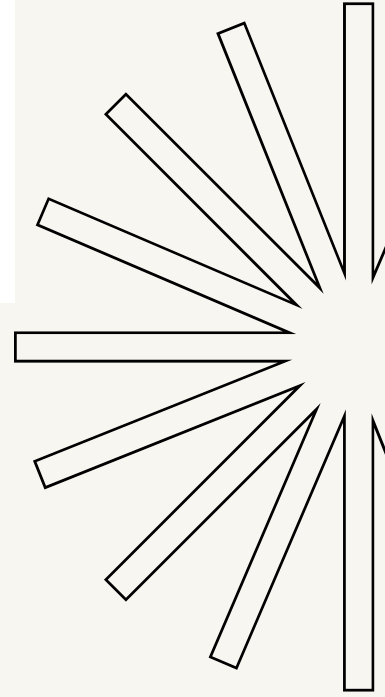




Co-funded by  
the European Union

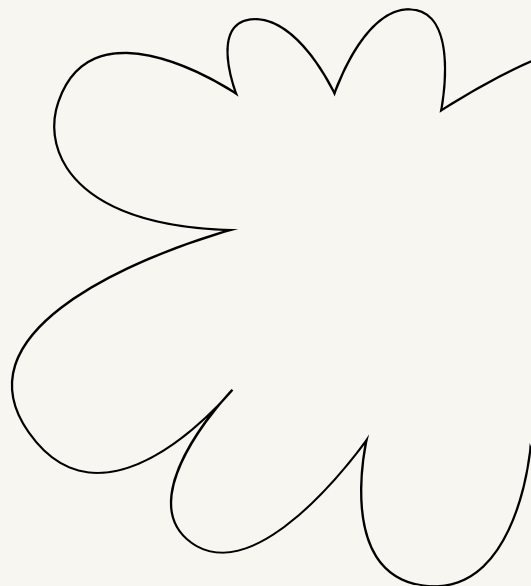


Entrenadoras de baloncesto  
empoderadas

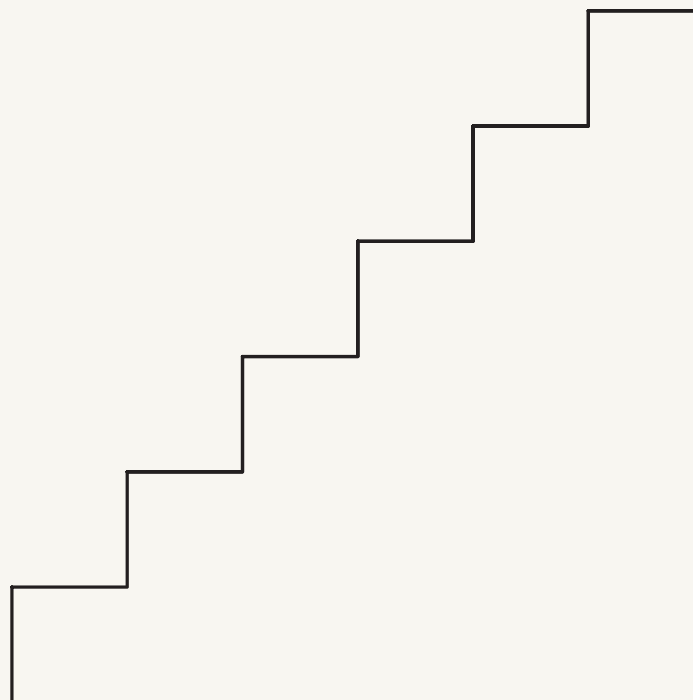
# Modulo de entrenamiento

“Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea en Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ello”.

# Tabla de contenidos



03	Sobre el proyecto
06	Consortio del proyecto
11	Análisis de la situación
30	Sesiones
75	Sobre Erasmus + Deporte



# Sobre el proyecto

El proyecto “Empowered Females Coaches of Basketball” aborda la situación de las actuales entrenadoras de baloncesto en Europa, desde su formación hasta la participación en el baloncesto amateur e incluso profesional. Este proyecto quiere visibilizar la necesidad de debate y ofrecer una propuesta de políticas para promover la participación femenina en diferentes posiciones de liderazgo en el baloncesto, como la dirección de equipos.

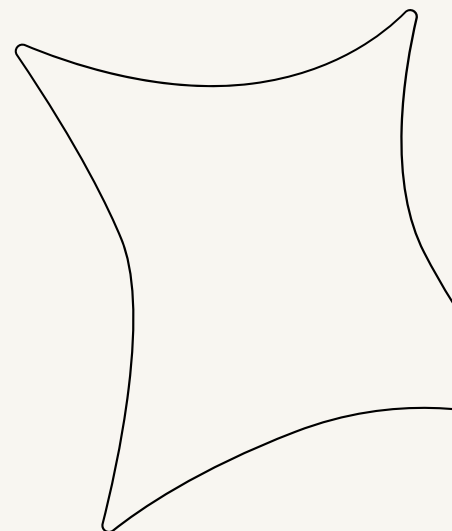
En 2017, un estudio de la Organización de las Naciones Unidas estimó que había un 50,5% de hombres y un 49,5% de mujeres del total de la población mundial. Sin embargo, en ese mismo año, de los aproximadamente 210 entrenadores (jefes y asistentes) que formaban parte de las 30 franquicias de la NBA, sólo el 0,014% del total eran mujeres. La NBA es una competición masculina, pero a pesar de esta obviedad, los puestos técnicos destinados a la toma de decisiones directas (entrenadores y asistentes), responsabilidades donde prima la experiencia y la inteligencia, sin importar si eres hombre o mujer, la presencia femenina fue mínima, testimonial, circunstancial.

El proyecto del consorcio de “Empowered Females Coaches of Basketball” utiliza la NBA como ejemplo porque está a la vanguardia del deporte masculino mundial. Ha aceptado que no puede progresar si no se integra con el otro 50% de la población.

Esta situación no es diferente en las competiciones femeninas. En la máxima competición del baloncesto femenino, la Euroliga Femenina organizada por la FIBA, se puede encontrar la misma situación. A pesar de ser una competición femenina, formada por clubes profesionales de toda Europa, la proporción de entrenadoras respecto a entrenadores es mínima. En esta competición compiten 20 equipos, sólo 7 mujeres forman parte del cuerpo técnico de un total de 60. De estas 7 mujeres, sólo 3 ocupan el cargo de entrenador principal. La proporción es claramente casi testimonial.

Al discutir el tema con los socios del consorcio, algunos de los problemas que se identificaron fueron:

- Potenciar la figura de la entrenadora a través de campañas. La falta de modelos a seguir no ayuda a animar a las jugadoras de baloncesto a continuar su carrera en el baloncesto.
- Poca predisposición por parte de clubes e incluso federaciones a seleccionar chicas y mujeres para entrenar a sus equipos.
- La necesidad de acelerar el cambio de mentalidad en el mundo del deporte que ayude a alcanzar la igualdad real, no sólo en lo que respecta al deportista sino también en la gestión.



Sin embargo, el gran problema al que se enfrenta es que aún hoy estas situaciones se siguen dando y que los pocos cambios que se están viendo son lentos e insuficientes. La igualdad debe ser una de las prioridades de cualquier sociedad moderna.

Proyecto “Empowered Females Coaches of Basketball” se implementa en colaboración con Barcel'hona Sports Events de España, Club for Youth Empowerment 018 (KOM 018) de Serbia, Associacao Desportiva Cultural e Social de Carvalhais de Portugal, Young Lions Gdansk Sports Academy de Polonia y ASD DKB de Italia en el período del 01.01.2023 al 31.12.2023.

**Objetivo general:** Fomentar la cooperación transnacional en el ámbito del baloncesto amateur para incrementar el número de entrenadoras en Europa.

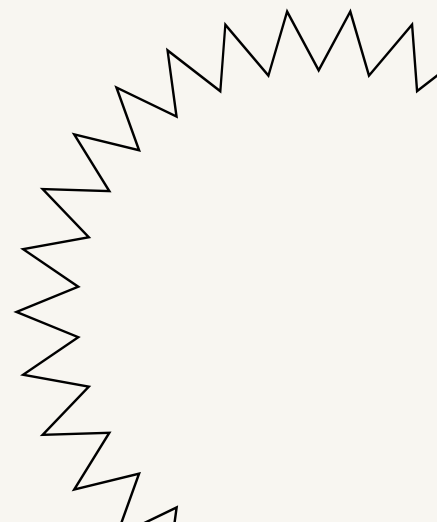
**Los objetivos del proyecto son:**

- Desarrollar una nueva metodología para la formación de entrenadoras de baloncesto amateur.
- Proporcionar a las jóvenes deportistas, estudiantes, aficionadas y jugadoras amateur las habilidades y competencias de los entrenadores de baloncesto en las competiciones de baloncesto amateur y profesional.
- Formar Alianza de entrenadoras de baloncesto femenino.

**Grupos destinatarios:**

**1. Jugadoras activas.**

Las jugadoras jóvenes son uno de los principales grupos destinatarios de este proyecto. Un gran número de jóvenes entrenan a baloncesto y aman este deporte. Por muchos motivos, ya sea algún tipo de lesión, educación, problemas económicos, falta de apoyo, etc., muchas jóvenes deciden poner fin a su recién iniciada carrera en el baloncesto. Como todavía sienten amor por el baloncesto, entrenar es una oportunidad para que sigan siendo parte de este deporte. El proyecto está dirigido a jóvenes jugadoras de baloncesto y ofrece oportunidades de educación adicional. Las participantes del proyecto contarán con una nueva visión, habilidades y competencias para continuar sus carreras de baloncesto desarrollando el rol de entrenadora. Este proyecto no está dirigido exclusivamente a la jugadora profesional, quien a priori tiene más posibilidades de continuar su carrera como entrenadora, al contrario, se dirige a toda la comunidad de jugadoras amateurs e incluso en la etapa de formación son los principales objetivos para aumentar el número de jugadoras. y, por tanto, el número de entrenadoras del baloncesto en Europa.





## **2. Exjugadoras**

Un gran número de jugadoras han tenido licencia federativa en los últimos años y se han visto obligadas a abandonar el baloncesto por diversos motivos. Por un lado, las mujeres tienden a sentirse más condicionadas por las obligaciones familiares, especialmente cuando son madres. Consideran esta responsabilidad incompatible con la enorme cantidad de tiempo que se requiere para formar a un equipo. Y también es importante señalar que las niñas no tienen modelos a seguir como los niños, como Nadal, Alonso, Ronaldo, Messi o Gasol. El impacto del deporte femenino es muy limitado. Los éxitos femeninos a veces ni siquiera se mencionan en los medios. Es una cuestión dolorosa. Muchas de ellas siguen con interés el baloncesto, pero desde fuera, esta metodología pretende "recuperar" a todas las mujeres que han sido jugadoras de este deporte y ofrecerles la oportunidad de volver a formar parte de él, desempeñando el papel de entrenadoras.

## **3. Aficionados al baloncesto**

El baloncesto es un deporte que cuenta con muchos aficionados, muchos de ellos mujeres. Su vínculo con nuestro deporte pudo haberse producido a través de un familiar, amigos o a través de los medios de comunicación. A través de este proyecto se puede dar una oportunidad a las aficionadas que siguen con interés el baloncesto y que podría convertirse en una oportunidad para ellas. De hecho, un gran porcentaje de entrenadores varones no han pasado por la fase de jugador, ni han tenido contacto alguno con el baloncesto hasta una edad en la que deciden estudiar para ser entrenadores. La popularidad del baloncesto es tan grande que muchas personas lo conocen en edad adulta y se integran más tarde.

# Consortio del proyecto

## **Barcel'hona Sports Events - España**

Barcel'hona Sports Events es una organización constituida en 2014 dedicada a la organización de eventos deportivos. Los socios fundadores, Francisco Caballero y José Antonio Nevado acumulan casi 40 años de experiencia en baloncesto juntos, primero como jugadores y posteriormente como entrenadores y directores deportivos de algunos clubes del área de Barcelona. Esta experiencia en el mundo del baloncesto les hace conocer al detalle la comunidad de clubes de Cataluña, así como las competiciones catalanas y españolas. Durante todo este tiempo han creado una red de colaboración con muchos clubes y federaciones regionales de España, lo que les ha permitido organizar Training Camps y Torneos con la participación de clubes y federaciones nacionales de todo el mundo. Entre sus grupos objetivo se incluyen clubes y federaciones nacionales de Europa (España, Escocia, Reino Unido, Finlandia, Dinamarca, Noruega, Islandia, Hungría, Francia), así como del resto del mundo: Japón, Estados Unidos y Australia. Entre los torneos de baloncesto que organizan destacan el Torneig de Bàsquet Junior “ Ciutat de L'Hospitalet ”, el torneo U18 que es posiblemente el Torneo más prestigioso e histórico del panorama europeo (este 2023 ha alcanzado su 44ª edición); y el Torneo Internacional Cadete del CB Sant Josep de Badalona, del que son cofundadores. En el Mundial de Baloncesto celebrado en España en 2014 también participaron en su organización como Responsables de Competición de la sede de Barcelona en la instalación deportiva Palau Sant Jordi. La organización también colabora con clubes y asociaciones del sector del baloncesto como NBN23, empresa que se dedica a la digitalización de los partidos de baloncesto mediante cuadro de mando digital y que ha desarrollado la APP Swish, una herramienta tecnológica de seguimiento de las competiciones para jugadores, entrenadores, aficionados. , etc. También colaboran con Basket Cantera TV, el canal de Internet con emisión en streaming más popular de España que recoge las principales competiciones de Baloncesto de formación de España y Europa. Este canal cuenta con la mayor base de datos de vídeos de partidos de España. Ambas organizaciones prestan un servicio de consultoría y colaboran con ellos en la comercialización de sus productos. Dada su experiencia en el baloncesto, la mayoría de eventos que organizan están relacionados con este deporte, aunque también han organizado pruebas deportivas de fútbol, natación y balonmano.

Contacto / Redes sociales

Sitio web: [www.barcel-honasports.com](http://www.barcel-honasports.com)

Facebook: @BarcelhonaSports

Instagram: @barcelhonasports

Correo electrónico: [fcaballero@barcel-honasports.com](mailto:fcaballero@barcel-honasports.com)  
[rts.comjanevado@barcel-honasports.com](mailto:rts.comjanevado@barcel-honasports.com)

## **Club para el Empoderamiento Juvenil 018 (KOM 018) – Serbia**

Club for Youth Empowerment 018 (KOM 018) es una organización no gubernamental sin ánimo de lucro cuyo objetivo es el desarrollo de capacidades de los jóvenes, la implementación de programas de educación entre pares, la promoción de valores interculturales, la democracia, la inclusión de grupos minoritarios, los derechos humanos, así como así como la participación activa de los jóvenes en todos los niveles de la vida social a través de actividades como talleres, capacitaciones, seminarios, intercambios juveniles, conferencias, conferencias en diferentes niveles, con enfoque en el trabajo con niños y jóvenes, promueve los derechos humanos y apoya participación activa de los jóvenes. Los principales donantes del Club para el Empoderamiento Juvenil 018 son: Comisión Europea – programas como “Erasmus Plus”, “Europa para los ciudadanos”, “La juventud en acción”, “Cooperación transfronteriza Bulgaria – Serbia”, Consejo de Europa – Fundación Europea de la Juventud, Embajada de Noruega, Embajada de Holanda, Embajada de EE.UU., Balkan Trust for Democracy, Misión de la OSCE en Serbia, Ministerio de Juventud y Deportes, Ministerio de Cultura, Ministerio de Asuntos Exteriores, Ciudad de Niš, etc. El Club para el Empoderamiento Juvenil 018 ya se ha implementado. Más de 150 proyectos internacionales apoyados por programas de la Comisión Europea, Fundación Europea de la Juventud y otros donantes relevantes, por lo que la organización cuenta con experiencia y conocimiento para el desarrollo de las solicitudes de proyectos a nivel internacional así como la implementación de los mismos. KOM 018 utiliza el deporte y los juegos en el trabajo con jóvenes y trabajadores juveniles, pero también trabaja mucho con clubes y asociaciones deportivas de base. La organización contó con el apoyo de diferentes programas de la UE, especialmente Erasmus+ y Erasmus+ Sport. El equipo de KOM 018 tiene un alto nivel de experiencia en la implementación de proyectos internacionales y europeos para la promoción de la inclusión social, la promoción de valores europeos como la tolerancia, la comprensión y la aceptación mutuas, el juego limpio, el trabajo en equipo, la lucha contra la discriminación y los estereotipos y prejuicios hacia las personas con discapacidad y grupos de personas socialmente excluidos, y en el uso del deporte y los juegos como método de trabajo con los jóvenes. Finalmente, la organización tiene una basta experiencia en el desarrollo de nuevas metodologías para jóvenes y trabajadores deportivos.

Contacto / Redes sociales

Sitio web: [www.kom018.org.rs](http://www.kom018.org.rs)

Facebook: @KOM018

Instagram: @kom018.nis.serbia

Correo electrónico: [kom018projects@gmail.com](mailto:kom018projects@gmail.com)

## **ADCS Carvalhais - Portugal**

La “Asociación Social, Cultural y Deportiva de Carvalhais” (ADCS Carvalhais) fue fundada en 1991 y algunas de las actividades más importantes de esta asociación deportiva local durante muchos años han sido la organización y participación en torneos de fútbol, más recientemente de ciclismo de montaña y de otro tipo de actividades deportivas que aportan una nueva dinámica a la asociación. La asociación también trabaja muy estrechamente con la comunidad local en la organización de fiestas y celebraciones relacionadas con el entorno rural donde está establecida. Hoy, la “Asociación Social, Cultural y Deportiva Carvalhais” es una organización joven y dinámica con sede en el norte de Portugal pero con la mirada puesta en Europa y el resto del mundo.

Han implementado muchos proyectos deportivos Erasmus+ y cuentan con una rica experiencia en este campo. En este momento las nuevas actividades tienen un amplio espectro que va desde el senderismo, pasando por el baloncesto, el fútbol y terminando en los eSports. La Asociación también trabaja con partes interesadas de la región que les brindan apoyo en muchos de nuestros Proyectos y actividades deportivas. Recientemente implementó un proyecto de baloncesto en su asociación llamado “Igualdad de oportunidades a través de la cooperación inclusiva en el baloncesto” (EPIC -Basketball) y fue un gran éxito. La asociación tiene un equipo pequeño pero con muy buen conocimiento y experiencia en muchos deportes diferentes porque la mayoría de las personas que trabajan con la asociación son profesionales del deporte (profesores, entrenadores y directores deportivos).

