

26.

FECHA	viernes, 24 de noviembre de 2017
--------------	----------------------------------

Señores

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

BIBLIOTECA

Ciudad

UNIDAD REGIONAL	Sede Fusagasugá
TIPO DE DOCUMENTO	Pasantía
FACULTAD	Ciencias Del Deporte Y La Educación Física
NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO	Pregrado
PROGRAMA ACADÉMICO	Licenciatura en Educación Básica Con Énfasis en Educación Física

El Autor(Es):

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS	No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN
Pedraza Rico	Heidy Catalina	1070753263

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS
Montoya Pachón	Ángel Gabriel

TÍTULO DEL DOCUMENTO
INICIACIÓN Y FORMACIÓN DEPORTIVA DEL BALONCESTO PARA EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES DE 6 A 17 AÑOS DE EDAD EN EL MUNICIPIO DE SAN BERNARDO, CUNDINAMARCA.

SUBTÍTULO (Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)

TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE: Aplica para Tesis/Trabajo de Grado/Pasantía
Licenciada en educación básica con énfasis en educación física, recreación y deportes.

AÑO DE EDICIÓN DEL DOCUMENTO	NÚMERO DE PÁGINAS
24/11/2017	74

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS (Usar 6 descriptores o palabras claves)	
ESPAÑOL	INGLÉS
1.Iniciación deportiva	Sport initiation
2.Baloncesto	Basketball
3.Pasantía	Internship
4.Aprovechamiento del tiempo libre	Use of free time
5.Escuelas deportivas	Sports schools
6.Niños y adolescentes	Children and adolescents

RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS (Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):
<p>RESUMEN</p> <p>En el presente trabajo se realiza un informe sobre la pasantía denominada “iniciación y formación deportiva del baloncesto en niños, niñas y adolescentes de 6 a 17 años de edad en el municipio de San Bernardo, Cundinamarca”.</p> <p>Este trabajo contó con dos problemáticas, una inter administrativa en la implementación e intervención de la escuela de iniciación y formación del baloncesto dirigido a niños y adolescentes y dos la operacional en la integración de los conocimientos adquiridos para el desempeño laborar en el cargo de formadora del baloncesto.</p> <p>Se establecieron los objetivos de acuerdo a cada una de las problemáticas.</p> <p>Se implementó la metodología para la intervención: convocatoria, diagnóstico, población, horarios, espacios deportivos y planes de trabajo.</p> <p>Se estructuraron tres categorías para la intervención, la categoría pre mini de los 6 a los 8 años, la categoría mini de los 9 a los 12 años y la categoría juvenil de los 13 a los 17 años.</p> <p>Se realizó el proceso metodológico en lo inter administrativo en la creación de la escuela de baloncesto con aval deportivo de Indeportes y Coldeportes. En lo operacional se desarrollaron los contenidos, temas y subtemas planteados para cada</p>

una de las categorías, entre ellos las capacidades perceptivo motrices, las capacidades condicionales, los fundamentos técnicos, fundamentos individuales y reglamento del baloncesto. Como parte del proceso formativo se llevó a competencia, realizando varios encuentros deportivos con otros municipios y participaciones en festivales.

Por último se realizaron las conclusiones de la pasantía.

ABSTRAC

In the present work a report is made on the internship called "initiation and sports training of basketball in children and adolescents from 6 to 17 years of age in the municipality of San Bernardo, Cundinamarca".

This work had two problems, an inter administrative in the implementation and intervention of the school of initiation and training of basketball aimed at children and adolescents and two operational in the integration of the knowledge acquired for the job performance in the position of trainer in the basketball school.

The objectives were established according to each one of the problems. The methodology for the intervention was implemented: call, diagnosis, population, schedules, sports venues and work plans. Three categories were structured for the intervention, the pre-mini category from 6 to 8 years, the mini category from 9 to 12 years and the juvenile category from 13 to 17 years. The methodological process was carried out in the interadministrative in the creation of the school with sports endorsement of Indeportes and Coldeportes. In the operational area, the contents, topics and sub-themes were developed, proposed for each of the categories, including perceptual motor skills, conditional capacities, technical foundations, individual foundations and basketball regulations. As part of the training process, it took on competition, holding several sporting events with other municipalities and participating in festivals. Finally, the conclusions of the internship were made.

AUTORIZACION DE PUBLICACIÓN

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son:

Marque con una "X":

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2. La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
4. La inclusión en el Repositorio Institucional.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas,

por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

Información Confidencial:

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. **SI ___ NO _x_.**

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

LICENCIA DE PUBLICACIÓN

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la

Licencia de Publicación será permanente).

b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.

c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.

d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.

f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el “Manual del Repositorio Institucional AAAM003”

i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.



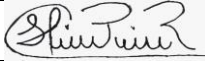
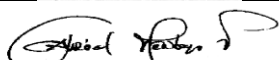
Nota:

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.

La obra que se integrará en el Repositorio Institucional, está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. PerezJuan2017.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
1 Iniciación y formación deportiva del baloncesto para el aprovechamiento del tiempo libre de niños, niñas y adolescentes de 6 a 17 años de edad en el municipio de San Bernardo, Cundinamarca.	Texto
2.	
3.	
4.	

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA (autógrafo)
Pedraza Rico Heidy Catalina	
Montoya Pachón Ángel Gabriel	

12.1.50

**Iniciación y formación deportiva del baloncesto para el aprovechamiento del tiempo libre
de niños y niñas de 6 a 17 años en el municipio de San Bernardo Cundinamarca**

Heidy Catalina Pedraza Rico

Universidad de Cundinamarca

Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física

Licenciatura en educación básica con énfasis en educación física, recreación y deportes

2017

Contenido

Planteamiento del problema	13
Justificación	18
Objetivos	20
Institucional	20
Pasantía	20
General.	20
Específicos.	21
Apoyo teórico conceptual	22
Historia del baloncesto	22
Reglamento básico del baloncesto	23
Fundamentos técnicos	24
Fundamentos técnicos ofensivos	24
Posición básica del jugador.	24
Posición básica con balón.	25
Sujeción y dominio del balón	25
Desplazamientos.	26
Pase.	27
Dribling.	27
Tiro	27
Defensa.	28
Fundamentos tácticos individuales.	28
La Finta.	28
El Bloqueo	29
El rebote ofensivo.	29
Principios del entrenamiento deportivo	30
Principio de la unidad funcional.	30
Principio de la especificidad	31
Principio de sobrecarga	31
Principio de la súper compensación.	31
Principio de la recuperación	31
Principio de la individualidad	32
Principio de la continuidad.	32

Marco legal	33
Proyecto institucional	37
Metodología	40
Convocatoria	40
Espacios deportivos	40
Horarios	40
Diagnóstico	43
Población	47
Programa en desarrollo	48
Plan de Trabajo	49
Proceso metodológico	52
Inter administrativo	52
Operacional	57
Intervención	57
Actividades	58
Reflexión – Praxis	59
Conclusiones	60
Bibliografía	62
Anexos	65

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Caracterización de problemas, causas y consecuencias	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 2. Elementos estratégicos	39
Tabla 3. Horarios sector urbano.....	41
Tabla 4. Horario sector rural	41
Tabla 5. Horarios escuela de baloncesto.....	42
Tabla 6. Categoría pre mini, componentes.	44
Tabla 7. Categoría mini, componentes	45
Tabla 8. Categoría juvenil, componentes.....	46
Tabla 9. Población escuela de baloncesto.....	47
Tabla 10. Plan de trabajo pre mini	49
Tabla 11. Plan de trabajo pre infantil - infantil.....	50
Tabla 12. Plan de trabajo pre juvenil - juvenil	51
Tabla 13. Invitación primera reunión	54
Tabla 14. Invitación segunda reunión	55

Planteamiento del problema

La contaduría general de la nación en su resolución no. 679 del 28 de noviembre del 2016 establece la categorización de entidades territoriales (dptos., distritos y municipios). Ésta se realiza “con base a la información correspondiente a los ingresos corrientes de libre destinación, gastos de funcionamiento y la población certificada por el Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas D.A.N.E.”. Parágrafo 4° del artículo 6° de la Ley 136 de 1994. p, 3.

El municipio de San Bernardo Cundinamarca tiene un total de 10.670 habitantes. Departamento nacional de planeación (D.N.P.). Los ingresos corrientes de libre destinación (ICLD) son de \$1.712.557.000 y los gastos de funcionamiento son de \$1.231.420.000. Resolución no. 679 del 28 de noviembre del 2016 contaduría general de la nación. p, 21. De acuerdo a lo anterior el municipio de San Bernardo está denominado en la categoría seis (6).

De acuerdo al plan municipal de desarrollo denominado “Trabajo y Gestión para el Desarrollo Social 2016 – 2019” la proyección de recursos del SGP para el municipio de San Bernardo 2016 – 2019 se establecen las siguientes estimaciones de presupuesto en cifras de millones de pesos:

CUENTA	2016	2017	2018	2019	TOTAL
Sistema General de Participaciones - Educación	418	454	493	535	1.900
Sistema General de Participaciones - Salud	1.768	1.919	2.083	2.261	8.031
Régimen subsidiado	1.674	1.818	1.973	2.142	7.607
Salud Pública	93	101	110	119	424
Sistema General de Participaciones - Agua Potable y Saneamiento Básico	553	600	630	662	2.445
Sistema General de Participaciones - Propósito	1.206	1.309	1.421	1.543	5.479
General - Forzosa Inversión					
Deporte y recreación	61	67	72	78	278
Cultura	46	50	54	59	209
Libre inversión	1.099	1.193	1.295	1.406	4.993
Sistema General de Participaciones – Alimentación Escolar	35	38	41	45	159
Total	3.981	4.320	4.668	5.046	18.015

Fuente: Elaboración propia

Por otro lado la inversión total para cada eje de desarrollo humano integral, entre ellos el programa deporte y recreación con valores en cifras de millones de pesos:

CONCEPTO / TOTAL DE INVERSIÓN	2016	2017	2018	2019	TOTAL 2016 - 2019
Eje 1. Desarrollo Humano Integral	5.764	6.286	6.828	7.411	26.289
Programa: Salud	4.144	4.498	4.883	5.300	18.825
Programa: Primera Infancia, Infancia y Adolescencia	18	21	30	36	105
Subprograma: Juventud	4	4	6	6	20
Subprograma: Familia	3	3	3	3	12
Subprograma: Adulto Mayor	90	101	112	113	416
Subprograma: Población en situación de Discapacidad	25	28	30	32	115
Subprograma: Atención y reparación integral a víctimas del conflicto armado	18	20	22	24	84
Subprograma: Reinsertados, desmovilizados y construcción de paz.	6	6	6	6	24
Subprograma: Equidad de Género	4	4	4	4	16
Subprograma: Comunidades Étnicas	2	2	2	2	8
Subprograma: Pobreza	10	10	10	15	45
Subprograma: Seguridad alimentaria y nutricional	6	6	6	6	24
Programa: Educación	618	692	749	822	2.881
Programa: Deporte y Recreación	101	126	134	151	512
Programa: Cultura	97	100	113	117	427
Programa: Vivienda	60	60	62	62	244

Al programa deporte para el año 2017 tienen destinado un valor de \$126 millones de pesos anuales para solucionar los problemas: mal estado de infraestructura, ampliación de cobertura de escuelas de formación, escasez de personal, poco acceso a la población rural identificado por las mesas de trabajo sectorial, territorial y poblacional.

Problema	Población afectada por el problema	Localización del problema	
Deficiente cobertura de los programas deportivos y mal estado de la infraestructura deportiva	Infancia, adolescencia y juventud.	Veredas y casco urbano.	
Causas indirectas	Causas directas	Consecuencias directas	Consecuencias indirectas
Mal estado de espacios y elementos deportivos	Deterioro de la infraestructura e implementos deportivos	Dificultad para llevar a cabo programas en deporte y recreación	Escasa motivación para asistir como participantes o público a diferentes actividades o eventos deportivos
No hay la suficiente cobertura de las escuelas de formación	Los programas deportivos no llegan en su totalidad a las zonas rurales	No hay cobertura para toda la demanda y sectores poblacionales	Poco sentido de pertenencia y respaldo a las políticas en deporte y recreación
Escasez de personal	Falta continuidad y difusión de los eventos deportivos	No se llega con toda la oferta deportiva a toda la población	No se puede llegar a todos los territorios que componen el municipio
Dificultades en el acceso de la población rural a los programas	Poca presencia de escuelas de formación deportiva en zona rural	En lo rural hace falta construir sentido de pertenencia e identificación con la administración municipal	No se cuida y/o aprovecha los escenarios deportivos
Recursos destinados para deportes que resultan insuficientes	No se cuenta con el personal suficiente para el desarrollo de las actividades deportivas	Dificultad para ampliar la cobertura de los programas deportivos	Los san bernardinos sienten que en el deporte y la recreación están relegados

De los 8424 habitantes y de acuerdo con la información obtenida por parte de la oficina del Sisbén del municipio, hay 2442 habitantes en el rango de edades de 6 a 17 años, distribuidos en el sector urbano con 886 personas y el sector rural con 1556 personas.

El programa deporte no cuenta con suficientes recursos para brindarles distintos espacios de formación y entretenimiento con actividades saludables y de carácter deportivo (escuelas deportivas) a los niños y adolescentes de 6 a 17 años de edad.

Por todo lo anterior surgió la problemática inter administrativa en la implementación e intervención de la escuela de iniciación y formación deportiva de baloncesto en niños de 6 a 17

años de edad en el municipio de San Bernardo, la cual favoreciera el aprovechamiento de tiempo libre acogiendo tanto en el sector rural como en el sector urbano.

Además cumplir eficientemente con las funciones y responsabilidades encargadas por el coordinador de la oficina de deporte y recreación, el coordinador del contrato asignado (secretario de gobierno) y el alcalde municipal.

El programa académico licenciatura en educación básica con énfasis en educación física, recreación y deportes brinda saberes específicos de la educación física, la recreación, el deporte, la danza, la iniciación deportiva, la administración deportiva, entre otros.

Ofrece una amplia fundamentación y formación teórico práctica de los distintos campos de acción en los que se puede desempeñar laboralmente.

Los conocimientos adquiridos son de carácter biológico, pedagógico, teórico, práctico, disciplinar y axiológico, los cuales se integran y evidencian en las cuatro (4) prácticas pedagógicas profesionales, lo que complementan y fundamentan la formación integral en distintos tipos de población: hogar comunitario, adulto mayor, personas con diversidad funcional, personas en rehabilitación, iniciación deportiva, educación primaria y educación secundaria.

