

ERIKA ESCOBAR RESTREPO – CENTRO DE INTERES DE BALONCESTOe

Nombre del Proyecto:

Zona de impacto: Formación Integral en Baloncesto

Justificación:

El baloncesto es un deporte colectivo que desarrolla no solo las capacidades físicas, sino también las cognitivas, afectivas y sociales. A través de su práctica sistemática se fortalecen habilidades como la toma de decisiones, la concentración, la autoconfianza, el liderazgo y la comunicación efectiva. Su alto componente técnico y táctico lo convierte en una disciplina ideal para potenciar talentos en formación, al tiempo que se inculcan valores como el respeto, la perseverancia y el juego limpio. Este semillero propone un proceso pedagógico sólido, estructurado y atractivo, que articula el deporte con la formación ciudadana y la proyección competitiva.

Objetivo General:

Desarrollar en NNJA de ciclo 3 y 4 competencias físicas, técnicas y socioemocionales a través del baloncesto, mediante un proceso formativo integral que promueva el rendimiento deportivo inicial y valores ciudadanos fundamentales.

Objetivos Específicos:

- Detectar adolescentes con aptitudes físicas, motrices y actitudinales para el proceso formativo en baloncesto.
- Desarrollar capacidades físicas específicas: resistencia aeróbica, agilidad, velocidad de reacción, coordinación y fuerza explosiva.
- Enseñar y perfeccionar fundamentos técnicos del baloncesto: dribbling, passing, shooting, rebounding, footwork y defensive stance.
- Introducir principios básicos de táctica individual y colectiva (juego sin balón, spacing, transiciones ofensivas y defensivas).

- Fomentar habilidades socioemocionales como el liderazgo, la autorregulación, el trabajo colaborativo y la resolución de conflictos.
- Facilitar la transición de jugadores hacia procesos de desarrollo competitivo o clubes deportivos.

Población Objetivo:

Adolescentes NNJA de ciclo 3 y 4 del colegio Luis Ángel Arango y Instituciones Educativas Distritales vinculadas a la Jornada Escolar Complementaria del IDRD.

Ubicación:

Parque atahualpa

Frecuencia y Duración de Entrenamiento:

- Frecuencia: Dos sesiones semanales de 2 horas cada una, con opción a una tercera sesión.
- Duración estimada del proceso: 6 meses por cohorte.

Criterios de Selección:

Condición física y motricidad:

- Coordinación general y segmentaria.
- Resistencia cardiovascular y velocidad de desplazamiento.
- Control corporal y agilidad.

Habilidades técnicas iniciales:

- Dominio básico del dribbling con ambas manos.
- Capacidad de pase (chest pass, bounce pass).

- Precisión en lanzamientos estáticos.
- Comprensión espacial en situación de juego.
- Actitud cooperativa y disposición al aprendizaje estructurado.

Requisitos de Inscripción:

- Consentimiento informado firmado por el acudiente.
- Documento de identidad del estudiante y del acudiente.
- Afiliación vigente a EPS o seguro escolar.
- Certificado de matrícula escolar.
- Participación en jornada de selección (scouting y pruebas funcionales).

Resultados Esperados :

Corto Plazo (3 meses):

- Conformación de un grupo base entre 10 y 15 jugadores con seguimiento individualizado.
- Incremento en la adherencia, motivación y apropiación de los valores deportivos.
- Mejora técnica significativa en fundamentos como dribbling, passing, shooting y spacing.

Mediano Plazo (6 meses):

- Consolidación técnico-táctica de mínimo el 60% del grupo.
- Participación en al menos un torneo o evento interinstitucional de carácter formativo.
- Identificación de perfiles con proyección hacia procesos de especialización y rendimiento.

Largo Plazo (1 año):

- Transición efectiva de mínimo 10 deportistas a clubes federados o semilleros de desarrollo competitivo.
- Reconocimiento institucional del semillero como modelo de formación integral por medio del deporte.
- Expansión del modelo hacia otras sedes o instituciones educativas.

Metodología:

- Enfoque por competencias: desarrollo progresivo de habilidades técnicas, cognitivas y actitudinales.
- Pedagogía activa: uso de situaciones reales de juego, microjuegos y tareas con propósito táctico.
- Grupos por niveles: adaptando la exigencia según el nivel técnico de los participantes.
- Evaluación continua: con rúbricas técnicas, análisis de video y observación directa.
- Gamificación y motivación extrínseca: uso de insignias, retos y rankings saludables.

Evaluación del Proceso:

- Diagnóstico físico y técnico inicial.
- Seguimiento mensual mediante rúbricas en técnica individual, cooperación y disciplina táctica.
- Retroalimentación constante con estudiantes y familias.
- Informe final con ruta sugerida de continuidad y proyección individual.

Cierre y Proyección:

El proceso finalizará con una muestra deportiva, una evaluación colectiva y la presentación de resultados individuales. Se propondrá una ruta de vinculación a

clubes o procesos de rendimiento, de acuerdo con el perfil de cada jugador, garantizando sostenibilidad y continuidad del proceso formativo.