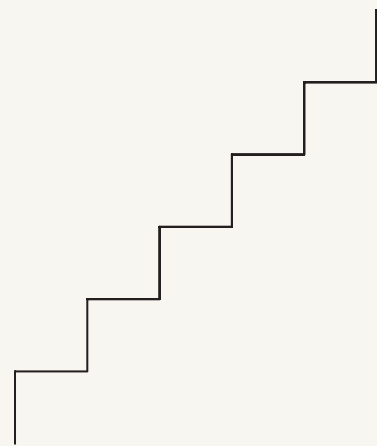
### Contacto / Redes sociales

Sitio web: <https://adcscarvalhais.pt>

Facebook: <https://www.facebook.com/adcscarvalhais2017>

Instagram: [https://www.instagram.com/adcs\\_carvalhais](https://www.instagram.com/adcs_carvalhais)

Correo electrónico: [adcscarvalhais2017@gmail.com](mailto:adcscarvalhais2017@gmail.com)





## Academia deportiva “Young Lions” – Polonia

Sport Academy “Young Lions” es el club de baloncesto juvenil fundado en agosto de 2012 con el objetivo de promover y desarrollar la cultura de crianza y educación de niños y jóvenes en el espíritu del deporte y sobre la base de los principios del juego limpio, la competencia sana y el trabajo en equipo. Los objetivos clave y fundamentales de su actividad son:

- El aumento de la actividad física de la sociedad local.
- El desarrollo del hábito de la actividad física entre niños y jóvenes de las escuelas locales.
- El desarrollo de las competencias infantiles a través de la actividad relacionada con el deporte.
- Promoción de eventos de baloncesto.

Actualmente desarrollan y entrenan a más de 100 niños en la academia. Están empezando a cooperar con las guarderías locales y ofrecen a los más pequeños un programa de actividades gratuitas para niños de hasta 8 años. Las actividades “principales” del club deportivo se organizan en torno al baloncesto y a las competiciones oficiales de baloncesto juvenil polaco: dirigen equipos hasta la categoría U15 (niños de 9 a 15 años). Todos los niños están bajo el cuidado de entrenadores/entrenadores que los educan (enfaticando la importancia del aprendizaje en la escuela) y desarrollan habilidades de baloncesto y un enfoque activo y saludable de la vida. El club está decidido a ofrecer y realizar un servicio totalmente profesional y de la más alta calidad a los jóvenes y sus familias. Es una organización sin ánimo de lucro liderada por juntas directivas compuestas por voluntarios y amantes del baloncesto. La familia “Lions” está formada por jugadores (actuales y anteriores) sus padres, empleados del club, voluntarios y algunas entidades legales con la ciudad de Gdańsk y el Ministerio de Deportes polaco como socios principales.

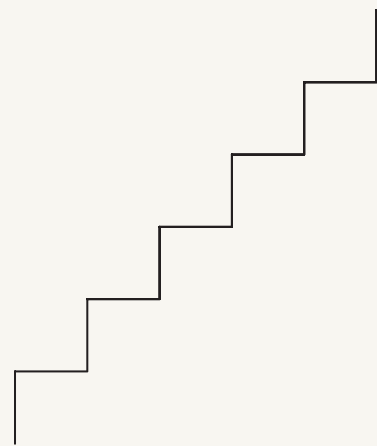
Contacto / Redes sociales

Sitio web : <https://www.mlodelwy.pl/>

Facebook: @Szkola Koszykówki mlode Lwy Gdansk

Instagram: @mlodelwy

Correo electrónico: [bartoszteleszko@mlodelwy.pl](mailto:bartoszteleszko@mlodelwy.pl) / [mlodelwy@mlodelwy.pl](mailto:mlodelwy@mlodelwy.pl)



## **Asociación de deportes amateurs DKB – Italia**

La Asociación de Deportes Amateur DKB (Darwin Knew Basketball) opera en el territorio italiano con el objetivo de promover el baloncesto y el streetball 3x3. Un grupo de 20 personas menores de 35 años se ha consolidado a lo largo de una década con el objetivo concreto de promover el deporte a todos los niveles en su zona (en la provincia de Piacenza, región de Emilia Romagna).

Los eventos e iniciativas que se organizan no tienen ánimo de lucro, pero tienen como objetivo la inclusión, la diversión y la promoción de una vida activa y saludable por parte de diferentes grupos de edad. ASD DKB a lo largo de los años ha consolidado una importante experiencia en la organización de torneos y eventos de baloncesto 3x3 (14 años). El evento principal, el DKB 3x3, después de años de crecimiento continuo, es ahora un nivel reconocido por la Federación Italiana de Baloncesto como uno de los 5 Torneos Master Streetball del circuito 3x3 de Italia. Además del torneo de streetball, ASD DKB organiza eventos paralelos como Stramlòn , un evento deportivo lúdico para todas las asociaciones y grupos de amigos, incluidos los no socios de la zona, para prevenir el sedentarismo y fomentar una vida activa a través de actividades divertidas y lúdicas. para niños y adultos. DKB también organiza el DKB Dunk Contest, el concurso de mates más importante de Italia con invitados internacionales de diferentes continentes.

### Contacto / Redes sociales

Sitio web: [www.dkb3x3.org](http://www.dkb3x3.org)

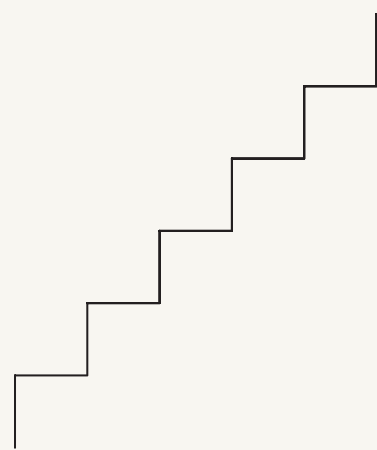
Facebook: DKB Darwin sabía baloncesto

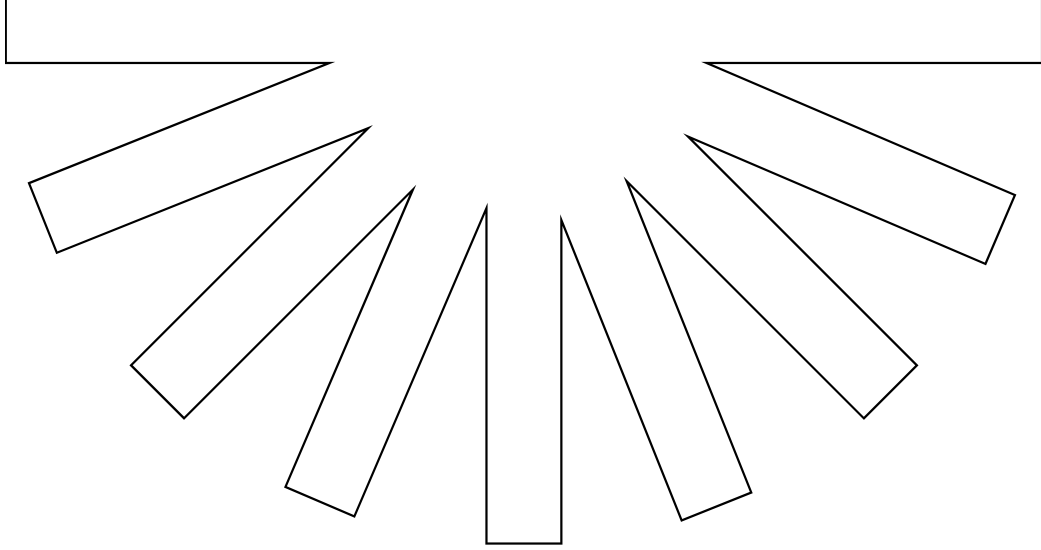
Instagram: @dkb3x3

Correo electrónico:

[amministrazione@dkb3x3.org](mailto:amministrazione@dkb3x3.org),

[angela.adamoli@virgilio.it](mailto:angela.adamoli@virgilio.it)





# **ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN**

# ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN - ESPAÑA

## ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN - ESPAÑA

El objetivo de este análisis de la situación de la entrenadora de baloncesto en España es mostrarnos una instantánea que nos muestre la realidad, conociendo los números reales y que nos muestre la verdadera distancia que aún existe con la situación de los entrenadores.

### CONTEXTO

Licencias Deportivas en España . Para situarnos mejor utilizaremos varios gráficos que nos ayudarán a comprender la situación actual de la incidencia de la figura de la entrenadora en España. Comenzaremos por aspectos generales que nos permitirán conocer el contexto actual y que podrían darnos pistas de hacia dónde debemos ir para mejorar la situación actual y su impacto en el futuro del baloncesto.

Con el primer gráfico que encontramos a continuación nos haremos una idea de lo que representa el baloncesto en número de licencias federativas respecto al resto de deportes federados en España en 2022. La Federación Española (FEB) ha recuperado la segunda posición en el ranking de licencias federativas durante el año pasado, tras caer a la quinta posición en 2021 debido al auge de los deportes al aire libre. La temporada pasada, la FEB alcanzó las 377.108 licencias , un 9,2% más que en 2021.

### Evolución interanual de las licencias deportivas en España

Discipline	2018	2019	2020	2021	2022
Athletics	85.401,00	78.098,00	70.759,00	85.539,00	92.466,00
Car Races	26.314,00	26.180,00	16.392,00	21.585,00	23.553,00
<b>Basketball</b>	<b>385.110,00</b>	<b>385.635,00</b>	<b>376.352,00</b>	<b>272.451,00</b>	<b>377.108,00</b>
Handball	99.185,00	100.368,00	90.336,00	92.539,00	98.861,00
Hunt	317.065,00	335.474,00	334.635,00	337.326,00	333.845,00
Cycling	75.680,00	74.768,00	75.638,00	77.972,00	74.675,00
Football	1.063.090,00	1.095.604,00	1.074.567,00	907.223,00	1.137.651,00
Golf	270.996,00	269.743,00	271.609,00	284.776,00	293.378,00
Horse Riding	50.781,00	52.405,00	61.976,00	72.987,00	68.770,00
Hockey	16.209,00	16.411,00	16.270,00	15.081,00	16.761,00
Judo	105.206,00	108.145,00	97.092,00	61.089,00	98.791,00
Karate	72.910,00	75.406,00	66.201,00	56.016,00	75.100,00
Mountain & Climbing	233.161,00	248.406,00	248.983,00	273.549,00	289.605,00
Swimming	67.918,00	69.483,00	67.399,00	65.454,00	66.775,00
<u>Pádel</u>	72.266,00	75.818,00	75.548,00	96.543,00	96.561,00
Skating	64.789,00	65.820,00	65.130,00	66.123,00	71.198,00
Rugby	35.682,00	37.782,00	37.750,00	32.333,00	38.461,00
Tennis	78.100,00	71.091,00	70.151,00	80.318,00	83.521,00
Volleyball	84.645,00	85.847,00	91.222,00	79.108,00	95.438,00

Fuente: Consejo Superior de Deportes

En 2021, debido al auge de la demanda de deportes al aire libre a causa de la pandemia, la Real Federación Española de Golf y la Federación Española de Montañismo y Escalada superaron en número de afiliados a la Federación Española de Baloncesto. Si bien la FEB no ha recuperado los niveles prepandemia, se acerca al número de licencias federativas de 2019 y años anteriores, situando el número de federados entre 2018 y 2020 por encima de las 375.000 licencias en las tres temporadas.

El fútbol ha seguido siendo el deporte rey, superando de nuevo el millón de licencias federativas en 2022. El deporte más practicado en España registró un incremento del 27,7% entre la pasada temporada y la anterior, elevando las licencias hasta los 1,1 millones. De los 4,10 millones de licencias federativas en 2022, el 75,70% (2,93 millones) fueron masculinas, mientras que el 24,20% restante (998.085) correspondieron a mujeres. Nunca en la historia del deporte de España las mujeres habían estado tan cerca del millón de licencias federativas.

Clubes de Baloncesto de España . Después de obtener una visión global del deporte en España y conocer el puesto que ocupa el baloncesto, ahora nos centraremos únicamente en nuestro deporte. El segundo gráfico que vamos a ver detalla el número de clubes que hay en cada comunidad autónoma. España cuenta con 19 federaciones regionales que se encargan de todo lo relacionado con el baloncesto en cuanto a competición, licencias y promoción en cada territorio.

Observamos que el baloncesto tiene una gran presencia en todo el territorio gracias a la red asociativa de clubes que llegan a todos los rincones de España. Un total de 2.616 clubes repartidos por todo el país.  
Número de clubes por región

Region	Nº Clubs
Castilla y León	446
Cataluña	424
<u>Comunidad Valenciana</u>	325
Andalucía	235
País Vasco	198
Aragón	186
<u>Comunidad de Madrid</u>	166
Galicia	104
Castilla La Mancha	90
Canarias	87
Asturias	73
Islas Baleares	67
<u>Región de Murcia</u>	47
Extremadura	46
Cantabria	38
La Rioja	38
Navarra	34
Melilla	7
Ceuta	5

Licencias de Baloncesto en España . En cuanto al número de licencias , en el siguiente gráfico encontramos el ranking de las 5 comunidades autónomas con mayor número de licencias de baloncesto (ambos géneros). Entre las 5 primeras comunidades autónomas alcanzan el 69% del total de licencias en el territorio nacional.

### Número de Licencias por región

Region	2022
Madrid	79.455
Cataluña	74.947
Comunidad Valenciana	41.470
País Vasco	34.748
Andalucía	29.340
Resto	117.148

El siguiente gráfico nos da datos muy importantes, esta estadística muestra el número de licencias deportivas de la Federación Española de Baloncesto en 2018 y 2022, por género. Tanto en el caso de hombres como de mujeres, el número de licencias experimentó un descenso continuo en los dos años afectados por la pandemia.

### Número de Licencias por género

Gender	2018	2019	2020	2021	2022
Men	247.106	252.708	245.813	173.968	246.464
Women	138.004	132.927	130.539	98.483	130.644
Total	385.110	385.635	376.352	272.451	377.108

Falta de visibilidad y de modelos a seguir . Una vez conocido el volumen de clubes, licencias deportivas y cuántas de estas pertenecen a mujeres, mostramos a continuación dos gráficas que pueden ayudarnos a entender por qué el número de entrenadoras sigue siendo muy bajo y muy por debajo del de entrenadores masculinos. En estos casos vamos a ver que la falta de visibilidad y el no aprovechar las oportunidades para crear modelos a seguir que estimulen e inspiren a las jugadoras jóvenes, pueden ser algunas de las razones del número actual de entrenadoras.

El primer gráfico de estos dos presenta el ranking de los partidos de baloncesto que más audiencia televisiva consiguieron en España hasta 2019. La final del Mundial de China 2019, disputada entre las selecciones de España y Argentina, logró una media de 6.168.000 espectadores. , unos 20.000 más que los obtenidos en la final del Eurobasket de 2015, que enfrentó a España contra Lituania.

## Los partidos de baloncesto más vistos de la historia

Game	Year	Competition	Viewers	Screen Share
Spain vs Argentina	2019	World Cup in China	6.168.000	46,5 %
Spain vs Lithuania	2015	<u>Eurobasket</u>	6.148.000	44,5 %
Spain vs USA	2012	Olympic Games in London	5.400.000	44,9 %
Spain vs USA	2008	Olympic Games in Beijing	2.627.000	68,8 %

Si nos remontamos a 2008, año del cuarto partido de baloncesto más visto por los espectadores españoles, el historial de la selección española femenina de baloncesto ha sido un periodo de grandes éxitos deportivos:

- Eurobasket 2009 (Letonia): Bronce
- Mundial 2010 (República Checa): Bronce
- Eurobasket 2013 (Francia): Oro
- Mundial 2014 (Turquía): Plata
- Eurobasket 2015 (Hungría): Bronce
- Juegos Olímpicos 2016 ( Brasil ): Plata
- Eurobasket 2017 (República Checa): Oro
- Mundial 2018 (España): Bronce
- Eurobasket 2019 (Serbia): Oro

Por tanto, el baloncesto femenino, a pesar de obtener grandes éxitos deportivos en las últimas competiciones internacionales, la cobertura mediática conseguida ha sido muy inferior a la conseguida por la selección masculina.

Jugadoras españolas en la WNBA . En el siguiente gráfico veremos la lista de jugadoras españolas que han competido en la mejor liga del mundo, la WNBA. Este gráfico detalla el número de temporadas jugadas en la Liga Americana. En la tercera columna del gráfico vemos el trabajo actual de las jugadoras que han jugado en la WNBA. Sólo 3 de ellas han permanecido vinculados al baloncesto en tareas de entrenamiento. La más conocida o la que mayor visibilidad ha tenido ha sido Anna Montañana , entrenadora que ha estado varias temporadas como asistente en un equipo de la liga ACB. Es una pena que no haya habido más jugadoras famosas que se hayan dedicado a entrenar después de su carrera como jugadoras profesionales.

## Jugadoras españolas que han jugado en la WNBA

Player	Nº of Seasons	Current Job
Sancho Lyttle	15	Businesswoman
Astou Ndour	6	Player
Amaya Valdemoro	3	TV Commentator
Anna Cruz	3	Player
Marta Xargay	2	Unknown
<b>Núria Martínez</b>	<b>2</b>	<b>Women's CBS Barça Coaching staff</b>
Leticia Romero	1	Player
<b>Anna Montañana</b>	<b>1</b>	<b>Professional Coach</b>
Elisa Aguilar	1	FEB President
Begoña García	1	Businesswoman
Marina Ferragut	1	Businesswoman
Betty Cebrián	1	FIBA European Development Projects
<b>Isa Sánchez</b>	<b>1</b>	<b>Women's National Team Coaching staff</b>
Maite Cazorla	1	Player
Marta Fernández	1	TV Commentator
Raquel Carrera	1	Player
Aina Ayuso	1	Player

## SITUACIÓN DEL ENTRENADORA FEMENINA PROFESIONAL/SEMIPROFESIONAL 2022/2023

Vamos a repasar todas las categorías Profesionales y semiprofesionales que existen en España. Queremos analizar la presencia de entrenadoras de baloncesto en las 3 ligas nacionales organizadas por la Federación Española de Baloncesto: Liga Femenina Endesa , Liga Desafío Femenina y Liga Femenina 2. Fuente: Federación Española de Baloncesto .

