



## **Encuentros virtuales de Mini básquet**

Todos somos conscientes de lo que representa el mini en nuestra actividad. Valores, motivación y la puerta de entrada al insuperable mundo del BÁSQUETBOL.

Por eso, en este escenario actual, donde debemos estar en casa, no queremos detenernos, queremos seguir en contacto, seguir jugando, seguir aprendiendo, seguir haciendo deporte, aún en estas circunstancias.

Les presentamos los Encuentros virtuales de Mini básquet.



## Encuentro de Mini básquet – U10 Pre mini

Acceso de los jugadores de ambos equipos a la sala de Zoom mientras los entrenadores les dan la bienvenida.

Cada jugador debe ingresar con nombre del club al que pertenece, nombre propio y número EJ: **UV – Lucas #22**. Además en lo posible con camiseta o colores del club al que representa. Se recomienda silenciar los micrófonos de todos los jugadores y habilitarlos en caso de que lo pidan x señas.

### Entrada en calor:

Todos los jugadores en pantalla

Durante **3 minutos** en total, guiados por uno de los entrenadores. Ambos equipos juntos, realizan 3 ejercicios para entrar en calor, de **1 minuto cada ejercicio**.

1. Pelota alrededor del cuerpo. <https://youtu.be/QmxQDjejp84>
  2. Picar el balón variando las alturas, entre las piernas, sentarse, etc. <https://youtu.be/miDzEiE9Lmc>
  3. Darles libertad para hacer cada uno lo que quiera.
- Se acompaña con música

### 1er. Período:

Moderador del equipo A – Explica rápidamente el desafío.

Comienza el equipo A. Todos los jugadores de equipo A en pantalla. Los jugadores del equipo B tapan su cámara o la anulan.

**Desafío:** Mientras se pica la pelota, con una mano, con la otra el jugador intenta ponerse una camiseta sin mangas. ¡Siempre sin dejar de picar la pelota! Tiempo máximo **1 minuto**.

<https://youtu.be/WiSj2D-Ne0o>

Se prepara el equipo A y cuando comienza la música, comienzan a jugar.

El equipo A finaliza cuando termina la música.

El equipo A, tapa la cámara y el equipo B la pone en funcionamiento.

El equipo B juega con la misma dinámica explicada anteriormente.

En pre mini no competimos, así que la idea es que todos participen y no hay un ganador.

### 2do. Período:

Moderador del equipo B – Explica rápidamente el ejercicio.

Comienza el equipo B. Todos los jugadores del equipo B en pantalla. Los jugadores del equipo A tapan su cámara o la anulan.

**Desafío:** Cada jugador lanzará al aro desde una distancia de 3 metros, durante **3 minutos** y contará la cantidad de conversiones.

Pueden lanzar al aro común , en caso de tener uno en casa, el cesto o tacho sostenido por un familiar o simplemente un ayudante hace el aro con los brazos.

<https://youtu.be/uqudTyUpQbE>

Cuando comienza la música, el equipo B comienza a jugar y finaliza al terminar la música.

Los jugadores, vía chat, comunican cuantos han convertido.

El equipo B, tapa la cámara y el equipo A la pone en funcionamiento.

El equipo A juega con la misma dinámica explicada anteriormente.

### **3er. Período:**

Moderador del equipo A – Explica rápidamente el desafío. Se da tiempo a preparar el escenario.

Comienza el equipo A. Todos los jugadores de equipo A en pantalla. Los jugadores del equipo B

tapan su cámara o la anulan.

**Desafío:** El jugador toma un broche, sale picando pasa por debajo del palo de escoba y prende el broche a un balde, ropa de familiar, vaso, etc. En caso de no tener broches de ropa, sugerimos reemplazar por medias para meter en un balde o caja.

<https://youtu.be/rKmbqdIQtAE>

A la vuelta debe realizar el mismo camino vuelve a comenzar. Duración del desafío, 2 minutos.

Desde la partida hasta el balde o similar debe haber, al menos, 4 metros.

