

BALONCESTO

Pre-iniciación al baloncesto | Base International School | Extraescolares 2026-2027 — Prebenjamín | 6 — 8 años | 1º-2º Primaria



1.º TRIMESTRE	2.º TRIMESTRE	3.º TRIMESTRE
DESCUBRIMIENTO	PRIMEROS CONCEPTOS	JUEGO EN EQUIPO
<i>Primer contacto con el bote, el pase y el tiro a canasta de forma lúdica</i>	<i>Aplicar bote y pase en juego 3v3 con consignas sencillas</i>	<i>Jugar con reglas básicas y celebrar la temporada con un torneo interno</i>
Bote libre: cambio de mano, parar con señal, cambio de ritmo Pase de pecho: posición, captura con dos manos Tiro a canasta desde distancia cercana (zona pintada) Primer 3v3 lúdico: nadie defiende, todos atacan Concepto de campo: mi canasta, la suya, fuera	Bote con cambio de mano caminando y corriendo Pase al compañero que se mueve: 'dónde va a estar' Layup guiado: dos pasos y a canasta 3v3 con norma: solo vale encestar tras un pase Post-partido: '¿quién hizo un pase bueno hoy?'	1v1 básico: bote con cambio de dirección para superar Moción sin balón: 'muévete para pedir el balón' Defensa básica: posición, pies separados Torneo final 3v3 entre grupos — todos anotan, todos defienden Celebración de temporada — diploma de participación
<i>Ej.: bote libre — pase por parejas — 3v3 sin defensa con tiro libre</i>	<i>Ej.: pase al receptor en movimiento — layup guiado — 3v3 con norma del pase</i>	<i>Ej.: 1v1 básico — torneo final 3v3 — diploma de temporada</i>

VALORES Y HABILIDADES QUE DESARROLLAN	PARA LAS FAMILIAS
• Coordinación ojo-mano y psicomotricidad con balón • Primer sentido de equipo: pasar es mejor que driblar siempre • Confianza: '¿puedo hacer esto!' como motor de aprendizaje • Respeto a las normas y al entrenador-árbitro desde el inicio • Hábito deportivo: que el baloncesto sea sinónimo de disfrute	• Nuestra metodología: Usamos juego 3v3 como formato principal: más contactos con el balón que cualquier ejercicio analítico. La técnica se aprende jugando. • Cómo acompañar: Preguntad si hizo algún pase bueno, no si ganaron. El resultado no define la sesión en esta categoría. • Material: Ropa cómoda y zapatillas de deporte con suela antideslizante. El colegio dispone de balones talla 5.