El trabajo de grado modalidad pasantía es un momento de construcción profesional en el cual se integran los conocimientos adquiridos para resolver problemáticas en el ámbito de la educación física, la recreación y el deporte en un contexto que requiere el cumplimiento de funciones y responsabilidades de carácter laboral. Contribuyendo a la formación integral a partir de la experiencia laboral en el desarrollo de este tipo de trabajo de grado.

Por todo lo anterior mencionado la problemática la cual se afrontó para el desarrollo y ejecución del anteproyecto bajo la modalidad pasantía en el cargo de formadora de iniciación y formación deportiva del baloncesto en niños y niñas de 6 a 17 años fue integrar y aplicar todos los conocimientos, técnicas y procedimientos adquiridos en cada eje temático relacionado a la iniciación deportiva del baloncesto que sirvan para la enseñanza oportuna y eficiente.

Justificación

La Universidad de Cundinamarca está facultada para desarrollar todas aquellas actividades tendientes a la oferta de bienes y servicios, que contribuyan al desarrollo del país, para lo cual podrá ofrecer formación en educación y promover programas de proyección social.

De acuerdo al convenio “Marco de cooperación académica celebrado entre la Universidad de Cundinamarca y el municipio de San Bernardo” establece como objeto aunar esfuerzos dirigidos a promover la cooperación institucional, permitiendo desarrollar actividades que fortalezcan el quehacer de las entidades, tales como: educación continuada, proyectos investigativos, pasantías en el cumplimiento de la misión institucional de las partes.

El trabajo de grado modalidad pasantía es un momento de construcción profesional en el cual se integran los conocimientos adquiridos para resolver problemáticas en el ámbito de la educación física, la recreación y el deporte. Da la posibilidad de desempeñarse laboralmente en un cargo específico cumpliendo con funciones y responsabilidades. Lo cual permite adquirir experiencia en un contexto de trabajo con comunidad.

Igualmente es un espacio fundamental para iniciar una vida laboral. De acuerdo a los objetivos establecidos y el cumplimiento de estos en la ejecución del proyecto, brinda oportunidad de seguir aplicando laboralmente para continuar con el proceso iniciado.

La iniciación deportiva es uno de los campos de acción que ofrece el programa de la licenciatura en educación básica con énfasis en educación física, recreación y deportes. Este espacio permite la formación integral a partir de la práctica de una disciplina deportiva.

Específicamente la población estudiantil tiene la posibilidad de iniciar un proceso de formación en donde no solo se aprende a jugar y desenvolverse en un deporte, además generar hábitos de higiene y cuidado personal y a inculcar valores y cualidades en la sociedad.

El baloncesto según el portal AlimSport.com es el cuarto deporte más practicado en todo el mundo. Esto en gran medida a la cantidad de campos deportivos que existen y la facilidad de su práctica. Es un deporte de conjunto, el cual permite la integración y generación de relaciones socio afectivas.

A partir de la experiencia como jugadora de baloncesto, abordarlo dentro del currículo del programa en tercer semestre, la electiva de profundización en quinto semestre y la práctica de iniciación y formación en séptimo semestre permitió comprenderlo a partir de varios enfoques: jugadora, formadora y juez arbitral.

De acuerdo al convenio existente entre la Universidad de Cundinamarca y el municipio de San Bernardo, el trabajo de grado modalidad pasantía en el municipio de San Bernardo generó un espacio de participación de la población de 6 a 17 años de edad, creando un goce por una práctica deportiva y la formación integral de sus deportistas.

Objetivos

Institucional

- ✓ Generar capacidades en las personas y en las comunidades para aprovechar de forma sostenible las potencialidades naturales, económicas y culturales del Municipio de San Bernardo, mediante el buen gobierno, para que, a partir de la formulación e implementación de políticas públicas, promueva el desarrollo integral del ser humano, el empoderamiento de la comunidad y el ejercicio de los derechos humanos, en especial de los niños, las niñas, los adolescentes y los jóvenes.

Pasantía

General.

- ✓ Integrar conocimientos pedagógicos, prácticos, teóricos, disciplinares y axiológicos adquiridos para el desempeño laboral en el cargo de formadora en la escuela de iniciación y formación deportiva del baloncesto en niños de 6 a 17 años en el municipio de San Bernardo.
- ✓ Implementar e intervenir una propuesta de iniciación y formación deportiva de baloncesto que favorezca el aprovechamiento del tiempo libre dirigido a niños y niñas en edades de 6 a 17 años en el municipio de San Bernardo Cundinamarca.

Específicos.

- ✓ Lograr gran cobertura de niños y jóvenes en la zona rural y en la zona urbana del municipio.
- ✓ Cumplir con funciones y responsabilidades asignadas por la entidad durante el tiempo laborado.
- ✓ Iniciar el proceso para la creación de la escuela con aval deportivo de Indeportes y Coldeportes.
- ✓ Aplicar técnicas, estrategias y procedimientos apropiados para la enseñanza/aprendizaje del baloncesto.

Apoyo teórico conceptual

Historia del baloncesto

El baloncesto es un deporte de conjunto que hoy en día es muy practicado en todo el mundo y que ha evolucionado bastante frente a lo que se desarrollaba en sus inicios. Es importante conocer su historia, la cual está expuesta a continuación tomada del libro manual de educación física y deportes, técnicas y actividades prácticas, p. 327:

“En diciembre de 1891, un profesor del Springfield College, en Massachussetts (Estados unidos), creó un juego para motivar una clase de incorregibles. Nadie podía imaginar que este recurso pedagógico del profesor James Naismith (1861 – 1939) se fuera a convertir con el tiempo, en un deporte de masas. En un principio, el juego, que solo incluía 13 reglas, no limitaba el número de jugadores y empleaba una cesta de melocotones como canasta. La altura a la cual se encontraba situada esta canasta, 3.05 m (10 pies), es una de las pocas reglas que aún perduran.

Las primeras ligas, exclusivamente masculinas, tuvieron una corta vida. Así la NBL (Liga Nacional de Baloncesto) fue creada en 1898 disuelta en 1903. Parecida dinámica tuvieron las ligas de Philadelphia, Nueva York, Central, Metropolitana, etc. En 1904. El baloncesto fue incluido como deporte de exhibición, dentro del programa de los Juegos Olímpicos de Saint Louis. Sin embargo, no fue hasta los juegos de Berlín, en 1936, cuando adquirió condición de deporte olímpico.

Reglamento básico del baloncesto

Para el desarrollo del juego del baloncesto los jugadores deben conocer las características y reglas básicas del deporte. En el proceso formativo el reglamento se enseñó progresivamente de acuerdo a cada categoría, mediante momentos teóricos y en situaciones de juego. Por lo anterior de acuerdo a la Federación española de baloncesto, las reglas básicas del baloncesto 2014 son:

- a. El baloncesto es un deporte de conjunto donde se enfrentan dos equipos de 5 jugadores cada uno. Los equipos pueden hacer las sustituciones que quieran, el objetivo del juego es introducir la pelota en el aro contrario. El equipo con más puntos al final del juego gana.
- b. El terreno de juego será una superficie plana y dura, libre de obstáculos, con unas dimensiones de 28 m. de largo por 15 m. de ancho. Las líneas se trazaran de color blanco de 5 cm de ancho.
- c. El juego consta de 4 periodos de 10 minutos cada uno. Una canasta anotada desde cerca de la cesta (dentro del arco de tres puntos) vale dos puntos. Una canasta anotada desde larga distancia (más allá del arco de tres puntos) vale tres puntos. Una canasta anotada desde la línea de tiro libre vale un punto.
- d. La pelota puede ser pasada de un jugador a otro, o driblada por un jugador de un punto a otro (rebotada al caminar o correr). Antes de pasar o lanzar el balón, un jugador puede dar dos pasos (sin driblear). Una vez que un jugador ha dejado de driblear, no puede empezar a driblear de nuevo. Una vez que el equipo en posesión del balón ha cruzado la línea de media cancha, no puede cruzar de vuelta la línea con la pelota.

- e. Una falta personal se produce cuando hay un contacto ilegal entre dos oponentes. Un jugador que hace más de cinco faltas personales se excluye del juego. Una falta realizada sobre un jugador que intenta un tiro da como resultado la adjudicación del mismo número de tiros libres como los de la falta tomada (dos desde el interior del arco, tres desde el exterior). Si un jugador recibe una falta, pero hace el intento de tiro, se otorgarán los recuentos de tiro y un tiro libre adicional. Una vez que el equipo ha hecho cuatro faltas en un período, cada falta adicional (aunque ocurra en un jugador que no intente un tiro) dará lugar a la concesión automática de dos tiros libres.

Fundamentos técnicos

Según Pedro R. Rodríguez en su documento fundamentos técnicos del baloncesto los fundamentos son todas las “habilidades técnicas que deben poseer los jugadores a nivel individual para poder practicar este deporte. Si estos se aprenden, se practican y se usan correctamente en el juego, se tendrá más facilidad para aprender el resto de aspectos técnicos”.

La adquisición de los fundamentos técnicos en los jugadores son primordiales, estos permiten tener un mejor desenvolvimiento y entendimiento del juego entre los jugadores. Cada fundamento será explicado brevemente a continuación:

Fundamentos técnicos ofensivos

Posición básica del jugador.

El Comité Técnico de Guipuzcoana de baloncesto indica que la posición básica:

“Posición natural y atenta. El jugador ha de tener una buena actitud, visión amarginal, debe estar viendo y entendiendo lo que ocurre en el campo en todo momento el juego de piernas es fundamental ya que nos proporcionará equilibrio y rapidez”. (p14)

- Pies: separados aproximadamente al ancho de los hombros.
- Peso repartido y fundamentalmente en la parte delantera.
- Piernas: rodillas flexionadas, centro de gravedad bajo siempre en disposición de actuar.
- Tronco: recto e inclinado un poco hacia delante.
- Brazos: separados del cuerpo, doblados y con las manos en disposición de actuar.
- Cabeza: Erguida y atento al balón, atacantes, defensores.

Posición básica con balón.

Triple Amenaza: Se denomina así porque desde esta posición podemos pasar, tirar o botar. Pie de la mano que tira ligeramente adelantado (1/2 pie) Flexionados, tronco recto, cabeza erguida, balón a la altura de la cadera y en el lado de la mano con la que tiramos. Debemos ser incisivos y presionar a la defensa, por ejemplo, con la posibilidad de tirar o salir botando (fintas de salida).

Sujeción y dominio del balón.

De Torres y Arjonilla N. manifiestan.

“La primera condición que ha de cumplir el agarre del balón es que los dedos estén separados todo lo posible, especialmente el meñique y el pulgar: El balón toma contacto con toda la superficie de la mano, especialmente con la de los dedos, con toda la superficie de los dedos, con la excepción del triángulo central de la palma de la mano”.

Desplazamientos.

Antonio De Torres y Nieves Arjonilla, (2007) manifiestan que los desplazamientos tienen su derivación en las siguientes características.

- ✓ Paradas.-Se llama parada a la acción motriz de detenerse cuando el jugador está desplazándose y estas paradas pueden ser de dos tipos:
 - En un tiempo.-Cuando en la caída ambos pies contactan con el suelo simultáneamente.
 - En dos tiempos.-Cuando en la caída los pies contactan con el suelo alternativamente (primero un pie y luego el otro).
- ✓ Pivotes.-Se entiende por pivotar, el gesto de girar sobre la punta de un pie que permanece fijo mientras el otro empuja el suelo para dar el impulso de giro. El pie fijo se denomina “pie de pivote” y se debe levantar ligera-mente su talón para permitir el giro sobre la parte anterior del pie.
- ✓ Arrancadas.- Salidas o arrancadas son los movimientos realizados por el jugador estático para iniciar su desplazamiento, buscando, además, adquirir cierta ventaja sobre el adversario.
 - Abierta o directa.- Se sale por el mismo lado del pie que da el primer paso
 - Cruzada.- Se sale por el lado contrario del pie que da el primer paso.
 - En reverso.- Se realiza un pivote de reverso, cambiando el peso corporal al pie de salida y arrancando a la vez que el pie de apoyo pivota para orientar el cuerpo en la dirección de salida.
- ✓ Cambios de ritmo.-Se entiende por cambio de ritmo una aceleración o deceleración brusca y sorpresiva en la velocidad de desplazamiento del sujeto. En la deceleración se puede llegar a la parada total para arrancar inmediatamente, lo, que se denominaría “parar y seguir”.
- ✓ Cambios de dirección.-Consisten en variar la dirección del desplazamiento de forma explosiva y sorpresiva y, salvo muy escasas y puntuales ocasiones, incluyen un cambio de ritmo.

Pase.**Dribling.**

Según Arjonilla N, (2007) driblar consiste en

“Lanzar el balón contra el suelo para que rebote y vuelva a la mano del que lo lanzó, una vez o varias seguidas sin llegar a cogerlo entre una y otra. Driblar constituye el único método permitido por el reglamento de juego para que el jugador con el balón se desplace manteniendo la posesión del mismo”.

Las formas de driblar el balón dependerán de la intensidad y situación del juego:

- Dribling de control.
- Dribling de protección.
- Dribling de velocidad.

Tiro.

Según José A. Pérez en su libro fundamentos y generalidades del baloncesto 2006 comenta:

“El tiro no es un medio, es un fin en sí mismo. Nos encontramos con que fundamentalmente este aspecto requiere de precisión. En cada ataque el tiro es un fin, debemos obtener el mejor tiro posible, la intención que deseamos puede ser variada: que lance un determinado jugador, la intención de un determinado ángulo de tiro, el tipo de puntuación (valor del tanteo). Todas estas series de intenciones hay que trabajarlas”.

Pedro Rodríguez en su documento fundamentos técnicos del baloncesto establece las formas de lanzar a canasta:

- Tiro en suspensión.

- Tiro libre.
- Bandeja o doble paso.
- Gancho.

Defensa.

Según Rodríguez R. comenta que la defensa:

“Se realiza para impedir o dificultar que el equipo contrario enceste el balón, así como para intentar quitárselo, debe realizarse entre la persona que ataca y el aro. La posición defensiva en flexionar ligeramente las rodillas y realizar desplazamientos laterales evitando robar el balón o evitando una acción de pase, tiro e intento de penetración a la canasta”.

