



Secretaría General para el Deporte
Instituto Andaluz del Deporte

Departamento de Formación
formacion.iad.ctcd@juntadeandalucia.es

COMUNICACIONES

V CONGRESO AGESPORT ANDALUCÍA JAÉN 2007 "AVANZAR EN LA GESTIÓN DEPORTIVA"

Proyecto Formativo EBG Málaga 2007

**ROBERTO GÓMEZ LÓPEZ
MARÍA DEL ROSARIO SALVA MARTÍN**

26 Y 27 de abril de 2007



PROYECTO FORMATIVO PARA ENTRENADORES Y JUGADORES DE LA ESCUELA DE BALONCESTO

Dr. Roberto Gómez López
Departamento de Economía Financiera y Contabilidad
Universidad de Granada
Departamento de Administración y Economía de Empresa de la UNED
(Centro Asociado de la UNED en Málaga y Ronda)
rgomezl@ugr.es
Tfno. 630109609

Dña. María del Rosario Salva Martín
Funcionaria Pública de la Junta de Andalucía
Maestra en Ciencias, especialidad: matemáticas (Docente en ESO)

Agradecimientos
Este trabajo esta subvencionado por el proyecto del Ministerio de Educación y ciencia TIN2006-14285.

Acknowledgements
This work is supported by the Ministry of Education and Science of Spain (Project TIN2006-14285)

Palabras Clave: EBG Malaga, Escuela de Baloncesto, Unicaja, Formación, Deporte, Web, Baloncesto,

Resumen: Creemos en la Educación, en general, y en la **Educación deportiva**, en particular, como medio de acción social y camino hacia la autorrealización personal. Pero la realización de estas tareas suponen en muchos casos **necesidades de orden material y económico** por lo que indicado lo anterior, manifestamos y solicitamos **colaboración** a las instituciones y autoridades políticas, en aras de poder continuar con el trabajo que venimos desarrollando a la presente, y de manera puntual, en lo que afecta a la solicitud de ayuda presente, para poder **gestionar y buscar medios materiales para la formación del personal (entrenadores) a través de seminarios y talleres de formación deportivos que proponemos en este proyecto formativo.**

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



Declaración de Intenciones.

El objetivo principal de nuestra Escuela es *la formación integral de nuestros chicos/as (jugadores/ras)*. Los entrenadores y las entrenadoras del EBG Málaga, tenemos que tener presente que estamos trabajando con un grupo de niños/as (adolescentes en algunos casos) que están en *plena fase de desarrollo personal*.

Por lo tanto, además de trabajar los aspectos técnicos o tácticos del juego (adaptados a su edad), también es imprescindible, acentuar nuestro esfuerzo en *transmitir valores y actitudes positivas, fomentar hábitos sanos, mejora y superación personal, trabajo cooperativo, respeto hacia los compañeros, etc.*

Es por ello que entendemos la práctica deportiva como un *medio* para alcanzar ese gran objetivo; nunca como un fin en sí misma. Así, intentaremos transmitir y fomentar en nuestros deportistas (hombres y mujeres) unos valores sociales y educativos, de forma que el hecho deportivo pueda transferir a otros ámbitos más trascendentes de la vida.

Creemos en la Educación, en general, y en la **Educación deportiva**, en particular, como medio de acción social y camino hacia la autorrealización personal. Pero la realización de estas tareas suponen en muchos casos **necesidades de orden material y económico** por lo que indicado lo anterior, manifestamos y solicitamos **colaboración** a las instituciones y autoridades políticas, en aras de poder continuar con el trabajo que venimos desarrollando a la presente, y de manera puntual, en lo que afecta a la solicitud de ayuda presente, para poder **gestionar y buscar medios materiales para la formación del personal (entrenadores) a través de seminarios y talleres de formación deportivos que proponemos en este proyecto formativo**.

