



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA**

**EDUCACIÓN**

**CARRERA: CULTURA FÍSICA**

**TEMA:**

---

**“FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO EN LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA.”**

---

**Informe final del Trabajo de Graduación o Titulación previo a la obtención del Título de Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención Cultura Física.**

**AUTOR:** Luis Alfredo Villamarin Tapia

**TUTOR:** Dr. Mg. Patricio Gustavo Ortiz Ortiz

**AMBATO - ECUADOR**

**2017**

## **APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN**

### **CERTIFICA:**

Yo, Dr. Mg. Patricio Gustavo Ortiz Ortiz, en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO EN LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA**, desarrollado por el egresado, Sr. Luis Alfredo Villamarin Tapia, considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.



Dr. Mg. Patricio Gustavo Ortiz Ortiz

**TUTOR**

## **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

Dejo constancia de que el presente informe con el tema: **FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO EN LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA**, es el resultado de la investigación del autor, quien, basado en los estudios realizados durante la carrera, investigación científica, revisión documental y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación.

Las ideas, opiniones y comentarios vertidos en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.



.....  
Luis Alfredo Villamarín Tapia

**AUTOR**

## CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente trabajo final de Grado o Titulación sobre el tema: **FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO EN LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA**, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.



.....  
Luis Alfredo Villamarín Tapia

**AUTOR**

**AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS  
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

La Comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO EN LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA**, presentado por el Sr. Luis Alfredo Villamarin Tapia, egresado de la Carrera de Cultura Física, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

**LA COMISIÓN**



---

Lcdo. Mg. Luis Jiménez

**MIEMBRO**



---

Lcda. Mg. Maria Fernanda Viteri

**MIEMBRO**

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo de investigación, dedico a la mujer más importante de mi vida, mi esposa, por darme el mejor regalo que puede recibir un hombre, un hijo, y por tu valentía y lucha firme en todo momento bueno o malo siempre apoyándome y siendo esa fortaleza y aliento para culminar mis estudios y forjarnos un futuro mejor para bien de nuestro hogar.

Luis Villamarin

## **AGRADECIMIENTO**

Resalto mi agradecimiento al Doctor Magister Patricio Ortiz, quien con su infinita humildad y gran apoyo me supo guiar y aconsejar para que no decaiga y termine con éxito el presente trabajo de investigación y de esta manera obtenga mi título profesional que me ayudara a obtener un futuro mejor que sustente a mi familia.

De la misma forma a todas las personas que contribuyeron en parte en mi carrera estudiantil, a mis profesores, familia y compañeros.

Siempre los tendré consideración.

Luis Villamarin

## ÍNDICE GENERAL

### PRELIMINARES

Portada .....	i
Aprobación.....	ii
Autoría de la Investigación.....	iii
Derechos del Autor.....	iv
Al Consejo.....	v
Dedicatoria.....	vi
Agradecimiento.....	vii
Índice.....	viii
Resumen Ejecutivo.....	xii
Introducción.....	xiii

### CAPÍTULO I

#### EL PROBLEMA

1.1.Tema.....	1
1.2.Planteamiento del Problema.....	1
1.2.1. Contextualización.....	1
1.2.2. Análisis Crítico .....	4
1.2.3. Prognosis .....	4
1.2.4. Formulación del Problema .....	5
1.2.5. Preguntas (sub tema).....	5
1.2.6. Delimitación del Problema.....	5
1.3.Justificación .....	6
1.4.Objetivos.....	7
1.4.1. Objetivo General.....	7
1.4.2. Objetivos Específicos.....	8

### CAPÍTULO II

#### MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes Investigativos.....	09
2.2. Fundamentación Filosófica.....	10
2.3. Fundamentación Legal.....	11
2.4. Categorías fundamentales.....	13



Constelación de Ideas de las Variables.....	14
2.4.1. Conceptualización de las Variables.....	16
2.5. Hipótesis.....	50
2.6. Señalamiento de Variables.....	50

**CAPÍTULO III  
METODOLOGÍA**

3.1. Enfoque de la Investigación.....	51
3.2. Modalidad básica de investigación.....	52
3.3. Nivel o Tipo de Investigación.....	53
3.4. Población y muestra.....	54
3.5. Operacionalización de las Variables.....	55
3.6. Plan de recolección.....	57
3.7. Plan de procesamiento de la información.....	58

**CAPÍTULO IV  
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

4.1. Análisis estadísticos e interpretación de resultados.....	59
4.2. Verificación de la Hipótesis.....	69

**CAPÍTULO V  
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

5.1. Conclusiones.....	76
5.2. Recomendaciones.....	77
Material de referencia.....	78

**PAPER**

Artículo Técnico Científico.....	80
----------------------------------	----

## ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1. Población y muestra.....	54
Cuadro N° 2. Operacionalización de la variable Independiente.....	55
Cuadro N° 3. Operacionalización de la variable Dependiente.....	56
Cuadro N° 4. Plan de recolección de la información.....	57
Cuadro N°5. Pregunta uno.....	59
Cuadro N°6. Pregunta dos.....	60
Cuadro N°7. Pregunta tres.....	61
Cuadro N°8. Pregunta cuatro.....	62
Cuadro N°9. Pregunta cinco.....	63
Cuadro N°10. Pregunta seis.....	64
Cuadro N°11. Pregunta siete.....	65
Cuadro N°12. Pregunta ocho.....	66
Cuadro N°13. Pregunta nueve.....	67
Cuadro N°14. Pregunta diez.....	68
Cuadro N°15. Resultados.....	69
Cuadro N°16. Resultados.....	69
Cuadro N°17. Resultados.....	70
Cuadro N°18. Resultados.....	70
Cuadro N°19. Frecuencia Esperadas.....	71
Cuadro N°20. Tabla Frecuencia Observada.....	72
Cuadro N°21. Verificación del Chi Cuadrado.....	74
Cuadro N°22. Cálculo Chi Cuadrado.....	74

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1. Árbol de problema.....	3
Gráfico N° 2. Categorías fundamentales.....	13
Gráfico N° 3. Constelación de ideas de la variable Independiente.....	14
Gráfico N° 4. Constelación de ideas de la variable Independiente.....	15
Gráfico N°5. Pregunta uno.....	59
Gráfico N°6. Pregunta dos.....	60
Gráfico N°7. Pregunta tres.....	61
Gráfico N°8. Pregunta cuatro.....	62
Gráfico N°9. Pregunta cinco.....	63
Gráfico N°10. Pregunta seis.....	64
Gráfico N°11. Pregunta siete.....	65
Gráfico N°12. Pregunta ocho.....	66
Gráfico N°13. Pregunta nueve.....	67
Gráfico N°14. Pregunta diez.....	68
Gráfico N°15. Verificación Hipótesis.....	75

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA: CULTURA FÍSICA**

**TEMA:**

**FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO EN LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA.**

**AUTOR:** Luis Alfredo Villamarin Tapia

**TUTOR:** Dr. Mg. Patricio Gustavo Ortiz Ortiz

**RESUMEN EJECUTIVO**

El presente trabajo de investigación establece como centro de búsqueda la incidencia de los fundamentos técnicos individuales del baloncesto dentro de la motricidad gruesa de los niños de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito, provincia de Pichincha y se obtuvo que la mayoría de niños de este establecimiento educativo, no realizan de forma adecuada las prácticas deportivas dentro de este deporte, causándoles múltiples deficiencias motrices debido a que las prácticas son de forma empírica, ya que sus docentes responsables no tienen el conocimientos adecuado, de las ventajas y desventajas que se pueden obtener mediante el trabajo óptimo de los fundamentos del baloncesto para un desarrollo eficaz de la motricidad gruesa en los educandos.

Es así que mediante la metodología aplicada se verifica que la práctica de los fundamentos técnicos del baloncesto aplicados en forma planificada y guiada es muy importante para el desarrollo y fortalecimiento de la motricidad gruesa en lo niños.

Por lo expuesto se llega a la conclusión que surge la necesidad de orientar y capacitar a los docentes para su mejor y adecuada aplicación dentro de sus clases y prácticas deportivas.

**DESCRIPTORES:** Fundamentos, deportivos, técnicos, baloncesto, motricidad gruesa, estudiantes.

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo investigativo se dirigió a estudiar “**FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO EN LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA**”, planteando como objetivo general analizar su desarrollo en el proceso, su desempeño, coordinación y destrezas al ejecutarlos en forma ineficiente durante la jornada diaria o semanal.

Este trabajo de investigación está conformado de cinco capítulos y un anexo distribuidos de la siguiente manera:

**CAPÍTULO I**, se analiza el problema de la investigación, conformado por el tema de investigación, planteamiento del problema, justificación, objetivos.

**CAPÍTULO II**, está conformado por el Marco Teórico, que contiene los antecedentes investigativos, fundamentación filosófica, fundamentación legal, categorías fundamentales, hipótesis y señalamiento de variables.

**CAPÍTULO III**, relacionado con la Metodología, describe la modalidad básica de la investigación, nivel o tipo de la investigación, población y muestra, la operacionalización de variables, recolección de información, procesamiento y análisis.

**CAPÍTULO IV**, se encuentra el análisis e interpretación de los resultados, representado mediante cuadros de frecuencias y gráficos estadísticos.

**CAPÍTULO V**, está constituido por las conclusiones y recomendaciones.

**FINALMENTE**, encontramos los materiales de referencia como lo son bibliografía, linkografía, anexos y **Artículo Técnico (Paper)**.

# **CAPÍTULO I**

## **EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.1 Tema**

FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO EN LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA

### **1.2 Planteamiento del Problema**

#### **1.2.1. Contextualización**

El ser humano a medida que va creciendo y desarrollándose poco a poco comienza a adquirir un refinamiento en sus movimientos, ya sea para manipular, equilibrarse o desplazarse, estos patrones motores se van estructurando en el tiempo y avanzando desde el estado inicial, elemental y maduro (Muraro, 2003) en donde eventualmente llegará a unos movimientos especializados; el paso hacia los gestos propios de las disciplinas deportivas y que claramente son una diversificación de los patrones motores básicos y poseen una mayor elaboración y complejidad.

El baloncesto sigue siendo el mismo desde sus inicios, donde más que el contacto físico fuerte prevalece, la técnica y habilidad de cada jugador.

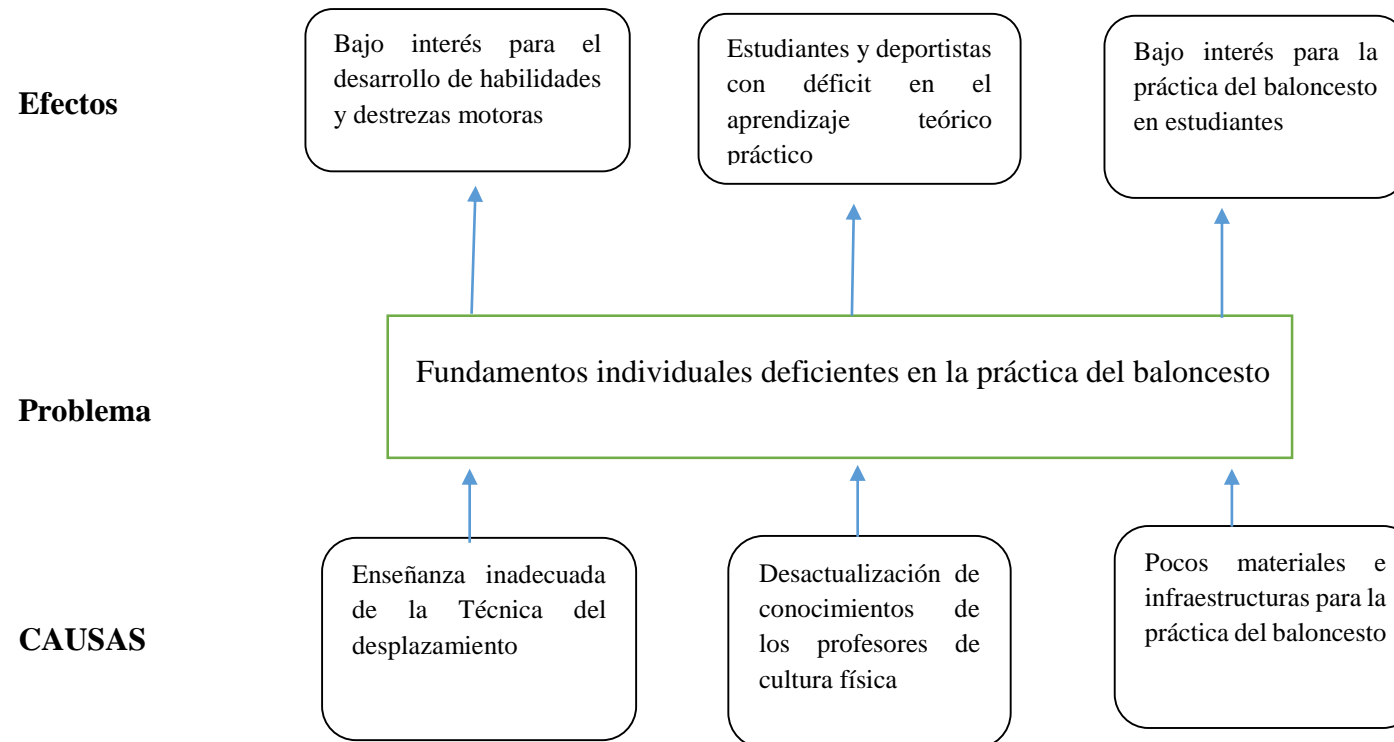
El baloncesto se ha transformado en uno de los deportes más seguido a nivel mundial.

En el Ecuador la Federación Ecuatoriana de Baloncesto es una Corporación de derecho privado que tiene bajo su responsabilidad la planificación, dirección y control de este deporte sujeto a las leyes de la República y sus reglamentos, a los estatutos del COE y de la Federación Deportiva Nacional; a los reglamentos internacionales de la F.I.B.A.

En la provincia de Pichincha tenemos un descuido en esta disciplina, ya que al tener jóvenes preparados con fundamentos técnicos para su desarrollo, dan más respaldo a deportes conocidos y practicados como es el fútbol, pero el baloncesto no cuenta con una adecuada planificación de entrenamiento que incremente su desempeño físico y por ende un mejor manejo de dichos fundamentos para un rendimiento óptimo y superar algunos desfases que mantienen a esta disciplina en lugares intermedios, su práctica es insuficiente al no tener entrenadores profesionales y capacitados en esta disciplina deportiva quedando relegados de participar en torneos internacionales

Dentro del ámbito educacional en la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia todavía encontramos problemas de deserción y poco interés de los estudiantes por la práctica del baloncesto ahí podemos denotar un manejo deficiente del balón y desconocimiento de las reglas de juego

## Árbol de Problema



**Grafico N° 1:** Árbol de Problemas  
**Elaborado por:** Luis Villamarin



### **1.2.2. Análisis Crítico**

La inadecuada enseñanza de la Técnica de desplazamiento, lanzamientos, entradas movimientos individuales produce en el estudiante un bajo interés para el desarrollo de habilidades y destrezas motoras, lo que repercute en su desempeño deportivo manifestado en los eventos deportivos intercolegiales.

Otra de las causas es la falta de capacitación profesional por parte del docente de Cultura Física, por múltiples factores como lo es el aspecto económico, tiempo y más aún la desmotivación en querer prepararse o actualizarse, lo que produce que las clases o entrenamientos sean monótonos o empíricos alcanzando un alto déficit en su preparación técnica y teórica

De la misma forma la poca dotación de materiales e infraestructuras para la práctica del baloncesto trae como consecuencia que los estudiantes y personal a cargo pierda el interés para las prácticas deportivas en este deporte.

Estas causas tienen una serie de efectos como son los bajos resultados a nivel competitivo en torneos en las categorías respectivas, a nivel emocional tenemos deportista con baja autoestima y un bajo rendimiento deportivo.

Dentro del área educativa encontramos problemas como el desinterés por parte de los alumnos en el área de educación física y específicamente el baloncesto.

Podríamos decir que éstas fueron algunas de las causas y efectos que no permitieron el desarrollo adecuado de los fundamentos del baloncesto generando un retroceso en los conocimientos adquiridos.

### **1.2.3. Prognosis**

En caso de no llevarse a cabo la investigación pertinente la problemática seguirá en aumento y los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha serán los grandes afectados por el

desconocimiento de los docentes sobre los fundamentos básicos de baloncesto. Por otra parte, tendremos un bajo desarrollo en fundamentos técnicos individuales dándonos como resultado la falta de desarrollo de las capacidades físicas y motrices, y no logrando mejorar la motricidad gruesa, y la institución carecerá de una buena selección que le pueda representar

#### **1.2.4. Formulación del problema**

¿Cómo incide los fundamentos técnicos individuales del baloncesto en la motricidad gruesa de los niños de la unidad educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha?

#### **1.2.5. Preguntas Directrices**

¿Cómo empleamos los fundamentos técnicos individuales del baloncesto para mejorar la motricidad gruesa?

¿Cómo incide el inadecuado desarrollo de la motricidad gruesa en el desarrollo de los fundamentos técnicos individuales?

¿Se puede mejorar los fundamentos técnicos individuales haciendo un trabajo específico para la motricidad gruesa?

#### **1.2.6. Delimitación del objeto de investigación**

**Campo:** Cultura Física

**Área:** Baloncesto

**Aspecto:** Fundamentos técnicos individuales del baloncesto

Desarrollo motriz grueso

### **Delimitación espacial**

La presente investigación se desarrolló con los estudiantes - deportistas de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha

### **Delimitación temporal**

- Se efectuó en el año lectivo 2016 -2017
- Unidades de observación
- La presente investigación se efectuó con los siguientes sujetos:

**Indirectamente:** Las Autoridades y Docentes, padres de Familia.

**Directamente:** Los estudiantes deportistas de la institución.

### **1.3. Justificación**

El presente trabajo investigativo es de gran **importancia** para los estudiantes ya que tiene como finalidad mejorar el inter aprendizaje de los mismos atreves de la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del baloncesto, desarrollando habilidades y destrezas motrices.

Para el desarrollo de este proyecto investigativo en pro del beneficio escolar en busca de un mejor rendimiento académico y físico, se ha aplicado estrategias y técnicas, permitiendo la **Factibilidad** del mismo, es decir que los recursos que se

van a necesitar estén disponibles y que no sean un obstáculo en el desarrollo del proyecto para ello la metodología adoptada estará dentro de los plazos previstos.

De la misma manera daremos un **interés** primordial en la enseñanza-aprendizaje de los niños, para ello se requiere que el material didáctico a ser utilizado sea el apropiado, con lo que lograremos incentivar la práctica del baloncesto y mejorando los fundamentos técnicos individuales de acuerdo a las diferentes edades de los educandos.

El educador debe ser innovador en todas sus clases tanto en la utilización de los diferentes materiales didácticos, así como también en sus planificaciones, de manera que cause **novedad** en los estudiantes y despierte el interés por el deporte.

Una vez que el maestro haga uso de todos los recursos diseñados para alcanzar un resultado positivo, los estudiantes de 8 a 12 años del nivel básico serán los **beneficiados**, ya que sus habilidades y destrezas motoras irán desarrollándose progresivamente hasta lograr correctos fundamentos técnicos individuales del baloncesto.

