



EQUIPO BOGOTÁ

Cartilla

**Búsqueda e
identificación de
TALENTOS
DEPORTIVOS EN
BOGOTÁ**

BOGOTÁ



EQUIPO BOGOTÁ

Cartilla

**Búsqueda e
identificación de
TALENTOS
DEPORTIVOS EN
BOGOTÁ**





I ♥
SPORT

Carlos Fernando Galán Pachón
Alcalde Mayor de Bogotá

Daniel Andrés García Cañón
Director - Instituto Distrital de Recreación y Deporte - IDRD

Iván Darío Morales Caicedo
Subdirector Técnico de Recreación y Deporte

William René Torres
Asesor - Jornada Escolar Complementaria

Juan David Gutiérrez V.
Asesor - Unidad de Ciencias Aplicadas al Deporte (UCAD)

Natalia Isabel Gallo J.
Jefe Oficina Asesora Comunicaciones

Hugo Alexander Cortés León
Jefe Oficina Asuntos Locales

Óscar Oswaldo Ruiz
Profesional especializado 11 - Área Deportes

William Armando Nieto G.
Profesional especializado 09 - Rendimiento Deportivo

Wilfer Leonardo Hernández
Profesional especializado 09 - Fomento

Juan Carlos Gutiérrez
Profesional especializado 07 - Talentos Deportivos

Catherine Andrea Barrera Bernal
Estratega de Lenguaje Claro – Servicio a la Ciudadanía

Técnicos

Luis Jaime Córdoba I.
Contratista - Subdirección Técnica de Recreación y Deporte

José Joaquín Sáenz M.
Contratista - Subdirección Técnica de Recreación y Deporte

María Andrea Domínguez
Contratista - Subdirección Técnica de Recreación y Deporte

Jairo Andrés Mahecha
Contratista - Área Rendimiento Deportivo

Joel Edwin Muñoz U.
Contratista - Área Deporte Paralímpico

Sandra Durán Ortiz
Contratista - Área Deporte Paralímpico

Mónica Marcela Ardila
Contratista - Subdirección Técnica de Recreación y Deporte

José Farid Angarita
Contratista - Subdirección Técnica de Recreación y Deporte

INSTITUTO DISTRITAL DE
RECREACIÓN Y DEPORTE - IDRD

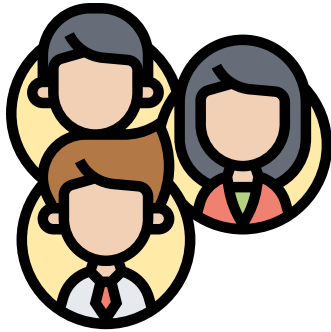
TABLA DE CONTENIDO

* ¿A quién va dirigida esta cartilla?

* ¿Cuál es el propósito de esta cartilla?

* ¿Para qué sirve esta cartilla?

1. Introducción y contexto
2. Glosario
3. Detección del talento deportivo
4. Momentos para reconocer el talento
5. Etapas para la búsqueda e identificación del talento deportivo
6. Confirmación del talento deportivo
 - ¿Cómo se confirma a un talento deportivo?
 - ¿Qué se hace después de confirmar el talento?
 - ¿Qué factores se deben tener en cuenta?
7. Espacios propicios para la detección y confirmación del talento
8. Características de las personas que detectan talentos
9. Protocolo para invitar a un talento deportivo a un programa de formación
 - ANEXO:** Test de valoración física
10. Referencias



¿A quién va dirigida esta cartilla?

A madres o padres, docentes, entrenadores, instructores y personas cercanas a entornos deportivos que estén en condiciones de identificar y orientar a personas con potencial para convertirse en los próximos talentos deportivos tanto del sector olímpico, paralímpico y sordolímpico de Bogotá.





¿Cuál es el propósito de esta cartilla?

Aportar al liderazgo de Bogotá D.C. en el desarrollo deportivo, ampliando la base de deportistas de los dos sectores (olímpico , paralímpico y sordolímpico) y sus oportunidades de crecimiento, tanto en lo personal como en lo profesional.





¿Para qué sirve esta cartilla?

Te brinda lineamientos, criterios y herramientas para detectar el talento y para ser aplicadas de forma sencilla en los entornos deportivos.

Esta cartilla te responderá las siguientes preguntas:

- ¿Qué es un talento deportivo?
- ¿Cuáles son las etapas del desarrollo en las que puedes identificar un talento deportivo?
- ¿Qué criterios debes tener en cuenta para detectar un talento deportivo?
- ¿Qué puedes hacer después de detectar el talento deportivo?
- ¿Qué instituciones están involucradas en el desarrollo de deportistas, tanto olímpicos, paralímpicos y sordolímpicos?
- ¿Cómo puedes acompañar este proceso?

1.

Introducción y contexto

El talento deportivo puede aparecer en cualquier lugar: en una clase de educación física en el colegio, en un torneo o encuentro en el barrio, en una escuela de formación o en espacios donde las personas desarrollen su ejercicio físico. Por eso, es clave que sepas cómo identificar ese talento y qué pasos puedes seguir para ayudar a desarrollarlo.

Esta cartilla forma parte de un esfuerzo del IDRD para que Bogotá, bajo el liderazgo del alcalde mayor, Carlos Fernando Galán, no solo sea una ciudad que forma grandes deportistas, sino también ciudadanos con valores, disciplina y las oportunidades necesarias para desarrollarse plenamente.



2.

Glosario

Talento deportivo:

Es el factor diferencial identificable sobre aquellas personas con características, capacidades y cualidades que están por encima del promedio de la población en materia deportiva.

Iniciación y formación deportiva:

Es un proceso de socialización, enseñanza y aprendizaje, orientado a la adquisición de capacidades, habilidades y destrezas, así como de conocimientos, actitudes, inclusión y participación.

Semilleros deportivos:

Son espacios creados para seguir fortaleciendo a quienes muestran habilidades sobresalientes. Se trabaja con más intensidad y se empieza a formar a los futuros atletas de alto nivel.

Unidad de Ciencias Aplicadas al Deporte (UCAD):

Es un área del Instituto Distrital de Recreación y Deporte que apoya a los deportistas con servicios como medicina deportiva, fisioterapia, nutrición, psicología, entre otros. Quienes adelantan procesos de investigación y de innovación con el fin de fortalecer los procesos en atletas de alto rendimiento deportivo.

