



CORPORACIÓN DE
DEPORTES
PADRE HURTADO

INFORME TALLERES DEPORTIVO S 2025

Nombre Monitor(a): Pablo Mora Quintero

Nombre Taller: Basquetbol

Horarios: 17:00 a 19:00

Días: Lunes, Miercoles y Jueves

Lugar Taller: Gimnasio Julio Covarruvias

Mes a Informar: Enero





Entrenamiento	
Clase N°: 2	Hora de Inicio: 17:00
Fecha de la clase: 07/01/2026	Hora de Término: 19:00
N° asistentes: 14	Lugar: Gimnasio Julio covarrubias
Objetivo General:	
<i>Estimular el juego colectivo</i>	
Inicio:	
<i>Movilidad articular Flexibilidad dinamica Bandejas den ambos aros</i>	
Desarrollo:	
U13 <i>1: ejercicios de ataque en transicion eliminando el bote para obligar el pase 2: ejercicio de 3 calles con 5, 4 y 3 pases con finalizacion en bandeja 3: estimular el juego de 5 abiertos con pase corta en posiciones establecidas. 4: realidad de juego limitando el numero de botes para estimular el pase y el jugo colectivo</i>	
U7 <i>1: Enseñar tipos de pase y relaizar repeticiones en parejas 2: Estimular el pase tras bote con juego de pases 3: Pinta congelado con bote. Regla que permite descongelar a los jovenes mediante un pase 4: realidad de juego con punteo de pases logrados ademas de los tiros convertidos</i>	
Cierre:	
<i>Flexibilizar musculos implicados en la actividad Reflexion de la importancia del pase</i>	
Observación:	
<i>Sin observaciones</i>	
u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora	



Entrenamiento	
Clase N°: 3	Hora de Inicio: 17:00
Fecha de la clase: 08/01/2026	Hora de Término: 19:00
N° asistentes: 14	Lugar: Gimnasio Julio covarrubias
Objetivo General:	
<i>Estimular tecnicas de finalizacion (bandeja)</i>	
Inicio:	
<i>Movilidad articular Flexibilidad dinamica Bandejas den ambos aros</i>	
Desarrollo:	
U13 <i>1: Convertir colectivamente 50 bandejas en menos de 3 minutos 2: explicacion y aplicación de bandejas con paso 0 3: Convertir colectivamente 50 bandejas en menos de 3 minutos aplicando paso 0 4: 1vs1 en ambos aros concientizar el paso 0 5: 1vs2 en ambos aros concientizar el paso 0</i>	
U7 <i>1: Explicacion y ejecucion de bandejas desde el inicio. 2: Pinta congelado con bote. Se permite descongelar al compañero chocando 5 con secuencia de pasos de la bandeja 3: quitarse la cola. Para recuperar su cola debe convertir una bandeja 4: Realidad de juego. Puntos validos solo con bandeja</i>	
Cierre:	
<i>Flexibilizar musculos implicados en la actividad Reflexion de la importancia del pase</i>	
Observación:	
Sin observaciones	
u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora	



Entrenamiento	
Clase N°: 4	Hora de Inicio: 17:00
Fecha de la clase: 12/01/2026	Hora de Término: 19:00
N° asistentes: 11	Lugar: Gimnasio Julio covarrubias
Objetivo General:	
<i>Estimular conceptos basicos de juego colectivo</i>	
Inicio:	
<i>Movilidad articular Flexibilidad dinamica Tiro libre, bandeja y triple en ambos aros (u13) Tiro y bandeja en ambos aros (u7)</i>	
Desarrollo:	
<i>U13 1: Enseñar de forma teorica el juego de 5 abiertos 2: Ejecutar 5 abiertos con variantes en la finalizacion 3: jugar 2vs3 pasando y cortando 4: Ejecutar 5 abiertos con ejercicio previo de transicion 5: convertir 20 tiros libres</i>	
<i>U7 1: Jugar a las "arañitas" 2: Carrera de obstaculos en equipo 3: juego del gusanito con dos equipos 4: partido de mini basket</i>	
Cierre:	
<i>Flexibilizar musculos implicados en la actividad Reflexion de la importancia del juego en equipo</i>	
Observación:	
<i>Sin observaciones</i>	
u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora	