Esperando noticias sobre ayudas y colaboraciones de los aspectos mencionados, quedo a su disposición. Atentamente

Roberto Gómez López
Administrador EBG Málaga



Propuesta de Cursos Formativos a desarrollar:

1.-TALLER DEPORTIVO DE FORMACIÓN PARA ENTRENADORES

2.-PROGRAMACIÓN PARA DEPORTE BASE

3.-TALLER DE FORMACIÓN PARA ARBITRAJE

4.-CURSO DE FORMACION Y PREVENCION MEDICA

**“El deporte como pilar básico de la prevención médica.
Hábitos para una mejor calidad de Vida”**



Desarrollo individual de cada Curso:

1.-TALLER DEPORTIVO DE FORMACIÓN PARA ENTRENADORES

Con este material, queremos desarrollar un Taller de trabajo, donde preside la idea compartir, coordinar y desarrollar iniciativas y experiencias que busquen perfeccionar la técnica y conocimiento deportivo de los entrenadores, que a la presente tienen menos experiencia en este campo, con la intención de marcar un itinerario de trabajo y orientación en los niveles deportivos más básicos y fundamentales para hacer atractivo este deporte a los futuros jugadores de baloncesto, que hoy empiezan desde los tres años a conocer las técnicas y métodos de trabajo. Arrancamos desde una orientación académica, que es fruto de la experiencia de los entrenadores más experimentados de la Escuela de Baloncestos EBG Málaga y de Unicaja de Baloncesto.

Planteamos un curso de trabajo en materia de lecciones o sesiones de trabajo que pretendemos poner en práctica, sobre todo a la hora de realizar niveles de actividad física que determinen elementos de trabajo en las técnicas individuales y de grupo.

En un principio, vimos la necesidad de coordinar y hablar de la planificación deportiva de una escuela, que cada vez más, ampliaba su número de entrenadores y jugadores, por lo que llegados a este extremo, al comienzo de este seminario o actividad deportiva, nos propusimos la siguiente cuestión.

¿Qué debemos trabajar en las sesiones entrenamiento?

En tal sentido, y como contestación primera indicamos algunas pautas generales, para con posterioridad centrarnos en el desarrollo puntual de las sesiones de trabajo más significativas.

Generales

- Explicación y demostración, imitación, crítica de la imitación, repetición hasta que se adquiriera el hábito.
- Progresar gradualmente y asegurarse de que están preparados.
- Tener en cuenta las diferencias individuales y limitaciones físicas.
- Insistir en la puntualidad y vestuario apropiado para cada sesión de entrenamiento.
- Insistir en la atención.
- No permitir correcciones ni “pachangas”. El entrenamiento = preparación.
- Mostrar paciencia.
- Evita las críticas duras públicamente. Usar el elogio tanto como la censura.
- Alentar el trabajo de equipo y el compañerismo.
- Hacer consideraciones individuales.

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



- Tener planificada las sesiones de entrenamiento.

Particulares

- Empezar con ejercicios de calentamiento.
- Acabar con ejercicios de equipo.
- Variar los ejercicios para variar la monotonía, así como vigilar la duración de los mismos.
- Explicar la intención del ejercicio.
- Hacer ejercicios competitivos y que simulen las condiciones y situaciones de juego.
- Enseñar al principio las cosas nuevas y repetirlas con posterioridad diariamente hasta que se aprendan.
- Reforzar los ejercicios de técnica individual y tiro todos los días.
- Dependiendo del equipo, categoría y competición en la que estés, aumentar el tiempo para ejercicios de equipo, sin descuidar el punto anterior.
- Después de cada sesión, analízala para corregir y matizar aspectos para la siguiente sesión.
- Al principio de temporada, los entrenamientos deben ser progresivos en intensidad, hasta que los jugadores hayan alcanzado su óptima condición física.

Cuando dirigimos

- El baloncesto es un juego de hábitos.
- Nunca estés satisfecho.
- No enseñes demasiado, pero enséñalo bien.
- No forzar a los jugadores a una rigidez táctica, que haga que los jugadores pierdan su iniciativa.
- Preparar ataques que de las mismas oportunidades a todos.
- No descuidar los pequeños detalles.
- Convencer al jugador de la importancia de su convicción mental, moral, física y técnica tanto para él como en su aportación al equipo.
- Desarrollo del espíritu de equipo y compañerismo, fundamental, la envidia y el egoísmo han de ser eliminados.
- El entrenador es respetado por todos y temido por nadie.
- Utilizar la confianza positiva y desarrollar el orgullo en el juego.
- Hay que tener un equipo, no titulares y suplentes.

