

A.E. Sedis Básquet – Àrea Esportiva – Temporada 2008-2009



Conceptes Ofensius – 2c2



Conceptes ofensius 2c2

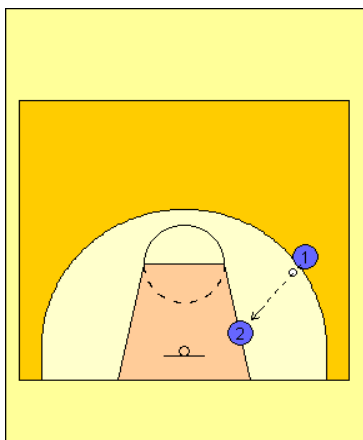
Com els conceptes a treballar poden arribar a ser molt extensos i aquest document arriba a ser força genèric, s'establiran els diferents continguts a treballar segons la categoria i el nivell dels equips (Mini, Infantil, Cadet i Júnior) així com el moment en el qual ho poden començar a treballar. No es tracta d'aplicar tots els conceptes en els nostres equips, sinó assegurar-nos que, aquells que coneguim, els dominin a la perfecció abans de passar al següent concepte.

TIPUS DE 2X2 A TREBALLAR

- **INTERIOR – EXTERIOR**
- **EXTERIOR – EXTERIOR**
- **INTERIOR – INTERIOR**

A .- INTERIOR – EXTERIOR:

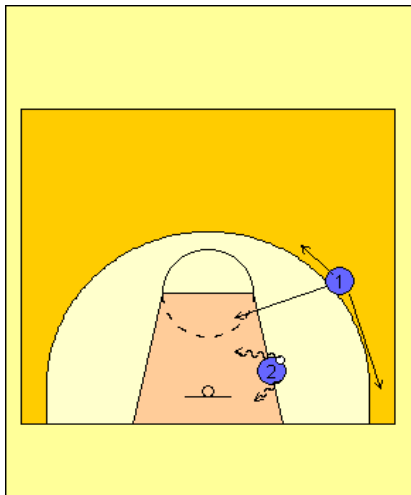
Com passar la pilota al jugador interior:



- Des del bot
- A la seva mà *diana*
- Obrint angle de passada lateral
- Per sobre el cap
- A partir d'avantatge generat per finta



Moviments després de passada interior (joc sense pilota):



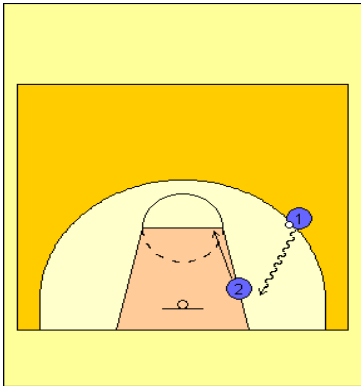
Jugador exterior:

- Buscant l'esquena per la línia de 6,25
- Tallant a cistella
- **Important!** Hem de ser sempre visibles per al jugador amb pilota.

Treball del jugador interior:

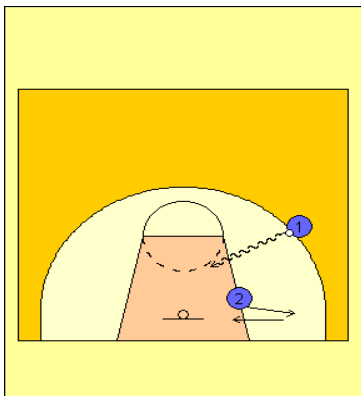
- Previ a la passada intentar aconseguir una posició guanyadora
- Abans de botar, mirar opcions de passada
- Si és possible no botar o utilitzar el mínim nombre de bots per l'1c1.
- Situacions de tir a treballar: Girar i tirar pels dos costats, ganxo amb un recolzament treballant les dues mans, ganxos amb dos recolzaments treballant les dues mans, revers cap a línia de fons, recepció interior exterior i *traspeu...*

Treball dels jugadors quan jugador exterior té la pilota



Jugador exterior:

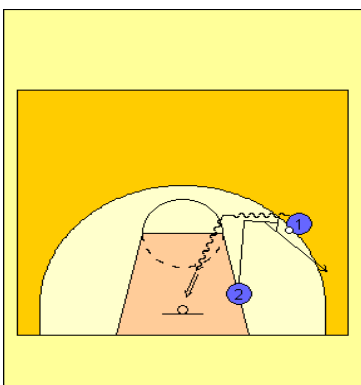
- Penetració cap a línia de fons
- Penetració pel centre
- Es pot iniciar joc a partir de finta de tir
- Aturar-se a mitja penetració per tirar (o doblar passada)



