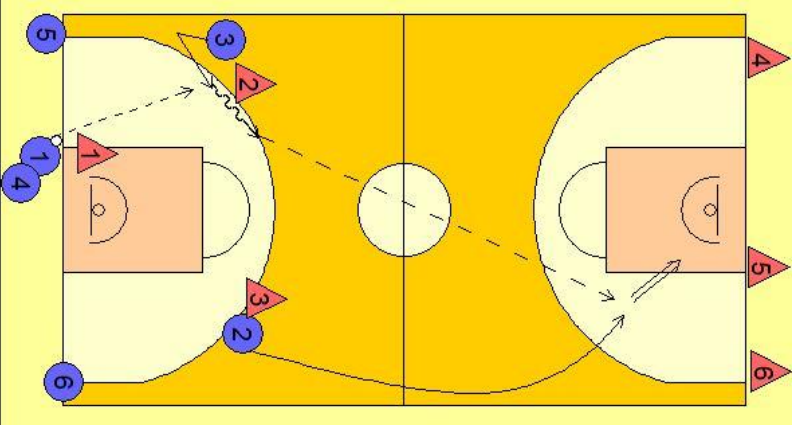


**ESTRUCTURA DE FICHA –EJERCICIOS ESTRELLA – CES 2017**

<b>EJERCICIO</b>		<b>3X3 CONTINUO POR FONDOS</b>						
<b>AUTOR</b>		<b>EQUIPO MARIETTA</b>	<b>CONTENIDO</b>		<b>CONTRAATAQUE</b>			
<b>ETAPA DE EJECUCIÓN</b>		<b>TODA LA TEMPORADA</b>						
<b>CARGA*:<math>\Sigma</math></b> <small>*Según E.N.E.</small>	<b>17</b>	<b>TIEMPO DE LA TAREA</b>	<b>GRADO DE OPOSICION</b>	<b>DENSIDAD DE LA TAREA</b>	<b>NUMERO DE EJECUTANTES</b>	<b>CARGA COMPETITIVA</b>	<b>ESPACIOS</b>	<b>IMPLICACION COGNITIVA</b>
		15'	4	2	2	3	4	2
<b>OBJETIVOS</b>		1. DISMINUIR EL TIEMPO DE REALIZACIÓN DE CONTRAATAQUE						
		2. MEJORAR EL ASPECTO CONCRETO RELACIONADO AL CONTRAATAQUE (PRIMER PASE, SEGUNDO PASE, ZONA SUBIDA DE BALÓN...)						
<b>GRÁFICOS</b>						<b>VIDEO</b>		
 <p>El diagrama muestra un campo de fútbol dividido en dos mitades. Los jugadores de la izquierda (ataque) están numerados 1, 2, 3, 4 y 5. Los jugadores de la derecha (defensa) están numerados 6, 7, 8 y 9. Se indican trayectorias de balón con flechas y líneas punteadas, mostrando un movimiento de balón desde la zona de ataque hacia la zona de defensa y viceversa.</p>						<p>Indica el enlace si está alojado en algún servidor público</p>		

DESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO	<p>Se realiza un 3x3 a toda pista, donde además hay otros 3 jugadores en cada fondo de la pista. Se forman dos equipos, que son los dos fondos.</p> <p>Limitación de tiempo de ataque a 8 segundos, si se realiza un contraataque en menos de 6 segundos, puntúa más. Se compite entre ambos a 20 puntos.</p> <p><b>Rotación</b> Se juega de forma continua el 3x3 y el trío que recibe canasta sale fuera y entra a jugar el trío que está en ese mismo fondo.</p> <p><b>Puntuación:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Contraataque: 3 puntos</li> <li>- Contraataque en menos del tiempo que se haya dicho: 5 puntos.</li> <li>- Canasta normal: 1 punto.</li> <li>- Rebote ofensivo: -1 punto para el otro equipo.</li> </ul> <p><b>Variantes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rotación: ataque – defensa – descanso.</li> <li>- Puntuar más si se da el segundo pase.</li> <li>- Puntuar más si los tres jugadores atacantes se encuentran en pista delantera.</li> </ul>
ERRORES PROBABLES	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No cumplir con uno de los aspectos que se ha marcado como objetivo</li> <li>2. Superar los 8 segundos de ataque</li> </ol>
CORRECCIONES	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Concienciarle que tienen que cerrar el rebote defensivo todos para poder realizar un contraataque</li> <li>2. Realizar los movimientos lo más rápido posible.</li> </ol>