Centros Felicidad (CEFE):

Son escenarios diseñados para la recreación, el deporte y la cultura, todo en un solo lugar. Se trata no sólo de un ícono arquitectónico de la ciudad, sino de un escenario donde la ciudadanía encuentra una amplia y variada oferta para personas de todas las edades.

A través de estos Centros Felicidad buscamos fomentar una sana calidad de vida de los habitantes de Bogotá, gracias a la diversidad de espacios que permiten a deportistas y personas en general disfrutar de los atractivos escenarios de este lugar, sin distinción de capacidad económica, edad o género.

Sistema Distrital del Deporte:

Es una instancia de participación y encuentro, que articula y moviliza los diferentes espacios del nivel local y distrital, y sus diferentes actores sociales, comunitarios, académicos, económicos e institucionales públicos y privados en torno al deporte, la recreación, la actividad y educación física, además de los equipamientos deportivos y recreativos.

Instituciones Educativas Distritales (IED):

Son escenarios que promueven los aprendizajes significativos para la vida de los niños y son un espacio para el reconocimiento.

Desarrollo temprano:

Son deportistas que muestran madurez física, habilidades o rendimiento notable desde edades muy tempranas (8–12 años, por ejemplo). Suelen destacarse en la infancia por fuerza, talla o coordinación avanzadas en comparación con sus pares.

Desarrollo tardío:

Son deportistas cuyo potencial aparece más tarde, bien sea por razones biológicas (maduración más lenta), sociales, psicológicas o de acceso al entrenamiento. A menudo, no se destacan en las primeras etapas, pero si se les brinda continuidad y apoyo, alcanzan o incluso superan el rendimiento de los desarrolladores tempranos en la adolescencia o adultez.

3.

DetECCIÓN DEL talento deportivo

Existen varios escenarios y factores que hacen parte del **proceso de identificación de quienes tienen un verdadero potencial** para destacarse en el deporte. A continuación, te explicamos cuáles son:

Factores físicos y biológicos



Genética y herencia: algunas personas nacen con características físicas especiales que son de ayuda en el deporte (como fuerza, velocidad o coordinación).

Crecimiento y madurez: no todos los niños y niñas crecen al mismo ritmo. La edad biológica puede ser distinta a la edad cronológica, y eso influye en el desarrollo deportivo.

Condición física: se evalúan habilidades como la fuerza, la velocidad, la resistencia, la flexibilidad y la coordinación.

Nota para el deporte paralímpico y sordolímpico:

En este caso, se tienen en cuenta las características específicas de cada persona y cómo puede aprovechar sus capacidades dentro de su tipo de discapacidad.

Deporte paralímpico y sordolímpico: la genética también juega un papel clave, ya que ciertas discapacidades pueden influir en las capacidades físicas de los atletas. Sin embargo, esto no limita su potencial, sino que debe ser considerado dentro de su clasificación funcional y sus habilidades individuales.

Es fundamental tener en cuenta que los procesos de crecimiento y madurez pueden variar según el tipo de discapacidad. La edad biológica, en algunos casos, puede no coincidir con la edad cronológica. Los deportistas con discapacidad congénitas o adquirida pueden tener diferentes tiempos de adaptación y desarrollo físico, así como las personas con discapacidad intelectual.

Las pruebas y entrenamientos deben estar alineados con las capacidades físicas que un atleta pueda desarrollar según su discapacidad y/o diagnóstico.

Factores psicológicos y mentales



La detección del talento deportivo implica observar no solo las capacidades físicas, sino también los aspectos psicológicos y emocionales que influyen directamente en el rendimiento, la adaptación y la permanencia en el proceso formativo. Estos factores permiten identificar a personas con alto potencial para desarrollarse en el deporte, tanto en el sector olímpico, paralímpico y sordolímpico.

A continuación se presentan las principales dimensiones que deben ser consideradas por quienes acompañan el proceso de identificación de talentos:

1. Regulación emocional y gestión del estrés.

Los deportistas con talento suelen mostrar una capacidad creciente para comprender y manejar sus emociones en situaciones de presión, competencia o frustración. Esta habilidad les permite transformar emociones intensas en energía positiva, mantener el enfoque y mejorar su rendimiento.

En el sector paralímpico, es fundamental considerar cómo el deportista percibe su discapacidad y el uso de elementos como sillas de ruedas, muletas o prótesis. Además, se debe tener en cuenta el tipo de discapacidad (congénita, adquirida, física o intelectual), ya que esto influye en la forma en que se vive el deporte y se gestionan las emociones.

2. Mentalidad de crecimiento.

La mentalidad de crecimiento se manifiesta en el deseo constante de mejorar, aprender y superar obstáculos. Los talentos deportivos no se conforman con lo que ya saben; buscan perfeccionar sus habilidades técnicas, físicas y psicológicas, entendiendo que el esfuerzo es parte esencial del desarrollo.

En el deporte paralímpico, esta mentalidad se fortalece a través de la persistencia frente a las barreras cotidianas, sociales y estructurales que los atletas enfrentan. Su capacidad de adaptación y superación es un indicador clave de talento.

3. Concentración y toma de decisiones.

La capacidad de mantener la atención en la tarea deportiva, incluso ante distracciones internas o externas, es esencial para el rendimiento. Además, es importante observar cómo el deportista toma decisiones en función de las condiciones del entorno, sus propias capacidades y los objetivos del entrenamiento o la competencia.



En el caso de atletas con discapacidad, esta habilidad puede estar influenciada por factores sensoriales, cognitivos o funcionales, por lo que se recomienda adaptar los entornos de práctica para facilitar la toma de decisiones efectiva.

4. Motivación y gratificación aplazada.

Los talentos deportivos entrenan con constancia, incluso cuando los resultados no son inmediatos. Esta capacidad de postergar recompensas en función de metas a largo plazo refleja una motivación profunda y sostenida.

En el sector paralímpico, la motivación se vincula estrechamente con la capacidad de mantener una actitud positiva frente a las adversidades propias de su condición. La persistencia, el deseo de superación y el reconocimiento de sus logros son elementos clave en este proceso.