Cuando comienza la música, el equipo A comienza a jugar y finaliza al terminar la música.

El equipo B juega con la misma dinámica explicada anteriormente.

En pre mini no competimos, así que la idea es que todos participen y no hay un ganador.

### **Tiempos fuera:**

Cada Entrenador podrá pedir un tiempo fuera entre cada ejercicio.

Consiste en hacerle una pregunta sobre basquetbol al equipo contrario.

El equipo podrá googlear o consultar a personas ajenas al equipo.

Tendrá 45 segundos para contestar y deberá escribir la respuesta correcta en el chat.

Basta con que 1 integrante del equipo dé la respuesta correcta.

Si consigue dar la respuesta correcta suma 1 punto.

### **3er Tiempo.**

En caso de quedar unos minutos en la sala de Zoom se harán preguntas, comentarios entre los jugadores de ambos clubes, buscando darle un sentido social y de amistad que exceda la mera competencia deportiva.



## Encuentro de Mini básquet – U12 – Competencia de habilidades

Acceso de los jugadores de ambos equipos a la sala de Zoom mientras los entrenadores les dan la bienvenida.

Cada jugador debe ingresar con nombre del club al que pertenece, nombre propio y número EJ: **UV – Lucas #22**. Además en lo posible con camiseta o colores del club al que representa. Se recomienda silenciar los micrófonos de todos los jugadores y habilitarlos en caso de que pidan x señas.

### **Entrada en calor:**

Libre – todos los jugadores en pantalla

Durante **3 minutos** cada jugador libremente realiza ejercicios de manejo, lanzamiento o elongación. Se acompaña con música.

### **1er. Período:**

Moderador del equipo A – Explica rápidamente el desafío.

Comienza el equipo A. Todos los jugadores de equipo A en pantalla. Los jugadores del equipo B tapan su cámara o la anulan.

**Desafío:** Pique de balón entre piernas (en ocho), con un total de 4 piques, durante **1 minuto**.  
<https://youtu.be/l6W-H--zKn8>

Se prepara el equipo A y cuando comienza la música, comienzan a jugar.

Se cuenta cuantas veces la pelota pasa por entre las piernas. Cada jugador cuenta su propio logro.

El equipo A finaliza cuando termina la música.

A continuación, cada jugador escribe en el chat su registro y el Entrenador o colaborador del equipo A toma nota de los 2 (dos) mejores registros de su equipo.

El equipo A, tapa la cámara y el equipo B la pone en funcionamiento.

El equipo B juega con la misma dinámica explicada anteriormente.

Cuando finaliza el equipo B, se tendrán los 4 (finalistas), 2 de cada equipo.

Se repite el desafío, pero esta vez en solo 30 segundos y cada entrenador y colaborador llevará la cuenta de sus jugadores.

Gana el equipo que tenga al jugador ganador y suma 1 punto.

### **2do. Período:**

Moderador del equipo B – Explica rápidamente el ejercicio.

Comienza el equipo B. Todos los jugadores del equipo B en pantalla. Los jugadores del equipo A tapan su cámara o la anulan.

**Desafío:** Desplazamiento defensivo entre conos. 2 conos (o zapatillas, botellas de plástico o elementos similares). La distancia entre conos será de 3 (tres) metros. Duración de **1 minuto**

<https://youtu.be/-w842mZ78YU>

Se prepara el equipo B y cuando comienza la música comienza a jugar.

Se cuenta cuantos 8 completos realiza cada jugador. Cada jugador cuenta su propio logro.

El equipo B finaliza cuando termina la música.

A continuación, cada jugador escribe en el chat su registro y el Entrenador o colaborador del equipo B toma nota de los 2 (dos) mejores registros de su equipo.

El equipo B, tapa la cámara y el equipo A la pone en funcionamiento.

El equipo A juega con la misma dinámica explicada anteriormente.

Cuando finaliza el equipo A, se tendrán los 4 (finalistas), 2 de cada equipo.

