



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

**MODALIDAD: PRESENCIAL**

**Trabajo de Investigación previo a la obtención del título de Licenciado en**  
**Ciencias de la Educación**  
**Mención: Educación Física**

**TEMA: “LA DEFENSA INDIVIDUAL EN EL RENDIMIENTO**  
**DEPORTIVO DEL BALONCESTO EN DEPORTISTAS DE LA**  
**SELECCIÓN PRE-JUVENIL DE LA UNIDAD EDUCATIVA JORGE**  
**ÁLVAREZ DEL CANTÓN PILLARO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”**

**AUTOR: SANTIAGO JAVIER ALULEMA VILLACIS**

**TUTOR: LIC. YURY ROSALES RICARDO, MSC.**

**AMBATO – ECUADOR**  
**2018**

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

### ***CERTIFICA:***

Yo, Lic. Yury Rosales Ricardo, MSc. CC: 1756840102 en calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LA DEFENSA INDIVIDUAL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DEL BALONCESTO EN DEPORTISTAS DE LA SELECCIÓN PRE-JUVENIL DE LA UNIDAD EDUCATIVA JORGE ÁLVAREZ DEL CANTÓN PILLARO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”**, desarrollado por el Sr. Santiago Javier Alulema Villacís, considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

Ambato, 10 de Octubre del 2018



.....  
**TUTOR**

Lic. Yury Rosales Ricardo, MSc.

CC: 1756840102

## **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación de la autora, quién basado en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la Investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.

EL presente trabajo de investigación sobre “LA DEFENSA INDIVIDUAL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DEL BALONCESTO EN DEPORTISTAS DE LA SELECCIÓN PRE-JUVENIL DE LA UNIDAD EDUCATIVA JORGE ÁLVAREZ DEL CANTÓN PILLARO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, como las ideas, opciones y planteamientos estructurales en el presente trabajo de investigación son de exclusiva responsabilidad de mi persona como autor de este trabajo de pregrado.



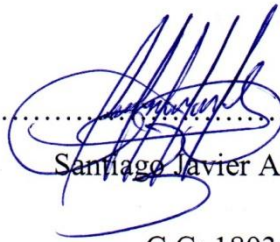
Santiago Javier Alulema Villacís

C.C: 180365829-1

**AUTOR**

## **SESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR**

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: “LA DEFENSA INDIVIDUAL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DEL BALONCESTO EN DEPORTISTAS DE LA SELECCIÓN PRE-JUVENIL DE LA UNIDAD EDUCATIVA JORGE ÁLVAREZ DEL CANTÓN PILLARO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.



.....  
Santiago Javier Alulema Villacís

C.C: 180365829-1

**AUTOR**

## **AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS**

### **HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN:**

La Comisión de estudio y calificación del Informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “LA DEFENSA INDIVIDUAL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DEL BALONCESTO EN DEPORTISTAS DE LA SELECCIÓN PRE-JUVENIL DE LA UNIDAD EDUCATIVA JORGE ÁLVAREZ DEL CANTÓN PILLARO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, presentado por el Sr. Santiago Javier Alulema Villacís de la Carrera de Cultura Física, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

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

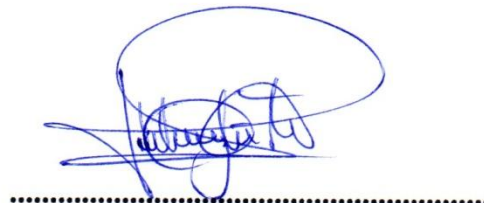
*LA COMISIÓN*

#### **LA COMISIÓN**



**Mg. Luis Alfredo Jiménez Ruiz**

**MIEMBRO**



**Mg. Washington Castro Acosta**

**MIEMBRO**

## **DEDICATORIA**

En forma de homenaje quiero dedicar mi trabajo de investigación a mis padres que son las personas más importantes de mi vida, y con sus sabios consejos hicieron un hombre de bien siempre inculcándome valores y el deseo de superación personal, y que han sido la fuente de mi inspiración y el deseo de triunfar en mis estudios para llegar a ser un hombre profesional, y servicial a la sociedad, en especial quiero dedicar este trabajo de investigación a mi hermano Geovanny quien con su ejemplo de lucha y superación me dio la fuerza necesaria para conseguir mi meta y seguir alcanzado los logros que me eh propuesto a mis hermanos y sobrinos, a toda mi familia, por su apoyo incondicional que estuvieron siempre pendientes de mi proceso educativo.