Entrenamiento	
Clase N°: 5	Hora de Inicio: 17:00
Fecha de la clase: 14/01/2026	Hora de Término: 19:00
N° asistentes: 13	Lugar: Gimnasio Julio covarrubias
Objetivo General:	
<i>Reforzar conceptos tacticos u13</i> <i>Reforzar los desplazamientos multidireccionales (u7)</i>	
Inicio:	
<i>Movilidad articular</i> <i>Ejercicios de fuerza isometrica</i> <i>Flexibilidad dinamica</i>	
Desarrollo:	
U13 <i>1: Ejercicios de transicion con juego en 5 abiertos</i> <i>2: Trenzas con ataque y defensa 2vs1</i> <i>3: Trenzas con ataque y defensa 3vs2</i> <i>4: Trenzas con ataque y defensa 3vs3</i> <i>5: Juego final de 3vs3 puntuando adicionalmente puntos de pase y corta</i>	
U7 <i>1: Jugar a los pescadores</i> <i>2: Carrera de obstaculos en equipo</i> <i>3: Pinta en parejas con bote</i> <i>4: partido de mini basket</i>	
Cierre:	
<i>Flexibilizar musculos implicados en la actividad</i>	
Observación:	
Sin observaciones	
u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora	



Entrenamiento	
Clase N°: 6	Hora de Inicio: 17:00
Fecha de la clase: 15/01/2026	Hora de Término: 19:00
N° asistentes: 12	Lugar: Gimnasio Julio covarrubias
Objetivo General:	
<i>Trabajar el ataque 1vs1 (u13)</i> <i>Estimular movimientos aplicables al basketball (u7)</i>	
Inicio:	
<i>Movilidad articular</i> <i>Ejercicios de fuerza isométrica</i> <i>Flexibilidad dinámica</i>	
Desarrollo:	
U13 <i>1: Bandejas en ambos aros utilizando variantes de paso 0 requeridas por el entrenador</i> <i>2: Enseñar finalizaciones tras step through mediante ejercicios en estático</i> <i>3: Finalizaciones en ambos aros utilizando step through</i> <i>4: 1vs1 desde la mitad de cancha. Límite de botes desde el triple.</i> <i>5: convertir 20 tiros libres individualmente</i>	
U7 <i>1: Jugar a rescatar los tesoros.</i> <i>2: Voltear conos mientras botan</i> <i>3: Botar por toda la cancha y realizar acciones según se les indique</i> <i>4: Carrera de obstáculos</i> <i>5: Jugar al pilla y ayuda</i>	
Cierre:	
<i>Flexibilizar músculos implicados en la actividad</i>	
Observación:	
Sin observaciones	
u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora	



Entrenamiento	
Clase N°: 7	Hora de Inicio: 17:00
Fecha de la clase: 19/01/2026	Hora de Término: 19:00
N° asistentes: 16	Lugar: Gimnasio Julio covarrubias
Objetivo General:	
<i>Trabajar conceptos defensivos</i>	
Inicio:	
<i>Movilidad articular Ejercicios de fuerza isométrica Flexibilidad dinámica</i>	
Desarrollo:	
U13 <i>1: Circuito de deslizamiento y defensa close out 2: Zig-zag con defensa cancha completa 3: Explicar defensa de línea de pase 4: 2vs2 toda la cancha 5: 3vs3</i>	
U7 <i>1: jugar a las arañitas 2: jugar a los pescadores 3: jugar al pilla arranca 4: realidad de juego</i>	
Cierre:	
<i>Flexibilizar músculos implicados en la actividad</i>	
Observación:	
<i>Sin observaciones</i>	
u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora	



Entrenamiento	
Clase N°: 8	Hora de Inicio: 17:00
Fecha de la clase: 21/01/2026	Hora de Término: 19:00
N° asistentes: 12	Lugar: Gimnasio Julio covarrubias
Objetivo General:	
<i>Trabajar el juego por concepto</i>	
Inicio:	
<i>Movilidad articular Ejercicios de fuerza isometrica Flexibilidad dinamica</i>	
Desarrollo:	
U13 <i>1:Transicion a 5 abiertos con finalizacion en distintas situaciones 2:Enseñar esquema de juego 41 3:Ejecutar transicion a 41 con distintas finalizaciones 4:Ejecutar 5 abiertos y 41 en ambos aros 5:convertir 25 tiros libres individualmente</i>	
U7 <i>1: Jugar a la pinta congelado. Se permite liberar al compañero entregandole un pase 2: Jugar a robar el tesoro 3: Carrera de laberintos 4:Realidad de juego</i>	
Cierre:	
<i>Flexibilizar musculos implicados en la actividad</i>	
Observación:	
<i>Sin observaciones</i>	
u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora	



u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora

Entrenamiento

Clase N°: 9

Hora de Inicio: 17:00

Fecha de la clase: 22/01/2026

Hora de Término: 19:00

N° asistentes: 15

Lugar: Gimnasio Julio covarrubias

Objetivo General:

