

PROGRAMA CFG BALONCESTO FAU

a) Objetivos generales

Entregar recursos operativos (técnica y táctica del deporte) para que el estudiante goce de la práctica del baloncesto (de manera formativa y competitiva) y el progreso del desarrollo de habilidades y destrezas (además de la condición física).

b) Objetivos Específicos

- Generar instancias para que el estudiante goce de la practica del baloncesto, esto gracias al dominio de los fundamentos técnicos y tácticos fundamentales del deporte.
- Que reconozca las virtudes de jugar con un compañero, de hacerlo participe en el logro de objetivos y superar a rivales gracias al trabajo coordinativo en equipo.
- Que el estudiante se enamore del deporte, que logre vivir las experiencias que otorga el baloncesto. Que tenga autosuperación en lo que hace.

c) Objetivos Operativos

- Que el estudiante sepa como anotar de distintas maneras.
- Que logre jugar con un compañero, mejorando la velocidad y coordinación en las acciones de dúo.
- Que observe y lea la situación, para así tomar la mejor decisión posible en el menor tiempo.
- Que no cometa errores en llevar a cabo el reglamento del deporte, y si tiene dificultades en ello, concentrarse en trabajar las falencias personales. Espíritu de autosuperación.
- Motivación intrínseca gracias a desafíos personales impuestos por el entrenador al grupo (y saber cuándo otorgar más tiempo y posibilidades a niño/as que presentan dificultades)

3.- Contenidos Técnicos – Tácticos

- a) Posición Básica de Ataque y Defensa
- b) Agarre, Manejo control y dominio del balón
- c) Entradas a canastas (“bandejas”)
- d) Bote
- e) Juego sin Balón
- f) pivotear
- g) lanzamiento
- h) pase
- i) Ataque
- j) Defensa Individual
- k) percepción espacial

4.- metodología:

Cada contenido técnico-táctico tendrá su juego adaptado que desarrolle dicho fundamento. El entrenador realizará diversos estímulos relámpago para una rápida adaptación y concentración del estudiante a diversos problemas que se presentan en la práctica deportiva. Se realizará de lo simple a lo complejo, demostrándole al grupo que todos pueden realizarlo. Todos realizan todo, aun no hay especialización en los roles deportivos.

5.- Evaluaciones :

- a) Lanzamiento y Bandeja
- b) pick 'n' roll (en ataque y defensa)
- c) fundamento táctico ofensivo (5 abiertos)
- d) asistencia
- e) asistir al entrenamiento de la selección (opcional y/o recuperativa)