Santiago Alulema

## **AGRADECIMIENTO**

Como un reconocimiento especial a Dios por darme la salud y vida, Resalto mi agradecimiento al Magister Rubén Yáñez quien con su infinita humildad y gran apoyo me supo guiar y aconsejar para que no decaiga y termine con éxito el presente trabajo de investigación a la Universidad Técnica de Ambato, en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación porque me han brindado la oportunidad de superarme como profesional, a mis profesores por su paciencia, don de gente y sabiduría hicieron de mí un hombre capacitado y competente para solucionar los problemas de la vida, impulsándome en los momentos más difíciles para culminar con mi carrera, a mis compañeros que compartieron mis triunfos y fracasos, a mis padres que son mi pilar fundamental para llegar a alcanzar la meta muy anhelada.

Santiago Alulema

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

### A. PRELIMINARES

	<b>Pág.</b>
Portada	
Aprobación del tutor.....	ii
Autoría del trabajo de tesis.....	iii
Cesión de derechos de autor.....	iv
Aprobación del tribunal.....	v
Dedicatoria.....	vi
Agradecimiento.....	vii
Índice de contenidos.....	viii
Índice de gráficos.....	xi
Índice de cuadros.....	xii
Índice de tablas.....	xiii
Resumen Ejecutivo.....	xv
Summarize Ejecutivo.....	xvi

### B. INTRODUCCIÓN

1

### CAPÍTULO 1- EL PROBLEMA

#### CONTENIDOS

#### PÁG.

1.1 Tema.....	3
1.2 Planteamiento del Problema.....	3
1.2.1 Contextualización.....	3
1.2.2 Análisis Crítico.....	9
1.2.3 Prognosis.....	9
1.2.4 Formulación del Problema.....	10
1.2.5 Interrogantes.....	11
1.2.5 Delimitación de la investigación.....	11



1.3 Justificación.....	12
1.4 Objetivos.....	13
1.4.1 Objetivo General.....	13
1.4.2 Objetivos Específicos.....	13

## **CAPITULO 2 - MARCO TEÓRICO**

2.1 Antecedentes Investigativos.....	14
2.2 Fundamentación Filosófica.....	17
2.3 Fundamentación legal.....	19
2.4 Categorías fundamentales.....	23
2.5 Hipótesis.....	64
2.6 Señalamiento de Variables.....	64

## **CAPITULO 3- METODOLOGÍA**

3.1 Enfoque investigativo.....	65
3.2 Modalidades de la investigación.....	65
3.3 Niveles o tipos de la investigación.....	66
3.3.1 Exploratorio.....	66
3.3.2 Descriptivo.....	66
3.3.3 Correlacional.....	67
3.3.4 Explicativo.....	67
3.4 Población y muestra.....	67
3.5 Operacionalización de las Variables.....	68
3.6 Técnicas e Instrumentos.....	70
3.7 Recolección de información.....	70
3.8 Plan de recolección de la Información.....	71
3.9 Procesamiento de resultados.....	71

## **CAPITULO 4 - ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

4.1 Análisis e interpretación de resultados a los estudiantes deportistas.....	73
4.2 Análisis e interpretación de resultados a los docentes.....	83
4.3 Verificación de la Hipótesis.....	93
4.3.1 Combinación de Frecuencias.....	93
4.3.2. Planteamiento de la Hipótesis.....	93
4.3.3. Selección del Nivel de significación.....	93
4.3.5. Especificaciones del Estadístico.....	93
4.3.6. Especializaciones de la región de aceptación y rechazo.....	94
4.3.7. Recolección de datos de los cálculos de las estadísticas.....	95
4.3.8. Decisión Final.....	97

## **CAPÍTULO 5 - CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

5.1 Conclusiones.....	98
5.2 Recomendaciones.....	99

<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>100</b>
--------------------------	------------

## **PAPER CIENTÍFICO**

Tema.....	102
Resumen.....	102
Introducción.....	102
Materiales y métodos.....	110
Resultados.....	110
Discusión.....	112
Conclusiones.....	112
Recomendaciones.....	112
7. Bibliografía.....	113
8. Anexos.....	114