Se repite el desafío, pero esta vez en solo **45 segundos** y cada entrenador y colaborador llevará la cuenta de sus jugadores.

Gana el equipo que tenga al jugador ganador y suma 1 punto.

### **3er. Período:**

Moderador del equipo A – Explica rápidamente el desafío.

Comienza el equipo A. Todos los jugadores de equipo A en pantalla. Los jugadores del equipo B tapan su cámara o la anulan.

**Desafío:** Los jugadores que tienen aro en su casa realizan lanzamiento, yendo a buscar su propio rebote, durante **1 minuto**. La distancia de tiro será a 4 metros.

<https://youtu.be/VIIZB0w5dFQ>

Se prepara el equipo A y cuando comienza la música, comienzan a jugar.

Se cuentan veces encesta en **1 minuto**. Cada jugador cuenta su logro.

El equipo A finaliza cuando termina la música.

A continuación, cada jugador escribe en el chat su registro y el Entrenador o colaborador del equipo A toma nota de los 2 (dos) mejores registros de su equipo.

El equipo A, tapa la cámara y el equipo B la pone en funcionamiento.

El equipo B juega con la misma dinámica explicada anteriormente.

Cuando finaliza el equipo B, se tendrán los 4 (finalistas), 2 de cada equipo.

Se repite el desafío, pero esta vez gana el jugador que llegue primero a 5 canastas.

Gana el equipo que tenga al jugador ganador y suma 1 punto.

### **Tiempos fuera:**

Cada Entrenador podrá pedir un tiempo fuera entre cada ejercicio.

Consiste en hacerle una pregunta sobre basquetbol al equipo contrario.

El equipo podrá googlear o consultar a personas ajenas al equipo.

Tendrá **45 segundos** para contestar y deberá escribir la respuesta correcta en el chat.

Basta con que 1 integrante del equipo dé la respuesta correcta.

Si consigue dar la respuesta correcta suma 1 punto.

Resultado final.

Gana el equipo que sume más puntos entre los 3 (tres) desafíos y los Tiempos fuera.

### **Desafío de reserva:**

En caso de que algún equipo no disponga ningún participante con aro en su casa sugerimos

reemplazar el desafío de tiro por el siguiente.  
Siguiendo con la misma dinámica de los desafíos anteriores.

<https://youtu.be/UX2DdR161MI>

### **3er Tiempo.**

En caso de quedar unos minutos en la sala de Zoom se harán preguntas, comentarios entre los jugadores de ambos clubes, buscando darle un sentido social y de amistad que exceda la mera competencia deportiva.



## Encuentro de Mini básquet – U13 – Competencia de habilidades

Acceso de los jugadores de ambos equipos a la sala de Zoom mientras los entrenadores les dan la bienvenida.

Cada jugador debe ingresar con nombre del club al que pertenece, nombre propio y número EJ: **UV – Lucas #22**. Además en lo posible con camiseta o colores del club al que representa. Se recomienda silenciar los micrófonos de todos los jugadores y habilitarlos en caso de que lo pidan x señas.

### **Entrada en calor:**

Libre – todos los jugadores en pantalla

Durante **3 minutos** cada jugador libremente realiza ejercicios de manejo, lanzamiento o elongación. Se acompaña con música.

### **1er. Período:**

Moderador del equipo A – Explica rápidamente el desafío.

Comienza el equipo A. Todos los jugadores de equipo A en pantalla. Los jugadores del equipo B tapan su cámara o la anulan.

**Desafío:** Combinación de manejo de balón como indica el video durante **1 minuto**.  
<https://youtu.be/UX2DdR161MI>

Se prepara el equipo A y cuando comienza la música, comienzan a jugar.

Se cuenta cuantas veces la pelota pasa por detrás de la espalda. Cada jugador cuenta su propio logro.

El equipo A finaliza cuando termina la música.

A continuación, cada jugador escribe en el chat su registro y el Entrenador o colaborador del equipo A toma nota de los 2 (dos) mejores registros de su equipo.

