





VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



Índice

1.	EL CLUB DE BALONMANO APÓSTOL SANTIAGO DE ARANJUEZ.....	4
1.1.	QUIÉNES SOMOS	4
1.2.	NUESTROS OBJETIVOS.....	5
1.3.	EL CLUB EN LA ACTUALIDAD	6
1.4.	NUESTRA ESCUELA	6
1.5.	NUESTROS APOYOS.....	7
1.6.	BALONMANO DE CORAZÓN	8
2.	LA PROMISES HANDBALL LEAGUE	8
2.1.	QUÉ ES	8
2.2.	OBJETIVOS	9
2.3.	A QUIÉN A DIRIGIDO	9
2.4.	CÓMO LO VAMOS A HACER.....	10
2.5.	INSTALACIONES	10
2.6.	SISTEMA DE JUEGO.....	11
2.7.	CALENDARIO PREVISTO	11
2.8.	CÓMO PARTICIPAR	12
2.9.	LA ORGANIZACIÓN	12
2.10.	DESARROLLO DE UNA JORNADA TIPO	13
2.11.	NECESIDADES MATERIALES.....	14
2.12.	PREMIOS	15
3.	EL PATROCINIO	15
3.1.	PRESUPUESTO	15
3.2.	RETORNOS ESTIMADOS	16
	ANEXO 1. MODELO DE FICHA DE INSCRIPCIÓN.....	17
	ANEXO 2. REGLAMENTO OFICIAL DE BALONMANO CATEGORÍA BENJAMÍN	19
A2.1.	TERRENO DE JUEGO y PORTERÍAS	19
A2.2.	DURACIÓN DEL ENCUENTRO	20
A2.3.	JUGADORES.....	20



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



A2.4. PUNTUACIÓN.....	20
A2.5. SANCIONES DISCIPLINARIAS.....	21
A2.6. BALÓN.....	21
A2.7. UTILIZACIÓN DEFENSAS NO PERMITIDAS	21
ANEXO 3. EJERCICIOS BÁSICOS DE BALONMANO PARA PREBENJAMINES Y BENJAMINES ..	22



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



1. EL CLUB DE BALONMANO APÓSTOL SANTIAGO DE ARANJUEZ

1.1. QUIÉNES SOMOS

El Club Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez (hoy, Club Deportivo Elemental Apóstol Santiago Aranjuez Balonmano, o C.B.A.S.A.) **nace en el año 1991** de la iniciativa de unos padres que quisieron hacer realidad el sueño de sus hijos de poder practicar el deporte que les apasionaba. Así comenzó esta aventura, con un equipo cadete que fue abriendo paso al resto de categorías y a nuevos miembros del Club.



El inicio no fue fácil, pues existía en la ciudad el Club Balonmano Aranjuez, sin embargo, éste no contaba con equipos inferiores, por lo que, con esfuerzo y trabajo duro se consiguió que el Club Balonmano Apóstol Santiago perdurara en el tiempo hasta el día de hoy.

Durante los casi 35 años de existencia del Club han pasado por él infinidad de chicos y chicas de todos los colegios de Aranjuez, consiguiendo resultados relevantes no sólo a nivel deportivo, sino también en el ámbito social. Así, tanto se han ocupado los primeros puestos en las ligas autonómicas, como se ha participado de numerosos eventos solidarios organizados en la escena pública aranjueña, colaborando así con los proyectos de Basida, el Albergue de Transeúntes, Médicos del mundo, Mundo Cooperante, Unicca, etc.



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



En la actualidad el Club Balonmano Apóstol Santiago es uno de los clubes con más tradición del balonmano madrileño, y **cuenta con nueve equipos federados en categorías Alevín, Infantil, Cadete y Senior, femeninos y masculinos.**

Además, se realiza una importante labor de promoción del deporte base y los hábitos saludables, entre niños y niñas de categorías prebenjamín y benjamín, gracias a la cada vez más relevante Escuela de Balonmano CBASA, la cual, hoy en día, cuenta con más de 40 niños y niñas que semanalmente acuden a divertirse y aprender con nosotros. Dicha rama del Club no sólo asegura el futuro de la entidad, pues ofrece el mejor grado de enseñanza posible a través de los formadores del Club a nuestros próximos jugadores y jugadoras, sino que, además, gracias a la colaboración voluntaria de los integrantes de nuestros equipos de categorías superiores, también, como entrenadores y entrenadoras, logra promover, en todos sus estratos, el sentido de pertenencia y participación, constituyendo así una gran familia: la familia del balonmano.

Nos gusta el balonmano porque es un deporte de fuerza y agilidad, cooperativo, plástico, rápido y de una extraordinaria nobleza.

