



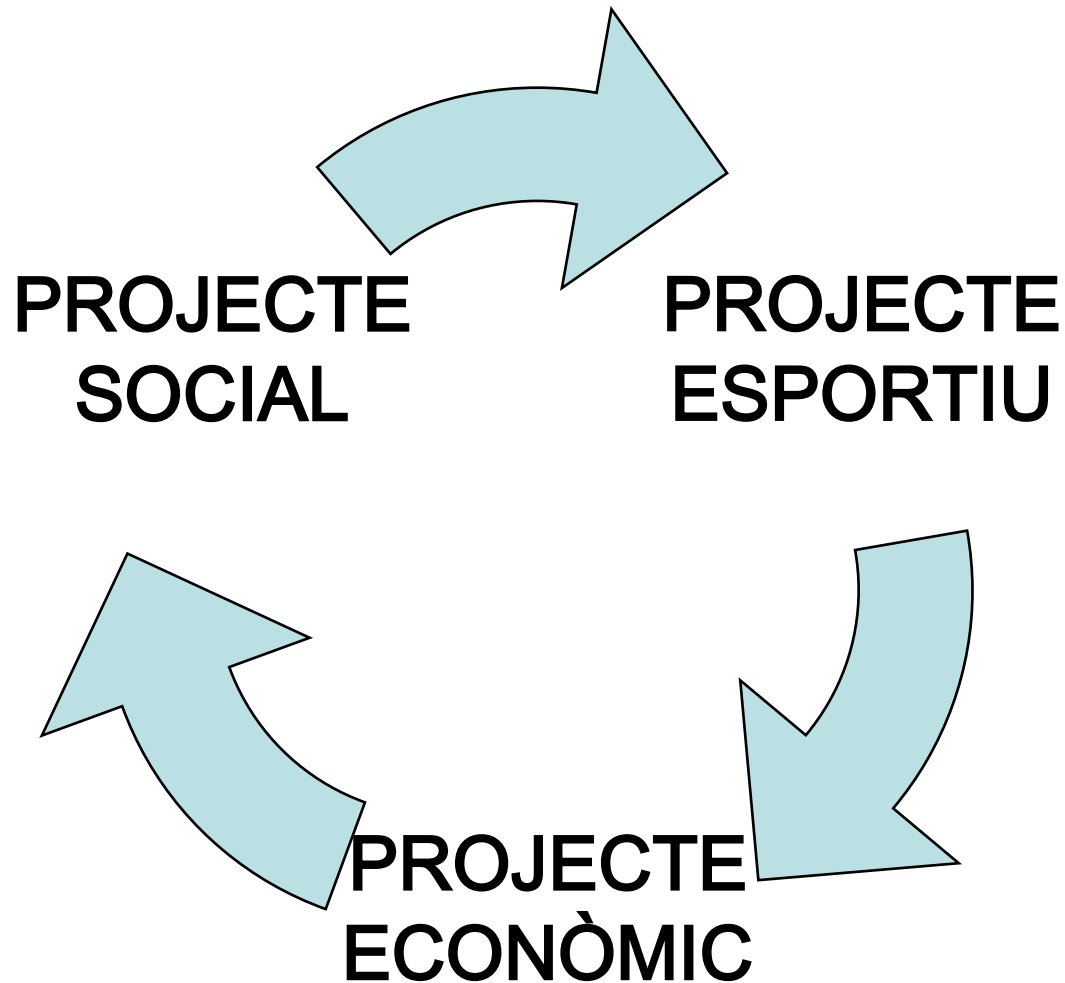
# Reunió pares

20 setembre 2011

# Què volem ?

- El Club Bàsquet Igualada te com a objectiu: **Fomentar, Desenvolupar i Practicar** el basquetbol de forma continuada a casa nostre.
- Volem **formar** persones i esportistes complets. Per això treballarem amb la intenció que els joves aprofitin el seu **do** pel basquetbol, visquin l'esport amb **passió** i el **practiquin intensament**. Això fa brotar, com si d'una flor parléssim, el **talent** i l'**autoestima** de cada noi i noia, aconseguint unes quotes de **motivació** molt elevades.
- Volem que tothom entengui, especialment les famílies, que l'**esport** és una plataforma increïble per **aprendre** tècnica, tàctica i estratègia, però també els **valors** fonamentals. I tot això en un context, el millor, on el jugador no ve a l'esport obligat, ho fa **motivats** i **implicats** amb ell mateix, l'equip on juga i el club que l'acull.
- Aquesta és un repte pels que formem el Club, especialment els **tècnics**, que ens obliga a estar **motivats, preparats** i a **seguir millorant** la nostra competència i competitivitat amb un clar objectiu: **ensenyar més i millor**.
- Volem que **les famílies** vegin les avantatges de l'esport i **ajudin** en la tasca del club i dels seus entrenadors. Informant i animant, però també **respectant** i **recolzant** l'actuació del club, especial la dels tècnics.
- Tothom ha de viure l'esport amb **emoció**, però també amb **paciència** ja que l'etapa formativa dels jugadors és llarga i exigent.