La comparación de la presencia entre entrenadores y entrenadoras es desalentadora y pone de relieve la gran desigualdad que existe:

### Totales Ligas FEB

Total Teams	60
Female Coaches	9
Male Coaches	51
% Female Coaches	15 %



## LIGA FEMENINA ENDESA

	Club	Coach
1	Barça CBS	Male Coach
2	Cadí La Seu	Male Coach
3	Casademont Zaragoza	Male Coach
4	Durán Maquinaria Ensino	Male Coach
5	Embutidos Pajariel Bembibre PDM	Male Coach
6	Hozono Global Jairis	Male Coach
7	<b>IDK Euskotren</b>	<b>ARANZAZU MUGURUZA DOMÍNGUEZ</b>
8	Innova-TSN Leganés	Male Coach
9	<b>Kutxabank Araski</b>	<b>MADELEN URIETA GUTIERREZ</b>
10	<b>Lointek Gernika Bizkaia</b>	<b>ANNA MONTAÑANA GIMENO</b>
11	Movistar <u>Estudiantes</u>	Male Coach
12	Perfumerías Avenida	Male Coach
13	<b>Spar Girona</b>	<b>LAURA ANTOJA</b>
14	Spar Gran <u>Canaria</u>	Male Coach
15	Tenerife	Male Coach
16	Valencia BC	Male Coach

## Totals Liga Femenina Endesa

Female Coaches	4
Male Coaches	12
% Female Coaches	25 %

## LIGA FEMENINA CHALLENGE

	Club	Coach
1	Al-Qázeres Extremadura	Male Coach
2	Baxi Ferrol	Male Coach
3	CAB Estepona	Male Coach
4	<b>Celta Zorka Recalvi</b>	<b>CRISTINA CANTERO OSTOS</b>
5	<u>Joventut</u> Badalona	Male Coach
6	<u>Domusa</u> Teknik ISB	Male Coach
7	<b>La Cordá de Paterna NB</b>	<b>GLORIA ESTOPA CALVET</b>
8	Lima-Horta Barcelona	Male Coach
9	Melilla Sport	Male Coach
10	<b>Milar Córdoba Baloncesto</b>	<b>MIREIA CAPDEVILA</b>
11	<u>Oses Construcción</u> Ardoi	Male Coach
12	Picken Claret	Male Coach
13	<u>Recoletas</u> Zamora	Male Coach
14	Real Canoe	Male Coach
15	Vantage Towers <u>Alconbendas</u>	Male Coach
16	Vega <u>Lagunera</u> Tenerife	Male Coach

## Totales Liga Femenina Endesa

Female Coaches	3
Male Coaches	13
% Female Coaches	18,7 %

## LIGA FEMENINA 2

	Club	Coach
1	<u>Advisoria Boet Mataró</u>	Male Coach
2	<u>Anagón - El Olivar</u>	Male Coach
3	<u>Aranguren Multibasket</u>	Male Coach
4	<u>Mallorca Sant Josep</u>	Male Coach
5	<u>BF León</u>	Male Coach
6	<u>Basket Almeda</u>	Male Coach
7	<u>Bosonit Unibasket</u>	Male Coach
8	<b>CB Axil</b>	<b>MAITE MÉNDEZ FERNÁNDEZ</b>
9	<u>CB Aridane</u>	Male Coach
10	<u>Elite Sport CB Lleida</u>	Male Coach
11	<u>NBF Castelló</u>	Male Coach
12	<u>Baloncesto Sevilla Femenino</u>	Male Coach
13	<u>GEIEG</u>	Male Coach
14	<u>HGB Ausarta Barakaldo</u>	Male Coach
15	<u>Hierro Díaz Miralvalle</u>	Male Coach
16	<u>UE Mataró</u>	Male Coach
17	<u>Costa de Almería</u>	Male Coach
18	<u>CB Grup Barna</u>	Male Coach
19	<u>Magec Tías</u>	Male Coach
20	<u>Mariscos Antón Cortegada</u>	Male Coach
21	<u>Maristas Coruña</u>	Male Coach
22	<b>CBF Cerdanvola</b>	<b>PILI BILBAO</b>
23	<u>Raca Granada</u>	Male Coach
24	<u>Segle XXI</u>	Male Coach
25	<u>Femení Sant Adrià</u>	Male Coach
26	<u>Tirso Incentro</u>	Male Coach
27	<u>Unicaja Mijas</u>	Male Coach
28	<u>Unilever Viladecans BF</u>	Male Coach

## Totales Liga Femenina 2

Female Coaches	2
Male Coaches	26
% Female Coaches	7,1 %

## PRESENCIA DE LA ENTRENADORA EN EL CAMPEONATO DE ESPAÑA REGIONAL 2023

A continuación vamos a analizar la presencia de entrenadoras de baloncesto en los Campeonatos Regionales de España. Vamos a repasar los 19 equipos que representaron a todas las regiones españolas en las categorías U12, U14 y U16, tanto femenina como masculina.

Empezamos por el campeonato de España sub12 que se celebró del 1 al 5 de abril de este año en Tarragona.

### U12

	Region	U12 Girls Competition - Coaches	U12 Boys Competition - Coaches
1	Andalucía	Male Coach + 2 females AC	Male Coach
2	Aragón	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
3	Cantabria	ALBA PUENTE LEÓN	Male Coach + 1 female AC
4	Navarra	Male Coach	Male Coach
5	Cataluña	LAURA TIERNO MARTÍ + 2 females AC	Male Coach
6	C. La Mancha	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
7	Murcia	VERÓNICA ALCARAZ FERRER	Male Coach
8	C. Valenciana	BELÉN GÓMEZ GIMENO + 1 female AC	Male Coach
9	Islas Canarias	Male Coach	Male Coach
10	Ceuta	Male Coach	Male Coach
11	Madrid	PAULA DOMÍNGUEZ ALONSO + 1 female AC	Male Coach
12	La Rioja	Male Coach	Male Coach
13	Asturias	SEILA INES LABRA GARCÍA + 1 female AC	Male Coach
14	Extremadura	BEATRIZ ASPRELLA CHACÓN	Male Coach
15	Melilla	MÓNICA RODRÍGUEZ GARCÍA + 2 females AC	TRINIDAD BOTELLO LOZANO+ 1 female AC
16	País Vasco	Male Coach	Male Coach + 1 female AC
17	Islas Baleares	MARINA ALEMANY PÉREZ + 1 female AC	Male Coach + 1 female AC
18	C. Y León	CARLA IURKO VALETA + 1 female AC	Male Coach
19	Galicia	Male Coach + 1 female AC	Male Coach

Female Head Coaches	10/19
Female Assistant Coaches	14/38
% Female Head Coaches	52,6 %
% Female Assistant Coaches	38,8 %

Female Head Coaches	1/19
Female Assistant Coaches	4/38
% Female Head Coaches	5,2 %
% Female Assistant Coaches	10,5 %

Seguimos con el campeonato de España sub-14 que se celebró del 3 al 7 de enero de este año en Huelva.

## U14

	Region	U14 Girls Competition - Coaches	U14 Boys Competition - Coaches
1	Andalucía	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
2	Aragón	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
3	Cantabria	<b>EVA BRAVO MIGUEL + 2 female AC</b>	Male Coach
4	Navarra	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
5	Cataluña	<b>LAURA DÍAZ BAYÓN+ 1 female AC</b>	Male Coach + 1 female AC
6	C. La Mancha	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
7	Murcia	<b>CRISTINA CAMPOY. MARTÍNEZ</b>	<b>LAURA FERNÁNDEZ CORBALÁN</b>
8	C. Valenciana	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
9	Islas Canarias	<b>VANESA PÉREZ HARRER</b>	Male Coach
10	Ceuta	Male Coach	Male Coach
11	Madrid	Male Coach	Male Coach
12	La Rioja	Male Coach	Male Coach
13	Asturias	Male Coach	Male Coach
14	Extremadura	Male Coach	Male Coach
15	Melilla	<b>TRINIDAD BOTELLO LOZANO + 1 female AC</b>	Male Coach
16	País Vasco	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
17	Islas Baleares	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
18	C. Y León	Male Coach	Male Coach
19	Galicia	Male Coach	Male Coach

Female Head Coaches	5/19
Female Assistant Coaches	11/38
% Female Head Coaches	26,3 %
% Female Assistant Coaches	28,9 %

Female Head Coaches	1/19
Female Assistant Coaches	1/38
% Female Head Coaches	5,2 %
% Female Assistant Coaches	2,6 %

Seguimos con el campeonato de España sub-16 que se celebró del 3 al 7 de enero de este año en Huelva.

## U16

	Region	U16 Girls Competition - Coaches	U16 Boys Competition - Coaches
1	Andalucía	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
2	Aragón	Male Coach	Male Coach
3	Cantabria	<b>ESTELA FERNÁNDEZ ARGÜELLO</b>	Male Coach
4	Navarra	Male Coach	Male Coach
5	Cataluña	<b>ALBA BONET BUQUERA + 1 female AC</b>	Male Coach + 1 female AC
6	C. La Mancha	<b>ANA BELÉN SÁNCHEZ GIL + 1 female AC</b>	Male Coach
7	Murcia	Male Coach	Male Coach
8	C. Valenciana	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
9	Islas Canarias	Male Coach	Male Coach
10	Ceuta	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
11	Madrid	<b>OLGA GONZÁLEZ GRANDE + 1 female AC</b>	Male Coach
12	La Rioja	Male Coach	Male Coach
13	Asturias	Male Coach	Male Coach
14	Extremadura	Male Coach	Male Coach
15	Melilla	<b>ESTELLA ALEMÁN CASTILLO</b>	Male Coach + 1 female AC
16	País Vasco	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
17	Islas Baleares	<b>VERÓNICA ÁVILA FERNÁNDEZ+ 1 female AC</b>	Male Coach
18	C. Y León	Male Coach	Male Coach
19	Galicia	<b>NACARY ROJAS</b>	Male Coach

Female Head Coaches	7/19
Female Assistant Coaches	8/38
% Female Head Coaches	36,8 %
% Female Assistant Coaches	21 %

Female Head Coaches	0/19
Female Assistant Coaches	2/38
% Female Head Coaches	0 %
% Female Assistant Coaches	5,2 %

Fuente: Federación Española de Baloncesto . Guía de competición.

## UN FUTURO OPTIMISTA?

El baloncesto femenino todavía tiene mucho que mejorar. No por falta de calidad, talento o ganas, sino por falta de profesionalidad, la situación va mejorando, pero no es suficiente.

España disputó su primer partido internacional de baloncesto femenino el 16 de junio de 1963. Es decir, hace 60 años. Aunque el baloncesto llegó a España al mismo tiempo para hombres y mujeres, las mujeres tuvieron que esperar a su debut. La selección española femenina de baloncesto disputó su primer partido, un amistoso contra Suiza, 28 años después de que lo hiciera la selección masculina.

El baloncesto femenino español cada vez es mejor, tiene más visibilidad, gracias a los grandes clubes que lo apoyan, como Valencia Basket, Zaragoza o Estudiantes, y que sirven de referencia para otros clubes que ni siquiera se planteaban tener equipo femenino de baloncesto.

El pasado verano fue espectacular para el baloncesto español, en todas las categorías, masculina y femenina, desde la infantil hasta la absoluta, se consiguieron medallas y palmarés en las grandes competiciones, y eso hace que las federaciones y clubes apuesten por este deporte.

En cuanto al aumento de entrenadoras de baloncesto, parece que la dinámica es positiva, cada vez encontramos más entrenadoras jóvenes empezando y sobre todo, y muy importante, formándose. Así lo demuestran los datos de los cursos de formación de entrenadores de baloncesto de los últimos 2 años.

Fuente: Consejo Superior de Deportes

### Cursos de formación de entrenadores

Gender	2019	2020
Men	1605	1949
<b>Women</b>	<b>570</b>	<b>682</b>
Total	2175	2631

El número de entrenadores que se están formando sigue siendo mayor que el de entrenadoras, como ya hemos visto, la visibilidad del baloncesto masculino sigue siendo muy superior a la del femenino. La parte positiva es que cada vez es mayor el número de mujeres que inician cursos de entrenador, como se aprecia en el aumento del 16,4% que se produjo entre 2019 y 2020.

La Federación Catalana de Baloncesto, máximo organismo de Cataluña que regula el baloncesto en la región, está llevando a cabo un par de iniciativas que tienen como objetivo promover y mejorar las condiciones del baloncesto femenino.

El primero que se puso en marcha fue el programa #DemanaCanvi desarrollado por la Comisión de Baloncesto Femenino de la FCBQ, #DemanaCanvi es una campaña para concienciar sobre la necesidad de cambio en el deporte femenino y en el baloncesto en particular, con el objetivo de llegar a los diferentes agentes involucrados en el mundo del baloncesto.

La Federación Catalana de Baloncesto también está presente en un proyecto Erasmus + Sport con un objetivo similar: Erasmus PROMISE.

El proyecto 'PROMISE - Un paso adelante para las mujeres en el baloncesto' corresponde a la convocatoria Erasmus+ Sport 2021-2027 forma parte de Erasmus+, una iniciativa que busca apoyar el crecimiento sostenible, la cohesión social y el empleo de calidad. También impulsar la innovación y fortalecer la identidad europea a través del aprendizaje permanente y el desarrollo educativo, profesional y personal de las personas en el ámbito de la educación, la formación, la juventud y el deporte tanto dentro como fuera de Europa.

Objetivos del programa:

- Promover la inclusión y participación de niñas y mujeres en el baloncesto en todos los niveles de responsabilidad.
- Sensibilizar en materia de género.
- Empoderar al colectivo femenino a través de actividades, entrenamientos, encuentros, campus para deportistas, entrenadoras, colectivo arbitral, directivas y staff de las federaciones.

Este programa liderado por la FCBQ cuenta con la colaboración y participación de los siguientes socios: Universidad Ramon Llull (Cataluña)

Federación Búlgara de Baloncesto

Federación de Baloncesto de la región de Nueva Aquitania (Francia)

Federación de Baloncesto de Irlanda

Federación de Baloncesto de Kosovo

Federación de Baloncesto de Portugal

El programa también cuenta con el apoyo de la Federación Española de Baloncesto (FEB) y la Federación Internacional de Baloncesto (FIBA).

# ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN – SERBIA

El panorama deportivo femenino en Serbia desde hace algún tiempo logra resultados destacados en el escenario internacional. Estos logros son el resultado del talento excepcional, así como del carácter, la dedicación, la perseverancia y la ética de trabajo que poseen las mujeres en Serbia. Es innegable que los deportes masculinos y femeninos reciben un trato diferente. Históricamente, la justificación para una mayor inversión en los deportes masculinos ha sido el interés público superior. La disparidad es más que aparente, pero si la situación se evalúa con precisión, puede servir como motivación adicional para cualquiera que esté dispuesto a hacer un cambio para al menos reducir la brecha existente. La motivación se encuentra en el hecho de que en los últimos 30 años las mujeres que compiten en los Juegos Olímpicos han aportado a Serbia casi la misma cantidad de medallas que los hombres. De las 15 medallas ganadas por Serbia en Beijing, Londres y Río, seis fueron ganadas por mujeres (oro para Milica Mandić, plata para Ivana Maksimović y Tijana Bogdanović, y bronce para Ivana Španović y el equipo femenino de baloncesto). De las nueve medallas obtenidas en Atlanta, Sydney y Atenas, cuatro fueron ganadas por mujeres (oro y bronce de Aleksandra Ivošev, y dos de plata de Jasna Šekarić). En Seúl y Barcelona, seis de 15 medallas fueron ganadas por mujeres (oro, plata y bronce para Jasna Šekarić, plata de la selección femenina de baloncesto y bronce de Aranca Binder y la pareja Fazlić-Perkučin). Toda la sociedad tiene interés en progresar, valorando a las personas trabajadoras, capaces y talentosas. Actualmente, se están realizando esfuerzos para minimizar la discriminación basada en el género para el avance profesional. Si bien lograr la igualdad profesional entre hombres y mujeres todavía puede parecer un objetivo lejano, cada vez se reconoce más que es posible. Sin embargo, la desigualdad económica entre géneros persiste, lo que hace que las mujeres sean más susceptibles a la inseguridad económica y sus repercusiones en comparación con los hombres. Hacer hincapié en la igualdad salarial, las idénticas condiciones laborales y el mismo estatus social para el mismo trabajo sigue siendo crucial para avanzar hacia la completa igualdad de género en el deporte contemporáneo y también en otras áreas sociales. Las iniciativas en curso están trabajando para abordar estos problemas, pero se necesitan esfuerzos continuos de todas las partes involucradas para garantizar que las mujeres reciban un trato justo y oportunidades tanto en las esferas profesionales como económicas. El análisis de los ingresos de los clubes deportivos apunta a un desequilibrio financiero entre los clubes masculinos y femeninos. Según datos de la Agencia de Registros Empresariales (APR), los ingresos de todos los clubes femeninos de baloncesto, voleibol y balonmano de Serbia en 2019 ascendieron casi a tanto como el contrato de uno de los jugadores de baloncesto mejor pagados del Estrella Roja de Belgrado, que son sólo 5.430.000 euros para 68 clubes.



Un ejemplo positivo de ayuda estatal es el Instituto para el Deporte Femenino, fundado por la entrenadora de la selección nacional femenina de baloncesto, Marina Maljković . Según Jelena Pavićević del Instituto, con el apoyo financiero del ministerio, esta organización ha estado organizando escuelas deportivas gratuitas para niñas de escuela primaria durante los últimos tres años, cubriendo 14 deportes en más de 20 lugares en toda Serbia. Pavićević destacó que durante el año pasado 3.000 niñas participaron en su programa, que consideran su mayor éxito. Según una investigación del Instituto de 2021, el 65% de las niñas empezaron a practicar deportes por primera vez gracias a estas escuelas.

Serbia ha sido testigo de un éxito significativo en el baloncesto femenino, tanto a nivel nacional como internacional. La selección femenina ha obtenido resultados encomiables, obteniendo reconocimiento por sus capacidades y competitividad. Los clubes de baloncesto femenino contribuyen al desarrollo del deporte a nivel base, fomentando jóvenes talentos. Sin embargo, el pleno potencial del baloncesto femenino aún puede enfrentar desafíos en términos de recursos, visibilidad y oportunidades. Hay entrenadoras de baloncesto notables en Serbia, como Marina Maljković , que han hecho contribuciones sustanciales al deporte, pero ella es un raro ejemplo. Es entrenadora de la selección de Serbia desde 2011 y hasta hoy logró darle a Serbia una medalla de bronce en los Juegos Olímpicos de 2016 en Río de Janeiro, además de 1 medalla de bronce en el EuroBasket Femenino de 2019 y 2 medallas de oro en el EuroBasket. Mujeres en 2015 y 2021.

Algunos de los problemas y desafíos para lograr la igualdad pueden encontrarse en la insuficiente representación de las mujeres en los órganos clave de toma de decisiones. Lamentablemente, la Asociación de Entrenadores de Baloncesto de Serbia se enfrenta a una disparidad de género en su junta directiva, y actualmente no hay ninguna mujer que ocupe cargos. Además, dentro de la Federación Nacional de Baloncesto de Serbia, de los 13 miembros, sólo tres son mujeres. Este desequilibrio de género en el liderazgo de la federación nacional genera preocupación sobre la representación justa de las mujeres en roles influyentes dentro de la estructura de gobierno del baloncesto, lo que también se puede decir de la ausencia de mujeres entre los delegados registrados para la Asamblea, lo que indica una falta de participación femenina. y representación en los procesos de toma de decisiones y debates al más alto nivel. Desafortunadamente, la información y los datos estadísticos sobre el número de entrenadoras registradas no existen o no se hacen públicos, por lo que es difícil determinar la proporción de entrenadoras registradas en los registros nacionales y es difícil monitorear los cambios y progresos en el baloncesto y deporte en general.