1.2. NUESTROS OBJETIVOS

El Club Balonmano Apóstol Santiago nace con unos claros objetivos vinculados a la mejora de salud y el fomento de hábitos saludables en chicos y chicas como son:

- **Fomentar la práctica del balonmano** como una actividad lúdica, saludable y divertida, que contribuya al desarrollo integral de los niños y jóvenes.
- **Desarrollar las habilidades motrices, técnicas y tácticas** propias del balonmano, adaptando los contenidos y las metodologías a las características y necesidades de cada categoría y nivel.
- **Transmitir valores positivos** vinculados con el balonmano, como el respeto, la cooperación, el esfuerzo, la superación, el juego limpio y el espíritu de equipo.
- **Potenciar la participación y la convivencia** de los jugadores y jugadoras, entrenadores y entrenadoras, familias y demás agentes implicados en el Club, creando un clima de confianza, comunicación y apoyo mutuo.
- **Ofrecer una formación continua y de calidad** a los entrenadores y técnicos del club, para que puedan actualizar sus conocimientos y mejorar su intervención pedagógica.
- Colaborar con otras entidades deportivas, educativas y sociales, para difundir el balonmano y **contribuir al desarrollo deportivo, social y cultural de la comunidad.**



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



1.3. EL CLUB EN LA ACTUALIDAD

El Club cuenta, actualmente, con una estructura formada por 9 equipos que aglutinan un total de unos **140 deportistas** en las siguientes categorías:

CATEGORÍA	COMPETICIÓN	DIVISIÓN
Alevín	Campeonato Territorial de Liga Femenino	Única
Alevín	Campeonato Territorial de Liga Masculina	Oro
Infantil	Campeonato Territorial de Liga Femenino	2ª
Infantil	Campeonato Territorial de Liga Masculino	1ª
Infantil	Campeonato Territorial de Liga Masculino	3ª
Cadete	Campeonato Territorial de Liga Masculino	3ª
Juvenil	Campeonato Territorial de Liga Masculino	2ª
Senior	Campeonato Territorial de Liga Masculino	3ª territorial
Senior	Campeonato Territorial de Liga Masculino	1ª territorial

La Junta Directiva, acompañada por el conjunto de entrenadores, entrenadoras, padres y madres del Club, garantizan que los objetivos de la entidad se lleven a término, y que el decálogo de buenas prácticas y el reglamento interno de funcionamiento, como herramientas fundamentales para la convivencia, se integren en la actividad diaria de nuestros equipos.

Por otro lado, la Dirección Deportiva asegura una directriz única para entender el balonmano desde una óptica de esfuerzo, respeto, armonía y sana competición, salvaguardando la evolución natural de cada jugador y jugadora en correlación con su edad, y potenciando sus capacidades.

1.4. NUESTRA ESCUELA

La Escuela del Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez se erige como uno de los proyectos más ilusionantes de la entidad.

Puesta en marcha en el año 2014, tiene como objetivo, entre otros, promover el balonmano de base, en categorías prebenjamín y benjamín, recuperando este deporte, de tradicional arraigo en los colegios de Aranjuez, de su fagocitación por parte de otros mejor financiados y de mayor repercusión mediática.



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



Hoy en día, **nuestra Escuela** funciona de lunes a jueves, apoyada en las instalaciones del Colegio Apóstol Santiago de Aranjuez, y **trabaja con más de 40 niños y niñas** para que aprendan nuestro deporte usando el juego como eje de enseñanza.

A los entrenamientos habituales, se suman periódicamente otras tantas actividades de las que participan nuestros pequeños deportistas, como torneos organizados por nosotros, por otros Clubes o por la propia Federación Madrileña de Balonmano para promoción del balonmano, de los que disfrutan con ilusión.

1.5. NUESTROS APOYOS

La actividad del CBASA no sería posible sin la colaboración activa de **numerosas empresas** que, desde el nacimiento de este proyecto, **han creído en nuestros valores y en nuestra forma de trabajar**. A todas les tenemos que agradecer enormemente su compromiso.





VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



1.6. BALONMANO DE CORAZÓN

El Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez surgió allá por el 91 bajo el lema:

Engánchate al balonmano

En 2024 seguimos creyendo en la máxima que usaron nuestro “padres” como eje de su gestión, y pensamos que nuestra forma de contribuir a una sociedad mejor es promover este deporte como complemento ideal al desarrollo de nuestros niños y niñas, ofreciéndolo como alternativa a otras opciones convencionales que, por desgracia, han sucumbido a la mercadotecnia y al mero espectáculo en detrimento de los valores que debe ofrecer la promoción de la actividad física.

Lo nuestro es balonmano “de corazón”.

2. LA PROMISES HANDBALL LEAGUE

2.1. QUÉ ES

El CBASA promueve, desde hace años, varios eventos deportivos para el impulso del balonmano base:

- **El Torneo de las Vegas**

Se trata de un evento que se lleva a cabo durante una mañana de sábado en el mes de febrero, en la que participan equipos prebenjamines y benjamines de la vega del Tajo (Chinchón, Titulcia, Aranjuez...), creada con el objetivo de promocionar el balonmano de base, dando un espacio de juego a los equipos de las Escuelas de nuestro entorno para que puedan adquirir experiencia de sana competición.

- **El Torneo escolar de fin de curso**

Consiste en una competición dirigida a niños y niñas de primaria, del ámbito escolar de Aranjuez, que se realiza a principios de junio, cuando los campeonatos locales de fútbol y baloncesto han finalizado, para presentar nuestro deporte como alternativa a éstos, o como nueva opción para quienes no practican ninguno de los anteriores. En la última edición participaron casi todos los colegios del municipio, aportando unos



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



300 deportistas al torneo, los cuales disfrutaron de una fantástica mañana de balonmano.