Con los jugadores

- Mantener una relación cordial con los jugadores, pero mantén su respeto. Hay que ser sinceramente interesado hacia sus problemas personales y accesibles a ellos.
- Mantener la disciplina sin ser dictatorial. Hay que ser sencillo y arrastrar más que mandar.
- Estudiar y respetar la individualidad de cada jugador para sacar el mayor rendimiento personal como para el equipo.

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



- Desarrollar y potenciar el sentido de responsabilidad en todos.
- El elogio es una gran motivación. “ La palmada en la espalda” especialmente después de una severa crítica.
- Si enseñas, lealtad, honestidad y respeto a los derechos de los demás, estaremos dando un gran paso hacia un equipo cooperativo con un más que adecuado espíritu de equipo; los celos, egoísmo, envidia, crítica y desprecio a los demás puede arruinarlo.

¿Qué esperamos de él?

- Que sea un caballero dentro y fuera de la pista..
- Jugador de equipo siempre.
- Ser un buen estudiante.
- Entusiasta, trabajador, confiable, leal y cooperativo.
- Tener la mejor condición posible, tanto mental, física y técnica.
- Mantener las emociones bajo control, sin perder la cabeza, la garra y el corazón.
- Constancia para mejorar sin llegar a estar satisfecho.
- Equilibrio para llegar a ser lo mejor que tu seas capaz de alcanzar.
- Evitar mofa hacia un compañero o rival.
- No sea impuntual.
- Nunca sea autosuficiente, celoso, envidioso o egoísta.
- Nunca espere favores.
- No pierda el tiempo.
- No invente excusas.
- No pierda la confianza ni la paciencia.
- No sea perezoso, critiques o te enfades en el banquillo.
- Nunca tenga razón para no pedir perdón.

El jugador que siempre da lo mejor de sí esta seguro y confía en el éxito, mientras el que da menos de lo que puede ...

Aspectos a trabajar en los diferentes fundamentos deportivos

Pase y recepción

- Tipos de pases.
- Precisión.
- Rapidez.
- Control con mano y definición con punta de dedos.
- Fintas (engaño con cabeza, ojos postura corporal)
- Situación del receptor (con defensa, sin ella, en movimiento, estático, etc)

Tiro

- Tipos de tiros.
- Rapidez (posición y definición).
- Movimiento continuado.
- Control de punta de dedos.
- Confianza.

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



- Equilibrio.
- Naturalidad.
- Competitividad.

Dribling

- Tipos de bote.
- Posición de la cabeza (alta y sin mirar balón).
- No golpear el balón.
- Alternar cambios de ritmo y dirección.
- Control de muñeca y dedos.
- Botar alto hay que ir deprisa.
- Botar bajo cuando hay amenaza.

Pivotes y paradas

- Rapidez.
- Pies separados.
- Equilibrio.
- Protección del balón.
- Detenerse con decisión y convicción.
- Cabeza entre los pies.
- El peso cargado al lado del hombro del defensor.

Pasando y cortando

- Engaño.
- Cambio de ritmo.
- Cambio de dirección.
- Rapidez en la arrancada.
- Rapidez del pase.
- Calcular el tiempo de movimiento.
- Ir “a través de”, no alrededor.
- Cortar en ángulo.
- Rebasar al defensor.

Contraataque

- Creación de oportunidades.
- Seguridad en velocidad.
- Mantener el equilibrio en el campo.
- Mirar hacia delante y determinar la mejor opción.
- Solo tiros de alto porcentaje.
- Mantener el balón por el centro.
- Mantener el balón controlado.
- Defensa- robo / rebote-ataque-transición-ataque estático.
- Buen manejo de balón en movimiento.

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



Defensa

- Agresividad.
- Convicción, confianza y orgullo.
- Equilibrio de posición y cuerpo.
- Buena visión marginal.
- Hombre-balón.
- Siempre dispuesto a ayudar. Trabajo en conjunto.
- Ayuda implícita con recuperación.
- Trabajo de piernas y pies.
- Mantenerse presionado.
- Lado fuerte, lado de ayuda.