Existen tres tipos de defensa. La defensa individual, también conocida como defensa uno a uno. Cada jugador marca a un oponente determinado del equipo rival. La defensa en zonas, defienden un área próxima a la canasta esperando la llegada de los rivales. Como cada equipo consta de cinco jugadores las combinaciones posibles se denominan según el orden de los jugadores, como 2 – 3, 3 – 2, 1 – 3 – 3, 3 – 1 – 1, 2 – 1 – 2, 1 – 2 – 2. Y por último la defensa mixta, la cual es una combinación de los dos tipos de defensas mencionadas anteriormente.

Fundamentos tácticos individuales.

Según Marcelo Merino los fundamentos tácticos individuales son los movimientos en ataque de los jugadores sin balón.

La Finta.

Ortega Vila, (2010), dice,

“Entendemos que la finta es un engaño que realiza un deportista para hacer creer una acción, con una intencionalidad concreta, teniendo prevista una siguiente acción eficaz, en caso de que el adversario sea engañado, Respecto al momento en que un jugador con balón puede realizar una finta, distinguimos que la puede hacer: antes de botar, durante el bote y después de botar.

El Bloqueo.

El Comité Técnico de Guipuzcoana de Baloncesto, (2010), manifiesta

“El bloqueo es un movimiento ofensivo cuando se realiza para conseguir mejores situaciones y posiciones dentro del campo, obteniendo una ventaja, la iniciativa sobre la defensa. El bloqueo se puede realizar tanto al jugador con balón (bloqueo directo), como a cualquier otro que no lo tenga (bloqueo indirecto). También es un movimiento, fundamento ofensivo como defensivo muy utilizado, especialmente para conseguir capturar los rebotes defensivos y dejar transitar con mayor libertad al jugador más hábil del equipo o para hacer un lanzamiento.

El rebote ofensivo.

Marcelo Merino comenta que el rebote ofensivo es el movimiento por el cual el equipo que falla un tiro es capaz de recoger y tener otra opción de tiro u otra posesión completa.

En un buen rebote ofensivo se realizan 4 acciones fundamentales:

Acercarse al aro: se debe empezar a ir a por el rebote cuando el balón sale de las manos del tirador o, en una entrada, se debe ir acompañando al jugador que la realiza, sin estorbar su acción.

Coger una buena situación: se debe esperar la caída del balón en el lugar donde se cree que ésta va a ocurrir. Con frecuencia habremos de burlar a los defensas para lograr colocarnos por delante de ellos en la situación de caída del balón.

El salto: es fundamental una buena capacidad de salto. Se realizará subiendo una sola mano arriba.

El agarre o palmeo del balón: el *palmeo* (lanzar a canasta en el primer contacto, con un ligero toque de dedos, sin llegar a agarrar el balón) es bueno siempre y cuando el rebote sea muy cerca del aro y con pocas posibilidades de agarrar el balón por las manos que están alrededor. Por otra parte, en el *agarre*, cuando el balón toque las yemas de los dedos hay que dirigirlo hacia la otra mano para rápidamente controlarlo y cogerlo con las dos manos. Entonces es cuando se decidirá si intentar la canasta o sacar el balón hacia otro compañero, para jugar.

Principios del entrenamiento deportivo

Para llevar a cabo los procesos de iniciación y formación deportiva del baloncesto fue necesario tener en cuenta los principios del entrenamiento deportivo “pautas, normas a seguir, conceptos generales que siempre y en todo momento hay que tener en cuenta y aplicar a la hora de realizar un trabajo físico específico. Los principios tienen sustentos biológicos, pedagógicos y afectivos emocionales”. Mazzeo, (s,f.). De manera que se desarrollen y apliquen individual y colectivamente en niños y jóvenes de cada categoría para un óptimo aprendizaje.

Principio de la unidad funcional.

Nuestro organismo funciona como un todo, de manera tal que todos los órganos y sistemas están interrelacionados de tal forma que si uno falla es imposible continuar. Por eso, el entrenamiento debe contemplar el desarrollo de todos los sistemas, como así también la manera en que se relacionan.

Principio de la especificidad.

El entrenamiento debe ser específico, tratando de reproducir lo más fielmente posible las condiciones reales de la competencia. En los deportes de conjunto es de capital importancia abandonar la clásica preparación física basada en el atletismo y empezar a buscar metodologías propias.

Principio de sobrecarga.

Este principio también es conocido como principio del umbral, y hace referencia al tipo de carga que se lleva a cabo durante una sesión. Si la carga es la adecuada y dá en el umbral, se producen mejoras. Cuando la carga es ineficaz y no llega a ese umbral, el entrenamiento no produce mejoras. Finalmente, cuando la carga es muy alta y sobrepasa el umbral, no sólo no hay mejoras sino que además puede haber retrocesos.

Principio de la súper compensación.

Se trata de un principio básico del entrenamiento. Cuando aplicamos una carga eficaz, nuestro organismo se adapta y luego de la recuperación consigue un estadio más alto, lo cual le permite afrontar una carga ligeramente superior. La aplicación de varias cargas eficaces hace que se eleve el estado de forma a través del fenómeno conocido como “super compensación”.

Principio de la recuperación.

Es necesario entender un concepto clave en el entrenamiento deportivo: la recuperación es parte del entrenamiento. Y tiene quizá más importancia incluso que la etapa activa. No hay que olvidarse de que todos los fenómenos de reconstrucción plástica se dan en

esta etapa. Cuando yo entreno, estoy rompiendo fibra muscular. Cuando yo recupero, estoy sanando y agregando algo más de material para fortalecer aquellas zonas de mayor demanda. Este proceso se llama “adaptación”, y para que se produzca necesita que se respeten al pie de la letra los tiempos, las formas y los medios de recuperación.

Principio de la individualidad.

Cada persona es única. No sólo sus características morfológicas y fisiológicas son diferentes, el hombre es algo más que la suma de estas partes. Es un error esperar reacciones idénticas entre dos individuos que realizan el mismo trabajo. Experiencias realizadas con gemelos idénticos lo dan demostrado. Este principio es fundamental porque indica que no se trata simplemente de repetir trabajos o de copiar trabajos. Las respuestas de los deportistas siempre tendrán variaciones, y en algunos casos serán muy grandes.

Principio de la continuidad.

Si el entrenamiento se interrumpe, se pierde lo obtenido. Si hay una lesión, habrá que arbitrar los medios para trabajar con el resto del cuerpo pero la consigna siempre será tratar de no parar el entrenamiento. La recuperación también es importante en este principio, porque si no se respeta pueden aparecer lesiones que atenten contra la continuidad del entrenamiento.

Marco legal

La ley 181 de 1995 “establece las disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física”. Algunos de los objetivos que sustentan la implementación e intervención de la escuela de formación del baloncesto en el municipio de San Bernardo son:

“Fomentar, proteger, apoyar y regular la asociación deportiva en todas sus manifestaciones como marco idóneo para las prácticas deportivas y de recreación.

Coordinar la gestión deportiva con las funciones propias de las entidades territoriales en el campo del deporte y la recreación y apoyar el desarrollo de éstos.

Formular y ejecutar programas especiales para la educación física, deporte, y recreación de las personas con discapacidades físicas, síquicas, sensoriales, de la tercera edad y de los sectores sociales más necesitados creando más facilidades y oportunidades para la práctica del deporte, de la educación física y la recreación.

Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados”.

Uno de los principios establecidos en la ley 181 fundamenta el desarrollo de la escuela de iniciación y formación al baloncesto:

“*Derecho Social*. El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social”. Art. 4, ley 181.

Los niños y jóvenes del municipio tendrán la posibilidad de aprovechar el tiempo libre de manera saludable por medio de la escuela de formación del baloncesto. Según el Instituto Colombiano del deporte, Coldeportes el aprovechamiento del tiempo libre es:

“Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica”.

El Instituto Colombiano del deporte, Coldeportes establece el concepto de deporte formativo:

“Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las escuelas de formación deportiva y semejantes”.

El baloncesto formativo en el municipio permitió inculcar valores como el respeto, el trabajo en equipo, la disciplina, etc. Por otro lado se establecieron hábitos de higiene y cuidado personal, por ejemplo el calentamiento general, estiramiento inicial, estiramiento final e hidratación. Se establecieron las tres categorías mencionadas en el concepto anterior, de acuerdo al desarrollo psicomotriz y características de los niños: Iniciación de 6 a 8 años, fundamentación de 9 a 12 años y perfeccionamiento de 13 a 17 años. En las tres categorías se realizaron trabajos de iniciación debido a que los chicos no habían jugado el deporte de forma disciplinada.

Para Hernández Moreno (1988) la *iniciación deportiva* es:

“El proceso de enseñanza - aprendizaje, seguido por un individuo, para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma

contacto con el mismo hasta que es capaz de jugarlo o practicarlo con adecuación a su estructura funcional.”... “un individuo está iniciado en un deporte, cuando tras un proceso de aprendizaje adquiere los patrones básicos requeridos por la motricidad específica y especializada de un deporte, de manera tal que además de conocer sus reglas y comportamientos estratégicos fundamentales, sabe ejecutar sus técnicas, moverse en el espacio deportivo con sentido del tiempo de las acciones y situaciones y sabiendo leer e interpretar las comunicaciones motrices emitidas por el resto de los participantes en el desarrollo de las acciones”.

La iniciación deportiva en el baloncesto es el espacio en el que niños y jóvenes empiezan el proceso de aprendizaje de los movimientos, técnicas, reglas y comportamientos básicos que requiere la disciplina, de manera que a partir de la práctica se logre mejorar las capacidades y habilidades físicas para un mejor desenvolvimiento en el juego.

Según la resolución 001909 del 5 de agosto de 1991 las escuelas de formación deportiva:

“Son un programa educativo extracurricular que contribuye a la formación integral del niño y del joven Cundinamarqués, utilizando como medio el gusto y la inclinación por la práctica deportiva, con el propósito de orientar y promover futuros ciudadanos con alta calidad de vida y condiciones que nos permitan alcanzar óptimos niveles de competencia”.

Como programa institucional a nivel nacional, las escuelas de formación deportiva tienen respaldo legal que debe garantizar su ejecución en cada uno de los municipios del Departamento. Este marco legal es el siguiente:

- Constitución política de 1991.
- Ley 115 o ley general de educación.
- Decreto 2845 de 1984.
- Decreto 2225 de 1985.
- Acuerdo 058 de 1991.
- Resolución 001909 de 1991.
- Ley 181 o ley del deporte.

Tienen el objetivo de aumentar las posibilidades de participación de los niños y jóvenes Cundinamarqueses en procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento de la actividad deportiva, como elemento fundamental en la formación integral del individuo buscando mejorar la calidad de vida de la población.

Por otro lado, fue esencial abarcar conceptualmente la temática que se iba a desarrollar primordialmente con los niños, el baloncesto, por lo que se hizo una búsqueda sobre su historia, reglamento, fundamentos técnicos y componentes.

Proyecto institucional

Según el artículo 313 de la Constitución Política, corresponde a los concejos municipales adoptar los planes y programas de desarrollo, social, económico y de obras públicas.

El plan de desarrollo tiene como fundamento el programa de gobierno inscrito por el alcalde. “Constitución política, art. 259”. Este es el instrumento de referencia para el adecuado proceso de programación, elaboración aprobación, modificación y ejecución de las inversiones y del presupuesto de ingresos y gastos del municipio.

El plan de desarrollo del municipio denominado “Trabajo y Gestión para el Desarrollo Social 2016 – 2019” está compuesto bajo cuatro ejes fundamentales: desarrollo humano integral, desarrollo urbano y rural, desarrollo ambiental y buen gobierno. Integrados por veinte programas de inversión, entre ellos deporte y recreación.

En él están inmersos los programas de inversión, los componentes estratégicos integrados por los objetivos, las metas y los indicadores. “Proyecto de acuerdo, mayo XX 2016”

El programa deporte y recreación debe programar la administración de recursos. Debe planear y desarrollar actividades que fomenten la práctica del deporte, la recreación, el aprovechamiento de tiempo libre y la educación física junto con los entes deportivos públicos y privados. “Ley 715 de 2001”.

El deporte y la recreación están a cargo de la secretaría de gobierno, en específico en la coordinación de deportes. Con base en ello se identifica uno de sus principales problemas: Deficiente cobertura en los programas deportivos y mal estado de la infraestructura.

Tabla 1. Caracterización de problemas, causas y consecuencias.

Problema 1		Población afectada por el problema	Localización del problema
Deficiente cobertura de los programas deportivos y mal estado de la infraestructura deportiva		Infancia, adolescencia y juventud.	Veredas y casco urbano.
Causas indirectas	Causas directas	Consecuencias directas	Consecuencias indirectas
Mal estado de espacios y elementos deportivos	Deterioro de la infraestructura e implementos deportivos	Dificultad para llevar a cabo programas en deporte y recreación	Escasa motivación para asistir como participantes o público a diferentes actividades o eventos deportivos
No hay la suficiente cobertura de las escuelas de formación	Los programas deportivos no llegan en su totalidad a las zonas rurales	No hay cobertura para toda la demanda y sectores poblacionales	Poco sentido de pertenencia y respaldo a las políticas en deporte y recreación
Escasez de personal	Falta continuidad y difusión de los eventos deportivos	No se llega con toda la oferta deportiva a toda la población	No se puede llegar a todos los territorios que componen el municipio
Dificultades en el acceso de la población rural a los programas	Poca presencia de escuelas de formación deportiva en zona rural	En lo rural hace falta construir sentido de pertenencia e identificación con la administración municipal	No se cuida y/o aprovecha los escenarios deportivos
Recursos destinados para deportes que resultan insuficientes	No se cuenta con el personal suficiente para el desarrollo de las actividades deportivas	Dificultad para ampliar la cobertura de los programas deportivos	Los san bernardinos sienten que en el deporte y la recreación están relegados

Fuente: Mesas de trabajo. Plan de desarrollo 2016 - 2019

Es menester de la administración municipal realizar esfuerzos fiscales y de gestión que apunten a la infraestructura y la cobertura y demás temas relacionados con el área de deporte y recreación en San Bernardo.

El programa deporte y recreación, la administración municipal adopta los siguientes objetivos, metas e indicadores:

Tabla 2. Elementos estratégicos

Programa de inversión	Objetivo de programa	Indicador de resultado	Línea de base	Meta de resultado	Productos asociados	Sector de competencia	Indicador de producto	Línea de base	Meta de producto
Deporte y recreación por San Bernardo	Ampliar la cobertura de los programas deportivos y de recreación.	Número de personas beneficiadas con programas deportivos	800	2.000	Programas deportivos y recreativos que incluyan más participación	Deporte y recreación	Número de programas deportivos y recreativos creados	3	5
Escuelas de formación deportiva		Número escuelas de formación deportiva en zona rural y urbana		4		6			

Metodología

Convocatoria

Las convocatorias para acudir a los entrenamientos, se realizaron mediante publicaciones de carteleras en el municipio en sitios estratégicos con la debida información (invitación para el entrenamiento, categorías, fecha, lugar, teléfono, entre otros), divulgaciones de la información a través de la emisora municipal, visitas a escuelas y colegios y a través de redes sociales que divulgaran la información.