En esta ocasión, el Club quiere ofrecer una nueva opción para seguir promoviendo nuestro deporte desde las bases. **La Promises Handball League (Liga de Promesas) consiste en un campeonato de liga**, que pueda abarcar los últimos meses de curso y **que permita a los chavales y chavalas de categorías prebenjamín y benjamín, no sólo descubrir el balonmano, sino, además, crear una vinculación con éste a partir de la competición.**

Creemos que el éxito futuro del Club y del balonmano en Aranjuez reside en crear buenos cimientos e interés desde la infancia, recuperando así la tradición que, allá por los 70, se instauró en nuestra localidad y que se vio eclipsada sucesivamente por el fútbol y el baloncesto, hasta reducirla al espacio de nuestra Institución. Creemos que el balonmano debe ser, de nuevo, de todos, ocupar el lugar que merece, y que todos los niños y niñas tienen que tener la posibilidad disfrutar de este fantástico deporte ofreciéndoles competiciones de calidad, diseñadas para ellos.

2.2. OBJETIVOS

La finalidad fundamental de esta propuesta es dar un espacio de competición con continuidad tanto para los niños y niñas que ya forman parte de la Escuela de nuestro Club, como para otros y otras que se interesen por el balonmano.

Creemos que para poder “enganchar” a nuestro deporte, debemos poder ofrecer un espacio de juego frecuente, que no sólo ayude a interesarse por el balonmano, sino, además, a mejorar las dinámicas de aprendizaje.

2.3. A QUIÉN A DIRIGIDO

La Liga de Promesas que proponemos se **dirige a todos los alumnos y alumnas de los colegios de Aranjuez en edad prebenjamín** (nacidos en 2016 y 2017) **y benjamín** (nacidos en 2014 y 2015).



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



2.4. CÓMO LO VAMOS A HACER

Nuestra idea no es competir con otros deportes, sino ofrecer un espacio alternativo a éstos. Para ello, sería imposible plantearnos el proyecto circunscribiendo el tiempo dedicado al desarrollo del torneo a las mañanas de los sábados, pues muchos niños y niñas ya juegan a otros deportes en las ligas escolares, las cuales ya ocupan dicha franja horaria.

Por ello, **nuestra propuesta se centra en ocupar las tardes de los viernes, de 16:00h a 17:30h**, tiempo suficiente para poder llevar a cabo entre 4 y 6 partidos de minibalonmano semanales, entre los diferentes equipos, y desarrollar jornadas sucesivas sin mayor dificultad.

Por otro lado, tampoco queremos distorsionar los tiempos de entrenamiento de otros deportes sino compatibilizar nuestra actividad con las de otros equipos. De ahí que nuestra propuesta vaya dirigida a **ofrecer a los colegios una actividad especial para el tiempo de recreo.**

Actualmente, nuestro Club cuenta con chicos y chicas en edad alevín en todos los colegios de Aranjuez. Nuestra idea es que ellos sean, con ayuda de un profesor (preferentemente de Educación Física) quienes puedan dirigir a los pequeños durante 1 ó 2 recreos a la semana, para prepararlos para los partidos de los viernes. Así, con objeto de facilitar esta labor, se adjunta a este documento un plan de entrenamiento de ejercicios básicos que se pueden hacer en el tiempo de recreo que servirán para abordar los encuentros con conocimientos adquiridos (ver anexo 3).

En resumen, creemos que esta forma de promover el balonmano tiene **múltiples beneficios** pues:

- **no genera controversias con otros deportes;**
- **ofrece una actividad recreativa diferentes a los niños y niñas en los recreos;**
- **los niños y niñas que quieran unirse pueden sentirse “especiales”** en sus colegios por formar parte de esta iniciativa al representar a sus centros;
- **se refuerza el vínculo entre los jugadores y jugadoras alevines con el Club** y con el balonmano, sintiéndose importantes y responsables en el desarrollo de otros más pequeños.

2.5. INSTALACIONES

Para desarrollar nuestra propuesta **contamos con el soporte del Colegio Apóstol Santiago.**



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



El Colegio Apóstol Santiago ha sido, desde nuestro nacimiento como Club, **uno de nuestros motores principales**, pues el deseo de los chavales de seguir jugando a balonmano, la implicación de las familias y el apoyo del Centro fue el germen ideal para que pudiéramos salir a flote.

Así pues, los partidos se jugarían entre las 16:00h y las 17:30h en el pabellón del CAS.

2.6. SISTEMA DE JUEGO

Los partidos de balonmano de nuestra Liga de Promesas **tomarán como referencia el Reglamento Oficial de Balonmano de Categoría Benjamín en vigor** (ver Anexo 2), **modificando ligeramente algunos parámetros:**

- Las dimensiones del terreno de juego se adaptarán al tamaño de la cancha multideporte disponible en el pabellón del CAS (20 x 40 m), pudiendo incorporar 2 ó 3 trazados en función del número de equipos participantes y los partidos a desarrollar.
- Puesto que los trazados deben ser de rápido desmontaje se realizarán con cintas y líneas rectas, no siendo posible el dibujo curvo del área de tiro.
- Se colocarán porterías adaptadas en función del presupuesto disponible para su adquisición.
- Los tiempos de juego se adaptarán de manera que se puedan jugar hasta 6 partidos durante la hora y media disponible, reduciendo la duración del partido de 40 a 15-20 minutos.
- Los equipos tendrán como máximo 10 jugadores y jugadoras y serán mixtos.