Rebote

Defensivo

- Mantener la posición.
- Mantener manos altas y codos fuera.
- Ajuste del tiempo del bloqueo del rebote y captura del balón.
- Altura del salto.
- Pies separados y “patada de protección”.
- Mirar.
- Pase rápido fuera.
- Finta de carga.

Ofensivo

- Conseguir la posición.
- No bajar el balón.
- Conseguir rodear los bloqueos.
- Ajustar el tiempo de salto con el contacto balón-aro, balón-tablero.
- Palmeo o captura del rebote.
- Intuición.
- Determinar pautas para fintas después de la captura.



Desarrollo individual del Curso:

2.-PROGRAMACIÓN PARA DEPORTE BASE

1. INTRODUCCIÓN:

La programación de **Baloncesto** que se va a plantear a continuación para la formación humana y deportiva de los alumnos de este centro está básicamente realizada para la iniciación en dicho deporte. Lo que se pretende es que niños de edades comprendidas entre los 3 a 12 años a la vez que aprendan se diviertan realizando deporte en su colegio.

Este programa esta **sujeto a las necesidades educativas especiales** que pueda presentar algún alumno en concreto realizándose en tal caso una adaptación curricular.

Para llevar a cabo esta actividad se dividirá en dos bloques:

- **Primer bloque: Adaptación**

En el se van a trabajar 3 unidades didácticas que son:

1. Unidad: **Habilidades motrices básicas** (10 sesiones).
2. Unidad: **Estructuración espacio-temporal** (8 sesiones).
3. Unidad: **familiarización con el balón** (12 sesiones).

- **Segundo bloque: Iniciación**

Aquí se desarrollan 5 unidades didácticas que son:

4. Unidad: **Botes** (12 sesiones).
5. Unidad: **Pases y recepciones** (12 sesiones).
6. Unidad: **Tiros** (12 sesiones).
7. Unidad: **Habilidades específicas** (12 sesiones).
8. Unidad: **Reglas básicas** (11 sesiones).

NOTA: Todas estas unidades didácticas están enfocadas a un nivel de iniciación, pudiéndose realizar adaptaciones para otros ciclos si fuese necesario. En cada unidad se realizara un repaso de las anteriores

2. JUSTIFICACIÓN

Los motivos por los cuales he elegido esta modalidad deportiva han sido, en primer lugar las preferencias deportivas de los alumnos y en segundo lugar los beneficios tanto a nivel individual como colectivo que les aporta dicho deporte.

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



3. OBJETIVOS GENERALES

Los objetivos generales que se plantean para esta programación son:

- Favorecer el desarrollo armónico del niño, por medio del aprendizaje de habilidades motrices propias de cada edad pasando de las básicas a las específicas.
- Crear vínculos de unión entre los integrantes del grupo y potenciar esa faceta fuera de su entorno habitual.

4. CONTENIDOS

Los contenidos generales que se han planteado para esta programación son:

1. CONCEPTUALES:

- Esquemas motores básicos (desplazamientos).
- Las capacidades físicas y las habilidades en relación con el deporte.
- Normas de los juegos y reglas del deporte.

2. PROCEDIMENTALES:

- Experimentación y utilización de las habilidades básicas y formas de ejecución en las diferentes situaciones (juegos, deporte).
- Descubrimientos de las propias capacidades en actividades dirigidas.

3. ACTITUDINALES:

- Adquisición progresiva de autonomía y confianza en si mismo, para adaptar las propias habilidades motrices a diversas situaciones.
- Participación en actividades aceptando y respetando la existencia de diferencias y limitaciones a nivel de destreza.

5. ACTIVIDAD

La modalidad deportiva a realizar es **Baloncesto**, esta se realizará durante tres días a la semana una hora diaria. Para conseguir los objetivos marcados en dicho deporte se van a realizar:

- Juegos cooperativos.
- Actividades dirigidas.
- Actividades de iniciativa propia.
- Ejercicios específicos.
- Juegos con material y sin él.