Este trabajo investigativo creará un **impacto** en la sociedad puesto que contribuirá positivamente al proceso de Enseñanza-aprendizaje de fundamentos técnicos individuales del baloncesto y por ende al desarrollo de habilidades y destrezas motoras en edades tempranas.

## **1.4. Objetivos**

### **1.4.1. Objetivo General**

- Investigar la incidencia de los fundamentos técnicos individuales del baloncesto en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha

### **1.4.2. Objetivos Específicos**

- Establecer causas y efectos de los fundamentos técnicos individuales del baloncesto en la motricidad gruesa
- Determinar los beneficios de la práctica de los fundamentos técnicos individuales del baloncesto, y su influencia en el desarrollo de la motricidad gruesa
- Demostrar resultados sobre la investigación realizada.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes investigativos**

El tema de investigación, ha sido consultado e investigado en diferentes bibliotecas, internet encontrando trabajos con una similitud con el tema en estudio.

LA FLEXIBILIDAD EN LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO DEL EQUIPO MASCULINO DEL COLEGIO “ELÍAS TORO FUNES” DE LAS CATEGORÍAS SUPERIOR, MEDIA E INFERIOR DE LA PARROQUIA QUISAPINCHA DEL CANTÓN AMBATO DE LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

**Autor:** Wilson Efrén Paredes Ojeda

**Tutor:** Mg. Washington Ernesto Castro Acosta

Por lo que se ha tomado parte de la información como referencia para realizar la presente investigación sobre **los FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO EN LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA**

#### **Conclusiones:**

1.- En consecuencia, nos damos cuenta que el estudio seleccionado sobre los FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO EN LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA el cual nos ayudara a desarrollar destrezas y habilidades para manejo de balón, coordinación y aumentar la preparación física de los estudiantes. Solo un entrenamiento planificado es el resultado de un correcto trabajo de enseñanza

## **2.2 Fundamentación filosófica**

Se toma como base de fundamentación el paradigma crítico–propositivo; crítico porque observa la realidad de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia; y propositivo porque plantea una alternativa de solución al problema. Se tiende a dar prioridad al individuo; cuestiona los FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO y si esta no desarrolla una correlación entre la teoría y la práctica, guía la construcción de metodologías adecuadas para la práctica; evoca la necesidad de no olvidar al individuo; principalmente a los niños.

### **2.2.1.- Fundamentación Pedagógica:**

Básicamente este trabajo de investigación tiene connotación pedagógica, porque enseña a los niños muchos aspectos indispensables con el desarrollo de su intelecto. El niño de esta edad aprende por doctrinas o ejemplos, y el baloncesto le brinda el desarrollo de trabajo en grupo, el ser solidario con el compañero que siente dolor por una mala maniobra con el balón o en la carrera, es decir valores indispensables en la formación integral del niño, también el conocimiento de su cuerpo en cuanto a su fisiología y morfología, para que sirva en determinada acción, sus articulaciones y extremidades, optimiza la salud y agilidad mental, el aseo personal, entre otros. Es el planteamiento del autor Villón F. (2012)

### **2.2.2.- Fundamentación Sociológica:**

**Aquí vemos el deporte, como fenómeno social multilateral, representa el factor más activo de la educación física, a una de las formas fundamentales de la preparación del hombre para la actividad laboral y de otro género socialmente indispensable, y a la par, a uno de los medios más importantes de la educación ética y estética.**

Las sociedades humanas se estructuran y funcionan dentro de un conglomerado, por tanto, resulta fundamental la integración de las comunidades mediante una actividad que fomente la labor social y la cultura de los pueblos. Esto se da con la práctica deportiva y en especial del baloncesto en nuestra población. Ya se sabe que

el deporte integra y hace amigos desde la época escolar, entonces con más razón la implementación de una estrategia eficaz como el presente trabajo de investigación” Villón F. (2012).

Citado en L. Matvéev: Fundamentos del entrenamiento deportivo. Pág. 7.

### **2.3. Fundamentación Legal**

La Constitución del Ecuador en su sección segunda, art. 14 sobre los derechos del Buen Vivir, estipula: “Se reconoce el derecho de la población a vivir en un ambiente sano ecológicamente equilibrado, que garantice la sostenibilidad y el buen vivir, *sumak kawsay*

El sistema se articulará al Plan Nacional de Desarrollo y al sistema nacional descentralizado de planificación participativa; se guiará por los principios de universalidad, igualdad, equidad, progresividad, interculturalidad, solidaridad y no discriminación; y funcionará bajo los criterios de calidad, eficiencia, eficacia, transparencia, responsabilidad y participación.

Citado en la Constitución del Ecuador aprobada en el 2008, pág. 21. Sección Sexta: Cultura Física y Tiempo libre: Art. 381:

“El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, formación y desarrollo integral de las personas, impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad”



El Estado garantizará los recursos y la infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetarán al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa.

**Art. 383:** “Se garantizará el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, la ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute, y la promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad”.

**Ley del Deporte, Educación Física, Deportes y Recreación. - Conceptos fundamentales. Capítulo único.**

**Art. 1.-** Esta Ley regula la cultura física, el deporte y la recreación, y establece las normas y directrices a las que deben sujetarse estas actividades para contribuir a la formación integral de las personas.

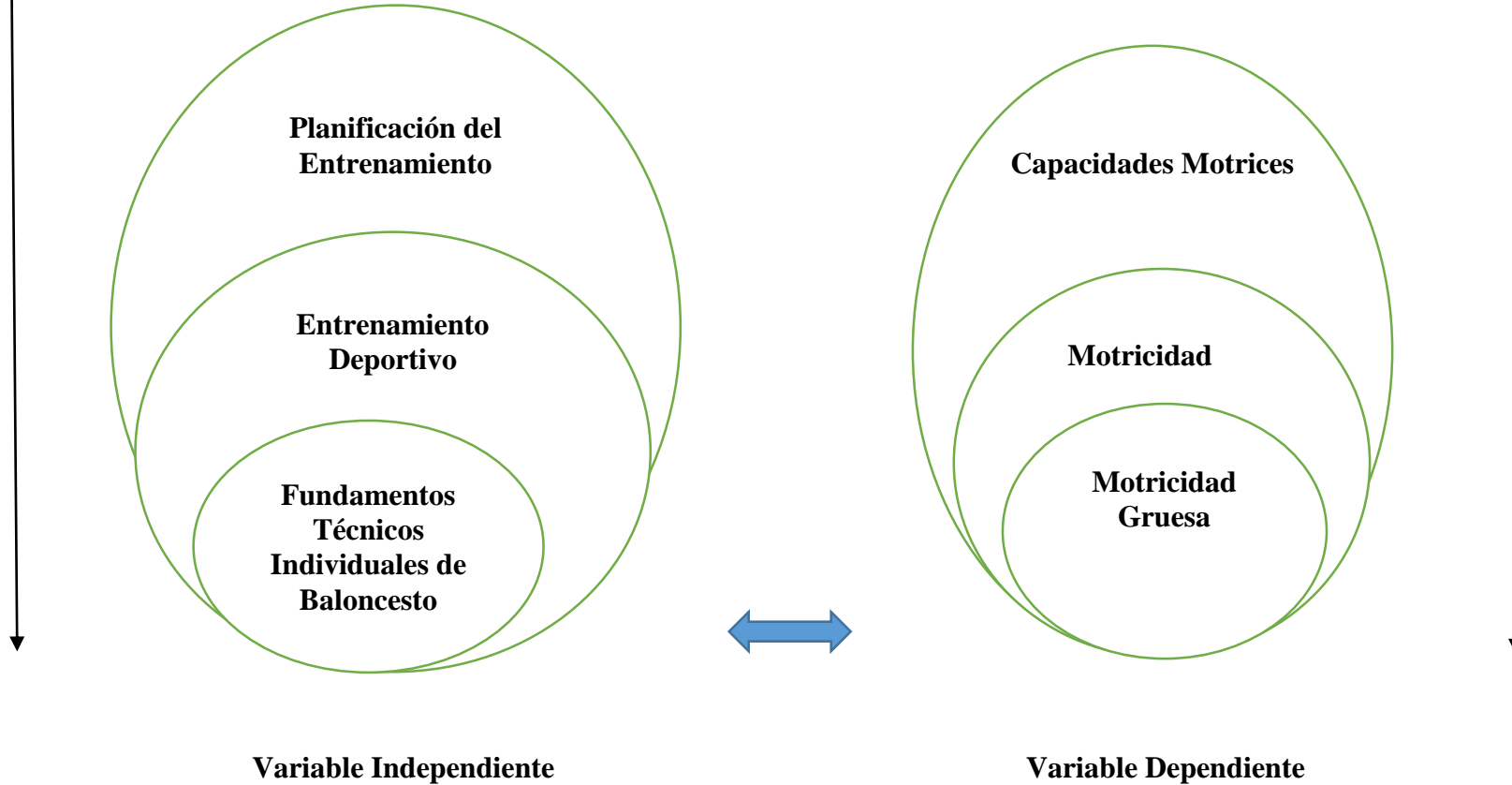
**Art. 2.-** Para el ejercicio de la cultura física, el deporte y la recreación, al Estado le corresponde.

a) Proteger, estimular, promover y coordinar las actividades físicas, deportivas y de recreación de la población ecuatoriana, así como planificar, fomentar y desarrollar el deporte, la educación física y la recreación.

b) Proveer los recursos económicos e infraestructura que permitan masificar estas actividades.

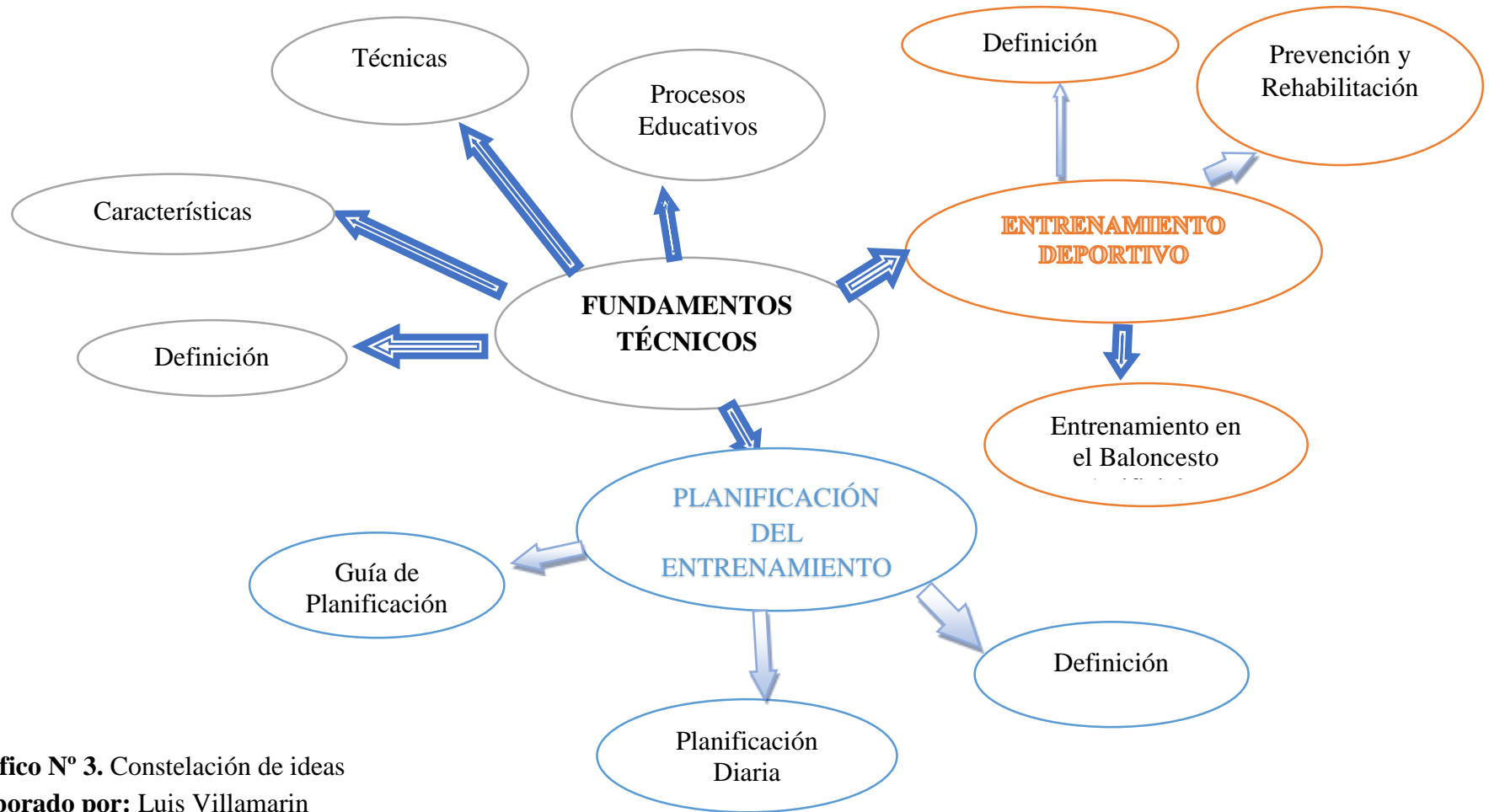
**Art. 6.-** La práctica de la educación física, la cultura física, deporte formativo y recreación es obligatoria en los niveles pre - primario, medio y superior

## 2.4 Categorías Fundamentales



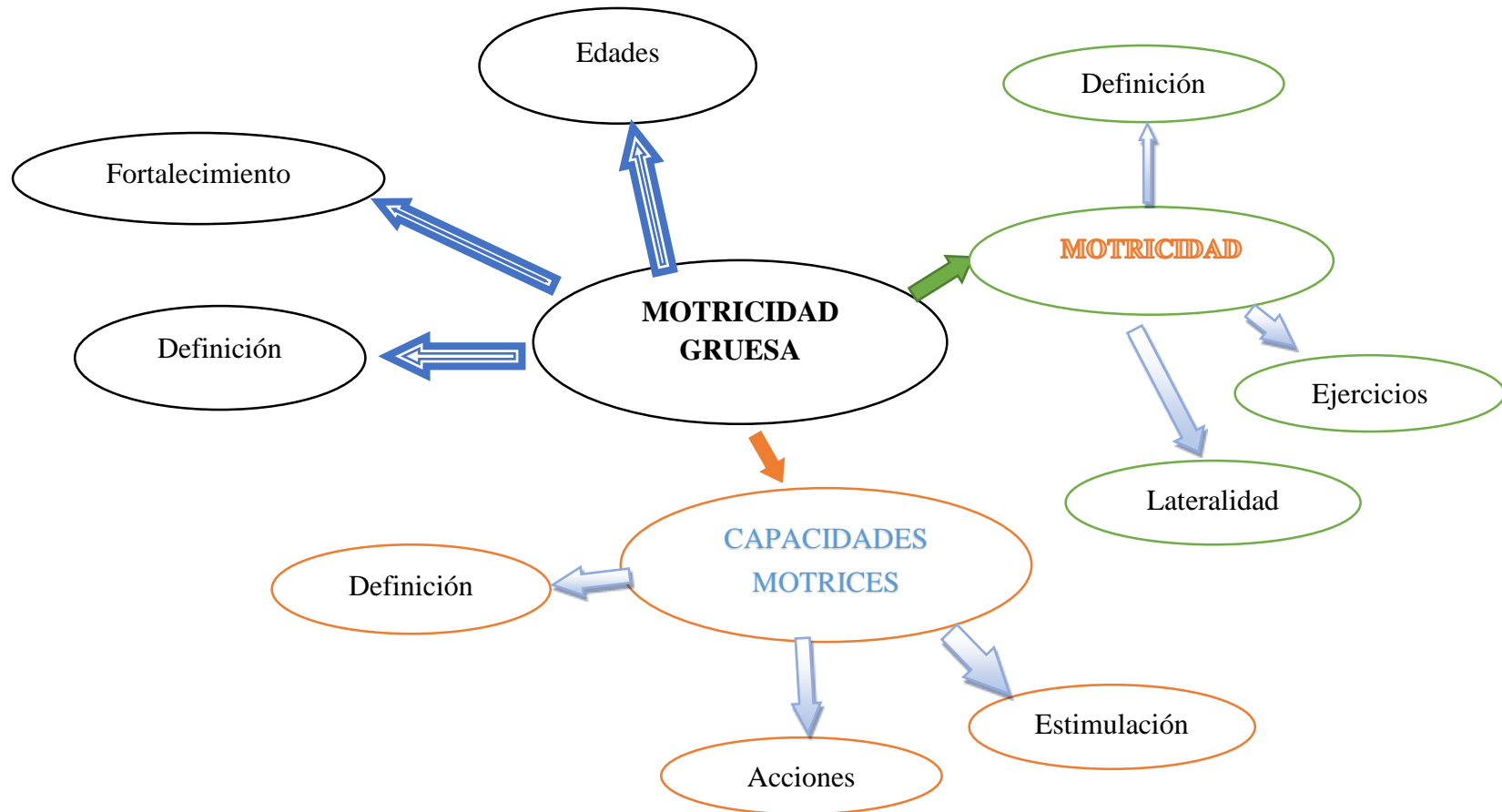
**Gráfico N°2:** Categorías fundamentales  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**Constelación de ideas de la variable independiente: Fundamentos Técnicos**



**Gráfico N° 3.** Constelación de ideas  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**Constelación de ideas de la variable dependiente: Desarrollo Motriz**



**Gráfico N° 4.** Constelación de ideas  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

## **2.4.1 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE.**

### **PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO**

#### **Definición.**

La planificación es la clave de la enseñanza y el aprendizaje.

Planifique la temporada y también los entrenamientos diarios. Las lecciones y la guía de las siguientes páginas ayudan a establecer planes diarios.

La planificación de la temporada depende de la valoración de las aptitudes de sus jugadores; esta valoración determina tanto el número de lecciones que se enseñan como cuánto tiempo se emplea en cada una. Le advierto que no hay que saltarse las lecciones.

Disponga dedicar menos tiempo a las lecciones que sus jugadores realicen mejor o a la combinación de varias lecciones. Saltarse los fundamentos clave hace aleatorio el aprendizaje, si no imposible. Saltarse los pasos también tiene un efecto contrario al que desea, porque el aprendizaje se ralentiza en vez de acelerarse.

#### **Planificación diaria**

Utilice la guía de planificación de entrenamientos para planificar sus entrenamientos diarios. Permite muchas variaciones. Hay un criterio muy definido para el orden de las lecciones; no está hecho al azar. Elija las lecciones de cada sección de lecciones como haría con los platos de la carta de un restaurante chino para enseñar el tema apropiado en cuanto a la acción de la lección. Tenga en cuenta que he escrito la mayor parte de las lecciones por orden decreciente de importancia.

Las secciones 1 a 3 son más fundamentales que las secciones 5 a 7. Dentro de cada sección de acciones va aumentando a su vez la dificultad de las lecciones. El tiempo necesario es un intervalo que debe coordinar con los intervalos de tiempo (para la presentación y práctica diarias) que se dan en el apartado

El rincón del entrenador de cada lección. Los jugadores jóvenes o inexpertos necesitan más tiempo para terminar cualquier lección; los jugadores con experiencia necesitan menos tiempo. Los tiempos de presentación de cualquier lección duran casi el doble que los tiempos de práctica diaria. De modo que, al principio, como todas las lecciones son de presentación, tendrá ciertas dificultades para seguir la guía con precisión.