Espacios deportivos

El entrenamiento deportivo se realizará en el polideportivo principal ubicado en el barrio Juan XXIII y en el polideportivo Centro de Integración Ciudadana CIC del municipio de San Bernardo Cundinamarca.

Horarios

Los entrenamientos inicialmente se iban a realizar 4 días de la semana distribuidos en el sector rural y urbano, en el sector rural se establecieron 4 sectores que más acoge población. Cada 15 días sería el encuentro con cada vereda, el día lunes en la vereda Andes y la Despensa (cada 15 días cada vereda) y los viernes en las veredas Laurel Alto y Santa Rita (cada 15 días cada vereda) los días martes y miércoles se realizaría el entrenamiento en el sector urbano.

Tabla 3. Horarios sector urbano

Sector urbano			
Días	Escenario	Categoría	Horario
Martes	Polideportivo Centro de Integración Ciudadana	6 – 8 años	2:30 p.m. a 4:00 p.m.
		9 – 12 años	4:00 p.m. a 5:30 p.m.
		13 – 17 años	5:30 p.m. a 7:00 p.m.
Miércoles	Polideportivo Centro de Integración Ciudadana	6 – 8 años	2:30 p.m. a 4:00 p.m.
		9 – 12 años	4:00 p.m. a 5:30 p.m.
		13 – 17 años	5:30 p.m. a 7:00 p.m.

Tabla 4. Horario sector rural

Sector rural				
Días	Vereda	Escenario	Categoría	Horario
Lunes	Portones 1er y 3er lunes de cada mes Laurel alto 2do y 4to lunes de cada mes	I.E.D San Bdo sede Portones Escuela Laurel	6 – 8 años	2:30 p.m. a 3:30 p.m.
			9 – 12 años	3:30 p.m. a 4:30 p.m.
			13 – 17 años	4:30 p.m. a 5:30 p.m.
Viernes	La Despensa 1er y 3er viernes de cada mes Santa Rita 2do y 4to viernes de cada mes	Escuela la Despensa Colegio Sta. Rita	6 – 8 años	2:30 p.m. a 3:30 p.m.
			9 – 12 años	3:30 p.m. a 4:30 p.m.
			13 – 17 años	4:30 p.m. a 5:30 p.m.

En un principio se planteó bajo la coordinación de deportes y recreación llegar a las zonas rurales del municipio. Junto con los instructores de futsal y voleibol se acordó ir cada 15 días a

cada vereda. Se realizó la invitación y la convocatoria, sin embargo la población no respondió como se esperaba. Se realizó una reunión y se decidió seguir el proceso en tan solo dos veredas Laurel Alto y Santa Rita. Sucedió lo mismo. La población no asistía.

Por último se dejó únicamente a la vereda Santa Rita para intervenir cada ocho días, empezó bien el proceso con 9 niños pero al pasar las semanas fueron fallando y las últimas cuatro idas asistía uno o dos chicos, por lo que se canceló la intervención.

En las zonas rurales se hizo la gestión para llevar las escuelas de formación pero la población no se vio interesada, así que se canceló la actividad en esta zona.

Por lo tanto se agregó otro día de intervención con la población del sector urbano. El horario pasó a ser los días lunes, jueves y viernes.

Tabla 5. Horarios oficiales escuela de baloncesto

Horarios escuela de formación de baloncesto			
Categoría	Hora	Días	Lugar
6 – 8 años baby básquet/ pre mini baloncesto	2:00pm a 3:30 pm	Lunes	Polideportivo Juan XXIII
		Jueves y viernes	Polideportivo centro de integración ciudadana CIC
9 – 12 años infantil/ mini baloncesto	3:30 pm a 5:00 pm	Lunes	Polideportivo Juan XXIII
		Jueves y viernes	Polideportivo centro de integración ciudadana CIC
13 – 17 años pre juvenil/ juvenil	5:00 pm a 6:30 pm	Lunes	Polideportivo Juan XXIII
		Jueves y viernes	Polideportivo centro de integración ciudadana CIC

Diagnóstico

Se realizaron conductas de entradas que permitieron conocer el nivel físico técnico de los niños en el baloncesto de acuerdo a cada categorías saltar, lanzar, atrapar, correr, manejo del balón (dribling), la forma de entrar para realizar una cesta (doble ritmo), las distintas formas de pasar el balón (pases) y la forma mecánica que realiza el cuerpo en el lanzamiento del balón al aro (mecánica de tiro).

En las tres categorías se observó que la mayoría de la población poseía un bajo dominio en los fundamentos técnicos. Más notorio en la categoría juvenil, puesto que nunca se enfocaron ni practicaron el baloncesto. Los niños de la categoría pre mini apenas iban a empezar el proceso, así que con ellos era lógico. Los niños de la categoría mini básquet tenían un mejor dominio que las demás categorías.

Por lo anterior, el proceso en las tres categorías inició de cero. Se trabajaron los contenidos para cada una de las categorías.

Tabla 6. Categoría pre mini, componentes.

Categoría pre mini/ baby básquet 6 – 8 años	
Objetivo: Desarrollar una base psicomotriz que le permita al niño optimizar su esquema corporal a través del baloncesto, utilizando como medio: rondas, juegos y formas jugadas con el fin que el niño se familiarice con el deporte.	
Componentes:	
<p>Componente físico El componente físico debe comprender el trabajo de flexibilidad y movilidad articular, ya que se facilita de cierto modo debido al desarrollo físico y morfológico, puesto que el niño se encuentra en una etapa de desarrollo en el cual el nivel físico se debe orientar por medio de juegos y formas jugadas.</p>	<p>Componente técnico A nivel técnico se trabajan las capacidades perceptivo-motrices en cuanto a funciones de relación, coordinación y equilibrio</p>
<p>Componente táctico Los contenidos que se empezaran a desarrollar son los roles en ataque y defensa en el baloncesto.</p>	<p>Componente psicológico Los niños en estas edades se caracterizan por ser egocéntricos y egoístas, se pretende realizar actividades que desarrollen los componentes de solidaridad, confianza y seguridad, mediante actividades que permitan fomentar el respeto a sí mismos y el respeto a los demás, el autoestima, se empezara a desarrollar actividades que impliquen la responsabilidad tanto con ellos mismos como con el grupo.</p>
<p>Componente teórico Es necesario empezar la enseñanza de aspectos básicos del deporte como: el campo y las reglas básicas, tratando de explicarlo mediante el uso de medios didácticos que favorezcan la captación de los conocimientos.</p>	<p>Metodología La enseñanza en esta etapa de iniciación se debe centrar en las rondas, juegos y las formas jugadas, que impliquen desempeño grupal e individual, además de la importancia que los niños sientan gusto por la realización de las actividades, y se evite la rutina y la monotonía, las formas jugadas se prestan como adaptación a ejercicios de flexibilidad para que no se tornan aburridas y por lo tanto logren un grado de motivación en el niño.</p>
<p>Recursos Los recursos deben ser acordes al desempeño del niño, en cuanto al aspecto biológico, psicológico y físico, para ellos se debe propender por la relación de actividades con elementos propios como: Balones acordes al nivel del niño, conos, platillos, cuerdas, pelotas y aros.</p>	<p>Contenidos Capacidades perceptivas motrices, fundamentos técnicos defensivos, fundamentos técnicos individuales, reglamento básico de baloncesto.</p>

Tabla 7. Categoría mini, componentes

Categoría mini baloncesto – infantil 9 – 12 años	
Objetivo: Fundamentar técnicamente al niño en la disciplina deportiva del baloncesto, a nivel físico, técnico, táctico, psicológico y teórico.	
Componentes:	
<p>Componente físico Dentro de la etapa de fundamentación se incrementa el trabajo de flexibilidad, se empieza a desarrollar el trabajo de velocidad de reacción, velocidad de desplazamiento, de igual manera se inician trabajos de tipo aeróbico.</p>	<p>Componente técnico A nivel técnico se trabajan los fundamentos propios de la disciplina deportiva, elementos de pase, dribling y lanzamiento.</p>
<p>Componente táctico Los contenidos que se empezaran a desarrollar serán todos los trabajos que permitan a cada uno de los niños vivenciar las posiciones de juego en el baloncesto.</p>	<p>Componente psicológico Continuamos con todas las actividades que permitan desarrollar actividades de confianza y de seguridad, además de trabajos de control, de compañerismo y de trabajo en equipo, los niños en estas edades se vuelven un poco más sociables, por ello debemos realizar actividades que les permitan la integración personal con los demás.</p>
<p>Componente teórico A nivel teórico se pretende dar a conocer el reglamento de mini baloncesto, en este componente surge un elemento importante en donde debemos presentar los beneficios de la actividad física y el manejo de la higiene.</p>	<p>Metodología La metodología por la que se debe optar dentro de esta etapa de fundamentación debe estar basada sobre los juegos, en los juegos pre deportivos y en los juegos simplificados teniendo en cuenta que no son los mismos por que llevan inmersos una serie de particularidades dentro del baloncesto, podemos empezar a trabajar los juegos tácticos menores, donde se desarrollara de igual forma el rol de ataque y el rol de defensa.</p>
<p>Recursos Balones número 5, conos, platillos, sogas, pelotas y aros.</p>	<p>Contenidos Capacidades condicionales, fundamentos técnicos ofensivos, fundamentos tácticos individuales, reglamento de baloncesto.</p>

Tabla 8. Categoría juvenil, componentes

Categoría pre juvenil – juvenil 13 a 17 años	
<p>Objetivo: Perfeccionar los diferentes gestos técnicos de la disciplina y mejorar las cualidades físicas, tácticas, teóricas y psicológicas de acuerdo a sus características y desempeño dentro del campo asignado en una posición propia dentro de esta disciplina para conseguir un buen rendimiento en el deporte.</p>	
<p>Componentes:</p>	
<p>Componente físico A nivel físico se incrementa el trabajo de velocidad a cíclica, trabajando de 2 a 3 veces por semana, se aumentan los trabajos que tengan que ver con resistencia aeróbica, en esta etapa se inicia el trabajo de velocidad cíclica, trabajando de 1 a 2 veces por semana, el trabajo de velocidad se sigue desarrollando, el trabajo de velocidad, se comienzan los trabajos de fuerza, resistencia a la velocidad y resistencia a la fuerza desarrollándolos 1 o 2 veces por semana.</p>	<p>Componente técnico A nivel técnico se trabaja los fundamentos específicos de las posiciones de juego, el perfeccionamiento de los elementos técnicos.</p>
<p>Componente táctico Los componentes que se empezaran a desarrollar son todos los principios generales de juego, ofensivos y defensivos, se enseñan los sistemas de juego y los sistemas de marca, se operan rotaciones dentro del campo de juego y balances del juego.</p>	<p>Componente psicológico El aspecto psicológico en esta etapa debe estar enfocado a la responsabilidad, el respeto y el trabajo en grupo.</p>
<p>Componente teórico A nivel teórico se pretende dar a conocer las leyes reglamentarias propias de la disciplina y se hace énfasis en el aspecto de la higiene y la salud.</p>	<p>Metodología La metodología por la que se debe optar dentro de esta etapa de perfeccionamiento debe de estar basada en los juegos simplificados y correctivos, se trabajan las formas jugadas, las formas de ejercicios, se desarrolla un trabajo táctico a nivel pasivo y se efectúan partidos de entrenamiento.</p>
<p>Recursos Los recursos deben ser específicos a la disciplina deportiva, todos ellos deben ser reglamentarios para ello se debe propender por la realización de actividades con elementos como Balones reglamentarios, conos, platillos, pelotas y aros.</p>	<p>Contenidos Capacidades condicionales, fundamentos técnicos ofensivos, fundamentos tácticos individuales, reglamento de baloncesto.</p>

Población

Al inicio del proceso de la escuela de formación de baloncesto, la participación de los niños, niñas y adolescentes no fue bastante. Aunque se realizó la convocatoria en las escuelas y colegios.

En la zona urbana se tenía un reto bastante exigente, puesto que retomar el proceso formativo en el baloncesto luego de más de 7 años de no tenerlo, era complejo ya que la población no sabía mucho sobre esta disciplina y menos como practicarla.

Las primeras sesiones (mes 1) de la categoría de 6 – 8 años (baby básquet/pre mini) asistían 7 niños, la categoría de 9 – 12 años (mini – infantil) 7 niños y la categoría 13 – 17 años (pre y juvenil) 9 chicos. Esa cantidad de chicos era la que asistía continuamente, había otros niños que asistían pero no eran constantes y con el tiempo no volvieron.

Sin embargo con el paso del tiempo fueron llegando más chicos para cada una de las categorías para hoy en día tener una población de 52 niños, niñas y adolescentes distribuidos en las tres categorías de la siguiente manera:

Tabla 9. Población escuela de baloncesto

Categoría	Femenino	Masculino	Total
6 – 8 años	11	6	17
9 – 12 años	3	11	14
13 – 17 años	10	11	21
Total	24	28	52

La escuela actualmente sigue funcionando con las tres categorías. Es importante seguir aumentando la cobertura de participación de la comunidad menor de edad en este espacio de formación que brinda el programa de deporte y recreación de la administración municipal, de manera que la población pueda aprovechar su tiempo libre y se forme en este deporte.

Programa en desarrollo

El programa en desarrollo tiene como función prestar los servicios de apoyo a la gestión como instructor en la escuela de formación de baloncesto deportiva de baloncesto. El programa inicio el diez marzo del presente año, con un tiempo de ejecución de 6 meses, terminado el día diez de septiembre del presente año.

El objetivo general del programa: ampliar la cobertura de participación de niños, niñas y adolescentes de la práctica del deporte, el aprovechamiento libre y la recreación por medio de la escuela de formación de baloncesto.

Dentro del programa fue necesario cumplir con las obligaciones encargadas para el respectivo cargo como instructora de baloncesto, entre ellas:

- Presentación de una propuesta pedagógica de las actividades que se llevaron a cabo con cada una de las categorías.
- Presentar listado de asistencia con nombre completo, escuela o colegio al que pertenece, grado que cursa, categoría y edad.
- Realizar estrategias orientadas a fomentar la participación en la escuela de formación de baloncesto.

