

**PROYECTO  
PROMOCIÓN  
DEPORTIVA  
CLUB BALONCESTO  
SOCUÉLLAMOS**

**Cabezuelo**



**TEMPORADA 2018/2019 |**



CLUB BALONCESTO SOCUÉLLAMOS  
C/ Don Quijote nº 2  
13630 Socuéllamos Ciudad Real  
E-mail: cbsocuellamos@hotmail.com

# PROYECTO PROMOCIÓN DEPORTIVA

## 1. JUSTIFICACIÓN:

La principal razón para llevar a cabo este proyecto es el deseo de continuar trabajando el espíritu deportivo de nuestros alumnos y seguir relanzando la práctica activa del baloncesto (junto a otras actividades físicas) en los niños y niñas en edad escolar. Creemos que la actividad física es un aspecto clave en el desarrollo físico y mental de los chavales y no hay mejor deporte que el BALONCESTO para promover dicho desarrollo.

Por ello, queremos poner en marcha una serie de actividades para responder a estas convicciones. Por otro lado, sabemos que, muchos padres trabajan en la jornada de tarde y no saben cómo atender a sus hijos, por lo que ofreceremos un amplio horario que cubra esta necesidad.

Este proyecto será el camino para pasar un buen rato, divertirse y sobre todo, ponerse en contacto con el deporte de la canasta y otras actividades conviviendo con la masa de participantes e interactuando entre todos.

El proyecto de promoción deportiva del Club Baloncesto de Socuéllamos, se llevará a cabo del 01 de octubre de 2018 al 30 de mayo de 2019, en horario de tarde. Está destinado a niños y niñas de 5 a 9 años (nacidos en los años 2007, 2008 y 2009).

El lugar de celebración de, será en las instalaciones del Pabellón Municipal "Roberto Parra" de Socuéllamos. Un recinto con historia y que lleva el nombre de nuestro ilustre y mítico deportista de renombre nacional e internacional, que tan alto llevó el nombre de Socuéllamos en su carrera como atleta de élite.



## **2. OBJETIVOS:**

Los principales objetivos a modo global de este proyecto, son los que siguen a continuación:

1. Inicial el contacto con el deporte del baloncesto .
2. Divertirse y convivir con niños y niñas de edades similares, fomentando la participación, el contacto con los demás, la socialización y la integración en diferentes agrupaciones.
3. Iniciarse y en la adquisición de habilidades específicas del baloncesto a través del juego.
4. Cubrir las demandas solicitadas de los padres en horario laboral.
5. Acercar a la práctica del baloncesto a los ciudadanos a un precio asequible.
6. Promover la formación deportiva del niño, inculcándole valores deportivos, culturales y educativos.
7. Mejorar la comunicación entre iguales y entre niño-monitor.
8. Expresarse y hacer partícipe al otro de sus propias ideas.
9. Trabajar en grupo.
10. Desarrollarse espiritual y personalmente. Fundamental la adquisición de VALORES.
11. Experimentar la libertad.
12. Crear y participar en las diferentes propuestas.
13. Experimentar, individual y colectivamente, las diferentes actividades del baloncesto y de otros deportes que se van a trabajar.
14. Potenciar el respeto por la naturaleza y el entorno rural.
15. Promover en los niños una metodología participativa, activa, lúdica y basada en los procesos de grupo.
16. Participar en el PROGRAMA SOMOS DEPORTE, convocado por la Consejería de Educación, Cultura y Deporte, dentro de las actividades de promoción deportiva.



### **3. METODOLOGÍA GENERAL:**

En líneas generales, los principales puntos de la metodología que se aplicarán son los siguientes:

- Practicar una pedagogía del placer. No se trata de afrontar el trabajo como si fuera una cuestión de éxito o fracaso sino de trasladar la idea de que no hay ninguna propuesta difícil sino apasionante.
- Se mantendrá un clima de buen humor que es contagioso y relaja. Se analizará cada uno de los ejercicios prácticos propuestos y realizados por los chavales, recalcando los logros alcanzados, los mejores momentos o los avances individuales y grupales en el proceso de aprendizaje.
- Se utilizará el juego como elemento que aglutina varias claves que se encuentran en el mundo del BALONCESTO: diversión, imaginación, compañerismo, descubrimiento y entrega.

### **4. ACTIVIDADES DIFERENTES AL BALONCESTO**

- Diferentes actividades deportivas:
  - ✓ A parte de baloncesto, también disfrutaremos del fútbol, tenis, palas de playa y juegos para los más pequeños como “el escondite” o similares dentro de las instalaciones y con la vigilancia y control permanente por parte de los entrenadores y monitores.
- Actividades lúdicas:
  - ✓ Realizaremos actividades en contacto con la naturaleza, en colaboración con el grupo SCOUT de Socuéllamos ofreciendo a los participantes de nuestro Campus una ruta nocturna por las afueras de la localidad de Socuéllamos, en la cual se podrán observar las constelaciones y estrellas de modo grupal con todos los alumnos del Campus y utilizando periscopios y astrolabio, además de enseñar a interpretar y leer las diferentes constelaciones del espacio.