**(La biblia del entrenador de baloncesto página 64)**

Guía para planificar los entrenamientos			
Nº de orden	Fundamento de la lección	Sección de la lección	Tiempo necesario (en minutos)
1	calentamiento individual	cualquiera 1-13	5-15 minutos
2	movimiento continuo	1.2+, 1.3, 9.32, 9.24+	15-30 minutos
3	acciones individuales - lecciones nuevas	1-13	15-30 minutos
4	técnica de tiro	3, 5-8	10-30 minutos
5	defensa	12, 11.3	10-15 minutos
6	acciones individuales, transición, equipo	1-13, 4-19	10-15 minutos
7	fijos de una mano	5.4-5.5, 5.8	5-10 minutos
8	vuelta a la calma	véase el Apéndice B	5-10 minutos
9	competición de tiro	cualquiera 1-13	0-20 minutos
TOTAL			75-175
promedio aproximado			unas 2 horas

## GUÍA DE PLANIFICACIÓN DE LOS ENTRENAMIENTOS

### 1. Calentamiento individual

El tiempo empleado en el *calentamiento individual* es extremadamente valioso. Lo ideal es que los jugadores trabajen en las habilidades que más necesitan. Dé instrucciones individuales. Establezca planes de entrenamiento individual. Si los jugadores se esfuerzan, amplíe el calentamiento; reducirá el tiempo necesario para otras lecciones. Es de esperar que los jugadores sigan practicando del mismo modo por sí mismos.

En los calentamientos ha de vigilar y trabajar con los jugadores; no es éste el momento de parar para el café. Vigile a los jugadores que tiren desde muy lejos, se entrenen incorrectamente o pierdan el tiempo. Con instrucciones individuales, los jugadores reconocen de buena gana el gran valor de estos momentos.

### 2. Movimiento continuo

La lección de movimiento continuo acondiciona el sistema cardiovascular de sus jugadores, que a su vez practican muchas acciones básicas. Necesitará varios días para las lecciones de presentación antes de realizar una lección de movimiento continuo. Al principio, los jugadores practicarán acciones sencillas de manejo del balón mientras se mueven constantemente durante 15 minutos. Los jugadores sólo tienen que moverse, sin correr. Amplíe la duración progresivamente hasta 30 minutos. También se puede aumentar la complejidad de las acciones practicadas.

Primero ponga en práctica la lección de movimiento continuo, ya que es un buen calentamiento. Hágalo antes de cualquier esprint. También capacita a los jugadores para concentrarse más en el entrenamiento, al igual que ocurre con los adultos que corren.

Después de este calentamiento, los jugadores están preparados para reducir la velocidad y escuchar un rato. Éste es el momento oportuno, mientras los jugadores están frescos, para enseñar algo nuevo.

### **3. Acciones individuales. Nueva lección**

Al principio, todas las lecciones son nuevas. Así, pueden transcurrir varias semanas antes de que presente una sola lección nueva un día concreto. Mientras tanto, utilice este tiempo para enseñar acciones individuales no incluidas en otras partes del entrenamiento. Entre ellas están el pivotar, driblar y las acciones para ir a por el balón: recepción, pasar y cortar.

Pivotar y driblar tienen prioridad sobre las acciones para ir a por el balón. Pivotar es la última acción de cualquier movimiento después de tener el balón, por ello los jugadores necesitan un dominio al pivotar

**(La biblia del entrenador de baloncesto página 65)**

Planificación del entrenamiento para completar cualquiera de ellas. Driblar es una acción con la que los jugadores disfrutan al practicarla solos. Por tanto, enséñeles a driblar lo antes posible. También forma parte de muchas otras lecciones, sobre todo de las lecciones de tiro. Después de las primeras semanas, el equipo puede necesitar menos tiempo para las lecciones específicas dedicadas a driblar.

### **4. Técnica de tiro**

Hagan una lección fácil después de una difícil. La técnica de tiro es fácil de practicar, pero no es fácil ejecutarla bien. Enseñarla precisa de una estrecha supervisión. Los alumnos practican de muy buen grado la técnica de tiro, al igual que la de driblar, en los calentamientos al salir a entrenarse. Por ello es beneficioso enseñarla lo antes posible.

### **5. Defensa**

Las lecciones sobre defensa exigen el máximo esfuerzo físico. Ésta es una lección físicamente difícil después de una fácil. Los jugadores no han de reflexionar ni emplear muchas acciones, por lo que es fácil aprender estas lecciones. La aceleración (cardíaca) es parte integrante de todas las lecciones sobre defensa.



## **6. Acciones individuales, transición o equipo**

Durante los primeros días o semanas, utilice este tiempo para enseñar acciones individuales. Cuando los jugadores estén listos, empiece a enseñar las acciones de equipo.

También puede presentar acciones de equipo, sobre todo lecciones de transición, en el nuevo espacio lectivo.

## **7. Competición de tiro**

Realícenlos en equipo para finalizar el entrenamiento. Anime a los jugadores a contar seguidos en voz alta los tiros logrados. Después de meter el número exigido desde las posiciones izquierda, derecha y central, concluya el entrenamiento. Esta táctica es un método excelente para rematar el entrenamiento.

## **8. Vuelta a la calma**

Antes de que los jugadores se vayan realizaremos una gimnasia que incluye estiramientos, enfriamientos y conversación (véase la tabla de ejercicios en el apéndice).

## **9. Entrenamiento individual**

Cualquier entrenamiento individual ha de centrarse después de esto en una lección; no hay que jugar o limitarse a lanzar tiros, ya que los jugadores suelen hacerlo por su cuenta de forma suficiente.

**(La biblia del entrenador de baloncesto página 66)**

## **Planificación de la temporada**

Puede resultar abrumador mirar el gran número de acciones y lecciones (más de 170), a no ser que haga alguna planificación de la temporada. En particular, tiene que planificar con semanas o incluso meses de antelación antes de explicar cada acción de equipo. No es preciso que se ciña a este programa. Seguramente sus planes irán cambiando, pero esto le proporciona metas alcanzables y un esquema

**(La biblia del entrenador de baloncesto página 67)**

Planificación del entrenamiento sensato para enseñar las acciones individuales. Es más sencillo planificar las acciones individuales; no hay más que seguir el orden desde la más sencilla hasta la más difícil. Alterne los días y la cantidad de tiempo empleado en cada lección, de modo que a finales de la semana o mes los jugadores tengan una dosis completa.

La primera acción de equipo que se enseña es una colocación defensiva en el círculo de saltos central. Los jugadores aprenden esta lección en 15 minutos y no necesitan prácticas reiteradas. Al no ser una lección problemática, puede practicarla en cualquier momento antes del primer partido. Enseñe a continuación la disposición en la línea de tiros libres. Emplee esta colocación para explicar también el bloqueo y la maniobra de transición. Llegue a esta parte lo antes posible.

Los jugadores más jóvenes tienen necesidades diferentes de las de los de instituto.

La transición desde la línea de tiros libres y la ayuda en las lecciones de defensa son las únicas acciones de equipo críticas que necesitan saber los más jóvenes.

Tenga paciencia y espere a que los jugadores sepan cortar y comunicarse bien para enseñar los ejercicios. La única acción crítica adicional para los jugadores más mayores es el ataque contra una presión, porque no hay duda de que sufrirán una presión si llevan ventaja en la parte final de un partido.

### **Planificación del juego global**

El juego global, como los partidos, sirven para poner a prueba a los jugadores (y al entrenador). Los jugadores se preparan de buen grado para las pruebas; se entrenan más y escuchan con mayor atención.

Disponga un simulacro para la primera semana de entrenamientos y comuníquelo de inmediato a sus jugadores.

Seleccione equipos de aptitudes similares. Las grandes victorias o derrotas pueden perjudicar el proceso de aprendizaje. Los jugadores acabarán por comprender que usted se preocupa más por su forma de jugar que por que ganen o pierdan. Tal vez sea una buena idea no contar la puntuación. Decida con el otro entrenador cómo dirigir el encuentro.

¿Quiere tomar árbitros o arbitrar usted mismo?

¿Quiere jugar un partido o un simulacro con tiempos muertos de 10 a 15 minutos para las explicaciones?

¿Ha pensado en utilizar preferentemente a los mejores jugadores o jugarán todo el mismo tiempo?

Yo prefiero los partidos auto arbitrados con tiempo muertos de 10 a 15 minutos para la teoría al empezar con los jugadores más jóvenes. El auto arbitraje también le da la oportunidad de emplear algunos instantes más para explicar las reglas del juego a los jugadores e incluso para mostrarles un modo mejor de realizar algo. Los árbitros de partidos rara vez tienen tiempo para dar explicaciones, y desde luego no dan clases. Compre y lea el reglamento de su liga, así comprenderá mejor las indicaciones y las reglas.

**(La biblia del entrenador de baloncesto página 68)**

## **ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

### **Definición.**

El entrenamiento deportivo es ante todo un proceso pedagógico de guía, para la elevación del nivel de capacidad del organismo del deportista; para que se pueda cumplir la elevación del mismo, hasta los límites alcanzables.

El Entrenamiento puede considerarse como la sumatoria de todas las adaptaciones que se efectúan en el organismo del deportista a través de lo que se entiende como carga de entrenamiento que está compuesta por la totalidad de estímulos que el organismo soporta durante la acción de entrenar.

A lo largo de los años se han descrito diferentes definiciones acerca del término entrenamiento, como son:

⇒Ozolin (1983): el proceso de adaptación del organismo a todas las cargas funcionales crecientes, a mayores exigencias en la manifestación de la fuerza y la velocidad, la resistencia y la flexibilidad, la coordinación de los movimientos y la habilidad, a más elevados esfuerzos volitivos y tensiones síquicas y a muchas otras exigencias actividad deportiva.

⇒Matwejew (1965): es la preparación física, técnico - táctica, intelectual, psíquica y moral del deportista, auxiliado de ejercicios físicos, o sea, mediante la carga física.

⇒ Harre (1973): el proceso basado en los principios científicos, especialmente pedagógicos, del perfeccionamiento deportivo, el cual tiene como objetivo conducir a los deportistas hasta lograr máximos rendimientos en un deporte o disciplina deportiva, actuando planificada y sistemáticamente sobre la capacidad de rendimiento y la disposición para éste.

⇒Zintl (1991) el proceso planificado que pretende o bien significa un cambio (optimización, estabilización o reducción) del complejo de capacidad de rendimiento deportivo (condición física, técnica de movimiento, táctica, aspectos psicológicos).

### **Prevención y rehabilitación**

En cuanto a la reducción del rendimiento se emplea después de haber desarrollado un entrenamiento de alto rendimiento.

Por consiguiente atrás del entrenamiento se influye sobre la capacidad de rendimiento deportivo de las personas, sin embargo el deporte de alto rendimiento tan solo es útil para aquellos deportistas que se disponen de unas buenas

condiciones genéticas (actitud o disposiciones naturales) e influencias sociales positivas (familia profesión entrenador y lugar de entrenamiento) por lo que se refiere a deportes practicados en las escuelas las actividades polideportivas y los deportes de tiempo libre estas condiciones no desempeñan un papel decisivo aunque también es posible lograr rendimientos deportivos a través del entrenamiento

El entrenamiento deportivo se presenta en la actualidad bajo estas tres posibilidades:

1. Aumento del rendimiento.
2. Mantenimiento del rendimiento.
3. Reducción del rendimiento.

### **Entrenamiento en el Baloncesto.**

Relatando una breve historia del baloncesto, en diciembre de 1891, un profesor de Springfield College, en Massachusetts (Estados Unidos), creó un juego para motivar a una clase de incorregibles. Nadie podía imaginar que este recurso pedagógico del profesor James Naismith (1861 – 1939) se fuera a convertir, con el tiempo, en un deporte de masas. En un principio, el juego, que solo incluía 13 reglas, no limitaba el número de jugadores y empleaba una cesta de melocotones como canasta.

La altura a la cual se encontraba situada esta canasta, 3,05 m (10 pies), es una de las pocas reglas que aún perduran. Desde un principio, el baloncesto (o básquetbol) fue un deporte que generó grandes pasiones y parece ser que algunos árbitros acudían a los primeros encuentros armados con pistola.

Las primeras ligas, exclusivamente masculinas, tuvieron una corta vida. Así, la NBL (Liga Nacional de Baloncesto) fue creada en 1898 y disuelta en 1903. Parecida dinámica tuvieron las ligas de Philadelphia, Nueva York, Central, Metropolitana entre otros. En 1904, el baloncesto fue incluido, como deporte de exhibición, dentro

del programa de los Juegos Olímpicos de Saint Louis. Sin embargo, no fue hasta los Juegos de Berlín, en 1936, cuando adquirió condición de deporte olímpico.

**Manual de Educación Física y Deportes – Técnicas y actividades prácticas (Grupo Océano) pág. 327.**

### **Objetivo del Baloncesto.**

La finalidad en el baloncesto es introducir el balón en el aro del contrario tantas veces como sea posible. Para cumplir esta finalidad, los jugadores tienen que pasarse el balón unos a otros, driblarla y tirarla al aro, utilizando para ello formas especiales de desplazamiento. El otro equipo, el que está a la defensiva, trata de impedir que esto suceda. Ambos objetivos o finalidades se logran a través de la ejecución, por parte de los jugadores, de una serie de movimientos dentro de la cancha.

Los principales movimientos que se realizan se denominan elementos o fundamentos, los cuales cuando interactúan en conjunto o relacionados entre sí en determinadas situaciones concretas dan lugar a las acciones de los jugadores. Estas acciones pueden realizarse, tanto en una acción ofensiva, como en una acción defensiva, es por ello que los jugadores necesitan tener un dominio, en igual medida, de la técnica ofensiva y de la técnica defensiva para lograr el éxito en la práctica de este deporte.

### **Reglamento**

- 1.- Los equipos están compuestos por doce jugadores de ellos únicamente cinco pueden jugar en la cancha.
- 2.- El tiempo de juego en la FIBA es de 40 minutos de juego real dividido en cuatro cuartos de 10 minutos, mientras que en la NBA se juegan cuatro periodos de 12 minutos cada uno.
- 3.- El periodo máximo de posesión es de 30 segundos lo cual vuelve lento un poco el juego. En la NBA es de 24 segundos.

- 4.- El tiempo que se tiene para sobrepasar el medio del campo es de 10 segundos.
- 5.- La valoración de los puntos es uniforme:
- 6.- Un tiro libre convertido vale 1 punto
- 7.- Un tiro de campo dentro del perímetro vale 2 puntos.
- 8.- Un tiro realizado fuera del perímetro vale 3 puntos.
- 9.- El balón no se puede interceptar en su fase descendente y mientras el balón no haya tocado el aro, en el momento que el balón toca el aro cualquier jugador puede interceptar el balón.
- 10.- Una canasta se da por válida después de que el árbitro haya pitado.
- 11.- Una canasta y tiro libre se dará por válida si cuando el jugador ha sido golpeado ya ha soltado el balón y la introduce en el aro.
- 12.- Si el balón no entra serán 2 tiros libres para el jugador si este ha tirado dentro del perímetro, si el tiro ha sido fuera del perímetro serán 3 tiros libres para el jugador.
- 13.- A partir de la séptima falta de equipo el equipo contrario comenzara a tirar 2 tiros libres cada vez que el equipo contrario cometa una falta personal.
- 14.- Si un jugador se encuentra dentro de la zona delimitada por el área de los tiros libres se cometerá una infracción llamada 3 segundos.
- 15.- Si un jugador retiene el balón más de 5 segundos sin botar se cometerá una infracción llamada retención.
- 16.- Si un jugador está sacando de fondo y tarda más de 5 segundos en sacar el balón estará en posesión del equipo contrario.

17.- Si un jugador recibe el balón y levanta los dos pies del suelo antes de botar cometerá una infracción llamada pasos.

18.- Si un jugador recibe el balón lo bota lo coge y lo vuelve a botar cometerá una infracción llamada dobles.

19.- Si en el final del partido con el reloj casi a cero se realiza un tiro este será válido si el balón ha salido de las manos del jugador antes de que sonara la bocina. De otra forma será anulado.

20.- El balón solo se puede controlar con las manos.

21.- Si un jugador agrede físicamente a un contrario se cometerá una falta antideportiva y el equipo agredido tendrá derecho a 2 tiros libres o a 2 tiros libres y posesión del balón depende de la agresión.

23.- Si un jugador insulta replica o agrede al árbitro este tendrá derecho a pitar una técnica que está sancionado con lo mismo que las faltas antideportivas. También se puede pitar técnica al entrenador, al banquillo por los mismos motivos que a los jugadores.

24.- Si un jugador comete 5 faltas será eliminado del partido.

## **FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO**

### **Definición.**

Son todas aquellas acciones físicas que suceden en el juego, las cuales están limitadas técnicamente por el Reglamento de Básquetbol. Estos fundamentos son los siguientes:

- Posición básica (defensiva).
- Desplazamientos sin balón (pivoteo).
- Pases y recepción
- Drible



- Lanzamiento con una mano.
- Doble paso y lanzamiento.

## **Posición básica y desplazamientos**

### **Posición básica (defensiva)**

Se refiere a aquella posición que le permite desplazarse con rapidez y facilidad en cualquier dirección y sentido, sin cruzar los pies en ningún momento.

### **Características técnicas de la posición básica**

Estudios realizados por Slater Hammill, dan a conocer que la posición más adecuada para el basquetbolista es la siguiente:

- Los pies paralelos separados aproximadamente al ancho de los hombros. El peso del cuerpo distribuido por igual sobre ambas piernas y a su vez el peso de cada pierna repartida equitativamente entre el talón y la planta de cada pie.
- Las rodillas se flexionan a un ángulo aproximado entre los 90 y 120 grados, entre las pantorrillas y los muslos.
- Los brazos semi flexionados y separados una cuarta, aproximadamente, de los costados.
- Mantener una visión, es decir, tratar de observar todos los jugadores, tanto compañeros como contrarios, además de la trayectoria del balón.

### **Técnicas.**

### **Desplazamiento (Ofensivo)**

En el básquetbol existe gran variedad de desplazamientos ofensivos, con la finalidad de facilitar un ataque efectivo, y por consiguiente acumular mayor cantidad de puntos que el contrario (lo que constituye la finalidad del juego).

Estos desplazamientos ofensivos podemos clasificarlos sencillamente:

- Carrera.
- Saltos.
- Giros o pivotea.
- Paradas.
- Amagos o fintas.

Combinando estos elementos con los fundamentos técnicos como el pase, el drible, lanzamiento, obtendremos los mejores resultados a la ofensiva.

Ahora veremos cada uno de ellos:

### **Carrera**

Es la forma principal de desplazamiento en el juego. Durante la misma suceden arrancadas y paradas con variedad de velocidad y dirección al pecho, quedando listos para pasar, driblar o lanzar.

### **Salto**

Ocurren con mucha frecuencia; son dos tipos: con una pierna y con dos piernas.

#### **Salto con una pierna**

Se ejecuta generalmente en movimiento, saltando hacia arriba y adelante, con apoyo de una sola pierna; se aterriza o se cae con ambas piernas. Dicha caída es la continuación de la inercia de la carrera.

#### **Salto con dos piernas**

Generalmente se realiza hacia arriba y con apoyo de ambas piernas, al igual que la caída. Tomaremos como ejemplo un rebote defensivo.

