



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

**CARRERA DE CULTURA FÍSICA
MODALIDAD PRESENCIAL**

Proyecto de Investigación previo a la obtención del título de Licenciado en
Ciencias de la Educación,

Mención Cultura Física.

TEMA:

**“LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL DRIBLING DE LOS
JUGADORES DE BALONCESTO”**

AUTOR: Karla Izabel Naranjo Morante

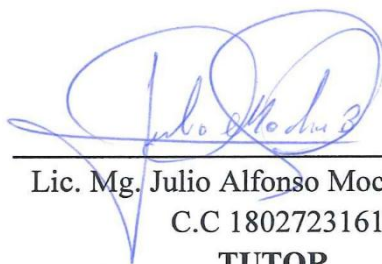
TUTOR: Mg. Lic. Julio Mocha

AMBATO – ECUADOR

2019

APROBACIÓN POR EL TUTOR

Yo, Lic. Mg. Julio Alfonso Mocha Bonilla, con C.C 1802723161, en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación, sobre el Tema: “LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL DRIBLING DE LOS JUGADORES DE BALONCESTO”, desarrollado por Karla Izabel Naranjo Morante, egresada de la carrera de Cultura Física, considerando 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.



Lic. Mg. Julio Alfonso Mocha Bonilla

C.C 1802723161

TUTOR

AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN

Las opiniones, ideas, análisis, interpretaciones, comentarios y demás aspectos relacionados con el tema: “LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL DRIBLING DE LOS JUGADORES DE BALONCESTO”, son de exclusiva responsabilidad del autor.

Karla Naranjo Morante
Karla Izabel Naranjo Morante
C.C 160042288-3
AUTORA

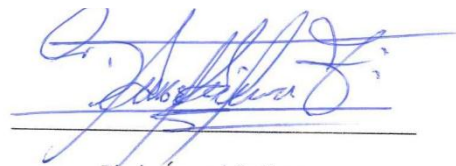
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudios y calificación del informe del trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL DRIBLING DE LOS JUGADORES DE BALONCESTO”, presentado por Karla Izabel Naranjo Morante, egresada de la Carrera de Cultura Física, de la promoción: Enero - Agosto 2018, una vez revisada la investigación, se aprueba en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

LA COMISIÓN



Mg. Washington Castro
1600256638



Phd. Ángel Saillema
1802017523

DEDICATORIA

Dedico esto a mi madre una mujer luchadora y motivadora del estudio en todo momento, gracias por tu apoyo incondicional por estar siempre en cada instante siendo mi amiga, mi madre. A mi compañero de cada día mi hermano que siempre fue y es un ejemplo de perseverancia, Adriancito la motivación de esta carrera fue por ti, gracias.

Gracias a mis maestros por ser parte de este camino de formación, fueron mis consejeros y amigos mi apoyo en todo momento.

Y no puedo dejar de lado a las personas que han sido parte de mi familia educativa apoyo emocional y compañeros de lucha en aspectos educativos gracias por ser parte de este proceso tan importante de mi vida y parte de mi pasión educativa.

Karla Izabel Naranjo Morante

AGRADECIMIENTO

Presento mi gratitud y agradecimiento a la Universidad Técnica de Ambato por ofrecerme la oportunidad de abrirme sus puertas al conocimiento de esta hermosa carrera como lo es Cultura Física que elegí para ser mi segunda profesión y la cual se ha convertido en mi pasión lo que hace que con responsabilidad y humildad pueda ser un aporte activo a la sociedad.

Agradezco también a la Carrera de Cultura Física por brindarme las facilidades para el desarrollo del estudio, por haberme apoyado tanto como estudiante y como deportista formándome con calidad humana y como profesional, capaz de liderar a través del conocimiento.

A los docentes que fueron un apoyo a lo largo de la carrera y dieron la apertura de crear un vínculo motivador para dejar en lo más alto el nombre de la carrera de cultura física y de la universidad técnica de Ambato.

Un agradecimiento especial al Mg. Julio Mocha quien durante todo el proceso educativo ha sido un pilar fundamental en mi formación.

Karla Izabel Naranjo Morante

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
APROBACIÓN POR EL TUTOR	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
RESUMEN EJECUTIVO.....	x
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS	viii
ÍNDICE DE FIGURAS	ix
CAPÍTULO I	1
MARCO TEÓRICO.....	1
1.1 Antecedentes Investigativos	1
Objetivos	35
1.4.1. Objetivo General	35
1.4.2. Objetivos Específicos.....	35
CAPÍTULO II	36
METODOLOGÍA.....	36
2.1 Materiales y Métodos	36
Participantes.....	36
Instrumentos	36
CAPÍTULO III	39
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	39
Resultados de los Test de coordinación motriz 3JS y dribling, realizado a los jugadores de baloncesto de la escuela del GAD Pelileo.	39
Test de Coordinación Motriz 3JS.....	39
Dribling	47
3.2 Verificación de Hipótesis.....	53
CAPÍTULO V	58
5.1 Conclusiones.....	58
5.2 Recomendaciones	58
Bibliografía	59

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura.	40
Tabla 2. Realizar salto y girar en el eje longitudinal	41
Tabla 3. Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro (pase de béisbol).	42
Tabla 4. Realizar entrada a la canasta por el lado derecho.....	43
Tabla 5. Realizar entrada a la canasta por el lado izquierdo.	44
Tabla 6. Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.	45
Tabla 7. Conducir dos balones en eslalon simple de ida y regresar en línea recta.	46
Tabla 8. Dribling 20 mts mano derecha.	47
Tabla 9. Dribling 20 mts mano izquierda.	48
Tabla 10. Dribling con obstáculos	49
Tabla 11. Dribling de protección.....	50
Tabla 12. Dribling de velocidad 40 metros.	51
Tabla 13. Dribling de velocidad con obstáculos.....	52
Tabla 14. Descripción de la Población	54
Tabla 15. Variables.....	55
Tabla 16. Frecuencia Observada	55
Tabla 17. Frecuencia Esperada.....	56
Tabla 18. Frecuencias	57

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura.	40
Figura 2. Realizar u salto y girar en el eje longitudinal.....	41
Figura 3. Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro (pase de béisbol).	42
Figura 4. Realizar entrada a la canasta por el lado derecho.	43
Figura 5. Realizar entrada a la canasta por el lado izquierdo.	44
Figura 6. Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.	45
Figura 7. Conducir dos balones en eslalon simple de ida y regresar en línea recta.	46
Figura 8. Dribling 20 mts mano derecha.	47
Figura 9. Dribling 20 mts mano izquierda.....	48
Figura 10. Dribling con obstáculos.....	49
Figura 11. Dribling de protección	50
Figura 12. Dribling de velocidad 40 metros.	51
Figura 13. Dribling de velocidad con obstáculos	52
Figura 14. Chi-cuadrado	57

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

TEMA: “LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL DRIBLING DE LOS JUGADORES DE BALONCESTO”

AUTOR: Karla Izabel Naranjo Morante

TUTOR: Mg. Lic. Julio Mocha

RESUMEN EJECUTIVO

“LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL DRIBLING DE LOS JUGADORES DE BALONCESTO”

El presente trabajo tiene como objetivo contribuir con la coordinación motriz de los jugadores de baloncesto del GAD Pelileo, para ello se aplicaron dos test a todos los niños y niñas que permiten recoger información relevante para realizar la comprobación de la hipótesis planteada, así como también contribuye para la elaboración de las conclusiones y las recomendaciones, con el fin de proponer una solución ante el problema identificado, que permitirá que las autoridades, instructores y deportistas tomen en cuenta las recomendaciones citadas, para así ayudar a desarrollar en los niños un dribling perfecto tomando en cuenta la edad en la que se encuentran; teniendo en cuenta que con la práctica mejorarán la coordinación motriz así como también perfeccionarán el dribling.

Palabras Claves: coordinación motriz, escuelas deportivas, baloncesto, dribling.

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

TEMA: “LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL DRIBLING DE LOS JUGADORES DE BALONCESTO”

AUTOR: Karla Izabel Naranjo Morante

TUTOR: Mg. Lic. Julio Mocha

Abstract

“MOTOR COORDINATION IN THE DRIBLING OF BASKETBALL PLAYERS”

The present work aims to contribute to the motor coordination of the basketball players of the GAD Pelileo, for this purpose two tests were applied to all the children that allow collecting relevant information to check the hypothesis proposed, as well as contributing for the elaboration of the conclusions and recommendations, in order to propose a solution to the problem identified, which will allow the authorities, instructors and athletes to take into account the aforementioned recommendations, in order to help develop a perfect dribbling in children by taking taking into account the age at which they are found; taking into account that with practice they will improve motor coordination as well as improve dribbling.

Keywords: motor coordination, sports schools, basketball, dribling.

INTRODUCCIÓN

El trabajo de investigación está encaminado a evidenciar “LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL DRIBLING DE LOS JUGADORES DE BALONCESTO”.

En la actualidad existen muy poco incentivo para la práctica de deportes colectivos en nuestro caso no existe suficiente apoyo al baloncesto ya que es un deporte que exige demanda de condiciones económicas favorables, escenarios deportivos, materiales didácticos y un largo proceso de preparación.

La coordinación es un problema que se presenta en los deportes debido a que no se le da importancia dentro del proceso de preparación de un deportista, el baloncesto es uno de los deportes que más exige coordinación.

Por lo tanto, en la etapa de iniciación del baloncesto es importante trabajar la coordinación ya que es fundamental que los deportistas adquieran y desarrollen las habilidades de coordinación motriz de forma individual que contribuirá en el aprendizaje de los fundamentos técnicos de baloncesto, específicamente en el dribling que es uno de los fundamentos que más coordinación requiere por su complejidad.

Este trabajo de investigación consta de los siguientes capítulos y contenidos:

CAPÍTULO I, MARCO TEÓRICO: antecedentes investigativos, Objetivos.

CAPÍTULO II; METODOLOGÍA: Materiales, Métodos, Niveles de la Investigación, Población y Muestra.

CAPÍTULO III, RESULTADOS Y DISCUSIÓN: Resultados y Discusión.

CAPÍTULO IV, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES: Conclusiones, Recomendaciones.

En esta parte del trabajo se especifica las conclusiones a las que se ha llegado mediante la indagación de campo, y a la vez se plantean las recomendaciones pertinentes.

Finalmente se hace constar la bibliografía, así como los anexos correspondientes.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes Investigativos

Según la investigación de (Sánchez Bañuelos & González Ravé, 2015) que se titula EL ENFOQUE DE LOS SISTEMAS DINÁMICOS EN EL APRENDIZAJE DEL BOTE EN BALONCESTO EN UN CONTEXTO ESCOLAR en la que buscaron demostrar la teoría de los sistemas dinámicos. Se realizó un diseño cuasi experimental con dos grupos intactos no equivalentes. Grupo experimental (GE):25; grupo de control (GC):20; con medidas pre-test y pos-test. La variable independiente fue la utilización de unas gafas limitadoras de visión. La variable dependiente fue el tiempo mínimo en la ejecución de test de habilidad en el bote. La unidad didáctica de 7 sesiones era de fundamentos técnicos en baloncesto. Los resultados muestran cómo se han producido mejoras muy significativas en el test de bote en zig-zag en el GE, aunque también existen mejoras en el grupo de control utilizando un modelo de enseñanza-aprendizaje convencional en EF.

