



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

### **1. Descripción del proyecto**

#### ***1.1 NOMBRE***

**“Básquet Femenino en sus orígenes, las Escuelas Y Polideportivos “**

#### ***1.2 DESCRIPCIÓN***

Dentro del marco de Responsabilidad Social, la Asociación Femenina Metropolitana de Básquetbol lleva adelante proyectos inclusivos dirigidos a niñas en edad escolar a partir de 6 años dando la posibilidad de insertar e incentivar a chicas a la práctica del deporte, adquirir valores, y fundamentalmente incorporar el hábito de la actividad física a través del juego.

El proyecto tiene como objetivo principal la creación de escuelitas de básquet femenino en los polideportivos de la CABA, como en las escuelas públicas, con el fin de organizar torneos y competencias para el crecimiento y desarrollo de la actividad para que más niñas conozcan nuestro deporte y competencia. Queremos volver a los orígenes, cabe señalar que el básquet nace en las escuelas como incentivo a los alumnos a desarrollar educación física. Se trabajará en tres líneas: Desarrollo de Escuelitas, Campus y Campamentos.



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

Otro objetivo de esta Comisión Directiva es que la práctica deportiva del básquet se desarrolle en condiciones de equidad e igualdad y sin discriminación de género, es por ello que necesitamos que más sean los lugares donde se practique la actividad, creemos que el ámbito educativo debe ser un elemento de sensibilización y reflexión sobre la necesidad de promover la incorporación de las niñas al ejercicio físico y al deporte con los mismos derechos y oportunidades que para los varones.

### ***1.3 ANTECEDENTES***

La AFMB es una asociación civil sin fines de lucro que desde el año 1931 organiza las competencias de básquet femenino en el área metropolitana, orientada a niñas desde los 6 años de edad hasta categorías mayores. Cuenta con sede propia en la CABA y la integran 49 clubes de la ciudad de Buenos Aires y primer cordón de la Pcia. De Buenos Aires.

Interviene con sus seleccionados de las diferentes categorías en los campeonatos que organiza la Confederación. y en el mes de octubre organiza en conjunto con FEBAMBA el encuentro nacional de mini-basquet donde concurren 10.000 chicos y chicas más sus entrenadores y padres.

A través de los clubes afiliados se trabaja con las escuelas de influencia para la difusión de la actividad.



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

La AFMB viene desarrollando proyectos deportivos con la Subsecretaria de Deporte pero en esta oportunidad amplia su temática a los temas relacionados con política de género y pone hincapié a llevar el básquet a las escuelas espacio que le dio su origen.

Desde el 2013 viene desarrollando proyectos de inclusión hacia la comunidad con el objeto de crecimiento y desarrollo del básquet femenino como el que se realizó este año:

### **“DE LA MANO DEL 3x 3 a los juegos olímpicos de la juventud 2018.”**

La AFMB con la ayuda del Gobierno de la Ciudad realizó un evento 3x3 donde participaron 118 jugadoras Sub 13 y Sub 15. Esto es una iniciativa para los Juegos Olímpicos de la Juventud 2018 que se realizará en Buenos Aires.

La jornada a todo basquet se vivió en el Parque Chacabuco. Increíble día tuvo el básquet femenino desde las 9 de la mañana hasta las 5 de la tarde, donde contó con diferentes actividades.

Desde temprano las chicas tuvieron una charla al mando del entrenador Carlos Spellanzon donde explicó la dinámica de juego del 3x3. Luego separaron a las



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

jugadoras en 3 grupos. En una estación practicaron lanzamientos, en otra fundamentos y en la tercera velocidad.

Al finalizar, Macarena Rosset, jugadora de Vélez Sarfield y Licenciada en Nutrición dio una charla sobre la manera correcta de alimentarse y Paula Vazquez, jugadora de Berazategui en la categoría no formal Licenciada en Kinesiología explicó cómo prevenir lesiones.

Por último 3 jugadoras de la Selección Argentina de mayores, Pavon, Rosset y Natasha David, respondieron las preguntas que las chicas le hicieron.

Al mediodía tanto jugadoras, profesores y público presente, pudieron disfrutar de un almuerzo, todo a cargo de la AFMB.

Por la tarde ya con las pilas recargadas llegó el momento de jugar. En 6 canchas de 3x3 durante horas pudieron disfrutar de partidos todas contra todas.

A cada jugadora se le regaló la camiseta del Campus AFMB.



## Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)





## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

### ***1. 4. PROBLEMÁTICA QUE SE BUSCA ATENDER***

#### *1.4.1. Problemática comunitaria*

Actualmente, los clubes ven disminuida de manera significativa la concurrencia de niñas a sus instituciones y en particular para la práctica del deporte.

En nuestro caso trabajamos en forma conjunta con los clubes para captar jugadoras desde la temprana edad a fin de trabajar desde la niñez, una política de inclusión, fomentando los valores del deporte, del trabajo en equipo, del esfuerzo, de la competencia alejando de los malos hábitos que da la permanencia en la calle.

Para lo cual se tiene contacto directo con los padres responsables de cada institución y se analiza en conjunto las problemáticas identificadas que inciden a la disminución de jugadoras. Primer problema es económico y en otros es que los clubes de la Ciudad de Buenos Aires como en el primer cordón de la Provincia no ofrecen básquet a niñas, primer factor que frena el desarrollo. Esta situación se ve reflejada en los registros de la Federación, cuando analizamos los números vemos que en las categorías formativas hoy hay



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

federados más de 2500 chicos en cambio en la AFMB solo 880 niñas de edades formativas.

### *1.4.2. Diagnóstico*

Desde que asumimos en el año 2013 la institución está trabajando fuertemente en desarrollar y crecer la actividad dado que se ve una disminución en nuestros registros de jugadoras federadas desde la categoría pre-mini hasta la categoría superior, decidimos realizar un diagnóstico de situación de nuestro deporte dentro de la comunidad. Para ello convocamos a principio de año una reunión general con todos los dirigentes, delegados, padres, directores técnicos y jugadoras de los diferentes clubes que integran nuestra Asociación. La misma se realizó en nuestra Sede en la calle Alberti 760 de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Tuvo modalidad de debate y de allí surgió que no sólo era necesario trabajar para incrementar el número de jugadoras sino que también para mejorar el nivel de este deporte. Se decidió trabajar como primera y urgente medida en las divisiones formativas.



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

### ***1. 5. DESTINATARIOS***

#### *1. 5.1. Características*

A toda la Comunidad asociada al básquetbol femenino: clubes de esta Asociación, niñas no federadas, jugadoras, padres, aspirantes a jueces y oficiales de mesa, directores técnicos, dirigentes, profesores de educación física.

#### *1. 5.2. Localización*

AFMB se encuentra en la Ciudad de Buenos Aires, trabaja desde el año 1932, siendo la Asociación del país que nuclea a 2500 jugadoras que integran 49 clubes de este deporte. Así también hacemos notar que el trabajo año tras año realizado ha generado que clubes que son del primer cordón del Conurbano Bonaerense nos hayan elegido para trabajar junto a nosotras en el desarrollo del básquet femenino.





## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

*1.5.3. Cantidad aproximada de personas que se beneficiarán directamente con el proyecto.*

Por el trabajo que este Proyecto implica, el beneficio estará dado para todas las niñas de la CABA interesadas en jugar este deporte , las 2500 jugadoras de nuestra Asociación, Clubes, el barrio, las familias, la comunidad educativa y la comunidad en general que a través del incremento de este deporte vea como más niñas al practicarlo se alejan de las calles y la inseguridad que esto produce; más todas aquellas personas que elijan como futuro laboral ser Jueces de Básquetbol, Oficiales de Mesa, Directores Técnicos,

Así también al mejorar el nivel en la práctica deportiva seguiremos contando con las mejores jugadoras de básquetbol del país, quienes son parte fundamental de la Selección Nacional.

### **1.6. Objetivos y Metas a alcanzar**

#### *1.6.1. Objetivo General*

El objetivo de este Proyecto es la creación de escuelitas de básquet femenino en los polideportivos de la CABA, como en las escuelas públicas, con el fin de organizar torneos y competencias para el crecimiento y desarrollo de la actividad para que más niñas conozcan nuestro deporte y se incorporen a las categorías federadas de los clubes que integran la competencia de la AFMB.



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

Queremos volver a los orígenes, del básquet, las escuelas como incentivo a los alumnos a desarrollar educación física. Se trabajará en las siguientes líneas: Desarrollo de Escuelitas, Campus, Campamentos y fuertemente en el área de capacitación para todos los actores del básquet (entrenadores, jugadoras, jueces, oficiales de mesa, dirigentes etc).