2.7. CALENDARIO PREVISTO

Se plantean los siguientes hitos para el desarrollo de la Liga de Promesas:

- Semana del 26 de febrero al 3 de marzo: lanzamiento de la liga en colegios e inicio del plazo de inscripción de equipos.
- Semana del 11 al 17 de marzo: fin del plazo de inscripción de equipos.
- Semana del 18 al 24 de marzo: inicio de los entrenamientos en los recreos de los colegios.
- Viernes 12 de abril: Jornada 1
- Viernes 19 de abril: Jornada 2
- Viernes 26 de abril: Jornada 3
- Viernes 10 de mayo: Jornada 4



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



- Viernes 17 de mayo: Jornada 5
- Viernes 7 de junio: Jornada 6
- Sábado 8 de junio: Entrega de premios durante el III Torneo Escolar de Balonmano Base

2.8. CÓMO PARTICIPAR

Como figura en el calendario anterior, hemos previsto lanzar una campaña de información en colegios y medios en la semana del 26 de febrero al 3 de marzo, otorgando plazo hasta el 17 de este mes para que los colegios puedan presentar a sus equipos.

Se podrán presentar un **máximo de 2 equipos por colegio**, uno de categoría prebenjamín y otro benjamín, ambos mixtos, en los que haya un **mínimo de 5 deportistas y un máximo de 10 por cada uno**.

Un calendario posible para el caso de que haya 6 equipos Benjamines (Benj) y 4 prebenjamines (PBenj) sería el siguiente:

JORNADA	PROGRAMACIÓN DE PARTIDOS PREVISTA											
	Partido 1		Partido 2		Partido 3		Partido 4		Partido 5 (*)		Partido 6 (*)	
1	Equipo Benj 1	Equipo Benj 2	Equipo Benj 3	Equipo Benj 4	Equipo Benj 5	Equipo Benj 6	Equipo Pbenj 1	Equipo Pbenj 2	Equipo Pbenj 3	Equipo Pbenj 4	Rese rva	Rese rva
2	Equipo Benj 1	Equipo Benj 3	Equipo Benj 2	Equipo Benj 5	Equipo Benj 4	Equipo Benj 6	Equipo Pbenj 1	Equipo Pbenj 3	Equipo Pbenj 2	Equipo Pbenj 4	Rese rva	Rese rva
3	Equipo Benj 1	Equipo Benj 4	Equipo Benj 3	Equipo Benj 6	Equipo Benj 5	Equipo Benj 2	Equipo Pbenj 1	Equipo Pbenj 4	Equipo Pbenj 2	Equipo Pbenj 3	Rese rva	Rese rva
4	Equipo Benj 1	Equipo Benj 5	Equipo Benj 3	Equipo Benj 2	Equipo Benj 6	Equipo Benj 4	Equipo Pbenj 1	Equipo Pbenj 2	Equipo Pbenj 3	Equipo Pbenj 4	Rese rva	Rese rva
5	Equipo Benj 1	Equipo Benj 6	Equipo Benj 3	Equipo Benj 5	Equipo Benj 4	Equipo Benj 2	Equipo Pbenj 1	Equipo Pbenj 3	Equipo Pbenj 2	Equipo Pbenj 4	Rese rva	Rese rva
6	PLAYOFF 1º-2º		PLAYOFF 3º-4º		PLAYOFF 5º-6º		Equipo Pbenj 1	Equipo Pbenj 4	Equipo Pbenj 2	Equipo Pbenj 3	Rese rva	Rese rva

2.9. LA ORGANIZACIÓN

Para poder llevar a cabo esta actividad, serán necesarios los siguientes medios personales:

- **Por parte de cada colegio:**
 - o 1 profesor/a que acompañe a los equipos durante los entrenamientos previstos en el recreo, y de apoyo a los entrenadores y entrenadoras alevines.
 - o 1 adulto/a por equipo que se responsabilice del mismo durante el transcurso de cada una de las jornadas en el CAS.



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



- **Por parte del CBASA:**
 - o 2 coordinadores.
 - o 4 árbitros/as que asistan a los encuentros.
 - o Los entrenadores y entrenadoras alevines que ayudarán a los deportistas a prepararse durante los recreos previstos, con ayuda de un profesor/a.

2.10. DESARROLLO DE UNA JORNADA TIPO

El esquema que seguir para cada una de las semanas en las que se desarrolle una jornada sería el siguiente:

- **El miércoles anterior a la jornada, se remitirá** a los profesores responsables de los colegios **el horario de cada uno de los partidos** para que se lo comunique al adulto responsable del equipo, y a los participantes.
- **Durante el viernes,** en función del número de equipos, se podrán llevar a cabo:

4 PARTIDOS

16:00	Convocatoria de los equipos	
16:10	Primer y segundo partido	
	16:10	Primer cuarto
	16:17	Descanso
	16:18	Segundo cuarto
	16:25	Descanso
	16:28	Tercer cuarto
	16:35	Descanso
	16:36	Cuarto cuarto
	16:43	Fin del partido
16:50	Tercer y cuarto partido	
	16:50	
	16:57	
	16:58	
	17:05	
	17:08	
	17:15	
	17:16	
	17:23	Fin del partido
17:30	Fin de la jornada	