Para el desarrollo de un test de coordinación motriz los autores (Ruiz-Perez, Rioja-Collado, Graupera-Sanz, PalomoNiet, & García-Coll, 2015) presentaron la validación de un test motor para los escolares de 8 a 12 años. Un panel de expertos se responsabilizó de la selección de las tareas que conformaron la composición inicial del test, el cual fue aplicado a una muestra de 1360 escolares de edades comprendidas entre 7 y 12 años, de los cuales 709 fueron chicos y 651 chicas. La segunda versión del test quedó constituida por 8 pruebas. Fue aplicada a otra muestra de 1664 escolares de 8 a 12 años, de los cuales 864 fueron chicos y 800 chicas. Los datos obtenidos fueron analizados mediante análisis factorial exploratorio (AFE) y análisis factorial Confirmatorio (AFC), encontrando como resultado un modelo con una sola componente y 6 indicadores, por lo que el test final quedó constituido por 6 tareas. La fiabilidad mediante el cálculo de la consistencia interna y del test-retest fue muy satisfactoria, en ambos casos por encima de .80. La validez criterial mediante su relación con una escala de observación de la competencia motriz mostró relaciones muy satisfactorias.

Coordinación

Definición

Son muchos los autores que han dado una definición de Coordinación motriz. Se exponen seguidamente algunos de los conceptos más representativos:

Castañer y Camerino (1991): un movimiento es coordinado cuando se ajusta a los criterios de precisión, eficacia, economía y armonía.

Álvarez del Villar (recogido en Contreras, 1998): la coordinación es la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad del movimiento.

Jiménez y Jiménez (2002): es aquella capacidad del cuerpo para aunar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar unas determinadas acciones.

KIPHARD (1976), “Coordinación es la interacción armoniosa y en lo posible económica de los músculos, nervios y sentidos, con el fin de traducir acciones cinéticas precisas y equilibradas (motricidad voluntaria) y reacciones rápidas y adaptadas a la situación (motricidad refleja)”.

HAHN (1988), “Es el efecto conjunto entre el Sistema Nervioso Central y la musculatura esquelética dentro de un movimiento determinado, constituyendo la dirección de una secuencia de movimientos”.

MORINO (1991), “La capacidad coordinativa es el presupuesto (las posibilidades) de prestación motriz de un sujeto, determinadas principalmente por los procesos de control del movimiento, convirtiendo al mismo en más o menos capaz de ejecutar con éxito ciertas actividades motrices y deportivas”.

MORA (1995), “Es la capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la idea motriz prefijada”.

Tipos de coordinación

General. - La coordinación general es el resultado de aprendizaje polivalente puesto que se halla en diferentes disciplinas, aspectos de la vida cotidiana y el deporte.

Específica. - Se desarrollan en la disciplina deportiva y se caracteriza por la facultad de variar combinaciones de elementos técnicos – deportivos.

Papel de la coordinación

- Condición previa para el dominio de situaciones técnicas
- Básica para el aprendizaje sensorial
- Inherente a la precisión del control motor
- Posibilidad de repetir movimientos idénticos
- Proviene de la propia actividad y se desarrolla en función de ésta.

Período Óptimo

Coordinar bajo presión	6 – 8 años
Diferenciación	6 – 7 años y 10 – 11 años
Reacción óptica y acústica	8 – 10 años
Ritmo	7 – 9 años (mujeres); 8 – 10 años (varones)
Orientación	12 – 14 años
Equilibrio	9 – 10 años (mujeres); 10 – 11 años (varones)
Acoplamiento	12 – 13 años
Aprendizaje motor	9 – 12 años

Coordinación General

La coordinación general Le Boulch (1997), la define como “el movimiento que ajusta las partes del cuerpo, que en la mayoría involucra la locomoción, como en la carrera, marcha o algún movimiento cotidiano.”

Coordinación Óculo-Segmentaria

Esta coordinación permitirá establecer una relación entre el cuerpo y un objeto, creando así un lazo entre el campo visual y la motricidad, la misma que puede ser fina o gruesa, con el objetivo de realizar un movimiento hacia el objeto deseado.

En función de la relación muscular, interna o externa

Coordinación Intermuscular (externa)

Se refiere a la adecuada intervención de los músculos que están involucrados en el o los movimientos que se realiza.

Coordinación Intramuscular (interna)

Es la capacidad que tiene el músculo para contraerse eficazmente al momento de realizar una actividad o un movimiento inesperado.

Otro enfoque es el que hace Lora Risco (1991), que toma en cuenta muchos aspectos de la motricidad y los categoriza de la siguiente forma:

Coordinación Sensorio-motriz

La coordinación sensorio-motriz es la relación que existe entre los sentidos y la motricidad, la misma que puede ser motricidad fina o gruesa, esta coordinación es la responsable de enviar la información al cerebro al momento de realizar una actividad motora.

Coordinación global y general

La coordinación global o general depende de factores como la fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia, donde hay la participación de todos los segmentos del cuerpo ajustándose a un objetivo propuesto.

Coordinación Perceptivo-motriz

La coordinación perceptivo-motriz está enfocada en la organización de los datos sensoriales en función de las experiencias recibidas, nuestros deseos y necesidades.

Factores que intervienen en la coordinación

La coordinación va a influir de forma decisiva sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizajes de destrezas y técnicas específicas, que más tarde harán su aparición en el mundo escolar. Es por ello que la coordinación es una cualidad neuromuscular íntimamente ligada con el aprendizaje y que está determinada, sobre todo, por factores genéticos.

A continuación, vamos a señalar aquellos factores que determinan la coordinación:

- La velocidad de ejecución.
- Los cambios de dirección y sentido.
- El grado de entrenamiento.
- La altura del centro de gravedad.
- La duración del ejercicio.
- Las cualidades psíquicas del individuo.
- Nivel de condición física.
- La elasticidad de músculos, tendones y ligamentos.
- Tamaño de los objetos (si son utilizados).
- La herencia.
- La edad.
- El grado de fatiga.
- La tensión nerviosa.

2.9.1.2 Conducta Motora

Concepto

Según García & Quero (2012), dice: “Que los movimientos resultan de la contracción muscular, que se encuentra bajo el control neural, creando así patrones de movimiento, es decir una serie de movimientos ordenados relacionados con el espacio y el tiempo”.

El funcionamiento motor perceptivo-cognoscitivo es un aspecto importante en el desarrollo de los niños y niñas, porque juega un papel fundamental en la maduración del sistema nervioso del niño; debido a los estímulos del medio y la respuesta motora. Hay que tener en cuenta que si el sistema nervioso no recibe estímulos que sean significativos no se produce una maduración en el niño teniendo como resultado una disfunción en la motora perceptiva-cognoscitiva.

La percepción está relacionada con la recepción e interpretación de los estímulos sensoriales, los mismos que son necesarios para que el niño se adapte a su ambiente. —el niño recibe esa información mediante los sentidos, de esta manera el sistema nervioso forma esquemas que le van a permitir asimilar la información sensorial.

La conducta perceptiva está relacionada con las sensaciones que son recibidas mediante los sentidos y es considerada como un proceso de asimilación de la información. El proceso de asimilación es conocido también como conducta motora perceptiva-cognoscitiva, porque pueden causar interacciones con objetos que el niño ha asimilado en el pasado formando así esquemas que serán mejorados mediante la acomodación corporal o adaptación al medio y a los objetos.

Por otra parte, la organización de la información asimilada y la adaptación, mediante la formación de esquemas y estructura cognoscitiva da como resultado la integración sensitivo-motora, que no es otra cosa que la relación de los sentidos con el movimiento.

La integración sensitivo-motora es el resultado de la organización de la información que inicia con el proceso de asimilación sensorial, que está formado también por la

acomodación corporal según las necesidades de dicho esquema y también está constituido por la adaptación al medio y los objetos.

Características

Integración fisiológica y psicológica.

El modo de la conducta es el proceso de adaptación-asimilaciones-acomodación.

La conducta impone variaciones sobre las estructuras del esquema, con la resultante de la integración sensitiva motora y la maduración.

Con la maduración resultante, existen variaciones en la conducta. De ahí que la valoración del terapeuta ocupacional es básicamente fundamental y debe estar relacionada al tratamiento de esta disfunción y sus procesos, importantes para la tan mencionada integración sensorial.

Los aspectos a tener en cuenta para realizar una actividad cotidiana, cognitiva o deportiva serian:

Los reflejos y reacciones que pueden darse como acomodaciones a las asimilaciones táctiles, propioceptivas, vestibulares y visuales.

Adaptaciones de las acomodaciones a las reacciones de equilibrio.

El desarrollo muscular en la adaptación postural al espacio.

La secuencia del desarrollo motor basto y fino integrado por la discriminación táctil, la integración corporal y las relaciones visoespaciales.

Lo citado anteriormente es conocido como la integración sensorial, que es el proceso mediante el cual los niños integran la información obtenida mediante los sentidos que son utilizados para adaptarse al medio y crear una secuencia para su realización.

Estos procesos abarcan el registro, la orientación y atención al estímulo, su interpretación, la organización de una respuesta y su ejecución. Si bien es aún cuestionada, la terapia de integración sensorial es altamente recomendada siempre y cuando sea realizada por un profesional en el tema.

Habilidades motoras

Comienzo inicialmente con una forma de ver las habilidades propuesta por Susana Zevi (2000) en su libro “Aprendizaje Motor, Maduración y Crecimiento”. Esta autora clasifica las habilidades motoras, en cuatro grandes grupos con una relación interdependiente entre ellas, pero con un enfoque particular en cuanto al tipo de habilidades o de conductas motoras que pertenecen a cada grupo que se detalla a continuación:

a- Las habilidades motoras rudimentarias

Se componen de todos aquellos movimientos tendientes al logro de cierta independencia del individuo respecto del medio que lo rodea, y de las demás personas. Fundamentalmente en lo referente a los desplazamientos y a los movimientos más habituales.

Entre los contenidos de las habilidades rudimentarias encontramos el logro de la posición erecta y de la marcha en esa posición; la motricidad de la mano (tomar, soltar, empujar, arrojar, torcer) que no se desarrolla como una conducta independiente si no que el resto del cuerpo acompaña al movimiento; y la motricidad general, como los empujes con todo el cuerpo o los cambios de posiciones.

b- Las habilidades motoras básicas y generales

Son habilidades amplias, generales, comunes a muchos individuos y que sirven de fundamento para el aprendizaje posterior de nuevas habilidades más complejas, especializadas y de un entorno cultural concreto. Representan el vocabulario básico de nuestra motricidad.

Aquí encontramos tres tipos de conductas que de alguna manera descienden de las anteriores; las conductas locomotivas, que son todas aquellas habilidades motrices que permiten la traslación del cuerpo en posición bípeda, son todas formas de desplazamiento cíclico como caminar, correr, saltar, galopar. Las conductas manipulativas como lanzar, hacer girar, driblear o rodar un objeto, recibir objetos, y todas las rudimentarias como tomar, soltar, empujar, arrojar, torcer, pero con un nivel de realización menos elemental.

Finalmente tenemos las conductas no locomotivas, que incluyen todas las habilidades no contempladas en los dos grupos anteriores, y están directamente relacionadas con la motricidad general de la habilidad rudimentaria. En este grupo encontramos: el empujar, traccionar, saltar, rebotar, balancearse, suspender, trepar, rolar, reptar, esquivar y atrapar.

c- Habilidades motoras específicas y compuestas

Esta categoría si bien conforman un acervo motor mucho más rico y variado que las básicas, no difieren sustancialmente en cuanto al tipo de habilidades que la constituyen. La divergencia está dada por la forma en que son ejecutadas las habilidades, por la posibilidad de utilizarlas eficazmente en situaciones de juego, y por la posibilidad de realizar las habilidades en forma acopladas o combinadas entre ellas.