La representación de las mujeres en el baloncesto en los medios serbios es un aspecto crucial para promover la igualdad de género en este deporte. Sin embargo, los logros deportivos de las mujeres reciben menos cobertura mediática en televisión, medios impresos y sitios web en comparación con las noticias relacionadas con los atletas masculinos. La representación de las atletas en los medios a menudo se centra en los atributos físicos, y cuando las mujeres asumen roles de entrenadoras, encuentran desafíos en un ambiente predominantemente masculino. A pesar de la mayor participación y éxito de las mujeres en los deportes, todavía existe una percepción androcéntrica evidente en el mundo del deporte, reflejada y perpetuada por los discursos conservadores. Los medios de comunicación desempeñan un papel importante en la construcción y el mantenimiento de estas creencias, a menudo simplificando narrativas complejas y reforzando los roles tradicionales de género en los deportes. Desafortunadamente, la situación actual indica que la cobertura de las mujeres en los deportes es selectiva, destacando principalmente logros excepcionales y omitiendo proporcionar información completa sobre las mujeres en los deportes. Los medios de comunicación tienden a centrarse más en los éxitos y fracasos masculinos, lo que deja a las mujeres en los deportes sub representadas y sus problemas a menudo se pasan por alto. Se necesitan esfuerzos para desafiar estos estereotipos, fomentar una representación equitativa en los medios y apoyar a las mujeres en los deportes en todos los niveles.

## ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN – PORTUGAL

El número de Entrenadoras de Baloncesto femeninas legales en Portugal, en 2021, fue de 467 de 2171 Entrenadores registrados en la Federación Portuguesa de Baloncesto. Esto significa que el 21,5% de los entrenadores de baloncesto portugueses son mujeres.

En todo el Sistema Deportivo portugués, el número de entrenadoras en 2021 representa sólo el 15% del número total de entrenadoras legalmente registradas en todas las Federaciones.

# ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN – POLONIA

El análisis del número de mujeres que se desempeñan como entrenadoras de baloncesto en Polonia indica una representación limitada del género femenino en este rol. A pesar del progreso social y la igualdad de género, las mujeres constituyen una minoría entre los entrenadores de baloncesto del país, como lo demuestra la información adjunta de la Asociación Polaca de Baloncesto. El número limitado de mujeres en puestos de entrenadora puede deberse a diversos factores, como los estereotipos de género tradicionales, la falta de modelos a seguir y de apoyo a las mujeres en este campo, y posibles barreras estructurales.

Vale la pena señalar que el bajo porcentaje de entrenadoras de baloncesto puede afectar el desarrollo de talentos deportivos entre las niñas y obstaculizar el establecimiento de modelos inspiradores para los jóvenes entusiastas del baloncesto. Para aumentar la representación de las mujeres en roles de entrenador, puede ser necesario implementar medidas que apoyen el desarrollo de las mujeres en el entorno del entrenador, como programas de capacitación, tutorías o campañas que promuevan la igualdad de género en los deportes.

Las organizaciones deportivas, tanto a nivel nacional como internacional, reconocen la necesidad de mejorar el equilibrio de género en las funciones de entrenador. En consecuencia, se están llevando a cabo diversas iniciativas, incluidos programas de capacitación, tutorías y campañas que promueven la igualdad de género en los deportes, para alentar a más mujeres a participar en el aspecto de entrenadora del baloncesto.

A continuación puede encontrar una tabla preparada por la Sra. Barbara Milewska, asistente de la junta directiva de la Asociación Polaca de Baloncesto, que muestra el número de jugadores y jugadoras, así como el número de entrenadores masculinos y femeninos registrados en la Asociación Polaca de Baloncesto.

Specification			Numbers of people		
			together	female	male
Coaches	1	1063	162	901	
Players	All (7-12)	6	16776	5822	10954
	seniors	7	3165	610	2555
	Juniors u18	8	1193	346	847
	junior	9	2088	701	1387
	cadets	10	4068	1591	2477
	youth	11	4420	1844	2576
	kids	12	1842	730	1112

El cuadro ilustra claramente la importante disparidad en este aspecto. Sólo 162 mujeres, lo que representa apenas el 15% de los entrenadores de baloncesto en Polonia. Entre los jugadores también hay un predominio de los hombres, con una distribución del 17% al 83% en este campo. De la tabla anterior se puede inferir que el número de entrenadoras de baloncesto puede estar directamente relacionado con el número de jugadoras que participan activamente en esta disciplina. Existe la posibilidad de que el bajo número de entrenadoras refleje el número limitado de mujeres que juegan baloncesto en distintos niveles de competición. A medida que crezca el interés y la participación de las mujeres en el baloncesto, se puede esperar que también aumente el número de mujeres involucradas en el desarrollo de talentos como entrenadoras. Esta tendencia puede deberse a varios factores, como la evolución de los roles tradicionales de género en los deportes, donde las mujeres participan cada vez más activamente en el baloncesto. La mayor presencia de mujeres entre los jugadores puede, a su vez, estimular el interés de las mujeres en el aspecto técnico de este campo, lo que conduciría a una representación de género más equilibrada entre los entrenadores de baloncesto a largo plazo. Apoyar el desarrollo de las mujeres en el baloncesto, tanto como jugadoras como entrenadoras, puede contribuir al establecimiento de un entorno deportivo más equilibrado, donde todos, independientemente de su género, tengan la oportunidad de perseguir sus pasiones y talentos.

## Situation analysis - Italy

En Italia el número de entrenadoras es bastante preocupante. Hay 6 niveles de entrenador:

- entrenador estudiantil
- entrenador basico
- instructor juvenil
- entrenador
- seleccionador nacional
- entrenador meritorio

El quinto nivel te brinda la posibilidad de entrenar a todos los equipos de división y a todos los equipos nacionales. Hay alrededor de 10.000 entrenadores registrados regularmente. Sólo el 8% son mujeres. El 3% de ellos son seleccionadores nacionales.

En 13 equipos de la Serie A hay 1 entrenadora en jefe y 6 entrenadoras asistentes.

En 28 equipos de la serie A2 hay 1 entrenadora en jefe y 6 entrenadoras asistentes.

Los presidentes no confían en las entrenadoras. Los hombres no confían en las entrenadoras. Desafortunadamente, esta es la realidad.

La Federación está intentando hacer algo. Algo parecido a las “cuotas rosas”. En cada selección nacional femenina hay una mujer, pero sólo como segunda asistente. Ninguna mujer como entrenadora de una selección nacional. Ninguna mujer en el personal de ninguna selección masculina. Sólo una vez una mujer, Ángela Adamoli, ha sido entrenadora de una selección absoluta. Durante 7 años entrenó al equipo italiano de 3x3. En 2018 su equipo ganó el Mundial 3x3 en Manila.

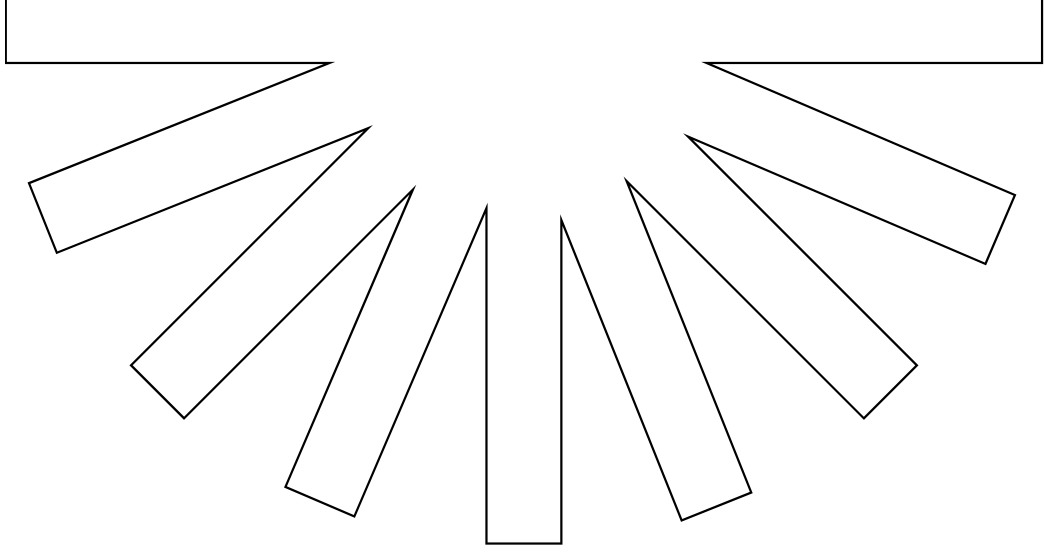
La única medalla de oro mundial en la historia de la Federación Italiana de Baloncesto.

No basta con empoderar a las entrenadoras.

A principios de 2023, la Federación Italiana (FIP) junto con el Comité Nacional de Entrenadores (CNA) iniciaron un proyecto para involucrar a las entrenadoras, llamado “Libérate”. 13 mujeres, exjugadoras o entrenadoras, 12 sesiones online (32 horas) y 3 sesiones presenciales (36 horas). Formaban parte del personal 4 tutores varones y una supervisora. Este proyecto comenzó en marzo de 2023 y finalizó en junio de 2023. Al final del proyecto, las 3 mejores entrenadoras fueron invitadas a un campamento de la selección juvenil. Es deseable que haya continuidad en este proyecto, mejorándolo. FINALES WNBA 2023

Esta foto representa una gota en el océano.





# **SESIONES**

# Contexto social de las entrenadoras de baloncesto

## I. Introducción

### A. La importancia de comprender el contexto social para las entrenadoras deportivas.

Comprender el contexto social de las entrenadoras deportivas es crucial para promover la igualdad de género, romper con los estereotipos, crear entornos inclusivos, empoderar a las atletas y entrenadoras, abordar el abandono deportivo, mejorar las habilidades de comunicación y liderazgo, promover la diversidad y la representación, y apoyar a nivel personal y profesional, crecimiento. Permite a las entrenadoras afrontar los desafíos únicos que pueden enfrentar y contribuir a un cambio positivo en el sector deportivo



## II. Análisis de la situación

### A1. Perspectiva histórica: evolución de la participación femenina en el deporte.

Si analizamos únicamente la participación de las mujeres en los Juegos Olímpicos modernos, veremos que pasa mucho tiempo hasta que las mujeres sean aceptadas en todas las competiciones deportivas del programa olímpico.

Los Juegos Olímpicos se han convertido en el evento deportivo con igualdad de género más grande del mundo. Sin embargo, esto no siempre fue así. Las atletas femeninas participaron por primera vez en los Juegos Olímpicos de París en 1900, cuatro años después de los primeros Juegos Olímpicos de la era moderna en Atenas (1896). A pesar de las reticencias de Pierre de Coubertin, 22 mujeres de un total de 997 atletas compitieron en cinco deportes: tenis, vela, croquet, equitación y golf, aunque sólo el golf y el tenis tenían pruebas exclusivas para mujeres. La participación femenina ha aumentado constantemente desde entonces, y las mujeres representaron más del 48 por ciento de los participantes en los Juegos Olímpicos de 2020 en Tokio (5.457 mujeres de 11.420 atletas), en comparación con el 23 por ciento en los Juegos de 1984 en Los Ángeles, y solo más del 13 por ciento en los Juegos de Tokio de 1964. En los últimos 20 años, el COI también ha aumentado el número de pruebas femeninas en el programa olímpico, en cooperación con las federaciones internacionales y los comités organizadores. Con la incorporación del boxeo femenino, los Juegos Olímpicos de Londres 2012 fueron los primeros en los que las mujeres pudieron competir en todos los deportes del programa olímpico. En los Juegos Olímpicos de Tokio 2020, el número de atletas femeninas fue del 48%, pero el número de entrenadoras fue solo del 13%; de todos modos, el número de entrenadoras aumentó en un 2% desde los Juegos Olímpicos de Río en 2016.





## A2. Mujeres en el baloncesto

El baloncesto femenino ha recorrido un largo camino desde sus humildes comienzos en 1892. Puede resultar sorprendente descubrir que las mujeres comenzaron a jugar baloncesto menos de un año después de que se inventara el juego. Entrenadas por Senda Berenson Abbott, las mujeres comenzaron a jugar baloncesto por primera vez en Smith College. Pero los corsés tradicionales de la época les dificultaban el juego. El Dr. Edward Morton Schaeffer instó a la sociedad a deshacerse del corsé, calificándolo de "artículo que destruye la figura y la salud". Es interesante notar que en los inicios del baloncesto las mujeres aceptaban y se involucraban con el juego más fácilmente que los hombres, tal vez debido a la adaptación de las reglas y pautas creadas por Senda Berenson para hacer el juego menos físico. Por otro lado, los hombres ya tenían una gran tradición en la participación en juegos de equipo como fútbol, béisbol o hockey sobre hielo. A medida que los deportes modernos comenzaron a desarrollarse a finales del siglo XIX, las mujeres enfrentaron importantes barreras para participar en los deportes en general. A menudo eran excluidas de las actividades deportivas convencionales debido a preocupaciones sobre su capacidad física y las expectativas sociales sobre la feminidad. Sin embargo, durante este período surgieron algunos clubes y organizaciones deportivas de mujeres que fomentaron más oportunidades de participación en actividades como tenis, croquet y golf. La sociedad, en aquella época, imponía qué deportes eran para mujeres y cuáles para hombres.

En Estados Unidos, la aprobación del Título IX en 1972 tuvo un impacto transformador en los deportes femeninos. Esta legislación prohibía la discriminación basada en el sexo en las instituciones educativas financiadas con fondos federales, incluidos los programas deportivos (todos los deportes). Como resultado, las oportunidades para que las mujeres participaran en deportes a nivel escolar y universitario aumentaron significativamente, lo que condujo a mejores instalaciones, becas y programas competitivos.



### A3. Primeras entrenadoras de baloncesto

Entrenadas por Senda Berenson Abbott, las mujeres comenzaron a jugar baloncesto por primera vez en Smith College en 1892.



**Lidia Alexeeva** ocupó su lugar en el escenario mundial durante los Juegos Olímpicos de 1976 en Montreal, Canadá. La selección soviética llegó directamente al partido por la medalla de oro del torneo de baloncesto ganando partidos por una media de más de 31 puntos por partido. La repetición de su actuación en los Juegos Olímpicos de Moscú de 1980 reforzó su reputación como una de las principales entrenadoras de baloncesto. El récord intachable de Alexeeva en competiciones internacionales incluyó la primera medalla de oro en el baloncesto femenino olímpico, así como diez primeros puestos en el Campeonato de Europa. Alexeeva, entrenadora de la selección soviética durante veinte años, marcó el comienzo de la primera dinastía del baloncesto femenino a nivel internacional. Sus equipos ganaron veinte medallas de oro en competiciones internacionales, incluidos cuatro primeros puestos en el Campeonato Mundial Femenino FIBA. Alexeeva y sus equipos estaban a años luz del resto del mundo en el baloncesto femenino.



Durante su carrera como entrenadora en jefe en la Universidad de Tennessee, **Pat Summitt** ha creado un legado de éxito e integridad sin paralelo en el baloncesto femenino. Nombrado Entrenador del Siglo de Naismith, Summitt llevó a las “Lady Vols” a apariciones en postemporada cada temporada, incluidas 22 Final Fours (cuatro AIAW) y 13 juegos por el título, con 8 títulos de la NCAA. Liderando a las Lady Vols a títulos nacionales en 1987 y 1989, fue nombrada Entrenadora del Año de la SEC tres veces. Dominando la década de 1990 con cuatro campeonatos de la NCAA, llevó a las “Lady Vols” a un récord perfecto de 39-0 en 1998. En total, ha entrenado a la Universidad de Tennessee para ganar 14 títulos de la temporada regular de la Conferencia Sureste y trece títulos de torneos de la SEC. En 2009 Summitt logró el evento singular de 1000 victorias y completó la temporada con 1005, consolidándola como la entrenadora más ganadora en la historia de la NCAA, con la Universidad de Tennessee obtuvo 1098 victorias y 208 derrotas (.841). Summitt también entrenó a equipos estadounidenses para ganar medallas de oro en los Juegos Olímpicos y Panamericanos.



Después de retirarse de jugar en la WNBA y a nivel internacional, **Becky Hammon** pasó a ser entrenadora y fue contratada como entrenadora asistente para los San Antonio Spurs en 2014, convirtiéndose en la primera entrenadora asistente a tiempo completo en la historia de la NBA. Desde entonces, ha seguido prosperando en su puesto y ha sido ampliamente elogiada por su conocimiento, ética de trabajo y capacidad para conectarse con los jugadores. Becky Hammon hizo historia cuando se convirtió en la primera entrenadora en jefe de la liga de verano de la NBA en 2015. Llevar a los San Antonio Spurs al campeonato de la Liga de Verano de Las Vegas hizo que la experiencia fuera mucho más dulce. En diciembre de 2021, Hammon fue nombrado entrenador en jefe de Las Vegas Aces en la WNBA. Bajo su liderazgo, las Aces salieron victoriosas en las Finales de la WNBA de 2022, convirtiéndola en la primera entrenadora en jefe novata en ganar el campeonato de la WNBA.



**María Planas** fue una auténtica pionera del baloncesto femenino español y, hasta el día de hoy, sigue siendo la única entrenadora en jefe en la larga y rica historia de las selecciones absolutas femeninas de su país. Estuvo al frente de las selecciones españolas entre 1978 y 1985.



Serbia ha sido testigo de un éxito significativo en el baloncesto femenino, tanto a nivel nacional como internacional. La selección femenina ha obtenido resultados encomiables, obteniendo reconocimiento por sus capacidades y competitividad. Hay entrenadoras de baloncesto notables en Serbia, como **Marina Maljković**, que han hecho contribuciones sustanciales a este deporte. Es entrenadora de la selección de Serbia desde 2011 y hasta hoy logró darle a Serbia una medalla de bronce en los Juegos Olímpicos de 2016 en Río de Janeiro, además de 1 medalla de bronce en el EuroBasket Femenino de 2019 y 2 medallas de oro en el EuroBasket. Mujeres en 2015 y 2021.



