

PRUEBAS 2026-20

SELECCIÓN / GRUPO: Softbol

NOMBRE ENTRENADOR: Jose Hilario Aguirre Espriella.

CORREO ENTRENADOR: jaguirre@uniandes.edu.co

FECHA DE PRUEBAS: jueves 6 de agosto

HORARIO DE PRUEBAS: 8am a 9:30 am y de 12:30 m a 2:00 pm

LUGAR DE PRUEBAS: Cancha de Futbol Centro Deportivo

CUPOS DISPONIBLES: 16 cupos selección masculina-14 cupos selección femenina.

REQUISITOS PARA PRESENTAR PRUEBAS: -Tener conocimiento básico de la disciplina deportiva –No presentar lesión o incapacidad física o de otra índole al momento de presentar las pruebas-tener una buena o aceptable condición física-tener buena actitud y disposición para realizarlas.

REGLAMENTO PARA PERTENECER A LA SELECCIÓN / GRUPO: Todos los motivados e interesados en pertenecer a la selección, se deben presentar en la fecha y hora establecida para las pruebas y cumplir con todos los procedimientos establecidos para las mismas. Tener un crédito disponible para poder inscribir la selección en caso de ser elegida (do), además de tener libre la franja de horario para entrenamiento (jueves de 8:00am a 9:20am), Continuando con los protocolos CURSO MAAD y CITA MEDIA PREVIA (tiempos establecidos)

TIPO DE PRUEBAS:

Este protocolo está conformado un CONTENIDO TECNICO Y UN CONTENIDO FISICO; El técnico por 9 pruebas, de las cuales se escogerán 5 al azar. El físico de 3 test. Se valorarán de la siguiente forma:

Valoración Puntos

Ejecución Muy Buena 10

Ejecución Buena 8

Ejecución Regular 6

Ejecución Mala 3

Ejecución Muy Mala 1

LAS PRUEBAS FISICAS O TEST SON LAS SIGUIENTES:

METODOLOGIA EVALUATIVA DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS.

TEST FISICOS; CARACTERISTICAS:

1- TEST DE ILLINOIS.

- Test agilidad, velocidad lineal.
- Capacidad para variar repentinamente la dirección.
- Produce una pérdida en la estabilidad y de la velocidad.
- Trata parámetros; fuerza explosiva, de arranque y la muscular, aceleración y desaceleración.

2. TEST DE POTENCIA-FUERZA.

*** TEST DE LOS DECA-SALTOS.**

- Objetivo: Medir la potencia de los miembros inferiores en una serie larga de saltos continuados. Equipo: Corredera, foso de caída y cinta métrica. Técnica: Se realizan 10 saltos continuados, desde una posición estática, buscando alcanzar la mayor distancia posible. Se mide desde el borde distal de la corredera hasta la marca dejada por los talones.

3. TEST DE MATDSON.

- Mide el nivel de destreza técnica al momento de lanzar una pelota.
- La agilidad y la velocidad explosiva se evidencia, en cada acción.
- La observación y concentración son esenciales.
- Algunos lo llaman el test de la M o la X.

*Objetivo: recorrer en menos tiempo posible y lanzar con exactitud las 5 pelotas (de softbol o béisbol) que se encuentran alineadas entre sí.

PRUEBAS TECNICAS Y TACTICAS A REALIZAR;

1 PRUEBA: EL RECEPTOR O CATCHERT

2 PRUEBA: EL LANZADOR

Fildeo de Rolling y asistencias.

- Tiros a 2da. Base.
- Tiros a 3ra. base.

3 PRUEBA: PRIMERA BASE

Fildeo de Rolling.

- El doble play
- Iniciallo por 2da. base.

4 PRUEBA: PRIMERA BASE.

- Desplazamiento para recibir los tiros.
- Directamente de frente.
- Hacia los lados.

5 PRUEBA: SEGUNDA BASE

- Fildeo de Rolling hacia delante y a los lados, tiros a 1ra.base.
- Doble play y/o tocando al corredor.

6 PRUEBA: TERCERA BASE

- Fildeo de Rolling de frente y tiros a 2da. y a home.
- A la izquierda y tiro a 1ra. y 2da. base.
- Fildear Rolling y pisar la 3ra.

7 PRUEBA: TORPEDEROS O CAMPO CORTO

- Fildeo de Rolling y tiro a 1ra. base.
- Iniciar el doble play con Rolling de frente.

- Fildeo de fly en la zona de foul.
- Fildeo de fly hacia los lados.
- Fildeo de fly hacia atrás.

8 PRUEBA: JARDINEROS - OUT FIELD

- Fildeo de los batazos de fly y de línea.
- Fly en el lugar y hacia delante.
- Fildeo de fly hacia los lados.
- Fildeo de Rolling
- El tiro a las bases:
- A tercera
- A home
- Asistencia detrás de los jugadores de cuadro.

9 PRUEBA: EL BATEADOR

- Mecánica del bateo.
- Selección del bate.
- Bateo de la recta.
- Zona de strike.
- Bateo en el soporte.
- Bateo por el centro del terreno.
- Bateo a la mano contraria.
- Bateo de cambio.
- Adelantar a los corredores con su batazo.

HORARIOS DE ENTRENAMIENTOS PERIODO 2026-20:

Jueves De 8 AM A 9:20 AM

LUGAR DE ENTRENAMIENTOS PERIODO 2026-20:

Cancha de Futbol Centro deportivo.