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



6. UBICACIÓN Y MATERIAL

Las actividades anteriormente planteadas se realizarán en pistas al aire libre en su mayor parte, pudiendo realizarse también en pista cubierta si en las diferentes sesiones se diese lugar a ello, no obstante, en caso de lluvia u otro incidente meteorológico, las actividades también se deberán realizar en pista cubierta o aula del centro.

Los materiales a utilizar para estas actividades seran:

- Materiales homologados.
- Materiales que no entrañen daño alguno para el alumno.
- Fáciles de manejar.
- Colores llamativos.
- Materiales diversos (pelotas, aros, picas, globos, indiacas, discos voladores...)

7. METODOLOGÍA GENERAL

Como sabemos la técnica de enseñanza es un subconjunto de los términos Método y Estilo de enseñanza, y que su objeto es seleccionar el modo mas correcto de transmitir lo que queremos que nuestros alumnos hagan a través de información verbal, visual o mixta. Por ello, vamos a usar, dependiendo del modo, momento o unidad didáctica, dos técnicas de enseñanza distintas, la instrucción directa e indagación.

El tipo de estrategia que vamos a llevar a cabo sería claro, nos basaríamos en una estrategia práctica mixta, que aborda tanto una estrategia analítica como global, y el estilo de enseñanza sería de creatividad y libre exploración por parte del alumno usando modificación del mando directo, asignación de tareas y resolución de problemas.

NOTA: Se realizará un programa individual en caso de que algún alumno-a lo necesitare.

8. CRITERIOS DE EVALUACIÓN O APRECIACIÓN DEPORTIVA

La evaluación es un elemento central de la práctica educativa, proporciona información sobre los conocimientos de los alumnos y posibilita que los niños descubran su desarrollo y progreso personal.

En esta programación se van a evaluar tres factores:

- Alumnos
- Técnico
- Programación

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



Alumnos:

El proceso de evaluación que se va a realizar a este factor es un procedimiento de observación directa. Para ello se realizará:

- evaluación inicial (ficha inscripción) “modelo en 1ª unidad”.
- evaluación continua (registro anecdótico) “modelo en cada unidad”.
- evaluación final (cuestionario de observaciones) “modelo diferente en cada unidad”.

Técnico:

El proceso de evaluación aquí será un sistema de autoevaluación, es decir, el técnico realizará anotaciones diarias sobre su actitud en clase y sobre las sesiones con las que el alumno disfrutó más o menos (en el punto observaciones de cada sesión). Al final de cada unidad se pasará un cuestionario en el que los alumnos evaluarán al técnico y las clases “modelo en cada unidad”.

Programación:

Este factor se evaluará de forma continua observando y actuando ante los resultados de los cuestionarios pasados con anterioridad.

9. TEMPORALIZACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN

En este punto se van a ubicar todas las unidades de la programación que se van a realizar desde Octubre a Mayo ambos inclusive. En él se reflejarán los días de vacaciones escolares en los cuales no se realizarán las actividades.

MESES	1ª SEMANA	2ª SEMANA	3ª SEMANA	4ª SEMANA	5ª SEMANA
OCT	1ª Unidad (3 sesiones)	1ª Unidad (3 sesiones)	1ª Unidad (2 sesiones)	1ª Unidad(2 s.) 2ª Unidad(1 s.)	2ª Unidad (3 sesiones)
NOV	2ª Unidad (3 sesiones)	2ª Unidad(1s.) 3ª Unidad(2s.)	3ª Unidad (3 sesiones)	3ª Unidad (3 sesiones)	
DIC	3ª Unidad (2 sesiones)	3ª Unidad(2 s.) 4ª Unidad(1 s.)	4ª Unidad (3 sesiones)		
ENE		4ª Unidad (3 sesiones)	4ª Unidad (3 sesiones)	4ª unidad(2s.) 5ª Unidad(1s.)	5ª Unidad (3 sesiones)
FEB	5ª Unidad (3 sesiones)	5ª Unidad (3 sesiones)	5ª Unidad(2 s.) 6ª Unidad (1s.)		
MAR	6ª Unidad (3 sesiones)	6ª Unidad (3 sesiones)	6ª Unidad (3 sesiones)	6ª Unidad(2 s.) 7ª Unidad(1 s.)	
ABR	7ª Unidad (3 sesiones)	7ª Unidad (3 sesiones)	7ª Unidad (3 sesiones)		7ª Unidad(2 s)
MAY	8ª Unidad (3 sesiones)	8ª Unidad (3 sesiones)	8ª Unidad (3 sesiones)	8ª Unidad (2 sesiones)	
JUN	Repaso Unidades	Repaso Unidades	Repaso Unidades	Repaso Unidades	