## **ÍNDICE DE GRÁFICOS**

Gráfico N° 1 Árbol de problema.....	8
Gráfico N°2 Categorías.....	23
Gráfico N°3 Constelación V.I.....	24
Gráfico N° 4 Constelación V.D.....	25
Gráfico N° 5: Situaciones en la defensa individual.....	44
Gráfico N° 6 Jugar baloncesto.....	73
Gráfico N° 7 Tus compañeros y entrenador.....	74
Gráfico N° 8 Motivado para jugar en la selección.....	75
Gráfico N° 9 Buena condición física para jugar.....	76
Gráfico N° 10 Defensa individual de tu equipo.....	77
Gráfico N° 11 Es importante pertenecer a la selección pre juvenil.....	78
Gráfico N° 12 Cuentas con un buen desarrollo físico.....	79
Gráfico N° 13 Tiene conocimientos sobre técnicas de juego.....	80
Gráfico N° 14 Tu rendimiento deportivo está en óptimas condiciones.....	81
Gráfico N° 15 El rendimiento deportivo es importante.....	82
Gráfico N° 16 Docente de cultura física.....	83
Gráfico N° 17 La defensa individual de la selección.....	84
Gráfico N° 18 Conoce todas las técnicas de defensa individual.....	85
Gráfico N° 19 Los estudiantes de la selección pre juvenil.....	86
Gráfico N° 20 Fortalecer con técnicas la defensa individual.....	87
Gráfico N° 21 El rendimiento deportivo de baloncesto.....	88
Gráfico N° 22 El rendimiento deportivo de baloncesto.....	89
Gráfico N° 23 Los estudiantes necesitan ser motivados.....	90
Gráfico N° 24 Demuestran un alto rendimiento deportivo.....	91
Gráfico N° 25 La selección pre juvenil de baloncesto.....	92
Gráfico N° 26 Ji Cuadrado.....	95
Gráfico N° 27 Resultados de los deportistas.....	111

## ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1 Iniciación deportiva.....	36
Cuadro N° 2 Habilidades motoras.....	58
Cuadro N° 3 Control muscular.....	61
Cuadro N° 4 Población y muestra.....	67
Cuadro N° 5 Operacionalización V.I.....	68
Cuadro N° 6 Operacionalización V.D.....	69
Cuadro N° 7 Plan de recolección de la información.....	71
Cuadro N° 8 Jugar baloncesto.....	73
Cuadro N° 9 Tus compañeros y entrenador.....	74
Cuadro N° 10 Motivado para jugar en la selección.....	75
Cuadro N° 11 Buena condición física para jugar.....	76
Cuadro N° 12 Defensa individual de tu equipo.....	77
Cuadro N° 13 Es importante pertenecer a la selección pre juvenil.....	78
Cuadro N° 14 Cuentas con un buen desarrollo físico.....	79
Cuadro N° 15 Tiene conocimientos sobre técnicas de juego.....	80
Cuadro N° 16 Tu rendimiento deportivo está en óptimas condiciones.....	81
Cuadro N° 17 El rendimiento deportivo es importante.....	82
Cuadro N° 18 Docente de cultura física.....	83
Cuadro N° 19 La defensa individual de la selección.....	84
Cuadro N° 20 Conoce todas las técnicas de defensa individual.....	85
Cuadro N° 21 Los estudiantes de la selección pre juvenil.....	86
Cuadro N° 22 Fortalecer con técnicas la defensa individual.....	87
Cuadro N° 23 El rendimiento deportivo de baloncesto.....	88
Cuadro N° 24 El rendimiento deportivo de baloncesto.....	89
Cuadro N° 25 Los estudiantes necesitan ser motivados.....	90
Cuadro N° 26 Demuestran un alto rendimiento deportivo.....	91
Cuadro N° 27 La selección pre juvenil de baloncesto.....	92
Cuadro N° 28 Población y Muestra.....	108
Cuadro N° 29 Métodos.....	109
Cuadro N° 30 Recursos Humanos.....	109
Cuadro N° 31 Recursos Ofimáticos.....	110

Cuadro N° 32 Recursos Financieros.....	110
--	-----

## **ÍNDICE DE TABLAS**

Tabla N° 1 Frecuencia observada a deportistas.....	95
Tabla N° 2 Frecuencia esperada a deportistas.....	96
Tabla N° 3 Ji cuadrado .....	96
Tabla N° 4 Resultados.....	110