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



6 PARTIDOS

16:00	Convocatoria de los equipos	
16:05	Primer y segundo partido	
	16:05	Primer cuarto
	16:12	Descanso
	16:13	Segundo cuarto
	16:20	Descanso
	16:21	Tercer cuarto
	16:28	Fin del partido
16:35	Tercer y cuarto partido	
	16:05	Primer cuarto
	16:12	Descanso
	16:13	Segundo cuarto
	16:20	Descanso
	16:21	Tercer cuarto
	16:28	Fin del partido
16:05	Quinto y sexto partido	
	17:05	Primer cuarto
	17:12	Descanso
	17:13	Segundo cuarto
	17:20	Descanso
	17:21	Tercer cuarto
	17:28	Fin del partido
17:30	Fin de la jornada	

2.11. NECESIDADES MATERIALES

- **Por parte del colegio:**
 - Balones de balonmano talla 00
 - Una portería de balonmano sala / fútbol sala, a ser posible, reducida en altura, o, mejor aún, una de tamaño reglamentario (2,7 m x 1,8 m) o inferior

- **Por parte del CBASA:**
 - Porterías adaptadas al balonmano benjamín
 - Balones de balonmano talla 00
 - Cinta para marcar las pistas



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



2.12. PREMIOS

Aunque para nosotros **el mayor premio será que esta iniciativa tenga buena acogida**, que los niños y niñas disfruten de la misma y descubran el balonmano, somos conscientes de que sería de gran ayuda contar con un premio que pueda servir de reclamo.

Así, **sería ideal poder contar con un pequeño detalle en cada jornada**: un refresco tonificante o fruta podría ser una buena idea que, además, incidiría en favorecer hábitos saludables.

Por otro lado, **queremos obsequiar al equipo campeón con un regalo para disfrutar en equipo**, como unas entradas a un parque de atracciones o de actividad, **o una equipación conmemorativa del torneo**. Sería estupendo **también poder premiar al colegio ganador con un kit de entrenamiento de balonmano** para seguir incentivando la práctica de este deporte.

3. EL PATROCINIO

Para poder llevar a cabo nuestra propuesta **es imprescindible contar con el apoyo de una entidad que crea en el proyecto y crea en la necesidad de potenciar el deporte de base** entre la población infantil, y, en concreto, el balonmano.

El patrocinio propuesto consistiría en financiar parcial o totalmente la Promises Handball League, consiguiendo un importante retorno en materia de imagen y promoción de la actividad y los servicios de la empresa patrocinadora, tanto durante la ejecución de la actividad en sí misma, como durante su promoción.

3.1. PRESUPUESTO

Tenemos un presupuesto estimado para poner en marcha el proyecto, a disposición del patrocinador de esta temporada. Así mismo, en el presupuesto, están contemplados otros gastos en material y recursos que pueden ser interesantes para colegios que quieran poner en práctica este deporte en sus centros. Puede solicitarse en el mail y teléfonos de contacto. En siguientes temporadas se evaluará este presupuesto y se modificará si es necesario en función de patrocinios.



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



3.2. RETORNOS ESTIMADOS

Los retornos posibles para nuestra entidad colaboradora, en función de su participación, son numerosos y podrían ser los siguientes:

- En caso de financiación total del proyecto:
 - o Incorporación de la marca empresarial a la denominación del proyecto (naming), en caso de financiación total.
 - o Posibilidad de incorporar un stand de promoción de la marca empresarial en cada una de las jornadas
 - o Presencia en la cartelería y resto de materiales producidos al efecto en calidad de “financiador”.
 - o Posibilidad de colocar el logo identificativo de la empresa en caso de que el premio final consista en la entrega de alguna prenda deportiva.
 - o Vinculación de la marca a una actividad que potencia los hábitos saludables entre la población infantil.



- En caso de financiación parcial del proyecto:
 - o Presencia en la cartelería y resto de materiales producidos al efecto en calidad de “colaborador”.
 - o Vinculación de la marca a una actividad que potencia los hábitos saludables entre la población infantil.



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



ANEXO 1. MODELO DE FICHA DE INSCRIPCIÓN

FICHA DE INSCRIPCIÓN DEL EQUIPO A LA "PROMISES HANDBALL LEAGUE"

DATOS DEL EQUIPO:

NOMBRE DEL EQUIPO:	
COLEGIO AL QUE REPRESENTA:	
CATEGORÍA	
RESPONSABLE POR PARTE DEL COLEGIO:	
Nombre y apellidos	
DNI	
Correo electrónico de contacto	
Teléfono de contacto	
RESPONSABLE DEL EQUIPO:	
Nombre y apellidos	
DNI	
Correo electrónico de contacto	
Teléfono de contacto	

DATOS DE LOS DEPORTISTAS:

JUGADOR/A	NOMBRE	APELLIDOS
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

El/la responsable del Colegio _____

Fdo. _____

(A remitir al Club Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez)



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



FICHA DE INSCRIPCIÓN DEL JUGADOR/A A LA “PROMISES HANDBALL LEAGUE”

DATOS DEL JUGADOR/A:

NOMBRE	
APELLIDOS	
CURSO	
COLEGIO	
EQUIPO / CATEGORÍA	

DATOS DEL PADRE, MADRE O TUTOR LEGAL

NOMBRE	
APELLIDOS	
PARENTESCO	
TELÉFONO	
CORREO ELECTRÓNICO	

MARCAR DONDE SEA PRECISO

- Autorizo a mi hijo/a – tutelado/a a participar en la Promises Handball League que tendrá lugar del 12 de abril al 7 de junio, en las instalaciones del Colegio Apóstol Santiago, así como en todas las actividades que se organicen en nuestro colegio para preparación de las jornadas de competición
- Doy mi consentimiento expreso para el tratamiento de las imágenes en las que pueda aparecer mi hijo/a – tutelado/a durante el desarrollo de la Promises Handball League y autorizo al Club de Balonmano Apóstol Santiago de a capturar, almacenar y utilizar las imágenes en las que aparezca con la finalidad de promocionar el evento. Entiendo que estas imágenes se puedan difundir públicamente y podrán utilizarse en medios, incluyendo, entre otros, redes sociales, sitios web, material impreso y presentaciones. Asimismo, declaro que tengo conocimiento de que esta autorización es voluntaria y que en cualquier momento puedo revocarla, lo cual no afectará el tratamiento realizado antes de la revocación.