No son movimientos nuevos, no son formas desconocidas, son los mismos movimientos, son habilidades básicas o combinaciones de ellas que, una vez superada la etapa o fase de ejecución general se van especificando. La especificación asume tres formas diferentes: en lo que respecta al modo de ejecución, a la calidad de los movimientos; en lo relacionado con el logro de los nexos entre habilidades; y en lo concerniente a los usos en situación de las habilidades. Todo ello con miras al acercamiento a las técnicas.

d- Las habilidades motoras especializadas y complejas

Son aquellas relacionadas con la aplicación de las formas de movimientos en distintos ámbitos, el carácter de especializado nos remite hacia las actividades que los vinculan. De este modo encontramos las técnicas deportivas, directamente enlazadas con cada uno de los deportes, cada uno de ellos tiene entre sus elementos técnicas que le son propias. Cada movimiento sea deportivo, no deportivo o laboral adquiere un modo de realización que excede la economía de movimiento. De aquí su carácter de complejo, ya que las técnicas además de ser el modo más eficiente de realizar una acción responden a los requerimientos de cada una de las disciplinas en las cuales está inmersa. La especialización y la complejización son los dos elementos que caracterizan a este grupo de habilidades.

Esta categoría de habilidades normalmente no figura en las taxonomías de la mayoría de los otros especialistas, y lo que aquí denominamos como habilidades especializadas y complejas que referencian, entre otras, a las técnicas deportivas, los demás autores las llaman habilidades específicas. Lo particular de esta forma de ver a las habilidades motoras pasa por ubicar a las “habilidades específicas” como nexo entre las habilidades básicas y las habilidades deportivas (especializadas y complejas).

En todos los deportes encontramos carreras, saltos, giros, lanzamientos, manipulaciones de objetos con las manos, con la cabeza o con otros objetos (raqueta). Sin ir más lejos la bandeja de básquet, el remate de vóley, o el tiro en suspensión de hándbol resultan de la combinación de carrera, salto y lanzamiento.

¿A dónde quiero llegar? A la conclusión que las habilidades motoras especializadas y compuestas (para muchos, habilidades específicas o deportivas), son la consecuencia directa de la combinación de habilidades básicas, esas que se aprehendieron en edades tempranas y que luego de especificarse (aún sin orientación a ningún deporte o ámbito particular), adoptaron una forma de manifestación que está condicionada por un reglamento y un contexto que la reconocen.

2.9.1.3 Desarrollo Motriz

Concepto

El desarrollo motriz inicia desde el nacimiento hasta la edad adulta, es la capacidad de crear y realizar progresivamente un movimiento. Mediante el desarrollo motriz, se logra la adaptación que ayuda al dominio personal e interacción con los demás del medio en el que se desenvuelve. Parlebás (1988), denomina socio motricidad, porque el desarrollo motriz permite establecer una comunicación incidiendo en el desarrollo humano. El desarrollo motriz, da lugar al aprendizaje de las habilidades motrices las mismas que contribuyen en los procesos de desarrollo del pensamiento y de integración social.

Cabe destacar que Parlebás (1988), resalta que los procesos de desarrollo motriz ayudan a lograr la autonomía del niño, que es la base fundamental en la formación y crecimiento del ser humano.

Un mal proceso en la formación del ser humano puede incidir de forma negativa en el desarrollo y salud del ser humano, es importante tener conocimiento de ejercicios de actividad física, técnicas y juegos motrices para de esa manera aplicar los estímulos físicos motrices.

Estimulación

El término se refiere a un aprendizaje motor de cambio relativamente permanente en el comportamiento, como resultado de la práctica o experiencia.

Aunque el aprendizaje no puede ser observado directamente, se puede inferir en el movimiento motor. Para el desarrollo de las habilidades motoras, los niños deben percibir algo en el ambiente que les motive a actuar utilizando sus percepciones para influir en sus movimientos.

Las habilidades motoras representan soluciones a los objetivos de los niños. Cuando ellos se sienten motivados a hacer algo, pueden crear un nuevo comportamiento motor.

El nuevo comportamiento es el resultado de muchos factores:

- El desarrollo del sistema nervioso
- Las propiedades físicas del cuerpo y sus posibilidades de movimiento
- La meta que el niño está motivado para alcanzar
- El apoyo del entorno

Por ejemplo, los bebés aprenden a caminar sólo cuando la maduración del sistema nervioso les permite controlar ciertos músculos de las piernas, cuando sus piernas han crecido lo suficiente como para soportar su peso y una vez que han adquirido otras habilidades previas.

Inicialmente se pensaba que este desarrollo era un reflejo directo de los cambios madurativos en el sistema nervioso central. Actualmente se sabe que este proceso es bastante complejo, ya que integra aspectos del individuo como sus características

físicas, estructurales y emocionales, estímulos externos que abarcan el medio ambiente en el que opera y la tarea / movimiento que realiza con un propósito.

Es un proceso bastante dinámico y la interacción de estos tres componentes da lugar a la adquisición y desarrollo de habilidades motoras.

Factores que determinan el desarrollo motor

La herencia genética, la estimulación y las condiciones del medio son los factores que determinan el desarrollo motor. La estimulación es el factor que más relevancia tiene debido a que depende del factor psico-afectivo que es importante y significativo en los ambientes en el que el recurso material es escaso. Teniendo en cuenta que el desarrollo motor está condicionado por estos factores y determinado por el desarrollo físico, Autoranz & Villalba (2010).

1) Herencia genética: Es un factor que no puede ser alterado, se escapa de nuestro control.

2) Las condiciones materiales del medio: Depende del ambiente en el que se encuentre y podemos controlarlo en su mayoría.

3) Estimulación: Se puede controlarla y compensa las carencias del medio.

Varios factores, sin embargo, pueden poner en peligro el curso normal del desarrollo de un niño. Estos se definen como factores de riesgo de una serie de factores biológicos o ambientales que aumentan la probabilidad del déficit en el desarrollo psicomotor de las condiciones del niño.

Entre las principales causas de retraso motor encontramos:

Bajo peso al nacer

Trastornos cardiovasculares

Trastornos respiratorios y neurológicos

Infecciones neonatales
Desnutrición
Condiciones socioeconómicas bajas
Mala educación de los padres
Nacimiento prematuro.

Cuanto mayor sea el número de factores de riesgo activos, mayores serán las posibilidades de déficits en el desarrollo.

El desarrollo motor atípico no está relacionado necesariamente a la presencia de cambios neurológicos o estructurales (incluso los niños que no tienen secuelas graves pueden presentar déficit en algunas áreas de su desarrollo neurológico). En los primeros años de vida (primeros 12 a 18 meses) hay una mayor plasticidad del cerebro, lo que permite la optimización de los beneficios del desarrollo motor.

2.9.1.4 Motricidad

Concepto

La motricidad es el dominio que el ser humano es capaz de ejercer sobre su propio cuerpo. Es algo integral ya que intervienen todos los sistemas de nuestro cuerpo. Va más allá de la simple reproducción de movimientos y gestos, involucra la espontaneidad, la creatividad, la intuición, etc., tiene que ver con la manifestación de intencionalidades y personalidades.

La motricidad, por su lado, permite que el hombre se realice en un ámbito donde el deseo de trascendencia desempeña un papel primordial. La motricidad, siendo intencional, constituye una forma concreta de relación del ser humano consigo mismo, con los otros y con el mundo, a través de su corporeidad.

Es aquella en la que la magnitud de la tensión del músculo no es igual a la longitud del mismo, variará según cual sea la tensión generada. La cual al ser generada por la tensión de la longitud del músculo varía según indique cada ejercicio.

La primera manifestación de la motricidad es el juego y al desarrollarse se va complejizando con los estímulos y experiencias vividas, generando movimientos cada vez más coordinados y elaborados. Los niños pasan por diferentes etapas antes de realizar un movimiento. Cuando nacen sus movimientos son involuntarios, luego pasan a ser movimientos más rústicos con poca coordinación y más adelante ya son capaces de realizar movimientos más controlados y de mayor coordinación.

Clasificación de la motricidad

La motricidad que van desplegando los niños se divide en motricidad gruesa y motricidad fina, ambas se van desarrollando en orden progresivo.

Motricidad Gruesa

La motricidad gruesa hace referencia a movimientos amplios. Tiene que ver con la coordinación general y visomotora, con el tono muscular, con el equilibrio, etc.

Permite realizar movimientos drásticos y estructurales, es decir, que se realiza con movimientos mediocres en sentido más primitivo del neuro-desarrollo en donde se involucran grupos musculares más grandes que implican aplicación de fuerza, mayor velocidad y distancia de movimiento. Ejemplo, correr, saltar, empujar, arrojar, etc.

Motricidad Fina

La motricidad fina tiene que ver con la habilidad de coordinar movimientos ejecutados por grupos de músculos pequeños con precisión, por ejemplo, entre las manos y los ojos. Se requiere un mayor desarrollo muscular y maduración del sistema nervioso central. La motricidad fina es importante para experimentar con el entorno y está relacionada con el incremento de la inteligencia.

Hace referencia a movimientos voluntarios mucho más precisos, que implican pequeños grupos de músculos y que requieren una mayor coordinación. Se refiere a las prensiones

o agarres que facilita actividades de precisión. Todo debidamente organizado y sincronizado previamente.

“De esta manera concluimos según este autor que el desarrollo de la motricidad dentro de la práctica deportiva de una disciplina es muy importante por su complejidad al desarrollar sus diferentes clases como son la motricidad gruesa, media y fina”.

Factores

El desarrollo y calidad de las habilidades motrices de un niño se ven influidas por muchos factores. Estos incluyen el tono muscular, la fuerza, la resistencia, la planificación motriz y la integración sensorial.

Tono Muscular

El tono se refiere a la constante contracción y estado del músculo en reposo. El tono puede ser normal, hipotónico (tono muscular bajo o "débil," que requiere un mayor esfuerzo para mantener la postura contra la gravedad) o hipertónico (tono muscular alto o rígido que resulta en movimientos entrecortados o que no son suaves).

Cuando el tono es bajo o alto, el niño puede tener problemas para mover los brazos o piernas debido a la rigidez o problemas para mantener el equilibrio debido a músculos débiles. Éstas son dificultades para los niños diagnosticados con parálisis cerebral (una condición causada por daño cerebral en el momento del nacimiento, y que se caracteriza por la falta de control muscular).

Fuerza

La fuerza se refiere a la fuerza de la contracción muscular ejercida con determinación contra la resistencia, para llevar a cabo una actividad. Por ejemplo, un niño con músculos débiles en las piernas puede tener problemas para pararse o para subir o bajar escaleras.

Resistencia

La resistencia es la capacidad de mantener el esfuerzo requerido para realizar una actividad. Un niño con poca resistencia puede subirse a una escalera, pero no subir los escalones. La resistencia incluye varios factores como tono y fuerza muscular, funcionamiento del corazón y los pulmones y motivación.

Equilibrio

El equilibrio o balance es una interacción delicada entre los centros del equilibrio (o vestibular) en el cerebro, con los receptores sensoriales. La recepción sensorial incluye la visión, la sensación de la posición del cuerpo y la fuerza y el tono muscular. Estos factores trabajan en conjunto para permitir que el niño mantenga una postura derecha y para cambiar a las posiciones necesarias para realizar actividades como sentarse, gatear, caminar, y alcanzar objetos.

Planificación Motriz

La planificación motriz es la compleja y a veces intuitiva capacidad de llevar a cabo los pasos necesarios para completar una actividad física. La planificación motriz requiere la coordinación de los sistemas que regulan la percepción, secuencia, velocidad e intensidad de los movimientos.

Integración Sensorial

La integración sensorial es la capacidad de interpretar correctamente los datos sensoriales del ambiente y producir una respuesta motora apropiada. Algunos niños tienen umbrales de respuesta diferente a los datos sensoriales. Pueden exhibir una respuesta reducida (baja estimulación) o aumentada (sobre estimulación) a la información sensorial.

El Dribling

Concepto

El baloncesto, basquetbol o básquetbol, es un deporte de equipo que se puede desarrollar tanto en pista cubierta como en descubierta, en el que dos conjuntos de cinco jugadores cada uno, intentan anotar puntos, también llamados canastas o dobles y/o triples introduciendo un balón en un aro colocado a 3,05 metros del suelo del que cuelga una red, lo que le da un aspecto de cesta o canasta. Es conocido por las Federaciones Nacionales como baloncesto en los países del Caribe y en España, como básquetbol o basquetbol en la mayoría de los países de Sudamérica y México, y como básquet en la Argentina y Perú, por la castellanización de su nombre original en inglés: basketball.