## **Giros o pivoteo**

Son movimientos que consisten en mantener un pie en contacto con el suelo o superficie de la cancha, como punto fijo o eje, y la otra pierna pendular, la cual gira en torno a la anterior en diferentes direcciones. Llamamos pie de pivote al que se mantiene en contacto fijo con el suelo; sólo se puede despegar después de pasar el balón, driblar o lanzar.

Se puede pivotear con cualquier pie, si se cae al suelo con ambos pies simultáneamente (después de tomar o recibir el balón); pero si cae a doble ritmo, es decir, primero un pie y luego el otro, se tomará como pie de pivote el que contacta primero con la superficie de la cancha.

## **Paradas**

Son utilizadas para demarcarse, cambiar de dirección, para tomar un pase, fintear al contrario, etc. Se realiza de dos maneras:

- A doble ritmo: El jugador, durante la carrera, recibe el balón en suspensión, cae sobre una pierna, luego la otra, con paso cierto para controlar el equilibrio e iniciar una nueva acción de ataque.
- A pies juntos: Durante la carrera, el jugador toma el balón en suspensión y cae sobre los dos pies a la vez, para frenar la inercia de la carrera; la caída frenada será sobre la punta de los pies, con las rodillas semi flexionadas y ligeramente adelantadas. AMAGOS O FINTAS

- Con desplazamientos.
- Arrancadas explosivas.
- Variación y cambios de velocidad.
- Con pivote.

## **Amagos con balón**

- Con pivote.

- Con pase.
- Con drible.
- Con lanzamiento.

Las fintas o amagos están compuestas por dos momentos: momento de amago y momento de acción. Ejemplo:

- Amago de tiro y pase.
- Amago, tiro y drible (penetración).
- Amago de drible y tiro.
- Amago de carrera hacia un lado y cambio de dirección.
- Amago de trote y arrancar explosivamente.

## **Drible**

Es la única acción que permite a un jugador desplazarse de un lugar a otro con el balón.

Consiste en botar el balón contra el suelo de la cancha, esperando el rebote del mismo a la altura de la cadera; siempre se impulsará con la mano (yemas de los dedos), con flexión y extensión de muñeca, codo y dedos/ Aunque la altura del drible, al igual que la velocidad, varía de acuerdo a la situación del partido o acción a realizar, la técnica utilizada siempre es la misma en todos los casos.

## **Técnicas del drible**

- Se coloca la mano en la parte superior de la pelota, las yemas de los dedos será la única parte que debe tocarla, es decir, la mano queda en forma de taza o plato llano.
- Luego se le imprime un movimiento de vaivén, sincronizado por parte de la extensión del codo, muñeca y dedos, en la acción de empujar el balón contra el

suelo; esta acción se repite cuando el balón rebota del suelo y se dirige en su fase ascendente.

- El drible se ejecuta a la altura de la cadera (generalmente). Dependiendo de la velocidad del jugador que dribla, la pelota es botada contra el piso: En línea vertical, con jugador estacionario. En línea diagonal o inclinada hacia adelante con jugador corriendo hacia adelante. Apoyar equilibradamente la pica con rodillas semi flexionadas. Tratar de llevar una visión periférica de toda la cancha.

### **Defensa individual**

La esencia de este sistema es que cada jugador a la defensiva responde por la acción ofensiva de determinado jugador adversario. La distribución de los jugadores se realiza con vistas a las capacidades físicas y a la posición que juegan. La defensa individual se diferencia de la defensa por zona, en que cada jugador está obligado a tomar determinado adversario, y no determinada zona dentro del terreno.

La defensa personal es más flexible que la defensa por zona, ya que los jugadores se pueden tomar activamente en la mitad, así como en todo el terreno. La defensa se puede despegar del adversario y hacerse compacta en la zona peligrosa alrededor del aro.

### **“Test pedagógico y baloncesto para todos. Ornides cintra kindelán(106-107)”**

La defensa personal consiste en que cada jugador responde de las acciones del jugador que marca. Teóricamente, significa que, si cada jugador pudiera hacer una defensa ideal, los adversarios no podrían encestar. Pero, con los métodos actuales de ataque, tales como: la interrumpida combinación con ocho, que crea la protección con acompañamiento, y el ataque de posiciones con pantallas; a los defensas les es muy difícil detener a los atacantes.

Por esto se crean variantes de defensa personal, que permiten el cambio de dirección de los jugadores, la concentración y otras maniobras tácticas, distintas a resistir los intentos de separar la defensa del jugador a quien tiene que marcar.

### **Baloncesto juego y enseñanza. F linderberg (pág. 83)**

El marcaje individual es el punto central de una defensa. Existen ciertos principios fundamentales que debe emplear toda defensa. Estos son:

- 1.- Lograr un buen equilibrio del cuerpo con brazos extendidos, rodillas flexionadas y cuerpo agachado con una ligera inclinación hacia delante; las manos deben estar en continuo movimiento a fin de desconcertar al adversario.
- 2.- Emplear la voz como un fundamento técnico más; hablarse entre compañeros
- 3.- Pasar rápidamente del ataque a la defensa.
- 4.- Colocar la pelota sin pérdida de tiempo; mantener una actitud vigilante para interceptar pases.
- 5.- Jugar la pelota directamente al hombre.
- 6.- Acorrallar al regateador preferentemente en la esquina o en la línea lateral. Seguir al jugador suelto
- 7.- Bloquear a los tiradores y zafarse de los bloqueos.
- 8.- Definir el mareaje y tener sentido de anticipación ante las jugadas de los adversarios.
- 9.- No delatar las intenciones y seguir todo el tiempo los movimientos del adversario.

10.- Provocar pases por la línea de banda y obstruir los del centro.

Mareaje a un jugador en posesión de la pelota. La forma de marcaje está determinada por la posición en la cancha. Marcar a un jugador que está listo para lanzar requiere aproximarse a él con rapidez (pasos de pugilista), con una mano en alto y la otra baja. Es importante no caer en el engaño o finta que ensaye el atacante.

Para marcar a un adversario que se apodera de la pelota en el tablero defensivo, se debe tratar de llevarlo hacia el rincón o la línea de banda. Cuando el adversario se dispone a pasar, el jugador debe obstaculizarlo, abriendo los brazos y moviéndolos de arriba a abajo con las manos abiertas.

Mientras el rival a marcar no esté en posesión de la pelota, el jugador debe estar atento a la distancia existente entre éste y el balón. Cuanto más alejado está el jugador marcado del balón, más alejado puede jugar el defensa. Por el contrario, al acercarse el balón al adversario deberá acercársele también el defensa.

Marcaje del regateador. Debe procurarse mantener al regateador fuera de posición para el tiro a cesta. Si se escapa, lo mejor es cortar para atajarlo junto al tablero.

Si el regateador avanza, el defensa debe acercarse a él con pasos rápidos y cortos, usando engaños y fintas a fin de que el regateador delate sus intenciones.

Si continúa regateando se debe intentar llevarlo hacia la esquina o los laterales.

Marcaje del pívot. El mareaje del pívot se diferencia según esté o no en posesión de la pelota.

La mejor forma para impedir que el equipo contrario organice una jugada de penetración basada en el pívot, consiste en marcarlo de tal manera que no pueda recibir.

El defensa central se coloca entre el tablero y el pívot siguiendo de cerca los movimientos del atacante sin perder de vista la pelota. Cuando haya posibilidad de habilitación, se vendrá hacia adelante del pívot para interceptar el posible pase. En general, esto es sólo posible cuando se juega a menos de tres metros del tablero.

## **Lanzamientos**

### **Recomendaciones para realizar los lanzamientos**

Utilizar varios tipos de lanzamientos, lanzar con la seguridad de encestar. Mientras más confianza mejor no forcé el tiro háganlo con estabilidad y equilibrio, mientras más cerca del cesto, habrá más posibilidad de éxito.

Tratar de lanzar lo más técnicamente posible. Quien tiene mejor visión del rebote es el lanzador, por tal razón, éste debe ir en busca de su rebote utilizar acertadamente el tablero, sobre todo por los lados. Concentrarse antes de lanzar seleccionar el punto de mira y ser constante en él.

No lancen apresuradamente; háganlo con tranquilidad y a su debida oportunidad en los lanzamientos con una mano, utilicen el brazo libre como factor de equilibrio el lanzamiento de tiro libre es de mucha importancia en el resultado de los partidos practíquenlo.

Lancen desde posiciones cómodas, con buena base de sustentación y equilibrio corporal no toquen el balón con la palma de la mano, sino con las yemas de los dedos en el momento de lanzar coordinen las respectivas flexiones y extensiones de piernas, codos, muñecas, dedos, etc

### **Doble pasó a doble salto**

Se ejecuta realizando un doble salto hacia adelante, cayendo primero sobre el pie correspondiente a la mano de lanzamiento, y luego sobre el otro pie; con este último pasó se hará un salto hacia arriba y ligeramente adelante, al igual que el lanzamiento en bandeja.



### **Lanzamiento de bandeja (Después del doble paso)**

Es un lanzamiento que se realiza en movimientos y en distancias muy cercanas al aro. Se realiza con un pie apoyado en el suelo de la cancha, el cual da el impulso necesario para saltar lo más cercano posible al cesto; la otra pierna queda flexionada adelante. La mano de lanzamiento será la contraria a la pierna de impulso.

### **Lanzamiento con la mano**

Se emplea cuando se realizan bandejas a gran velocidad. Esta forma de soltar el balón permite un lanzamiento más suave.

### **Lanzamiento empujado**

Se utiliza cuando es necesaria fuerza extra para controlar la pelota después de recoger un rebote o un tiro debajo del cesto. Note: Para tiros en bandejas es recomendable ayudarse con el tablero y la adecuada rotación de muñeca para que el balón tome el piquete necesario.

### **Técnicas del doble pasó**

Se toma el balón para el doble paso en el momento en que se va adelantando la pierna (derecha por el lado derecho y viceversa) para dar el primer paso o salto.

- La pelota se lleva al costado, lo más lejano posible del defensa se realiza el segundo paso con la otra pierna, la cual viene desde atrás; este paso debe ser un salto lo más cercano posible al aro o tablero. Si es necesario dar cierta rotación al balón (piquete), en el momento de soltarlo. Se debe utilizar adecuadamente el tablero tener claro el punto de mira

### **Cambios de dirección sin balón**

Es un fundamento muy utilizado y hay que realizarlo correctamente. Debemos saber cuándo y dónde lo realizaremos.

Tiene que haber una sincronización entre los jugadores. No delatar nuestra intención, relajando al defensor para luego sorprenderlo con el cambio de dirección y de ritmo.

Es primordial en acciones como pasar y cortar, fintas de recepción, etc. Esta variación de la trayectoria del jugador está destinada a superar, distanciar o distraer al defensor y puede ser un cambio de dirección normal o con reverso

### **Cambio de dirección normal**

- El jugador se desplaza en sentido contrario a la dirección que quiera tomar.
- Realiza una parada en 2 tiempos adelantando la pierna contraria a la nueva dirección que vamos a seguir. Cargando el peso sobre dicha pierna, a la vez que estamos flexionados para conseguir equilibrio.
- Giramos los pies sobre la parte delantera y tenemos dos opciones:
  - a) Salida cruzada: Cruzamos el pie que estaba adelantado por delante del defensor hacia la nueva dirección con un paso largo intentando ganar su espacio, posición.
  - b) Salida abierta: Movemos primero el pie retrasado, el más cercano a la nueva dirección, mediante un paso corto y rápido.

### **Cambio de dirección con reverso**

- El jugador se desplaza en sentido contrario a la dirección que quiere tomar.
- Realiza una parada en 2 tiempos adelantado el pie más próximo a la nueva dirección que vamos a seguir y entre ambas piernas del defensor. Es especialmente importante estar muy flexionados y llegar a contactar con el defensor.
- Efectuamos un pivote de reverso sobre el pie adelantado; este paso debe ser amplio y dejando al defensor detrás nuestro protegiendo la salida con el cuerpo (pierna, cadera, hombro y brazo).

### **Cambio de ritmo**

Es la variación de velocidad de forma brusca para engañar o esquivar a un defensor.

Es un recurso a utilizar tanto con balón como sin él.

Los desplazamientos mono rítmicos sólo facilitan la labor del defensor, es importante que todo cambio de dirección vaya acompañado de un fuerte cambio de ritmo

### **Procesos educativos**

Educar al niño/jugador en el “pensamiento táctico de producción autónomo”, buscando e incidiendo para que posea una buena capacidad de análisis de la situación de juego y transfiera soluciones a propuestas análogas y diferentes, para que vayan adquiriendo conocimiento y experiencia (C + E).

La enseñanza de la autonomía por parte del niño es uno de los primeros factores a considerar en la enseñanza deportiva. El proceso de enseñanza basado en la propuesta constante del propio entrenador y repetida por el jugador es poco

alentador, aunque en un principio y a corto plazo puede dar buenos resultados. Esto puede suponer una especie de hipoteca para el futuro

Este C + E nuevos deben de ser reforzados y sistematizados, con el fin de dar soluciones actuales y rápidas a problemas concretos, mediante la práctica óptima.

Se debe incidir dentro del proceso educativo del niño/jugador ayudándole a que descubra un sistema de soluciones propio por vía asociativa que será la forma más rápida de unión entre la percepción de la situación de juego y solución táctica. Simultáneamente se deben de implementar la vía reproductora (repetitiva de lo realizado anteriormente) y creadora (con carácter innovador).

Elementos a tener en cuenta en el diseño de la enseñanza del baloncesto:

Las piedras angulares dónde descansa el aprendizaje / entrenamiento son:

### **Características del sujeto que aprende / entrena.**

Estructura del mini o baloncesto como objeto de aprendizaje / entrenamiento.

Método utilizado en su aplicación de aprendizaje / entrenamiento. Será necesario conocer con detenimiento las diferentes etapas del desarrollo del sujeto que aprende, así como sus intereses específicos en las distintas

La enseñanza global del baloncesto por medio de principios generales.

Cada programa debe de tener un diseño específico, adaptado a las peculiaridades:

El diseño supone un eslabón entre la dimensión teórica de la enseñanza y su práctica, obligando al entrenador/profesor a realizar una reflexión con detenimiento acerca de los pasos a seguir para llevar a la práctica su modelo didáctico.

**Citado en: Parra J. (1966). Para Gervilla (1988)**

El diseño sería el boceto que permite trasladar la teoría a la práctica, orientando la enseñanza y dándoles unos fundamentos y núcleos de contenido formativo

Para ellos diseñar es pasar del pensamiento a la acción, partiendo de las razones, se avalan los procesos y se busca el camino más adecuado para la tarea formativa.

C. Bayer. (1969) habla de unos principios generales del juego muy interesantes y que dan solución a la acción de juego de forma global.

Con la aportación de estos principios del juego su simplicidad y la rotunda validez podemos enseñar/entrenar el baloncesto de forma global con transferencia y gran sentido de juego al interpretarlo como verdaderamente es el mini y baloncesto.

## **2.4. 2 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE VARIABLE DEPENDIENTE**

### **CAPACIDADES MOTRICES**

#### **Definición.**

El movimiento y la acción constituyen la característica predominante del niño de esta edad. A través del movimiento energético explora su entorno, aprende sobre él y adquiere mayor independencia y autonomía. Un aspecto importante es que acompaña sus movimientos con palabras como una manera de comprender mejor lo que experimenta.

Durante la marcha, la coordinación de movimientos de desarrollo notablemente.

La longitud, amplitud y altura de su paso son más uniformes lo que le proporciona mayor equilibrio y seguridad al caminar, puede hacerlo sin caerse en superficies irregulares y es capaz de subir y bajar escaleras, sin apoyo y alternando los pies, corre con soltura detrás de la pelota y patear es intrépido y disfruta con juguetes que tengan capacidad de desplazamiento como los triciclos y carros.

El inicio de los tres años se caracteriza por un notable progreso en el lenguaje tanto por su mejor pronunciación como por su aumento de vocabulario, lo que le permite mantener conversaciones sencillas con amigos y familiares.

A través del uso del lenguaje trata como individuo de diferenciarse del resto, habla mucho consigo mismo como dirigiéndose a otra persona u amigo imaginario, estación verbal cognitiva y psicológica favorece la estructuración de la personalidad.

El desarrollo del lenguaje trae la ampliación de sus relaciones sociales, ahora ya puede comunicar sus necesidades verbalmente e inicia juegos cortos con sus amigos. En este periodo el niño vivirá una crisis de identidad por un lado querrá ser independiente y autónomo, pero al mismo tiempo necesitará de la aprobación

y cariño de sus padres, esta ambivalencia se traduce en cambios de ánimo a veces confusión y una negativa constante a las propuestas del adulto.

***BAVER (1984) Manifiesta “Que el mundo de los infantes en los primeros años hasta los 6 años es el tiempo adecuado para insertar en ellos las condiciones necesarias para realizar y aplicar coordinadamente los movimientos combinados adecuadamente”. (Pág. 207, 208)***

Es decir, los infantes durante el periodo de estimulación se debe fortalecer los movimientos coordinados de las extremidades tanto inferiores, como superiores que ayudan al crecimiento individual del niño y niña de 3 – 5 años en su periodo de educación inicial.

### **Acciones.**

Para la estimulación de la motricidad fina en las niñas y niños de 3 a 4 años, atendidos por el programa de la Unidad Educativa Particular Mixta “San Francisco”. La importancia del período de vida que abarca desde que el niño nace hasta su ingreso a la escuela para el desarrollo ulterior del ser humano, es reconocido mundialmente por especialistas de diferentes ramas del saber, los que coinciden en señalar que esta es una de las etapas más significativas del desarrollo del individuo, pues en ella se sientan las bases para todo el desarrollo físico, intelectual y socio – afectivo de la futura personalidad.

Teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente, la autora refiere que los promotores deben ser un agente activo en el proceso de transformación de las ejecutoras, de manera que día a día estén mejor preparadas para su accionar con las familias. Los resultados alcanzados no satisfacen las exigencias actuales, por lo que es necesario, diseñar acciones dirigidas a los promotores para la preparación de las ejecutoras en el desarrollo de la motricidad fina en niñas y niños de 3 a 4 años y resolver las dificultades arrojadas durante el diagnóstico integral aplicado.

Las acciones constituyen procesos subordinados a objetivos o fines conscientes. Por lo tanto, la actividad existe necesariamente a través de acciones. Por las propias condiciones sociales de vida del hombre, las actividades que este despliega poseen un grado de complejidad tal que, para poder alcanzar el objetivo final de las mismas, tiene que vencer una serie de objetivos o fines parciales, lo cual implica la realización de variados procesos encaminados al cumplimiento de los mismos, es decir, tiene que realizar varias acciones.

La Propuesta diseñada se fundamenta en los presupuestos teóricos – metodológicos del programa, que están orientado sobre la base del diseño curricular, el cual constituye un programa estratégico de la Revolución, que se apoya en toda una proyección comunitaria e intersectorial, la cohesión de la acción de los distintos sectores de la comunidad dirigida hacia el logro del máximo desarrollo integral posible de las niñas y niños.

