



ESCUELA DE DOMINGOS

INICIACIÓN AL BALONCESTO

Y

PERFECCIONAMIENTO

Pabellón IES Pilar Lorengar

Niñ@s nacidos del 2010 al 2003

11.00-12.15 y 12.15-13.30

APRENDE Y DIVIERTETE CON NOSOTROS



Basket Lupus
31 años llevando el Basket
en el Barrio de la Jota

Esta actividad dirigida a niños y niñas, tanto socios de la Agrupación como NO SOCIOS, que desean practicar este deporte.

¿Qué Hacemos?

Las escuelas de baloncesto son el primer paso en la formación de los jugadores/as en la AD Lupus. Las escuelas de iniciación conjugan aprendizaje y diversión en la inmersión deportiva de los niñ@s. Constituyen la base de la pirámide que continúa con los equipos que participan en Ligas Escolares, Federadas y culminan en los equipos sénior del club.

La Escuela de Domingos es una actividad enfocada al primer desarrollo deportivo de los/as niños/as que quieren empezar en el mundo del deporte a una edad temprana (5-8 años), en este caso en el baloncesto. Son unos años claves para el aprendizaje motor: es la edad en la que existe un mayor nivel de recepción de gestos deportivos. El objetivo fundamental es introducir al niño/a en el ámbito deportivo e inculcarle unas bases sólidas para su futuro. Los valores que deseamos que despierte esta escuela son: la amistad, el esfuerzo, el respeto y la responsabilidad.

Con el grupo de perfeccionamiento esperamos completar la formación de los niños/as que ya juegan al baloncesto enriqueciendo sus habilidades tácticas y técnicas individuales y colectivas gracias al desarrollo de un trabajo más personal y detallado que el que se puede llevar a cabo dentro de los entrenamientos de equipo durante el desarrollo de la competición.

Objetivos

Básicos

- >Conocer y comprender las principales reglas del juego.
- >Adquirir hábitos saludables a través del deporte
- >Desarrollar habilidades sociales a través del trabajo en grupo.
- >Desarrollar las habilidades motrices y cognitivas genéricas de forma polivalente
- >Adquirir una buena capacidad de orientación y coordinación espacio temporal.
- > Desarrollar la percepción y coordinación ocular-motora
- >Desarrollar la inteligencia emocional a través de la toma de decisiones y la reflexión mediante la práctica y desarrollo de la actividad deportiva.
- >Mejora del equilibrio-propiocepción
- >Desarrollar la capacidad de reacción
- >Adquirir y desarrollar la capacidad rítmica Musculo-Esquelética.

Aplicados

- Posición básica de Juego
- Técnica de Carrera
- Condición Física Básica (Física, Psíquica y Técnica)
- Dominio de Balón-Bote
- Desplazamiento con Balón
- Desplazamiento sin Balón
- Paradas
- Entradas a Canasta
- Técnica de Tiro
- Técnica de Pase-Recepción
- Lectura de los Espacios

Fechas:

Cada Domingo No Festivo según el Calendario Escolar 2015-2016. (28-sesiones)

MES	DOMINGOS (28sesiones)
SEPTIEMBRE	27
OCTUBRE	4 - 18 - 25
NOVIEMBRE	8 - 15 - 22 - 29
DICIEMBRE	13 - 20
ENERO	10 - 17 - 24 - 31
FEBRERO	7- 14 - 21 - 28
MARZO	13 - 20
ABRIL	3- 10 - 17 - 24
MAYO	8 - 15 - 22 - 29

Instalación:

Pabellón "Antonio Puyuelo"-IES Pilar Lorengar

C/Baluarto Aragonés s/n

Horario Previsto:

11.00-12.15 y 12.15-13.30*

*Según nº total de inscritos a confirmar antes del 4/10/2015 (Mínimo para grupo: 6)

Inscripción:

Online en www.basketlupus.com

0

Solicitando la documentación a los Coordinadores del Club.

La Inscripción incluye:

- 28 sesiones de entrenamiento
- Una Camiseta Técnica de Entrenamiento.
- Seguro Médico Deportivo DGA
- -Posible Participación en la Liga Escuelas y resto de competiciones a las que es invitado el club. (Según demanda y conforme con el coordinador)
- -Participación en el Día del Club.
- -Asistencia Clínic del CAI Zaragoza
- -Asistencia a un encuentro y visita de las instalaciones del CAI Zaragoza

Material Necesario

- Asistir con ropa deportiva y calzado adecuado para la práctica de la actividad.
- Una botella de agua.

Entrenadores

La Escuela estará dirigida por entrenadores de la AD Lupus con larga experiencia en el club trabajando con grupos de iniciación y escolar. Estos están titulados por la Federación Aragonesa de Baloncesto y acreditados por la DGA.

Precio

El coste de la Actividad es de

136 €

Se abonará en 2 transferencias cuatrimestrales

Para Socios en 2ª Actividad: 80€

Se abonarán **10 euros al mes** incrementando la cuota de 1ª actividad.

Existe posibilidad de descuentos



Más información:

basketlupus@gmail.com

   @basketlupus