

cbf CAPITALITAT DEL BÀSQUET FEMENÍ

MALGRAT DE MAR 2020

QUÈ ÉS LA CAPITALITAT DEL BÀSQUET FEMENÍ?

- La Capitalitat del Bàsquet Femení (CBF) és una iniciativa que neix de la Federació Catalana de Basquetbol (FCBQ), amb la intenció i l'objectiu final de potenciar el paper de la dona dins el nostre esport i en el marc d'una localitat, al llarg de tot un any.
- L'FCBQ, seguint la línia estratègica iniciada fa uns anys, de potenciació de l'esport femení, ha posat en marxa aquest projecte innovador on el protagonisme és del binomi dona - bàsquet.

Tres precedents avalen l'èxit la CBF:

- *Sant Feliu de Llobregat*, Seu inaugural a l'any 2017 .
- *Girona*, on la CBF va ser acollida l'any 2018.
- *Igualada*, Seu de la Capitalitat l'any 2019 coincidint amb el seu nomenament com a Ciutat Europea de l'Esport.

MALGRAT DE MAR, CAPITALITAT DEL BÀSQUET FEMENÍ 2020

Organitzadors:

- **Ajuntament de Malgrat de Mar**
- **Federació Catalana de Basquetbol**

Col·laboradors:

- **Diputació de Barcelona**
- **Secretaria General de l'Esport**

Amb el suport de:

- **Club i escoles de la ciutat de Malgrat de Mar**
- **AECAM (Agrupació esportiva clubs Alt Maresme)**

Agafa el relleu de:

- **Igualada, Capitalitat del Bàsquet Femení 2019**



MALGRAT DE MAR, CAPITALITAT DEL BÀSQUET FEMENÍ 2020

Per què Malgrat vol la capitalitat?

La capitalitat del bàsquet femení suposarà, d'entrada, un reconeixement al constant suport que ha tingut el bàsquet femení a Malgrat i en segon lloc, serà un punt de relançament per a una generació de joves jugadores que porten l'estendard del bàsquet femení malgratenc. La seva lluita diària a través d'entrenaments i partits servirà per donar entitat i visibilitat a la seva tasca.

Campanya i eslògan

“DOTZE LLETRES PEL BÀSQUET”

JUGUEM A BÀSQUET FEMENÍ, PARLEM DE MALGRAT!



“ DOTZE LLETRES PEL BÀSQUET ”

MALGRAT DE MAR 2020

Al fil d’ aquesta campanya, Malgrat de Mar ha preparat un seguit d’activitats fent coincidir les dotze lletres del seu nom amb els mesos de l’any i la durada de la capitalitat.

M - Mecànica de tir. Manera adient per realitzar un tir (gener)

A - Assistència: Jugada consistent en una passada que acaba en cistella. Passada a un jugador que es troba ben situat per tirar a cistella i que té com a resultat la consecució d’un bàsquet. (febrer)

L - Línia de tres punts: Cadascuna de les línies corbes que formen un semicercle de 6,25 m de radi traçades a partir de les línies de fons (març)

G – Ganxo (tir): Tipus de llançament a cistella que es fa de costat, amb el braç arquejat per damunt del cap. (abril)

R – Rebot: Acció de topar la pilota contra el tauler o el cèrcol i sortir enlaire, consistent en la recuperació de la pilota després que aquesta ha topat contra el cèrcol o tauler en un llançament fallit. (maig)

A – Ajuda: Suport tàctic que un jugador rep d’un o d’uns companys d’equip en situació de defensa. (juny)

T – Tap: Jugada en que un jugador defensor obstrueix un llançament a cistella realitzat per un jugador atacant quan la pilota es troba en mans del llançador o a la seva trajectòria a cistella (juliol)

D – Defensa: Acció destinada a impedir que l’equip contrari aconseguixi un bàsquet. Hi ha diferents tipus de defensa que un equip pot posar en pràctica segons les instruccions del seu entrenador. Les més usuals són: defensa individual o home a home, de zona, combinada, d’ajustament, pressionant. mixta, etc. (agost)

E – Esmaixar/ Matxucar: Introduir la pilota amb força de dalt a baix dins la cistella. (setembre)

M – Minibàsquet: Bàsquet practicat en una pista amb mides reduïdes i cistelles més baixes, adaptat per nens i nenes menors de 12 anys. Va néixer l’any 1950 als Estats Units inventat per Jay Archer amb el nom de “biddy bàsquet”.

Posteriorment a l’any 1962 Vicente Zanon i els membres de la revista “Rebote” varen rebatejar aquest esport amb el nom de minibàsquet.

