

DRIBLE

- Tomen la pelota con ambas manos, déjenla caer y luego de picar tómenla nuevamente. ¿Pueden hacerlo muchas veces en el lugar?
- Intenten hacer lo mismo, pero caminando por el patio.
- Siéntense con las piernas separadas. ¿Son capaces de hacer picar la pelota empujándola con golpes suaves de arriba hacia abajo?
- ¿Y hacerla picar ahora con la mano que más les queda cómodo? (Mano hábil)
- Arrodillados, hagan picar la pelota con una sola mano y traten de levantarse un poquito para que la pelota se eleve más.
- De pie, comiencen a picar la pelota y vayan agachándose despacito sin interrumpir el ejercicio.
- Caminen libremente, haciendo picar la pelota con una mano, al costado del cuerpo.
- Coloquen un aro en el piso e intenten picar la pelota dentro de él.
- Caminen alrededor del aro mientras van picando la pelota con una mano dentro de él.
- De frente al aro, hagan picar la pelota con una mano, a un costado, en el medio y al otro lado.
- Caminen picando la pelota a la altura de la cintura.
- ¿Quién es capaz de hacer lo mismo corriendo lentamente?
- Con una hilera de conos separados entre si, traten de picar la pelota haciendo zigzag en forma continuada.

DRIBLE

- Tomen la pelota con ambas manos, déjenla caer y luego de picar tómenla nuevamente. ¿Pueden hacerlo muchas veces en el lugar?
- Intenten hacer lo mismo, pero caminando por el patio.
- Siéntense con las piernas separadas. ¿Son capaces de hacer picar la pelota empujándola con golpes suaves de arriba hacia abajo?
- ¿Y hacerla picar ahora con la mano que más les queda cómodo? (Mano hábil)
- Arrodillados, hagan picar la pelota con una sola mano y traten de levantarse un poquito para que la pelota se eleve más.
- De pie, comiencen a picar la pelota y vayan agachándose despacito sin interrumpir el ejercicio.
- Caminen libremente, haciendo picar la pelota con una mano, al costado del cuerpo.
- Coloquen un aro en el piso e intenten picar la pelota dentro de él.

- Caminen alrededor del aro mientras van picando la pelota con una mano dentro de él.
- De frente al aro, hagan picar la pelota con una mano, a un costado, en el medio y al otro lado.
- Caminen picando la pelota a la altura de la cintura.
- ¿Quién es capaz de hacer lo mismo corriendo lentamente?
- Con una hilera de conos separados entre si, traten de picar la pelota haciendo zigzag en forma continuada.