



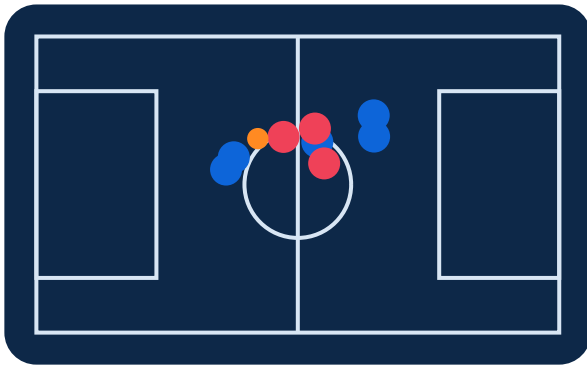
BASKETBALL · GUÍA POR ETAPA

13–14 años

Principios colectivos y táctica

Pick and roll 2v2

Pick and roll · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

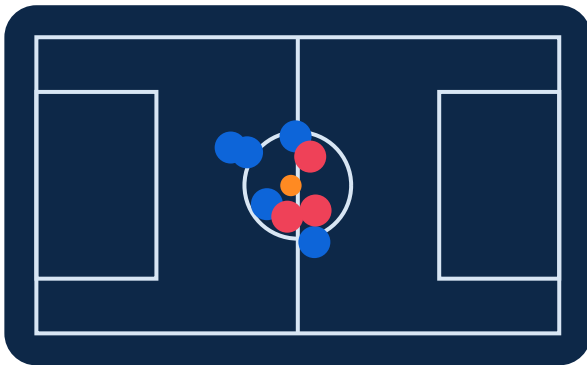
Desarrollar lecturas básicas y avanzadas del bloqueo directo.

Desarrollo

Trabajar ángulo de bloqueo, espera del manejador y lectura de defensa. Progresar desde 2v0 a 2v2 y luego agregar ayudas.

Pick and pop

Pick and roll · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

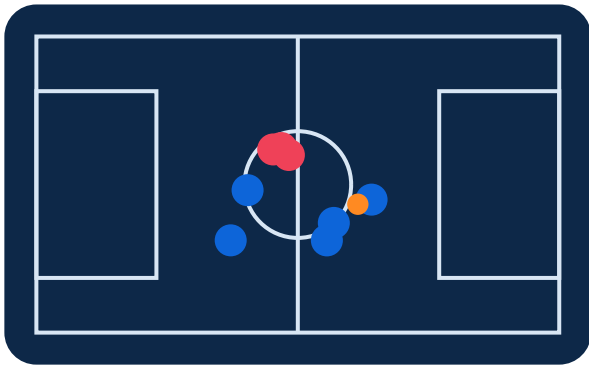
Desarrollar lecturas básicas y avanzadas del bloqueo directo.

Desarrollo

Trabajar ángulo de bloqueo, espera del manejador y lectura de defensa. Progresar desde 2v0 a 2v2 y luego agregar ayudas.

Short roll y lectura

Pick and roll · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

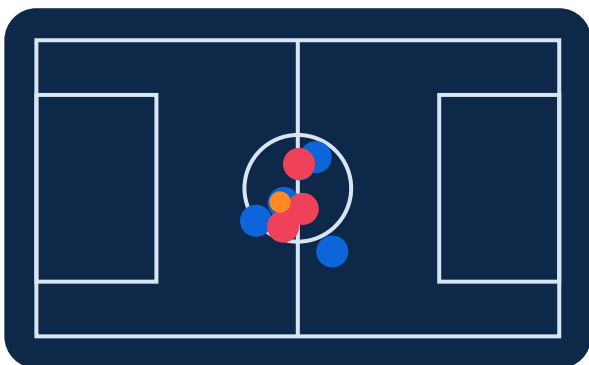
Desarrollar lecturas básicas y avanzadas del bloqueo directo.

Desarrollo

Trabajar ángulo de bloqueo, espera del manejador y lectura de defensa. Progresar desde 2v0 a 2v2 y luego agregar ayudas.