Ejercitar finalizaciones de 1vs1

Inicio:

*Movilidad articular
Ejercicios de fuerza isométrica
Flexibilidad dinámica*

Desarrollo:

U13

- 1: Bandejas en ambos aros utilizando step throw
- 2: bandejas en ambos aros utilizando paso 0
- 3: Ejercicios para combinar paso 0 con step through
- 4: Ejecutar finalizaciones en ambos aros combinando paso 0 con step through
- 5: 3vs3 consientizando el uso de las finalizaciones trabajadas durante el entrenamiento

U7

- 1: Botear por toda la cancha y realizar detenciones según lo indicado
- 2: Jugar a luz verde y luz roja
- 3: Ejercicio para combinar detenciones con lanzamiento reforzando el armado del tiro
- 4: jugar a las arañitas

Cierre:

Flexibilizar musculos implicados en la actividad

Observación:

Sin observaciones



u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora

Entrenamiento

Clase N°: 10

Hora de Inicio: 17:00

Fecha de la clase: 26/01/2026

Hora de Término: 19:00

N° asistentes: 14

Lugar: Gimnasio Julio covarrubias

Objetivo General:

Estimular situaciones de superioridad numerica para trabajar sobre las posible finalizaciones

Inicio:

*Movilidad articular
Ejercicios de fuerza isometrica
Flexibilidad dinamica*

Desarrollo:

U13

- 1: *Bandejas en ambos aros 50 conversiones grupales*
- 2: *Ejecutar transiciones limitando el numero de pases antes de la bandeja*
- 3: *Trenza de 5, de vuelta 3 atacan y dos defienden*
- 4: *Lanzar 20 tiros libres en pareja, contando convertidos y fallados para conocer el porcentaje de aciertos*
- 5: *3vs3 toda la cancha*

U7

- 1: *Jugar a las carreras con pases. Una vez recibido el pase no puede botear ni avanzar. Solo pueden moverse de su posiciones sin balon (en parejas con un balon)*
- 2: *Jugar al pilla arranca*
- 3: *Jugar al pilla y ayuda*
- 4: *Jugar a las arañitas*

Cierre:

Flexibilizar musculos implicados en la actividad

Observación:

Sin observaciones



u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora

Entrenamiento

Clase N°: 11

Hora de Inicio: 17:00

Fecha de la clase: 28/01/2026

Hora de Término: 19:00

N° asistentes: 14

Lugar: Gimnasio Julio covarrubias

Objetivo General:

Repasar juego por conceptos

Inicio:

*Movilidad articular
Ejercicios de fuerza isométrica
Flexibilidad dinámica*

Desarrollo:

U13

- 1: transiciones continuas estimulando el pase y corta. 20 conversiones**
- 2: transición hacia 41 con variantes en finalizaciones**
- 3: transición hacia 5 abiertos con variantes en finalizaciones**
- 4: convertir 25 tiros libres individualmente**

U7

- 1: Jugar a los pescadores**
- 2: Carrera de obstáculos**
- 3: Jugar al pato ganso**
- 4: Jugar luz verde luz roja**
- 5: Realidad de juego**

Cierre:

Flexibilizar músculos implicados en la actividad

Observación:

Sin observaciones



u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora

Entrenamiento

Clase N°: 12

Hora de Inicio: 17:00

Fecha de la clase: 29/01/2026

Hora de Término: 19:00

N° asistentes: 16

Lugar: Gimnasio Julio covarrubias

Objetivo General:

Jugar situaciones de 1vs1, 2vs2 y 3vs3

Inicio:

*Movilidad articular
Ejercicios de fuerza isometrica
Flexibilidad dinamica*

Desarrollo:

U13

- 1:1vs1 toda la cancha
- 2: 2vs2 toda la cancha
- 3: 3vs3 toda la cancha
- 4:lanzar 20 tiros libres convertidos individualmente

U7

- 1:Jugar a las arañas
- 2:Jugar a recuperar el tesoro
- 3:jugar a los pescadores:
- 4:Jugar a pilla y arranca

Cierre:

Flexibilizar musculos implicados en la actividad

Observación:

Sin observaciones

u7 y u13: entrenador a cargo Pablo Mora