Las orientaciones que contiene están sustentadas en la teoría socio histórico-cultural de Vigostky en la que hace referencia a que la motricidad fina se alcanza en relación con el pensamiento, que va desde las acciones de orientación externa (agarre, manipulación), lo cual es posible si se lleva a cabo un proceso consciente de instrucción, jugando en este caso un papel decisivo el dominio de los movimientos y la asimilación de los procedimientos generalizados de análisis, los cuales deben comenzar a ser estimulados para su desarrollo, desde el nacimiento del niño.

Las acciones que se proponen en el trabajo, pueden ser utilizadas por los docentes para la preparación, por considerar que los resultados arrojados en el diagnóstico, se determina la necesidad de la preparación variada y diferenciada de estos, jerarquizando que las mismas se fundamentan en los principios de la educación preescolar, los cuales consisten en:

- El centro de todo proceso educativo lo constituye la niña y el niño:
- El adulto como rector del proceso educativo:



- La integración de la actividad y la comunicación en el proceso educativo.
- La vinculación de la niña y el niño con el medio circundante
- La unidad entre lo instructivo y lo formativo.
- La vinculación de la institución infantil y la familia.
- La sistematización de los diferentes componentes del proceso educativo.
- La atención a las diferencias individuales.

Si se toma en consideración que la Investigadora es la encargada de preparar a las maestras con la ayuda técnica necesaria, y estas son responsables de que se materialice el trabajo de conjunto con las familias y de conjunto contribuir a la educación de las niñas y los niños, a través de la puesta en práctica de variadas actividades en las condiciones del hogar.

Se proponen diferentes acciones: talleres, actividades prácticas y demostrativas.

Estas contribuyen a la formación teórica y práctica que se les va a brindar a los promotores, donde los de educación servirán como colaboradores y ejecutores en cada una de las actividades, serán aplicadas durante el año lectivo 2011 – 2012 previa coordinación con los diferentes actores; en las mismas pueden realizarse modificaciones tantas veces como sean posibles y necesarias, teniendo en cuenta las carencias de cada docente pueden incluirse otras acciones que potencien su papel en la orientación y preparación de los ejecutores en función de estimular la motricidad fina en las niñas y niños.

Las acciones han sido elaboradas tomando como referencia las características de las niñas y niños de 3 a 4 años. Por lo que se toman en consideración las siguientes ventajas:

- Constituyen un medio eficaz que brinda a las docentes diferentes vías para potenciar el trabajo de la motricidad fina.
- Preparan a la maestra en función de obtener mejoras en su accionar.

- Ofrecen variantes que le permiten comprender la importancia de realizar un trabajo sistemático en la motricidad fina.
- Propician un estado emocional positivo en niñas y niños, manteniéndolos activos durante la vigilia. de la motricidad fina.

### **Estimulación:**

Los conocimientos que se transmiten constituyen vías elementales relacionadas con la estimulación de la motricidad fina, para ser aprehendidos por los promotores, ejecutores y familias de manera sencilla, agradable y duradera, las mismas pueden ser implementadas dentro del horario de la vigilia del niño, por la cual estas se realizarán a través de diferentes juegos, propuestas de canciones y se complementa con variadas actividades conjuntas que en su tercer momento tienen implícitos los talleres, que servirían como temas para la reflexión y el debate con las ejecutoras.

Para la puesta en práctica de estas acciones se tuvieron en cuenta las etapas que se proponen a continuación:

- **Diagnóstico:** con el objetivo de buscar potencialidades, carencias e intereses, a partir de la aplicación de instrumentos y técnicas, que permitan declarar las insuficiencias de los docentes en los elementos relacionados con la estimulación de la motricidad fina en las niñas y niños de 3 a 5 años.
- **Planificación:** se crean las condiciones necesarias para la puesta en práctica de las acciones de preparación de las maestras en la estimulación de la motricidad fina.
- **Ejecución:** se materializan las acciones diseñadas cumplimentándose cada uno de los objetivos propuestos.

- **Control y evaluación:** en esta etapa es donde se logra la transformación de las maestras a partir de la concreción de las acciones recibidas, y su evidencia en la transformación de estos para potenciar el máximo desarrollo integral posible de las niñas y niños.

Las de acciones de preparación a las maestras para e la estimulación de la motricidad fina en las niñas y niños de 3 a 4 años son aceptables ya que están cambiando los hábitos de estimular a los niños.

Todas las acciones que se realizan van encaminadas a potenciar el desarrollo integral de las niñas y niños, siendo interés de la autora potenciar la estimulación de la motricidad fina.

Las maestras, ante el encargo social encomendado son los responsables de que se materialice esta aspiración en nuestros infantes, de ahí la necesidad de su mejor preparación para que puedan evaluar, controlar y demostrar a los mecanismos necesarios para la preparación óptima de la familia y que esta esté consciente del papel que le corresponde en el cumplimiento de estos principios, para que puedan incidir en el desarrollo integral del niño desde las primeras edades.

La evaluación de estas acciones estará en correspondencia con la participación activa y sistemática de los promotores, las vías y medios utilizados, la valoración de la calidad de los temas impartidos, demostrando dominio de esos conocimientos y las habilidades adquiridas.

Dentro de las acciones diseñadas están los talleres, que constituyen una forma de educación donde se construye colectivamente el conocimiento con una metodología participativa didáctica, coherente, tolerante frente a las diferencias, donde las decisiones y conclusiones se forman mediante mecanismos colectivos y donde las ideas comunes se tienen en cuenta.

Los talleres propuestos van a contribuir a la preparación de los maestros, a partir de adquirir conocimientos acerca de las características de las niñas y niños de 3 a 5 años, qué medios pueden ser utilizados para el desarrollo de diferentes actividades, así como las formas de organización de las actividades conjuntas para poder orientar en lo relacionado a la estimulación de la motricidad fina.

## **MOTRICIDAD**

### **Definición.**

Dentro de la formación de los niños existe algo importante como es la lateralidad que está dirigida por los hemisferios ubicados en el cerebro, cada hemisferio cumple una función determinada, como vemos el hemisferio derecho ordena todas las actividades del lado izquierdo del cuerpo es decir las piernas y el brazo izquierdo y el resto de funciones así mismo el hemisferio izquierdo ordena o cumple las funciones del lado derecho del cuerpo, pero dentro del Lateralismo en los primeros años debida se debe ayudar a fortalecer esto con ejercicios adecuados sobre todo en la educación inicial, cuando el lateralismo cumple funciones específicas como ubicación, , direccionalidad adelante, atrás arriba abajo todos estos ejercicios nos permite hacer las cosas con mejor predisposición al momento de realizar cualquier actividad.

Podemos mencionar que el Lateralismo juega un papel importante en la formación de las personas por que está inmerso la motricidad fina la gruesa, el poder ubicarse en el tiempo y espacio hace posible que pueda ser una persona independiente con una libertad de acción al momento que realiza una actitud determinada.

Es necesario que en los primeros años los docentes los padres ayuden a fortalecer la lateralidad cumpliendo o realizando ejercicios determinados para el efecto.

## Ejercicios

- Adelante – Atrás
- Arriba – Abajo
- Romper pedazos grandes gruesos
- Ubicación de una cancha (orientación)
- Determinación del tiempo
- Al costado – afuera
- Adentro – afuera
- Otros

Como vemos dentro de la Lateralidad está el desarrollo e la motricidad fina y gruesa de los niños , es necesario primeramente saber cuáles son los ejercicios adecuados en los primeros años para ayudar a realzar, esto lo puede hacer el docente como también el padre de familia.

Es imprescindible que se tenga algún mal que sea causante que el niño no pueda cumplir de mejor manera alguna actividad específica durante su vida. Por eso hoy es necesario poner al niño desde los primeros años en instituciones educativas para poder ayudar a mejorar la motricidad fina y gruesa estos centros son precisamente la educación inicial, ahí dentro del currículo está el Lateralismo , uno de los puntos a tratar.

***ROBALINO (1998) dice es necesario ayudar a fortalecer la motricidad fina y gruesa para evitar tener personas pasivas. (Pág. 106, 107)***

Entonces los padres también juegan un papel importante en la formación de los niños. Es indispensable que el ejercicio también es importante para el desarrollo integral del niño.

## **Lateralidad**

Lateralidad tiene que ver directamente con los hemisferios además cuando el niño recién comienza a dar los primeros pasos, a caminar es necesario desarrollar la Motricidad.

## **MOTRICIDAD GRUESA**

### **Definición.**

La Motricidad son todos los movimientos coordinados tanto con motricidad fina como la gruesa. El cerebro es el lugar donde encontramos localizados una red (el sistema nervioso) los cuales tienen funciones específicas. Motriz la capacidad que tiene una persona para realizar movimientos esto viene de acuerdo a su formación en los primeros años como lo ejecutó los ejercicios de lateralidad.

Se observa finalmente en las personas estos movimientos son más observables porque son los más evidentes, comprenden de todos aquellos movimientos que no necesitan presión como es girar la mano, los brazos para adelante, a tras hacia arriba, abajo, pero la motricidad gruesa no solo está en la mano gruesa no solo está en la mano, podemos observar en los pies piernas rodillas, cabeza, tronco, claro que tienen que ir relacionados tanto motricidad, con la motricidad gruesa

Pero existen ejercicios con los que uno se puede ayudar a mejorar estos problemas que se presentan cuando no se produce una verdadera enseñanza al fomentar la ejercitación ayudada desde los primeros años por la Lateralidad.

### **Fortalecimiento.**

La motricidad gruesa se puede fortalecer, en los primeros años donde la Educación Inicial para luego con el paso de los años vaya fortaleciendo, tanto la motricidad fina como la gruesa, es necesario como todos los ejercicios que pueden ayudar para mejorar este problema que si se puede dar, siendo complicado tratar de mejorar cuando las persona tiene años avanzados.

Todos estos ejercicios pueden ayudar a fortalecer la motricidad gruesa tanto de los niños como de los adolescentes los ejercicios son la clave para tener una eficiente motricidad fina y gruesa.

### **Edades.**

Motricidad Gruesa son todos los movimientos más notorios que realiza una persona es decir jugar con la mano, la pierna, recoger, extender, saltar, caminar, etc. La direccionalidad el niño adquiere a partir de los 5 años es decir arriba, abajo, adentro, afuera, delante, atrás, el reconocimiento de las vocales. Las Sensaciones esto está regido por los sentidos al producir las sensaciones podemos visualizar objetos, tocar, sentir, percibir etc.

Censo percepciones reproducen las sensaciones o representaciones que configuran una totalidad de manera equilibrada, dentro del proceso Lectura- Escritura intervienen directamente las sensaciones, los estímulos, percibimos formas, colores, tamaños, cantidad, etc. Todos estos contenidos esenciales juegan un papel importante en nuestra propuesta es por ello que hacemos constatar dentro de la Fundamentación Científica.

### **2.5. HIPÓTESIS**

**HI:** Los Fundamentos Técnicos individuales del baloncesto **SI inciden** en la Motricidad Gruesa de los niños de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha

**HO:** Los Fundamentos Técnicos individuales del baloncesto **NO inciden** en la Motricidad Gruesa de los niños de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha

### **2.6. SEÑALAMIENTO DE VARIABLES**

- **Variable Independiente:** Fundamentos Técnicos individuales del baloncesto
- **Variable Dependiente:** Motricidad Gruesa

## **CAPÍTULO III**

### **MARCO METODOLÓGICO**

#### **3.1 Enfoque.**

La investigación se desarrolla bajo los paradigmas críticos- propositivos: crítico porque diagnostica y analiza la situación actual de la problemática institucional y propositivo, porque propone una alternativa de solución del problema detectada, yendo más allá del diagnóstico y el análisis, busca la comprensión de fenómenos sociales con un enfoque contextualizado.

#### **Investigación Cualitativa.**

La investigación sobre el tema planteado, es eminentemente cualitativa porque busca la comprensión de los hechos que intervienen en forma directa en la problemática planteada en sus inicios, ya que nos permite analizar e investigar sobre la incidencia de los fundamentos técnicos individuales de baloncesto y el

Desarrollo de motricidad gruesa en los estudiantes de la misma institución y a su vez nos ayuda a encontrar una solución conjuntamente con los profesores, autoridades y padres de familia además de los propios estudiantes quienes serán los más beneficiados.

#### **Investigación Cuantitativa**

La investigación es cuantitativa porque nos permite obtener datos numéricos que serán el producto de la aplicación de fichas de observación a los estudiantes de la institución durante su proceso de aprendizaje de los fundamentos técnicos individuales de baloncesto en la búsqueda del desarrollo de motricidad gruesa, estos datos serán tabulados y permite establecer la propuesta en busca de una solución al problema detectado.



Una vez aplicada la investigación, esta nos permite conocer la realidad del deporte la cual carece de los fundamentos para el buen desenvolvimiento de los estudiantes

### **3.2. Modalidades de la investigación básica**

El diseño de la investigación responde a dos modalidades:

La Bibliográfica documental y de Campo.

#### **Modalidad bibliográfica-documental y de campo**

La investigación tiene la modalidad bibliográfica-documental y de campo, porque tiene el propósito de detectar, ampliar y profundizar diferentes enfoques, teorías, conceptualizaciones y criterios de diversos autores sobre diferentes aspectos, para lo cual se ha acudido a diferentes fuentes, tales como: documentos, libros, revistas, periódicos e internet, además porque a través de la observación y la vivencia se ha detectado este tipo de problemática

#### **De campo**

Es el estudio sistemático de los hechos en el lugar en que se producen. En esta modalidad el investigador toma contacto en forma directa con la realidad para obtener información de acuerdo con los objetivos del trabajo investigativo.

La investigación es de campo ya que se lo realizó en el interior de la institución, la misma que permitió comprender y evidenciar los distintos problemas e inconvenientes que se presentan en la institución a lo largo de mucho tiempo atrás, de la misma manera permitió tener un mayor contacto con las autoridades y docentes, además de aplicar la encuesta a los docentes del área de cultura física y la ficha de observación a los niños durante su trabajo académico y su desarrollo potencial, procedimental, y actitudinal

El investigador trabajó en el ambiente natural en que conviven las personas para recoger la información aplicando la técnica de la encuesta a los docentes, padres de familia y la observación dirigida a los estudiantes de la Unidad Educativa “SAN FRANCISCO DEL ALVERNIA” de la ciudad de Quito, Provincia de Pichincha;

### **De intervención social**

Porque la investigación no se conforma solamente con averiguar las causas y efectos del problema estudiado, sino que además busca plantear una alternativa de solución al problema investigado para de esta manera erradicar dicha problemática y así lograr un estilo de vida diferente dentro de esta sociedad competitiva.

### **3.3. Niveles de investigación**

#### **Exploratorio**

Tiene una metodología flexible de mayor amplitud y dispersión, genera hipótesis y reconoce variables de interés investigativo, sondea un problema poco investigado, a veces desconocido en un contexto particular.

La investigación es exploratoria porque sondea las características y particularidades de un problema poco investigado en un contexto particular. Se realiza con el propósito de destacar los aspectos fundamentales de una problemática determinada y encontrar los procedimientos adecuados para elaborar una investigación posterior.

#### **Descriptiva**

Permite predicciones rudimentarias, es de medición precisa, tiene interés de acción social, compara entre dos o más fenómenos situaciones o estructuras, clasifica elementos, modelos de comportamiento según determinados criterios, caracteriza a una comunidad, distribuye datos variables considerados aisladamente.

El nivel descriptivo de la investigación busca comparar entre dos fenómenos o situaciones; además pretende clasificar en base a criterios establecidos, así como

a modelos de comportamiento. Es descriptiva porque la investigación puntualiza las causas y consecuencias del problema estudiado.

### **Asociación de variables**

Es un análisis de correlación o sistema de variables, mide relaciones entre variables de los mismos sujetos de un contexto determinado. Evalúa las variaciones de comportamiento de una variable en función de variaciones de otra variable, mide el grado de relación entre variables en los mismos sujetos, y determina tendencias o modelos de comportamiento mayoritarios.

Como su nombre lo indica la investigación permitió analizar la correlación existente entre variables la misma que admite expresar predicciones estructurales que posean un valor explicativo parcial; en la investigación se establece la relación entre las dos variables, esto es la variable independiente, con la variable dependiente.

### **3.4. Población y muestra**

Para la toma de la muestra se ha tomado a los niños, de la unidad educativo San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha.

<b>Personal</b>	<b>Frecuencia</b>
Estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia	42
<b>Total</b>	<b>42</b>

**Cuadro N°1:** Población  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

### 3.5 Operacionalización de variables independiente: Fundamentos Técnicos del Baloncesto

CONCEPTO	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICAS
Los fundamentos técnicos del baloncesto, son el bote, el pase, el tiro y los movimientos defensivos y ofensivos, los cuales nos permite practicar este deporte de forma competitiva	El drible	Rebotar el balón Contacto momentáneo del balón.	¿Sabe que para el drible el balón es sostenido con firmeza, y dispuesto a ser jugado cuando se desee?	T: Encuesta I: Cuestionario
	Desplazamientos	Dirección, velocidad y precisión.	¿Conoce que en los desplazamientos debemos evitar los estiramientos producidos por balanceos y rebotes?	
	Los lanzamientos Clases de tiro	Tiro libre, estático, tras parada. Suspensión	¿Sabe que la eficacia radica en la realización de un gran salto que permita al balón rebasar con facilidad?	
	Entradas	Con una mano a pie firme De bandeja De golpes	¿Conoce que el balón puede ser lanzado en cualquier dirección con una o ambas manos?	

**Cuadro N° 2:** Operacionalización De La Variable independiente  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**Variable dependiente:** Desarrollo de Motricidad Gruesa

CONCEPTO	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICAS
La motricidad gruesa se refiere al control de los movimientos musculares generales del cuerpo el cual puede refinar los movimientos descontrolados, aleatorios e involuntarios a medida que su sistema neurológico madura.	Movimientos controlados	Laterales Frontales Combinados	¿Conoce que los movimientos laterales ayudan a mejorar la motricidad gruesa? ¿Sabe si los movimientos combinados ayudan desarrollar la motricidad en los estudiantes?	T: Encuesta. I: Cuestionario.
	Movimientos involuntarios	Frecuencia cardiaca Presión arterial Flujo sanguíneo Temperatura	¿Conoce que la motricidad gruesa es un movimiento involuntario? ¿Conoce que es la frecuencia cardiaca? ¿Sabe que los movimientos frontales ayudan a mejorar la motricidad gruesa?	
	Sistema neurológico	Nervios Encéfalo Cerebro	¿Conoce que para desarrollar la motricidad gruesa se emplea el sistema neurológico?	

**Cuadro N°3:** Operacionalización De La Variable Dependiente

**Elaborado por:** Luis Villamarin

## Técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información

Preguntas básicas	Explicación
1.- ¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de la investigación
2.- ¿De qué personas u objetos?	Estudiantes de la institución
3.- ¿Sobre qué aspectos?	Fundamentos técnicos del baloncesto
4.- ¿Quién?	Investigador. Luis Villamarin
5.- ¿A quiénes?	A los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia
6.- ¿Cuándo?	Marzo- septiembre-2016
7.- ¿Dónde?	“En la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia”
8.- ¿Cuántas veces?	Una veces:
9.- ¿Que técnica de recolección?	Observación. Encuesta.
10.- ¿En qué situación?	Desarrollo de motricidad gruesa

**Cuadro N° 4:** Plan de recolección de información

**Elaborado por:** Luis Villamarin

### 3.6 Plan de recolección de información

Para la investigación de la información se aplicaron las siguientes técnicas e instrumentos:

Se utilizará la técnica de la encuesta, porque permite recopilar datos de una población, grande o pequeña en poco tiempo, además el encuestado tiene mayor libertad para contestar las preguntas. Encuesta que permite conocer las características relacionadas con la problemática.