Historia

Fue inventado por James Naismith, un profesor de educación física, en diciembre de 1891 en la YMCA de Springfield, Massachusetts, Estados Unidos. Se juega con dos equipos de cinco personas, durante 4 períodos o cuartos de 10 (FIBA) o 12 (NBA) minutos cada uno. Al finalizar el segundo cuarto, se realiza un descanso, normalmente de 15 a 20 minutos según la reglamentación propia del campeonato al cual el partido pertenezca. También existe una modalidad, fundamentalmente para discapacitados, en la que se juega en silla de ruedas (baloncesto en silla de ruedas), prácticamente con las mismas normas que el baloncesto habitual.

James Naismith diseñó un conjunto de trece reglas para el incipiente deporte, estas eran:

- 1- El balón puede ser lanzado en cualquier dirección con una o ambas manos.
- 2- El balón puede ser golpeado en cualquier dirección con una o ambas manos, pero nunca con el puño.
- 3- Un jugador no puede correr con el balón. El jugador debe lanzarlo desde el lugar donde lo toma.
- 4- El balón debe ser sujetado con o entre las manos. Los brazos o el cuerpo no pueden usarse para sujetarlo.
- 5- No se permite cargar con el hombro, agarrar, empujar, golpear o zancadillear a un oponente. La primera infracción a esta norma por cualquier persona contará como una falta, la segunda lo descalificará hasta que se consiga una canasta, o, si hay una evidente intención de causar una lesión, durante el resto del partido. No se permitirá la sustitución del infractor.
- 6- Se considerará falta golpear el balón con el puño, las violaciones de las reglas 3 y 4, y lo descrito en la regla 5.
- 7- Si un equipo hace tres faltas consecutivas (sin que el oponente haya hecho ninguna en ese intervalo), se contará un punto para sus contrarios.
- 8- Los puntos se conseguirán cuando el balón es lanzado o golpeado desde la pista, cae dentro de la canasta y se queda allí. Si el balón se queda en el borde y un contrario mueve la cesta, contará como un punto.
- 9- Cuando el balón sale fuera de banda, será lanzado dentro del campo y jugado por la primera persona en tocarlo. En caso de duda, el árbitro lanzará el balón en línea recta hacia el campo. El que saca dispone de cinco segundos. Si tarda más, el balón pasa al oponente.
- 10-El árbitro auxiliar, "umpire", sancionará a los jugadores y anotará las faltas, avisará además al "referee" (árbitro principal, véase el siguiente punto) cuando un equipo cometa tres faltas consecutivas. Tendrá poder para descalificar a los jugadores conforme a la regla 5.
- 11-El árbitro principal, "referee", jugará el balón y decide cuando está en juego, dentro del campo o fuera, a quién pertenece, y llevará el tiempo. Decidirá cuándo se consigue un punto, llevará el marcador y cualquier otra tarea propia de un árbitro.

12-El tiempo será de dos mitades de 15 minutos con un descanso de 5 minutos entre ambas.

13-El equipo que consiga más puntos será el vencedor.

El baloncesto femenino comenzó en 1892, en el Smith College, cuando Senda Berenson, una profesora de educación física, modificó las reglas de Naismith para adaptarlas a las necesidades de las mujeres.

Como Naismith tenía 18 alumnos, decidió que los equipos estuviesen formados por 9 jugadores cada uno. Con el paso del tiempo, este número se redujo primero a 7, y luego al actual de 5 jugadores.

El tablero surgió para evitar que los seguidores situados en la galería donde colgaban las cestas pudieran entorpecer la entrada del balón. Con el paso del tiempo las cestas de melocotones se convirtieron en aros metálicos con una red sin agujeros hasta llegar a la red actual.

El baloncesto fue un deporte de exhibición en los Juegos Olímpicos de 1928 y Juegos Olímpicos de 1932, alcanzando la categoría olímpica en los Juegos Olímpicos de 1936. Aquí Naismith tuvo la oportunidad de ver como su creación era convertida en categoría olímpica, cuando fue acompañado por Adolf Hitler en el palco de honor, en Alemania. El baloncesto femenino debió esperar hasta 1976 para su admisión como deporte olímpico.

El juego gustó y se estableció pronto en Estados Unidos. México, fue donde primero se introdujo por motivos geográficos. A Europa, llegó de la mano de las sedes de YMCA a París, Francia. Pero no fue hasta la primera guerra mundial que cogió gran impulso, sobre todo gracias a los soldados estadounidenses que jugaban en sus ratos libres.

El baloncesto en la actualidad cuenta con una gran difusión en diferentes países de todo el mundo, siendo uno de los deportes con más participantes y competiciones regulares en distintas zonas y países del mundo. En Estados Unidos, se disputa la NBA, considerada la mejor competición mundial de baloncesto de clubes.

La línea de tres puntos (triple), se probó en Estados Unidos en 1933. Sin embargo, no sería adoptada por la ABA hasta el año 1968, llegando a la NBA en la temporada 1979-80. En el baloncesto FIBA habría que esperar hasta 1984 para que formara parte de su reglamento.

Posiciones en la cancha de los jugadores de Baloncesto

Dentro del juego de baloncesto, se poseen las siguientes posiciones para situar a los jugadores:

Base

La función del jugador base o armador es organizar las jugadas y dirigir el juego en la ofensiva, como lo menciona Conde Guillén (2010), el jugador base es responsable de hacerle llegar el balón a sus compañeros en la mejor posición posible para poder anotar, el base/armador es casi siempre el que mejor maneja y pasa el balón de su equipo.

Los bases o armadores también en muchas oportunidades son los jugadores más bajos y los más rápidos en el equipo, y muchas veces se les llama jugador "uno".

Escolta - armador

El escolta o lanzador siempre tiene la responsabilidad de anotar desde el perímetro y de convertir puntos para su equipo. Conde Guillén (2010), señala que los escoltas lanzadores generalmente son más altos que los bases, y generalmente toman una mayor cantidad de lanzamientos.

La posición de escolta o lanzador siempre es conocida en la cancha como "2".

Alero

El alero o lanzador tiene la responsabilidad de ser un sobresaliente anotador y un buen defensor. La versatilidad es casi siempre una de las grandes características de un buen delantero lanzador ya que tienen que ser grandes para jugar cerca de la canasta, pero también lo suficientemente rápidos para anotar desde el perímetro. En el campo se los conoce como los "3", Conde Guillén (2010).

Ala – Pívor

Como lo sugiere el nombre, estos jugadores generalmente se destacan en los elementos más físicos del juego: rebotes y defensa. Ellos son casi siempre los jugadores más fuertes del equipo. Los ala-pívots son reconocidos como los "4" en el campo, y también pueden ser catalogados como los jugadores "que se mueven cerca de la canasta", ya que pasan la mayor cantidad del tiempo en el área cercana al cesto, Conde Guillén (2010).

Pívor

El pívot es un jugador muy importante ya que el equipo depende de él en ambos tableros. Conde Guillén (2010), hace énfasis que, en la ofensiva, el pívot debe tener la capacidad de anotar cerca de la canasta, mientras que, en defensa, él tiene la responsabilidad de tomar los rebotes y bloquear lanzamientos. El pívot es casi siempre el jugador más alto del equipo. En la cancha, al pívot se lo llama el "5". (Conde Guillén , 2010)

2.9.2.2 Fundamentos de baloncesto

Concepto

Los fundamentos básicos en el deporte son aquellas actividades motrices que son específicas de una actividad deportiva y que realizadas en forma adecuada hacen más eficiente el movimiento, gastando menos energía y obteniendo mejores resultados, en el baloncesto, el bote, el pase, el lanzamiento y los movimientos defensivos.

Fundamentos técnicos ofensivos

Los fundamentos técnicos ofensivos son aquellos que nos permiten realizar los un ataque o contraataque con el objetivo de encestar.

1. Toma del balón.

Manejo del balón

En primer lugar, es necesario darle al niño ejercitaciones para el "manejo del balón", para que tome contacto con el elemento con el cual va a desarrollar su actividad en el juego. La realización y dominio de ejercicios familiariza al niño con sensaciones respecto del peso, dimensión y tacto del balón; le enseña, además, al manejarlo como algo móvil y coordinarlo con desplazamientos.

Estos ejercicios no necesariamente deben ser movimientos de técnica individual del basquetbol que se vayan a realizar durante el juego, sino una base para el correcto aprendizaje de posteriores etapas.

Se realizarán con los novatos en las primeras etapas de aprendizaje. Se deberían considerar dos puntos durante su enseñanza:

- El control de la pelota debe ser exclusivamente con las manos y dedos.
- No se debería mirar el balón mientras se realicen.

Como se debe tomar el balón

Tomar la pelota correctamente es la base en la cual se apoyan la mayoría de los fundamentos de ataque. Una incorrecta iniciación en este fundamento puede tener una gran repercusión sobre los restantes movimientos, principalmente en el lanzamiento a la canasta.

Pautas Técnicas:

- Las dos manos firmemente apoyadas en el balón (formando una W).
- El balón a la altura del mentón.
- La toma debe ser simétrica.
- Los codos naturalmente cerrados.
- El balón no se debe mirar una vez en las manos.
- El balón debe sujetarse con firmeza, sin perder la sensibilidad del mismo.

2.- Posiciones básicas del jugador de basquetbol: de reacción y triple amenaza.

Una vez que el balón está en las manos, correctamente tomado, el jugador se coloca en la posición fundamental de ataque, llamada de "Triple Amenaza". En el caso de que el jugador no tenga una función específica que realizar, ya sea en la ofensiva o en defensa, debe adoptar la posición de "Preacción".

Es importante un correcto equilibrio a la vez que una buena base de sustentación mientras se posee el balón. El defensor nos acechará e incluso tomará contacto con nosotros y para eso debemos estar fuertemente posicionados.

En cuanto a la posición de preacción nos permite estar siempre listos para iniciar cualquier acción defensiva o de ataque en forma veloz.

Pautas Técnicas:

- Pies separados al ancho de hombros y paralelos entre sí.
- Talones levantados.
- Piernas semiflexionadas.
- Tronco ligeramente inclinado al frente.
- Espalda recta.
- Cabeza levantada para tener una buena visión de juego.
- Toma firme del balón.
- Siempre enfrentar el cesto de ataque.
- La pelota a la altura del mentón y por delante del pecho.

3.- Los lanzamientos: a pie firme y de bandeja.

Los lanzamientos

El lanzamiento es el fundamento en el cual culminan todos los demás gestos, ya que el objetivo del baloncesto ofensivo es encestar. Es el gesto que no deberá faltar en ninguna clase o entrenamiento. Los tipos de lanzamientos son: a pie firme, en bandeja, en suspensión o jump-shot, de gancho y rectificadores.

El lanzamiento a pie firme

Es el más sencillo de aprender y fácil de ejecutar. Asimismo, es el lanzamiento básico para aprender todos los demás. Es el más usado por los principiantes, por su falta de recursos, no ocurre lo mismo con jugadores de más nivel, donde el juego no presenta muchas oportunidades de utilizarlo.

Es el clásico lanzamiento utilizado en la ejecución de los tiros libres.