Apuntamos también al desarrollo de torneos o campeonatos y a la participación de nuestros diferentes seleccionados a los torneos locales, Federales o argentinos organizados por la Confederación-

### *1.6.2 Objetivos Específicos*

A- Creación de “Escuelitas de básquetbol”

B- Organizar “*CAMPUS DEL COLEGIO AL BASQUETBOL*” a cargo de Carlos A. Spellanzon

C- Organizar “*CAMPAMENTOS 2 HORAS DE BASQUETBOL*”.

### *1.6.3 Metas del proyecto*

El proyecto no tiene límite para la cantidad de personas que pueden participar de él. Durante el período febrero /noviembre 2014 se ha trabajado en su primera etapa en un campus que para un total de 300 personas entre Jugadoras federadas en el Parque Chacabuco, en esta segunda etapa se espera a lo largo



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

del año 2015 que tenga un alcance a Coordinadores Deportivos, Directores Técnicos, Ayudantes, Preparadores Físicos, Comisión Técnica, Aspirantes a Jueces, Consejeras, Aspirantes a Oficiales de Mesa.

### **1. 7. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES Y TAREAS**

#### **Creación de “escuelitas de básquetbol”**

Orientadas a niñas menores de 12 años no federadas. Para lo cual se trabajará en conjunto con los clubes afiliados, a fin de poder implementar el objetivo fijado,

Los cuerpos técnicos y los dirigentes de la Asociación son nuestros socios estratégicos porque serán los que acompañaran las líneas de trabajo. Fijamos como pauta que fuesen profesores de educación física y con orientación al básquetbol, coordinados por un Coordinador General de Escuelitas de Básquetbol para llevar la práctica del básquet a los polideportivos como a las escuelas.

Se equipara a cada escuelita que se abra, con los siguientes elementos: pelotas Nº 5, conos, escaleritas. La actividad se desarrolla con modalidad de 2 entrenamientos semanales de 2 horas cada uno, no hay límite para la



## Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

conurrencia en lo que respecta a cantidad, pero estipulamos que se debe contar con un Director Técnico/Monitor cada 12 niñas.

El trabajo de escuelas está dividido en etapas:

1. *Captación de niñas*
2. *Iniciación a la práctica del deporte*
3. *Encuentros de Escuelas – Desarrollo del “Quinto Cuarto” espacio de intercambio y compartir amistad.*
4. *Orientación de jugadoras hacia los clubes*
5. *Llevar a las integrantes de las escuelas al Encuentro Nacional Minibasquet a realizarse en Octubre.*
6. *Beca para aquellas jugadoras que no puedan afrontar los costos de asistir al club para pasar a ser jugadora federada.*
7. *Pasaje de escuela a jugadora federada.*
8. *organización de torneos inter-escuelas.*



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

### **CAMPUS DEL COLEGIO AL BASQUETBOL a cargo de Carlos A. Spellanzon-**

El “mensaje” del CAMPUS tiene por objeto la aplicación e incentivación permanente de VALORES, (compartir, ser solidarios, trabajar en equipo, etc.-) que deben rodear al deportista en toda su trayectoria.

Serán desarrollados en toda la Ciudad de Buenos Aires, posibilitaran que muchísimas chicas de distintos colegios de esa comunidad conozcan los fundamentos del básquetbol, que serán evaluados en distintas capacidades físicas y disfrutaran de un día diferente, con el premio a su esfuerzo.

### **LOS FUNDAMENTOS A REALIZAR**

- El básquetbol es una disciplina que consta de diferentes fundamentos técnicos que ayudan su correcta práctica del deporte. En este proyecto elegimos para su enseñanza y evaluación los tres fundamentos básicos: el DRIBLING, el PASE, y el LANZAMIENTO, siempre acompañado por juegos instructivos y los conocimientos básicos de las reglas, mediante el juego de 5 vs. 5.
- Ahora bien que fundamentos debemos enseñar y como ordenarse para enseñarlos. Lo que normalmente escuchamos es que son tres los fundamentos que debemos enseñar, **Tiro, pase y dribling**, pero en este apartado tenemos establecidos otros puntos de la enseñanza de los



## Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

fundamentos aparte de los nombrados, a saber: **Equilibrio (posición básica) Movimientos de pies sin pelota (paradas y salidas, cambios de dirección y fintas de recepción) Manejo de la pelota, Toma de la pelota y Defensa.**

- Cuál sería el orden cual sería el más importante. Todos son importantes, pero veamos qué es lo que más les gusta a los/as niños/as