5. Autoconfianza y resiliencia.

La confianza en las propias habilidades, junto con la capacidad de aprender de los errores y superar la adversidad, son señales claras de talento. Los deportistas que se enfocan en el proceso más que en el resultado tienden a crecer de manera integral.

En el deporte paralímpico, la autoconfianza se construye a partir de experiencias exitosas en el manejo de la discapacidad. Los atletas que han logrado dominar sus adaptaciones funcionales suelen aprender técnicas deportivas con mayor rapidez y eficacia, lo que potencia su desarrollo.



DESARROLLO POR GRUPO ETAREO

Para facilitar la observación y el acompañamiento, se recomienda adaptar las estrategias según la etapa de desarrollo del deportista:

• **Edades tempranas (6–12 años):**

En esta etapa, el énfasis debe estar en generar experiencias deportivas positivas, diversas y emocionalmente seguras. La regulación emocional y el disfrute del movimiento son aspectos clave. En el caso de niños y niñas con discapacidad, es importante garantizar entornos accesibles y respetuosos de sus particularidades.

• **Edades intermedias (13–16 años):**

Se deben fortalecer habilidades como la mentalidad de crecimiento, la autoconfianza, la resiliencia y la toma de decisiones. Estas competencias permiten al deportista construir estrategias de afrontamiento útiles tanto en el deporte como en su vida cotidiana. En el sector paralímpico, esta etapa puede requerir ajustes en los tiempos de desarrollo y en el tipo de acompañamiento psicológico.

• Edades avanzadas (17 años o más):

Es momento de refinar las habilidades adquiridas, promover el liderazgo, la autonomía y consolidar un desarrollo psicológico saludable que complemente el rendimiento deportivo. En el caso de atletas paralímpicos, se recomienda incluir formación en roles de liderazgo inclusivo y participación activa en espacios de toma de decisiones.

La identificación de factores psicológicos y emocionales en el talento deportivo permite comprender no solo lo que una persona puede hacer en el presente, sino también cómo enfrentará los desafíos del proceso formativo y competitivo a lo largo del tiempo. Estos aspectos, muchas veces invisibles en una primera mirada, son determinantes para construir trayectorias deportivas sostenibles, éticas y emocionalmente saludables.

En el caso del deporte paralímpico y sordolímpico estas dimensiones adquieren una profundidad particular. La forma en que el deportista se relaciona con su discapacidad, con su entorno y consigo mismo, influye directamente en su capacidad de adaptación, aprendizaje y superación. Por ello, es necesario que quienes detectan talentos cuenten con sensibilidad, conocimiento y herramientas para reconocer estas fortalezas, incluso cuando se expresan de manera distinta a lo convencional.

Detectar talento implica mirar más allá del rendimiento inmediato. Es reconocer el potencial humano que, con el acompañamiento adecuado, puede transformarse en excelencia deportiva y en una historia de crecimiento personal que inspire a otros.

Motivación: ganas de aprender, competir y superarse. La capacidad de adaptarse a las circunstancias, aprender de los fracasos y mantenerse enfocado en los objetivos a largo plazo.

Disciplina y esfuerzo: capacidad de entrenar con constancia.

Confianza y valentía: atreverse a participar y asumir retos.

Concentración y aprendizaje: estar atento, aprender rápido y aplicar lo aprendido.

Apoyo familiar: es clave que la familia anime y acompañe al deportista.

Nota para el deporte paralímpico y sordolímpico

Los factores psicológicos y mentales juegan un papel importante en la identificación y desarrollo del talento. La motivación y la resiliencia son fundamentales, ya que los atletas deben superar tanto desafíos físicos, emocionales como barreras de su entorno, demostrando una capacidad excepcional para adaptarse y seguir adelante.

Factores técnicos y tácticos



Habilidad técnica: capacidad para ejecutar bien los movimientos propios del deporte. En el deporte paralímpico, cada modalidad tiene sus particularidades, dependiendo del tipo de discapacidad. La capacidad de adaptarse a las herramientas y recursos disponibles (como prótesis, sillas de ruedas o adaptaciones específicas) es clave en la formación técnica de los deportistas paralímpicos.

Toma de decisiones: los deportistas deben ser conscientes y saber cómo actuar ante las circunstancias específicas que enfrentan en los escenarios de entrenamiento y competencia.

Factores sociales y del entorno



El entorno en el que se desarrolla un deportista influye de manera directa en su rendimiento, bienestar y permanencia en el deporte. Por ello, al momento de identificar talento deportivo, es fundamental observar no solo las características individuales, sino también las condiciones sociales, familiares, institucionales y comunitarias que rodean al atleta.

1. Apoyo social multidimensional

Un sistema deportivo que ofrezca acompañamiento físico y emocional, promueva el respeto, la autoestima y la competencia sana, y cuente con recursos tangibles como espacios adecuados, materiales y servicios de apoyo, es esencial para el desarrollo del talento. Este tipo de apoyo debe ser constante, accesible y adaptado a las necesidades del deportista.

2. Entorno de Desarrollo Deportivo

Es necesario que el ambiente deportivo favorezca el equilibrio entre la carrera deportiva y el crecimiento personal. La integración entre la cultura de alto rendimiento y la carrera dual (educación y deporte) fortalece procesos a largo plazo, reduce la deserción y mejora la resiliencia emocional. Un entorno que valora tanto el logro como el bienestar contribuye a formar atletas íntegros.

3. Entorno de Deporte Seguro

La detección de talento debe realizarse en espacios donde el deportista pueda expresarse libremente, sin temor a la estigmatización, la censura o el maltrato. Estos entornos deben estar alineados con los principios y valores olímpicos y paralímpicos, promoviendo vínculos saludables entre entrenadores, compañeros, familias y demás actores del sistema deportivo.

4. Relaciones saludables

Se promueve una relación saludable entre atleta y entrenador, formando un clima que empodere la carrera deportiva y se enmarque en el campo de la comunicación efectiva y feedback constructivo.

5. Apoyo familiar y grupal

La relación entre el atleta y su entrenador es clave. Un vínculo basado en la comunicación efectiva, el respeto mutuo y el feedback constructivo empodera al deportista, fortalece su confianza y mejora su desempeño. Las relaciones saludables también deben extenderse a otros actores del entorno, como docentes, psicólogos deportivos y líderes comunitarios.