Pautas Técnicas:

- Se partirá siempre de la posición de triple amenaza.
- De los pies y las piernas
- El pie correspondiente a la mano de lanzamiento va adelantado.
- La separación de los pies es similar al ancho de hombros.
- Los talones van levantados.
- El pie adelantado se coloca aproximadamente a la mitad del pie atrasado.
- Las dos rodillas deben dirigirse al cesto.
- La fuerza del lanzamiento la dan las piernas.
- Del brazo y la mano lanzadora
- La pelota a la altura de la frente y adelante. (se apunta al cesto por debajo de la pelota).
- La pelota va apoyada sobre yemas y dedos de la mano.
- El codo apunta al cesto.
- Se deben observar tres ángulos de noventa grados en el brazo lanzador, uno en la axila, otro en el codo y otro en la muñeca.
- La pelota se desprende de la mano por los dedos índice, mayor y pulgar.
- El último dedo en tocar la pelota es el índice.
- El balón lleva una rotación hacia atrás en su parábola hacia el cesto.
- El brazo queda extendido al soltar el balón.
- Se produce un "quiebre de muñeca" al mismo tiempo de la extensión del brazo.
- La dirección del lanzamiento la da el codo, puesto que hacia donde se apunta con el codo se dirigirá el balón.
- El "toque final" del lanzamiento lo da el quiebre de muñeca. Esto también produce la rotación del balón que amortiguará el golpe de la misma con el

aro si el lanzamiento fuese errado, de este modo la pelota caerá cerca y tendremos una chance de tomar el rebote.

Del otro brazo y mano

- El otro brazo llena como función proteger el balón del defensor.
- La mano, que se debe apoyar totalmente sobre la pelota, sostiene el balón desde su lado.
- Está no participa de la acción del lanzamiento propiamente dicha. (Solo lo hace el brazo lanzador).
- La extensión de los brazos y las piernas deben realizarse al mismo tiempo.

4.- El pase: de pecho, directo y con un pique.

El pase

El pase es la mejor forma de trasladarse. El pase básico es el de pecho, ya sea directo o o pique. Hay dos puntos fundamentales que definen la importancia de los pases:

- Es la manera más rápida de avanzar la pelota entre dos posiciones.
- El movimiento de la pelota mediante pases implica el juego en conjunto.

Otros pases que se utilizan en baloncesto son: con una mano, laterales con una y dos manos, sobre hombro, por encima de la cabeza con dos manos, por la espalda y de mano en mano.

Pautas técnicas para la ejecución del pase de pecho

Del pasador:

- Debe asegurarse de que el balón no será interceptado.
- Partir siempre de la posición de triple amenaza.
- Se lo utiliza para distancias cortas o medias.

- En la medida en que se extienden los brazos, también se debe extender una pierna.
- Si el paso es hacia el frente, se adelanta cualquier pierna, si es hacia el lateral, se debe adelantar la de ese lado.
- La longitud del paso depende de la distancia del pase.
- La extensión culmina con un quiebre de la muñeca hacia afuera, los pulgares quedan apuntando hacia el suelo.
- La pelota se apoya sobre todo en los dedos.
- Los brazos deben quedar extendidos detrás de la pelota y no deben cruzarse.
- Los codos no deben quedar exageradamente abiertos.

Del receptor:

- Es función del receptor liberarse de su defensor, antes de recibir el pase.
- La zona de recepción de un pase es entre la cintura y los hombros del receptor.
- En caso de estar defendido, debe mostrar donde quiere que le realicen el pase.
- La vista debe estar todo el tiempo en la pelota.
- La toma de la pelota deberá ser firme y siempre con las dos manos e inmediatamente después se adoptará la posición de triple amenaza.
- Si el pase se va a realizar a un jugador en movimiento, este siempre deberá ser hacia adelante, calculando la velocidad de desplazamiento del receptor con el ángulo del pase.

5.- El dribling: de protección y de traslado. Cambio de dirección por delante del cuerpo.

El dribling es el único método que tiene el jugador para avanzar la pelota, teniendo posesión del mismo. Es muy importante en la iniciación, que el jugador, además de aprender las diferentes técnicas, sepa cuando utilizarlas, ya que hay una tendencia a picar la pelota sin ningún propósito definido. Hay algunos puntos fundamentales en el dribling, sin los cuales el jugador nunca podrá dominar el gesto y por ende, el juego:

- Nunca se debe mirar la pelota.

- Se deberá aprender el gesto con la mano derecha tanto como la izquierda.
- Siempre se debe picar la pelota con la mano alejada del defensor.
- Cuando más cerca está el defensor, más perfilados debe estar el atacante (nunca de espaldas al defensor).
- Cuando más cerca está el defensor, más bajo deberá ser el dribling.

Pautas Técnicas del dribling en general

- Nuca debe mirarse la pelota, siendo este el principal defecto en la ejecución del mimo por los principiantes.
- La mano no debe golpear la pelota, lo acompaña y por lo tanto el pique se realiza con los dedos y no con la palma.
- La mano debe tomar contacto con la pelota en su hemisferio superior, pero al avanzar se debe empujar desde el hemisferio opuesto al de la dirección que se eleva.
- El dribling es el único aspecto técnico que se lo debe enseñar simultáneamente con ambas manos.
- La mano debe tomar la forma de la pelota y acompañarla en su ascenso y descenso durante el recorrido del bote.
- Los dedos tienden a cerrarse al terminar el contacto con la pelota.

Tipos de dribling

- De traslado.
- De protección.
- Cambio de dirección por delante del cuerpo.
-

El dribling de traslado

Se lo utiliza para avanzar con la pelota cuando no hay un defensor cerca.

Pautas técnicas:

- La pelota toca el suelo por delante y al costado del jugador.

- La mano empuja por el casquete opuesto a la dirección del dribling.
- La pelota llega hasta la cintura.
- La mano, el codo y el hombro se mueven en un mismo plano vertical con respecto al suelo y en la dirección del movimiento.
- El cuerpo va detrás de la pelota
- El otro brazo participa de la carrera.
-

El dribling de protección

Es aquel que se realiza cuando hay un defensor cerca.

Pautas técnicas:

- Pie contrario a la mano del pique debe ir adelantado.
- Pernas semi flexionadas.
- El pique se realiza mediando la extensión del codo y flexión de la muñeca.
- El codo y la mano del pique cerca del cuerpo.
- El dribling no va más allá de la altura de la rodilla.
- La pelota toca el suelo lejos del defensor, entre las piernas, protegido por la pierna contraria a la del lado del dribling.
- El brazo contrario al dribling protege la "zona alta" del atacante, el codo no debe despegarse del cuerpo y la mano "palpa" al defensor.
- La vista debe ir dirigida al defensor, por sobre el hombro controlado al del dribling.
- El tronco erguido para poder ver el juego y especialmente al defensor.
- En este dribling se ejecutan muchos piques y pocos desplazamientos.

Cambio de dirección por delante del cuerpo

Se lo utiliza para eludir al defensor cuando este se encuentra a más de un brazo de distancia del atacante. Es la primera forma de eludir a un adversario, con dribling, que aprender un principiante.

Cuando el defensor está a un brazo de distancia se debe utilizar el cambio por detrás del cuerpo y si se está presionando sin espacio entre el defensor y el atacante, el giro invertido. Pero estos contenidos pertenecen a un nivel más avanzado.

Pautas técnicas:

- El jugador que avanza con la pelota debe hacer creer al defensor que va a seguir penetrando en la misma dirección en que viene. Cuando el defensor cierra el camino a la canasta el atacante realiza el cambio de dirección.
- En el cambio de dirección, la pelota debe tomar el nuevo recorrido que se quiera llevar para no perder el tiempo en corregir la dirección del dribling.
- Al cambiar de dirección la pelota debe tomar el nuevo recorrido que se quiera llevar para no perder el tiempo en corregir la dirección del dribling.
- Todos los cambios deben entrenarse de izquierda a derecha y viceversa.
- El cambio de dirección debe ser ejecutado con dribling bajo.

6.- Los movimientos de pies: Detenciones y pivot.

Los movimientos de pies

Son la base para cualquier gesto ofensivo y defensivo. Es tan importante su correcta realización como la velocidad de ejecución. Prioritariamente hablamos de detenciones (en uno y dos tiempos) y pivot (hacia delante y atrás), pero abarcan un abanico enorme. Son ellos: los cambios de ritmo, los cambios de dirección, las fintas, los desmarques (es decir entrar y salir) y los giros.

Detenciones

Son las detenciones que se efectúan por las necesidades propias del juego. La posición final debe tener el mayor equilibrio posible. Estas parejas las podemos realizar cuando vamos en dribling, o bien, después de efectuar una recepción del balón o lanzamiento al cesto. Pueden ser en uno o dos tiempos de apoyos.

Detenciones en un tiempo

Es la que se realiza tomando contacto con el suelo con los dos pies a la vez.

Encierra más dificultad que la parada en dos tiempos puesto que hay que contrarrestar la inercia de la carrera más súbitamente. Pero, por el contrario, este tipo de detención nos da mayor posibilidad de movimiento al poder elegir el pie de pivot. Para no caer en la regla de caminar, debemos, al detenernos, bajar el centro de gravedad y flexionar las rodillas.

Detenciones en dos tiempos

En este caso primero tomamos contacto con el suelo con un pie y luego con el otro. Este podrá apoyarse adelante, al costado o detrás del otro pie. Se debe tener en cuenta que el pie de pivot será siempre el primero que tome contacto con el piso. El mayor peso en la detención, lo soportará la primera pierna de apoyo, para, posteriormente, equilibrarse sobre la segunda. Es de este modo, como se vence la inercia de la carrera más fácilmente que en la parada anterior. Es importante que el centro de gravedad este bajo y que caiga dentro de la base de sustentación tomada por ambos pies. Con esta parada se puede conseguir una mayor posición de equilibrio, para realizar un tiro al cesto después del dribling o pase.

Ejercitaciones metodológicas para la enseñanza de las detenciones:

- Todas las referidas al arranque y frenado a la orden del profesor o según se indique. (Por ejemplo: si el profesor dice uno, se debe detener en un tiempo, si dice dos en dos tiempos; también se puede dar un ejercicio indicando especialmente el tipo de parada que se quiere practicar).
- Ejercicios en parejas, tríos o pequeños grupos donde un alumno de las ordenes de detenciones. (Mientras el profesor controla que los alumnos no caminen).

Las detenciones se deben ejercitar junto al fundamento "pivot".

Una correcta detención hará que el jugador no camine o realice una falta de ataque, dejándolo listo para el gesto futuro. (Lanzar, pasar o driblear).

EL PIVOT

Es la posibilidad que tiene un jugador, en posesión del balón, de desplazar un pie en varias direcciones, manteniendo el otro, llamado "pie de pivot", en contacto con el suelo. (Este pie de pivot una vez determinado no se podrá cambiar).

Es un movimiento tanto ofensivo como defensivo. Se lo debe enseñar con la pierna derecha, como con la izquierda en forma simultánea y además hacia adelante (frontal) y hacia atrás (invertido).

Pautas Técnicas:

- Apoyar la parte anterior del pie que pivotea.
- El talón del mismo pie debe ir rozando el piso.
- El pie libre se debe mantener bien cerca del suelo al pivotear.
- La separación entre los pies debe ser siempre la misma.
- La pelota estará fuertemente tomada por ambas manos.
- Esta cambia de plano, en cada movimiento de pivot (para que el defensor no pueda quitarla).
- Los codos y brazos protegen el balón.
- El cuerpo debe "aplastarse" contra el piso.
- Se trata de mantener la pelota siempre alejada del defensor.

Todo lo anterior está referido a posicionarse fuertemente al pivotear, porque el contacto con la defensa será inevitable en algún momento del movimiento.

Por otra parte, la práctica del pivot será siempre juntamente con las detenciones.

Debe tenerse especial cuidado, al enseñar estos fundamentos, puesto que la regla del caminar es de difícil interpretación, por parte de los niños, y estos tienden a ser ejecutados con errores de esa índole.

El Dribling

Concepto

Es uno de los fundamentos ofensivos más importante del baloncesto y por ese motivo es primordial que los jugadores tengan un buen dominio de balón con ambas manos, así como también saber cuándo no se debe botear y saber utilizarlo. Es recomendable driblar para avanzar con el balón, penetrar a la canasta, desmarcarse para lanzar y realizar un buen pase, superar al adversario directo, progresar con el balón para conseguir un objetivo específico.