El equipo A, tapa la cámara y el equipo B la pone en funcionamiento.

El equipo B juega con la misma dinámica explicada anteriormente.

Cuando finaliza el equipo B, se tendrán los 4 (finalistas), 2 de cada equipo.

Se repite el desafío, **1 minuto**, y cada entrenador y colaborador llevará la cuenta de sus jugadores.

Gana el equipo que tenga al jugador ganador y suma 1 punto.

### **2do. Período:**

Moderador del equipo B – Explica rápidamente el ejercicio.

Comienza el equipo B. Todos los jugadores del equipo B en pantalla. Los jugadores del equipo A tapan su cámara o la anulan.

**Desafío:** Desplazamiento defensivo entre conos. 2 conos (o zapatillas, botellas de plástico o elementos similares). La distancia entre conos será de 3 (tres) metros. Duración de **1 minuto**

<https://youtu.be/-w842mZ78YU>

Se prepara el equipo B y cuando comienza la música comienza a jugar.

Se cuenta cuantos 8 completos realiza cada jugador. Cada jugador cuenta su propio logro.

El equipo B finaliza cuando termina la música.

A continuación, cada jugador escribe en el chat su registro y el Entrenador o colaborador del equipo B toma nota de los 2 (dos) mejores registros de su equipo.

El equipo B, tapa la cámara y el equipo A la pone en funcionamiento.

El equipo A juega con la misma dinámica explicada anteriormente.

Cuando finaliza el equipo A, se tendrán los 4 (finalistas), 2 de cada equipo.

Se repite el desafío, pero esta vez en solo **45 segundos** y cada entrenador y colaborador llevará la cuenta de sus jugadores.

Gana el equipo que tenga al jugador ganador y suma 1 punto

### **3er. Período:**

Moderador del equipo A – Explica rápidamente el desafío.

Comienza el equipo A. Todos los jugadores de equipo A en pantalla. Los jugadores del equipo B tapan su cámara o la anulan.

**Desafío:** Los jugadores que tienen aro en su casa realizan lanzamiento, yendo a buscar su propio rebote, durante **1 minuto**. La distancia de tiro será a 4 metros.

<https://youtu.be/VIIZB0w5dFQ>

Se prepara el equipo A y cuando comienza la música, comienzan a jugar.

Se cuentan veces encesta en **1 minuto**. Cada jugador cuenta su logro.

El equipo A finaliza cuando termina la música.

A continuación, cada jugador escribe en el chat su registro y el Entrenador o colaborador del equipo A toma nota de los 2 (dos) mejores registros de su equipo.

El equipo A, tapa la cámara y el equipo B la pone en funcionamiento.

El equipo B juega con la misma dinámica explicada anteriormente.

Cuando finaliza el equipo B, se tendrán los 4 (finalistas), 2 de cada equipo.

Se repite el desafío, pero esta vez gana el jugador que llegue primero a 5 canastas.

Gana el equipo que tenga al jugador ganador y suma 1 punto.

**SI UN EQUIPO NO DISPONE DE AROS PARA LANZAR, SUGERIMOS REALIZAR OTRO DESAFÍO DE MANEJO ESTÁTICO, DONDE TODOS PUEDEN PARTICIPAR.**

Ej: <https://youtu.be/I6W-H--zKn8>

### **3er Tiempo.**

En caso de quedar unos minutos en la sala de Zoom se harán preguntas, comentarios entre los jugadores de ambos clubes, buscando darle un sentido social y de amistad que exceda la mera competencia deportiva

**VAMOS LA PLATA!!!**

Gustavo De Benedetti, APdeB, Banco Provincia. - Juan Ignacio Ramírez, Unión Vecinal.

Felipe Nápoli, Club Atenas La Plata - Agustín Lozano, Asociación Cultural y Deportiva Reconquista

Juan Martín Saralegu – UNLP - Vanina Alva, CEYE