L’FCBQ ha desenvolupat un reglament específic per aquest joc. També es el nom d’una categoria, on participen els nens i nenes d’entre 10 i 12 anys. La categoria inferior es coneix com a pre-mini. (octubre)

A – Anotar: Encistellar. (novembre)

R – Recepció: Acció i efecte de rebre la pilota (desembre)

PROPOSTA D'ACTIVITATS I ESDEVENIMENTS

- **GENER:** Acte de relleu de la Capitalitat del bàsquet femení a la població de Malgrat de Mar, el proper 23 de gener de 2020 al Centre Cultural, amb la presència de les autoritats del món polític i basquetbolístic.
- **FEBRER:** Exposició sobre el Bàsquet FEMENÍ. Les dates previstes serien dos caps de setmana: el 22 i 23 de febrer i el 29 de febrer i 1 de març a la Sala d'exposicions de la capella de l'Antic Hospital.
- **MARÇ:** 3x3 Mixt al pavelló Germans Margall de Malgrat de Mar. Data prevista: el 15 de març. Tanmateix organització d'un partit de bàsquet a Malgrat de Mar possiblement amb UNI Girona. Contacte a través de l'FCBQ amb la jugadora Marta Xargay. Data prevista: 22 de març.
- **ABRIL:** Torneig TOMÀS SOLÀ de bàsquet, en motiu del 35è any, amb el HÜRTHER BC Alemany. Partit de bàsquet femení entre les catalanes i els alemanyes (haviem pensat en categoria sènior, però podries ser també d'altres) En acabar, sopar d'agermanament entre els directius alemanys, els de l'AECAM i els de l'Ajuntament de Malgrat de Mar. Data prevista 17 o 18 d'abril . Dates alternatives: 13-14-15 d'abril.
- **MAIG:** Finals a quatre del Cadet de l'Infantil Femení. Dates previstes: Cadet: 2 i 3 de maig // Pre-Infantil: 23 i 24 de maig.
- **JUNY:** Exposició de Pintures que haurà pintat els alumnes de les Escoles de Malgrat de Mar amb components del Cercle Artístic Malgratenc, sobre la temàtica del Bàsquet. Un cop exposats, fer una subhasta i fer un partit de bàsquet amb Equips Inclusius. (Bàsquet en Cadira de Rodes) Data: 6 o 7 de juny.



PROPOSTA D'ACTIVITATS I ESDEVENIMENTS

- **JULIOL:** 1.- Realitzar un partit de la selecció catalana de bàsquet contra un selecció autonòmica. 2.- Xerrada amb una persona especialitzada en el tema de Política de Gènere. Data prevista: 11 o 12 de juliol.
- **AGOST:** Dins els actes de la Festa Major de Sant Roc, CINEMA A LA FRESCA amb una Marató de pel·lícules de bàsquet. Propostes: Campeones, Space Jam, Juego de Honor, Tio Drew, Camino a la Gloria, Hossiers, Love & Basketball. Projectió: 3 ó 4 pel·lícules. Lloc: Parc del Castell. Data prevista: 8 o 15 d'agost.
- **SETEMBRE:** Final Lliga Catalana Femenina A-2. És un cap de setmana i la data aproximada serà el 15 de setembre.
- **OCTUBRE:** 1.- Clínic de Formació per a entrenadors impartit per un entrenador que pertany a la Lliga Femenina A-2. Nom: Jordi Vizcaíno, entrenador de l'ADVISORIA BOET MATARÓ. El clínic també es faria amb la jugadora de l'equip Olga Ruano. 2.-Xerrada clínic amb una entrenadora. Dates previstes: 4 o 11 d'octubre.
- **NOVEMBRE:** Partit de Veteranes de Malgrat de Mar contra un altre equip, a concretar. Acte d'homenatge a dues jugadores malgratenques. Dates previstes: 14-15 de novembre.
- **DESEMBRE:** FESTA DE LA CLOENDA DE LA CAPITALITAT: TROBADA D'EQUIPS FEMENINS DE LA COMARCA DES DE MATARÓ FINS A MALGRAT EN CATAEGORIES MINI I PREMINE. Data prevista: 20 de Desembre Lloc: PAVELLÓ GERMANS MARGALL. Tanmateix, realitzar els entrenaments de la Selecció Catalana Infantil, al voltant de la 1a quinzena abans dels campionats d'Espanya.



cbf CAPITALITAT
DEL BÀSQUET
FEMENÍ



Federació Catalana
de Basquetbol