Características

Hay varias características muy importantes:

- Nunca se debe mirar el balón, pues eso limitaría enormemente nuestra capacidad para desarrollar el resto de los aspectos del juego.
- Se deben usar indistintamente ambas manos, pues lo contrario limitaría, asimismo, muchísimo nuestras capacidades.

Es preciso no abusar de él, no driblar por "vicio", por muy bien que se domine. Por tanto, debe quedar muy claro desde el principio para qué sirve el drible:

- Para cambiar el balón de lado,
- Si no es posible el pase de presión
- Para penetrar a canasta
- Para mejorar ángulos de pase.

Tipos de Dribling

De control: En una posición sin presión defensiva, mientras el jugador anda, un bote alto y fuerte a la altura del jugador.

De protección: Si la defensa presiona mucho, el jugador puede botar protegiendo el balón con el cuerpo, dando botes bajos para dificultar el llegar a robarlo.

En velocidad: En carrera y con espacio por delante, el jugador lanza el balón hacia delante para correr con más velocidad.

Ejercicios de Dribling

Ejercicios de boteo o dribring

Ejercicio N° 1

1.- A lo largo del terreno el jugador va trotando y parando en uno o dos tiempos a la voz del entrenador con balón. Ir aumentando la velocidad.

Propósito: Desarrollo de la capacidad de reacción del jugador.

Ejercicio N° 2

Ir trotando a lo largo del campo efectuando cambios de dirección cuando lo indique el entrenador.

Propósito: Desarrollo de la capacidad de reacción.

Ejercicio N° 3

Salir botando, de frente, a una señal del entrenador girar y seguir votando de espaldas.

Siempre que se gira se cambia de mano.

Propósito: Perfección del control del balón.

Ejercicio N° 4

Finta de cambio de dirección

1.- El jugador llega a donde el contrario y efectúa una finta de cambio de dirección adelantando en dirección opuesta a la que sigue la pierna contraria al balón, cargando sobre ésta el peso del cuerpo e inclinando el tronco en la misma dirección (finta) –figura

2.- Simultáneamente alejamos el balón del cuerpo, para dar un paso corto (salida abierta)

con la pierna próxima al balón y luego otro largo con la pierna de finta cruzándolo por

delante del defensor para seguir por la misma dirección que llevaba al principio. Protegemos la salida con el brazo, hombro y tronco. Cambio de ritmo.

Ejercicio N° 5

Colocados los jugadores en cuatro filas, simultáneamente botan hacia el centro del campo para allí tras realizar una parada y un pivote pasar a la siguiente fila, colocándose al final de ésta.

Propósito: Desarrollo del manejo del balón.

Ejercicio N° 6

Botar alrededor de los círculos de la cancha, terminando en una parada y tiro.

Propósito: Desarrollo de la capacidad de botar en círculos.

Ejercicio N° 7

Cada jugador con un balón va botando hacia el obstáculo según el gráfico donde realiza los distintos tipos de cambios de mano. En una canasta tiran desde cuatro metros y en la otra dejan una bandeja. Se realiza por ambos lados.

Finalidad: Perfeccionamiento del bote con las dos manos.

1.2 JUSTIFICACIÓN

La **importancia** en el baloncesto data de los fundamentos básicos del mismo cuyo objetivo es potencializar la coordinación motriz a través de actividades lúdicas que aporten en el proceso de enseñanza-aprendizaje del dribling como fundamento principal del baloncesto sin desvalorizar a los fundamentos complementarios del baloncesto.

El **impacto** la presente investigación tiene por objetivo mejorar la coordinación motriz para que con el pasar del tiempo se mantenga la importancia de mejorar la enseñanza-aprendizaje del dribling en cada uno los niños.

El presente trabajo investigativo es **factible** porque existe el apoyo de las autoridades con el objetivo de masificar el baloncesto dentro del cantón Pelileo mejorar el desarrollo motriz y dar a conocer la gran importancia que tiene el dominio de los fundamentos de baloncesto.

El presente trabajo investigativo es de gran **interés**, ya que contribuirá en el desarrollo de los jugadores de baloncesto de la Escuela del GAD Pelileo siendo la Escuela promotora principal del baloncesto en el cantón.

La **utilidad** de este proyecto será para todos los jugadores de baloncesto de la Escuela del Gad Pelileo, ya que podrán desenvolverse de mejor manera dentro de la cancha será útil también para aquellos jugadores que participen en otros torneos y selecciones de baloncesto y utilicen correctamente los recursos que se le han enseñado.

Los **Beneficiarios** directos de la presente investigación son los deportistas que forman parte de la Escuela del GAD Pelileo.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General

Identificar la coordinación motriz en los jugadores de baloncesto de la Escuela del GAD Pelileo”

1.3.2. Objetivos Específicos

- ✓ Determinar los beneficios de la coordinación motriz de los jugadores de la Escuela del GAD Pelileo.
- ✓ Analizar el gesto motriz del dribling de los jugadores de la Escuela del GAD Pelileo.

- ✓ Fundamentar los resultados del problema planteado mediante un artículo académico como aporte de la investigación.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1 Materiales y Métodos

2.1.1 Recursos y Talento Humano

Investigador, jugadores de baloncesto

Recursos Materiales

Equipos de Baloncesto, Implementos deportivos, Canchas de baloncesto, computadora, internet, Impresiones, hojas de papel

Recursos Institucionales

GAD PELIELO - Unidad de Deportes del Gad Pelieo – Escuela permanente de Baloncesto.

Participantes

Para la realización de este trabajo investigativo se obtuvo una muestra de un total de 35 jugadores de baloncesto de la escuela del GAD Pelileo, los mismos que están divididos en 17 niños y 18 niñas.

Instrumentos

El presente trabajo de investigación es de un tipo cualitativo, cuantitativo y de campo con un enfoque descriptivo y de observación que permite identificar si la coordinación

motriz influye en el dribling de los jugadores de baloncesto de la escuela del GAD Pelileo.

Para el análisis se realizó un test de coordinación motriz 3JS y dribling, los mismos que permitirán obtener resultados y poder analizar la influencia que tiene la coordinación con el dribling.

A los jugadores se les dio a conocer las actividades planificadas para realizar los test, así como los objetivos y de esa forma concientizar el desarrollo adecuado de los diferentes ejercicios.

Procedimiento

Como parte del procedimiento se obtuvo el permiso por parte de las autoridades del GAD de Pelileo para realizar el trabajo investigativo, una vez obtenido el permiso se realizó la convocatoria de los jugadores.

Se realizó el test a todos los jugadores, en primera instancia se lo realizó sin ningún trabajo previo, al cabo de un mes y después de varias sesiones de entrenamiento se realizó el mismo test nuevamente para comparar los resultados iniciales.

Al finalizar la realización de los dos test y tener los datos para compararlos se procedió a tabular los resultados e interpretarlos según el tipo de investigación propuesta.

Diseño y análisis de datos

Para el análisis de los datos se realizó la prueba estadística Chi cuadrado y para la verificación de la hipótesis se utilizará el nivel de significancia de 0.05

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Enfoque

La presente investigación fue de carácter cuantitativo y cualitativo, debido a que se utilizaron procesos matemáticos y estadísticos para valorar los datos de la encuesta realizada, fue cualitativo, porque se valoró la influencia de la coordinación motriz en el dribling de los niños de la Escuela del GAD Pelileo.

Modalidad básica de la Investigación

Investigación Bibliografía

El trabajo de investigación es bibliográfico, debido a que se basa en artículos, libros, y revistas confiables, también ha permitido revisar, analizar, sintetizar, ampliar, profundizar y comparar diferentes puntos de vista de varios autores, criterios y temas relacionados con las variables.

Investigación de Campo

El presente trabajo de investigación es de campo porque, se realizó en Escuela Permanente de Baloncesto del GADMA PELILEO del cantón Pelileo de la provincia de Tungurahua, donde mediante test se evaluó el desempeño y destreza de los jugadores de baloncesto.

3.2 Nivel o Tipo de Investigación

Descriptivo

Se logró establecer cómo se manifiesta el problema motivo de investigación y se describió de forma detallada, permitiendo exponer, resumir y analizar los resultados obtenidos mediante el test.

Correlacional

Con este tipo de investigación se estableció la relación que existe entre las variables de forma particular, ayudando a determinar modelos de comportamiento existente.

Explicativo

Comprobó la veracidad de la hipótesis planteada y determinó que la coordinación motriz es un fundamental para el control adecuado del dribling en los jugadores de baloncesto.

3.3 Población y Muestra

La presente investigación realiza el estudio de una población compuesta por 35 niños y niñas que forma parte de la Escuela de Baloncesto del GAD Pelileo, la población es finita porque conocemos con exactitud la cantidad de elementos que posee la misma.

Población	Frecuencia	Porcentaje
Niños	17	48,57%
Niñas	18	51,43%
Total	35	100%

Tabla 1. Población

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Muestra.- Por ser una población menor a 100, no es necesario calcular la muestra y se trabajará con el total de la población.

CAPITULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis y discusión de resultados

A continuación, se presenta el resumen estadístico de la influencia que tiene la variable independiente sobre la variable dependiente, con su grafico e interpretación de resultados respectivamente.

Resultados de los Test de coordinación motriz 3JS y dribling, realizado a los jugadores de baloncesto de la escuela del GAD Pelileo.

Test de Coordinación Motriz 3JS

- 1. Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura.**

Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura.		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	6	17
2	10	29
3	12	34
4	7	20
TOTAL	35	100%

Tabla 2. Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura.
Elaborado por: Karla Naranjo
Fuente: La Investigación



Figura 1. Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura.
Elaborado por: Karla Naranjo
Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 6 niños que representan el 17% presenta dificultad al saltar con los pies juntos porque no posee coordinación del tren inferior, 7 niños que representan el 20% de la población considera que una buena coordinación motriz contribuye en la correcta ejecución del salto con pies juntos.

Interpretación

En una parte de la población que se realizó el test se evidencio que se puede mejorar los saltos si los niños tienen una buena coordinación motriz, esto se debe a que no existe la práctica correcta de entrenamiento en las fases de iniciación, por lo tanto, se va a realizar un entrenamiento direccionado para mejorar los saltos, así como la coordinación del tren inferior.

2. Realizar un salto y girar en el eje longitudinal.

Realizar un salto y girar en el eje longitudinal.		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	4	12
2	18	51
3	6	17
4	7	20
TOTAL	35	100%

Tabla 3. Realizar salto y girar en el eje longitudinal

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación



Figura 2. Realizar un salto y girar en el eje longitudinal

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 4 niños que representan el 12% no pueden realizar un salto y girar en el eje, porque no han ejecutado ejercicios similares de coordinación

motriz, 7 niños que representan el 20% de la población que ejecuta de forma adecuada el ejercicio debido a una mejor coordinación motriz.

Interpretación

Una parte de la población que realizó el test no ejecuta correctamente el salto y giro porque la posición inicial era inadecuada debido a que el centro de gravedad de los niños era elevado, por lo tanto, se hará énfasis en la postura inicial mediante la posición básica defensiva para la ejecución adecuada del salto y giro.

3. Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro (pase de béisbol).

Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro (pase de béisbol).		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	20	57
2	10	29
3	3	8
4	2	6
TOTAL	35	100%

Tabla 4. Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro (pase de béisbol).

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación



Figura 3. Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro (pase de béisbol).

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 20 niños que representan el 57% presenta dificultad al realizar el lanzamiento de dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro “pase de béisbol” porque no tienen una adecuada coordinación entre el tren superior y el tren inferior, 2 niños que representan el 6% de la población realiza de manera adecuada el pase de béisbol porque tuvieron un correcto proceso de iniciación deportiva.