# Clubs Esportius



# Comissió esportiva

1. President
2. Directiu Esportiu del masculí
3. Directiu Esportiu del femení
4. Director tècnic masculí
5. Director tècnic femení
6. Assessor esportiu

*En comissió disciplinària cal afegir-hi:*

7. Entrenador del jugador o equip implicat

**PROJECTE  
ESPORTIU CBI**

```
graph TD; A[PROJECTE ESPORTIU CBI] --- B[COMISSIÓ ESPORTIVA]; B --- C[MASCULÍ]; B --- D[FEMENÍ]; C --- E[DIRECTOR TÈCNIC]; C --- F[ENTRENADORS]; C --- G[PREPARADORS FÍSICS];
```

**COMISSIÓ  
ESPORTIVA**

**MASCULÍ**

**FEMENÍ**

**DIRECTOR TÈCNIC**

**ENTRENADORS**

**PREPARADORS  
FÍSICS**

# Per formar part d'aquest EQUIP de treball

Condicions indispensables:

- 1. Apassionat del Basquetbol**
- 2. Molt Treballador**
- 3. Implicat amb el Club**

# Per formar part d'aquest EQUIP de treball

I també:

**4. Comunicador**

**5. Líder d'un mateix**

**6. Disposar de Titulació**

# Jugadors pels que “apostem”

- Implicats amb el club i l'equip
- Apassionats
- Treballadors
- Competitius

I si a més tenen do per jugar a bàsquet, fantàstic!

*Els defectes d'un jugador son els defectes dels seus entrenament (José Antonio Gasca)*

**SÈNIOR**

**SOTS 21 19-21 Anys**  
**JÚNIOR 17-18 Anys**

**CADET 15-16 Anys**  
**INFANTIL 14 Anys**  
**PRE – INFANTIL 13 Anys**

**MINI 11-12 Anys**  
**PRE-MINI 9-10 Anys**  
**ESCOLA ?-8 Anys**

# Com treballarem:

- **Fins a Cadet B: Treball de fonaments ind. per Estacions 2 dies per setmana.**
  - La resta d'equips un dia a la setmana
  - Idea disminuir ratio jugadors x cada entrenador
  - DLL Treball tècnic 1c0 (bot, passe i tir)
  - DX Treball tècnic 1c0 i tàctica reduïda 1c1, 2c2
- Treball físic adequat a l'edat del jugador amb el preparador físic
  - 1, 2 o 3 dies a la setmana segons l'equip

# Com treballarem:

- 2n i/o 3r dia treballs tàctica col·lectiva 2c2, 3c3, 4c4, 5c5
  - Evolució del contraatac
  - Pressió defensiva
  - Defensa ajudes
  - Bloc directe / indirecte
  - Organització al joc col·lectiu
- La competició és l'EXAMEN de la setmana:
  - Titularitat és pels millors de la setmana
  - Si entrenes menys o malament, jugues menys

# Com jugarem (FILOSOFIA de JOC):

- **AGRESSIUS en defensa i atac**
  - Defensa:
    - Lluitar pilotes
    - Ús de les mans
    - Pressió defensiva
    - 2c1
    - Rebot defensiu amb idea de contraatacar
  - Atac
    - Intentar contraatacar
    - Jugadors dominadors del 1c1
    - Bons tiradors de 3 punts
    - Rebot ofensiu
    - Dinamisme de tothom

# Expedient del jugador

- Cada cert temps adjuntarem informes sobre tot allò que considerem representatiu o destacable:
  - Evolució física, tècnica, tàctica de forma ben detallada
  - Evolució Psicològica: Autoestima, motivació...
  - Comportament general, assistència, retards...
  - Conducta davant: la competició, els entrenaments, les dificultats, la pressió,...
  - Notes acadèmiques
  - Sancions disciplinàries

# Iniciatives motivadores

- Grada Jove (tambors, gran bandera, berenar...)
- Pantalla gegant, mirar partits de bàsquet i/o pel·lícules esportives (valors)
- Assistir amb equips a partits o entrenaments d'equips ACB
- Tornejos nacionals i Internacionals
- Muntar torneig o intercanvi
- Samarreta retro/ cromos ACB
- Dinamitzar cistelles de la ciutats
- Supermanager ACB i CBI
- Botiga CBI...



- Toma aqui tienes
- que es?
- un sueño!
- a mi me parece un balon de baloncestol
- eso lo dicen todos antes de jugar!