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

**TEMA:** “LA DEFENSA INDIVIDUAL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DEL BALONCESTO EN DEPORTISTAS DE LA SELECCIÓN PRE-JUVENIL DE LA UNIDAD EDUCATIVA JORGE ÁLVAREZ DEL CANTÓN PILLARO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

**AUTOR:** Santiago Javier Alulema Villacís

**TUTOR :** Lic. Yury Rosales Ricardo, MSc.

**RESUMEN EJECUTIVO**

Uno de los problemas que se visualiza durante la realización de un partido de baloncesto es la inadecuada ejecución de la defensa individual, al momento de evitar el avance de jugador contrario al aro, para ello esta investigación pretende cumplir los objetivos planteados en este caso. Analizar los beneficios del rendimiento deportivo en la defensa individual de los deportistas de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez. Identificar el manejo Triangle & 2 de la defensa individual de los deportistas de la selección pre-juvenil. Establecer la correlación entre la defensa individual y el rendimiento deportivo del baloncesto en los deportistas de la selección pre-juvenil de la institución educativa, además contaremos con la fundamentación teórica sobre el tema, con la ayuda de una metodología de la investigación en este caso los enfoques metodológicos, el cualitativo y el cuantitativo, en el primer caso se basa a las fundamentaciones científicas que corresponde a los conceptos emitidos sobre las variables de estudio, con el apoyo de personas que sustentan el contenido científico, el enfoque cuantitativo se basa a datos números estadísticas, gráficos que se obtienen mediante la aplicación de técnicas participativas, en este caso las encuestas, las modalidades básicas de la investigación de campo produciéndose en el lugar de los hechos, y la bibliográfica con el sustento de las fuentes primarias y secundarias y secundarias, fortalecidas con los niveles descriptivo, exploratorio, explicativo donde encontraremos datos que potencialicen la calidad del trabajo. En conclusión se puede determinar que para que se produzca una adecuada defensa individual, es indispensable generar un adecuado rendimiento deportivo, que posibilite el triunfo del equipo recurriendo a mejorar las condiciones físicas de los jugadores a la hora de poner en prácticas las jugadas, las estrategias la parte técnica y reglamentaria al momento de ejecutar la defensa individual.

**Descriptor:** Defensa individual, rendimiento deportivo, baloncesto, jugadores, disciplina, estrategias, investigación, equipo, jugadas, aro.

**TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO**  
**FACULTY OF HUMAN SCIENCES AND EDUCATION**

**CAREER OF: PHYSICAL CULTURE  
MODALITY: SEMIPRESENCIAL**

**THEME:** "THE INDIVIDUAL DEFENSE IN THE SPORTS PERFORMANCE OF THE BASKETBALL IN ATHLETES OF THE PRE-YOUTH SELECTION OF THE EDUCATIONAL UNIT JORGE ÁLVAREZ DEL CANTÓN PILLARO PROVINCE OF TUNGURAHUA"

**AUTOR:** Santiago Javier Alulema Villacis

**TUTOR:** Lic. Yury Rosales Ricardo, MSc.

**EXECUTIVE SUMMARY**

One of the problems that is displayed during the realization of a basketball game is the inadequate execution of the individual defense, at the moment of avoiding the advance of the player against the basket, for this purpose, this research aims to fulfill the objectives set forth in this case. Analyze the benefits of sports performance in the individual defense of the athletes of the pre-juvenile team of the Jorge Álvarez Educational Unit. Identify the Triangle & 2 handling of the individual defense of the athletes of the pre-juvenile team. Establish the correlation between the individual defense and the sports performance of basketball in the athletes of the pre-juvenile selection of the educational institution, in addition we will have the theoretical foundation on the subject, with the help of a methodology of the investigation in this case the methodological approaches, the qualitative and quantitative, in the first case is based on the scientific foundations that corresponds to the concepts issued on the study variables, with the support of people who support the scientific content, the quantitative approach is based on data numbers statistics, graphs obtained through the application of participatory techniques, in this case the surveys, the basic modalities of field research taking place in the place of events, and the bibliography with the support of primary and secondary sources and secondary's, strengthened with descriptive, exploratory, explanatory levels We will find data that potentiate the quality of work. In conclusion it can be determined that in order for an adequate individual defense to take place, it is essential to generate an adequate sports performance, which makes it possible for the team to win by resorting to improving the physical conditions of the players when putting plays into practice, strategies the technical and regulatory part when executing the individual defense.