- Realizar sesiones de entrenamiento en los horarios establecidos en el deporte de baloncesto atendiendo las categorías que sean necesarias, teniendo en cuenta el desarrollo psicomotriz tanto de la rama masculina, como de la rama femenina.
- Realizar festivales de baloncesto que involucren a cada una de las categorías.
- Masificar las escuelas de formación, manteniendo un grupo mínimo de 30 personas por categoría.

Plan de Trabajo

Tabla 10. Plan de trabajo pre mini

Categoría 6 – 8 años Baby Basquet – Pre mini			
Objetivo: Desarrollar una base psicomotriz que le permita al niño optimizar su esquema corporal a través del baloncesto, utilizando como medio: juegos, formas jugadas, ejercicios y juegos de aplicación con el fin que el niño se familiarice con el deporte.			
Contenidos	Temas	Subtemas	Objetivos
Capacidades perceptivo motrices	Salto, lanzamientos atrapados, desplazamientos, direcciones, distancias.	De reacción, desplazamiento, aeróbica	Brindar la posibilidad al niño de explorar, identificar y comprender los movimientos realizados por su cuerpo en tiempo y espacio.
Fundamentos técnicos ofensivos	Posición básica, sujeción y dominio de balón, desplazamientos, dribling, pase, lanzamiento, defensa.	Parada en un tiempo, pie de pivote, arrancadas, cambios de ritmo, cambios de dirección, pecho, picado, de protección, de control, tiro libre, doble ritmo, individual.	Permitirle al niño tener una exploración, acercamiento y adaptación a los distintos fundamentos técnicos.
Reglamento de baloncesto	Normas FIBA Colombia		Enseñar las reglas básicas del baloncesto por medio de explicaciones teóricas y prácticas en las sesiones de entrenamiento.

Tabla 11. Plan de trabajo pre infantil – infantil

Categoría 9 – 12 años Pre Infantil - infantil			
Objetivo: Fundamentar técnicamente al niño en la disciplina deportiva del baloncesto, a nivel físico, técnico, táctico, psicológico y teórico.			
Contenidos	Temas	Sub temas	Objetivos
Capacidades condicionales	Velocidad, fuerza, resistencia, flexibilidad.	De reacción, desplazamiento, anaeróbica, aeróbica	Realizar actividades que permitan estimular las capacidades condicionales, por medio de ejercicios, juegos, formas de ejercicio, juegos de competición
Fundamentos técnicos ofensivos	Posición básica, sujeción y dominio de balón, desplazamientos, dribling, pase, lanzamiento, defensa.	Parada en un tiempo, pie de pivot, arrancadas, cambios de ritmo, cambios de dirección, pecho, picado, beisbol, mano a mano, de protección, velocidad, control, tiro libre, doble ritmo, gancho, individual y zona.	Desarrollar habilidades en los niños, trabajando en cada fundamento y sea capaz de realizar ejercicios y gestos específicos que le permitan desenvolverse en el juego.
Fundamentos tácticos individuales	Finta, rebote.	Ofensivo y defensivo	Realizar ejercicios que permitan conocer, adaptar y aplicar los fundamentos de finta y rebote en defensa y en ataque
Reglamento de baloncesto	Normas FIBA Colombia		Enseñar las reglas del baloncesto colombiano de manera teórica y práctica en las sesiones de entrenamiento, a partir de la enseñanza de gestos deportivos en situaciones de juego

Tabla 12. Plan de trabajo pre juvenil – juvenil

Categoría 13 – 17 años Pre Juvenil – Juvenil			
Objetivo: Perfeccionar los diferentes gestos técnicos de la disciplina y mejorar las cualidades físicas, tácticas, teóricas y psicológicas de acuerdo a sus características y desempeño dentro del campo asignado en una posición propia para conseguir un buen rendimiento en el deporte.			
Contenidos	Temas	Sub temas	Objetivos
Capacidades condicionales	Velocidad, fuerza, resistencia, flexibilidad.	De reacción, desplazamiento, anaeróbica, aeróbica	Potencializar las cualidades físicas por medio de ejercicios que permitan agredir las rutas metabólicas (aeróbica, anaeróbica láctica, aláctica) para con ello obtener cambios fisiológicos en el organismo.
Fundamentos técnicos ofensivos	Posición básica, sujeción y dominio del balón, desplazamientos, dribling, pase, tiro, defensa.	Triple amenaza, paradas, pie de pivot, arrancadas, cambios de ritmo, cambios de dirección, pecho, picado, beisbol, por encima de la cabeza, mano a mano, de protección, velocidad, control, tiro libre, doble ritmo, gancho, individual zona.	Potencializar y perfeccionar cada uno de los fundamentos técnicos ofensivos a partir de ejercicios específicos, en forma de entrenamiento y en situaciones de juego.
Fundamentos tácticos individuales	Finta, bloqueo, rebote.	Con balón, sin balón, directo, indirecto, ofensivo y defensivo	Potencializar y perfeccionar cada uno de los fundamentos tácticos individuales a partir de ejercicios específicos, en forma de entrenamiento y en situaciones de juego.
Reglamento de baloncesto	Normas FIBA Colombia		Enseñar las reglas del baloncesto colombiano de manera teórica y práctica en las sesiones de entrenamiento en situaciones de juego y evidenciadas en partidos de entrenamiento

Proceso metodológico

Inter administrativo

De acuerdo al Instituto departamental para la recreación y el deporte en Cundinamarca INDEPORTES da como definición a las escuelas deportivas:

“Las Escuelas Deportivas es un programa educativo extracurricular que contribuye a la formación integral del niño y el joven Cundinamarqués, utilizando como medio el gusto por el juego, para llevarle a la iniciación en la práctica deportiva, con el propósito de orientar y promover futuros ciudadanos con buena calidad de vida y con una condición física y técnica, que nos permitan alcanzar óptimos niveles de competencia”.

Tiene el objetivo de aumentar las posibilidades de participación de los niños y jóvenes Cundinamarqueses en procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento de la actividad deportiva, como elemento fundamental en la formación integral del individuo.

Están dirigidas a niños, niñas y adolescentes entre los 7 a los 17 años de edad que manifiesten su interés por la práctica deportiva. Establecidos por tres niveles, iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.

Las escuelas deportivas pueden ser creadas por personas naturales y/o jurídicas y según el plan decenal del Deporte, la Recreación, la actividad Física y la Educación Física 2009 - 2019 “deben cumplir con estándares de infraestructura, contar con un mínimo de organización, con un programa mínimo vital y atender los lineamientos de la política”. Todo ello con el fin de obtener el aval deportivo.

Para otorgar el aval deportivo por primera vez a la escuela deportiva se hará un oficio de solicitud adjuntando los siguientes documentos:

- Copia del acta de reunión para creación (**anexo 001**)
- Copia del acta de asamblea de aprobación del manual de convivencia y de elección de la junta directiva (**anexo 002**)
- Carta de compromiso con el visto bueno del municipio sede – certificación de que existe y funciona (ente deportivo o alcaldía)
- Acta en la cual se asignaron los cargos de los miembros de la junta directiva.
- Ficha administrativa de la escuela (**anexo 003**)
- Fotocopia de la cedula del director de la escuela.
- Copia del manual de convivencia (**anexo 004**)
- Listado actualizado de alumnos por deporte (**anexo 005**)
- Plan pedagógico y técnico por nivel y por deporte (**anexo 006**)
- Hoja de vida de cada uno de los instructores con copia de diploma de grado o certificación de estudio que demuestre la idoneidad.
- Copia del recibo de consignación de los derechos del aval deportivo en cuenta de ahorros “Davivienda” n° **473100000693**, a nombre de departamento de Cundinamarca – tesorería general ... **\$89.500.00**
- Copia del recibo de consignación de la publicación del aval en la gaceta de Cundinamarca, en cuenta de ahorros “Davivienda” n° **473100000446**, a nombre de departamento de Cundinamarca – tesorería general **\$271.000.00.**
- Radicación en Coldeportes nacional de una copia del aval.

Se realizó la primera reunión con los padres de los niños de la escuela de baloncesto el día 30 de marzo del año 2017 con el objetivo de informarles que el nuevo programa establecido por la administración municipal y la coordinación de deportes, la escuela de formación de baloncesto dirigido a la población entre 6 a 17 años, distribuido en tres categorías iba a estar a cargo de la estudiante pasante de la Universidad de Cundinamarca, Catalina Pedraza Rico.

Se realizó el proceso para la creación de la escuela de formación de baloncesto con aval o reconocimiento deportivo de Indeportes y Coldeportes. Inicialmente se convocó a reunión por medio de notas con la debida información. Se creó un grupo de chat con los padres de los niños de cada una de las categorías para brindar información sobre los entrenamientos y la escuela.

La primera reunión para la conformación de la escuela fue convocada y realizada el día 26 de agosto del presente año, con el objetivo de empezar el proceso de conformación de la escuela de baloncesto con reconocimiento o aval deportivo de Indeportes y Coldeportes.

Tabla 13. Invitación primera reunión

Primera Reunión Padres de Familia Baloncesto
<p>El día sábado 26 de agosto del presente año se llevará a cabo la primera reunión con los padres de familia de los niños y niñas de la escuela de formación de baloncesto. Esta tiene el objetivo de empezar el proceso para la conformación de la escuela deportiva de baloncesto con aval o reconocimiento deportivo de Indeportes y Coldeportes.</p> <p>Es muy importante que nos acompañe en este nuevo proceso que se está llevando a cabo con su hijo (a).</p> <p>Hora: 4:00 p.m.</p> <p>Lugar: Tercer piso de la casa de la cultura.</p>

En dicha reunión asistieron 18 acudientes de los niños y la entrenadora a cargo del programa. Se socializó la finalidad de la reunión, se hizo un informe actual sobre el funcionamiento de la escuela, se plantearon los beneficios de crear la escuela con aval, se expusieron los requisitos necesarios para inscribirla, se adoptó el nombre de la escuela (ESBASAN) y se presentó una propuesta del manual de convivencia de la escuela.

Se programó para el día 9 de septiembre la segunda reunión para crear la junta directiva y la aprobación del manual de convivencia.

Tabla 14. Invitación segunda reunión

Segunda Reunión Padres de Familia Baloncesto
<p>El día sábado 9 de septiembre del presente año se llevará a cabo la segunda reunión con los padres de familia de los niños y niñas de la escuela de formación de baloncesto. Esta tiene el objetivo de la conformación de la junta directiva, la aprobación del manual de convivencia, nombre oficial, entre otros temas. Todo lo anterior con el fin de conformar la escuela deportiva de baloncesto con aval o reconocimiento deportivo de Indeportes.</p> <p>Es muy importante que nos acompañe en este nuevo proceso que se está llevando a cabo con su hijo (a).</p> <p>Hora: 4:00 p.m.</p> <p>Lugar: Tercer piso de la casa de la cultura.</p>

Este día asistieron 21 representantes de los niños, junto con la instructora a cargo de la escuela. Se creó la junta directiva conformada por 5 representantes de los niños y niñas para los

cargos de presidente, secretario, tesorero, fiscal y vocal. De la misma manera se aprobó el manual de convivencia que se había entregado en la reunión pasada para su análisis.

Por último se acordó reunirse con las personas de la junta directiva para diligenciar el tercer anexo o acta con los datos y requerimientos necesarios para inscribir.

Actualmente se está terminando de recaudar el dinero faltante (\$60.000), para completar la suma total (\$360.500). Este dinero sale del presupuesto de los padres de los niños, acordado en la primera reunión que por niño, cada padre daría un valor de \$10.000. Luego de ello se realizarán las consignaciones respectivas a Indeportes y Coldeportes con la documentación completa (Anexos reuniones, actas reuniones, fotocopia documento de identidad del presidente, hoja de vida de la instructora, entre otros.)

Por otro lado se cumplió con las obligaciones encargadas. De acuerdo al contrato dado (043) con la administración se tenía obligación de pagar mensualmente salud, pensión y riesgos profesionales, entregar informes mensuales sobre las actividades realizadas, pasar listado de asistencia de los niños en cada una de las categorías, apoyar actividades que realice la administración municipal, etc.

Durante los seis meses de práctica se realizó apoyo en las distintas actividades realizadas a cargo de la administración municipal y la coordinación de deportes y recreación, entre ellas:

- ✓ Juegos intercolegiados supérate fase municipal (23 Abril).
- ✓ 1ra Maratón de rumba aeróbica día de las madres (12 Mayo).
- ✓ Día del desafío (31 Mayo).
- ✓ Ciclo paseos (1 Sábado cada mes).
- ✓ Ferias y fiestas concurso carrozas (2 Julio).

- ✓ Campeonato de baloncesto femenino (23 Julio).
- ✓ Maratón aeróbica en los colegios (1 agosto).
- ✓ Campeonato de baloncesto masculino (5 agosto).
- ✓ Juegos intercolegiados fase zonal 1 baloncesto (8 agosto).
- ✓ II válida 6 horas MTB (9 septiembre).
- ✓ Juegos intercolegiados fase inter zonal tenis de mesa (16 agosto).
- ✓ Ciclo travesía (20 agosto).
- ✓ Cumpleaños del municipio (20 Agosto).
- ✓ Copa campo (26 agosto).
- ✓ II Maratón de rumba aeróbica (16 septiembre).
- ✓ II carrera de atletismo (30 de septiembre).
- ✓ Concurso de cometas (jueves 31 agosto).

Operacional

Operacionalmente se intervino en base a los conocimientos adquiridos en la carrera aplicada, conjuntamente con los nuevos conocimientos que se forjaron en el proceso de construcción profesional. Para el desarrollo de las actividades se realizaron las respectivas planeaciones en cada una de las categorías.

Intervención.

Es importante resaltar que hace más de 7 años no se hacían procesos formativos en el baloncesto. Las primeras sesiones (mes 1) de la categoría de 6 – 8 años (baby básquet/pre mini) asistían 7 niños, la categoría de 9 – 12 años (mini – infantil) 7 niños y la categoría 13 – 17 años

(pre y juvenil) 9 chicos. Esa cantidad de chicos era la que asistía continuamente, había otros niños que asistían pero no eran constantes y con el tiempo no volvieron.

La cobertura en el programa era de cero (0) población. Con la creación y ejecución del programa escuela de baloncesto, se logró una cobertura de cincuenta y dos (52) niños, niñas y adolescentes.

Actividades.

Se realizó toma de medidas antropométricas y dos test físicos (Test de Leger y test de salto largo sin impulso) con el fin de establecer en que condición física se encuentran y determinar si el grupo es homogéneo o heterogéneo.