Interpretación

Se evidencio que se puede mejorar el pase de béisbol mediante ejercicios de fundamentos técnicos tomando en cuenta la coordinación.

4. Realizar entrada a la canasta por el lado derecho.

Realizar entrada a la canasta por el lado derecho.		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	15	43
2	10	29
3	5	14
4	5	14

Tabla 5. Realizar entrada a la canasta por el lado derecho.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación



Figura 4. Realizar entrada a la canasta por el lado derecho.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 15 niños que representan el 43% tienen dificultad en la ejecución de la entrada a canasta por el lado derecho porque no existe coordinación con el implemento, 5 niños que representan el 14% de la población tienen mayor efectividad debido a la correcta ejecución de entrada a la canasta.

Interpretación

Una parte de la población que realizó el test no ejecuta correctamente la entrada a canasta por falta de entrenamiento en la coordinación con el implemento para ello se debe realizar un entrenamiento con y sin balón.

5. Realizar entrada a la canasta por el lado izquierdo.

Realizar entrada a la canasta por el lado izquierdo.		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	27	77
2	7	20
3	1	3
4	0	0
TOTAL	35	100%

Tabla 6. Realizar entrada a la canasta por el lado izquierdo.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación



Figura 5. Realizar entrada a la canasta por el lado izquierdo.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 27 niños que representan el 77% tienen dificultad en la ejecución de la entrada a canasta por el lado izquierdo porque no existe coordinación del tren inferior y mal manejo del implemento, 0 niños que representan el 0% de la población no tienen dominio de la entrada a canasta porque no poseen una adecuada coordinación motriz para la ejecución del ejercicio.

Interpretación

Una parte de la población que realizó el test no ejecuta correctamente la entrada a canasta por no tener una adecuada coordinación motriz, por lo tanto, se trabajaran ejercicios de lateralidad teniendo en cuenta el uso del implemento.

6. Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.

Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	9	26
2	19	54
3	7	20
4	0	0
TOTAL	35	100%

Tabla 7. Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

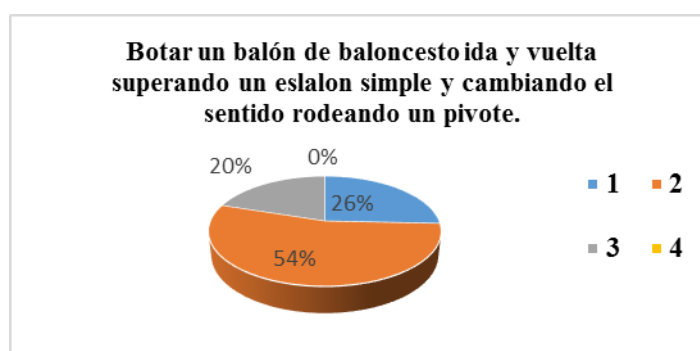


Figura 6. Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 9 niños que representan el 26% tienen dificultad para superar un eslalon simple con implemento, 0 niños que representan el 0% de la población supera correctamente el eslalon.

Interpretación

Los niños no ejecutan correctamente el ejercicio de dribbling en eslalon, para esto enfocaremos el trabajo en la coordinación motriz con y sin implementos por medio de obstáculos.

7. Conducir dos balones en eslalon simple de ida y regresar en línea recta.

Conducir dos balones en eslalon simple de ida y regresar en línea recta.		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	10	29
2	7	21
3	9	26
4	9	26
TOTAL	35	100%

Tabla 8. Conducir dos balones en eslalon simple de ida y regresar en línea recta.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

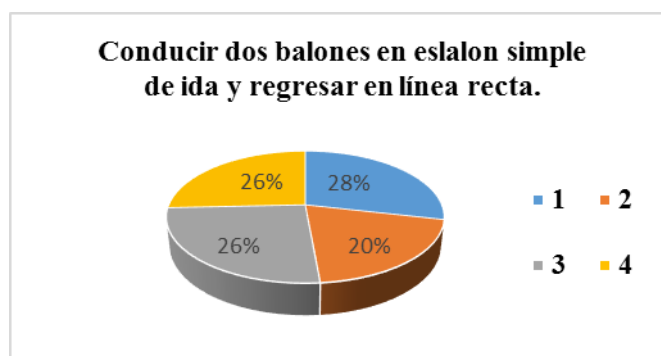


Figura 7. Conducir dos balones en eslalon simple de ida y regresar en línea recta.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 10 niños que representan el 29% tienen dificultad de realizar ejercicios con implemento con las dos manos porque no tienen coordinación ojo mano, 9 niños que representan el 26% de la población tienen dominio de balón con dos manos.

Interpretación

Los niños no dominan el dribling con dos manos por falta de coordinación motriz, por lo tanto, se trabajará el dominio de balón de forma estática y después en movimiento, tomando en cuenta el desarrollo motriz.

Dribling

1. Dribling 20 mts mano derecha.

Dribling 20 metros mano derecha		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	7	20
2	20	57
3	6	17
4	2	6
TOTAL	35	100%

Tabla 9. Dribling 20 mts mano derecha.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

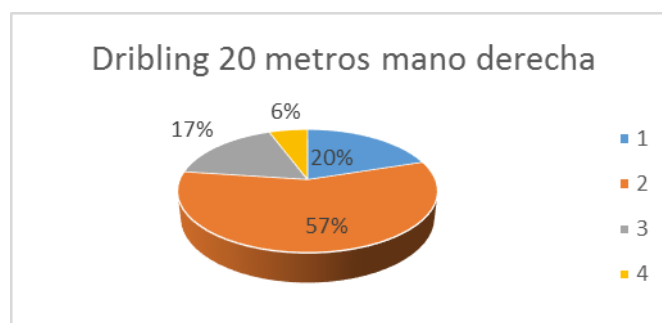


Figura 8. Dribling 20 mts mano derecha.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 7 niños que representan el 20% tienen dificultad de realizar el ejercicio con implemento por falta de coordinación en la carrera, 2 niños que representan el 6% de la población tienen dominio de balón en velocidad.

Interpretación

Los niños no dominan el dribling en velocidad por falta de coordinación motriz, por lo tanto, se trabajará el dominio de balón en movimiento, tomando en cuenta el correcto uso con el implemento.

2. Dribling 20 mts mano izquierda.

Dribling 20 metros mano izquierda		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	16	46
2	12	34
3	3	9
4	4	11
TOTAL	35	100%

Tabla 10. Dribling 20 mts mano izquierda.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

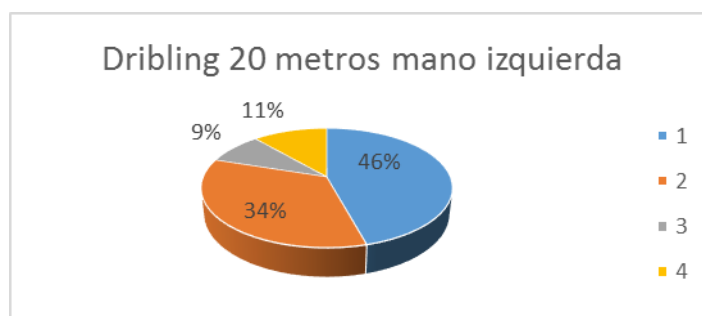


Figura 9. Dribling 20 mts mano izquierda.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 16 niños que representan el 46% tienen dificultad en el manejo del balón con la mano izquierda, esto se debe a la falta de entrenamiento y coordinación por el lado izquierdo, 4 niños que representan el 11% de la población tienen un correcto dominio de balón por el lado izquierdo.

Interpretación

Los niños no dominan el dribling con la mano izquierda por falta de coordinación y entrenamiento, por lo tanto, se trabajará el dominio de balón en movimiento, teniendo en cuenta la debilidad de dominio con la mano izquierda.

3. Dribling con obstáculos.

Dribling con obstáculos		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	22	63
2	8	23
3	4	11
4	1	3
TOTAL	35	100%

Tabla 11. Dribling con obstáculos

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación



Figura 10. Dribling con obstáculos

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 22 niños que representan el 63% tienen dificultad al realizar el dribling con obstáculos, esto se debe a la falta de coordinación del lado derecho e izquierdo, 1 niño que representa el 3% de la población tiene excelente dominio y supera correctamente los obstáculos.

Interpretación

Los niños no tienen un buen dribling con obstáculos por la falta de coordinación motriz, por lo tanto, se trabajará el dominio de balón mediante el dribling con obstáculos con las dos manos.

4. Dribling de protección.

Dribling de protección		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	19	54
2	10	29
3	2	6
4	4	11
TOTAL	35	100%

Tabla 12. Dribling de protección

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

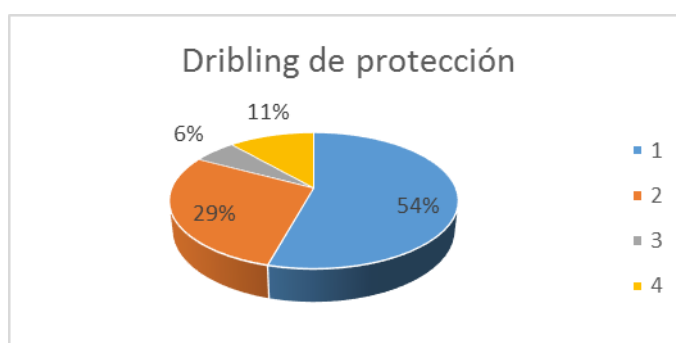


Figura 11. Dribling de protección

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 19 niños que representan el 54% tienen dificultad al realizar el dribling de protección, esto se debe a la mala posición básica de dribling, 4 niños que representan el 11% de la población al driblar mantiene una posición de protección de balón.

Interpretación

Los niños no tienen la costumbre de proteger el balón al driblar debido a que no se insiste en el entrenamiento la ejecución de la posición básica de dribling con protección del balón.

5. Dribling de velocidad 40 mts.

Dribling de velocidad 40 metros.		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	9	26
2	17	49
3	4	11
4	5	14
TOTAL	35	100%

Tabla 13. Dribling de velocidad 40 metros.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

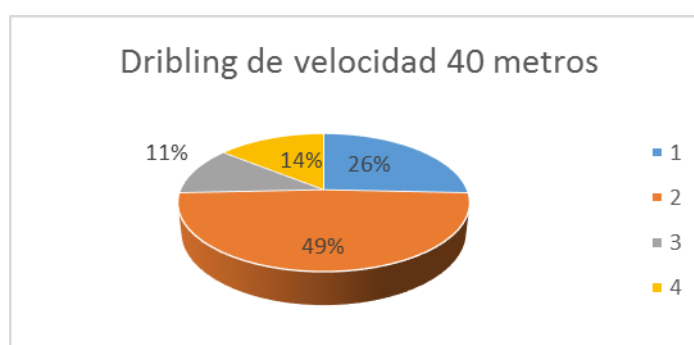


Figura 12. Dribling de velocidad 40 metros.

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 9 niños que representan el 26% tienen dificultad al realizar el dribling de velocidad, esto se debe a la falta de coordinación motriz con el implemento, 5 niños que representan el 14% de la población ejecutan correctamente el dribling en velocidad.

Interpretación

Los niños no tienen una buena coordinación motriz por lo tanto presentan problemas de coordinación del tren superior e inferior realizando el dribling en velocidad, para ello se trabajará el dominio de balón mediante el dribling con desplazamiento en velocidad.