Desarrollo individual del Curso:

3.- TALLER DE FORMACIÓN PARA ARBITRAJE

1.- INTRODUCCIÓN

Dentro de la dinámica de constante evolución y mejora de las diferentes actividades técnicas que nuestra escuela pone en práctica temporada tras temporada, el TALLER de ARBITRAJE no puede quedar en un segundo orden. Cualquier deporte está formado por los diferentes colectivos que lo integran (siendo todos igual de importantes): entrenadores, jugadores, directivos y árbitros. Conocer y formarse, en todos los ámbitos, de la manera más global e integral posible es nuevamente nuestro objetivo esencial. Esa formación Teórico-Práctica contribuirá a que entre todos y todas aprendamos juntos para mejorar como Escuela de Baloncesto.

Esa evolución constante nos lleva a seguir trabajando en nuestro TALLER de Arbitraje por tercer año consecutivo. En el aspecto práctico, además de nuestra liga interna celebrada en la temporada anterior (con continuidad en este también) con un valorado éxito, tanto de participación como de formación, este año se amplía a la celebración así mismo del I Torneo de Navidad EBG.

En este Torneo la totalidad de los equipos que pertenecen a nuestra escuela en la presente temporada (a partir de babys 7 años) se han distribuido en ocho grupos de niveles similares con cuatro equipos en cada grupo. La competición se jugará a dos eliminatorias de semifinales y a dos finales (incluida la de consolación) durante la última semana de diciembre, siendo los partidos arbitrados, en función de su categoría, por los chavales que vienen participando desde hace tres años al TALLER DE ARBITRAJE.

En el aspecto teórico se pretende continuar con el desarrollo de nuestra formación arbitral adecuando ese arbitraje a la categoría en que se esté. El objeto que

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



nos guía es realizar esa adecuación centrándonos en las acciones técnicas fundamentales que deben permitirse (o cuya sanción debe omitirse) según el momento formativo de los jugadores.

También se hace necesario resaltar el apoyo de nuestra Escuela de Baloncesto EBG hacia el TALLER de ARBITRAJE. No sólo en disponibilidad de pistas, entrenadores, etc, sino a nivel de materiales. Se les ha facilitado a nuestros “árbitros” silbatos, camisetas, actas específicas para nuestras competiciones, etc. Todo la financiación ha sido exclusiva de nuestra escuela.

2- OBJETIVOS GENERALES DEL TALLER DE ARBITRAJE

En la actualidad la actividad arbitral debe ser considerada como parte insustituible de la actividad deportiva. En este sentido, la figura del árbitro ha experimentado una cierta mejora en los ámbitos deportivos y sociales, aunque probablemente todavía se encuentra a un rango inferior de consideración social respecto a otros colectivos deportivos como puedan ser los jugadores, entrenadores o directivos.

En cierta manera, este hecho viene dado por la actividad intrínseca del arbitraje: juzgar, decidir. Esas decisiones significan también sancionar, y, por tanto, dotadas como suelen estarlo por elementos subjetivos compuestos por el propio conocimiento de las Reglas de juego y su interpretación en décimas de segundo, vienen en cierta medida cargadas de polémica. Sobre todo en una sociedad tan competitiva como la nuestra, en la que se premia la victoria, el éxito, por encima de otros valores como la participación, la colaboración para lograr objetivos, la mejora personal, la formación constante, el compañerismo, etc.

Por lo tanto, el “árbitro” debe desarrollar una labor de juicio que, en demasiadas ocasiones resulta ingrata, sin perder el equilibrio que le permita sobreponerse a esas influencias externas. Exactamente igual, que el jugador, el entrenador, el directivo, etc.