6. Condiciones contextuales

Las condiciones sociales, educativas y sanitarias del entorno del deportista también influyen en su desarrollo. El acceso a programas locales o nacionales que ofrezcan educación de calidad, seguridad social, servicios de salud y oportunidades de formación integral son factores que pueden facilitar o limitar el crecimiento deportivo.



DESARROLLO POR GRUPO ETAREO

• **Infancia (6 a 12 años):**

En esta etapa, se recomienda promover la parentalidad positiva en el deporte, así como generar espacios de formación para acudientes sobre el desarrollo deportivo infantil. Los entrenadores deben estar capacitados para trabajar con niñas y niños desde una perspectiva pedagógica, emocional y adaptativa.

• **Preadolescencia (11 a 14 años):**

Es importante estimular las relaciones entre pares, fomentar el trabajo en equipo y aplicar estrategias que equilibren las pautas familiares con los valores deportivos. El acompañamiento debe enfocarse en fortalecer la identidad deportiva y el sentido de pertenencia.

• **Adolescencia (15 a 18 años):**

Durante esta etapa, se recomienda un acompañamiento constante en la toma de decisiones, promoviendo la autonomía progresiva del deportista. Es clave ayudarlo a comprender las consecuencias de sus elecciones, tanto dentro como fuera del deporte, y fortalecer su capacidad para construir un proyecto de vida que incluya el deporte como eje central.

Acceso a espacios de práctica: si tiene cerca un parque, un club o un escenario deportivo, donde sus instalaciones sean accesibles y que cuenten con las adaptaciones necesarias

Situación familiar, económica y escolar: esto puede facilitar o limitar su participación deportiva.

Hábitos de vida: rutinas saludables, tiempo libre, alimentación, etc.



4.

Momentos para reconocer el talento

La detección del talento se desarrolla a partir de la aplicación de criterios en dos momentos clave:

- 1. Etapa preliminar:** en esta fase se observa y se reconoce el potencial de la persona; asimismo, se identifican las características relacionadas con la discapacidad.
- 2. Etapa de seguimiento:** donde se hace un acompañamiento más profundo para confirmar si ese potencial puede desarrollarse aún más.



Ej: Lina Esther Licona Torres

Comenzó su trayectoria en el patinaje y logró clasificar para los Juegos Olímpicos de París 2024 en la disciplina de atletismo, específicamente en la prueba de 400 metros planos.

5.

Etapas para la búsqueda e identificación del talento deportivo



Iniciación/ Formación

Primer contacto con el deporte para desarrollar habilidades.

Aspectos para revisar

Curiosidad, ganas de jugar, movimiento libre, coordinación básica, apoyo familiar.

¿Dónde y cómo?

- Instituciones educativas distritales (colegios públicos y privados).
- Escuelas deportivas del IDR.
- Alcaldías locales.
- Cajas de compensación familiar.
- Escuelas deportivas privadas.

Edad

5 a 11 años.

¿Quién puede participar?

Niños, niñas y jóvenes.

Frecuencia de entrenamiento

Entre 3 y 4 horas por semana.

Tiempo de duración de la etapa

12 a 18 meses.

Puede variar según cada niño o niña.

Transición / Semilleros

Grupo donde se identifican jóvenes con aptitudes destacadas.

Aspectos para revisar

Mayor compromiso, habilidades técnicas más claras, actitud competitiva, trabajo en equipo.

¿Dónde y cómo?

- IDR (a través de programas como "Deporte 0 a 100" y Jornada Escolar Complementaria).
- Escuelas deportivas públicas y privadas.
- Cajas de compensación familiar.
- Instituciones educativas.
- Clubes deportivos y fundaciones.
- Ligas deportivas y empresas privadas.

Edad

12 a 15 años.

¿Quién puede participar?

Niños, niñas y jóvenes con buen desempeño.

Frecuencia de entrenamiento

Entre 6 y 8 horas por semana.

Tiempo de duración de la etapa

12 a 36 meses.

Talentos deportivos

Entrenamiento especializado y competencias formativas.

Aspectos para revisar

Disciplina, liderazgo, técnica avanzada, rendimiento competitivo, metas deportivas claras.

¿Dónde y cómo?

- IDR, liderando los procesos de formación avanzada.
- Escuelas deportivas de nivel avanzado.
- Cajas de compensación y universidades.
- Clubes y ligas deportivas.

Edad

15 a 19 años.

¿Quién puede participar?

Jóvenes sobresalientes.

Frecuencia de entrenamiento

Entre 5 a 6 sesiones semanales.

Notas importantes:

1. En el caso del deporte paralímpico, las edades y procesos pueden variar según el tipo de discapacidad, su origen (congénito o adquirido), y su clasificación funcional.
2. En deportes de inicio temprano o tardío estas edades pueden variar.
3. En la etapa de Talentos Deportivos se accede cumpliendo con al menos el 70 % de los criterios establecidos para cada deporte (documento técnico con indicadores específicos de rendimiento).



Aspectos que se deben considerar para detectar un talento

Edad

Aspectos a observar

5 a 11 años

(Iniciación y formación)

Curiosidad, ganas de jugar, movimiento libre, coordinación básica, apoyo familiar.

12 a 15 años

(Transición / Semilleros)

Mayor compromiso, habilidades técnicas más claras, actitud competitiva, trabajo en equipo.

***No es indispensable realizar pruebas físicas antes de los ocho años.**

15 a 19 años

(Talentos deportivos)

Disciplina, liderazgo, capacidades físicas específicas, técnica avanzada, rendimiento competitivo, metas deportivas claras.

En el caso del deporte paralímpico y sordolímpico, las edades y procesos de detección pueden variar dependiendo del tipo de discapacidad, su origen (congénito o adquirido) y la clasificación funcional del deportista. Es importante tener en cuenta que cada atleta puede transitar por las tres etapas de desarrollo deportivo (iniciación, semilleros y talentos), pero con particularidades en cada fase que deben ser adaptadas a sus necesidades y capacidades específicas.

6.

Confirmación del talento deportivo

Una vez se ha detectado a una persona con potencial para el deporte, el siguiente paso es confirmar que, en efecto, tiene condiciones para destacarse, y luego ayudarle a crecer como deportista. Este proceso se conoce como **confirmación y desarrollo del talento**.

¿Cómo se confirma a un talento deportivo?