Jugador interior:

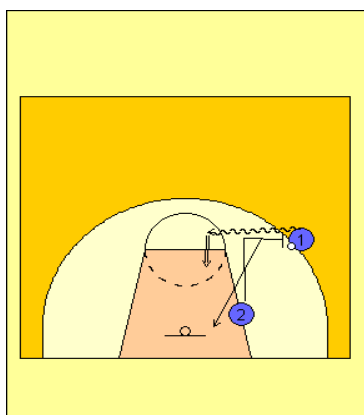
- Respectar l'espai entre jugadors (mínim 4 m.)
- Sempre de cara a la pilota
- Remarcar la importància del temps de joc en realitzar les accions de joc sense pilota
- Generar dubtes en la defensa a l'hora de fer les ajudes en base al seu moviment

Bloc directe i continuació



Continuació oberta:

- Girar sense perdre de vista la pilota
- Respectar l'espai amb la pilota després del bloc
- Quan el defensor del que bloqueja salta a la pilota o defensa a la pilota (canvi defensiu)
- Quan es passa el bloc com a tercers



Continuació tancada:

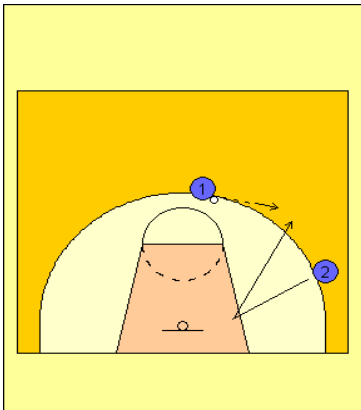
- Buscar sempre el camí cap a la cistella
- Si el bloc el defensen amb 2c1
- Deixar el defensor a l'esquena
- No perdre de vista la pilota.
- Respectar l'espai amb la pilota
- Es pot fer girant com un compàs o creuant la cama sobre el defensor

Jugador - pilota:

- No sortir abans que el bloc estigui col·locat
- Passar espatlla amb espatlla amb el seu company (no deixar pas entre els dos atacants per impedir el pas del defensor)
- Emprar el mínim de bots possible
- **Important!** La lectura de la defensa en la presa de decisions (penetrar, doblar, tornar enrera...)

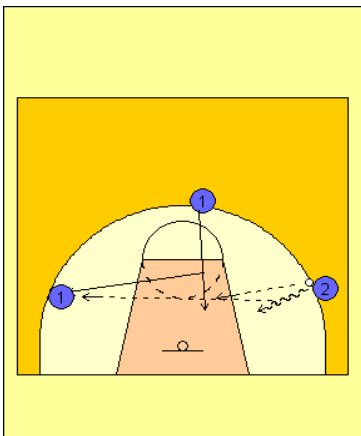


B.- EXTERIOR – EXTERIOR:

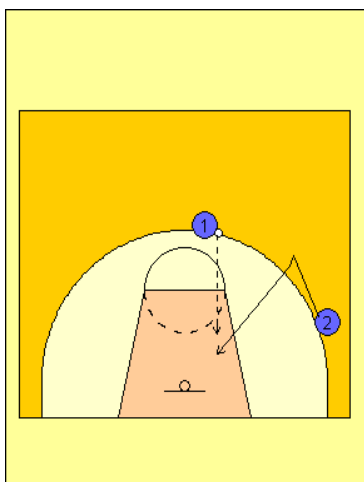


- 2 treballa per la recepció, en principi amb el mínim espai possible, buscant l'esquena de la defensa, amb canvi de ritme per sortir amb l'avantatge suficient per rebre amb l'objectiu de:

- Rebre + bot guanyador de penetració
- Rebre + finta



- Si 2 no juga l'avantatge, 1 talla per davant del defensor amb canvi de ritme buscant el camí de cistella
- Si no hi ha passada, 1 busca l'espai allunyant-se, inicialment (també pot tallar al costat fort) de la pilota per donar espai a 2 per que jugui
- Si en el moment del tall d'1, 2 decideix jugar la seva opció, 1 juga l'espai sempre visible a la pilota i respectant la distància.