El padre, madre o tutor legal

Fdo. _____

(A remitir al Colegio del jugador/a)



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

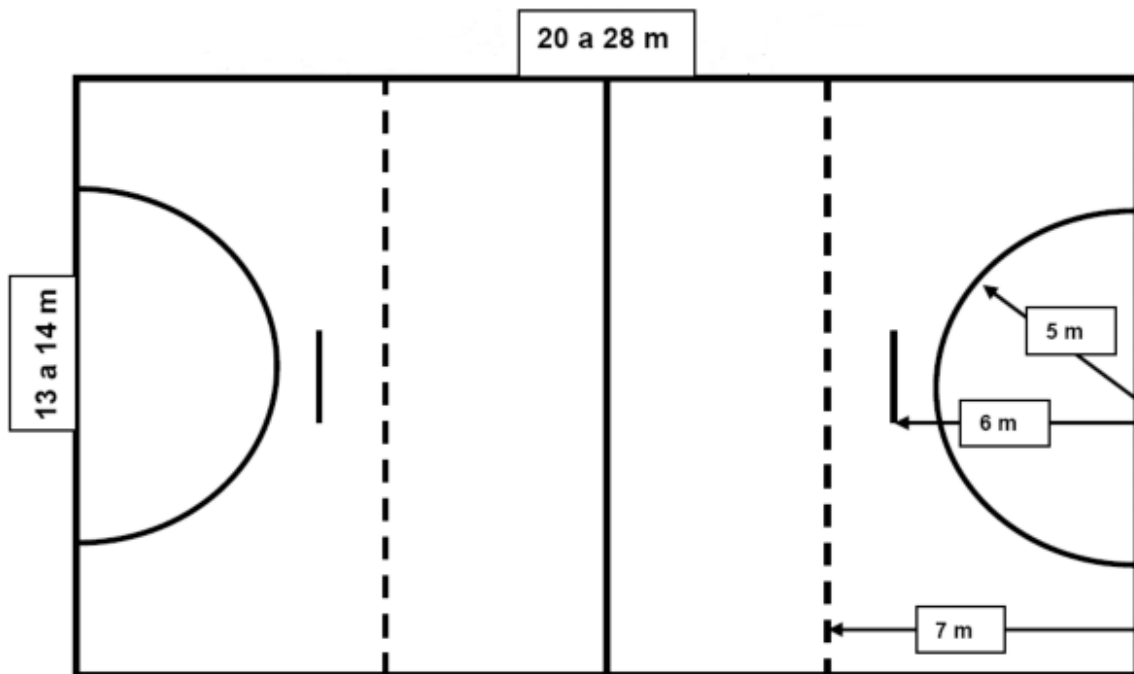
Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



ANEXO 2. REGLAMENTO OFICIAL DE BALONMANO CATEGORÍA BENJAMÍN

A2.1. TERRENO DE JUEGO y PORTERÍAS

- El terreno de juego tendrá unas dimensiones de 20 a 28 m de largo y de 13 a 14 metros de ancho.
- El área de portería será semicircular con un radio de 5 m trazado desde el centro de la portería.
- La línea del área de golpe franco se trazará paralela a la portería situada a 7 metros de ésta.



- El lanzamiento de 7 metros se efectuará desde la línea correspondiente situada a 6 metros de la portería.
- Las porterías estarán adaptadas a la categoría con unas medidas ideales de 2,70 x 1,80 (pueden variar entre 2,70 y 3 m de ancho y 1,70 a 1,80 de alto). Si no se dispone de porterías fabricadas con estas dimensiones pueden adaptarse las porterías reglamentarias con travesaños o gomas colocadas a tal efecto.



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



A2.2. DURACIÓN DEL ENCUENTRO

- Los partidos constarán de 4 tiempos de 10 minutos.
- Entre el primer y segundo cuarto y entre el tercero y el último habrá un descanso de 2 minutos.
- Entre el segundo y tercer cuarto el descanso será de 5 minutos.
- No existirán los tiempos muertos.

A2.3. JUGADORES

- Se podrá inscribir en acta en cada partido un máximo de 16 y un mínimo de 5 jugadores.
- Todos los jugadores participarán como mínimo un cuarto (10 minutos).
- Un jugador podrá actuar como portero un máximo de dos cuartos.
- Sobre el terreno de juego participarán CUATRO jugadores y un portero.
- No están permitidos los cambios durante los cuartos salvo por lesión del jugador y autorizado por el árbitro.
- Con saque de portería no puede haber jugadores defensores dentro del área de 9 metros.
- El portero no puede salir del área de portería.

