



# **Programación de la Categoría INFANTIL**

# Programación categoría INFANTIL

## DIAGNÓSTICO INICIAL

- Cuadro de caracteres psicoevolutivos

## OBJETIVOS

### OBJETIVO GENERAL

- Iniciar el proceso enseñanza - aprendizaje del Baloncesto, con la búsqueda del perfeccionamiento, con dos claros objetivos:

*Participar ↔ Progresar*

*(Baloncesto para todos) ↔ (Selecciones élite)*

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

#### TÉCNICOS

- Ejecutar correctamente los gestos técnicos del Baloncesto

#### TÁCTICOS

- Aprender la utilización inteligente de los gestos técnicos e iniciar en medios colectivos básicos.

#### ESTRATÉGICOS

- Desarrollar el juego 5 x 5 a través de medios colectivos básicos.

#### FÍSICOS

- Comenzar un trabajo programado de las cualidades físicas, sin olvidar las habilidades específicas.

#### COGNITIVOS

- Iniciar un trabajo táctico apoyándose en gestos técnicos.

#### AFECTIVOS

- Mantener buenas relaciones afectivas con el grupo.

## **CONTENIDOS**

### **TÉCNICOS**

#### **ATAQUE**

- Manejo del balón
- Recepción y posición Triple Amenaza
- Paradas en un tiempo
- Paradas en dos tiempos
- Pivotes (Correcta ejecución y porque)
- Bote (Variedad)
- Cambios de dirección sin balón: Directo y cruzado
- Arrancadas y cambios de ritmo
- Tiro: Libre y Estático e inicio suspensión
- Entradas a canasta: Normal (Ambos lados), a canasta pasada, extensiones, pie cambiado, de reverso
- Cambios de dirección con balón: Entre piernas, por delante, reversos, por la espalda, dos combinados
- Pases: De pecho, picados, en movimiento, con una mano, etc. (Con oposición)
- Fintas de salida: Directa y cruzada
- Fintas de pase, tiro y bote combinadas
- Fintas de recepción: Normal y de reverso

#### **DEFENSA**

- Posición básica
- Desplazamientos defensivos
- Empleo de manos
- Bloqueo del rebote

### **TÁCTICOS**

#### **ATAQUE**

- Contraataque con dos bases
- Ocupar calles en contraataque
- Puerta atrás
- Ataques en ventaja
- Cortes
- Intercambios
- Rotaciones
- Ocupación del espacio libre
- Fijación del impar (Dividir)
- Situaciones 1 x 1, 2 x 2, 3 x 3, 4 x 4, 5 x 5
- Conocimiento posiciones base, alero y poste bajo
- Iniciación en el bloqueo

## **DEFENSA**

- Balance defensivo
- Líneas de pase
- Defensa puerta atrás
- Dirigir atacante a bandas
- Rebote defensivo
- Situaciones de desventaja
- Ayudas defensivas
- Ayuda y recuperación
- Saltar y cambiar
- Iniciar en rotaciones defensivas
- Triángulos defensivos
- Defensa del jugador sin balón según posiciones

## **ESTRATÉGICOS**

### **ATAQUE**

- Contraataque con dos bases
- Pasar y desplazarse
- Elaborar ataque con medios colectivos básicos
- Ataque universal rotatorio: cortes, ocupar espacios

### **DEFENSA**

- Individual en media cancha
- Individual en toda la cancha
- Iniciar en el 2 x 1

## **FÍSICOS**

- Flexibilidad
- Resistencia aeróbica
- Velocidad de reacción, de movimiento, frecuencial
- Fuerza con propio cuerpo y compañeros
- Coordinación

## **INTERACCIÓN DIDÁCTICA**

### **RECURSOS**

- Humanos
- Materiales (Para un mejor trabajo analítico)

### **ESTRATEGIA PRÁCTICA**

- Analítico a global
- Global a analítico
- Mixta

## **ESTILOS DE ENSEÑANZA**

- Enseñanza recíproca

- Asignación de tareas
- Trabajo en grupos
- Programas individuales

## **COMUNICACIÓN Y ENSEÑANZA**

- *Información inicial:*
  - \* Verbal
  - \* Visual
  - \* Cinestésico - táctil
  - \* Mixta
  - \* Por modelos
  - \* Por resolución de problemas
- Conocimiento de resultados:
  - \* Evaluativo
  - \* Descriptivo lacónico
  - \* Prescriptivo
  - \* Interrogativo
  - \* Afectivo
  - \* Externo
  - \* Interno
  - \* Individual
  - \* Grupal
  - \* Concurrente
  - \* Terminal

## **ORGANIZACIÓN Y CONTROL**

- *Sesión:*
  - \* Disciplinada
  - \* Activa con orden
- *Organización:*
  - \* Semiformal
- *Ejecución:*
  - \* Simultánea
  - \* Alternativa
  - \* Consecutiva
- *Formaciones:*
  - \* Según la actividad
- *Secciones:*
  - \* Tareas analíticas para todos
  - \* Tareas por niveles
  - \* Tareas por contenidos
  - \* Circuitos
- *Posición del entrenador - monitor:*
  - \* Fuera de la sesión
  - \* Fuera de la sesión

## **SITUACIONES DE JUEGO**

### **MEDIOS**

- Ejercicios y algunos juegos

## **EVALUACIÓN**

### **TIPOS**

- Formativa
- Interna
- Externa
- Cuantitativa
- Cualitativa

### **¿QUÉ EVALUAR?**

- Aspectos técnicos, tácticos y estratégicos
- Cualidades físicas
- Actitud y participación
- Progresos individuales según actividades
- Conocimiento aspectos generales del Reglamento
- Preferencias
- Toma de datos antropométricos