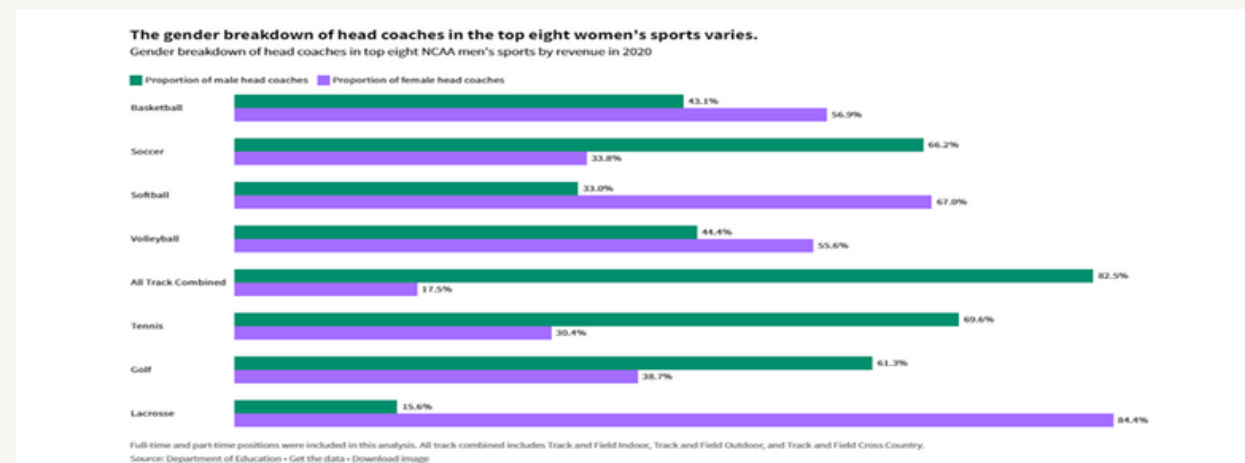
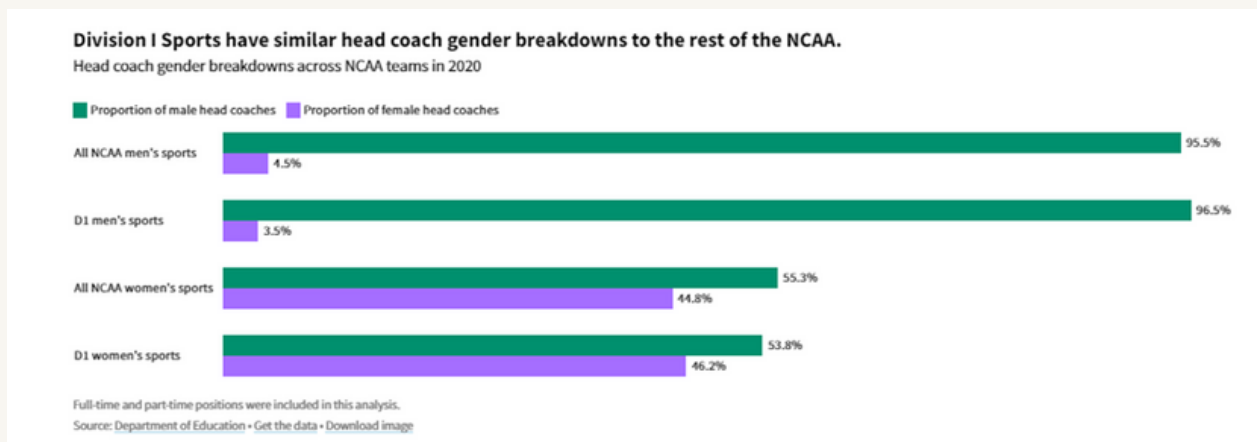
Desde Portugal Entrenador **Mariyana Kostourkova**, es la principal entrenadora de baloncesto del país, entrenó a las selecciones nacionales juveniles femeninas de baloncesto durante muchos años y es la figura clave en el éxito de las selecciones nacionales juveniles femeninas. Muchos de sus jugadores han sido reclutados por universidades de la NCAA de los Estados Unidos de América. Es originaria de Bulgaria y exjugadora del CSKA Sofia.



Como breve resumen de esta perspectiva histórica, podemos decir que el Baloncesto aceptó desde sus inicios no sólo a las jugadoras sino también a las entrenadoras, el legado del trabajo desarrollado por Senda Berenson Abbott en el Smith College abre la puerta al desarrollo del baloncesto femenino. juego, primero en Norteamérica y luego en todo el mundo. Muchas entrenadoras de todo el mundo desarrollaron excelentes programas y equipos muy exitosos en baloncesto femenino y masculino de todas las edades. El baloncesto tiene sus propias tradiciones, valores y cultura y siempre fue un deporte que intentaba dar oportunidades a todos, lo cierto es que el baloncesto siempre se adelantó a su tiempo en relación con otros deportes y con la sociedad misma, no solo rompiendo estereotipos como el racial. pero también promoviendo la igualdad de género y la inclusión de personas con discapacidad. En los temas sociales más relevantes de la sociedad moderna el baloncesto siempre estuvo un paso por delante.

## B. Panorama actual

### Estadísticas de entrenadoras de Baloncesto NCAA



## WNBA

Ha habido 82 entrenadores en jefe desde el inicio de la liga en 1997, con 42 entrenadoras en jefe, lo que representa el 51% de los entrenadores en jefe.

En la temporada 2021, la WNBA tuvo 5 entrenadoras en jefe en los 12 equipos (42%).

## FIBA

En la última Copa Mundial Femenina FIBA de 2022, de 12 selecciones nacionales, solo 5 de ellas tenían mujeres como entrenadoras (41,6%).

En la Copa Mundial FIBA masculina de 2019, el número de mujeres que dirigieron una selección nacional masculina fue cero, el 100% de los entrenadores en jefe eran hombres.

### **C. ¿Qué se está haciendo actualmente para reducir la brecha?**

El Comité Olímpico Internacional (COI) está comprometido a abordar el desafío y apoyar a las partes interesadas del Movimiento Olímpico para encontrar caminos para que más mujeres alcancen los niveles más altos de entrenamiento. Aumentar la visibilidad de los entrenadores de élite que han roto esas barreras y que son modelos a seguir para que más mujeres sigan su ejemplo es en sí mismo un objetivo.

La proporción de entrenadoras de élite en los Juegos Olímpicos, que está ascendiendo lentamente desde una base baja, ha sido de sólo el 10 por ciento en la última década.

El desafío comienza ya a nivel de base, con menos niñas y mujeres que eligen asumir roles de entrenadoras. Lamentablemente, esto refuerza la brecha de género, porque si un club deportivo sólo tiene entrenadores hombres, las niñas no verán la posibilidad de convertirse en entrenadoras como una opción. Una carrera como entrenador suele consistir en una experiencia de entre 10 y 12 años a nivel nacional en competiciones regionales antes de alcanzar el nivel olímpico. Esto explica en parte por qué el proceso para convertirse en entrenador es mucho más lento que el de convertirse en deportista de élite.

El COI se compromete a trabajar para crear caminos para las entrenadoras, desde las bases hasta el nivel de élite. WISH, el programa de alto rendimiento para Mujeres en el Deporte, es un elemento clave de su respuesta. Este programa de cuatro años financiado por Solidaridad Olímpica tiene como objetivo equipar a más de 100 mujeres para entrenar en niveles de élite para 2024.

En representación de 17 deportes y 53 países, los 97 entrenadores que se han inscrito en el programa hasta la fecha fueron seleccionados para el curso por sus Federaciones Internacionales (FI) y Comités Olímpicos Nacionales (CON) en base a sus logros individuales, potencial y ambición.

El programa está diseñado para ayudar a las entrenadoras a desarrollar sus habilidades de liderazgo, confianza y carreras. La tutoría también es una parte muy importante del programa. Los entrenadores se benefician de una tutoría de liderazgo individualizada además del apoyo continuo de un mentor específico para cada deporte. Estos consejos y comentarios de expertos sobre los desafíos de la vida real pueden ser invaluable para cualquier entrenador, y mucho menos para una mujer que se esfuerza por desempeñarse al máximo en un entorno dominado por hombres.

Impulsado por su visión de construir un mundo mejor a través del deporte, el COI considera que la igualdad de género es imprescindible para todas las organizaciones y todos los países. En octubre del año pasado, el presidente del COI, Thomas Bach, dijo a las partes interesadas del Movimiento Olímpico que todas las organizaciones deportivas –incluido el COI– tienen la responsabilidad de promover la igualdad de género, la diversidad y la inclusión. “Ninguna organización o país puede permitirse el lujo de dejar atrás las habilidades del 50 por ciento de la población”, dijo en ese momento. El objetivo para los Juegos Olímpicos de París 2024 es aumentar el número de entrenadoras y alcanzar el 50% de participantes femeninas entre los deportistas.

El Consejo de Europa (COE) desarrolló algunas recomendaciones políticas para garantizar un entrenamiento equilibrado y sensible al género en el deporte europeo:

- Identificar las barreras a las que se enfrentan las mujeres y las niñas, incluidas las de grupos desfavorecidos, en lo que respecta a su acceso y participación en todos los niveles y campos del deporte, incluidos los puestos de entrenadora.
- Identificar modelos femeninos de entrenadoras e involucrarlas en la promoción de la igualdad entre mujeres y hombres en el deporte.
- Crear procedimientos y prácticas de reclutamiento, selección, nombramiento y elección transparentes y sensibles al género para aumentar el número de mujeres que participan en todos los niveles de las organizaciones deportivas, incluido el entrenamiento.
- Adoptar políticas que permitan el equilibrio entre la vida privada y familiar y la carrera deportiva, con especial atención a los entrenadores.
- Garantizar que las estadísticas sobre participación y representación individual en todas las áreas y todos los niveles de las organizaciones, incluido el coaching, estén desglosadas por sexo y se publiquen y difundan periódicamente.
- Promover iniciativas de sensibilización y/o formación sobre igualdad de género, transversalización de género y diferentes necesidades de quienes participan en el deporte para proporcionar al personal, entrenadores, atletas, gestores deportivos y tomadores de decisiones en todos los niveles las herramientas y competencias necesarias para implementar la transversalización de género y la perspectiva de género. igualdad en la organización.



En 2014 la Comisión Europea presentó la Propuesta de Acciones Estratégicas 2014 – 2020 para la Igualdad de Género en el Deporte. En este documento los objetivos para 2020 se centran claramente en la importancia de la igualdad de oportunidades para que las mujeres alcancen un rol o empleo como instructora o entrenadora de la actividad deportiva de su elección.

“El sector del deporte podría aumentar las habilidades y conocimientos de las mujeres, lo que las haría más empleables en el deporte y en el mercado laboral en general . De esta manera, el sector también podría beneficiarse de más entrenadoras, ya que hay una falta de entrenadoras en general. Un mayor número de entrenadoras también podría llevar a que más mujeres realicen actividad física en el deporte. Debido a sus preferencias personales, tradiciones culturales o creencias religiosas, algunas mujeres se sienten más cómodas con entrenadoras”.

Algunas de las acciones propuestas han sido:

- Todos los órganos rectores del deporte nacional e internacional deberían apoyar y desarrollar.
- Implementar políticas que faciliten el entrenamiento por parte de mujeres, incluyendo:
  - Proyectos y campañas de reclutamiento para grupos específicos de mujeres basados en perfiles de segmentación de mercado en un entorno (incluido virtual) donde frecuentan candidatas. Estas deberían ir acompañadas de medidas, como becas, que faciliten la formación de entrenadores para las mujeres.
  - Itinerarios educativos adaptados de entrenamiento para jugadoras del primer equipo y deportistas de élite, que reconozcan las experiencias de aprendizaje informal de estas (ex)jugadoras y organicen , cuando proceda, cursos de entrenadoras "solo para mujeres" como mecanismo para involucrar, empoderar y aumentar las habilidades técnicas de las jugadoras del primer equipo y deportistas de élite. entrenadoras femeninas.
  - Contratación de más educadoras de entrenadores en todos los niveles de la formación de entrenadores.
  - Programa de premios para entrenadoras de todos los niveles y/o dar la bienvenida activamente a nominaciones de entrenadoras en programas de premios anuales . Ambientes amigables para las familias y ofrecemos cuidado de niños durante la capacitación de entrenadores, sesiones de entrenamiento y competencias.
  - Relacionado con el equilibrio de género entre entrenadores masculinos y femeninos en todas las selecciones nacionales, el Europeo La Comisión recomienda que los órganos rectores del deporte europeo e internacional:
    - Considere emplear un cuerpo técnico mixto masculino y femenino donde tengan más entrenadores nacionales (de equipos).

- Establecer medidas de contratación para lograr que las mujeres obtengan el más alto nivel de formación como entrenadoras en su deporte y garantizar que las entrenadoras de nivel de élite tengan la oportunidad de entrenar y adquirir la experiencia de entrenar a atletas de alto nivel de rendimiento, durante y después de terminar su educación a través de puestos de aprendizaje y prácticas.
- Desarrollar mecanismos, incluidos programas de tutoría y una red de entrenadoras de nivel de élite tanto a nivel nacional como europeo, para garantizar que las entrenadoras de nivel de élite tengan acceso a una educación y apoyo más especializados para entrenadoras.
- Utilizar entrenadoras de élite exitosas como modelos a seguir en el reclutamiento de entrenadoras y material educativo.

La Comisión Europea también recomendó que se incluyeran conocimientos basados en evidencia sobre género e igualdad de género en la formación de entrenadores.

Todos los entrenadores deportivos deben ser conscientes y respetuosos de las diferencias de género y la diversidad de los participantes, con el objetivo de crear un entorno deportivo activo y desafiante, que al mismo tiempo sea seguro. Tienen que aprender que la igualdad de género no es sinónimo de igualdad ni de establecer a los hombres, su estilo de vida y sus condiciones como norma. Las diferencias biológicas entre hombres y mujeres no pueden utilizarse para negar a las atletas el acceso al deporte y a regímenes de entrenamiento específicos, como ha sido históricamente el caso. Los entrenadores deben comprender que el género es una definición cultural específica de feminidad y masculinidad y, por lo tanto, varía en diferentes países, en tiempo y espacio, lo que lleva a que mujeres y hombres vivan vidas diferentes y desarrollen valores diferentes. La inclusión de la igualdad de género en la educación y formación de entrenadores es esencial, ya que los entrenadores deben desarrollar y adoptar diferentes estilos de entrenamiento que se adapten a las personas a las que entrenan, abordando sus necesidades a nivel personal. Tanto los entrenadores masculinos como femeninos deben ser conscientes de la variedad de género entre hombres/niños y mujeres/niñas y entre hombres y mujeres. Esto puede ayudar a aumentar la retención de las niñas en el deporte y abordar la disminución de la participación de las niñas en el deporte después de la escuela.

La Comisión Europea recomienda lo siguiente a todos los organismos rectores del deporte nacionales, europeos e internacionales:

- Iniciar y apoyar investigaciones que identifiquen situaciones que promuevan y contrarresten la igualdad y el trato igualitario en el entrenamiento y la educación de entrenadores. Esto debería incluir requisitos, condiciones y características específicas de género para mujeres y hombres como entrenadores profesionales y voluntarios.

# Nombre de la sesión: Contexto social

**Tema:** Perspectiva histórica y panorama actual

**Tiempo:** 60 minutos

**Descripción general:**

A medida que los deportes modernos comenzaron a desarrollarse a finales del siglo XIX, las mujeres enfrentaron importantes barreras para participar en los deportes en general. A menudo eran excluidas de las actividades deportivas convencionales debido a preocupaciones sobre su capacidad física y las expectativas sociales sobre la feminidad. Sin embargo, durante este período surgieron algunos clubes y organizaciones deportivas de mujeres que fomentaron más oportunidades de participación en actividades como tenis, croquet y golf. La sociedad, en aquella época, imponía cuáles eran los deportes que eran para mujeres y los que eran para hombres. El baloncesto, aceptó desde el principio no sólo a las jugadoras sino también a las entrenadoras. Muchas entrenadoras de todo el mundo desarrollaron programas ganadores y equipos muy exitosos en baloncesto femenino y masculino de todas las edades. La brecha actual en la diferencia entre el número de entrenadores masculinos y femeninos se debe a la historia del deporte moderno y a la relación entre el deporte y la sociedad.

**Objetivos:**

- Para entender el origen del deporte moderno
- Para entender la sociedad del siglo XIX
- Para entender el Origen del Baloncesto
- Comprender la relación entre la Historia y el panorama actual del Baloncesto.
- Comprender la situación actual y las iniciativas para reducir la brecha.

**Materiales:**

Computadora, PowerPoint con fotografías de la participación femenina en los deportes de antaño.

Tamaño del grupo: Sin límite

**Preparación:**

Es importante entender la historia y poder unir los puntos entre la evolución del deporte y la evolución de la sociedad, porque no se puede hablar de este tema según los valores de la sociedad actual. El deporte moderno comienza con la Revolución Industrial y con el nacimiento de la “sociedad del tiempo libre”. Los facilitadores deben aprender los hechos y la información del “Contexto social” (páginas 31 a 42). Los facilitadores deberán preparar la presentación con las fotografías presentadas a lo largo de esta conferencia.

## **Instrucciones :**

### **Variante 1 :**

El facilitador debe hablar sobre todos los datos relevantes presentados en la parte “Contexto social” de este manual (páginas 27 a 35). Esta sesión se realiza mediante la modalidad de conferencia. Ocasionalmente, el facilitador puede hacer preguntas antes de brindar la información a los participantes. Ejemplo para esto:

- ¿Quién fue la primera entrenadora de la historia? (Respuesta: Senda Berenson Abbott)
- ¿Cuándo empezaron las mujeres a jugar baloncesto? (Respuesta: En 1892)
- ¿Cómo se llamaba la famosa entrenadora soviética que ganó veinte medallas de oro en competiciones internacionales, incluidos cuatro primeros puestos en el Campeonato Mundial Femenino FIBA? (Respuesta: Lidia Alexeeva)
- Nombra la entrenadora más conocida de España / Serbia / Portugal (Respuesta: España - Maria Planas, Serbia - Marina Maljković , Portugal - Mariyana Kostourkova )
- ¿Cuál es el evento deportivo con igualdad de género más grande del mundo? (Respuesta: Juegos Olímpicos)
- ¿Cuándo y dónde participaron por primera vez las atletas en los Juegos Olímpicos? (Respuesta: Las atletas femeninas participaron por primera vez en los Juegos Olímpicos de París en 1900)
- ¿Cuántas mujeres participaron en los primeros Juegos Olímpicos que permitieron competir a las mujeres? (Respuesta” 22 mujeres de un total de 997 deportistas compitieron en cinco deportes: tenis, vela, croquet, ecuestre y golf)
- ¿Cuáles fueron los deportes que compitieron las mujeres en los juegos olímpicos de 1900 en París? (Respuesta: cinco deportes: tenis, vela, croquet, ecuestre y golf)
- ¿Cuál fue el porcentaje de atletas femeninas en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020? (Respuesta: el porcentaje de deportistas femeninas era del 48%)
- ¿Cuál fue el porcentaje de entrenadoras en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020? (Respuesta: el porcentaje de entrenadoras era sólo del 13%)
- ¿Cuántas entrenadoras hubo en la última Copa Mundial Femenina FIBA en 2022? (Respuesta: de 12 selecciones nacionales sólo 5 de ellas tenían mujeres como entrenadoras (41,6%)).
- ¿Cuántas entrenadoras hubo en la última Copa Mundial FIBA masculina en 2019? (Respuesta: el número de mujeres entrenando una selección nacional masculina era cero, el 100% de los entrenadores eran hombres).
- Nombra al menos 3 de las instituciones y organizaciones internacionales que trabajan para reducir la brecha de género en el deporte (Respuesta: Comité Olímpico Internacional, Consejo de Europa, Comisión Europea)
- ¿Qué documento presentó la Comisión Europea en 2014 para reducir la brecha de género? (Respuesta: Propuesta de Acciones Estratégicas 2014 – 2020 para la Igualdad de Género en el Deporte)

## Variante 2 :

En caso de que los facilitadores quieran evitar la conferencia clásica, la parte "Contexto social" de este manual se puede presentar mediante un cuestionario. Los facilitadores deben prepararse con antelación. Deberán seleccionar 12 preguntas entre las ofrecidas:

- ¿Quién fue la primera entrenadora de la historia? (Respuesta: Senda Berenson Abbott)
- ¿Cuándo empezaron las mujeres a jugar baloncesto? (Respuesta: En 1892)
- ¿Cómo se llamaba la famosa entrenadora soviética que ganó veinte medallas de oro en competiciones internacionales, incluidos cuatro primeros puestos en el Campeonato Mundial Femenino FIBA? (Respuesta: Lidia Alexeeva)
- Nombra la entrenadora más conocida de España / Serbia / Portugal (Respuesta: España - Maria Planas, Serbia - Marina Maljković , Portugal - Mariyana Kostourkova )
- ¿Cuál es el evento deportivo con igualdad de género más grande del mundo? (Respuesta: Juegos Olímpicos)
- ¿Cuándo y dónde participaron por primera vez las atletas en los Juegos Olímpicos? (Respuesta: Las atletas femeninas participaron por primera vez en los Juegos Olímpicos de París en 1900)
- ¿Cuántas mujeres participaron en los primeros Juegos Olímpicos que permitieron competir a las mujeres? (Respuesta” 22 mujeres de un total de 997 deportistas compitieron en cinco deportes: tenis, vela, croquet, ecuestre y golf)
- ¿Cuáles fueron los deportes que compitieron las mujeres en los juegos olímpicos de 1900 en París? (Respuesta: cinco deportes: tenis, vela, croquet, ecuestre y golf)
- ¿Cuál fue el porcentaje de atletas femeninas en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020? (Respuesta: el porcentaje de deportistas femeninas era del 48%)
- ¿Cuál fue el porcentaje de entrenadoras en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020? (Respuesta: el porcentaje de entrenadoras era sólo del 13%)
- ¿Cuántas entrenadoras hubo en la última Copa Mundial Femenina FIBA en 2022? (Respuesta: de 12 selecciones nacionales sólo 5 de ellas tenían mujeres como entrenadoras (41,6%)).
- ¿Cuántas entrenadoras hubo en la última Copa Mundial FIBA masculina en 2019? (Respuesta: el número de mujeres entrenando una selección nacional masculina era cero, el 100% de los entrenadores eran hombres).
- Nombra al menos 3 de las instituciones y organizaciones internacionales que trabajan para reducir la brecha de género en el deporte (Respuesta: Comité Olímpico Internacional, Consejo de Europa, Comisión Europea)

·¿Qué documento presentó la Comisión Europea en 2014 para reducir la brecha de género? (Respuesta: Propuesta de Acciones Estratégicas 2014 – 2020 para la Igualdad de Género en el Deporte)

Deberían utilizar aplicaciones como **Mentimeter** ( <https://www.mentimeter.com/> ) o Kahoot ( <https://kahoot.com/> ) para crear un cuestionario.