Como parte del proceso formativo se realizó un encuentro deportivo con el municipio de Venecia en el segundo mes de intervención con las categorías pre mini mixto, mini mixto, juvenil femenino y masculino.

El equipo juvenil femenino representó el municipio en los juegos supérate 2017 en el municipio de Fusagasugá en su fase zonal, celebrados en la fecha del 8 al 11 de agosto del presente año.

Se realizó un encuentro deportivo con el municipio de Pandi en la categoría mini baloncesto masculino.

Por último se asistió al primer festival realizado por el instituto de deportes de Fusagasugá IDERF en las categorías pre mini y mini baloncesto.

Reflexión – Praxis.

Algunos encuentros deportivos se ganaron, otros se perdieron. Más allá de los resultados, aprendieron y vivenciaron la victoria y la derrota. Se les permitió ir a competencia, aplicar lo aprendido en entrenamiento al juego real. Trabajar en equipo, jugar limpio, conseguir un goce, una pasión y una alegría por jugar al baloncesto.

Durante el tiempo intervenido se establecieron relaciones afectivas con los niños, lo que permitió generar un ambiente sano, familiar y divertido. El aprendizaje fue mutuo. Se cometieron errores pero se aprendió con la práctica a conocer las características, comportamientos y conductas motrices de cada uno de ellos en sus respectivas categorías, que en momentos académicos se abordaron solo teóricamente.

El proceso fue bastante enriquecedor profesional y personalmente. Experiencias de alegría, momentos de estrés y de mucha paciencia fueron pan de cada día. Pero con la mejor motivación y disposición siempre para enseñar el deporte que me apasiona y brinda satisfacción.

La práctica como trabajo de grado modalidad pasantía en el cargo de formadora de baloncesto han formado otra perspectiva profesional y personal, ampliando los conocimientos, técnicas y procedimientos para la enseñanza/aprendizaje del baloncesto en pro de la formación de los niños, niñas y adolescentes como jugadores y como personas integrales.

Conclusiones

- El trabajo de grado modalidad pasantía permitió construir un perfil profesional a partir de la experiencia como formadora en el baloncesto.
- El municipio de San Bernardo logro ampliar la cobertura de participación de niños, niñas y jóvenes de 6 a 17 años de edad a partir de la creación e intervención de la escuela de formación deportiva de baloncesto.
- Es transcendental contar con el apoyo y compromiso de los padres de familia de los niños, niñas y jóvenes en la intervención de la iniciación y formación deportiva de baloncesto.
- Los niños, niñas y jóvenes de 6 a 17 años del municipio de San Bernardo aprovecharon su tiempo libre asistiendo a la escuela de formación de baloncesto.
- La escuela de iniciación y formación deportiva de baloncesto posibilitó inculcar valores y cualidades, crear hábitos de higiene y cuidado personal, mantener un estado de salud equilibrado, adquirir destrezas y habilidades en la práctica de una disciplina y mantener a los niños y jóvenes en un entorno sano alejados de vicios y malos pasos.
- Conformar la escuela de formación deportiva de baloncesto con aval deportivo de Indeportes y Coldeportes es sumamente beneficioso para los niños, niñas y jóvenes del municipio, puesto que el proceso formativo continúa su ciclo.
- Es indispensable diseñar una propuesta pedagógica que esté acorde a las edades y desarrollo psicomotriz de los niños en cada una de las categorías para una oportuna intervención en la enseñanza/aprendizaje del baloncesto.

- En el proceso formativo de la enseñanza/aprendizaje del baloncesto es vital llevar a competencia a los niños, lo que permite vivenciar la derrota o la victoria, el juego limpio, compartir y jugar en equipo, tener un goce, pasión y felicidad por jugar el baloncesto, a corregir errores y mejorar individual y colectivamente como equipo.

Bibliografía

Carrasco, D. Carrasco, D. Carrasco, D. s.f. Teoría y práctica del entrenamiento deportivo.

Contaduría general de la nación. (28, noviembre, 2016). Resolución no. 679.

De Torres, A, Arjonilla, N. (2007). Fundamentos individuales. Curso de Entrenador Nivel 1. Ed. FEB

EFDeportes.com. (2010). Revista Digital. Buenos Aires. N° 148. Recuperado de:

<http://www.efdeportes.com/efd148/como-mejorar-la-capacidad-de-salto-en-el-baloncesto.htm>

Federación española de baloncesto. (2 de febrero de 2014). Reglas oficiales de baloncesto 2014. Barcelona, España. Recuperado de:

http://media.wix.com/ugd/134488_bbc1a9e7c3954b5a86075315e892489b.pdf

Federación Guipuzcoana de baloncesto. s.f. Programa técnico para la iniciación al baloncesto. Recuperado de:

<http://www.gipuzkoakirolak.eus/documents/205722/278897/programa+tecnico+iniciacion+baloncesto.pdf/3d3a75a9-1f63-4798-9f13-078e5b7b3534>

Gudiño Delgado. 2013. Estudio de los fundamentos técnicos del baloncesto para el proceso de entrenamiento de los estudiantes de los décimos años del instituto tecnológico superior Nelson Torres de la ciudad de Cayambe en el año 2012. Ibarra.

Grupo océano. Manual de educación física y deportes, técnicas y actividades prácticas. Historia del baloncesto. Barcelona, España. Editorial océano. p. 327.

Hernández Moreno. (1988). Concepto de iniciación deportiva. INDE editorial. Recuperado de:

<http://editorialinde.tumblr.com/post/89263467072/concepto-de-iniciaci%C3%B3n-deportiva>

Instituto colombiano del deporte, Coldeportes. (16 de abril del 2001). Ley del deporte. (Ley 181 de 1995). Deporte formativo. Bogotá, Colombia. p. 12.

Ley del deporte, ley 181. (1995). Aprovechamiento de tiempo libre. P, 3.

Ley 715. Congreso de Colombia (21 de diciembre del 2001). Título IV, Capítulo II.

Machado, A. (2015). Planetabasquetball.com. Velocidad. Recuperado de:
<http://www.planetabasketball.com/baloncesto-velocidad.htm>

Merino, Ll. (2013). Módulos de deportes de equipo. Baloncesto, fundamentos técnicos y tácticos.

Mazzeo, E. A. s.f. principios del entrenamiento. Recuperado de:

<http://www.plazadedeportes.com/imgnoticias/15318.pdf>

Mondoni, M. s.f. Baloncesto para jugadores jóvenes. Capítulo 6. Recuperado de:

<http://www.fiba.com/en/Module/c9dad82f-01af-45e0-bb85-ee4cf50235b4/b43656a0-1958-423d-88e8-9c1981aeabc8>

Pérez Turpín P. Fundamentos y generalidades del baloncesto. 2006. Alicante, España. Editorial club universitario.

Plan decenal del deporte la recreación, la actividad física y la educación física, (2009 – 2019), aval deportivo.

Proyecto de acuerdo. 2016. Plan municipal de desarrollo. Trabajo y gestión para el desarrollo social 2016 – 2019.

Rodríguez P. Fundamentos técnicos del baloncesto. Instituto Universitario Politécnico Santiago Mariño. Educación física, salud y deportes II.

Vallodoro, E. Entrenamiento deportivo, Encuentro ara profesionales del entrenamiento deportivo y la preparación física. (2009). Recuperado de:

<https://entrenamientodeportivo.wordpress.com/2009/03/10/los-principios-del-entrenamiento-deportivo/>

Anexos



Categoría pre mini baloncesto, entrenamiento



Trabajo de dribling, dominio de balón, Categoría pre mini



Juegos intercolegiados fase zonal 1, juvenil femenina



Trabajo de dribling, categoría juvenil



Encuentro deportivo categoría juvenil masculina



Encuentro deportivo categoría juvenil femenina



Encuentro deportivo categoría pre mini mixto



Encuentro deportivo categoría mini mixto



Grupo categoría juvenil mixto



Trabajo de dribling, categoría pre mini



Trabajo de pases, pre mini



Domino de balón, juvenil



Trabajo de dribling



Estiramiento categoría juvenil



Festival categoría pre mini mixto



Festival categoría pre mini



Culminación y premiación festival categoría pre mini y mini baloncesto



**ESCUELA DE FORMACIÓN
BALONCESTO**

Lunes: Polideportivo Juan XXIII
Jueves - Viernes: CIC antigua Pombo

Categoría: 6 - 8 años 2:30 p.m.
Categoría: 9 - 12 años 3:30 p.m.
Categoría: 13 - 17 años 5:00 p.m.

INFO: 3107580907 - 3134216791

Unidad: Oficina de recreación y deportes San Bernardo
Trabajo y gestión para el desarrollo social 2016 - 2019

Publicidad



**ESCUELA DE FORMACIÓN
BALONCESTO**

Días: Martes y Miércoles

Categoría: 6 - 8 años 2:30 p.m.
Categoría: 9 - 12 años 4:00 p.m.
Categoría: 13 - 17 años 5:30 p.m.

Lugar: Centro de integración ciudadana

Unidad: Oficina de recreación y deportes San Bernardo
Trabajo y gestión para el desarrollo social 2016 - 2019

Publicidad

REPUBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO
ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA

INSTRUCTOR: Catalina Pacheco Pico DEPORTE: Baloncesto CATEGORÍA: Mixta
HORARIO: Lugar: La Cruz Alto

N°	Nombres y Apellidos	Año / Mes	Numero asistente	DIAS DE ENTRENAMIENTO																
				MES																
1	Juan Vega	2009	Julian	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
2	Guila Heltze	2006	Guilana																	
3	Julian Horno	2006	Julian																	
4	Anton Piro	2006	Anton																	
5	Kevin Horno	2009	Kevin																	
6	Kevin Vega	2009	Kevin																	
7	Maya Horno	2009	Maya																	
8	Yela Gonzalez	2011	Yela																	
9	Camila Wilami	2011	Camila																	
10	Delly Vega	2011	Delly																	
11	Franky Horno	2012	Franky																	
12	Karina Perez	2012	Karina																	

Planillas de asistencia zona rural

REPUBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO
ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA

INSTRUCTOR: Catalina Pacheco Pico DEPORTE: Baloncesto CATEGORÍA: 9 - 12
HORARIO: 3:30 pm - 5:00 pm Lugar: Juan XXIII - CIC

N°	Nombres y Apellidos	Año / Mes	Numero asistente	DIAS DE ENTRENAMIENTO																
				MES																
1	Maria Fernanda Avila	10	Maria	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
2	Felipe Acosta	11	Felipe																	
3	German Foren	12	German																	
4	Santiago Gonzalez	10	Santi																	
5	Camila Horno	10	Camila																	
6	Juan Andres Horno	10	Juan																	
7	Camila Gonzalez	9	Camila																	
8	Maria Jose Pardo	10	Maria																	
9	Yerson Gonzalez	10	Yerson																	
10	Federico Gonzalez	11	Federico																	

Planilla de asistencia categoría mini

REPUBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO
ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA

INSTRUCTOR: Catalina Pacheco Pico DEPORTE: Baloncesto CATEGORÍA: 9 - 12 años
HORARIO: 3:30 pm - 5:00 pm Lugar: Juan XXIII

N°	Nombres y Apellidos	Año / Mes	Numero asistente	DIAS DE ENTRENAMIENTO																
				MES																
1	Maria Fernanda Avila	10	Maria	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
2	Felipe Acosta	11	Felipe																	
3	German Foren	12	German																	
4	Santiago Gonzalez	10	Santi																	
5	Camila Horno	10	Camila																	
6	Juan Andres Horno	10	Juan																	
7	Camila Gonzalez	9	Camila																	
8	Maria Jose Pardo	10	Maria																	
9	Yerson Gonzalez	10	Yerson																	
10	Federico Gonzalez	10	Federico																	

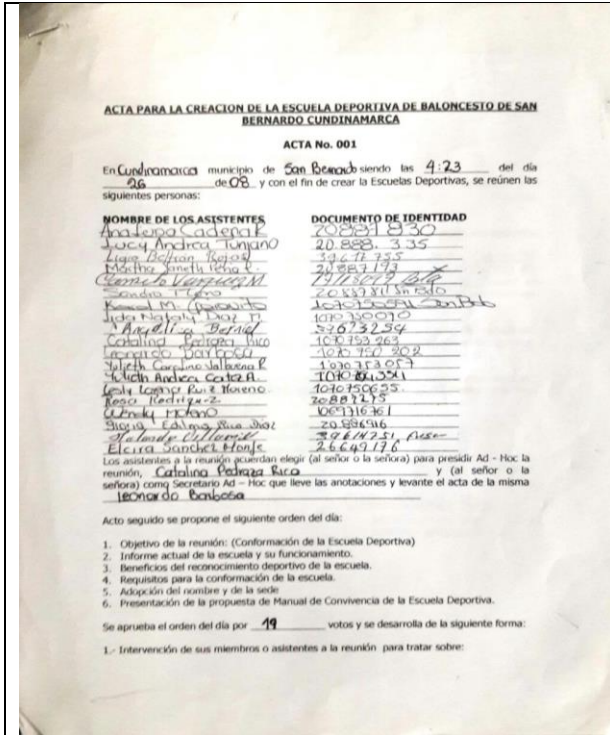
Planilla de asistencia categoría mini

REPUBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO
ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA

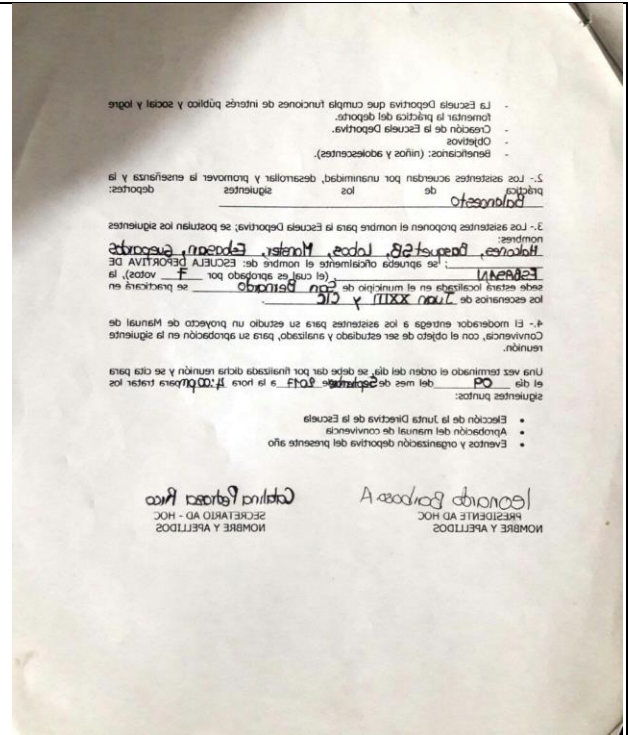
INSTRUCTOR: Catalina Pacheco Pico DEPORTE: Baloncesto CATEGORÍA: 6 - 8 años
HORARIO: 2:00 pm - 3:30 pm Lugar: Juan XXIII - CIC