### El Dribling

- Seguramente a la mayoría les gusta atacar, convertir, creemos que en los estos niveles debemos comenzar por aquellos fundamentos que los atrae, que los divierte, no nos olvidemos que queremos una actividad masiva intentando que muchas chicas se inicien en este deporte, creemos entonces que el entrenador debe tratar primero de que su contacto con el juego sea lo más agradable posible.
- Entonces qué es lo primero que hace un niño cuando le damos una pelota en la práctica, lo más común es que la **pique (dribling)** se acerque al aro y **tire**, bien ya tenemos con que empezar. Dribling, en todas sus formas adelante, atrás, de traslado, de velocidad, etc. Lanzamientos, sobre todo bandejas y una noción de tiro a pie firme.



## Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

- Pensemos.. ¿Será agradable para un niño jugar a un deporte en el cual el elemento le es totalmente extraño? ¡No! Entonces, allí tenemos otro fundamento, **manejo de la pelota**, con dribling, sin dribling, en diferentes posiciones, etc., trataremos de que se familiaricen con el elemento de juego

### El Pase

- Ahora bien si los ponemos a jugar con un compañero o más, va a necesitar pasarle la pelota a alguien, allí surge otro fundamento, **el pase**, de pecho, de pique, sobre cabeza, con una mano, etc. Si estamos hablando de un pase alguien la tiene que recibir por lo tanto debemos enseñar la **toma de la pelota, recepción**.
- Una vez que vaya conociendo cada vez más el juego necesitará adquirir conocimientos para eludir, engañar adversarios, de esta necesidad surge la enseñanza del **movimiento de pies, con y sin pelota**.



## Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

### El Lanzamiento

- Este fundamento es uno de los más fáciles de enseñar y a la vez uno de los más difíciles, es más fácil porque los niños cuando recién comienzan lo que más les atrae es tirar al aro para convertir, sin preocuparse como lo consigue. La dificultad radica precisamente en ese punto, si tira con una o dos manos, como toma la pelota, si salta o no, si impulsa el balón con los brazos o con las piernas. En resumen, da igual como lo haga si al final consigue meter el balón por el aro. La creación de malos hábitos de tiro durante la formación de un jugador hará que este sea incapaz de corregirlos al cabo de cierto tiempo, y que, por lo tanto disponga de una técnica defectuosa durante toda su vida.
- Es labor de los entrenadores, corregir esas deficiencias de las jugadoras y frenar los problemas derivados de los malos hábitos lo antes posible, desde el primer día de práctica.
- La edad ideal para comenzar con la enseñanza del tiro es, como en otros fundamentos, el momento en que el jugador empieza a jugar al básquetbol.
- **TENDREMOS EN CUENTA FACTORES COMO:**
  - *Fuerza.*
  - *Dirección.*
  - *Como agarrar el balón*





## Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

- *Como llevar la pelota a la posición de tiro.*
- *Posición final.*
- *Como realizar el lanzamiento.*
- El lanzamiento es un proceso de aprendizaje, teniendo y desarrollando los factores antes mencionados, es algo que a lo largo del tiempo, no pretenderemos enseñarlo todo el primer día de entrenamiento, tendrá que ver con los objetivos que nos planteamos en cada categoría y con la planificación.
- El primer lanzamiento que enseñaremos en el Campus es la bandeja, no sólo enseñaremos los pasos, sino también esta forma de tirar, dado que la ejecución de este tipo de lanzamiento, primero se debe enseñar como un tiro a pie firme

### **CAMPAMENTOS ESCOLARES.**

Periódicamente se realizarán campamentos con alumnos de las escuelas de la ciudad que no estén federados en ningún club de básquetbol.

Con la idea de que todas las chicas que tengan entre 8 y 14 años tengan la posibilidad de conocer como es nuestro deporte. A través de esta experiencia se interesen y se inserten dentro de nuestras escuelas.

Cada 15 días se realizarán los campamentos con el programa 2 HORAS DE BASQUETBOL.



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

Se hará la coordinación de estos eventos con la Secretaria de Deportes, la Secretaria de Educación de la Municipalidad y las instituciones escolares que ellos designen.

Se harán por grupos de 60 alumnos cada turno, que serán designados por el profesor que cada institución escolar decida.

Serán necesarios 4 tableros de basquetbol, 30 pelotas, conos para demarcar, equipo de audio con micrófono y música, remeras para cada uno de los participantes con por lo menos 4 colores y premios para cada una de las competencias.