Para confirmar un talento deportivo se deben revisar de manera objetiva varios **aspectos físicos, técnicos, mentales y sociales**, usando criterios claros.

¿Qué se hace después de confirmar el talento?



Cuando una persona es confirmada como talento, se inicia un proceso para apoyarla y potenciar sus capacidades, guiado por entrenadores, instituciones y profesionales del deporte.

Esto incluye:

Planes de entrenamiento personalizados.

Evaluaciones físicas y médicas periódicas.

Seguimiento psicológico y nutricional.

Participación en torneos escolares, distritales o nacionales.

Formación en valores como el respeto, la disciplina y el trabajo en equipo.



¿Qué aspectos se deben tener en cuenta?



A continuación, se resumen los componentes más importantes que se deben observar en cada deportista:

Componente

¿Qué se evalúa?

Físico

Fuerza, velocidad, resistencia, agilidad, composición corporal.

Técnico y táctico

Dominio de técnicas deportivas, toma de decisiones, estrategia.

Psicológico

Motivación, concentración, manejo de presión, resiliencia.

Social y familiar

Apoyo de su familia, hábitos de vida, participación en actividades deportivas.

Contexto

Acceso a entrenamientos, instalaciones, salud y transporte.



• **Clasificación funcional (nacional o internacional):** es clave para determinar el nivel de rendimiento del atleta, ya que la discapacidad se maneja de acuerdo con la funcionalidad específica de cada deportista. Esta clasificación ajusta las competencias a las capacidades reales del atleta, lo que permite que el rendimiento se evalúe de manera justa, garantizando una competición equitativa, donde los deportistas compiten dentro de categorías que reflejan su nivel funcional y no solo su tipo de discapacidad.

• **Tipo de discapacidad:** es fundamental tener en cuenta el tipo de discapacidad, ya sea congénita (presente desde el nacimiento) o adquirida (resultante de una lesión o enfermedad), ya que esto influye directamente en el proceso de adaptación y en las estrategias de entrenamiento. Las discapacidades congénitas pueden implicar una mayor familiaridad con las adaptaciones necesarias desde una edad temprana, mientras que las adquiridas pueden requerir un proceso de aprendizaje y adaptación más específico.

• **Certificados de aptitud médica:** documento oficial emitido por un médico que acredita que la persona está en condiciones físicas y de salud adecuadas para realizar actividad física o deportiva sin riesgos evidentes para su salud.

• **Accesibilidad al entorno de entrenamiento:** la confirmación del talento paralímpico y sordolímpico no depende solo de la discapacidad, sino de la capacidad funcional, el deseo de superación y el entorno que acompaña al deportista.

- **Colegios públicos y privados:** profesores de educación física y entrenadores escolares pueden detectar talentos en clases, torneos y juegos escolares.
- **Universidades e instituciones de educación superior:** son espacios donde los jóvenes pueden continuar su desarrollo deportivo.
- **Clubes y escuelas deportivas:** lugares especializados donde se entrena de forma más estructurada.
- **Programas deportivos comunitarios:** como los promovidos por el IDR, alcaldías locales o cajas de compensación.
- **Fundaciones, Centros Crecer y programas sociales:** especialmente importantes en el caso del deporte paralímpico.
- **Festivales y torneos:** eventos donde se pueden observar habilidades en acción.
- **Espacios para la práctica deportiva:** parques, ciclovía, canchas de barrio, zonas rurales, juegos entre vecinos.



Importante:

El talento no siempre nace en un club deportivo. Muchas personas desarrollan habilidades por cuenta propia, jugando libremente. Estos espacios no convencionales también son fundamentales.

7.

Espacios propicios para la detección y confirmación del talento

Detectar y confirmar el talento deportivo no es simplemente “ver quién juega bien, quién es más alto o fuerte”. Se trata de un proceso planificado, en el que se observa con atención a las personas en distintos entornos para identificar sus habilidades y su potencial.



8.

Características de las personas que detectan talentos

Un(a) detector(a) de talentos es **una persona que sabe observar e identificar a quienes tienen capacidades excepcionales para el deporte.**

¿Qué habilidades debe tener?



Capacidad para observar.



Conocimiento del deporte y en el caso del sector paralímpico y sordolímpico identificar los tipos de discapacidad.



Habilidad para notar la actitud, motivación y personalidad del deportista.



Importante:

Identificar y desarrollar talento no es solo mirar el rendimiento actual. Es ver el potencial, brindar apoyo integral y crear un camino de oportunidades para que cada persona alcance su mejor versión a través del deporte.

El talento deportivo existe en cada rincón de Bogotá. Puede estar en una clase de educación física, en una cancha de barrio, en una niña que corre en el parque o en un joven que juega con sus amigos en la cuadra.

Por eso, esta cartilla busca que **cualquier persona, profesora, madre o padre, entrenador o líder comunitario, pueda reconocer, acompañar y guiar ese talento hacia su máximo desarrollo.**

El deporte transforma vidas. Y cuando descubrimos un talento, estamos abriendo la puerta a una historia de esfuerzo, disciplina y orgullo para la ciudad.

9.

Protocolo para invitar a un talento deportivo a un programa de formación

Una vez se ha identificado una persona con talento deportivo, el siguiente paso es **invitarlo a participar en un programa de formación**, de manera respetuosa, clara y motivadora.

Esta invitación debe hacerse con cuidado, pensando no solo en la persona, sino también en su familia y en sus necesidades particulares. Aquí te explicamos cómo hacerlo correctamente.



Antes de hacer la invitación: asegúrate de tener la información completa

Antes de hablar con la persona o su familia, **es fundamental conocer bien el programa deportivo al que se le está invitando**. Esto genera confianza y facilita la decisión.

Debes tener claro:

- ¿En qué consiste el programa?
- ¿Cuáles son sus objetivos y metas?
- ¿Cuándo y dónde se realizan los entrenamientos?
- ¿Cuáles son los requisitos para participar?
- ¿Qué beneficios ofrece (formación, acompañamiento, participación en torneos, etc.)?
- ¿Cuánto tiempo dura y cómo es el acompañamiento?



¿Cómo te puedes acercar a la persona y a su familia?