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



Como cualquier deportista su inteligencia emocional le deberá servir para superarse en cualquier situación, por difícil que pueda parecer.

Los objetivos y la filosofía de nuestro TALLER de ARBITRAJE persigue esa idea: la mejor formación tanto global como integral, de manera que el aprendizaje en nuestro deporte sea lo más enriquecedor posible.

**"ARBITRAR: HACER QUE SE OBSERVEN LAS REGLAS DE UN
JUEGO.....**

QUE TODOS JUNTOS DEBEMOS CONOCER"

3- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL TALLER DE ARBITRAJE

En los apartados anteriores se han recogido alguno de los principios fundamentales de nuestro TALLER. La puesta en práctica y su aplicación no puede ser homogénea en cualquier categoría formativa del deporte de baloncesto. ¿Por qué? Es evidente: los períodos de formación-asimilación de principios técnicos y valores que deben realizar los entrenadores sobre sus jugadores están adecuados a las edades de los jugadores. En el arbitraje no puede ser de otra manera.

La conclusión lógica tiene que ser: el arbitraje debe adaptarse a las categorías donde debe ejercerse. Se trata de establecer unas reglas generales de actuación que, en buena medida, vienen determinadas por los aspectos que los formadores de jugadores (entrenadores) van a desarrollar en sus jugadores durante los entrenamientos. Este hecho facilitará nuestro pretendido aprendizaje global e integral.

Los principales objetivos de las categorías de formación en su conjunto son:

- a) Desarrollar hábitos técnicos de acuerdo con la capacidad motriz de los jugadores, capacidad que varía en función de la edad de los jugadores.

CD AD EBG Málaga

Escuela de Baloncesto Masculina y Femenina
Avda Gregorio Diego nº 44, oficina 2, 29004 Málaga
Tfno y fax: 952173883



- b) Desarrollar valores, en la mayor parte sociales, desde la dirección de grupo: trabajo en equipo, integración de jugadores menos dotados, educación y respeto por los colectivos integrantes del juego, asumir decisiones, superación, formación constante, etc..

En realidad, durante las etapas de formación podemos llegar a una conclusión: lo importante es aprender y disfrutar. Los aspectos competitivos existen, pero quedan en un segundo plano. Ganar no lo es todo.

Desde esta perspectiva del juego, el arbitraje debe llegar a convertirse en una prolongación de los entrenamientos. Es otra fase más de formación aplicada a los jugadores, ya que, les permitirán poner en práctica, el aprendizaje técnico realizado durante los entrenamientos mediante observaciones directas de lo trabajado. Este aprendizaje de los jugadores es el objetivo principal de todos los entrenadores durante la formación de sus chicos.

Durante años anteriores, hemos estado trabajando en cuestiones básicas: conocimiento de las reglas, señalización, elaboración de actas, colocación en la pista, etc.

Para la presente temporada, nuestro objetivo como TALLER de ARBITRAJE será más ambicioso. Pretendemos establecer unas pautas de actuación claras y sencillas para los arbitrajes en categorías inferiores, pautas que puedan ser asimiladas y aplicadas sin excesiva complicación. En ello estamos trabajando.



Desarrollo individual del Curso:

4.-CURSO DE FORMACION Y PREVENCION MEDICA

“El deporte como pilar básico de la prevención médica. Hábitos para una mejor calidad de Vida”

Las enfermedades cardiovasculares constituyen la primera causa de mortalidad en los países desarrollados debido fundamentalmente a la enfermedad isquémica del corazón (infarto, angina de pecho) y a la enfermedad cerebrovascular. En mujeres la mortalidad general y cardiovascular es prácticamente el doble que en hombres.

Con el aumento de la esperanza de vida de nuestra población y la mejora terapéutica de la cardiopatía isquémica y la hipertensión arterial, las enfermedades cardiovasculares representan un patología de especial relevancia por su creciente prevalencia en nuestro medio. Ciertos problemas de salud aparecen como únicos en la mujer, otros son más frecuentes e incluso de forma desproporcionado como ocurre con el cáncer de mama, la artritis reumatoide o la osteoporosis. A pesar de todo no debemos olvidar que las enfermedades cardiovasculares continúan siendo la primera causa de muerte en la mujer. No obstante, las características propias de esta patología en la mujer ha sido menos estudiada que en los hombres, así por ejemplo en los grandes ensayos clínicos de patología cardiovascular, la población estudiada de mujeres representa un 20% del total de la población total, representando la mujer aproximadamente un 50% de los ingresos hospitalarios por dicha patología en una población no seleccionada.