Horns básico 3v3

Táctica · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

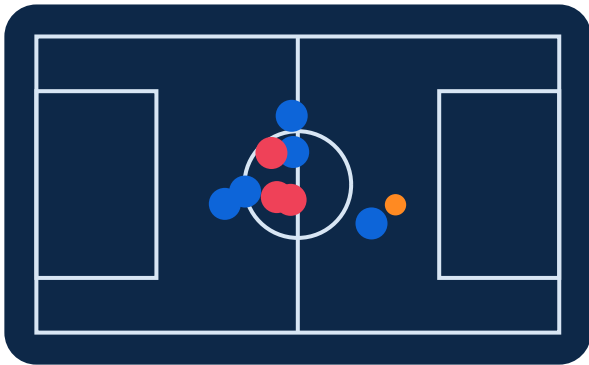
Integrar principios colectivos dentro de una estructura ofensiva.

Desarrollo

Ensaya la estructura 5v0 para comprender posiciones y luego añade defensores progresivamente. El objetivo es leer, no memorizar movimientos.

Motion 4-out 1-in

Táctica · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

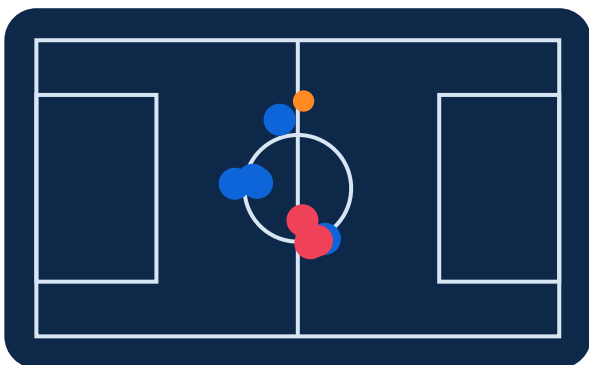
Integrar principios colectivos dentro de una estructura ofensiva.

Desarrollo

Ensaya la estructura 5v0 para comprender posiciones y luego añade defensores progresivamente. El objetivo es leer, no memorizar movimientos.

Drive and kick 4v4

Penetrar y doblar · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

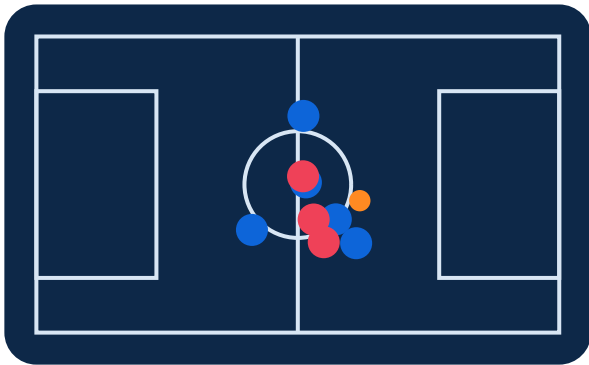
Crear ventaja desde penetración y encontrar pase exterior.

Desarrollo

Penetración desde ala o frontal. La ayuda defensiva activa el pase exterior y posterior reubicación para continuar la ventaja.

Extra pass y spacing

Espaciado · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

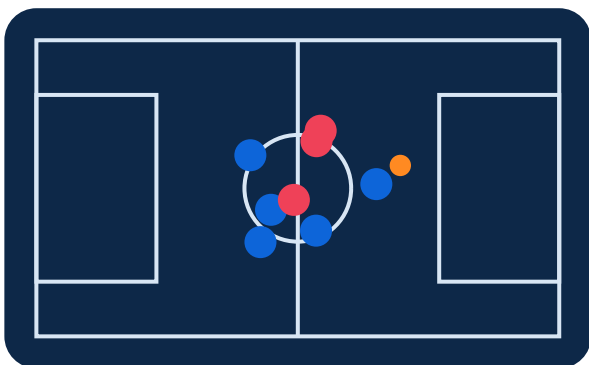
Mejorar ocupación racional de espacios y líneas de pase.

Desarrollo

Ubicar jugadores en spots claros y exigir distancia funcional. Después de penetración o pase, todos deben reajustar su posición.

Bloqueo indirecto curl/pop

Bloqueos · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

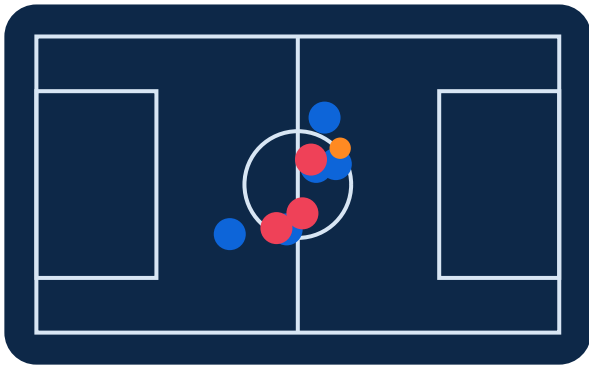
Mejorar ángulos, timing y lectura de bloqueos indirectos.