A2.4. PUNTUACIÓN

- El saque de GOL se efectuará desde el centro del campo tras toque de silbato.
- El tanteo de los cuartos será independiente. Se sumará de la siguiente forma:
 - 3 puntos al equipo ganador de cada cuarto
 - 2 puntos a cada equipo en caso de empate
 - 1 punto al equipo que pierda cada cuarto.
- Teniendo en cuenta este sistema de puntuación los únicos resultados que se pueden producir son los siguientes: 12-4, 10-6, 8-8, 6-10 y 4-12.



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



A2.5. SANCIONES DISCIPLINARIAS

- La sanción disciplinaria se sancionará conforme a lo establecido al efecto en las reglas de juego editadas el 1 de julio de 2010 por la Real Federación Española de Balonmano.
- Las exclusiones se sustituyen por cambio obligatorio del jugador sancionado.
- Las amonestaciones, exclusiones o descalificaciones a oficiales se sancionarán igual que a los jugadores; todas ellas quedarán reflejadas en el acta del partido para su valoración por el comité correspondiente.

A2.6. BALÓN

El balón oficial para esta categoría será el de talla 00 (44-46 cms)

A2.7. UTILIZACIÓN DEFENSAS NO PERMITIDAS

- No está permitida cualquier defensa cerrada (4:0, 3:1, 2:2).
- Solo está permitida la defensa 1 contra 1 en proximidad, todo el campo o medio campo y la defensa 3:3.
- Las defensas siempre estarán condicionadas a la posición de los atacantes.
- Cuando el árbitro observe que el equipo defensor está realizando una “defensa ilegal”, advertirá al oficial responsable de equipo, para el caso de que el equipo persista en la utilización de “defensa ilegal”, el árbitro vendrá obligado a sancionar esta actitud como si de un comportamiento antideportivo se tratase y conforme a lo establecido al efecto en las reglas de juego editadas el 1 de julio de 2010 por la Real Federación Española de Balonmano.
- Esta circunstancia debe quedar reflejada en el acta del partido para su valoración por parte del comité correspondiente.



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



ANEXO 3. EJERCICIOS BÁSICOS DE BALONMANO PARA PREBENJAMINES Y BENJAMINES

A continuación, con objeto de facilitar la labor de preparación de los equipos de cara al torneo, se facilita un compendio de 20 ejercicios dirigidos a niños y niñas de categoría prebenjamín y benjamín, para el aprendizaje de las habilidades necesarias para practicar balonmano base.

En todo caso, se pueden consultar muchos más en la web:

<http://entrenamientosdebalonmano.es>

Además, en todo caso, los coordinadores del torneo estarán a disposición de los colegios para asesorar respecto a la organización de los equipos y su preparación.

SEMANA	1	
EJERCICIO	Coge al jugador sin balón	Pimienta por equipos
DIFICULTAD	Baja	Baja
DESCRIPCIÓN	Los jugadores se colocan en un círculo. Todos los jugadores del círculo tienen un balón menos dos. Fuera del círculo hay un perseguidor que intenta tocar a un jugador sin balón. Los jugadores del círculo se pasarán el balón continuamente.	Se fija una marca (línea) en el suelo frente a la pared. En un espacio no excesivamente amplio se colocan 2 equipos de 2 ó 3 jugadores. El objetivo del juego será lanzar el balón contra la pared para que llegue a campo contrario e intentar que el adversario tenga problemas para recibirlo. Únicamente puede botar una vez el balón tras dar en la pared.
ESQUEMA DE TRABAJO		



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



SEMANA	2	
EJERCICIO	Defensa del castillo	Lanzamiento posicional
DIFICULTAD	Baja	Baja
DESCRIPCIÓN	<p>Dos círculos concéntricos con un pasillo de aproximadamente 1m entre ambos, donde se sitúa el portero</p> <p>Un cono en el centro</p> <p>3 defensores alrededor del círculo exterior</p> <p>4 atacantes moviéndose libremente por fuera</p> <p>Los atacantes se pasan el balón hasta encontrar un hueco por el que lanzar</p> <p>1 punto cada vez que se derriba el cono</p>	<p>Los jugadores se sitúan en 3 filas frente a la portería, una centrada y dos laterales, y se realizan lanzamientos sucesivos para aumentar la precisión en el lanzamiento, cambiando de fila después de cada tiro.</p>
ESQUEMA DE TRABAJO		

SEMANA	3	
EJERCICIO	Sucesión de pases en cuadrado	3 contra 2
DIFICULTAD	Baja	Baja
DESCRIPCIÓN	<p>Cuatro jugadores formando un cuadrado</p> <p>Dos jugadores tienen un balón cada uno de ellos y comienzan a realizar pases formando triángulos tal y como se ve en el gráfico</p> <p>Los balones nunca pueden sacarse a la vez ni en la misma dirección</p>	<p>3 jugadores atacan</p> <p>2 jugadores defienden entre dos conos</p> <p>Los atacantes intentan penetrar entre los conos para tirar</p> <p>Los defensores intentan impedirlo</p>
ESQUEMA DE TRABAJO		