**Descriptors:** Individual defense, sports performance, basketball, players, discipline, strategies, research, team, plays, hoop.

## INTRODUCCIÓN

Este trabajo de investigación consta de VI capítulos, que están estructurados de la siguiente manera:

**EL CAPÍTULO 1. El problema,** inicia con el planteamiento del problema, la contextualización macro, meso, y micro para en base a esto enunciar en forma clara y precisa el problema, tomando como punto de partida, las interrogantes, que nos ayudan a interpretar por qué y para que desarrollamos la investigación y el tipo de beneficios que se obtendrá con esta tesis. Se concluye este capítulo con el planteamiento de los objetivos generales y específicos.

**EL CAPÍTULO 2. Marco teórico,** se enfoca en el marco teórico en relación con nuestro problema investigativo, para ello hemos considerado abordar contenidos básicos sobre la defensa individual en el rendimiento deportivo del baloncesto en deportistas de la selección pre-juvenil. Concluyendo con el planteamiento de la hipótesis y señalamiento de variables.

**EL CAPÍTULO 3. Metodología,** explica claramente el modelo y el proceso metodológico en la relación del trabajo, el grupo seleccionado, las características y metodologías para la selección de la muestra además se hace una descripción de los instrumentos aplicados para la recolección de datos a los pasos sugeridos para la ejecución del trabajo.

**EL CAPÍTULO 4. Análisis e interpretación de resultados,** muestra el contenido sobre el análisis, interpretación de resultados y verificación de la hipótesis, contiene gráficos y los resultados obtenidos durante la realización de la investigación.

**EL CAPÍTULO 5. Conclusiones y recomendaciones,** aquí se plantea las conclusiones y recomendaciones a las que ha llegado el tema de investigación,



anhelando el mejoramiento de la calidad de la educación en el plantel educativo que se realizó la misma.

**EL PAPER CIENTÍFICO.-** En este punto se busca una alternativa de solución al problema encontrado y es la razón de la investigación donde se plantea una propuesta que abarca los aspectos indicados, la cual estamos seguros no será el primero ni el último trabajo en este campo; considerando como un aporte para que las instituciones educativas tengan una herramienta de trabajo que servirá como guía en el problema planteado.

# CAPÍTULO I

## EL PROBLEMA

### 1.1 Tema:

“LA DEFENSA INDIVIDUAL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DEL BALONCESTO EN DEPORTISTAS DE LA SELECCIÓN PRE-JUVENIL DE LA UNIDAD EDUCATIVA JORGE ÁLVAREZ DEL CANTÓN PILLARO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

### 1.2 Planteamiento del Problema

#### 1.2.1 Contextualización

A nivel de **Sudamérica** la defensa individual junto al rendimiento deportivo ha sido un trabajo muy duro para los entrenadores los cuales han investigado la forma técnica y técnica para ser puesta en práctica en cada deportista, luego de un largo periodo de entrenamiento y de juegos de preparación se ha obtenido muy pocos resultados.

Por lo que todavía no se ha logrado evitar la penetración del jugador con balón y sin balón a la zona de tiro lo cual no ha garantizado una intensa presión en el lado fuerte, trazando una línea imaginaria aro-aro, en la que se encuentra el jugador atacante con el balón, con el propósito de tapar las líneas de pase del jugador-balón al resto de jugadores, de esta manera se forzaría a que el jugador presionado pierda el balón, evitando que el equipo contrario juegue dentro de la zona, es por esto que los equipos de nivel medio tienen mejor tiro en la zona, hay que evitar canastas fáciles desde el interior de la zona, realizando una defensa individual garantizando la máxima movilidad en el lado débil (mitad del campo donde no se encuentra el balón) para llegar a las ayudas cuando los jugadores superan la defensa del lado fuerte.

James Naismith, un profesor canadiense de educación física, inventó el baloncesto en 1891 en la YMCA de Springfield, Massachusetts, Estados Unidos entre otras ciudades. Esta disciplina deportiva ganó rápidamente popularidad y se expandió por las universidades y colegios norteamericanos a principios del siglo XX en la actualidad tienen gran acogida el baloncesto.

