



Al finalizar su etapa en categoría **“Prebaby” (4-5 años)** el jugador debe haber recibido entrenamiento que le permita **comprender y usar** los siguientes conceptos y habilidades:

Bote básico en avance
Pistas y líneas
Coordinación motora

Al finalizar su etapa en categoría **“Baby” (6-7 años)** el jugador debe haber recibido entrenamiento que le permita **comprender y usar** los siguientes conceptos y habilidades:

Recepción del balón, estático
Pase de pecho a dos manos
Entrada en tiro corto
Carga de rebote ofensivo

Al finalizar su etapa en categoría **“Premini” (8-9 años)** el jugador debe haber recibido entrenamiento que le permita **comprender y usar** los siguientes conceptos y habilidades:

Posición básica sin balón
Posición básica con balón
Recepción del balón en carrera
Pivotes (en avance y en retroceso)
Paradas en un tiempo
Paradas en dos tiempos
Cambios de dirección
Cambio de mano por delante
Pase picado a dos manos
Tiro desde estático
Entrada en bandeja
Finta de recepción
Ocupación y creación de espacios
Bote de velocidad
Defensa de hombre balón en posición de tiro (a, d, tras bote)
Triple amenaza
Pasa y va
Pasar y cortar
Triángulo defensivo
Cinco abiertos



Al finalizar su etapa en categoría **“Mini” (10-11 años)** el jugador debe haber recibido entrenamiento que le permita **comprender y usar** los siguientes conceptos y habilidades:

Arrancadas
Cambios de ritmo en carrera
Reverso
Cambio de mano entre las piernas
Finta de tiro
Finta de pase
Finta de penetración
Pase de pecho a una mano
Pase picado a una mano
Tiro en salto
Entrada en extensión
Puerta atrás
Pase de entrega (mano a mano)
Aprovechamiento de superioridades
Bote de protección
Defensa de hombre balón dentro de la zona (a, d, tras bote)
Defensa de hombre sin balón en lado fuerte por debajo de balón
Defensa de hombre sin balón en lado débil
Bloqueo de rebote
Saltos al 2x1
Dividir y doblar
Juego al contraataque
Zonas press



Al finalizar su etapa en categoría “**Infantil**” (12-13 años) el jugador debe haber recibido entrenamiento que le permita **dominar** los conceptos y habilidades de las categorías anteriores, y **comprender y usar** los siguientes:

Finta de reverso
Cambio de mano por detrás
Cambios de mano múltiples
Pase lateral a una mano
Pase arriba a dos manos
Pase de béisbol
Entrada a aro pasado con mano exterior
Entrada a aro pasado con mano interior
Entrada a pie cambiado
Entrada a paso perdido
Bloqueo indirecto
Bloqueo directo
Poste sin balón. Ganar la posición
Defensa de hombre balón lejos de aro (antes, durante, tras bote)
Defensa de hombre sin balón lejos de aro
Defensa de hombre sin balón en lado fuerte, en el poste bajo
Defensa de hombre sin balón en lado fuerte , en el poste alto
Defensa del corte de lado fuerte a débil, fuera de la zona
Defensa del corte de lado fuerte a débil, dentro de la zona
Defensa del corte de lado débil a fuerte, fuera de la zona
Defensa del corte de lado débil a fuerte, dentro de la zona
Defensa de los bloqueos (evitar, cambiar)

Defensa del bloqueo directo en ayuda y recuperación
Defensa de bloqueo indirecto fuera de la zona
1ª ayuda y recuperación
2x1 dentro de línea de tres y rotación
Salto y cambio
Triángulo ofensivo
Cuatro y uno
Defensas zonales



Al finalizar su etapa en categoría “**Cadete**”(14-15 años) el jugador debe haber recibido entrenamiento que le permita **dominar** los conceptos y habilidades de las categorías anteriores, y **comprender y usar** los siguientes:

Otros cambios (Bodiroga, Shamgod)
Pase arriba a una mano
Otros pases (por la espalda, entre las piernas, con el codo...)
Tiro en gancho y semigancho
Entrada en gancho
Bloqueo indirecto ciego
Bloqueo directo ciego
Poste bajo con balón. Ganar fondo.
Poste bajo con balón. Fintas de espaldas
Poste bajo con balón pivotes
Defensa de hombre sin balón en lado fuerte por encima de balón
Defensa del bloqueo directo en 2x1
Defensa de bloqueo indirecto dentro de la zona
Defensa de bloqueo ciego
2ª ayuda y recuperación
Rotación de ayudas y recuperación sin cambio
Defensa del doble bloqueo indirecto
2x1 fuera de línea de tres y rotación
Defensas mixtas

Al finalizar su etapa en categoría “**Junior**” (16-17 años) el jugador debe haber recibido entrenamiento que le permita **dominar** los conceptos y habilidades de las categorías anteriores, y **comprender y usar** los siguientes:

Poste bajo sin balón. Autobloqueo para inversión
Juego entre postes
Rotación de ayudas y recuperación con cambio
Defensa de bloqueos consecutivos