- 1.** Habla primero con los padres, madres, tutores o cuidadores. Ellos deben estar enterados y dar su aprobación.
- 2.** Preséntate de forma formal y clara. Di tu nombre completo, la entidad que representas y cuál es el motivo del contacto.
- 3.** Usa prendas o distintivos oficiales, si es posible, para dar mayor confianza.

4. Habla con un lenguaje claro, amable e incluyente. Adáptalo a la edad y comprensión del niño, niña o joven.
5. Muestra respeto y empatía. Cada familia es diferente, y puede tener dudas, temores o necesidades especiales.
6. Escucha. Pregunta por los intereses deportivos de la persona, sus expectativas y si hay algo que deba tenerse en cuenta (por ejemplo, una discapacidad o condición particular).



¿Cómo puedes hacer la invitación?

Cuando ya estés con la familia y la persona interesada, sigue estos pasos:

- Explica con claridad en qué consiste el programa y cuál es su objetivo.
- Resalta los beneficios del deporte, no solo físicos, sino también emocionales, sociales y formativos.
- Indica los horarios y lugares de práctica.
- Entrega materiales informativos (un folleto, una hoja, un video o enlace web) para que puedan revisarlo con calma en casa.
- Si no eres tú quien estará a cargo del proceso, proporciona los datos de contacto del entrenador o responsable del programa.



»» **Durante el proceso de invitación**

- Mantén una actitud entusiasta y respetuosa.
- Trata con consideración tanto al niño, niña o joven como a sus padres o cuidadores.
- Responde todas las preguntas con paciencia. Es normal que tengan dudas.
- Asegúrate de que todo quede claro, sin presiones.

»» **¿Y después de la invitación?**

El proceso no termina con la conversación inicial. Es importante hacer un **seguimiento respetuoso**:

- Contacta nuevamente a la familia para **resolver dudas que hayan surgido después**.
- Si aceptan unirse al programa, **prepara bien la bienvenida y la primera sesión**.
- Mantén **canales de comunicación abiertos**, escucha sugerencias y adapta el proceso según las necesidades del nuevo integrante.

Este protocolo garantiza que cada invitación sea una oportunidad de inclusión, confianza y crecimiento.



Recuerda:

Un talento puede comenzar su camino gracias a una conversación bien hecha.



TEST **de valoración**



Unidad de Medida para la Entrega la Información

Test

Unidad de medida

Leger

Etapa terminada

Velocidad 30m

Segundos, centésimas

Wells

+/-/N

Abdominal

Repeticiones

Sentadilla

Repeticiones

Talla

Centímetros, metros

Peso corporal

Kg

Talla sentado

Cm

Envergadura

Cm



Factores Psicosociales

Para la medición de los factores psicosociales se dispone de diversas escalas estandarizadas que permiten cuantificar el conjunto de características personales de un individuo con mejor adaptación o predisposición al rendimiento deportivo. Ejemplos de estas escalas son la escala de resiliencia CD-RISC, Escalas de Motivación Deportiva, entre otras, las cuales deben ser aplicadas por personal profesional entrenado. Sin embargo, presentamos a continuación, una herramienta sencilla que puede ser de utilidad en las etapas iniciales de detección precoz de talento en diferentes contextos cotidianos.



Lista de Chequeo Detección de Talento: Factores psicosociales

Fuente: Elaboración propia Equipo Estrategia Deportiva IDRD 2025

Dimensión	Ítem	NO (1)	Algunas veces (2)	SI (3)
Motivación y orientación a logros	1. Muestra interés constante por entrenar y mejorar.			
	2. Disfruta la práctica deportiva incluso frente a la dificultad.			
Autodisciplina y responsabilidad	3. Acepta normas y reglas del juego sin resistencia.			
	4. Tolerar retrasar recompensas inmediatas por objetivos a largo plazo.			
Regulación emocional	5. Controla la frustración ante derrotas o errores.			
	6. Se recupera rápidamente de una experiencia negativa.			
Resiliencia y manejo de la adversidad	7. Aprende de los fracasos y los utiliza para mejorar.			
	8. Afronta dificultades o desventajas sin abandonar el deporte.			
Habilidades sociales y trabajo en equipo	9. Acepta roles distintos dentro del equipo.			
	10. Escucha y respeta instrucciones del entrenador.			
	11. Muestra empatía y apoyo hacia compañeros.			
Autoconfianza y autoeficacia	12. Cree en su capacidad para superar retos deportivos.			
	13. Valora sus logros sin necesidad constante de validación externa.			
Concentración y atención	14. Se enfoca en los objetivos pese a distracciones externas.			
	15. Es capaz de seguir instrucciones complejas en la práctica deportiva.			
Orientación ética y valores deportivos	16. Rechaza conductas antideportivas (trampas, burlas, violencia).			
	17. Muestra espíritu de juego limpio.			
Relación con la familia y el entorno	18. Cuenta con apoyo familiar para su práctica deportiva.			
	19. Maneja adecuadamente la presión externa (padres, pares, público).			
	20. Integra el deporte de manera equilibrada con la escuela y vida social.			

Interpretación del puntaje total:

Predisposición alta (Perfil A):

Niño, niña o joven (NNJ) con un perfil sólido de habilidades psicosociales para el alto rendimiento.

43 - 60
puntos

Predisposición media (Perfil B):

NNJ con fortalezas en algunas áreas, pero requiere refuerzo en otras para sostener un proceso exigente.

25 - 42
puntos

Predisposición baja (Perfil C):


NNJ con habilidades psicosociales limitadas; requiere acompañamiento antes de proyectarse al alto rendimiento.

0 - 24
puntos



Para tener en cuenta:

Esta herramienta es una lista rápida de chequeo que orienta en acciones tempranas de detección de talentos, pero que no reemplaza la evaluación y el concepto profesional.



