

EXTRAESCOLARES
Escuela Europea
2017-2018

auca
projectes educatius



ÁREA
DEPORTIVA

Alicante

C/ del Carmen, 79 entlo. C
03550 Sant Joan d'Alacant
Tél. 966 593 141
Fax 966 593 142
auca@auca.es

Valencia

C/ Pintor Vila Prades, 13
bajo dcha. 46008 Valencia
Tél. 962 058 696
Fax 962 058 692
auca.valencia@auca.es



Síguenos en:



Taller de **BALONCESTO LUCENTUM**

Información

El baloncesto es un juego de equipo. Es más, diríamos que es un juego donde la acción colectiva es la baza fundamental que tienen que manejar los equipos para lograr los objetivos propuestos.

Para esta actividad contamos con la colaboración de la **FUNDACIÓN LUCENTUM**. Sus entrenadores serán los responsables de impartir la extraescolar.



La **Fundación Lucentum** nos ofrece una serie de ventajas:

- Los inscritos en el taller contarán con un abono para asistir a los partidos del primer equipo.
- Contaremos con la participación de jugadores profesionales del primer equipo (en una jornada organizada por el AMPA).
- Los inscritos tendrán descuentos en el Campus de la Fundación Lucentum.

 **Dirigido a:** Ed. Primaria

 **Horario:** 15 a 16.15 h
Miércoles y viernes

 **Lugar:** Escuela Europea de Alicante

 **Fechas:** Septiembre a Junio

 **Precio:** **26 €/mes**

 **escuelaeuropea@auca.es**



Objetivos

Nos proponemos, mediante el taller de baloncesto, alcanzar los siguientes objetivos generales:

- Facilitar al participante una introducción a la práctica deportiva sistematizada, creando en él un hábito deportivo que mejore su calidad de vida y su salud, y le ayude a conformar sus patrones de vida de forma saludable.
- Proporcionar unos hábitos deportivos que permitan a los alumnos ocupar su tiempo de ocio, no sólo durante la etapa del taller de baloncesto, sino durante toda su vida.
- Dotar al educando unos patrones básicos de ejecución de los diferentes aspectos del baloncesto, proporcionando al joven deportista una formación técnica específica, así como una mejora de la condición física específica en cada uno de los grupos de pruebas, siempre respetando su desarrollo fisiológico, a la vez que se le proporciona un acercamiento al entorno competitivo.
- Favorecer el desarrollo de su instinto gregario de pertenencia a un grupo, integrándolo en su grupo de entrenamiento para conseguir un auténtico espíritu de equipo.



Desarrollo de la actividad

Distribuiremos los contenidos específicos en cuanto a técnicas y tácticas, combinándolos con un aprendizaje paulatino de las reglas del juego, y con debates, vídeos, y otras dinámicas con las que poder analizar el mundo del baloncesto en su conjunto

1er trimestre:

- Técnica individual: El bote. Habilidad y destreza. La conducción. El tiro.
- Táctica: Principios ofensivos (en posesión del balón): desmarques. Ataque. Contraataque. Espacios libres. Apoyos. Ayudas permanentes. Conservación del balón / control del juego. Ritmo de juego. Cambios de ritmo. Cambios de orientación. Velocidad en el juego. Progresión en el juego. Vigilancias.

2º trimestre:

- Técnica colectiva: El pase. La finta. Acciones combinativas.
- Táctica: Principios defensivos (sin posesión del balón): defensa individual, defensa en zona y sus variantes (2-1-2, 2-3, 3-2), defensa mixta.
- Entradas a canasta. Pressing.

3er trimestre:

- Técnica: Aplicación conjunta de la técnica individual y colectiva.
- Táctica: Aplicación conjunta de los principios fundamentales ofensivos y defensivos.
- Reglas del juego: Respeto por los compañeros, adversarios y árbitros.