Para la encuesta un cuestionario estructurado dirigido a los deportistas y entrenadores vinculados al baloncesto.

### **3.7 Plan de procesamiento de la información**

El procesamiento de la información obtenida con los instrumentos aplicados a los deportistas y entrenadores del Colegio Elías Toro donde labora la población, se realizó organizando e interpretando las respuestas dadas. Los datos recogidos fueron tabulados construyendo la tabla de frecuencias y representados en gráficos.

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

1.- ¿Sabe que para el drible el balón es sostenido con firmeza, y dispuesto a ser jugado cuando se desee?

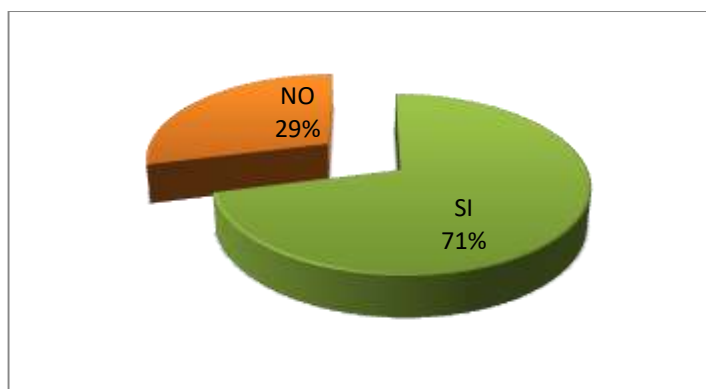
CUADRO N° 5

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	30	71 %
NO	12	29 %
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

GRÁFICO N° 5



**Gráfico:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

#### ANÁLISIS DE RESULTADOS

De los 42 estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, que representa 100%, el 79% expresan conocer que para el drible, el balón es sostenido con firmeza, y dispuesto a ser jugado cuando se desee y el 29% expresan no conocer que para el drible, el balón es sostenido con firmeza, y dispuesto a ser jugado cuando se desee.

#### INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Verificamos que la mayoría de estudiantes conocen que para el drible, el balón es sostenido con firmeza, y dispuesto a ser jugado cuando se desee, por consiguiente, se debe perfeccionar de esta manera.



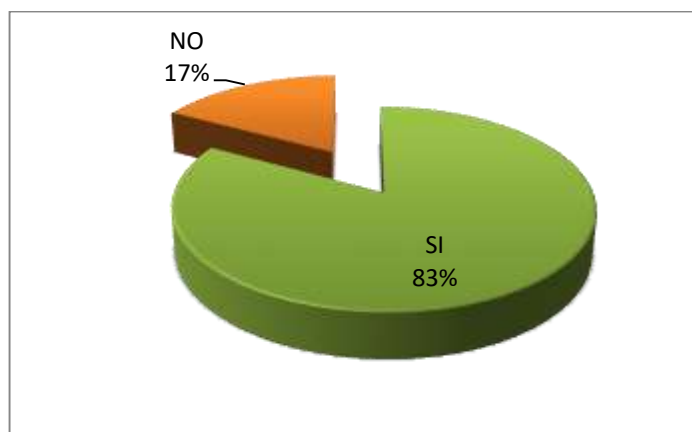
2.- ¿Conoce que en los desplazamientos debemos evitar los estiramientos producidos por balanceos y rebotes?

**CUADRO N° 6**

<b>INDICADORES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	35	83 %
NO	7	17 %
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**GRÁFICO N° 6**



**Gráfico:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

## **ANÁLISIS DE RESULTADOS**

De los 42 estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, que representa 100%, el 83% expresan conocer que en los desplazamientos debemos evitar los estiramientos producidos por balanceos y rebotes y el 17% expresan no conocerlo.

## **INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS:**

De esta manera se determina que hay un alto porcentaje de estudiantes que conocen que en los desplazamientos debemos evitar los estiramientos producidos por balanceos y rebotes, mejorando de esta manera su efectividad durante su realización y aplicación en las diferentes jugadas.

**3.- ¿Sabe que la eficacia radica en la realización de un gran salto que permita al balón rebasar con facilidad?**

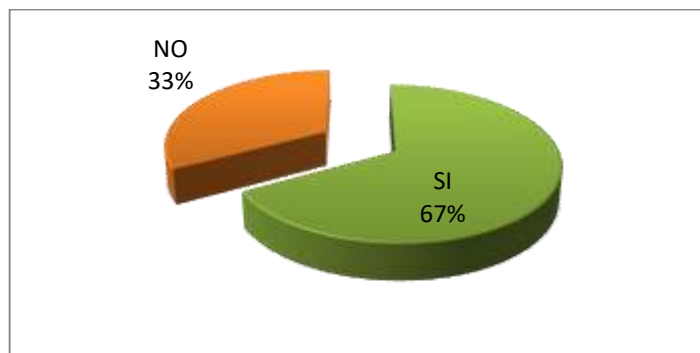
**CUADRO N° 7**

<b>INDICADORES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	28	67%
NO	14	33%
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

**GRÁFICO N° 7**



**Gráfico:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

### **ANÁLISIS DE RESULTADOS**

De los 42 estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, que representa 100%, el 67% expresan Saber que la eficacia radica en la realización de un gran salto que permita al balón rebasar con facilidad y el 33% expresan no saber que la eficacia radica en la realización de un gran salto que permita al balón rebasar con facilidad.

### **INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS:**

Se demuestra de esta manera que los estudiantes en su mayoría están conscientes que la eficacia radica en la realización de un gran salto que permita al balón rebasar con facilidad, por lo que se recomienda seguir con la perfección de estos movimientos para llegar al 100% de estudiantes.

4.- ¿Conoce que el balón puede ser lanzado en cualquier dirección con una o ambas manos?

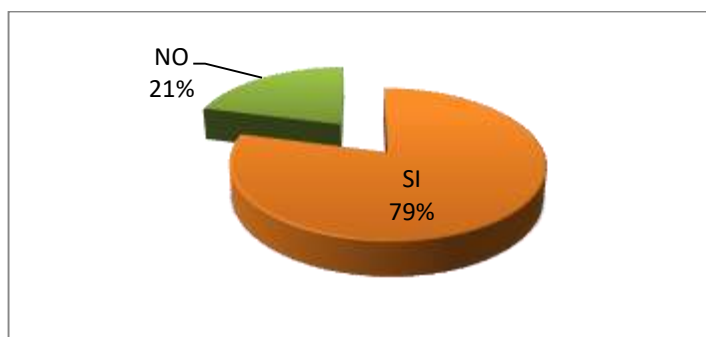
**CUADRO N° 8**

<b>INDICADORES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	33	79 %
NO	9	21 %
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuatro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

**GRÁFICO N° 8**



**Gráfico:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

### **ANÁLISIS DE RESULTADOS**

De los 42 estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, que representa 100%, el 79% expresan conocer que el balón puede ser lanzado en cualquier dirección con una o ambas manos y el 21% expresan que, no conocen que el balón puede ser lanzado en cualquier dirección con una o ambas manos.

### **INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS:**

De esta manera se infiere que los estudiantes en su mayoría conocen que el balón puede ser lanzado en cualquier dirección con una o ambas manos, pero se debe realizar reforzar esta técnica para que todos los estudiantes dominen este fundamento técnico dentro de la práctica del baloncesto.

5.- ¿Conoce que los movimientos laterales ayudan a mejorar la motricidad gruesa?

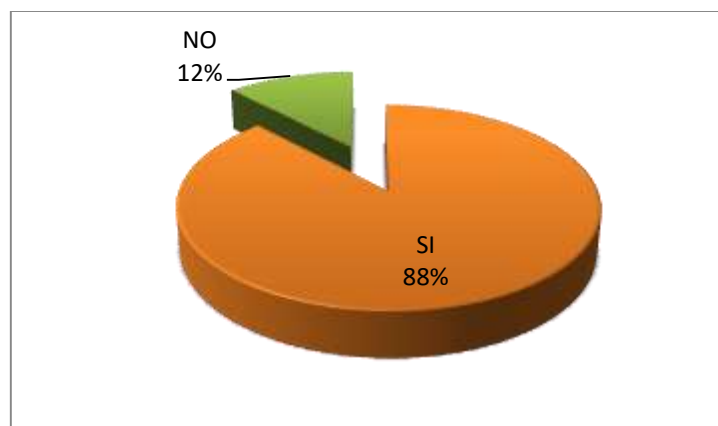
**CUADRO N° 9**

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	37	88 %
NO	5	12 %
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

**GRÁFICO N° 9**



**Gráfico:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

## **ANÁLISIS DE RESULTADOS**

De los 42 estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, que representa 100%, el 88% dicen que conocen que los movimientos laterales ayudan a mejorar la motricidad gruesa y el 12% dicen que no conocen que los movimientos laterales ayudan a mejorar la motricidad gruesa

## **INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

De esta manera se determina que los estudiantes expresan en su mayoría que si conocen que los movimientos laterales ayudan a mejorar la motricidad gruesa, pero los estudiantes que con los estudiantes que no conocen este particular se debe reforzar o fomentar este conocimiento para que lo realicen de forma consciente y responsable.

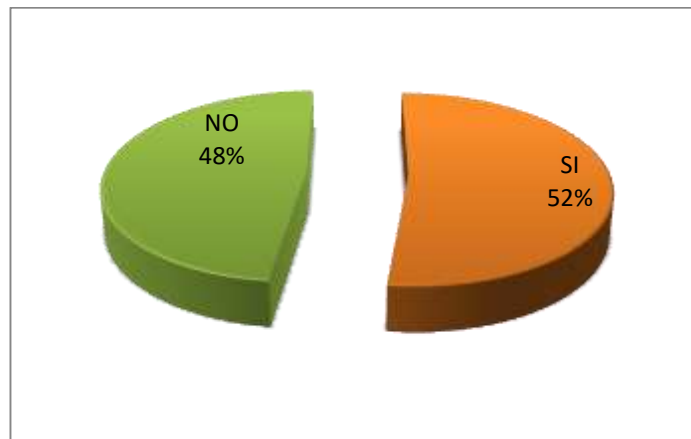
**6.- ¿Sabe si los movimientos combinados ayudan desarrollar la motricidad en los estudiantes?**

**CUADRO N° 10**

<b>INDICADORES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	22	52%
NO	20	48%
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**GRÁFICO N° 10**



**Gráfico:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**ANÁLISIS DE RESULTADOS**

De los 42 estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, que representa 100%, el 52% expresan si saber que los movimientos combinados ayudan desarrollar la motricidad en los estudiantes y el 48% expresan no saber que los movimientos combinados ayudan desarrollar la motricidad en los estudiantes

**INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

Verificamos de esta manera que casi en su mayoría los estudiantes, saben que los movimientos combinados ayudan a desarrollar la motricidad, de esta manera debemos fomentar más el conocimiento en los movimientos combinados.

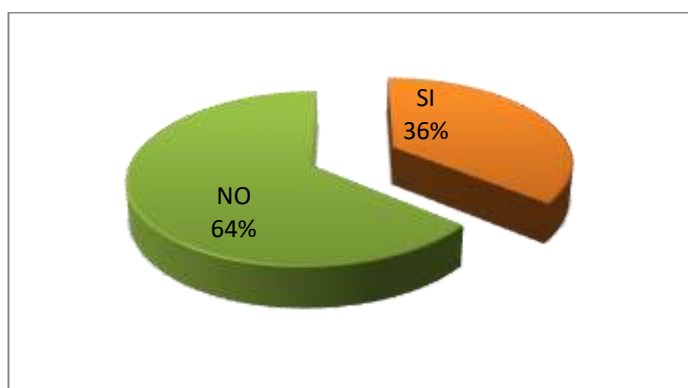
**7.- ¿Conoce que la motricidad gruesa es un movimiento involuntario?**

**CUADRO N° 11**

<b>INDICADORES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	15	36%
NO	27	64%
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**GRÁFICO N° 11**



**Gráfico:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**ANÁLISIS DE RESULTADOS**

De los 42 estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, que representa 100%, el 36% expresan que, si conocen que la motricidad gruesa es un movimiento involuntario y el 64% expresan que, no conocen que la motricidad gruesa es un movimiento involuntario.

**INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS:**

De esta manera se determina que la mayoría de estudiantes no conocen que la motricidad gruesa es un movimiento involuntario, surgiendo la necesidad de capacitar al estudiante sobre esta temática.

## 8.- ¿Conoce que es la frecuencia cardiaca?

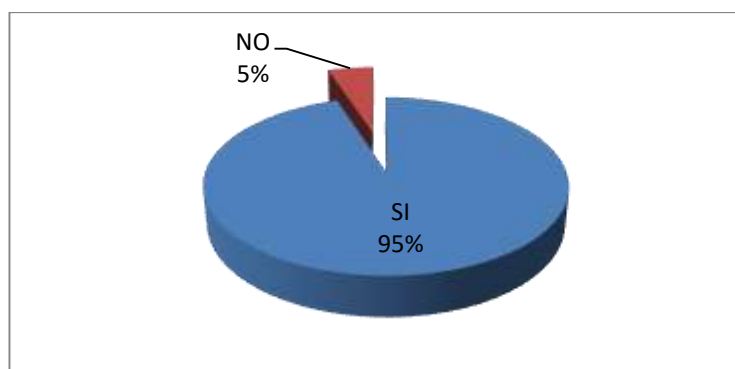
**CUADRO N° 12**

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	40	95%
NO	2	5%
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

**GRÁFICO N° 12**



**Gráfico:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

## ANÁLISIS DE RESULTADOS

De los 42 estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, que representa 100%, el 95% dicen que conocen que es la frecuencia cardiaca y el 5% dicen que no conocen que es la frecuencia cardiaca.

## INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS:

Se determina de esta manera que un alto porcentaje de estudiantes están conscientes que conoce que es la frecuencia cardiaca, que es un factor que nos permite lograr un desarrollo óptimo dentro de un deporte como lo es el baloncesto.

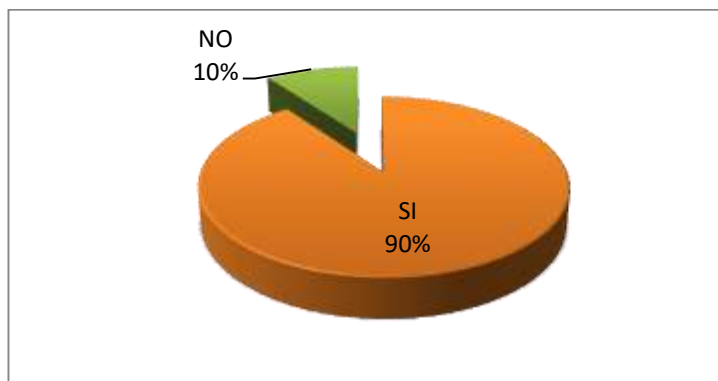
**9.- ¿Sabe que los movimientos frontales ayudan a mejorar la motricidad gruesa?**

**CUADRO N° 13**

<b>INDICADORES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	38	90%
NO	5	10%
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**GRÁFICO N° 13**



**Gráfico:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

### **ANÁLISIS DE RESULTADOS**

Se determina que la mayoría de estudiantes están de acuerdo que los movimientos frontales ayudan a mejorar la motricidad gruesa, pero hay que reforzar este conocimiento para llegar al 100%.

### **INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS:**

De los 42 estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, que representa 100%, el 90% dicen si saber que los movimientos frontales ayudan a mejorar la motricidad gruesa y el 10% dicen no saber que los movimientos frontales ayudan a mejorar la motricidad gruesa.



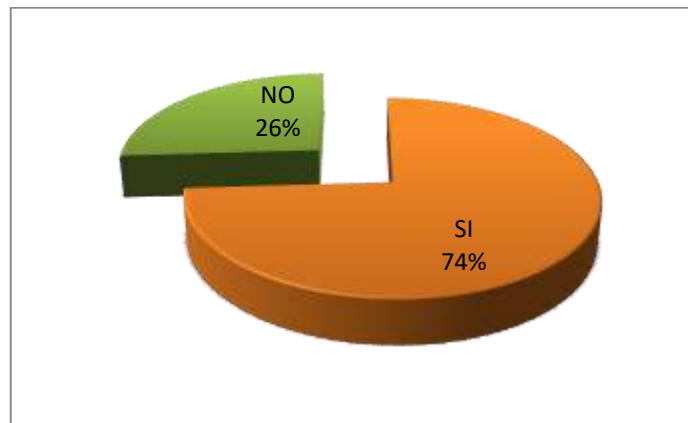
10.- ¿Conoce que para desarrollar la motricidad gruesa se emplea el sistema neurológico?

**CUADRO N° 14**

<b>INDICADORES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	31	74%
NO	11	26%
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**GRÁFICO N° 14**



**Gráfico:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

## **ANÁLISIS DE RESULTADOS**

De los 42 estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, que representa 100%, el 74% expresan conocer que para desarrollar la motricidad gruesa se emplea el sistema neurológico y el 26% expresan no conocer que para desarrollar la motricidad gruesa se emplea el sistema neurológico.

## **INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS:**

De esta manera se verifica que los estudiantes en su mayoría conocen que para desarrollar la motricidad gruesa se emplea el sistema neurológico, de esta manera los estudiantes saben que sus prácticas están siendo muy bien estructuradas y realizadas.

## 4.2 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

Para verificar la hipótesis se utiliza la prueba estadística del chi-cuadrado que permite establecer correspondencia entre valores observados y esperados, llegando hasta la comparación de distribuciones enteras.

Es una prueba que permite la comprobación global del grupo de frecuencias esperadas calculadas a partir de la hipótesis que se quiere verificar.

### Combinación de frecuencias

Para establecer la correspondencia de las variables se eligieron cuatro preguntas representativas a través del formulario de encuestas de cada una de las variables.

**3.- ¿Sabe que la eficacia radica en la realización de un gran salto que permita al balón rebasar con facilidad?**

**CUADRO N° 15**

<b>INDICADOR</b>	<b>FRECUENC</b>	<b>PORCENTA</b>
SI	28	67%
NO	14	33%
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

**6.- ¿Sabe si los movimientos combinados ayudan desarrollar la motricidad en los estudiantes?**

**CUADRO N° 16**

<b>INDICADOR</b>	<b>FRECUENC</b>	<b>PORCENTA</b>
SI	22	52%
NO	20	48%
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

7.- ¿Conoce que la motricidad gruesa es un movimiento involuntario?

**CUADRO N° 17**

<b>INDICADOR</b>	<b>FRECUENC</b>	<b>PORCENTA</b>
SI	15	36%
NO	27	64%
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

10.- ¿Conoce que para desarrollar la motricidad gruesa se emplea el sistema neurológico?