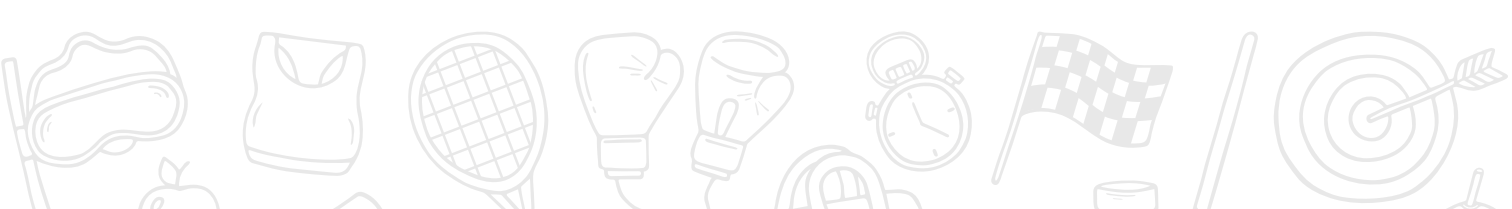
La **Lista de Chequeo de Factores Psicosociales** es una herramienta diseñada para facilitar la observación inicial de comportamientos, actitudes y habilidades que pueden indicar una buena predisposición al desarrollo deportivo. Su uso debe estar orientado al acompañamiento, la orientación y el fortalecimiento de trayectorias deportivas, no a la exclusión.

Es fundamental tener presente que los factores sociales exógenos (como las condiciones familiares, económicas, educativas o comunitarias) no deben ser interpretados como limitaciones definitivas ni como criterios de descarte. Por el contrario, deben ser comprendidos como elementos que requieren atención, apoyo y adaptación por parte de los programas deportivos.

La detección de talento debe ser un proceso inclusivo, respetuoso y contextualizado, que reconozca la diversidad de experiencias de niñas, niños y adolescentes. En este sentido, se recomienda que:

- La aplicación de esta herramienta se realice en un ambiente seguro, sin juicios ni etiquetas.
- Los resultados se utilicen para orientar el acompañamiento, no para excluir.
- Se promueva el diálogo con las familias y el entorno del deportista, reconociendo sus fortalezas y necesidades.
- Se articulen acciones con otros sectores (educación, salud, protección) cuando se identifiquen factores de riesgo o vulnerabilidad.

El talento deportivo puede surgir en cualquier contexto. Por ello, es responsabilidad del sistema deportivo garantizar que las condiciones externas no se conviertan en barreras, sino en oportunidades para construir procesos formativos más equitativos, sostenibles y transformadores.



Test de Léger (Course Navette)

Objetivo: (VO₂máx).

Material:

- Amplificador de sonido o silbato.
- Zona plana de 20 metros.
- Conos de marcación.
- Cronómetro.

Protocolo:



Distancia: 20 metros

- Posición inicial:** el participante inicia detrás de una línea marcada en uno de los extremos de la pista.
- Ejecución:** al escuchar la señal sonora, corre hasta la línea opuesta (20 metros), pisa la línea y espera la siguiente señal para regresar. El ritmo está determinado por los pitidos, que aumentan progresivamente de velocidad.
- Registro:** si el participante no logra llegar a la línea antes del pitido dos veces consecutivas, la prueba finaliza. Se anotan el número de niveles ("etapas") alcanzadas.

Velocidad de desplazamiento

Objetivo: Medir la velocidad de desplazamiento en sprint corto.

Material:

- Espacio recto y plano de al menos 40 metros.
- Cronómetro o fotoceldas.
- Cinta métrica.
- Conos de señalización.
- Formato para el registro.

Protocolo:



Distancia: 30 metros

- Posición inicial:** el participante se ubica en posición de salida alta, detrás de la línea de partida (marcada con conos).
- Ejecución:** a la señal de "listo" y "fuera" o al silbato, el sujeto corre a máxima velocidad durante los 30 metros, sin desacelerar antes de cruzar la línea de llegada.
- Registro:** se cronometran los segundos y centésimas desde la salida hasta que el sujeto cruza totalmente la línea de meta. Se realiza de dos a tres veces y se toma el mejor tiempo.



Test de Wells (Sit and Reach)

Objetivo: Evaluar la flexibilidad isquiotibial y lumbar.

Material:

- Utilizar un cajón con una regla centimetrada sobre la parte superior.
- Formato para el registro.

Protocolo:

- Posición inicial:** la persona se sienta en el suelo, con piernas estiradas y pegadas, pies descalzos apoyados contra el cajón y manos paralelas sobre la regla.
- Ejecución:** desde la posición inicial, flexionando el tronco hacia adelante de forma lenta, deslizando las manos con los brazos y dedos extendidos por la regla, manteniendo las piernas completamente estiradas y sin flexionar las rodillas. Sostener la posición por al menos 3 segundos.
- Registro:** el punto máximo alcanzado por los dedos se registra en centímetros; la posición se mantiene al menos tres segundos.
- Intentos:** se realizan tres intentos, anotando el mejor resultado obtenido tras pausas cortas entre pruebas.

48.

Abdominales

Objetivo: Medir la resistencia muscular abdominal.

Material:

- Colchoneta o terreno blando.
- Cronómetro.
- Formato para el registro.

Protocolo:



Duración: 1 minuto

- Posición inicial:** acostado boca arriba, piernas flexionadas por las rodillas, plantas de los pies en contacto con el suelo, brazos relajados cruzados a la altura del pecho o con las manos detrás de la nuca.
- Ejecución:** la persona debe levantar el tronco del suelo hasta que los codos toquen las rodillas y regresar a la posición inicial.
- Registro:** se realiza la mayor cantidad de repeticiones correctas durante 60 segundos.



Salto horizontal

Objetivo: Medir la potencia del tren inferior.

Material:

- Cinta métrica.
- Superficie plana y no deslizante.
- Cinta adhesiva o línea de tiza.
- Formato para el registro.

Protocolo:



Duración: 3 intentos

- Posición inicial:** de pie, pies separados al ancho de los hombros. La punta de los pies debe estar justo detrás de la línea de partida.
- Ejecución:**
 - **Preparación para el salto:** se flexionan las rodillas y balancea los brazos hacia atrás para generar impulso.
 - **Salto:** utilizando los brazos como contrapeso para ganar impulso, el atleta realiza una extensión explosiva de las rodillas y las caderas para saltar hacia adelante lo más lejos posible.
 - **Aterrizaje:** el aterrizaje debe ser con los dos pies simultáneamente. Se debe mantener el equilibrio para no caer hacia atrás.
- Registro:** la distancia se mide desde la parte más cercana de la línea de despegue hasta el punto más cercano de contacto del cuerpo del atleta con el suelo al aterrizar (generalmente los talones).



Talla

Objetivo: Obtener la altura total del cuerpo desde los pies hasta la coronilla.