Los facilitadores deben dividir el grupo en 4 subgrupos que competirán entre sí mediante el cuestionario Metimeter o Kahoot . Grupo no. 1 abre la primera pregunta. Tienen entre 10 y 15 segundos para decidir la respuesta. Si adivinan la respuesta, obtienen 1 punto; si no, la pregunta pasa al Grupo no. 2, quién tiene la oportunidad de responder, etc. Cuando se responde correctamente la primera pregunta, se abre la segunda pregunta por el Grupo 2, luego la tercera pregunta por el Grupo 3 y así hasta el final. Siempre que el grupo responde correctamente a la pregunta, los facilitadores aprovechan esta oportunidad para proporcionar información adicional de la parte de “Contexto social”, relacionada con esa pregunta en particular. De esta forma, los participantes obtendrán información diferente en este campo.

### **Informe y evaluación:**

Después de la conferencia o cuestionario, la evaluación debe realizarse verbalmente con los participantes. para poder discutir todo lo que aprendieron y por qué este tema es útil e importante para ellos. Las preguntas para el debriefing pueden ser:

- ¿Cómo te sentiste durante esta actividad?
- ¿Qué aprendiste?
- ¿Cuál fue la información más sorprendente que aprendiste?
- ¿Cuál fue la información más importante que aprendiste?
- ¿Cómo apoyaría adicionalmente la reducción de la brecha de género en el deporte?

### **Conclusión que pueden utilizar los facilitadores :**

El camino fue largo, y pasará un poco más de tiempo hasta que tengamos las mismas oportunidades de formación para entrenadores y entrenadores en el deporte, pero la verdad es que actualmente estamos mucho mejor que en el pasado. Podemos decir que el Baloncesto aceptó desde sus inicios no sólo a las jugadoras sino también a las entrenadoras, el legado del trabajo desarrollado por Senda Berenson Abbott en el Smith College abrió la puerta para el desarrollo del juego femenino, primero en Norteamérica y posteriormente alrededor. el mundo. Muchas entrenadoras de todo el mundo desarrollaron programas ganadores y equipos muy exitosos en baloncesto femenino y masculino de todas las edades.

El baloncesto tiene sus propias tradiciones, valores y cultura y siempre fue un deporte que trató de dar oportunidades a todos, podemos decir que el baloncesto siempre se adelantó a su tiempo en relación con otros deportes y con la sociedad misma, no solo rompiendo estereotipos como la raza. pero también promoviendo la igualdad de género y la inclusión para todos. En los temas sociales más relevantes de la sociedad moderna, el Baloncesto siempre estuvo un paso por delante.

Las organizaciones políticas internacionales, las organizaciones gubernamentales nacionales y todo tipo de órganos rectores del deporte tuvieron un papel importante y un impacto en la tendencia actual de reducir la brecha entre entrenadores y entrenadoras y lograr la igualdad de género en el deporte y en el entrenamiento deportivo. Estamos en la dirección correcta y nuestro proyecto Erasmus+ Sport “Entrenadoras de baloncesto empoderadas” es un gran ejemplo de los pasos que se están implementando en Europa.

### **Consejos para el facilitador:**

- Los facilitadores deben decidir qué variante quieren utilizar cuando trabajen con el grupo y prepararse para ello. En cualquier caso, los facilitadores deben conocer muy bien la parte “Contexto Social”.
- En caso de que las sesiones sean más largas y los facilitadores tengan más tiempo, pueden combinar 2 variantes, donde primero hacen la Variante 1 y luego usan la Variante 2 para probar lo que los participantes recordaron de la conferencia.

# Sesión: Formación de entrenadoras técnicas y tácticos.

## **Entrenando a niños (6-12 años):**

Comprensión de las habilidades fundamentales: una entrenadora que trabaje con niños debe tener un conocimiento sólido de las habilidades básicas del baloncesto, incluidos el regate, el tiro y el pase. Deberían poder enseñar estas habilidades de forma eficaz a los jugadores jóvenes.

Énfasis en la diversión y el aprendizaje: Entrenar a los niños implica crear un ambiente positivo y divertido donde puedan aprender y disfrutar el juego. Los entrenadores deben tener conocimiento de los métodos de enseñanza y ejercicios apropiados para la edad para mantener las sesiones interesantes.

Instrucción táctica básica: si bien la atención se centra en las habilidades individuales, un entrenador debe introducir conceptos tácticos básicos como trabajo en equipo, posicionamiento y principios defensivos básicos.

## **Entrenador Juvenil (13-18 años):**

Desarrollo de habilidades avanzadas: las entrenadoras que trabajan con jugadores jóvenes deben tener experiencia en perfeccionar las habilidades de baloncesto. Esto incluye enseñar técnicas avanzadas de regate, tiros precisos y estrategias defensivas.

Comprensión táctica: un entrenador debe poseer una comprensión sólida de las tácticas y estrategias del baloncesto, incluidas las jugadas ofensivas, los esquemas defensivos y el juego de transición. Deberían poder transmitir estos conceptos a los jugadores de forma eficaz.

Desarrollo de jugadores: los entrenadores juveniles deben tener la capacidad de identificar y fomentar el potencial de jugadores individuales, adaptando programas de entrenamiento para adaptarlos a sus fortalezas y debilidades.

## **Entrenando Adultos (18+ años) :**

Conocimiento táctico de alto nivel: las entrenadoras que trabajan con jugadores adultos deben tener conocimientos tácticos avanzados, incluidos conjuntos ofensivos complejos, estrategias defensivas y toma de decisiones situacionales.

Optimización de habilidades: Deben ser expertos en perfeccionar las habilidades de los jugadores, ayudándolos a alcanzar su máximo rendimiento. Esto incluye refinar la mecánica de tiro, la eficiencia del regate y la destreza defensiva.

Gestión de equipos: las entrenadoras adultos deben ser expertos en gestionar la dinámica del equipo, motivar a los jugadores y fomentar un ambiente de equipo cohesivo. Deben tener habilidad para tomar decisiones críticas dentro del juego.



Análisis del juego: las entrenadoras deben poseer la capacidad de analizar imágenes del juego, estudiar a los oponentes e idear planes de juego adaptados a las fortalezas y debilidades del equipo y los oponentes.

### **Sesión de ejemplo para los más jóvenes:**

Plan de práctica para futuros entrenadores que trabajan con jóvenes de 9 y 10 años:

Objetivo: Crear un ambiente de aprendizaje positivo y de apoyo donde los jugadores jóvenes puedan desarrollar sus habilidades de baloncesto y su pasión por el juego.

Duración de la sesión : 60 minutos

Participantes: 15-30 personas

Equipamiento: conos/bolardos x15, bolas x15-30, cesta

### **Calentamiento (10 minutos):**

1. Divertidos juegos de calentamiento: comience la sesión con divertidas actividades de calentamiento que incluyan correr, saltar y ejercicios de movimiento para involucrar y entusiasmar a los jugadores.
2. Círculo de regate: Forme un círculo y haga que los jugadores practiquen regatear con ambas manos mientras se mueven alrededor del círculo.

### **Habilidades Técnicas (20 minutos):**

1. Fundamentos de tiro: Enseñe la técnica básica de tiro, enfocándose en la posición adecuada de las manos y el seguimiento. Haga que los jugadores formen parejas y practiquen tiros desde una distancia corta.
2. Pasar y atrapar: demostrar y explicar diferentes técnicas de pase (pase de pecho, pase de rebote, pase por encima de la cabeza). Divida a los jugadores en parejas y pídeles que practiquen pases y atrapadas de un lado a otro.
3. Postura defensiva y juego de pies: Muestre a los jugadores la postura defensiva y el juego de pies adecuados. Pídeles que practiquen deslizarse y arrastrar los pies para permanecer frente a su compañero.

Comprensión táctica (15 minutos):

1. Conceptos ofensivos y defensivos: introduzca formaciones ofensivas básicas, como una configuración sencilla de 2 contra 2, y enseñe a los jugadores a moverse sin el balón. Además, introduzca principios defensivos básicos, como permanecer entre el jugador y la canasta.
2. Trabajo en equipo y comunicación: Enfatique la importancia del trabajo en equipo y la comunicación en la cancha. Haga que los jugadores practiquen cantando selecciones o cambios durante los ejercicios.

### **Habilidades Psicológicas (15 minutos):**

1. Refuerzo Positivo: Aliente y elogie a los jugadores por sus esfuerzos y mejoras a lo largo de la sesión. Ofrezca comentarios constructivos para ayudarlos a comprender qué pueden hacer mejor.
2. Cómo afrontar la frustración: Aborde los momentos de frustración y fracaso durante los simulacros. Enseñe a los jugadores que cometer errores es parte del proceso de aprendizaje y anímelos a seguir intentándolo.
3. Desarrollar la confianza en uno mismo: Implemente ejercicios de desarrollo de la confianza, como hacer que los jugadores se turnen para demostrar una habilidad, se sientan seguros frente al grupo.
4. Escucha activa: cree un espacio seguro donde los jugadores puedan expresar sus pensamientos y sentimientos sobre el juego o la sesión de práctica. Estar atento y comprensivo a sus necesidades.

### **Enfriamiento (5 minutos):**

1. Estiramiento: guíe a los jugadores a través de una suave rutina de estiramiento para enfriar sus músculos y prevenir lesiones.
2. Reflexión: Reúna a los jugadores en un círculo y pídeles que compartan algo que disfrutaron o aprendieron durante la práctica.

### **Cierre (5 minutos):**

1. Reforzar el comportamiento positivo: aplauda a los jugadores por sus esfuerzos y actitud positiva durante la práctica.
2. Comunique los próximos eventos: comparta información sobre los próximos juegos, torneos u oportunidades de capacitación adicionales.

**Nota:** Recuerde que trabajar con jóvenes de 9 y 10 años requiere paciencia y flexibilidad. Mantenga las sesiones de práctica divertidas, atractivas y apropiadas para la edad. Priorizar siempre el bienestar y desarrollo de los jugadores, tanto dentro como fuera de la cancha. Mejore continuamente sus habilidades de entrenamiento asistiendo a talleres relevantes y buscando comentarios de entrenadores experimentados.

# Sesión: MOTIVACIÓN ¿POR QUÉ SER ENTRENADORA?

Descripción general: Las mujeres aman el baloncesto. Conoce el juego. Tener mucho coraje y un punto de vista diferente. Saber trabajar en los pequeños detalles hace una gran diferencia. Son apasionadas. Son resilientes. Son duras y empáticas al mismo tiempo. Son líderes valientes y naturales. Son conscientes de la importancia del espíritu de equipo. Acostumbra a hacer sacrificios para alcanzar metas. ¡SÍ, DEFINITIVAMENTE! Necesitamos más entrenadoras de baloncesto.

## Sesión 1: MODELO A SEGUIR

Alguien que lo creyó

Angela Adamoli Campeona del Mundo 3x3 2018



**TIEMPO:** 45 minutos, 15 participantes;

## **OBJETIVOS:**

- Apoyar la motivación personal
- Aumentar la confianza en uno mismo
- Animar a soñar en grande

## **INSTRUCCIÓN:**

El modelo a seguir tiene una pelota de baloncesto en sus manos. Su discurso debe ser un viaje a través de experiencias personales para dar un ejemplo concreto de los pasos, dificultades, fracasos y éxitos para ser coach. La modelo a seguir tiene que explicar cómo y cuándo conoció el mundo del baloncesto. Cuándo y cómo empezó la pasión. Quién y qué han sido importantes para incrementarlo. Cuándo y por qué empieza a verse como entrenadora. Al hablar de los obstáculos y dificultades a lo largo del camino (soledad, precariedad, estar lejos de la familia y de las personas queridas, conciliación vida-trabajo, problemas económicos y brecha de género), el modelo a seguir tiene que mencionar los estereotipos y discriminaciones que tuvo que enfrentar y quién y qué la ayudó a luchar contra ellos, es importante subrayar qué tipo de habilidades personales ayudaron al modelo a seguir a alcanzar sus metas. Finalmente, toma tiempo para explicar cuán fundamental es la hermandad.

La alianza entre mujeres es el punto de partida para empoderar a las entrenadoras.

Durante el discurso, el modelo pasa la pelota a los participantes para crear empatía y puentes. Lo mismo durante el turno de preguntas. Quien reciba el balón tiene que ponerse de pie diciendo su nombre.

## **MATERIALES**

CV del modelo a seguir

Baloncesto

Una pantalla para mostrar momentos destacados y vídeos durante el discurso.

**CONSEJOS PARA FACILITADORES :** esta sesión debe realizarse en una sala luminosa donde cada uno tenga su espacio, asientos cómodos y en posición circular. El modelo a seguir tiene que ponerse de pie. Debe conocer la técnica verbal y no verbal. Cualquier obstáculo entre ella y los participantes. Usar la ironía podría ser una oportunidad para mantener baja la presión.

**MATERIAL PARA FACILITADORES :** momentos destacados personales, fotografías, objetos importantes (medallas, trofeos, zapatos, uniforme).

# SESIÓN: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS INDIVIDUALES

**Tiempo:** 60 minutos

Tamaño del grupo: 15 participantes.

## OBJETIVOS:

Apoyar la motivación personal

Aumentar la confianza en uno mismo

Animar a soñar en grande

Resolución de problemas

## INSTRUCCIÓN:

A través de sencillos juegos enciende la luz de una persona para mejorar la confianza en sí misma. El objetivo de esta sesión es ayudar a encontrar una solución rápida y clara a través de su propio conocimiento. Cuando sea posible, sería importante la presencia de un psicólogo deportivo que observe a cada participante y le dé consejos para que tenga más confianza.

Al inicio de la sesión cada participante realiza una breve presentación individual contando experiencias pasadas de baloncesto y explicando objetivos futuros.

Por eso queremos animar a los participantes a que se conozcan entre sí. El facilitador debe mostrar 24 sobres: cada sobre debe estar sellado y contener una palabra de baloncesto.

Cada uno deberá coger su propio sobre y mantenerlo cerrado.



El facilitador llama o extrae de la lista de participantes el nombre. La elegida lee y muestra su palabra al grupo. En 2 minutos tiene que crear un discurso lógico sobre el significado de esta palabra (por ej.: “time out”...cuántos tiempos muertos hay en un juego; quién lo llama; cuándo lo llama; cuánto dura...). El orador tiene que hablar usando un tablero si es necesario. Pero hablar y explicar es el objetivo principal. El facilitador tiene que ayudar y animar al aspirante a entrenador a hablar en voz alta, sin prisas, a tener el lenguaje corporal adecuado y utilizar las palabras adecuadas. Al final de los 2 minutos, se abre el tiempo de discusión y los demás participantes pueden agregar algo. Una vez finalizado el primer argumento, el facilitador elige a otra persona para repetir el mismo juego analizando diferentes palabras. El facilitador siempre debe tener presente el tiempo para dar espacio a más personas. El tiempo restante es para preguntas y tiempo de discusión. El facilitador debe decirles a los participantes que mantengan su sobre cerrado para las próximas sesiones. Sólo podrán abrirlo cuando el facilitador se lo solicite.

## **MATERIALES:**

Marcadores y tablero de baloncesto.

Bolígrafos, papeles y sobres.

Baloncesto.

**PREPARACIÓN:** El facilitador debe preparar 24 sobres individuales cerrados poniendo en su interior palabras relativas a las reglas técnicas y tácticas del juego. Aquí hay una lista de 24 palabras. Está dentro del poder del facilitador agregar más palabras.

**CONSEJOS PARA FACILITADORES:** Esta sesión tiene que realizarse en una sala luminosa donde cada uno tenga su espacio, asientos cómodos, en posición circular. Los facilitadores deben conocer el nombre, apellidos e historia de cada participante para poder ayudar y apoyar si es necesario. La presencia de un psicólogo deportivo sería un valor añadido muy importante.

**MATERIAL PARA FACILITADORES:** papel, bolígrafos, marcadores, sobres, reglas fiba para estar preparados para cada situación.

# HANDOUT 1

24  
SEGUNDOS

14  
SEGUNDOS

8  
SEGUNDOS

5  
SEGUNDOS

3  
SEGUNDOS

SE  
ACABÓ  
EL  
TIEMPO

TIROS  
LIBRES

ATESORAR

FINTA

TIRO EN  
SUSPENSIÓN

TRANSVERSAL

EURO  
STEP

SALTO  
INICIAL

DE VIAJE

FALTA  
PERSONAL

PRIMA

CON EL  
TIEMPO

FLOTANDO

PRESIÓN

REBOTE

ENTRADA

ÁRBITRO

ZONA

DEFENSA



# SESIÓN: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN GRUPO - HERMANDAD

**Tiempo:** 60 minutos

**Tamaño del grupo:** 15 participantes

## **OBJETIVOS:**

Apoyar la motivación personal  
Aumentar la confianza en uno mismo  
Animar a soñar en grande  
Resolución de problemas  
Mejorar el trabajo en equipo  
Impulsar la hermandad

## **INSTRUCCIÓN:**

Es el mismo juego de la sesión 2. Esta vez trabajamos con grupos de 3. A través del trabajo en equipo queremos subrayar la importancia de ayudarnos y apoyarnos unos a otros. Queremos mejorar nuestra propia confianza a través del respeto y aprecio de otras personas.