Las líneas del programa serán indicadas por el director que estará asistido por 4 profesores, que tendrán a su cargo el control de 15 chicos cada uno.

El lugar de realización será el playón deportivo que la escuela posea o lugar municipal

### **CAMPAMENTO 2 HORAS DE BASQUETBOL.**

#### **PROGRAMA DE DESARROLLO DE FUNDAMENTOS:**

+ Toma y manejo de la pelota sin picarla. Manos, de aire, por la cintura, por entre las piernas.



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

- + Picar la pelota en el lugar. Posición de los pies. Pique alto, bajo, sentado, acostado.
- + Dribbling hacia delante, con ambas manos, ida y vuelta.
- + Sin pelota posición de los pies, paradas en 1 y 2 tiempos
- + Dribbling de protección, fundamento. Paradas en 1 tiempo y en 2 tiempos. Manejo con las 2 manos. Lateral y cambios de dirección.
- + Pase de diferentes modos. Recepción de la pelota. Altura y dirección. De pecho: de aire, de pique, con paso cruzado de ambos lados. De beisbol: aire, pique, con ambas manos. Estáticos enfrentados. En movimiento con cruce a la otra fila y con regreso a la misma fila.
- + Lanzamiento al aro. Toma de la pelota y posición de los pies. En el lugar para arriba: parábola. Técnica 3 dedos. Movimiento de muñeca. Flexión de las piernas. Estático cerca del aro con tablero (un tiro y pasar al compañero) con dribbling y detención en un tiempo.
- + Entrada en bandeja. Regla de los 2 pasos, marcar el piso primero pasos sin pelota cada uno con su mano hábil, segundo en carrera toma la pelota de la mano del profesor, tercero en carrera recibe el pase del profesor, cuarto picando la pelota desde la fila. De ambos lados.



## Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

- + Defensa. Posición de los pies y las manos. Postura. Flexión de las piernas. Desplazamientos: laterales, adelante - atrás, paso de caída, diagonal.
- + Enfrentamientos de 1 contra 1 y 2 contra 2.
- + Competencia de bandejas y tiros libres.
- + Torneo de 3 contra 3.

### **Área Capacitación:**

- Aspirantes a Jueces para las categorías formativas*
- Capacitación de Oficiales de Mesa*
- *Cursos de capacitación de 3 x3 para técnicos.*
- *Cursos sobre salud*
- *Talleres para padres*
- *Talleres para jugadoras sobre prevención y nutrición.*

### **1.7 .1 PREVISIÓN DE OBSTÁCULOS**

- Uno de los obstáculos más severos e importantes dentro de nuestra actividad, es que alguna jugadora durante el desarrollo de la misma



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

sufra algún tipo de lesión, frente a esto respondemos con la contratación del seguro médico a través de la Cía. A definir.

- Otro obstáculo posible sería el tener que cambiar fechas y lugares ya sea de torneos o entrenamientos, frente a esto respondemos con un trabajo coordinado por nuestras Consejeras en línea directa con los Coordinadores Deportivos para las distintas Áreas del Proyecto pudiendo responder en tiempo y forma adecuadas para el cumplimiento de los Objetivos.
  
- Otro obstáculo para destacar está en relación directa con los recursos económicos; es por ello que resulta de vital importancia poder contar con el apoyo económico del Ministerio de Desarrollo Económico del Gobierno de la Ciudad a través de la Subsecretaría de Deporte.

### **Prensa y difusión:**

Es de vital importancia desarrollar un plan de comunicación y difusión para alcanzar los objetivos planteados, se utilizará material gráfico, web, banner, volantes etc. Y acompañamiento de la comunicación de la Secretaria para informar el programa-



## **Asociación Femenina Metropolitana de Basquetbol**

Alberti 760 (C1223AAF) C.A.B.A Tel. Fax: 4941-5737/ Tel.:4943-3009

[www.afmb.com.ar](http://www.afmb.com.ar)

[afmbbasquet@yahoo.com.ar](mailto:afmbbasquet@yahoo.com.ar)

ENTIDAD CIVIL FUNDADA EL 26 DE NOVIEMBRE DE 1931 – PERSONERIA JURIDICA C Nº 8943 (RESOLUCION 000146)

### **Coordinación del proyecto:**

El proyecto estará supervisado por el Consejo Directivo de la AFMB que seleccionará responsables y ayudantes para llevar adelante el proyecto y profesionales para el dictado de las capacitaciones como personal ad honoren.