**CUADRO N°18**

<b>INDICADOR</b>	<b>FRECUENC</b>	<b>PORCENTA</b>
SI	31	74%
NO	11	26%
<b>TOTAL</b>	<b>42</b>	<b>100 %</b>

**Cuadro:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

## Frecuencias Observadas

**CUADRO 19. Frecuencias Observadas.**

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>	<b>SUBTOTAL</b>
¿Sabe que la eficacia radica en la realización de un gran salto que permita al balón rebasar con facilidad?	28	14	42
¿Sabe si los movimientos combinados ayudan desarrollar la motricidad en los estudiantes?	22	20	42
¿Conoce que la motricidad gruesa es un movimiento involuntario?	15	27	42
¿Conoce que para desarrollar la motricidad gruesa se emplea el sistema neurológico?	31	11	42
<b>SUBTOTAL</b>	<b>96</b>	<b>72</b>	<b>168</b>

**Cuadro N° 19:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

**Cuadro 20 Frecuencias Esperadas**

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>	<b>SUBTOTAL</b>
¿Sabe que la eficacia radica en la realización de un gran salto que permita al balón rebasar con facilidad?	24	18	42
¿Sabe si los movimientos combinados ayudan desarrollar la motricidad en los estudiantes?	24	18	42
¿Conoce que la motricidad gruesa es un movimiento involuntario?	24	18	42

¿Conoce que para desarrollar la motricidad gruesa se emplea el sistema neurológico?	24	18	42
<b>SUBTOTAL</b>	96	72	168

**CUADRO N°20.** Frecuencias Esperadas.  
**Elaborado por:** Luis Villamarin

### Modelo Lógico

**HI:** Fundamentos Técnicos individuales del baloncesto SI inciden en la Motricidad Gruesa de los niños de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha

**HO:** Fundamentos Técnicos individuales del baloncesto NO inciden en la Motricidad Gruesa de los niños de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha

### Nivel de Significación

El nivel de significación con el que se trabaja es del 5%.

$$\chi_c^2 = \sum \left| \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i} \right|$$

En donde:

$\chi_c^2$  = Chi-cuadrado

$\Sigma$  = Sumatoria

O = Frecuencia observada

E = Frecuencia esperada o teórica

### **Grado de Libertad**

Para determinar los grados de libertad se utiliza la siguiente fórmula:

$$GL = (\text{filas}-1) (\text{columnas}-1)$$

$$GL = (4-1) (2-1)$$

$$GL = 3*1$$

$$GL = 3$$

### **Grado de significación**

$$\infty = 0.05$$

**Valor crítico ( $X^2$  tabla)= 3,84**

**Cuadro 21. Verificación de Chi Cuadrado.**

Probabilidad de un valor superior - <i>Alfa</i> ( $\alpha$ )				
Grados libertad	0,1	0,05	0,025	0,01
1	2,71	3,84	5,02	6,63
2	4,61	5,99	7,38	9,21
3	6,25	7,81	9,35	11,34
4	7,78	9,49	11,14	13,28
5	9,24	11,07	12,83	15,09
6	10,64	12,59	14,45	16,81
7	12,02	14,07	16,01	18,48
8	13,36	15,51	17,53	20,09
9	14,68	16,92	19,02	21,67
10	15,99	18,31	20,48	23,21
11	17,28	19,68	21,92	24,73
12	18,55	21,03	23,34	26,22
13	19,81	22,36	24,74	27,69
14	21,06	23,68	26,12	29,14
15	22,31	25,00	27,49	30,58
16	23,54	26,30	28,85	32,00
17	24,77	27,59	30,19	33,41
18	25,99	28,87	31,53	34,81
19	27,20	30,14	32,85	36,19
20	28,41	31,41	34,17	37,57

**Cuadro N°21: Fuente encuesta realizada a estudiantes  
Elaborado por: Luis Villamarin**

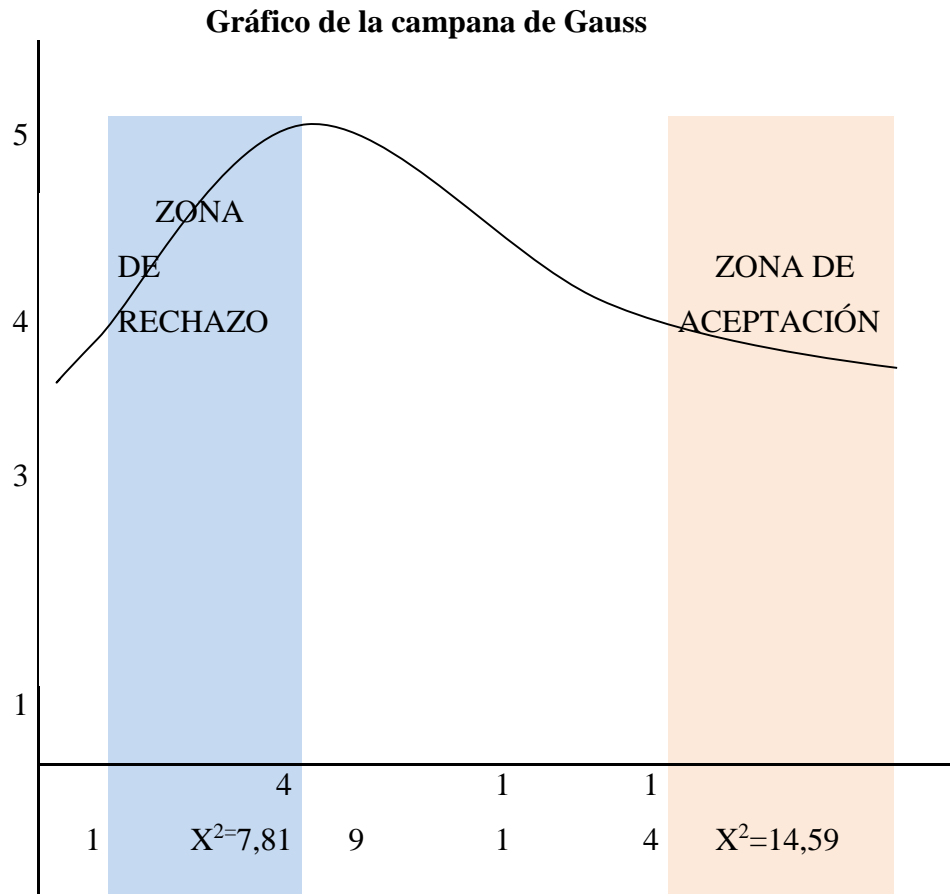
**CUADRO 22.  
Cálculo del Chi Cuadrado.**

O	E	O-E	(O-E) <sup>2</sup>	(O-E) <sup>2</sup> /E
28	24	4.00	16.00	0.6667
14	18	-4.00	16.00	0.8889
22	24	-2.00	4.00	0.1667
20	18	2.00	4.00	0.2222
15	24	-9.00	81.00	3.3750
27	18	9.00	81.00	4.5000
31	24	7.00	49.00	2.0467
11	18	-7.00	49.00	2.7222
<b>TOTAL</b>				<b>14.5884</b>

**Cuadro N°18: Fuente encuesta realizada a estudiantes  
Elaborado por: Luis Villamarin**

**Decisión:** Con 3 GL con un nivel de 0,05  $X^2_t = 7.81$

**Gráfico de Verificación**



**Gráfico N| 15:** Fuente encuesta realizada a estudiantes

**Elaborado por:** Luis Villamarin

**Conclusión**

El valor de  $X^2_t = 7.81 < X^2_c = 14.59$  se hallan por lo tanto en la región de rechazo, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna que dice:

**H1:** Fundamentos Técnicos individuales del baloncesto SI inciden en la Motricidad Gruesa de los niños de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha.



## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1 CONCLUSIONES:

Con la presente investigación realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia, se analizó e interpretó por lo que me permite dar las siguientes conclusiones

- Los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha no reciben una capacitación teórica de los diferentes temas que abarcan la práctica de los fundamentos técnicos individuales dentro del baloncesto.
- Los fundamentos técnicos individuales del baloncesto no están siendo aplicados de forma programada y consiente dentro de los entrenamientos de este deporte desestimando su fortalecimiento y desarrollo integral en sus estudiantes.
- En la institución no se cuenta con programas, proyectos o manuales que ayude al docente de Educación Física o entrenador a desarrollar de forma adecuada la motricidad gruesa mediante los fundamentos técnicos del baloncesto.
- De acuerdo a los resultados establecido, tabulados y puestos a su verificación se determina que los fundamentos técnicos individuales del baloncesto si influyen en el desarrollo de la motricidad gruesa de los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha.

## 5.2 RECOMENDACIONES:

Luego de haber analizado la situación actual de los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia y para mejorar su motricidad gruesa se recomienda.

- Capacitar teóricamente a los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia en los diferentes temas que abarcan la práctica de los fundamentos técnicos individuales dentro del baloncesto y su ayuda para mejorar su motricidad gruesa.
- Aplicar de manera correcta y adecuada los fundamentos del baloncesto realizando tablas de entrenamientos mensuales, semanales y diarios para fortalecer este deporte.
- Capacitar a los docentes de cultura física dando congresos, charlas, capacitaciones y manuales de entrenamiento que puedan ayudar al desempeño del educando en la enseñanza de este deporte.
- Mediante los resultados obtenidos y verificados se recomienda aplicar los fundamentos técnicos individuales del baloncesto como parte fundamental del mejoramiento de la motricidad gruesa ya que estos inciden positivamente en el desarrollo de los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia de la ciudad de Quito provincia de Pichincha.

## REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- AGUILAR, Marlene. (1992) “Metodología de la Investigación Científica”, UTPL, Modalidad Abierta. Loja (1992).
- ALCARAZ, Víctor M. (1980). La función de síntesis del lenguaje. Trillas.
- AVERROES (traducción Española/1978).Epitome de física. Madrid. Consejo Superior de Investigación Científica. Citado por: Roca I, Balasch. En: Bijou, S.
- BIJOU, SIDNEY. y Ribes, Emilio. Coordinadores. (1996). El desarrollo del comportamiento. Universidad de Guadalajara.
- BRONFRENBERNER, Uri. 1986. Ecología del desarrollo humano. Interamericana.
- HARZEM, PETER. (1996). La psicología infantil, el desarrollo y los patrones de la acción humana. Un ensayo sobre conceptos y problemas.
- EN BIJOU,S. Y RIBES,E. 1996. El desarrollo del comportamiento.
- KANTOR, J. R. Y SMITH, N. W. (1975). The science of psychology: an interbehavioralsurvey. Principia press.
- Conferencia de Alberto Stapelfed Z. en el programa Deporte para Todos del Ministerio de Desarrollo Social y Medio ambiente de la República de Argentina.
- Citado en la Constitución del Ecuador aprobada en el 2008.
- Citado en la Constitución del Ecuador, Régimen del Buen Vivir, pág. 169.
- 19 Citado en la Constitución del Ecuador, Régimen del Buen Vivir, pág. 170.
- Proyecto de Tesis “Estrategia Metodológica para la masificación del baloncesto en la categoría de 8 – 12 años en los niños de la comunidad José Luis Tamayo (Muey) del cantón Salinas, provincia de Santa Elena en el año 2012”.
- Citado en L. Matvéev: Fundamentos del entrenamiento deportivo. Pág. 7
- Manual de Educación Física y Deportes – Técnicas y actividades prácticas (Grupo Océano) pág. 327.
- Muraro, 2003)
- Villón F. (2012)

## REFERENCIA LINKOGRÁFICA

- <http://www.unbasket.net/>
- Baloncesto formativo
- <http://www.baloncestoformativo.com.ar/>
- Aprender baloncesto
- <http://aprendebaloncesto.blogspot.com/>
- <http://www.entrecanastaycanasta.com/index.html>
- La página Web de Juan Cuesta – Sección de Basket
- La página de basket de Javier
- <http://www.basketjavier.com/CMS/index.php>
- Ejercicios de Mario Nuño
- <http://www.terra.es/personal/marionu/ejercicios/>
- Baloncesto JGBasket 2.0
- <http://baloncesto.jgbasket.com/>
- Todo el basket de la red
- <http://www.zona131.com/>
- El blog de Piti Hurtado
- <http://pitihurtado.wordpress.com/>
- El blog de Raúl Jiménez
- <http://rjmbasket.blogspot.com/>
- Reglamento Internacional de Mini baloncesto. Federación Internacional de Baloncesto (FIBA), Múnich-D-81379. 1998-2002. Rep. Fed. Alem.

**DESARROLLO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS  
INDIVIDUALES DEL BALONCESTO PARA UNA ÓPTIMA  
MOTRICIDAD EN LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAN  
FRANCISCO DEL ALVERNIA**

**Luis Alfredo Villamarin Tapia**

**Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias de la Educación,  
Carrera de Cultura Física, Ambato-Ecuador  
Unidad Educativa San Francisco del Alvernia**

**RESUMEN**

El presente trabajo relaciona aspectos sobre la metodología de la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales en el baloncesto, las etapas y los niveles de manifestación de las habilidades motrices gruesas y aporta ejercicios en orden lógico y metodológico que se pueden realizar en la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales de este deporte.

Proporciona a los docentes una vía y soporte teórico- metodológico para la auto preparación y es factible de realizarlo no solo para profesores y entrenadores, sino también para estudiantes en formación y para los propios atletas que deseen profundizar en su preparación.

**Palabras clave:** Baloncesto, Fundamentos técnicos, metodológico.

**ABSTRACT**

This work related aspects of the teaching methodology of individual technical fundamentals in basketball, stages and levels of manifestation of gross motor skills and provides exercises in logical and methodological order that can be performed in teaching the basics individual technical sport.

It provides teachers a way theoretical and methodological support for self-preparation and is feasible to do this not only for teachers and coaches, but also for students in training and the athletes themselves who wish to deepen their preparation.

**Keywords:** Basketball, technical, methodological foundations.

## INTRODUCCIÓN

La estrecha relación existente entre deporte escolar y la Educación Física, la ubica en las actividades docentes en un modelo deportivo que responde a tradiciones socioculturales en el proyecto educativo, solo que en estos tiempos no se trata únicamente de la reproducción del conocimiento basado en la repetición exacta del movimiento, si no en el desarrollo de la motricidad gruesa mediante este medio.

Y su fundamento técnico, que es necesario aportar a la formación y desarrollo integral de su motricidad desde la ejercitación, la práctica del deporte, dar a ellos tareas que les permita producir nuevos conocimientos y desarrollar la creatividad, o bien para el surgimiento y fomento de talentos deportivos o de jóvenes capaces de utilizar sanamente su tiempo libre y desempeñarse eficientemente en cualquier esfera de la vida.

Para que sea posible concretar esta aspiración, es necesaria la incursión de un profesor dotado de conocimientos y dominio de los fundamentos del baloncesto, con el correcto enfoque y accionar metodológico para mejorar la motricidad gruesa, que le permita dirigir, orientar y facilitar el proceso de enseñanza aprendizaje dentro de este deporte.

El trabajo de campo del investigador en esta temática data desde que en los estudios en la Universidad específicamente en la carrera de Cultura Física, tubo ya la iniciativa de realizarla por afinidad a este deporte, también en las vivencias como entrenador en diferentes instancias y como colaborador, le permitieron valorar la necesidad del estudio y análisis de las consideraciones metodológicas para la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del baloncesto y su relación con el desarrollo de la motricidad gruesa, el mismo constituye un proceso largo, en el que se ha observado el trabajo con niños , adolescentes, jóvenes en formación superior, también los profesores han manifestado la necesidad de materiales especializados en los cuales se puedan auxiliar para la enseñanza de este deporte.

El objetivo de este artículo es presentar una propuesta metodológica para la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del baloncesto en los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

Para el presente trabajo de campo se asumieron y revisaron diferentes definiciones tales como:

**Técnica:** Es la ejecución correcta de los fundamentos y su relación entre sí, teniendo en cuenta los parámetros de efectividad y fluidez.

La técnica se divide en ofensiva y defensiva.

- **La ofensiva** se refiere a las acciones que realizan los jugadores del equipo que tiene el balón y se clasifican en acciones con el balón (recepción y pase, drible y tiros) y desplazamientos ofensivos (carreras, paradas, giros y saltos).

- **La defensiva** se refiere a todas las acciones que se realizan contra los jugadores del equipo que tiene el balón para tratar de apropiarse del mismo, estas se clasifican en apropiación del balón (tumbar y quitar el balón, intercepción del balón y bloqueo al rebote), desplazamientos defensivos (al frente, atrás, lateral y en zigzag), posturas (alta, media y baja) y posiciones (abierta y cerrada).

**Fundamento Técnico:** Son los principales movimientos que se realizan en situaciones de enseñanza aprendizaje del deporte en cuestión constituyen principios base o cimiento del deporte, son la raíz y origen en que radica y tiene su mayor fuerza el Baloncesto

**Motricidad:** Es el empleo racional y consciente de los conocimientos, Capacidades y hábitos que se poseen y que permiten solucionar tareas en condiciones cambiantes.

**Etapa:** Las fases por las que transitan los practicantes en el proceso de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos.

**El nivel de desarrollo:** La ejecución del fundamento de forma gruesa, semipulida o pulida.

**El nivel de asimilación.** La solución que es capaz de ejecutar el practicante, relativo al conocimiento adquirido al transitar por los diferentes niveles.

**Nivel de profundidad:** El grado de complejidad o amplitud del movimiento en correspondencia con la magnitud de las conexiones de las acciones o habilidades componentes.

### **Surgimiento y desarrollo del baloncesto.**

El Baloncesto es un juego deportivo que surgió en Diciembre de 1891 en el Springfield College, en Massachussets, EU, ante la necesidad de satisfacer al alumnado de dicho centro durante la temporada invernal, este juego debía realizarse bajo techo.

El inventor del Baloncesto fue el Dr. James Naismith, profesor de la institución y natural de Ontario, Canadá.

El Baloncesto en su formación inicial tuvo sus bases en el Fútbol Rugby por cuanto participaban 9 jugadores (1 guardameta, 2 defensas, 3 centro y 3 delanteros).



Naismith tomó del Rugby, el ser un juego de contacto, pero sin la rudeza del mismo y utilizando un calzado más liviano.

Una vez instituido el deporte se establecieron las metas, se colocaron las canastas (2-5 m) posibilitando el tiro de los jugadores cada cierta distancia y se elaboraron los cinco principios básicos y el primer cuerpo de reglas.

### **Situación actual del baloncesto y su perspectiva con el desarrollo motriz.**

El Baloncesto como disciplina deportiva presenta una estructura muy evolucionada que se apoya en una amplia gama de movimientos basados en las actividades naturales del hombre: correr, saltar, lanzar, que han de ser ejecutados con maestría, perfección y de forma muy rápida, una complejidad táctica de sus acciones colectivas, un alto nivel competitivo, unas especiales características biométricas de los jugadores y finalmente un control informativo de su desarrollo motriz y evolución que lo convierten en un espectáculo brillante en los tiempos actuales.

Por otra parte, el baloncesto es un deporte que nació moderadamente para no caer en los errores de otros deportes surgidos con anterioridad, con el propósito de no volverse obsoleto, de ahí que cada ciclo olímpico sirve para revisar y adecuar las reglas, fundamentos y habilidades, lo que supone una evolución cualitativamente superior del juego por lo que las intenciones son las siguientes:

- Contribuir a que los equipos realicen un juego vistoso y con calidad.
- Canalizar y clasificar las novedades motrices, técnicas y tácticas de jugadores.
- Si de conjunto se logra todo esto en el baloncesto entonces el mismo cumple su función formativa y social.