Sin embargo a pesar de la gran repercusión de las mujeres en el pronóstico de la insuficiencia cardiaca; la mayor parte de la evidencia científica disponible sobre la influencia del sexo en el pronóstico de los pacientes con enfermedades cardiovasculares provienen de análisis retrospectivos de ensayos clínicos donde es conocida la infrarepresentación de las mujeres y la evidencia es menor en registros hospitalarios actuales donde se analice específicamente la diferencia entre sexos tras la publicación de guías de actuación modernas con cambios en el manejo diagnóstico y terapéutico.



El sedentarismo es hoy día uno de los factores de riesgo más importantes para el desarrollo de enfermedad cardiovascular en nuestra sociedad. Es conocido por los datos obtenidos de las encuestas del Instituto Nacional de Estadística de nuestro país como las enfermedades cardiovasculares (infarto y/o angina de pecho, accidentes cerebrovasculares, arteriopatía periférica) son la causa más frecuente de muerte y debemos realizar un gran esfuerzo de educación para luchar contra ella y mejorar la salud de nuestra sociedad.

Así el ejercicio físico regular reduce la mortalidad y la morbilidad cardiovascular, sin embargo si este es intenso puede tener un efecto paradójico al asociarse con episodios de muerte súbita. Aunque la incidencia de eventos cardiovasculares durante el ejercicio es realmente baja (1 muerte súbita por 1,5 millones de ejercicios físico intenso) (0.13-0.75/100000 mujeres/hombres atletas mueren anualmente) debemos analizar en profundidad las causas que lo producen.

La educación ciudadana constituye la mejor forma de mejorar el grado de ejercicio físico de nuestra población y de evitar muertes por un mal control del ejercicio físico. Además la educación en salud produce unos efectos adicionales para el conjunto de la población en términos de mortalidad (por ejemplo secundarias a hábitos tóxicos como el tabaco u otras drogas) como en morbilidad y/o ingresos hospitalarios al realizar programas educativos para controlar el peso que disminuiría la prevalencia de diabetes, dislipemias y de hipertensión arterial los llamados factores de riesgo cardiovascular clásicos causantes de esta “epidemia” que son las enfermedades cardiovasculares.

PROGRAMA:

- 1. El ejercicio físico: Conceptos fisiológicos básicos. Diferencias entre géneros.**
- 2. Beneficios del ejercicio físico en población general sana y enferma. Evidencia científica de diferencias entre sexo.**
- 3. Las cardiopatías en nuestro medio. Prevalencia y factores asociados. Dieta cardiosaludable.**
- 4. Factores de riesgo cardiovascular clásicos. Diferencias.**
- 5. Diferencias en el uso de métodos diagnósticos y terapéuticos utilizados en Cardiología entre sexos.**



5.- PRESUPUESTOS Y GASTOS DE PREVISIÓN DE CADA ACTIVIDAD FORMATIVA

PARTIDAS PRESUPUESTADAS PARA EL TOTAL DE LAS ACTIVIDADES FORMATIVA

(cuatro actividades a desarrollar)

(la cantidad prevista de asistentes para cada curso es de **350** personas entre entrenadores y jugadores)

<u>Conceptos</u>	<u>Cantidad prevista (euros)</u>
documentos del curso y otros	1500 euros
Material académico y Fotocopias	4500 euros
Ponentes/Profesores del taller	6000 euros
Desplazamientos y combustible	2000 euros
Gastos administrativo (teléfono, fax, comunicados, difusión en prensa y demás gestiones)	1500 euros
Uso de salón e instalaciones para conferencia	2000 euros
Comida de entrenadores (2,5 días)	2000 euros
Gastos de Publicidad y Comunicación (medios informáticos, Web, periódicos, TV local...etc)	1500 euros
Total Previsto	21000 euros