N°	Nombres y Apellidos	Año / Mes	Numero asistente	DIAS DE ENTRENAMIENTO																
				MES																
1	Maria Fernanda Avila	10	Maria	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
2	Felipe Acosta	11	Felipe																	
3	German Foren	12	German																	
4	Santiago Gonzalez	10	Santi																	
5	Camila Horno	10	Camila																	
6	Juan Andres Horno	10	Juan																	
7	Camila Gonzalez	9	Camila																	
8	Maria Jose Pardo	10	Maria																	
9	Yerson Gonzalez	10	Yerson																	
10	Federico Gonzalez	10	Federico																	

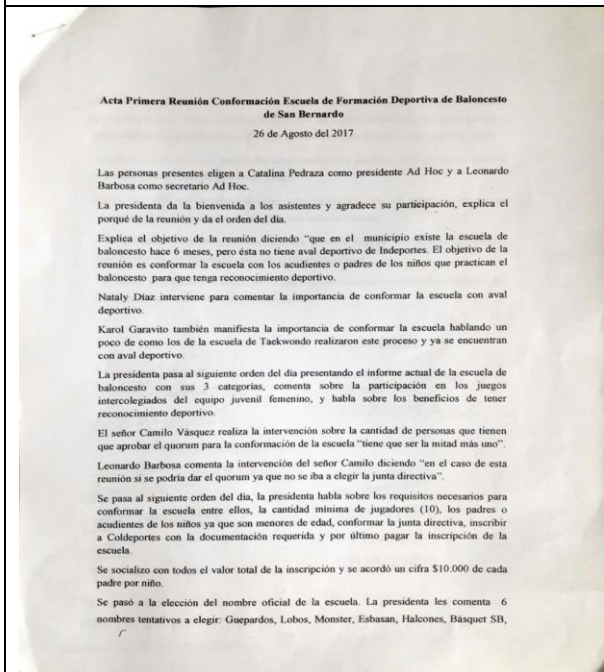
Planilla de asistencia categoría pre mini



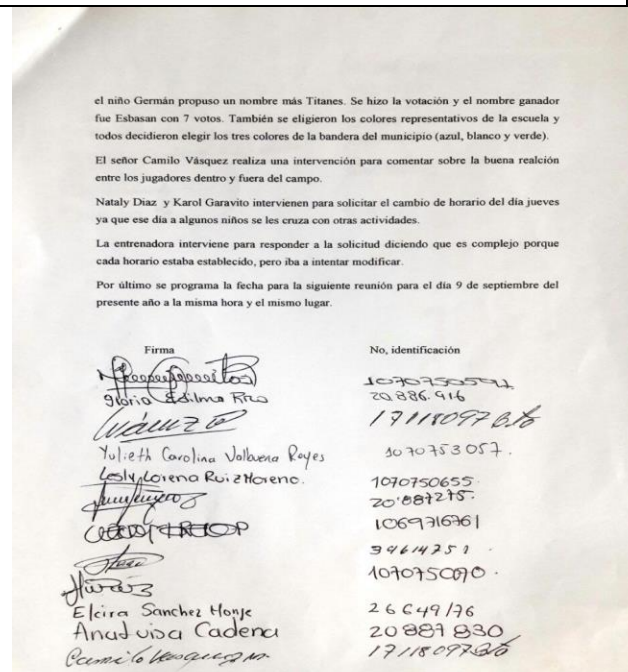
Acta 001



Acta 001



Acta primera reunión



Acta primera reunión

Inicia a: 20' 888 839.
 Angelica Bernal 396 17 255
 Martha Yareth Roca Cruz 346 05 254
 Ignacio Barbosa Melamed 20 867 993
 Sandra Mora 107 275 520 2
 1070753263
 20 887 811

Acta primera reunión

ACTA PARA LA APROBACION DEL MANUAL DE CONVIVENCIA Y ELECCION DE LA JUNTA DIRECTIVA DE LA ESCUELA DEPORTIVA
 ACTA No. 002
 En San Bernardo, Chile, siendo las 4:30 pm de 2017, previa convocatoria se reúnen las siguientes personas para continuar con el trámite de creación de la Escuela Deportiva **ESPAÑAN**:

NOMBRE DE LOS ASISTENTES	DOCUMENTO DE IDENTIDAD
Arleydy Moreno P.	20 888 131
María Edilma R.	10 707 257 280
Carolina Vásquez M.	19 100 77 228
Marcelo Moreno P.	9 037 257 566
Alfonsa Pedraza P.	11 647 211
Alfonso Tunjano P.	20 888 333
Guillermo Rodríguez Reyes	10 883 087
Stella Estrella Ruiz Díaz	20 336 916
Glaura Edilma Ruiz Díaz	10 888 257 211
Alfonso Tunjano P.	20 888 333
Lidia Angulo L. Escobar	10 707 500 090
Carolina Pedraza Roca	20 888 333
Maximiliano Moreno	20 888 333
Elisaveth Sánchez Mora	26 649 136
Martha Yareth Roca Cruz	346 05 254
Carolina Pedraza Roca	10 888 333
Alfonso Tunjano P.	20 888 333
Carolina Pedraza Roca	10 888 333
Leonardo Barbosa M.	10 888 333
Angelica Bernal	396 17 255

Los asistentes a la reunión acuerdan elegir (al señor o la señora) **Carolina Pedraza Roca** para presidente Ad - Hoc la reunión, y (al señor o la señora) **Carolina Pedraza Roca** como Secretario Ad - Hoc que lleve las anotaciones y levante el acta de la misma.
 Acto seguido el moderador somete a consideración el siguiente orden del día:

Acta 002

1.- Llamado a lista
 2.- Lectura y aprobación del Acta anterior
 3.- Aprobación del Manual de Convivencia (reglamento interno)
 4.- Elección de la Junta Directiva de la Escuela.
 5.- Entrega de uniformes.

Se da lectura al acta de creación efectuada el día 26 de agosto de 2017 la cual es aprobada por 22 votos.

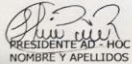
En cuanto a la aprobación del Manual de Convivencia que regirá la Escuela Deportiva, el Presidente Ad - Hoc informa que en la reunión anterior fue distribuido un proyecto que se ajusta a los lineamientos propuestos para la Escuela, y lo somete a consideración de los asistentes para su discusión y análisis. Se aprueba el Manual de Convivencia por 22 votos.


Se procede a la elección de los 5 integrantes de la Junta Directiva, para lo cual se proponen los siguientes nombres Arleydy Moreno, Edilma Roca, Leonardo Barbosa, Andrea Tunjano, Camilo Vasquez

Se realizan las votaciones para elegir a los integrantes, quedando así:

Señor (a) Arleydy Moreno con 21 votos Tesorero
 Señor (a) Andrea Tunjano con 21 votos Vocal
 Señor (a) Camilo Vasquez con 21 votos Fiscal
 Señor (a) Glaura Edilma Ruiz Díaz con 21 votos Secretaria
 Señor (a) Leonardo Barbosa A. con 21 votos Presidente

De esta forma se declaran elegidos los Miembros de la Junta Directiva para un periodo de CUATRO o CINCO años comprendido entre el año 2017 a 2021.


 ARLEYDY MORENO
 PRESIDENTE AD - HOC
 NOMBRE Y APELLIDOS


 GLAURA EDILMA RUIZ
 SECRETARIO AD - HOC
 NOMBRE Y APELLIDOS

Acta 002

Acta Segunda Reunión Conformación Escuela de Formación Deportiva de Baloncesto de San Bernardo
 10 de Septiembre del 2017

Siendo las 4:30 pm del día 10 de septiembre se reunieron en el salón de la casa de la cultura la entrenadora de baloncesto Catalina Pedraza con los padres de familia de los niños y niñas que se encuentran inscritos en la escuela de baloncesto de San Bernardo con el fin de elegir la junta directiva de la escuela y aprobar el manual de convivencia para la inscripción de la escuela a Indepor.

Estando conformado el quorum para deliberar la entrenadora da la correspondiente información pidiendo que en base al manual de convivencia sea elegida la junta la cual debe ser conformada por los siguientes cargos:

Presidente.
 Tesorero.
 Secretario.
 Vocal.
 Fiscal.

Dentro de la información que entrega la entrenadora le comunica a los padres de familia que para inscribir la escuela de baloncesto a Indepor y Coldeportes corresponde pagar la suma de \$ 360.000 teniendo esta plata que ser dividida en el número de niños inscritos en el momento, razón la cual ninguno de los padres de familia objetaron la suma de \$ 10.000 por cada niño.

Seguido se da inicio a la junta. La señora Karol Garavito propone como presidente al señor Leonardo Barbosa el cual acepta, además de contar con todos los votos por unanimidad.

Para la elección del tesorero proponen a la señora Arleydy Moreno la cual acepta además de contar con los votos por unanimidad.

Proponen a la señora Edilma para el cargo de secretaria la cual acepta y cuenta con los votos por unanimidad.

Como miembro de vocal proponen a la profesora Andrea Tunjano quien acepta el cargo, además de contar con los votos por unanimidad.

Para la elección del fiscal proponen al señor Camilo Vasquez quien acepta el cargo además de contar con los votos por unanimidad.

Acta segunda reunión

Elegida la junta directiva y aprobado el manual de convivencia la entrenadora Catalina Pedraza se compromete para enviar la fecha para la inscripción, solicitando a los padres de familia alistar la documentación para la inscripción a Coldeportes de la escuela de baloncesto de San Bernardo habiendo elegido el nombre de ESBASAN. Escogida por los padres de familia.

Finalizando la reunión la tesorera de la junta Arleidy Moreno se hace cargo de recibir los \$ 10.000 acordados en las fechas del 8 al 23 de septiembre del presente año.

Siendo las 6:00 pm se da por terminada la reunión.

Firma	No. Identificación
<u>Gloria Edilma Rivas Diaz</u>	20886916
<u>Yolizeth Carpio Valbuena</u>	1070753057
<u>Indira B.</u>	20888335
<u>Albino Podioza Ureca</u>	11245321
<u>Catalina Pedraza</u>	1069716761
<u>Juan Carlos</u>	20887275
<u>Juan</u>	39614751
<u>Juan</u>	1070750070
<u>Elira Sánchez Manje</u>	26649176
<u>Camilo Vázquez</u>	1711809736
<u>Indira B.</u>	20888335
<u>Michelle</u>	39617755
<u>Stacy</u>	1070753263
<u>Michelle</u>	1070750202
<u>Angela Barral</u>	39623254

Arleidy Moreno	20888131
Yessith Claudio R	1070752566
Magnolia Moreno	2088825956
Karel M Garavito Pico	1070750891
Pilar Torres	20886809
Sandra Mora B.	20887811
Marely Moreno	53930959

Acta segunda reunión

Acta segunda reunión

ANEXO 003

FICHA ADMINISTRATIVA DE LA ESCUELA DEPORTIVA
 Ciudad y Fecha San Bernardo, Guindánima, 23-09-2017

Nombre de la Escuela ESBASAN (Escuela de Baloncesto San Bernardo)
 Ciudad San Bernardo Dirección Ci 4 # 3 - 27 Teléfono 32174470 - 310158 0901
 E-MAIL: esbasan@outlook.com

JUNTA DIRECTIVA DE LA ESCUELA

Nombre del Director de la Escuela Leonardo Barbosa Doc. 1070750202
 Ciudad San Bernardo Dirección Ci 4 # 7-27 Teléfono 321244170

Nombre Secretario de la Escuela Gloria Edilma Rivas Diaz Doc. 20886916
 Ciudad San Bernardo Dirección Buena Vista Teléfono 3112284603

Nombre del Tesorero de la Escuela Arleidy Moreno Doc. 20888131
 Ciudad San Bernardo Dirección Ci 4 # 7-27 Teléfono 3212117076

Nombre del Fiscal de la Escuela Camilo Vázquez Doc. 1711809736
 Ciudad S. Bcló Dirección Ci 8 - 34 Teléfono 333440166

Nombre del Vocal () Andrea Tunjano Bobarquez
 Ciudad San Bernardo Dirección Cl. 2 N° 25 Teléfono 3213064188

Instructor (es):
 Nombre Catalina Pedraza Deporte Baloncesto Profesión Lic. en Educación Física
 Nombre _____ Deporte _____ Profesión _____
 Otros _____

Leonardo Barbosa Avellaneda Gloria Edilma Rivas Diaz
 DIRECTOR ESCUELA SECRETARIO
 NOMBRE Y APELLIDOS NOMBRE Y APELLIDOS

Acta 003

Acta Segunda Reunión Conformación Escuela de Formación Deportiva de Baloncesto de San Bernardo
 10 de Septiembre del 2017

Siendo las 4:30 pm del día 10 de septiembre se reunieron en el salón de la casa de la cultura la entrenadora de baloncesto Catalina Pedraza con los padres de familia de los niños y niñas que se encuentran inscritos en la escuela de baloncesto de San Bernardo con el fin de elegir la junta directiva de la escuela y aprobar el manual de convivencia para la inscripción de la escuela a Indeportes.

Estando conformado el quorum para deliberar la entrenadora da la correspondiente información pidiendo que en base al manual de convivencia sea elegida la junta la cual debe ser conformada por los siguientes cargos:

Presidente.
 Tesorero.
 Secretario.
 Vocal.
 Fiscal.

Dentro de la información que entrega la entrenadora le comunica a los padres de familia que para inscribir la escuela de baloncesto a Indeportes y Coldeportes corresponde pagar la suma de \$ 360.000 teniendo esta plata que ser dividida en el número de niños inscritos en el momento, razón la cual ninguno de los padres de familia objetaron la suma de \$ 10.000 por cada niño.

Seguido se da inicio a la junta. La señora Karol Garavito propone como presidente al señor Leonardo Barbosa el cual acepta, además de contar con todos los votos por unanimidad.

Para la elección del tesorero proponen a la señora Arleidy Moreno la cual acepta además de contar con los votos por unanimidad.

Proponen a la señora Edilma para el cargo de secretaria la cual acepta y cuenta con los votos por unanimidad.