### **Proyección metodológica del Baloncesto, Modelos utilizados**

La metodología para la enseñanza de los fundamentos técnicos en el baloncesto es un tema controversial, debido a que incluye dos aspectos esenciales que son, la enseñanza correcta de los mismos de acorde a la edad de los estudiantes, deportistas y niveles de aprendizaje, que aunque están diseñados los pasos o fases a seguir para la enseñanza de cada fundamento, cada docente o entrenador es libre de buscar la vía más asequible siempre que no incurra en errores técnicos en el proceso de enseñanza y la calidad del aprendizaje motriz, de ahí la necesidad de transmitir ideas claras sobre los fundamentos y su desarrollo motriz los mismos que se dominen de forma aceptable con cada una de sus habilidades por parte del estudiante.

La temática es difícil y compleja, más si se habla del baloncesto y su estrecha relación con la motricidad gruesa, que agrupa una importante cantidad de fundamentos individuales ofensivos y defensivos, que hoy se enseñan desde otra óptica más cercana a situaciones concretas y donde el dominio de dichos fundamentos técnicos individuales, garanticen un porcentaje significativo de las acciones tácticas que suceden en situaciones de juego.

Para orientar el análisis de la temática ha sido imprescindible hacerse los siguientes cuestionamientos:

#### **RESULTADOS:**

1.- ¿Por qué es necesaria la enseñanza de los fundamentos técnicos en el deporte baloncesto?
2.- ¿Por qué han de enseñarse en orden lógico y metodológico?
2.- ¿Por qué se enseñan los fundamentos individuales desde las primeras etapas?
3.- ¿Cómo trabajar la motricidad gruesa en la etapa de enseñanza de los fundamentos técnicos individuales?
4.- ¿Qué aspectos se deben tener en cuenta en los niños que se inicia en el baloncesto?

## **Fundamentación.**

Estas interrogantes serán oportunamente analizadas y respondidas en el foro con otros autores.

Diferentes autores plantean sus puntos de vista con respecto a la metodología de la enseñanza del Baloncesto, algunos la dividen en etapas, otros en fases.

**DragomirKirkov**, en el Manual de Baloncesto hace una descripción de los elementos técnicos, los clasifica y como se realiza, aborda tres etapas, una de los elementos por separados, otra de las acciones de los jugadores y la tercera la preparación especial del jugador, la cual le ubica a los elementos técnicos contrarios y coloca a los jugadores por posiciones de su desarrollo motriz.

**Ornides**, Cintra en el libro Test Pedagógico y Baloncesto para todos, aborda el tema dando una explicación de los elementos, pero no plantea etapas en el proceso de enseñanza aprendizaje de los mismos.

**Francisco Mora**, en el libro Mini baloncesto Manual para la Enseñanza y el Aprendizaje expresa que en la enseñanza del fundamento tiene tres fases, una inicial, otra de realización y la tercera fase final, más adelante propone que en el proceso de enseñanza aprendizaje transcurre por cinco momentos el primero de enseñanza, el segundo practicar el fundamento sin oposición, el tercero practicarlo con obstáculo u otros medios, el cuarto con oposición y el quinto en juego libre.

En otra parte dice que en el proceso de enseñanza se debe tener presente la Base Orientadora de la Acción y manifiesta que existen tres.

**Pedro L**, de la Paz en los libros La Ofensiva y la Defensa plantea para la enseñanza de los elementos técnicos diferentes procedimientos metodológicos en función del fundamento en cuestión pueden ser cuatro, cinco o seis, también hace una descripción de cada uno de los fundamentos.

**Ricardo Pardo**, en su libro Baloncesto para Niños y Jóvenes, aborda el contenido planteando que existen tres etapas, pero más bien con un enfoque psicológico, después ordena los elementos técnicos motrices, comenzando por los desplazamientos y posteriormente el manejo del balón

En la Guía Metodológica para la Enseñanza de los Elementos Técnicos de un Colectivo de Autores se habla de tareas, métodos y procedimientos, todos encaminados con una directa relación con el buen desarrollo motriz para su consecución y performance.

Por lo expuesto se aborda el tema haciendo una descripción de los fundamentos técnicos individuales, planteando que los mismos transitan por tres etapas motrices muy fundamentales con sus características durante el proceso de enseñanza y los vincula con los niveles de manifestación de las habilidades motrices.

### **La formación y desarrollo de habilidades y destrezas motrices gruesas deportivas en la metodología del Baloncesto**

Para la nueva propuesta teórico- metodológica se han estudiado los criterios emitidos por el **Dr. C. Ariel Ruiz Aguilera** en principio y el **Dr. C. Calixto del Canto Colls**, que continuó trabajando las ideas relacionadas con las etapas de formación y desarrollo de las habilidades y destrezas motrices gruesas deportivas, que concretamente abordan la utilización de métodos y procedimientos ajustados a los objetivos y contenidos, en un orden lógico en correspondencia con la etapas de formación de las habilidades y destrezas motrices deportivas, que deben corresponderse con los métodos educativos y los métodos para el desarrollo de capacidades físicas en los estudiantes.

### **Niveles encontrados de manifestación de las habilidades motrices gruesas deportivas.**

Antes de abordar los niveles de manifestación de las habilidades motrices deportivas, hay que aclarar, que es la motricidad gruesa.

La motricidad gruesa para su desarrollo y formación en el baloncesto pasa por tres etapas:

**1.- Dominio inicial**, de los fundamentos como un todo, que está dirigida a la representación correcta del movimiento sobre la base de la percepción visual

primero y la motriz gruesa después.

**2.- Diferenciación**, apropiación e integración de las partes del ejercicio como un todo, en esta etapa se eliminan los movimientos innecesarios, se utilizan los movimientos y se forma una actitud consciente hacia el dominio de la habilidad.

**3.- Consolidación y profundización de la motricidad**, la perfección el movimiento, una ejecución coordinada de la acción motriz gruesa hay mayor armonía y precisión en el movimiento y una asimilación sólida, consciente y duradera, los niveles de manifestación de las habilidades motrices deportivas son tres; nivel de desarrollo, de asimilación y de profundidad, estos niveles guardan cierta relación con las etapas de enseñanza de los fundamentos técnicos individuales.

**El nivel de desarrollo**, se caracteriza por la ejecución del fundamento de forma gruesa, semipulida o pulida, para saber en qué nivel de ejecución se encuentra, existen tres indicadores los cuales son errores técnicos fundamentales, efectividad y fluidez.

Hay errores técnicos, cuando se realiza el movimiento de forma incorrecta, por ejemplo, en el tiro en movimiento realizar tres pasos al ejecutarlo.

La efectividad está dada por los resultados que se alcancen en la ejecución, no quiere esto decir que si es la ejecución de un tiro hay que encestarlo para que haya efectividad.

La fluidez está dada por la coordinación, ritmo, armonía, destreza con la cual se realice el movimiento.

**El nivel de asimilación**, se relaciona con la solución que es capaz de ejecutar el practicante, relativa al conocimiento adquirido al transitar por los diferentes niveles y esto son:

**Familiarización:** Cuando el practicante es capaz de nombrar el fundamento, lo identifica, lo descubre etc.

**Reproducción:** Cuando el practicante logra una repetición del movimiento con o sin modelo; constituye un momento muy importante por su carácter de base para toda ejecución motriz gruesa.

**Aplicación:** Cuando el practicante logra sobre la base de la automatización del movimiento, concentrar la atención en factores externos ya sean adversarios u otras condiciones externas y realizan la tarea motriz gruesa o la ejecución.

**Creación:** Cuando el practicante es capaz de dar soluciones no aprendidas durante la realización de la tarea motriz gruesa en el transcurso del proceso, pero que reglamentariamente son válidas y posibles.

**Nivel de profundidad:** Este guarda relación con el grado de complejidad o amplitud del movimiento motriz grueso en correspondencia con la magnitud de las conexiones de las acciones, habilidades o componentes.

Debe ser tratado adecuadamente pues no siempre el orden metodológico de su enseñanza coincide con el orden práctico.

Los niveles de ejecución podemos clasificarlo en, aislado, combinado y complejo de ejecución.

**Nivel de ejecución aislado:** Es la realización de un acto, acción de la habilidad o el fundamento técnico individual completo.

**Nivel de ejecución combinado:** Es la realización motriz gruesa unida y consecutiva de dos o más actos, acciones o fundamentos técnicos individuales completos.

**Nivel complejo de ejecución:** Es la realización motriz gruesa unida y consecutiva de un grupo de actos, acciones de la habilidad o fundamentos técnico individual completo.

## **DISCUSIÓN.**

Si se observa lo que caracteriza a la primera etapa de enseñanza y al nivel de desarrollo en su primera fase, se puede inferir que existe correspondencia entre ambos, pero también el nivel de asimilación en sus dos primeras fases, está muy relacionado con la primera etapa, asimismo, el primer indicador del nivel de profundidad (nivel de ejecución aislado), también se corresponde con la primera etapa en la formación de la habilidad motriz gruesa en los estudiantes.

En esta teoría existe una correlación entre los criterios expuestos por los anteriores autores y la nueva propuesta metodológica que se plantean tres etapas en la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales, una de introducción del fundamento, otra de desarrollo y la tercera de perfeccionamiento, más adelante se abordarán con más amplitud.

Existen tres niveles de manifestación de las habilidades motrices gruesas; nivel de desarrollo, nivel de asimilación y nivel de profundidad.

Para la enseñanza y aprendizaje de los fundamentos técnicos individuales, se deben realizar una serie de ejercicios que van a facilitar su aprendizaje, hay fundamentos que por su fácil ejecución no requieren tanta ejercitación en las diferentes etapas.

Los ejercicios para la primera etapa denominada introducción del fundamento, se agrupan en ejercicios previos y forma estándar, en la segunda etapa, desarrollo de los fundamentos, están agrupados en variación de la forma estándar y unión de la forma estándar con otros fundamentos.

Perfeccionamiento de los fundamentos técnicos individuales, se agrupan en juegos en condiciones fáciles para los estudiantes, juegos de ejercitación, de entrenamiento y en condiciones difíciles.

### **Introducción del fundamento**

Esta etapa se caracteriza por la presentación del fundamento al estudiante, se van a realizar ejercicios sencillos de fácil comprensión por parte del mismo,

cumpléndose el principio didáctico de la asequibilidad de la enseñanza, se le debe prestar especial atención a la fase inicial del movimiento, a su coordinación y amplitud, estos ejercicios sencillos que pueden adquirir mayor complejidad, son preliminares y llegándose a culminar la etapa con la realización o ejecución del fundamento técnico integro, o sea, la forma estándar tanto en el lugar como en movimiento.

El docente debe ser muy cuidadoso en cuanto a la selección de los métodos, por lo que se recomienda la utilización del método analítico, asociativo y sintético porque se ajusta favorablemente a las características de la etapa.

### **Desarrollo de los fundamentos técnicos:**

Esta etapa se caracteriza porque los fundamentos se ejecutan con mayor grado de complejidad, dada por la distancia, el ritmo, los fundamentos unidos; dos o más en una misma acción, la ventaja que tiene esta etapa, es que los practicantes han ejecutado en la etapa anterior los fundamentos de forma aislada, lo que facilita el aprendizaje cuando se unen dos o más fundamentos individuales en una misma acción.

Cuando ya existe dominio de estos fundamentos combinados en la etapa se pueden ir añadiendo contrarios, siempre controlados por el docente; estos contrarios deben responder a los objetivos que se quieren lograr, la etapa se caracteriza por la variación de la forma estándar y la unión de la forma estándar con otros fundamentos individuales.

### **Perfeccionamiento de los fundamentos técnicos individuales.**

La etapa se caracteriza porque hay mayor dominio en la ejecución de los fundamentos técnicos individuales, todos los ejercicios que se realizan en la misma van a ser en forma de complejo, se utilizan los contrarios con gran frecuencia, se combinan los métodos y formas de trabajo de las etapas anteriores, se toman aspectos de la preparación técnica individual, se realizan



ejercicios de forma individual y en grupo sobre los fundamentos que con mayor frecuencia se utilizan en los juegos.

Muchos de los ejercicios que se realizan en esta etapa tienen carácter táctico, pero dependen del objetivo que se trabaje.

En esta etapa se realizan juegos de ejercitación, de entrenamiento, en condiciones fáciles y difíciles.

### **Juegos en condiciones fáciles**

Se comparten algunas reglas principales, se reduce el tiempo de juego y se aplican variantes fáciles de este, como consecuencias se disminuyen también las exigencias técnicas, de inicio solo se ejercitan las capacidades fundamentales y las técnicas sencillas.

### **Juegos de ejercitación**

Juegos de ejercitación son los que se realizan dentro del propio equipo con el número total de jugadores y las dimensiones del campo de juego,

### **Juegos de entrenamiento**

Juegos de entrenamiento son los que se realizan con otros equipos.

### **Juegos en condiciones difíciles**

Son los juegos que se realizan con aros reducidos, balones más pequeños o de mayor peso y otras condiciones.

Las etapas de enseñanza tienen estrecha relación con los niveles de manifestación de las habilidades motrices gruesas y es lo que a continuación se realizara.

### **Los fundamentos para su enseñanza se agruparán de la siguiente forma:**

- Desplazamientos ofensivos
- Drible con desplazamientos defensivos

- Pases con intercepciones del balón
- Tiros con bloqueo al rebote
- Los juegos en diferentes condiciones

En la tabla 1 se muestra la relación entre los niveles de manifestación de las habilidades motrices gruesas y deportivas y las etapas de desarrollo, como vía para la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales, planteados anteriormente.

<b>Etapas</b>	<b>Nº. Desarrollo</b>	<b>Nº. Asimilación</b>	<b>Nº. Profundidad</b>
Introducción del fundamento.	Forma gruesa	familiarización y reproducción	habilidad aislada
Ejercicios previos	No errores en fundamentos	Identificar y nombrar el fundamentales	Un solo fundamento.
Forma Standard	No efectividad	Reproducir con y sin modelo	
	No fluidez		
Desarrollo	Forma Semipulida	Aplicación	Habilidad combinada
Variación de la forma Stand.	No errores fundamentales	Respuesta a situaciones	Dos fundamentos
Combinación de la forma Stand con otros fundamentos	Cierto grado de efectividad No fluidez		
Perfecciona habilidades motricidades y fundamentos	Forma Pulida	Creación	Complejo de
Juegos en condiciones difíciles	No errores fundamentales	Respuestas a situaciones desconocidas	Varios fundamentos en una acción
De ejercitación	Fluidez		
Entrenamiento	Efectividad		

**Tabla N°1.** Habilidades motrices

## **PROPUESTA APLICADA AL DRIBLE**

### **Drible**

Este es el fundamento técnico individual que permite desplazarse libremente por el terreno con el balón sin cometer una violación, es muy utilizado contra las defensas personales para burlar la marcación del adversario, cuando se comienza la enseñanza del drible, se les debe hacer saber a los estudiantes que la utilización del mismo en demasía, es perjudicial para los intereses del equipo.

Hay ocasiones en que por abusar de este fundamento indiscriminadamente se dejan de encestar canastas.

Este fundamento técnico, lo deben dominar todos los jugadores, pero en mayor grado los jugadores defensas o bases.

### **Metodológica del Drible:**

El drible se realiza con las piernas en forma de pasos, la vista al frente para poder observar todo lo que sucede en el terreno, el brazo que no ejecuta el drible, al lado del cuerpo para proteger el balón, las piernas flexionadas en la rodilla, realizando movimiento coordinado de flexión y extensión en combinación con los brazos y el centro de gravedad bajo.

## **PRIMERA ETAPA**

### **Ejercicios previos.**

- Imitación del movimiento sin el balón.
- Rebotar el balón contra el piso.
- Realizar coordinación de brazos y piernas.
- Realizar el drible en el lugar

## **SEGUNDA ETAPA**

- Variación de la forma del drible con carrera.
- Desplazamiento defensivo en zig-zag dible pasando el balón entre las piernas
- Desplazamiento defensivo de espalda.
- Drible bajo con carrera en zig-zag.
- Desplazamiento defensivo lateral
- Drible pasando el balón por detrás de la cintura.

### **Unión de la forma estándar con otros fundamentos**

- Drible y parada.
- Desplazamiento defensivo y postura Drible

### **Errores comunes**

- Golpear el balón con la palma de la mano.
- No coordinar piernas y brazos.
- Mirar demasiado el balón.

### **Correcciones**

- Realizar el movimiento de empujar el balón con la yema de los dedos.
- Realizar el movimiento sin el balón.
- Realizar el drible con el compañero o el docente de frente indicándole números con los dedos.

### **Observaciones metodológicas**

- No se debe golpear el balón con la palma de la mano.
- Es un principio permitir que se realice el drible con control visual.

### **Juego en condiciones fáciles.**

- Realizar drible con la mano derecha e izquierda en forma de relevo
- Desarrollo: Se divide los estudiantes en dos equipos, formaran en hilera en la línea final, al sonido del silbato, el primero de la hilera realizara drible con la mano derecha corriendo, hasta la otra línea final y regresa con la mano izquierda, toca al siguiente y este hará lo mismo, así sucesivamente. Gana el equipo que primero termine

### **Juego en condiciones difíciles**

Igual al anterior, pero driblando con dos balones a la vez.

### **CONCLUSIONES**

El baloncesto necesita al igual que otras disciplinas tener su sistema de fundamentos técnicos individuales ofensivos y defensivos que lo caractericen y lo diferencien de otros, por lo que se hace imprescindible enseñarlo en orden lógico y metodológico, en situaciones concretas, por cuanto el desarrollo motriz grueso es el elemento principal que lo conforma, matizado con la creatividad como componente esencial, por lo que para la enseñanza es necesario apoyarse en los métodos de solución de problemas que desarrollan el intelecto y contribuyen a dar respuestas rápidas a situaciones que se presentan y dependen del pensamiento táctico que va más allá de lo que el docente enseña, pero que debe contribuir a su desarrollo integral en los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco del Alvernia Quito.

## **RECOMENDACIONES**

Se recomienda el estudio y capacitación profunda por parte del docente de los niveles de manifestación de las habilidades motrices gruesas y las etapas de enseñanza de los fundamentos técnicos para una mejor interpretación de la metodología de la enseñanza del baloncesto.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA**

1. Dirección de la Cultura Física. Ed. José Martí, 2004
2. Lavega Burgués, P. "Juegos y deportes populares tradicionales", Publicaciones INDE, España 2000.
3. López Rodríguez A. "La Educación Física, más Educación que Física". Ed. Pueblo y Educación, Cuba 2006
4. Martínez de Osaba J.A . Evolución y desarrollo del deporte. Ed. Deportes, 2004.
5. Ruiz Aguilera A y Colectivo Metodología de la enseñanza de la Educación Física tomo I Edit. Pueblo y Educación, Cuba 1985.
6. Metodología de la enseñanza de la Educación Física tomo II. Ed. Pueblo y Educación, Cuba 1986.
7. Ruiz Aguilera A y C. del Canto, "Niveles de manifestación de las habilidades motrices". Edit. Pueblo y Educación, Cuba.
8. Selección de lecturas para la docencia. Sociología del deporte. Ed. Deportes, 2004.
9. Trigo E. y S. de la Peña "Manifestaciones de la motricidad", Publicaciones INDE, España 2000.
10. Dragomir V. K."Manual de Baloncesto" .Ed. Pueblo y Educación, Cuba 1975.