Desarrollo

Enseñar postura del bloqueador, ángulo y salida. El receptor debe leer defensa y elegir curl, flare o backdoor según consigna.

Salida de presión 4v4

Presión · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

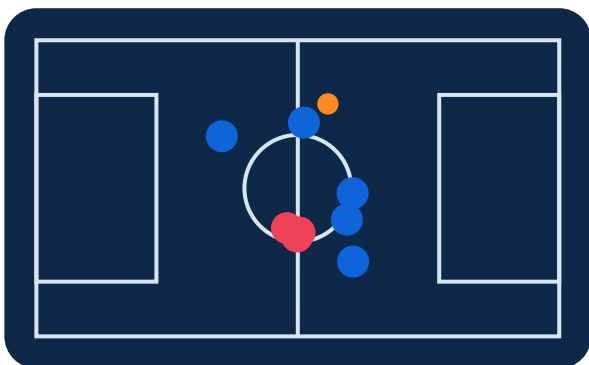
Mejorar organización para superar o aplicar presión defensiva.

Desarrollo

Simula presión a toda o media cancha. El ataque crea líneas de pase, usa cortes diagonales y evita quedar atrapado en esquinas.

Transición 4 carriles

Transición · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

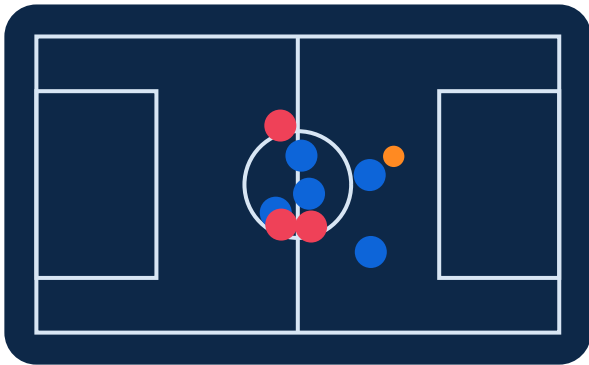
Mejorar velocidad de reacción y ocupación de carriles en transición.

Desarrollo

Salir inmediatamente tras recuperación o rebote. Correr carriles exteriores, ocupar eje central y decidir antes de llegar a media cancha.

Balance defensivo

Defensa · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

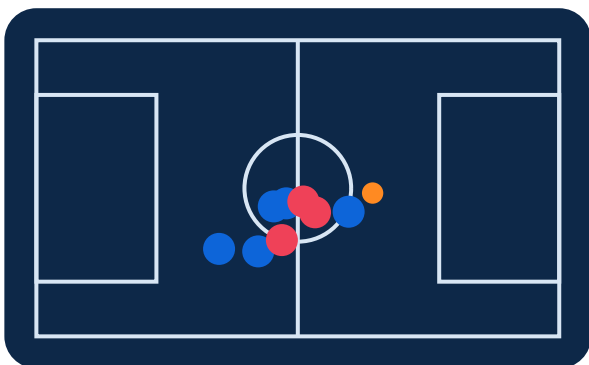
Mejorar postura, desplazamientos y responsabilidades defensivas.

Desarrollo

Partir desde posición básica. Trabajar desplazamiento lateral, closeout, contención y recuperación en función de la ubicación del balón.

Closeout + ayuda lado débil

Defensa · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

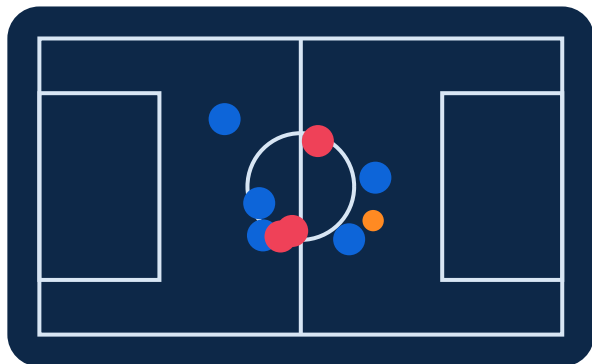
Mejorar postura, desplazamientos y responsabilidades defensivas.

