



Planificación del trabajo en categorías de formación

II CHARLAS MAGISTRALES

Miguel Ángel Font Díaz - Carballo

ESCUELA DE ENTRENADORES

Alcobendas 26 de abril 2009



iberCoja





- 1. La formación de los entrenadores.**
- 2. Minibasket. Filosofía.**
- 3. Minibasket. Situación actual.**
- 4. Objetivos y razonamiento.**
- 5. Aspectos a trabajar.**
- 6. Distribución del trabajo a realizar.**
- 7. Revisiones.**



1. La formación de los entrenadores.

1.1. Titulación oficial

1.2. Formación complementaria.

1.3. Experiencia personal.



2. Minibasket. Filosofía.

¿Es el minibasket baloncesto en miniatura?

“Cada año en España miles de niños y niñas menores de 12 años se inician en la práctica del baloncesto a través del Minibasket. Muchos de ellos seguirán jugando durante gran parte de su vida y sólo unos pocos llegarán a ser grandes figuras”



“Lamentablemente otros muchos dejarán de jugar decepcionados porque los mayores (entrenadores, padres y directivos) no comprenden sus necesidades y les exigen cosas inapropiadas para su edad, colocando al niñ@ ante situaciones a las que es incapaz de enfrentarse. Olvadámos que por encima de cualquier objetivo, incluso el de aprender las técnicas del baloncesto, está el del disfrute del niñ@”



Planificación del trabajo en categorías de formación

“El Minibasket debería servir para empapar al niñ@ de una serie de actitudes y valores que le sirvan para manejarse en la vida y crear amantes del deporte. No sólo cantera de jugadores de baloncesto sino de los entrenadores, árbitros, directivos y aficionados del futuro, de los que dependerá la salud de nuestro deporte”



3. Minibasket. Situación actual.

¿Estamos cuidando la base de nuestro deporte?

- Pérdida de valores (niños, padres, árbitros y entrenadores).
- Padres que no respetan la parcela del entrenador.
- Entrenadores con excasa experiencia.
- Reproducimos modelos equivocados.



Planificación del trabajo en categorías de formación

“Asegúrate de que los jugadores saben que están trabajando contigo, no para tí”

John Wooden



4. Objetivos y razonamiento.

4.1. Divertirse.

4.2. Hacer amigos.

4.3. Aprender baloncesto.



5. Trabajo a realizar.

5.1. Juegos.

5.2. Condiciones físicas.

5.3. Fundamentos de ataque.

5.4. Aplicación al juego.

5.5. Defensa.



5.1. Juegos.

“El juego es el inicio de toda actividad deportiva. Cuando el niño comienza a practicar un deporte en concreto se le cierran las posibilidades de desarrollar otras cualidades a favor de las específicas de esta actividad ¡GRAN ERROR!.

Pretendemos mantener en el niño la mayor capacidad posible de jugar a cualquier cosa ¡TODO VALE!.

Pretendemos crear un espacio donde el niño se sienta libre, sin contínuos parones y correcciones, donde él tome la iniciativa”



5.2. Condición física.

En este bloque pretendemos desarrollar específicamente las capacidades de movilidad, fuerza, velocidad, agilidad, resistencia, coordinación y flexibilidad

Aprovecharemos este bloque para que el niño domine algunos fundamentos del baloncesto sin balón como:

- 5.2.1. Posición básica o de alerta.**
- 5.2.2. Cómo desplazarse por la cancha.**
- 5.2.3. Arrancadas.**
- 5.2.4. Cambios de dirección y de ritmo.**
- 5.2.5. Paradas.**



5.3. Fundamentos de ataque.

5.3.1. Manejo del balón y malabarismos.

5.3.2. Posición de triple amenaza.

5.3.3. Arrancadas, paradas y pivotes.

5.3.4. Pase y recepción.

5.3.5. Bote.

5.3.6. Tiro y entradas.



5.4. Defensa.

Trabajar la responsabilidad individual incluyendo conceptos de :

5.4.1. Posición básica.

5.4.2. Desplazamientos defensivos (pasos de caída).

5.4.3. Defensa al jugador con balón.

5.4.4. Defensa al jugador sin balón.



5.5. Aplicación al juego.

“Es momento de enfrentar al niño con el balón, los límites del campo, la altura de la canasta y la presencia de un defensor o atacante.

El 1c1 es la base de la aplicación al juego en el que el niño demuestra las habilidades adquiridas y las transfiere al baloncesto.

Una segunda fase de aplicación al juego es el 2c2 en la que el niño descubre al compañero y la multitud de posibilidades que se crean al aparecer el concepto de trabajo en equipo. Frente a ellos se descubre a dos jugadores cuyas reacciones debemos intentar prever y superar en coordinación”



6. Distribución del trabajo a realizar.

6.1. Anual.

6.2. Trimestral.

6.3. Mensual.

6.4. Semanal.

6.5. Entrenamiento diario.



6.1. Planificación anual.



6.2. Planificación trimestral.

Como nuestro objetivo no es la victoria, no buscamos estar en determinado estado de forma en un momento concreto de la temporada sino llegar al final habiendo trabajado todos estos aspectos que son la base del baloncesto

Dividimos la temporada en tres periodos:

6.1. 1º Periodo. De septiembre a diciembre.

6.2. 2º Periodo. De enero a Semana Santa.

6.3. 3º Periodo. De Semana Santa a junio.



6.3. Planificación mensual.



6.4. Planificación semanal.

TIEMPO SEMANAL DE TRABAJO									
		1º PERIODO		2º PERIODO		3º PERIODO			
1. Juegos.		60'		45'		30'			
2. Condición física.		30'		20'		15'			
3. Fundamentos ataque.		70'		70'		70'			
4. Aplicación al juego.		20'		30'		45'			
5. Defensa.		-		15'		20'			
TOTAL		180'		180'		180'			



6.4. Planificación semanal.

TIEMPO SEMANAL DE TRABAJO / FUNDAMENTOS				
	1º PERIODO	2º PERIODO	3º PERIODO	
5.3.1. Manejo balón y triple amenaza.	20'	10'	-	
5.3.3. Arrancadas, paradas y pivotes.				
5.3.4. Pase y recepción.	20'	20'	20'	
5.3.5. Bote.	15'	20'	25'	
5.3.6. Tiro y entradas.	15'	20'	25'	
TOTAL	70'	70'	70'	



7. Revisiones.

7.1. Mensuales.

7.2. Trimestrales.

7.3. Anuales.



L'ALLENATORE NON È IMPORTANTE, È TUTTO



Enrico fedrighini
Giganti del basket



Planificación del trabajo en categorías de formación

II CHARLAS MAGISTRALES

Miguel Ángel Font Díaz - Carballo

ESCUELA DE ENTRENADORES

Alcobendas 26 de abril 2009



iberCoja