6. Dribling de velocidad con obstáculos.

Dribling de velocidad con obstáculos		
Valoración	Frecuencia	Porcentaje
1	20	57
2	9	26
3	4	11
4	2	6
TOTAL	35	100%

Tabla 14. Dribling de velocidad con obstáculos

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

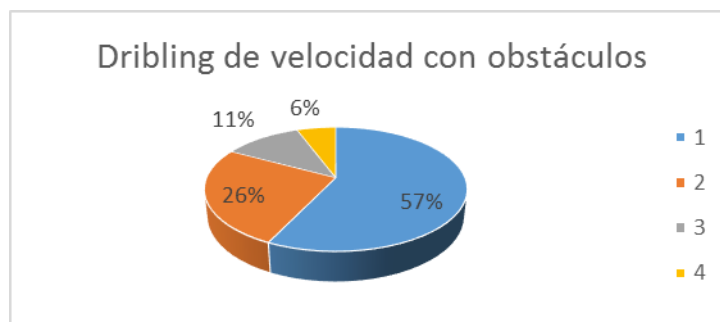


Figura 13. Dribling de velocidad con obstáculos

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La Investigación

Análisis

De 35 deportistas encuestados, 20 niños que representan el 57% tienen dificultad al realizar el dribling de velocidad con obstáculos, esto se debe a la falta de coordinación motriz con el implemento, 2 niños que representan el 6% de la población ejecutan correctamente el dribling en velocidad superando los diferentes obstáculos.

Interpretación

Los niños no tienen una buena coordinación motriz por lo tanto presentan problemas de coordinación del tren superior e inferior realizando el dribling en velocidad con obstáculos, para ello se trabajará el dominio de balón mediante el dribling con desplazamiento en velocidad superando diferentes obstáculos a determinadas distancias.

3.2 Verificación de Hipótesis

Para verificar la hipótesis se utiliza la prueba estadística del chi-cuadrado que es un estadígrafo no paramétrico o de distribución libre 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.

Variable Independiente

La coordinación motriz

Variable Dependiente

Dribling

Planteamiento de la Hipótesis

HO: La coordinación motriz no mejora el dribling de los jugadores de baloncesto.

H1: La coordinación motriz mejora el dribling de los jugadores de baloncesto.

Selección del nivel de Significación

El nivel de significancia escogido para la presente investigación es de 0.05%

$GL = (filas - 1) * (Columnas - 1)$

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

$$GL = 3 * 1$$

$$GL = 3$$

Descripción de la Población

POBLACIÓN	MUESTRA	PORCENTAJE
Niños	17	48,57%
Niñas	18	51,43%
Total	35	100%

Tabla 15. Descripción de la Población

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: la Investigación

Especificación de la estadística

Se utilizó el cálculo del chi-cuadrado (X^2)

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

Donde:

X_c^2 : Chi – Cuadrado

Σ : Sumatoria

O: Frecuencia Observada

E: Frecuencia Encontrada

Variables	Test de coordinación motriz 3JS – Dribling	
	PRE TEST	POST TEST
Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura		
1	6	2
2	10	8
3	12	15
4	7	10
Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una		

distancia y sin salirse del cuadro (pase de béisbol)		
1	20	5
2	10	6
3	3	16
4	2	8
Dribling con obstáculos		
1	22	10
2	8	5
3	4	9
4	1	11
Dribling de protección		
1	19	12
2	10	5
3	2	8
4	4	10

Tabla 16. Variables
Elaborado por: Karla Naranjo
Fuente: La investigación

FRECUENCIA OBSERVADA					
PREGUNTAS	1	2	3	4	TOTAL
Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura	2	8	15	10	35
Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro (pase de béisbol)	5	6	16	8	35
Dribling con obstáculos	10	5	9	11	35
Dribling de protección	12	5	8	10	35
TOTAL	29	24	48	39	140

Tabla 17. Frecuencia Observada
Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La investigación

FRECUENCIA ESPERADA					
PREGUNTAS	1	2	3	4	TOTAL
Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura	7,25	6	12	9,75	35
Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro (pase de béisbol)	7,25	6	12	9,75	35
Dribling con obstáculos	7,25	6	12	9,75	35
Dribling de protección	7,25	6	12	9,75	35
TOTAL	29	24	48	39	140

Tabla 18. Frecuencia Esperada
Elaborado por: Karla Naranjo
Fuente: La investigación

O	E	(O - E)	(O - E) ²	$\frac{(O - E)^2}{E}$
2	7,25	-5,25	27,5625	3,80
5	7,25	-2,25	5,0625	0,70
10	7,25	2,75	7,5625	1,04
12	7,25	4,75	22,5625	3,11
8	6	2	4	0,67
6	6	0	0	0,00
5	6	-1	1	0,17
5	6	-1	1	0,17
15	12	3	9	0,75
16	12	4	16	1,33
9	12	-3	9	0,75
8	12	-4	16	1,33
10	9,75	0,25	0,0625	0,01

8	9,75	-1,75	3,0625	0,31
11	9,75	1,25	1,5625	0,16
10	9,75	0,25	0,0625	0,01
$\overline{X_c^2}$				14,31

Tabla 19. Frecuencias

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La investigación

Decisión

Con 3GL y un nivel de significancia de 0,05 $X_c^2 = 14,31$

Conclusión

El valor $X_c^2 = 7,815 < X_c^2 = 14,31$. Por lo tanto se aleja de la zona de rechazo dando como resultado el rechazo de la hipótesis nula y se acepta la alterna **H₁**: La coordinación motriz mejora el dribling de los jugadores de baloncesto de la escuela del GAD Pelileo.

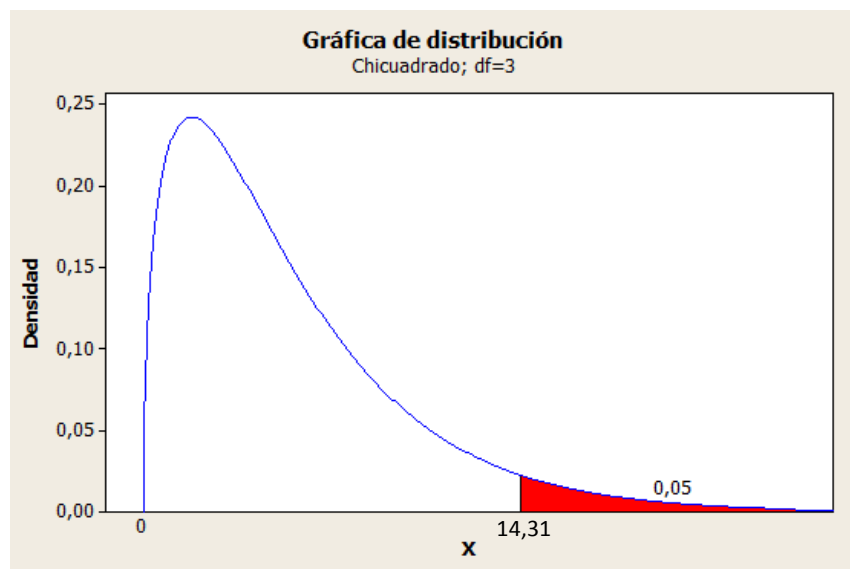


Figura 14. Chi-cuadrado

Elaborado por: Karla Naranjo

Fuente: La investigación

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- El desconocimiento de metodologías de enseñanza se ve influenciada en el desarrollo de la coordinación que repercuten en la ejecución de los fundamentos técnicos de baloncesto
- La mayoría de los entrenadores de las escuelas de baloncesto no se basan en una planificación para realizar una sesión de trabajo, y no reciben una guía adecuada sobre el proceso de formación en la etapa de iniciación y los beneficios que tiene la coordinación del niño en el dribbling.
- Los test permiten mejorar los fundamentos técnicos de baloncesto contribuyendo en el desarrollo coordinativo de los niños, que se evidencia en su aprendizaje y progreso de las actividades deportivas.

5.2 Recomendaciones

- Capacitar a los instructores, dando a conocer metodologías nuevas de enseñanza y los beneficios que tiene el desarrollo coordinativo en la etapa de iniciación.
- Es fundamental que el instructor realice una planificación y diseñe fichas personales para el control del progreso antes, durante y después de la aplicación de los ejercicios para poder identificar los avances y deficiencias en el proceso de enseñanza.
- Socializar los ejercicios que ayudaron a perfeccionar los fundamentos técnicos analizando su ejecución de acuerdo a las necesidades de los niños.

Bibliografía

- Autoranz, E., & Villalba, J. (2010). *Desarrollo cognitivo y motor*. España: Editex.
- Cenizo Benjumea, J. M., Ravelo Afonso, J., Morilla Pineda, S., & Fernández Truan, J. C. (2017). Test de coordinación motriz 3JS.
- Conde Guillén, G. (2010). Metodología de la enseñanza del baloncesto en categorías de formación. *EFDeportes*, 33-39.
- Constitución de la República del Ecuador. (2008).
- García, A., & Quero, J. (2012). *Conducta Motora - Los movimientos generales*. Madrid: Albasanz, Díaz de Santos.
- Gutiérrez. (1991). *La Educación Psicomotriz y el Juego en la Edad Escolar*. Sevilla: Wanceulen.
- HAHN, E. (1988). *Entrenamiento con niños*. Barcelona: Martínez Roca.
- KIPHARD, E. J. (1976). *Insuficiencias de movimiento y de coordinación en la edad de la escuela primaria*. Buenos Aires: Editorial Kapelusz.
- Le Boulch. (1997). *La Educación Psicomotriz en la Escuela Primaria*. Barcelona: Paidós.
- Lora Risco. (1991). *La educación corporal*. Barcelona: Paidotribo.
- MINISTERIO DEL DEPORTE. (2010). *Ley del Deporte Educación Física y Recreación*. Quito: MINISTERIO DEL DEPORTE.

MORA, J. (1995). *Teoría del entrenamiento y acondicionamiento físico*. Cádiz : COPLEF Andalucía .

MORINO , C. (1991). La capacidad coordinativa en deportes de equipo. *Revista de E.E. Renovación de teoría y práctica* , 2-9.

Parlebás, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga: Unisport.

Ruiz-Perez, L. M., Rioja-Collado, N., Graupera-Sanz, J. L., PalomoNiet, M., & García-Coll, V. (2015). DESARROLLO DE UN TEST PARA EVALUAR LA COORDINACIÓN MOTRIZ GLOBAL EN LA EDUCACION PRIMARIA. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 103-111.

Sánchez Bañuelos, F., & González Ravé, J. M. (2015). Enfoque de los Sistemas Dinamicos en el Aprendizaje del Bote en el Baloncesto en un Contexto Escolar.

FICHA DE OBSERVCIÓN DEL DRIBLING

Revista de Psicología del Deporte, 97-107.

ANEXOS

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

Actividades	1	2	3	4
1.- Dribling 20 mts mano derecha				
2.- Dribling 20 mts mano izquierda				
3.- Dribling con obstáculos				
4.- Dribling de protección				
5.- Dribling de velocidad 40 mts				
6.- Dribling de velocidad con obstáculos				

TEMA: “LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL DRIBLING DE LOS JUGADORES DE BALONCESTO”

FICHA DE OBSERVACIÓN DEL DRIBLING

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

TEMA: “LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL DRIBLING DE LOS JUGADORES DE BALONCESTO”

TEST DE COORDIANCIÓN MOTRIZ 3JS

Test de Coordinación Motriz 3JS				
Actividades	1	2	3	4
Prueba 1.- Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura.				
Prueba 2.- Realizar un salto y girar en el eje longitudinal.				
Prueba 3.- Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro.				
Prueba 4.- Golpear dos balones al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro.				
Prueba 5.- Desplazarse corriendo haciendo slalom.				
Prueba 6.- Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.				
Prueba 7.- Conducir ida y vuelta un balón con el pie superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.				

TEST DE COORDINACIÓN MOTRIZ 3JS-DRIBLING

1.- Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura.



2.- Realizar un salto y girar en el eje longitudinal.



3.- Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro. (Pase de béisbol)



15.- Realizar entrada a la canasta por el lado derecho.



FICHA DE OBSERVACIÓN DEL DRIBLING

1.- Dribling con obstáculos

Izquierda



Derecha



2.- Dribling de velocidad con obstáculos



3.- Dribling de velocidad 40 mts



JUGADORES DE BALONCESTO DE LA ESCUELA PERMANETE DEL GAD DE PELIELO