Desarrollo

Partir desde posición básica. Trabajar desplazamiento lateral, closeout, contención y recuperación en función de la ubicación del balón.

Shell drill 4v4

Defensa · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

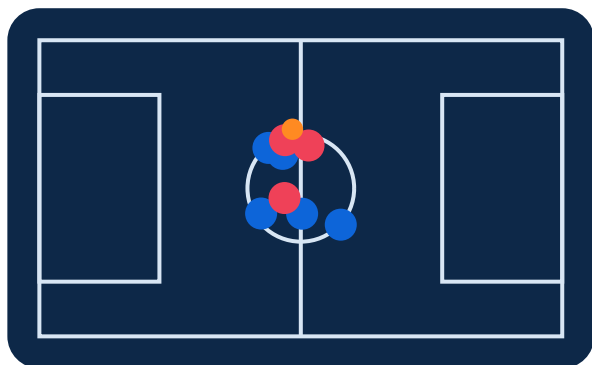
Mejorar postura, desplazamientos y responsabilidades defensivas.

Desarrollo

Partir desde posición básica. Trabajar desplazamiento lateral, closeout, contención y recuperación en función de la ubicación del balón.

Rebote competitivo 3v3

Rebote · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

Mejorar técnica de bloqueo, captura y primera acción tras rebote.

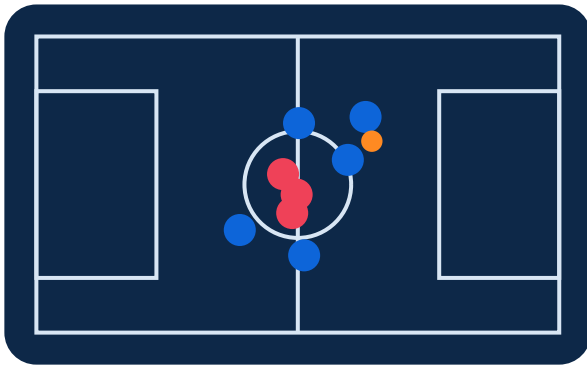
Desarrollo

Tras tiro del entrenador o compañero, el defensor identifica rival, bloquea el rebote, captura con dos manos y realiza salida segura.

Tiro tras bloqueo indirecto

Tiro · 12-14 min · Avanzado

Mejorar mecánica de tiro, equilibrio y repetición de calidad.



Desarrollo

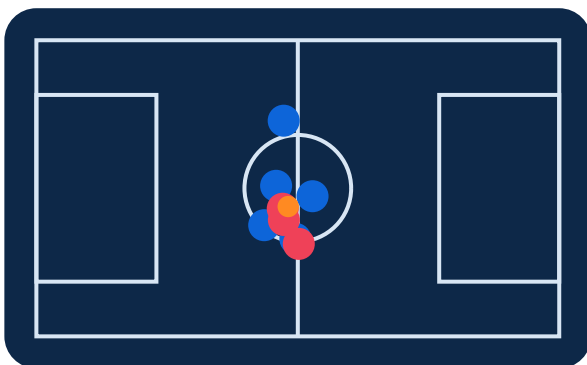
Realiza series breves desde posiciones definidas. Exige equilibrio, alineación, seguimiento de muñeca y recuperación rápida del rebote.

Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

Tiro pull-up desde bote

Tiro · 12-14 min · Avanzado

Mejorar mecánica de tiro, equilibrio y repetición de calidad.



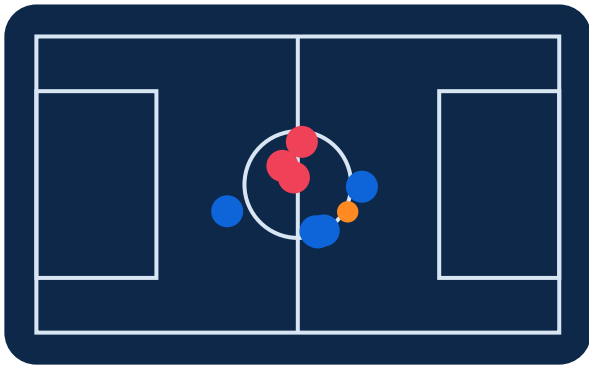
Desarrollo

Realiza series breves desde posiciones definidas. Exige equilibrio, alineación, seguimiento de muñeca y recuperación rápida del rebote.

Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

1v1 tres decisiones

1v1 · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

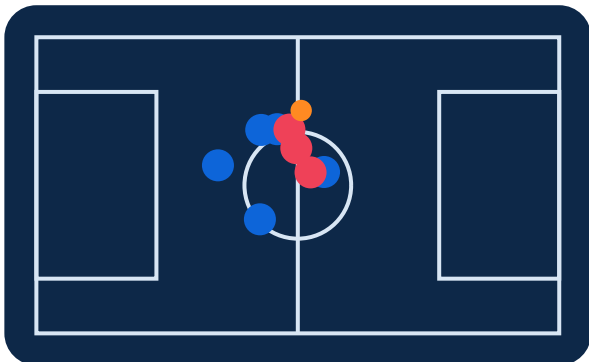
Mejorar lectura del defensor, protección y creación de ventaja.

Desarrollo

El atacante recibe con ventaja limitada y dispone de pocos botes para superar al defensor. El defensor trabaja postura y contención sin hacer faltas.

2v2 penetración y descarga

Juego reducido · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

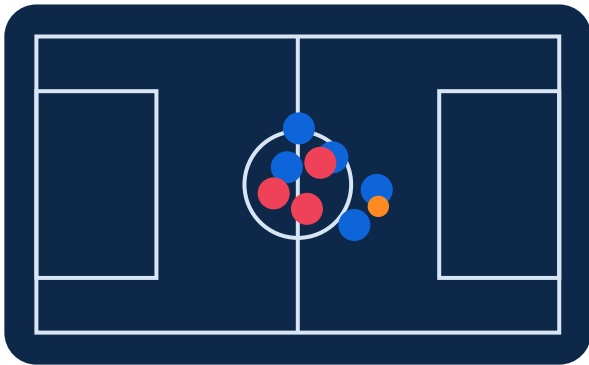
Aplicar fundamentos en situaciones reales de decisión.

Desarrollo

Juega 3v3 o 4v4 con una regla simple vinculada al objetivo. Reducir el espacio para aumentar decisiones y participación.

3v3 ventajas encadenadas

Superioridad · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

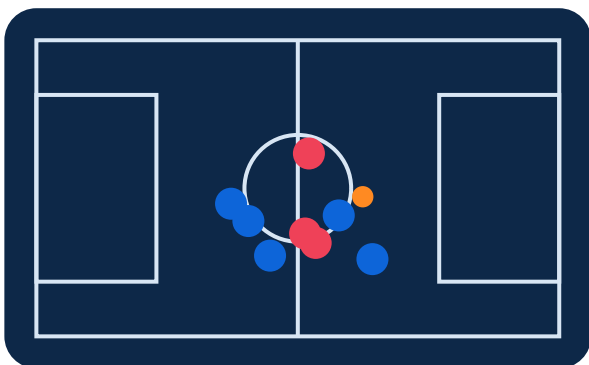
Reconocer y aprovechar ventajas numéricas de ataque.

Desarrollo

Atacantes deben mantener amplitud y atacar antes de que la defensa se reorganice. Favorecer lectura de pase, penetración y tiro.

4v3 ataque rápido

Transición · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

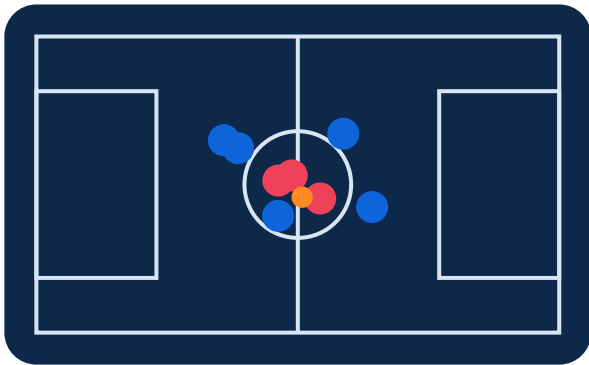
Mejorar velocidad de reacción y ocupación de carriles en transición.

Desarrollo

Salir inmediatamente tras recuperación o rebote. Correr carriles exteriores, ocupar eje central y decidir antes de llegar a media cancha.

