

TALLER DE BALONCESTO



Información:

El **Taller de Baloncesto** es un deporte donde la acción colectiva es la baza fundamental que tienen que manejar los equipos para lograr los objetivos propuestos.

Sin embargo, para formar esta técnica colectiva es preciso que los/as participantes reúnan los elementos que posibiliten la construcción de este grupo que debe rodar corporativamente como una unidad.



Horario:

Miércoles y Viernes
15.00 a 16.15 h.



Fechas:

Septiembre a Junio



Edades:

Primaria.

Objetivos:

- Introducir a los/as participantes en la práctica deportiva sistematizada, creando un hábito deportivo que mejore su calidad de vida y su salud.
- Proporcionar unos hábitos deportivos que permitan a los/as participantes a ocupar su tiempo de ocio.
- Dotar a los/as participantes unos patrones básicos de ejecución de los diferentes aspectos del baloncesto, proporcionándoles una formación técnica específica.
- Favorecer su desarrollo, integrándolo en su grupo de entrenamiento para conseguir un auténtico espíritu de equipo.



Desarrollo de la Actividad:

- **Primer Trimestre: Técnica individual:** El bote. Habilidad y destreza. La conducción. El tiro. **Táctica:** Principios ofensivos. Ataque. Contraataque. Espacios libres. Apoyos. Ayudas permanentes. Ritmo de juego. Vigilancias.
- **Segundo Trimestre: Técnica colectiva:** El pase. La finta. Acciones combinativas. **Táctica:** Principios defensivos. Tipos de Defensa. Entradas a canasta. Pressing.
- **Tercer Trimestre: Aprendizaje 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.

MÁS INFORMACIÓN
extraescolares@auca.es



ALICANTE - 966593141
CASTELLÓN - 960046293
VALENCIA - 962058696



[auca.projectes](https://www.facebook.com/auca.projectes)