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



SEMANA	4	
EJERCICIO	Robar la casa	Lanzamiento posicional
DIFICULTAD	Baja	Baja
DESCRIPCIÓN	Los jugadores se colocan formando un círculo Un jugador se desplaza a trote por el exterior A la voz del entrenador el jugador que se encuentra a su altura debe intentar cogerle antes de que el jugador exterior pueda ocupar su sitio tras dar una vuelta completa al círculo	Los jugadores se sitúan en 3 filas frente a la portería, una centrada y dos laterales, y se realizan lanzamientos sucesivos para aumentar la precisión en el lanzamiento, cambiando de fila después de cada tiro.
ESQUEMA DE TRABAJO		

SEMANA	5	
EJERCICIO	Perros y gatos	Velocidad y tiro a portería (I)
DIFICULTAD	Baja	Baja
DESCRIPCIÓN	2 equipos juegan a eliminarse Si el entrenador dice un número par se dirigirán todos hacia la derecha, por el contrario si dice un número impar se dirigirán a la izquierda Deberán de llegar al pivote antes que su compañero para no quedar eliminado	Los jugadores se sitúan en la línea de fondo a cada lado de la portería, se realiza un pase en dirección al punto de penalty para que lo recepcione y lance el jugador que sale desde el lado opuesto y bordea el cono Una vez que se realiza el pase se sale en sprint en busca de recibir el balón pasado por otro compañero Después de tirar se cambia de lado de portería
ESQUEMA DE TRABAJO		



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



SEMANA	6	
EJERCICIO	La ola	Velocidad y tiro a portería (II)
DIFICULTAD	Baja	Baja
DESCRIPCIÓN	<p>Dos grupos puestos en fila india</p> <p>Los jugadores ligeramente separados entre si</p> <p>Se trata de transportar el balón de delante, atrás</p> <p>Pasándolo por encima de la cabeza y por debajo de las piernas, de forma alternativa</p> <p>Al llegar al final el último lo lanza rodando por entre las pierna de sus compañeros</p> <p>Ganará el equipo que antes complete un número determinado de vueltas</p>	<p>Los jugadores se sitúan en la línea de fondo a cada lado de la portería, se realiza un pase en dirección al punto de penalty para que lo recepcione y lance el jugador que sale desde el lado opuesto y bordea el cono</p> <p>Una vez que se realiza el pase se sale en sprint en busca de recibir el balón pasado por otro compañero</p> <p>Después de tirar se cambia de lado de portería</p>
ESQUEMA DE TRABAJO		

SEMANA	7	
EJERCICIO	Pañuelito con balón	Toca y defiende
DIFICULTAD	Baja	Baja
DESCRIPCIÓN	<p>Juego del pañuelito pero con balón</p> <p>Cuando el entrenador diga un número saldrá un jugador de cada equipo</p> <p>Consiste en coger el balón y conducirlo botando sin que el otro jugador le quite el balón hasta atravesar la línea de partida</p>	<p>Defensor en la línea de 9m en dos conos</p> <p>Este debe tocar un cono antes de ir a defender</p> <p>EL atacante se acerca botando para intentar penetrar entre los dos conos y lanzar a gol</p>
ESQUEMA DE TRABAJO		



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



SEMANA	8	
EJERCICIO	La fila que se empuja	Lanzamiento posicional
DIFICULTAD	Media	Media
DESCRIPCIÓN	<p>Dos filas con los jugadores colocados espalda contra espalda y con los brazos entrelazados intentan empujar</p> <p>Consiste en enviar al equipo contrario más allá de la línea formada por los pivotes</p>	<p>Dos pivotes delimitando el campo</p> <p>Un defensa adelantado y otro en 6m</p> <p>Un pivote ofensivo y un central</p> <p>El pivote hace un bloqueo dinámico al defensa adelantado</p> <p>El central se aprovecha del bloqueo</p> <p>Tiene dos posibilidades o tirar o Pasar el balón al pivote</p>
ESQUEMA DE TRABAJO		

SEMANA	9	
EJERCICIO	Sucesión de pases en cuadrado	Atrapa y corre
DIFICULTAD	Media	Media
DESCRIPCIÓN	<p>Carrera en slalom entre conos</p> <p>Salto a pies juntos por encima de las vallas</p> <p>Carrera y giro alrededor de los conos (atacar cada cono por un lado)</p> <p>Andar y recuperar hasta la posición inicial</p>	<p>Dos jugadores enfrentados</p> <p>Uno de ellos defiende una zona limitada por dos balones</p> <p>El otro trata de superar al defensor para coger un balón y lanzar a portería</p>
ESQUEMA DE TRABAJO		



VITALDENT PROMISES HANDBALL LEAGUE

Organiza: Club de Balonmano Apóstol Santiago de Aranjuez

Colaboran: Colegio Apóstol Santiago



SEMANA	10	
EJERCICIO	Juego de velocidad 2 contra 2	Bombardeo
DIFICULTAD	Media	Baja
DESCRIPCIÓN	<p>Se divide a la plantilla por parejas y se les distribuye por los exteriores de los cuadros delimitados</p> <p>El juego consiste en pasar hasta el cuadro situado a la espalda de los defensores sin ser tocado por estos</p> <p>Los defensores eliminarán a los atacantes si logran tocarles antes de que éstos logren traspasar la línea</p> <p>Los defensores no pueden cambiar de posición ni cruzarse. Están obligados a defender en zona</p>	<p>Jugadores repartidos por las diferentes posiciones ofensivas</p> <p>Cada jugador con un balón</p> <p>Lanzamientos a gol consecutivamente, empezando por un extremo y acabando en el pivote</p>
ESQUEMA DE TRABAJO		