Material:

- Tallímetro o cinta métrica (metro) fijado verticalmente en una pared o superficie plana.
- Piso nivelado y sin alfombra.
- Escuadra o cartabón (si no se usa tallímetro de barra).
- Formato para el registro.

Protocolo:

- La persona debe estar descalza, preferiblemente en pantaloneta y camiseta.
- Posicionar al sujeto de modo que talones, glúteos y parte superior de la espalda estén en contacto con la pared.
- Bajar el tallímetro o escuadra hasta que toque suavemente la coronilla.



Medición de peso corporal

Objetivo: Conocer el peso total del cuerpo.

Material:

- Báscula digital o mecánica calibrada.
- Piso nivelado.
- Formato para el registro.

Protocolo:

- La persona debe estar descalza y en pantaloneta y camiseta.
- Ubicarse en el centro de la balanza con el peso distribuido uniformemente.
- Asegurarse de que la persona esté quieta y que la balanza marque cero antes de iniciar.



Talla sentado

Objetivo: Medir longitud del torso.

Material:

- Cinta métrica.
- Banco o caja.
- Formato para el registro.

Protocolo:

- La persona se sienta en un banco plano, espalda recta, pies colgando.
- Se mide desde el vértice de la cabeza hasta la base del banco.
- Se utiliza una cinta métrica.



Envergadura

Objetivo: Medir longitud de brazos extendidos.

Material:

- Cinta métrica.
- Pared o superficie plana.
- Formato para el registro.

Protocolo:

- La persona se coloca de pie con la espalda recta y apoyada contra una pared o superficie plana, con los pies juntos y los brazos extendidos horizontalmente formando un ángulo de 90 grados con el cuerpo, con las palmas hacia adelante y los dedos completamente extendidos.
- Medir la distancia desde la punta del dedo medio de una mano hasta la punta del dedo medio de la otra mano.
- Registro:** anotar la medida en centímetros, asegurando que la cinta esté tensa y en línea recta sin curvaturas.

10.

Referencias

Esta cartilla se basa en fuentes nacionales e internacionales reconocidas en el ámbito deportivo, así como en documentos técnicos del IDRDR y del Ministerio del Deporte. Si deseas profundizar más, a continuación, encontrarás un listado completo con los textos, artículos y estudios utilizados como respaldo.

- Baur, J. (1993). Talento deportivo: concepto y desarrollo.
- Bompa, T. (1985). Teoría y metodología del entrenamiento.
- Bompa, T., & Haff, G. (2021). Periodización: Teoría y metodología del entrenamiento (6a ed.). Paidotribo.
- Carl, K., citado por Bohme, S. (s.f.). Talento deportivo: una denominación de una persona.
- Cazorla, G. (1983). Detección de talentos deportivos.
- Dialnet. (2019). Origen etimológico del concepto de talento deportivo: ¿genética o práctica deliberada? Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6930812.pdf>
- Dialnet. (2020). Aspectos centrales de la identificación y desarrollo de talentos deportivos: revisión sistemática. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7590956.pdf>
- Dialnet. (s.f.). Enfoque comprensivo de la detección, captación, selección y atención al talento deportivo. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8637881.pdf>
- EFDeportes.com. (s.f.). Conducción de los talentos en el deporte. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd187/conduccion-de-los-talentos-en-el-deporte.htm>
- EFDeportes.com. (s.f.). Detección de talentos deportivos. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd189/deteccion-de-talentos-deportivos.htm>
- EFDeportes.com. (s.f.). Orientación, elección y confirmación de dimensiones procedimentales del seguimiento de talentos deportivos. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd191/seguimiento-de-talentos-deportivos.htm>
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100(3), 363–406.

- Euskadi.eus. (s.f.). Detección y Desarrollo del Talento Deportivo. Recuperado de https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/kirol_eskola_prestakuntza_jard/es_def/adjuntos/ESCUELA%20VASCA%20ALUMNOS.pdf
- G-se.com. (s.f.). ¿Qué es un talento deportivo? Recuperado de <https://g-se.com/es/que-es-un-talento-deportivo>
- Hahn, H. (s.f.). Talento deportivo: una aptitud acentuada en una dirección.
- Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD). (s.f.). Cartilla de búsqueda e identificación del talento deportivo en Bogotá. <https://www.idrd.gov.co/deportes/talentos-deportivos>
- Marques, A. (s.f.). Talento deportivo: individuo con factores endógenos especiales.
- Ministerio del Deporte. (2023). Lineamientos para programas de iniciación deportiva. <https://www.mindeporte.gov.co>
- Ministerio del Deporte, Colombia. (s.f.). Grupo Interno de Trabajo Talento y Reserva Deportiva. Recuperado de <https://www.mindeporte.gov.co/mindeporte/quienes-somos/dependencias/direccion-posicionamiento-liderazgo-deportivo/grupo-interno-trabajo-talento-reserva-deportiva>
- Salmela, J. H., & Regnier, G. (1983). Analyse de la performance sportive.
- SciELO Cuba. (2021). La estructuración de una prueba de selección para los talentos en el deporte. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000300685
- Universidad Miguel de Cervantes. (2017). Talentos Deportivos: Detección, Orientación y Desarrollo. Recuperado de <http://estudios.umc.cl/wp-content/uploads/2017/06/MANUAL-SERIE-4.pdf>
- USTA. (2017). Detección y selección de los talentos deportivos. Comparación de los programas utilizados por los clubes de fútbol en Bogo. Recuperado de <https://repository.usta.edu.co/bitstreams/4b9723e3-074d-4005-b034-2464885ec1bd/download>
- Zatsiorski, V. M., citado por Cuadro, F. (s.f.). El talento deportivo se caracteriza por determinada combinación de las capacidades motoras y psicológicas.



Monse

Nuestra atleta, refleja la grandeza del deporte convencional en sus diferentes disciplinas, acompañada de valentía y resiliencia representa a nuestro Equipo Bogotá en competencia.



Xué

Xué, nuestro representante del sector paralímpico, llega vestido de cobre con su armadura, listo para competir con los grandes del deporte, demostrando fortaleza y vivacidad a la hora de actuar.

Cartilla

**Búsqueda e
identificación de
TALENTOS
DEPORTIVOS EN
BOGOTÁ**



EQUIPO BOGOTÁ