Como miembro de vocal proponen a la profesora Andrea Tunjano quien acepta el cargo, además de contar con los votos por unanimidad.

Para la elección del fiscal proponen al señor Camilo Vázquez quien acepta el cargo además de contar con los votos por unanimidad.

Acta segunda reunión



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO
LISTA DE ASISTENCIA



Instructor: Heidi Catalina Pedraza Rico Deporte: Baloncesto Categoría: 6 – 8 años

Fecha: 05 Abril del 2017

Lugar: Juan XXIII

Objetivo: Familiarizar el niño con el manejo del balón (dribling), lanzamientos y atrapadas mediante juegos polideportivos y formas jugadas de carácter individual y colectivo.

1. Fase inicial

Calentamiento:

Cadenita

Dribling

- Se ubican dos zonas con cinco conos cada zona en zigzag a lo largo del campo. Los dos circuitos dirigidos a cada tablero. Driblar y avanzar pasando por los conos, hasta llegar al tablero y lanzar. Continuar hacia la otra dirección.

Agilidad

Fase final

- Hacer trabajo de agilidad utilizando la escalera. Pasar sin balón y con balón.
- Circuito en media cancha primera parte con la escalera driblando el balón luego pasa al circuito de zigzag driblando y último lanzamiento.
- Lanzamiento y atrapadas.
- Cada uno con un balón lanzar y atrapar el balón. Variantes: lanzar y dar palmada, girar, tocar el piso con las manos y atrapar.
- Un balón por parejas realizar pases sin dejar caer al suelo. Con dos balones lanzarse el balón uno al frente del otro, por encima y por debajo. Driblar por derecha 5 veces y pasar, lo mismo por izquierda.
- Por tríos lanzar el balón coordinando el lanzamiento sin dejar caer el balón al suelo.
- Lanzamientos
- Se divide el grupo y se ubican frente al aro lanzar, recoger el balón y pasarlo al compañero, convertir 10 cestas.

Fase final

Juego

Estiramiento y retroalimentación.



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO
LISTA DE ASISTENCIA



Instructor: Heidy Catalina Pedraza Rico
– 12 años

Deporte: Baloncesto

Categoría: 9

Fecha: 05 Abril del 2017

Lugar: Juan XXIII

Objetivo: Trabajar el dominio de balón con mano derecha e izquierda y el doble ritmo por derecha e izquierda mediante ejercicios de asimilación y aplicación.

Fase inicial

Calentamiento

- Balonmano sin driblar el balón ni correr con el balón. Máximo 3 pasos y pasar al compañero. Hacer el ejercicio durante 8 minutos.

Fase central

Dribling

- Driblar el balón hacia adelante hasta la mitad y se regresa hacia atrás. Con mano derecha e izquierda.
- Conos en forma de medio cuadro en la primera parte en la segunda en zigzag y lanzamiento al aro, luego pasa por la escalera y al otro lado está igual el medio cuadro y zigzag y lanzamiento.

Pase

- Trenza enseñar la mecánica de trenza.

Doble ritmo

- Cerca al aro ubicar dos platillos. Los chicos entran haciendo el doble ritmo guiándose de los platillos.

Fase final

Juego

- Jugar driblando máximo 4 veces pasar al compañero y lanzar
- Estiramiento y retroalimentación.



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO
LISTA DE ASISTENCIA



Instructor: Heidy Catalina Pedraza Rico

Deporte: Baloncesto

Categoría: 13 – 17 años

Fecha: 05 Abril del 2017

Lugar: Juan XXIII

Objetivo: Trabajar el dominio de balón en diferentes direcciones de manera estática y en movimiento a partir de formas jugadas y ejercicios correctivos.

Fase inicial

Calentamiento

Balonmano

Fase central

Dominio de balón

- Driblar el balón con mano derecha en el puesto y cambiar de mano. Driblar 2 veces y cambiar de mano.
- Driblar entre las piernas. Por ambos lados.
- Driblar a los lados derecha, izquierda. Cambiar de mano.
- Driblar delante y atrás, Cambiar de mano.
- Dribbling entre las piernas con devolución exterior.
- Con dos balones driblar al frente, adelante atrás, a lado y lado.
- Zigzag cambiando de mano y entrar al aro en doble ritmo.
- Ubicar conos y platillos en fila, tres platillos seguidos y luego un cono, 4 veces más así. Los chicos irán pasando en zigzag por los platillos y cuando lleguen a los conos driblan 4 veces hacia los lados, derecha e izquierda y esquivo el cono y continúa en zigzag. Así hasta pasar por todos los conos.

Fase final

Juego

Estiramiento y retroalimentación.



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO



Instructor: Heidy Catalina Pedraza Rico
Categoría: 6 – 8 años

Deporte: Baloncesto

Fecha: 24 de agosto

Lugar: C.I.C.

Objetivo: Realizar ejercicios de asimilación y aplicación para la entrada a canasta con parada en un tiempo y manejo de balón/trabajo de pies utilizando materiales como aros y conos.

1. Fase inicial

Calentamiento:

- Correr por el espacio driblando el balón y al sonar el silbato parar. Hacerlo por 3 minutos.
- Trotar de línea a línea final realizando ejercicios con el balón.
-

2. Fase central

- Cada niño con balón, en el escenario va haber aros distribuidos en el suelo, al sonar el silbato los niños se desplazarán driblando el balón y al volver a sonar tendrán que ubicarse dentro del aro haciendo un salto con el balón en las manos para simular hacer la parada en dos tiempos.
- Hacer un circuito con conos y aros para trabajar dribbling y parada en un tiempo. Cono diagonal aro conos en slalom aro diagonal cono. De ida hasta mitad de cancha, de regreso realizar aros con el balón y cerca al tablero habrá un aro para realizar parada en un tiempo y lanzar a encestar.
- Ubicar 8 aros en hilera, pasar uno por uno haciendo trabajo de pies (coordinación, habilidad) y manejo de balón con las manos.

3. Fase final

- Se hacen equipos y juego.
- Estiramiento y retroalimentación.



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO



Instructor: Heidy Catalina Pedraza Rico
Categoría: 9 – 12 años

Deporte: Baloncesto

Fecha: 24 de agosto

Lugar: C.I.C.

Objetivo: Repasar el doble ritmo por derecha e izquierda utilizando conos y aros; trabajo de pies y manejo de balón con aros; pie de pivot con derecha e izquierda usando aros.

Fase inicial

Calentamiento

- Ubicar el grupo en dos equipos, el equipo que convierta el número de pases consecutivos que se indica gana. Hacerlo hasta que algún equipo gane dos veces.

Fase central

- Ubicar frente al tablero dos aros, cada uno va ir pasando primero realizando doble ritmo por derecha. Para devolverse para volver a pasar realizar ochos y tijeras. Hacerlo por el lado izquierdo.
- Colocar tres conos separados en diagonal frente al aro, hacer el doble ritmo pasando por los conos buscando la elevación de las rodillas. Para devolverse hacerlo pasando el balón por detrás y reversible. Hacerlo por izquierda.
- Ubicar 8 aros en hilera, pasar haciendo trabajo de coordinación y habilidad con los pies al tiempo que domina el balón con las manos.
- Colocar en el suelo aros distribuidos en toda la cancha, de la misma manera conos. Driblar por toda la cancha al encontrarse por el aro realizara parada en un tiempo y movimientos de pie de pivot y sale, al encontrarse con los conos debe esquivar como si fuera un jugador haciendo cambios de dirección, fintas, tijeras, pasada por detrás, reversible, etc.

Fase final

- Juego
- Estiramiento y retroalimentación.



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO
LISTA DE ASISTENCIA



Instructor: Heidy Catalina Pedraza Rico
Categoría: 13 – 17 años

Deporte: Baloncesto

Fecha: 24 de agosto del 2017

Lugar: C.I.C.

Objetivo: Realizar ejercicios para dribling con mano derecha e izquierda, trabajo ofensivo de poste; además reforzar el pase y corte con entrada al aro.

Fase inicial

Calentamiento:

- Formar grupos de a 4 personas, tres de ellos estarán formando un triángulo, la otra persona estará al frente de ellos y cuando se indique tendrá que ir a coger a la persona que está detrás de sus dos compañeros formando el triángulo.

Fase central

- Dribling con ambas manos: Se ubican por parejas y sale uno por uno trotando de línea a línea final de baloncesto driblando con ambas manos.
- Dribling con obstáculos. Las mismas parejas se ubican una detrás de otra. Habrá un circuito de conos en hilera para pasar en slalom. En la mitad habrá un cono para evadirlo haciendo cambio de dirección o reversible. Y luego pasa al otro lado de la cancha pasando en zigzag por los conos. Este circuito estará ubicado dos veces en la cancha de manera que la pareja se ubique cada uno en uno, para que cuando termine el compañero inicie
- Movimiento de giro y medio giro de poste: todos hacen la fila al frente del aro. Uno se ubica dentro de la zona restringida simulando el poste alto de espaldas a la canasta para que le pasen el balón y haga medio giro con lanzamiento. Hacerlo de varias formas: recibe y hace medio giro o recibe dribla hacia atrás y hace el medio giro y recibe hace el medio giro y ataca la canasta.
- Pase y corte con lanzamiento y doble ritmo: Se ubicaran dos grupos uno a lado de la cancha en la línea final de baloncesto, el otro grupo por fuera de la línea de 3 puntos en diagonal al aro. Se colocara un cono en la zona de tiro libre lateral. El de abajo sale sin balón hasta llegar al cono y el que está en el otro grupo le pasa el balón para que de medio giro y lance al tablero. El que pasa el balón corta y le pasan el balón de bajo para entrar en doble ritmo. Cada uno coge su rebote y pasa al grupo contrario.

Fase final

- Juego de baloncesto.
- Estiramiento y retroalimentación.



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO



Instructor: Heidy Catalina Pedraza Rico
Categoría: 6 – 8 años

Deporte: Baloncesto

Fecha: 25 de agosto

Lugar: C.I.C.

Objetivo: Realizar ejercicios de aplicación para el fundamento de pase mediante formas jugadas y juegos de aplicación.

Fase inicial

Calentamiento:

- Vienen los osos: Se ubicaran dos líneas horizontales en la parte central de la cancha y en cada una un niño, el resto estará en la línea final de baloncesto y al decir la frase ahí vienen los osos tendrán que correr para cruzar hasta la otra línea final, al niño que hayan cogido se quedara a formar parte de los osos. Los osos solo pueden coger sobre la línea horizontal.

4. Fase central

- Juego de pases: se ubicaran dos equipos, el objetivo del ejercicio es lograr un número de pases consecutivos sin que el otro equipo les robe el balón, si el equipo roba el balón, ahora ellos empezarán su conteo de pases. No se podrá driblar el balón, máximo puede dar 3 pasos y pasar el balón.
- Todos ubicados en la línea final lateral del campo en la mitad estará un jugador, saldrá cada uno peloteando el balón y cuando esté cerca del que está en el centro le pasa el balón sigue corriendo y el este le vuelve a pasar el balón para que valla y ataque la canasta.
- Por parejas salir desde la línea final haciendo pases de pecho hasta llegar al otro lado, ahí habrá un jugador y jugaran 2 contra 1, la persona que falle el lanzamiento se queda a defender y así sucesivamente hasta que pasen todos.

Fase final

- Se hacen equipos y juego.
- Estiramiento.
- retroalimentación



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO



Instructor: Heidy Catalina Pedraza Rico
Categoría: 9 – 12 años

Deporte: Baloncesto

Fecha: 25 de agosto

Lugar: C.I.C.

Objetivo: Reforzar el fundamento de pase a partir de ejercicios de aplicación y formas jugadas.

Fase inicial

Calentamiento

- Se colocan todos los niños en la línea final de baloncesto, uno de ellos estará al frente de estos, a la indicación, todos tienen que cruzar hasta el otro lado y el que está solo tiene que intentar coger a uno de ellos, a la persona que coja ahora formará parte, se repite el procedimiento pero cogidos de la mano hasta que cojan a todos los niños.
- Se harán dos grupos, ubicados en la línea final, cada grupo tendrá un cono, a la indicación saldrá el primero con el cono y dejarlo en la otra línea final, se devuelve y le da el relevo a su compañero, este lo traerá, el siguiente lo tendrá que volver a dejar al otro lado, así sucesivamente hasta que todos del grupo hayan pasado.

Fase central

- Pase: por parejas salir haciendo pase de pecho y al llegar al otro tablero habrá un jugador para jugar 2 vs 1, la persona que falle en el lanzamiento se quedará a defender.
- Tres en línea con ataque: saldrán haciendo tres en línea y al llegar al otro lado estarán otros tres jugadores para jugar 3 vs 3, si el grupo que ataca falla en el lanzamiento se queda a defender.
- Trenza con ataque saldrán haciendo trenza y al llegar al otro lado estarán otros tres jugadores para jugar 3 vs 3, si el grupo que ataca falla en el lanzamiento se queda a defender.

Fase final

- Juego
- Estiramiento.
- Retroalimentación



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
SAN BERNARDO
LISTA DE ASISTENCIA



Instructor: Heidy Catalina Pedraza Rico
Categoría: 13 – 17 años

Deporte: Baloncesto

Fecha: 25 de agosto 2017

Lugar: C.I.C.

Objetivo: Afianzar el lanzamiento de media distancia al aro, además de fortalecer la defensa y la ofensiva individualmente y por parejas a partir formas jugadas y juegos correctivos.

Fase inicial

Calentamiento

- Formar cuatro grupos cada uno ubicado en cada esquina de la cancha, se hará un circuito en forma de relevos diagonal, de frente, diagonal, de frente saldrá un de la esquina para cruzar diagonal y darle el relevo a su compañero, este saldrá de frente al otro grupo, no puede salir el compañero antes que haya llegado para darle el relevo.

Fase central

- Lanzamiento al aro, mediante juego nocaut
- Ataque al aro: se ubicaran por parejas desde la línea de tiro libre al sonar el silbato correrán hasta la línea final y devolverse para que uno de los dos reciba el balón y jugar 1 vs 1, para atacar tendrá un máximo de 5 segundos.
- Ubicados en la línea de la mitad, al frente habrá un jugador defensivo saldrá atacar cada jugador y si falla el lanzamiento se queda a defender.
- Dos vs dos: por parejas salen haciendo pase de pecho hasta la mitad ahí habrán dos jugadores para jugar 2 vs 2 si falla en e lanzamiento se queda a defender.

Fase final

Juego

Estiramiento y retroalimentación.