CLUB BALONCESTO SOCUÉLLAMOS  
C/ Don quijote nº 2  
13630 Socuéllamos Ciudad Real  
E-mail: cbsocuellamos@hotmail.com

- ✓ Desarrollaremos actividades en el medio acuático en las instalaciones de la piscina cubierta de Socuéllamos, en colaboración con la Concejalía de Deportes. Realizaremos juegos en agua y en seco, juegos cooperativos y competitivos que harán las delicias de todos los niños y niñas.

## **5. PROGRAMACIÓN CATEGORÍA BENJAMÍN:**

Esta categoría constituye la primera contemplada en el ámbito de actuación de nuestro club, y por tanto está marcada por una programación propia, que se encuadra dentro de la programación general del CABEZUELO CLUB BALONCESTO SOCUÉLLAMOS, la cual recogemos a continuación.

### **OBJETIVOS DEPORTIVOS**

Comenzar la tarea de formación de los jugadores a nivel individual. Iniciarles en la cultura deportiva. Iniciarles en el conocimiento de la estructura funcional del baloncesto y de sus reglas básicas, bote o dominio básico de balón, dobles, personales, etc.. Contribuir al desarrollo integral de los jugadores, inculcar la afición por el baloncesto y animar a la práctica de este deporte para siempre, además de competir JUGANDO deportivamente y con seriedad, pero con un alto componente lúdico y de diversión.

### **OBJETIVOS TÉCNICOS**

- Iniciación en los fundamentos técnicos:
- Posición Básica de Ataque y Defensa.
- Agarre, manejo, control y dominio de balón.
- Bote: con la derecha y con la izquierda, estático, velocidad, cambio por delante.
- Pase a dos manos: de pecho, picado.



## DESPLAZAMIENTOS, CAMBIOS DE RITMO, ARRANCADAS Y PARADAS:

- 1 tiempo
- 2 tiempos
- Pivotes. (iniciación)
- Entradas a canasta desde bote por lado dominante (Iniciación)
- Entradas a canasta desde bote por lado no-dominante (Iniciación)

## TIROS O LANZAMIENTOS A CANASTAS:

Inicialmente incidiremos sobre todo en lanzar en equilibrio, con rodillas flexionadas y en mejorar la puntería. Posteriormente iremos corrigiendo posición de las manos y la finalización.

- Iniciación elemental en el juego de ataque colectivo.
- Potenciar la puesta en práctica en la competición de los fundamentos aprendidos.

## PRINCIPIOS TÁCTICOS:

### ATAQUE

Los entrenadores-monitores de esta categoría, harán especial hincapié en el desarrollo, control, mejora y valoración de las siguientes acciones

- Percepción Espacial.
- Explorar la cancha de juego.
- Descubrir espacios libres.
- Introducir a la ocupación de espacios libres y a la orientación en el espacio de juego.
- Jugar abiertos, sin aglomeraciones.



- Conservar el balón.
- Avanzar con el balón.
- Cuando y como utilizar el bote.
- Insistir en que después de pasar hay que desplazarse para recibir (pasar y cortar).
- Jugar con y sin balón.
- Importancia de las situaciones derivadas del 1x1 en todas sus posibilidades.

#### DEFENSA

- Defensa Individual.
- Colocación defensiva
- Cada uno con su par (cada uno sigue al suyo). Reconocer a su oponente directo. Defensa al jugador con balón:
- Posición de defensa.
- Distancia.
- Siempre entre atacante y canasta.
- Buscar no ser rebasado Si es rebasado, correr para recuperar su posición. Defensa jugador sin balón: siempre más cerca del balón que el atacante.
- Dominar los desplazamientos básicos defensivos.
- Interceptar, recuperar el balón.
- Evitar el avance, progresión del adversario hacia nuestra canasta.
- Impedir o dificultar el lanzamiento a canasta.
- Rebote defensivo: Siempre entre atacante y aro.



## MÉTODOLOGÍA

Utilización de los juegos como método de trabajo. Se utilizará una metodología de Enseñanza global que debe estar en todo momento basada en CONCEPTOS y no en reglas fijas.

## 6. HORARIO ENTRENAMIENTO CABEZUELO CBS:

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
16:00		CHUPETINES		CHUPETINES	ALEVIN
17:00	16:30				
17:00	INFANTIL	BENJAMIN	BENJAMIN	ALEVIN 18:30	INFANTIL
18:00					
18:00	CADETE	ALEVIN	CADETE		CADETE
19:30					
19:30	JUNIOR	INFANTIL	JUNIOR	LIMPIEZA PABELLÓN	JUNIOR
21:00					
21:00	SENIOR		SENIOR		SENIOR
22:30					