Lectura de pick and roll

Decisión · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

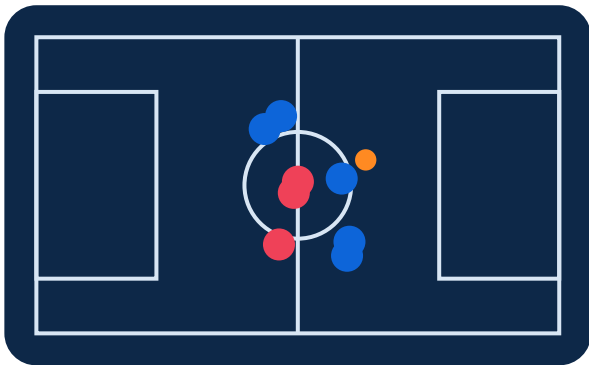
Acelerar la lectura del juego y selección de la mejor acción.

Desarrollo

Generar una ventaja inicial y limitar tiempo o botes. El jugador debe elegir entre tirar, penetrar, pasar o reiniciar.

Poste bajo y corte

Juego interior · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

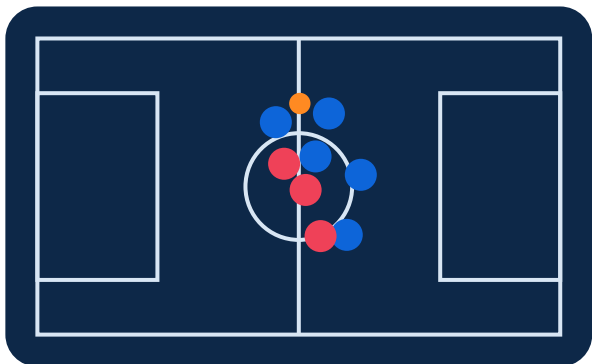
Desarrollar juego en poste y conexiones interiores-exteriores.

Desarrollo

Trabaja recepción en poste, sellado, pivote y pase de salida. Añadir cortes de perímetro para conectar interior y exterior.

High-low básico

Juego interior · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

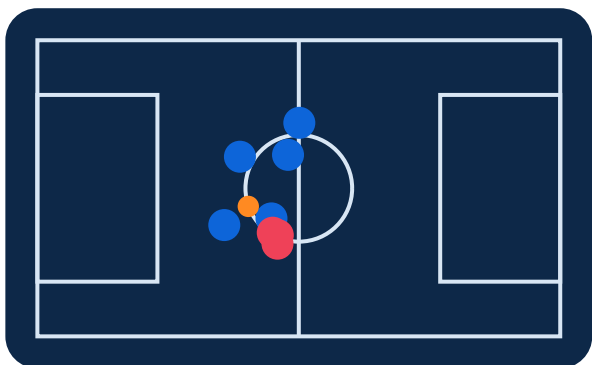
Desarrollar juego en poste y conexiones interiores-exteriores.

Desarrollo

Trabaja recepción en poste, sellado, pivote y pase de salida. Añadir cortes de perímetro para conectar interior y exterior.

Defensa pick and roll

Defensa · 12-14 min · Avanzado



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

Mejorar postura, desplazamientos y responsabilidades defensivas.

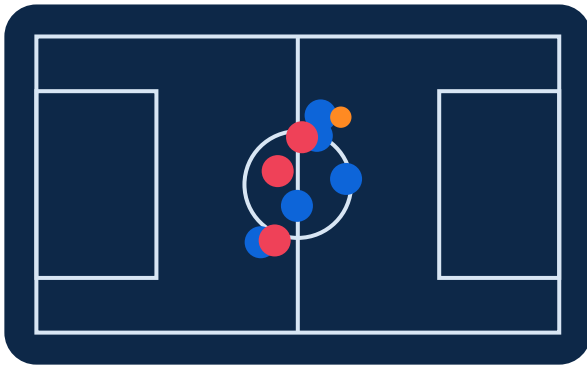
Desarrollo

Partir desde posición básica. Trabajar desplazamiento lateral, closeout, contención y recuperación en función de la ubicación del balón.

Partido condicionado 5v5

Juego · 12-14 min · Avanzado

Transferir los contenidos técnicos y tácticos al juego.



Desarrollo

Aplicar el contenido en juego real con consignas por bloques. Las correcciones deben ser breves y centradas en uno o dos principios.

Ficha individual disponible en la biblioteca online [SPORT360](#).