Los participantes deberán asegurarse de tener en sus manos el sobre personal cerrado de la sesión anterior.

El facilitador crea 5 grupos de 3 personas y cada grupo elige el nombre y el capitán del equipo. La capitana le dice el nombre de su equipo al facilitador. Cuando el facilitador tiene todos los nombres, llama o saca el primero. Cada persona del grupo abre su propio sobre de la sesión anterior y lee la palabra. El grupo tiene 1 minuto para preparar un discurso lógico de 3 minutos mezclando las tres palabras. Pueden decidir si habla una sola persona o si hablan todos. Al cabo de 3 minutos, se abre el tiempo de discusión y los demás participantes pueden añadir algo. Cuando termina la discusión, el facilitador llama a otro grupo.

Si hay un psicólogo deportivo este es el momento de su punto de vista. Al final de esta sesión el facilitador da tarea: cada participante elige un argumento y prepara una pequeña clínica. Tendrá 6 minutos para presentarlo durante la próxima sesión.



## **MATERIALES:**

Marcadores y tablero de baloncesto.

Bolígrafos y papeles.

Baloncesto.

**CONSEJOS PARA FACILITADORES:** Esta sesión se puede realizar en una sala luminosa. Los facilitadores deben conocer el nombre, apellido e historia de cada participante para ayudar y apoyar si es necesario. Debe memorizar los nombres de los grupos.

**MATERIAL PARA FACILITADORES:** papel, bolígrafos, marcadores, sobres, reglas FIBA para estar preparados para cada situación.

# Sesión: SÉ TÚ MISMO

IV & V & VI SESIÓN: 60 minutos, 15 participantes

## OBJETIVOS:

Apoyar la motivación personal  
Aumentar la confianza en uno mismo  
Animar a soñar en grande  
Resolución de problemas  
entrenar competencias para hablar en público

## INSTRUCCIONES:

Este es el final de este módulo. Suponemos y esperamos que los participantes tengan más confianza. Todo el mundo tiene que estar preparado para hablar con el público. Cada participante preparó su propio discurso en casa. Este es el momento de mostrar su propia personalidad. Todos, después de todas las sesiones anteriores, deben conocer a las otras 14 personas. Cada persona es única, y es importante que así lo reconozcan los demás.

El facilitador llama o dibuja el nombre. El facilitador pedirá a un voluntario entre los participantes que se ponga de pie para decir algo aprendido sobre la persona que se extrae, para apoyar y darle fuerza. Todo el mundo tiene que estar dispuesto a hablar de todo el mundo. Ningún plan se decide antes.

Cuando el primero ha terminado de hablar, el facilitador llama o saca al segundo.

Las sesiones terminan cuando 5 participantes hayan hablado.

No hay tiempo de discusión. Sólo aplausos. Otros 10 participantes hablarán en las próximas sesiones.

## MATERIALES:

Marcadores y tablero de baloncesto.

Baloncesto

**CONSEJOS PARA FACILITADORES:** Esta sesión tiene que realizarse en la cancha de baloncesto. El facilitador debe conocer el nombre, apellido e historia de cada participante para ayudar y apoyar si es necesario. Tiene que dar algunos consejos a los narradores: hablar alto, usar palabras sencillas, hablar de algo que realmente sepan, cambiar el ritmo de la voz para subrayar la importancia del momento, abrir los hombros, nunca cruzarse de brazos, buscar los ojos de los demás, sonríe cuando puedas.

# NOMBRE DE LA SESIÓN: SESIÓN 1: “EL LIDER ADECUADO”

**TEMA:** “Diferentes tipos de liderazgo”

**TIEMPO:** 60 minutos

Asignación de tiempo:

- Juego de presentación de los participantes..... 5 minutos
- Lluvia de ideas sobre liderazgo..... 10 minutos
- Presentación de los 3 tipos de liderazgo.....10 minutos
- Juego de roles.....20 minutos
- Informe.....10 minutos
- Cierre..... 5 minutos

**RESUMEN:** Desarrollar una metodología educativa no formal para mejorar las habilidades de liderazgo.

## **OBJETIVOS:**

- Las participantes aprenden los 3 tipos de liderazgo sobre comunicación, comportamiento y rendimiento deportivo como entrenadoras.
- Las participantes aprenderán a afrontar situaciones reales de juego y el comportamiento de los jugadores adaptándose a las diferentes dinámicas que se desarrollarán gracias a ejercicios de role play.
- Incentivar a las entrenadoras a prestar más atención y capacitarse para alcanzar su liderazgo ideal para la gestión de equipos.

**MATERIALES:** Para la reunión se necesita un aula o sala de reuniones amplia para recibir a un grupo de 20 personas aproximadamente. Cada uno de ellos deberá disponer de una silla y una mesa para poder escribir o utilizar un ordenador portátil. Para la segunda parte de la sesión se deberá preparar un espacio abierto (separando las mesas si el espacio de clase no es lo suficientemente grande) para realizar los correspondientes juegos de roles. Configuración: 1 proyector, 1 Pantalla o pared grande blanca, 1 computadora portátil para el facilitador

**TAMAÑO DEL GRUPO:** 20 personas.

## **PREPARACIÓN:**

Para implementar esta metodología de manera efectiva, los facilitadores deben seguir estos pasos de preparación:

El facilitador debe tener una buena comprensión del contenido a comunicar, la filosofía del liderazgo y los 3 tipos diferentes en los que se basa su interacción con los jugadores, y cómo configurar y desplegar la actividad de juego de roles para lograr el máximo aprendizaje de los participantes.

-El entusiasmo del facilitador será decisivo para motivar e inspirar a sus alumnos. Los facilitadores deben prepararse mentalmente para la sesión e intentar encontrar las palabras y los gestos que animen a los alumnos a participar.

-Preparar los materiales de trabajo necesarios.

## **INSTRUCCIONES:**

### **PASO 1:** Juego de introducción de los participantes ( 5 minutos)

Explicación introductoria: Establecer la agenda y transmitir las expectativas para la sesión.

Ejemplo de guión:

“...Empecemos presentándonos con un pequeño juego divertido en esta sesión. Después nos gustaría saber cuál es su idea sobre lo que debe ser un buen liderazgo, nos gustaría que cada uno nos explicara qué significa liderar bien un equipo. A continuación hablaremos de los 3 tipos de liderazgo que tocaremos en esta sesión y los pondremos en práctica con juegos de roles, y finalmente sacaremos conclusiones sobre lo que hemos trabajado.”

Juego de introducción de los participantes: Dinámica del juego.

“...Todos nos vamos a presentar con un juego que consiste en decir 3 cosas sobre nosotros mismos. 2 de ellas deben ser verdaderas y 1 debe ser mentira. El resto de participantes deberán descubrir cuál de las 3 cosas que hemos dicho sobre nosotros mismos no es cierta, ¿lo entendiste? Como ejemplo, empezaré, primero, soy abogado, segundo, me gusta la cocina libanesa y tercero, no tengo permiso de conducir...”

“..Después de trabajar los role play de situaciones de juego, dedicaremos un tiempo a resolver dudas y responder preguntas que podáis tener sobre el contenido trabajado..”

Consejos para facilitadores:

-Es importante centrarse en crear un ambiente relajado que anime a los participantes a querer participar y dar su opinión. ¡Romper el hielo!

## **STEP 2: Leadership brainstorming (10 minutes)**

Intro explanation: Participants must briefly explain what types of leadership they know and develop their idea. It is important to distribute the time of each participant well so that everyone can speak. From each participant we should have a clear answer as to what is the type of leadership with which they identify most or that they are carrying out.

Script example:

“..In the next 10 minutes, we want to know what qualities you value in a leader, what you think a leader should have to get the most out of his or her team. We are 20 people and we would like to listen to everyone, so we ask you to be concise so that everyone has time to speak...”

Tips for facilitators:

- We must encourage the participation of everyone, so we must control the intervention of each one.

## **STEP 3: Presentation of the 3 types of leadership (10 minutes)**

Intro explanation: The objective of this section of the session is to explain clearly and in detail the 3 types of leadership that we identify as existing in team management.

- *Authoritarian leadership.*

The trainer determines all the actions to follow (exercises, tasks, rules, etc.). She personalizes the criticism received and, as a general rule, does not accept it.

Players are a means to achieve goals.

- *“Laisser fer” leadership.*

The coach does not attempt to regulate or regulate the group's course of action. The leader provides the information requested and is a mere observer. He grants absolute freedom of decision to the group.

- *Democratic leadership.*

The leader designs the general steps towards the objective and, when he requires technical assistance or of any other type, suggests the possible alternatives that can be chosen. Group members have decision-making power over certain tasks, previously defined by the leader.

Todos los líderes tienden a seguir uno de estos tres tipos de liderazgo, aunque nadie tiene la receta mágica sobre qué tipo de liderazgo es mejor. Creemos que los tres tipos de liderazgo se pueden realizar en un mismo grupo, dependiendo del momento de la temporada en el que nos encontremos, el tiempo que el líder lleva con el grupo y las características del grupo (es diferente un equipo de minibasket que uno senior, o un equipo de formación que un equipo profesional). De esta forma, un líder puede elegir cualquiera de los tres estilos de liderazgo, dependiendo de la circunstancia en la que se encuentre y que le permita adaptarse mejor a la situación en la que se encuentra.

Una buena definición de liderazgo es:

"Conseguir que los jugadores hagan lo que queremos que hagan y hacerles pensar que lo han hecho por sí mismos".

#### **PASO 4:** Juego de roles (20 minutos)

Explicación intro: El trabajo sobre las situaciones habituales con el equipo en cuanto a comunicación, proponemos realizar juegos de roles donde simularemos estas situaciones. Estos juegos de roles se dividirán en tres bloques: liderazgo autoritario, liderazgo *laisser fer* y liderazgo democrático. En cada uno de estos bloques trabajaremos las situaciones que se dan entre jugadores y entrenadores, donde se produce la comunicación y la interacción.

Para trabajar estas situaciones con juegos de roles, haremos un primer ejemplo sencillo, para que el grupo de participantes de la sesión entienda qué vamos a trabajar. Una situación sencilla como una falta de respeto entre jugadores, o una falta de esfuerzo a la hora de realizar un ejercicio de cancha puede ser útil para que los participantes ganen confianza con el ejercicio que realizarán más adelante.

Una vez hayamos realizado el primer ejemplo con 2/3 voluntarios, formaremos grupos de 2/3 para que todos puedan trabajar los contenidos. En los últimos 5 minutos de esta sección, el facilitador elegirá 2 grupos para representar una situación de equipo que sea interesante para el resto. Aquí, como facilitadores, podemos elegir el grupo por cómo lo han hecho durante el ejercicio o elegir el contenido que les ha resultado más interesante o complicado de aplicar.

Ejemplo de guión:

“...Vamos a trabajar las situaciones que se pueden dar en la dinámica de grupo o de equipo y en las que podemos involucrarnos como entrenadores. Lo vamos a hacer mediante juegos de roles y participaremos todos, nos pondremos en la piel del jugador, del entrenador y, por supuesto, del árbitro si nos encontramos en una situación de juego. Es muy importante comprender y empatizar con todos los actores involucrados en un equipo o juego.”

“..Hemos distribuido las situaciones donde usaremos uno de los tipos de liderazgo que hemos aprendido en 3 partes o momentos, estas situaciones pueden ser en un partido o entrenamiento, en el vestuario o en alguna otra situación en la que el equipo representa a su club. Cada uno de ellos tiene diferentes circunstancias y objetivos que debemos intentar alcanzar utilizando estas habilidades de liderazgo”.

Juego de roles 1:

Empezaremos con uno bastante común, uno de los participantes hará el papel de un jugador que cree que ha sufrido una falta y el árbitro no ha sancionado la falta. El jugador se enfada y protesta ante el árbitro.

Juego de roles 2:

Mientras los jugadores se han estado duchando en los vestuarios, jugando entre ellos, han roto equipamiento de la instalación deportiva. El entrenador quiere saber qué pasó y quién fue el responsable. Los jugadores se niegan a denunciar a los autores.

Juego de roles 3:

Durante el entrenamiento, 2 jugadores del equipo discutieron y el entrenamiento fue interrumpido.

Juego de roles 4:

Durante el entrenamiento el rendimiento del equipo no es el esperado, especialmente de los 3 jugadores con un papel más importante.

Juego de roles 5:

Durante un viaje de equipo, hay jugadores a los que les falta puntualidad repetidamente.

En estos 5 ejemplos deberíamos utilizar los 3 tipos de liderazgo para ver cuál se adapta mejor y ver con cuál las participantes se sienten más cómodos.

Consejos para facilitadores:

El facilitador puede preguntar a las participantes si quieren proponer alguna otra situación para trabajar a través del juego de roles.

## **PASO 5: Informe y evaluación (10 minutos)**

Durante esta fase de información, el facilitador debe intentar hacer que las participantes piensen en lo que han trabajado en los juegos de roles.

“...¿Qué harías en una situación de conflicto por las protestas de un jugador?...”

“...¿Qué debemos hacer ante las repetidas protestas?...”

“...¿Cuál crees que es el área en la que deberías trabajar más? ¿Escuchar? ¿Empatizarse? ¿Explicar?..”

Consejos para facilitadores:

-No es función del facilitador dar respuestas a estas preguntas, sino animar a los alumnos a encontrar las respuestas por sí mismos; de esta forma el facilitador comprobará si la participante ha aprendido el contenido explicado.

-Formule preguntas de forma abierta, obligando a las participantes a pensar en su opinión en lugar de decir simplemente sí o no.

-Intente involucrar al mayor número posible de participantes; a veces es necesario invitar a una participante más tímida a dar su opinión.

## **PASO 6: Cierre (5 minutos)**

Resumir al final de la sesión.

“...¿Puedes decirme qué crees que es más importante que recuerdes de esta sesión?...”

Y finalmente, pida a las participantes que digan una palabra que describa su impresión de la sesión. El facilitador también debe preparar una palabra y aportarla al final.



# NOMBRE DE LA SESIÓN: SESIÓN 2: “RELACIONES DE BALONCESTO”

**TEMA:** “Relaciones”

**TIEMPO:** 60 minutos

Asignación de tiempo:

- Juego de presentación de los participantes..... 5 minutos
- Ejercicio de lluvia de ideas sobre relaciones..... 10 minutos
- Presentación del contenido de Relaciones.....10 minutos
- Juego de roles.....20 minutos
- Informe.....10 minutos
- Cierre..... 5 minutos

**RESUMEN:** Desarrollar una metodología educativa no formal para mejorar las habilidades comunicativas.

## **OBJETIVOS:**

- El objetivo de esta sesión es crear una guía que acompañe a las entrenadoras de baloncesto en su desarrollo como entrenadoras.
- Las participantes aprenderán a afrontar situaciones reales de interacción entre los diferentes actores de nuestra actividad diaria como entrenadoras gracias a ejercicios de role play.
- Animar a las entrenadoras a prestar más atención y entrenarse para alcanzar sus habilidades comunicativas ideales para el entorno del baloncesto.

## **MATERIALES:**

Para la reunión se necesita un aula o sala de reuniones amplia para recibir a un grupo de 20 personas aproximadamente. Cada uno de ellos deberá disponer de una silla y una mesa para poder escribir o utilizar un ordenador portátil. Para la segunda parte de la sesión se deberá preparar un espacio abierto (separando las mesas si el espacio de clase no es lo suficientemente grande) para realizar los correspondientes juegos de roles.

Configuración:

- 1 proyector
- 1 Pantalla o pared grande blanca
- 1 computadora portátil para el facilitador
- 4 papeles grandes

**TAMAÑO DEL GRUPO:** 20 personas.

## **PREPARACIÓN:**

Para implementar esta metodología de manera efectiva, los facilitadores deben seguir estos pasos de preparación:

-El facilitador debe tener un buen conocimiento del contenido a comunicar, estar familiarizado con las situaciones que ocurren con los 4 actores principales de nuestra actividad como coaches, y cómo configurar y desplegar la actividad de juego de roles para lograr el máximo aprendizaje de los Participantes.

-El entusiasmo del facilitador será decisivo para motivar e inspirar a sus alumnos. Los facilitadores deben prepararse mentalmente para la sesión e intentar encontrar las palabras y los gestos que animen a los alumnos a participar.

-Preparar los materiales de trabajo necesarios.

## **INSTRUCCIONES:**

### **PASO 1:** Juego de introducción de los participantes ( 5 minutos)

Explicación introductoria: Establecer la agenda y transmitir las expectativas para la sesión.

Ejemplo de guión:

“...Empecemos presentándonos con un pequeño juego divertido en esta sesión. Posteriormente nos gustaría que cada participante aportara su opinión y experiencia como entrenador en la relación con jugadores, padres, directivos y árbitros, para ello realizaremos un ejercicio de lluvia de ideas grupal. A continuación, presentaremos el contenido de este apartado tan importante, desarrollando la relación con cada uno de los 4 actores que hemos establecido y los pondremos en práctica con juegos de roles, y finalmente, sacaremos conclusiones sobre lo que hemos trabajado. ..”

Juego de introducción de los participantes: Dinámica del juego.

“...Todos nos vamos a presentar con un juego que consiste en decir 3 cosas sobre nosotros mismos. 2 de ellas deben ser verdaderas y 1 debe ser mentira. El resto de participantes deberán descubrir cuál de las 3 cosas que hemos dicho sobre nosotros mismos no es cierta, ¿lo entendiste? Como ejemplo, empezaré, primero, soy abogado, segundo, me gusta la cocina libanesa y tercero, no tengo permiso de conducir...”

Consejos para facilitadores:

-Es importante centrarse en crear un ambiente relajado que anime a las participantes a querer participar y dar su opinión. ¡Romper el hielo!

### **PASO 2:** Ejercicio de lluvia de ideas sobre relaciones (10 minutos)

Explicación introductoria: Las participantes participarán en un ejercicio de tormenta de ideas donde el objetivo principal es capturar lo más importante y relevante en su relación con los jugadores, padres, junta directiva/director deportivo y árbitros.

Para realizar este ejercicio necesitaremos 4 hojas de papel grandes para que los participantes puedan escribir los puntos más importantes en su relación con los 4 actores mencionados anteriormente.

Ejemplo de guión:

“..En los próximos 10 minutos, queremos que todos las participantes escriban en las hojas repartidas en la sala lo que creen que es más importante en nuestra relación con cada uno de los siguientes actores: Jugadores, padres, junta directiva/director deportivo y árbitros. , personas o puestos que encontramos en nuestro día a día como entrenadores. Somos 20 personas y queremos que todas participéis y aportéis vuestro punto de vista...”

Consejos para facilitadores:

-Debemos fomentar la participación de todas, por lo que debemos asegurarnos de que cada una aporte sus ideas y las plasme en las hojas.

