE DEFENSIVO Y CUANDO EL BALÓN PASE LINE DE MEDIO CAMPO, A3 CORRERÁ A DEFENDER, DE MANERA QUE SERÁ UNA SITUACIÓN DE 2C1+1, ES DECIR, 2C1 POR UN PEQUEÑO ESPACIO DE TIEMPO, COMO UNA SITUACIÓN REAL DE PARTIDO, DONDE NUNCA TENDREMOS UNA VENTAJA NUMÉRICA MÁS DE DOS O TRES SEGUNDOS.</p>						
ERRORES PROBABLES		<ol style="list-style-type: none"> 1. EN DEFENSA: FINALIZA EL ATAQUE 2C1 CON ÉXITO 2. EN ATAQUE: PASES DEFECTUOSOS 						
CORRECCIONES		<ol style="list-style-type: none"> 1. EN DEFENSA: SPRINT PARA LLEGAR AL ÚLTIMO PASE 2. EN ATAQUE: MIRADA ARRIBA PARA LEER DEFENSA 						

