

Como estamos a falar de minibásquete e da progressão no campo terminamos esta sequência de exercícios com um exercício um pouco mais complexo que implica maior número de opções na tomada de decisão.

Neste exercício, como em todos os anteriores, o portador da bola deve progredir em drible e tem que avaliar se deve continuar em drible até passar a linha de meio campo ou compreender, tendo duas opções de linha de passe a quem deve passar a bola. Na sequência destes exercícios devemos perceber que, enquanto o primeiro exercício apresentado no desmarcação (1) pode ser realizado por todos os minis, desde os Minis-8 aos Minis 12 este último exercício já implica domínio dos fundamentos. Cabe aqui ao treinador avaliar se os seus praticantes já estão em condições de o realizar.

**Número de participantes**

Podem ser até 16 jogadores mais do que estes já implicam longas filas de espera.

**Material**: 2 bolas

**Preparação**

Colocar os participantes em 5 colunas três na linha final uma de cada lado da tabela e uma debaixo do cesto e duas nas linhas laterais junto à linha de meio campo conforme a figura.

# Exercício de desmarcação 4

Escrito por San Payo Araújo
Terça, 12 Dezembro 2017 00:00