### **PASO 3:** Presentación del contenido de Relaciones (10 minutos)

Explicación introductoria: El objetivo de este apartado de la sesión es explicar de forma clara y detallada todo lo relacionado con la relación que mantendremos con todos los actores existentes.

Dividiremos el tema en 4 aspectos muy importantes para el desarrollo del entrenador de baloncesto, en función de su relación con los 4 principales grupos de personas con quienes interactuará en el desempeño de sus actividades de entrenador de baloncesto:

- 1)JUGADORES.
- 2) PADRES/MADRES.
- 3) JUNTA DIRECTIVA / DIRECTORES DEPORTIVOS.
- 4) ÁRBITROS.

## 1) JUGADORES.

Es el grupo más importante, ya que será con el que más tiempo pasarás y con el que más interacciones tendrán los entrenadores.

El principal objetivo que debe tener un entrenador de baloncesto es **DAR EJEMPLO** a todos sus jugadores. Este es un concepto muy general, pero es muy importante para que el formador consiga el principal objetivo de cualquier director de grupos humanos: convertirse en el **LÍDER** del grupo.

La idea principal de **DAR EJEMPLO** es que en todas las acciones y comunicaciones que realice el entrenador siga la idea de ser ejemplo de comportamiento y actitud. Esta es una forma de actuar muy complicada, por lo que es muy importante que la entrenadora sea plenamente consciente de actuar siempre como ejemplo para sus jugadores, hasta que logre adquirir el hábito de dar ejemplo en todas sus acciones y comportamientos.

Otro aspecto importante de una entrenadora de baloncesto es la **ASIGNACIÓN DE ROLES** a sus jugadores. Se trata de otorgar funciones y responsabilidades a sus jugadores con el objetivo de convertirse en un EQUIPO. La asignación de roles, previamente creada de forma reflexiva para cada jugador, deberá ser comunicada a cada jugador, así como entendida y aceptada por cada uno de los jugadores. Es deseable que la asignación de roles sea flexible, ya que tanto los jugadores como el equipo evolucionan durante la temporada.

Una buena asignación de roles permitirá que cada uno de los jugadores se convierta en una pieza importante para el equipo, que sume y contribuya a la construcción del equipo, dentro de sus posibilidades. El objetivo es conseguir la **CREACIÓN DE UN EQUIPO**, posiblemente la función más difícil de un entrenador de baloncesto. Con **CREACIÓN DE UN EQUIPO** nos referimos a que todos los integrantes del equipo vayan en la misma dirección, que todos sumen y ayuden a conseguir los objetivos del equipo, liderados por la entrenadora. Este es un trabajo muy difícil, ya que el jugador de baloncesto es egoísta por naturaleza, y se consigue con la constancia y continuidad en el tiempo de la entrenadora, y su cuerpo técnico, en todas sus acciones y actividades con el equipo en la gestión de 12 diferentes egos. Llegar a **CREAR UN EQUIPO** puede llevar meses, en el mejor de los casos, e incluso más de una temporada, por lo que la entrenadora debe tener paciencia y ser constante en sus acciones. Para ello, los dos aspectos mencionados anteriormente son de vital importancia:

- **DAR EJEMPLO** en todas sus acciones, fundamental para la **CREACIÓN DE UN EQUIPO**.

- **ASIGNAR ROLES**, de forma reflexiva, a cada uno de los jugadores, según las características de cada jugador, para conseguir que cada jugador sume y aporte al equipo, dentro de sus posibilidades, y que la suma de todos los esfuerzos de los jugadores vaya en la misma dirección: la consecución de los objetivos del grupo.

Phil Jackson, entrenador del seis veces campeón de la NBA Chicago Bulls, entre otros equipos, solía leer el siguiente pasaje de "El segundo libro de la selva" de Rudyard Kipling al equipo de Michael Jordan:

"Esta es la Ley de la Selva,  
tan antiguo y tan verdadero como el cielo;  
y el lobo que la sostiene prosperará,  
y el lobo que la rompa debe morir.  
Como la vid que ciñe el tronco del árbol,  
la ley funciona de un lado a otro,  
ya que la fuerza de la manada es el lobo,  
y la fuerza del lobo es la manada".

También ayudará a la **CREACIÓN DE UN EQUIPO** para transmitir a los jugadores valores como el **RESPECTO** , **LA SOLIDARIDAD** , **LA DISCIPLINA** y la **CULTURA DEL ESFUERZO** .

**LA COMUNICACIÓN** es otro factor clave para un entrenador de baloncesto. Cuanto más claro y conciso sea, más eficaz será. El **LENGUAJE CORPORAL** es muy importante y ayudará a la comunicación general. Una entrenadora apoyada en el apoyo de una canasta o mirando el móvil mientras el equipo entrena es muy perjudicial, ya que el **EJEMPLO** que está dando es completamente lo contrario a lo que comentamos al principio.

La **EMPATÍA** es fundamental para lograr una buena comunicación con los jugadores y con el Staff Técnico.

La **CORRECCIÓN** es un factor muy importante para una entrenadora de baloncesto, ya que otro de sus principales objetivos es conseguir que sus jugadores mejoren lo máximo posible dentro de sus posibilidades. Se habla mucho de "entrenadores de equipos" y "entrenadores de jugadores", muchas veces separando ambos conceptos, cuando realmente pueden darse en un mismo entrenador.

En la **CORRECCIÓN** hay que encontrar el equilibrio: si se aplica en exceso, el jugador puede saturarse e incluso frustrarse; si no se aplica, el jugador puede realizar un movimiento de forma incorrecta muchas veces, adquiriendo un mal hábito que es muy difícil de erradicar posteriormente.

Finalmente, destacaremos 3 aspectos que pueden ayudar al entrenador de baloncesto en el desarrollo de sus funciones:

- La **IMAGEN**: es muy importante ir a entrenar en ropa deportiva, para seguir **DAR EJEMPLO** . Hay un dicho muy utilizado entre entrenadores y Directores Técnicos: "No sólo hay que ser un buen entrenador, también hay que parecerlo". Todos conocemos a algún entrenador que parece buen entrenador y en realidad no lo es.

- **EDUCAR COMPITIENDO:** se trata de enseñar, educar a los jugadores desde el punto de vista de la competición. El entrenamiento y la competición no están separados ni deberían estar reñidos. En un equipo formador la educación y la enseñanza deben ser una prioridad, sin olvidar la competición. En un equipo profesional o de élite la competición es una prioridad, pero sin descartar la formación de los jugadores, ya que no hay jugadores profesionales o de élite que lo sepan todo.

- Crear unas **NORMAS DE COMPORTAMIENTO** , ayudará a conseguir el principal objetivo de un entrenador de baloncesto: **CREACIÓN DE UN EQUIPO** .

## 2) **PADRES/MADRES.**

Este grupo tiene su razón de ser en los equipos formativos. Hoy en día, los padres cada vez tienen más influencia en los equipos de baloncesto. La relación con los padres debe ser fluida y continua en el tiempo, pero también es muy importante mantener cierta **DISTANCIA** para evitar abusos de confianza por parte de los padres, ya que cada vez más intentan influir en el trabajo de un entrenador.

Es conveniente realizar una reunión al inicio de la temporada para explicar los objetivos del grupo y animarles a conocerse. Crear un grupo de WhatsApp facilita la comunicación de los aspectos más objetivos: permanencia en un partido, información de actividades extraordinarias (como participación en un Torneo, actividades fuera de la dinámica habitual del equipo), cambios de horarios, etc. Hay que tener mucho cuidado con el grupo de WhatsApp, ya que puede generar muchos conflictos, ya que hay padres que lo utilizan para dar opiniones que pueden ser muy tóxicas para el equipo y generar conflictos de la nada. Estas opiniones normalmente no se atreven a hacerlas directamente en la cara del entrenador.

Cuando surge un conflicto con un jugador, lo primero que debemos hacer es hablar con el jugador individualmente para intentar resolver el conflicto. Si el conflicto persiste, el siguiente paso será reunirse con los padres del jugador para resolverlo. Si tampoco es posible acude al Director Deportivo para que nos ayude a solucionar el problema.

Es muy importante detectar el conflicto a tiempo, y actuar con rapidez, para que no se prolongue en el tiempo y el problema se enquisté y agrave.

Un formador experimentado suele anticiparse al problema y detectarlo cuando se está incubando.

Finalmente, la **EMPATÍA** vuelve a ser fundamental, porque si nos ponemos en el lugar de los padres, ellos quieren lo mejor para sus hijos, aunque a veces pensemos que nos están atacando con las formas que pueden utilizar para dirigirse a los entrenadores, ya que están muy enojados porque su hijo también lo está.

### 3) JUNTA DIRECTIVA / DIRECTORES DEPORTIVOS.

Es fundamental mantener una buena relación con la Junta Directiva del Club, así como con sus Directores Deportivos, para poder trabajar y desarrollar de forma óptima las actividades del entrenador.

El dicho "No sólo hay que ser un buen entrenador, también hay que parecerlo" es muy importante en este grupo, ya que hay excelentes entrenadores que se centran sólo en su equipo, independientemente de su relación con el resto del equipo. el Club, y esto acaba perjudicándoles, porque la relación con el Club, especialmente con los Directores Deportivos y la Junta Directiva, no existe o no es buena. Y a la inversa, hay entrenadores mediocres o incluso malos que tienen muy buena relación personal con el Director Técnico o con algún miembro de la Junta Directiva, y prosperan más que el excelente entrenador, que no tiene relación con el Club.

Conocer la **FILOSOFÍA DEL CLUB** , tanto lúdica como social, es fundamental para desempeñar su trabajo y mantener una buena relación con el Club. La entrenadora de baloncesto tiene que adaptar su filosofía de juego a la filosofía de juego del Club.

La figura del Director Deportivo es imprescindible para cualquier entrenador. Es la persona que normalmente deposita su confianza en el entrenador para liderar el equipo del Club. Para que la relación entre ambos funcione es muy importante ver en los Directores Deportivos un aliado experimentado que nos ayudará en el desarrollo de nuestra actividad. Por ello, es fundamental seguir sus instrucciones, aceptar sus correcciones, para lograr una relación de confianza entre ambas partes. Los Directores Deportivos orientarán a la entrenadora y la ayudarán ante posibles conflictos y problemas.

### 4) ÁRBITROS.

El árbitro es una parte indispensable del baloncesto. Sin los árbitros, los partidos serían un caos y no existiría el baloncesto tal y como lo conocemos hoy. Siempre lo han sido y siempre lo serán.

El primer aspecto a tener en cuenta, y el más importante, es el **RESPECTO** al equipo arbitral. Es muy útil el ejercicio mental consistente en que el entrenador imagine que va a arbitrar el partido. Seguramente a muchos de los entrenadores no les resultará muy agradable tener que arbitrar el partido en lugar de dirigir a su equipo.

Una acción que facilita mucho la relación con los árbitros es reafirmar una decisión correcta que los árbitros acaban de tomar y que el jugador cree que ha cometido un error, cuando es el jugador el que se equivocó. Esta acción es doblemente positiva:

-Por un lado corregimos y enseñamos al jugador que cree, por ejemplo, que no ha dado pasos, cuando realmente lo ha hecho. Y te explicamos por qué ha dado pasos.

-Por otro lado, empezamos a ganarnos al árbitro y ganarnos su confianza. Si lo repetimos una vez más nos habremos ganado la confianza del árbitro.

Las protestas deben ser respetuosas y con argumentos, es decir, tenemos que estar totalmente convencidos de que el árbitro se equivocó, para poder reclamar la acción. Si antes hemos reafirmado alguna de sus decisiones, cuando el jugador no esté de acuerdo, la protesta tendrá más efecto.

Lo importante es no generar polémica con los árbitros y, en muchas ocasiones, antes de causar malestar en los árbitros con una protesta, es mejor abandonar la protesta y, cuando haya una parada en el juego, hablar con el árbitro a solas. y comentar fríamente su decisión.

Respecto a los jugadores, hay que dejarles muy claro que los árbitros cometen errores, igual que los jugadores y los entrenadores, y que los jugadores tienen que mantener la concentración en el partido, aunque les moleste y, mucho. Esto, como todo, también se puede entrenar: cometer errores voluntarios en los arbitrajes que hacen los entrenadores en los partidos de entrenamiento, advertir previamente a los jugadores que voluntariamente cometeremos errores en el arbitraje para que pueden mantener su concentración en el juego. De esta manera hay que dejarles claro que las protestas las hacen los entrenadores y que ellos se dedican a jugar. Un error del árbitro no puede sacarlos del partido, no debería fastidiarles el día.

También es conveniente saludar a los árbitros antes y después del partido.

#### **PASO 4:** Juego de roles (20 minutos)

Explicación intro: El trabajo sobre las situaciones habituales con el equipo en cuanto a comunicación, proponemos realizar juegos de roles donde simularemos estas situaciones. Estos juegos de roles se dividirán en cuatro bloques: Jugadores, Padres, Directiva/director deportivo y árbitros. En cada uno de estos bloques trabajaremos las situaciones que se dan entre ellos en cuanto a comunicación dependiendo del tipo de relación.



Para trabajar estas situaciones con juegos de roles, haremos un primer ejemplo sencillo, para que el grupo de participantes de la sesión entienda qué vamos a trabajar. Una situación sencilla como una queja de los padres porque su hija no juega muchos minutos, o la discusión con el director deportivo por diferencias en el planteamiento de la competición puede ser útil para que los participantes ganen confianza con el ejercicio que realizarán más adelante. .

Una vez hayamos realizado el primer ejemplo con 2/3 voluntarios, formaremos grupos de 2/3 para que todos puedan trabajar los contenidos. En los últimos 5 minutos de esta sección, el facilitador elegirá 2 grupos para representar una situación de equipo que sea interesante para el resto. Aquí, como facilitadores, podemos elegir el grupo por cómo lo han hecho durante el ejercicio o elegir el contenido que les ha resultado más interesante o complicado de aplicar.

Ejemplo de guión:

“...Vamos a trabajar en las situaciones que se pueden dar en nuestra relación con los jugadores, padres, directiva/director deportivo y árbitros en los que podemos involucrarnos como entrenadores. Lo vamos a hacer a través de juegos de rol y participaremos todos, nos pondremos en la piel del jugador, de los padres, de los directores deportivos, de los árbitros y, por supuesto, de los entrenadores. Es muy importante entender y empatizar con todos los actores involucrados en este ejercicio.”

“...Hemos distribuido las situaciones en los 4 tipos de actores que estamos analizando y estas situaciones pueden darse en diferentes momentos de nuestra actividad como entrenadores de baloncesto. Cada uno de ellos tiene diferentes circunstancias y objetivos que debemos intentar alcanzar utilizando principalmente estas habilidades comunicativas.”

Juego de roles 1:

Empezaremos por uno bastante común, uno de los participantes hará el papel de un jugador que cree que debería jugar más de lo que suele jugar y nos pide explicaciones.

Juego de roles 2:

El segundo juego de roles contará con unos padres que se quejan del mal comportamiento de una compañera de equipo con su hija, quien está triste y preocupada por esta situación y no quiere volver a entrenar.

### Juego de roles 3:

En este juego de rol simularemos una reunión donde el director deportivo asigna un equipo de bajo nivel deportivo y el entrenador espera obtener un equipo de competición superior.

### Consejos para facilitadores:

El facilitador puede preguntar a las participantes si quieren proponer alguna otra situación para trabajar a través del juego de roles.

### **PASO 5:** Informe y evaluación (10 minutos)

Durante esta fase de información, el facilitador debe intentar hacer que las participantes piensen en lo que han trabajado en los juegos de roles.

“...¿Qué harías en una situación de conflicto?...”

“...¿Qué debemos hacer ante las reiteradas protestas de jugadores, padres, etc..?...”

“...¿Cuál crees que es el área en la que deberías trabajar más? ¿Escuchar? ¿Empatizarse? ¿Explicar?..”

### Consejos para facilitadores:

-No es función del facilitador dar respuestas a estas preguntas, sino animar a las participantes a encontrar las respuestas por sí mismos; de esta forma el facilitador comprobará si la participante ha aprendido el contenido explicado.

-Formule preguntas de forma abierta, obligando a las participantes a pensar en su opinión en lugar de decir simplemente sí o no.

-Intente involucrar al mayor número posible de participantes; a veces es necesario invitar a una participante más tímida a dar su opinión.

### **PASO 6:** Cierre (5 minutos)

Resumir al final de la sesión.

“...¿Puedes decirme qué crees que es más importante que recuerdes de esta sesión?...”

Y finalmente, pida a los alumnos que digan una palabra que describa su impresión de la sesión. El facilitador también debe preparar una palabra y aportarla al final.

# Sobre Erasmus + Deporte

El objetivo de Erasmus+, como programa, es apoyar el desarrollo educativo, profesional y personal de las personas en la educación, la formación, la juventud y el deporte, contribuir al crecimiento sostenible, el empleo de calidad y la cohesión social, impulsar la innovación y fortalecer la identidad europea. y ciudadanía activa.

Las acciones de Erasmus+ en el ámbito del deporte promueven la participación en el deporte, la actividad física y las actividades de voluntariado.

Están diseñados para abordar desafíos sociales y relacionados con el deporte . Hay oportunidades disponibles para organizaciones en 3 convocatorias que abordan estos desafíos.

A partir de 2022 también estará disponible una convocatoria específica sobre desarrollo de capacidades en el ámbito del deporte. Está dirigida a los Estados miembros de la UE y a terceros países asociados al Programa (anteriormente llamados países del Programa) y a los Balcanes Occidentales.

## **Las acciones**

### **Asociaciones de cooperación**

Diseñado para que las organizaciones desarrollen e implementen actividades conjuntas para promover (entre otros) el deporte y la actividad física, así como para abordar las amenazas a la integridad del deporte (como el dopaje o el amaño de partidos), promover carreras duales para los atletas y mejorar la buena gobernanza. y fomentar la tolerancia y la inclusión social.

### **Asociaciones de pequeña escala**

Para organizaciones de base, organizaciones con menos experiencia y recién llegadas al Programa. Las Asociaciones de Pequeña Escala tienen una administración más sencilla, subvenciones más pequeñas y duraciones más cortas que las Asociaciones de Cooperación.

### **Eventos deportivos europeos sin fines de lucro**

Diseñado para fomentar la actividad deportiva, implementar estrategias de la UE para la inclusión social a través del deporte, fomentar el voluntariado en el deporte, luchar contra la discriminación y fomentar la participación en el deporte y la actividad física.

## **Desarrollo de capacidades en el ámbito del deporte**

Los proyectos de desarrollo de capacidades son proyectos de cooperación internacional basados en asociaciones multilaterales entre organizaciones activas en el ámbito del deporte en los Estados miembros de la UE y terceros países asociados al Programa (anteriormente denominados países del Programa) y los Balcanes Occidentales. Su objetivo es apoyar las actividades y políticas deportivas como vehículo para promover valores, así como una herramienta educativa para promover el desarrollo personal y social de las personas y construir comunidades más cohesionadas.

Más información en: <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/opportunities/opportunities-for-organisations/sport-actions>

“Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea en Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ello”.