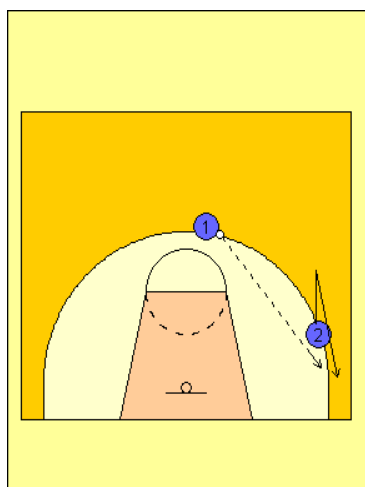


- 2 treballa la recepció i juga la porta enrera, mentre 1 treballa diferents opcions de passada:

- Abans de botar i passada picada.
- Abans de botar + extensió del braç.
- Des del bot passada picada
- Des del bot + extensió del braç
- Amb dues mans per sobre el cap

- 2 treballa diferents finalitzacions:

- Entrada amb un sol recolzament (mà canviada...)
- Entrada amb dos recolzaments
- Aturada i tir
- Entrada amb 2 recolzaments i cistella passada
-



- 2 treballa la recepció en autobloqueig.

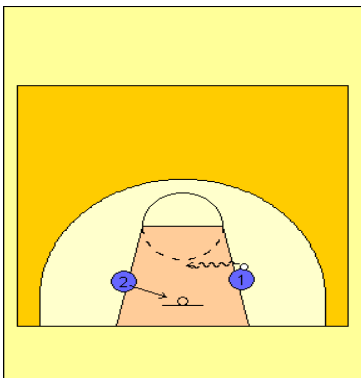
- Molt important intentar guanyar avantatge després de la recepció (arrencada directa o finta de tir)

- A partir de la recepció:

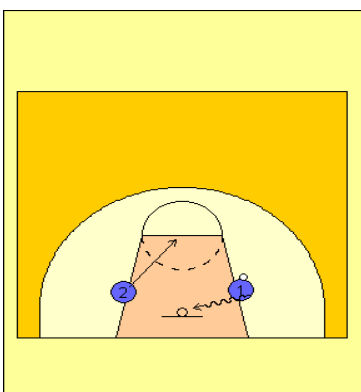
- Tir si s'ha guanyat avantatge.
- Penetració directa si s'ha guanyat avantatge.
- Finta i penetració amb el mínim nombre de bots o finta i mitja penetració per tir.



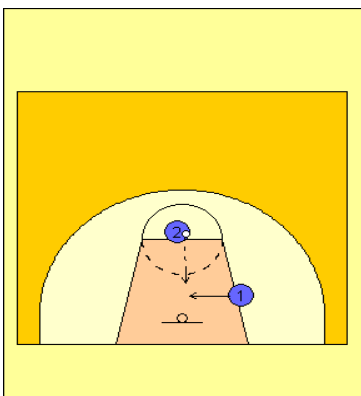
C.- INTERIOR – INTERIOR:



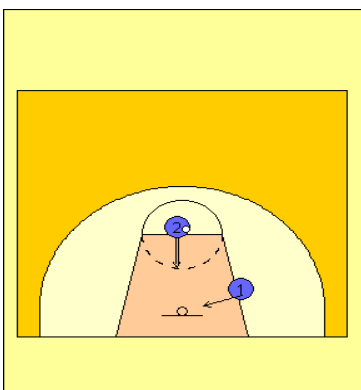
- El jugador pilota ha de realitzar un bon treball previ de recepció
- Intentar jugar sense o amb el mínim nombre possible de bots (1 millor que 2)
- Jugador sense pilota talla per fons, buscant l'esquena del defensor, si el jugador pilota va cap al centre.



- El jugador pilota ha de realitzar un bon treball previ de recepció
- Intentar jugar sense o amb el mínim nombre possible de bots (1 millor que 2)
- Jugador sense pilota talla cap a poste alt si el jugador pilota juga cap a línia de fons.



- Si la pilota ja és al poste alt, 1 juga amb l'objectiu de rebre en el centre, el més a prop possible de la cistella.
- Si hi ha possibilitat de passada sota cistella, jugar l'1c1 sense bot, finalitzant el més ràpid possible.
- Si hi ha penetració de 2, 1 busca l'esquena del defensor si aquest salta a l'ajuda.



- Si el jugador 2 decideix tirar, 1 treballa per intentar agafar la posició per al rebot ofensiu, intentant llegir la trajectòria de la pilota i el seu possible refús buscant, també, la part més desprotegida pel defensor