Aparece por primera vez en los campeonatos realizados por la Federación Internacional de Baloncesto (FIBA) surgió en 1932, para luego el deporte debutó en los Juegos Olímpicos de verano en 1936 recibiendo con satisfacción. En 1946 se fundó la principal liga profesional de los Estados Unidos, la Nacional Basquetbol Asociación (NBA), siendo el certamen de baloncesto más reconocido donde se formaron grandes jugadores que contribuyeron a la creciente popularidad del baloncesto. Entre los principales jugadores que se han destacado en los distintos campeonatos son Bill Russell en los años 1960 y, posteriormente, Moses Malone, Larry Bird, y Michael Jordán, este último considerado por muchos como el mejor jugador de la historia.

Siendo necesario para defender atributos mentales tales como la actitud, predisposición teniendo muy en cuenta la capacidad de trabajo en equipo, complementándose con los atributos físicos los cuales están marcados por el posicionamiento en la cancha y la posición corporal.

En el **Ecuador**, a pesar de que con el paso del tiempo la investigación en los deportes de equipo fue pasando del laboratorio a la cancha, realizando estudios más contextualizados en el entorno competitivo y, a su vez, fue evolucionando del estudio del jugador al análisis de aspectos más relacionados con el rendimiento deportivo; obteniendo resultados cada vez más específicos y que permiten conocer mejor los factores de los que depende el rendimiento en los deportes de equipo, siendo así que para nuestro país la gran problemática del baloncesto se centra en la defensa individual de los deportistas ya que este aspecto no es muy tomado en cuenta por los entrenadores y monitores que están a cargo de un equipo, tenemos

un descuido en esta disciplina, ya que al tener jóvenes preparados con fundamentos técnicos para su desarrollo.

Vemos el respaldo a deportes conocidos y practicados como es el fútbol, pero el baloncesto no cuenta con un adecuado rendimiento deportivo que incremente su desempeño físico y por ende un mejor manejo de dichos fundamentos para una defensa individual óptima y superar algunos desfases que mantienen a esta disciplina en lugares intermedios, su práctica es insuficiente al no tener entrenadores profesionales y capacitados en esta disciplina deportiva quedando relegados de participar en torneos internacionales.

El Ministro de Deportes Francisco Cevallos en el año 2016 indica que hace falta mejorar ciertas disciplinas deportivas, mejorando la infraestructura deportiva, para que los jugadores potencialicen su trabajo de manera eficiente, esto se deduce porque en los distintos campeonatos dentro y fuera del país no se ha obtenido buenos resultados, esto es un indicador que se requiere buscar las estrategias adecuadas para superar y elevar la calidad deportiva del baloncesto.

Para Domínguez, J (2011) manifiesta que:

El baloncesto requiere de campeonatos a niveles provinciales, cantonales e institucionales, para garantizar el desarrollo físico de los deportistas, que buscan lugares para superar la parte técnica, siendo indispensable contar con profesionales que posibiliten las reglas, las jugadas y ciertas acciones que solamente la experiencia aporta en los jugadores, para ello es indispensable fomentar los campeonatos de manera acorde (p.56).

Hace falta trabajar la disciplina del baloncesto porque en las distintas Olimpiadas afuera del país, no se ha logrado estar en los primeros sitios, como una disciplina de élite, donde los jugadores y equipos que representan al Ecuador consigan buenos resultados, donde se pueda determinar que si existe una preparación acorde a las aspiraciones de los jugadores, de manera significativa, todas estas

falencias puede darse porque no existe la infraestructura adecuada para fomentar el interés de los jóvenes para practicar este deporte.

**En la provincia de Tungurahua,** no ha sido la excepción de padecer en los deportistas un total fracaso en el rendimiento deportivo llevado de la mano de una inadecuada defensa individual como colectiva en el Baloncesto para lo cual no se ha podido tomar correctivos al respecto, esto nos ha dado como resultado la no convocatoria a la selección del Ecuador a deportistas de nuestra provincia, ya que el rendimiento deportivo juega un papel muy importante, junto con la defensa individual.

Vemos que en la provincia no encontramos las escuelas de formación que presentan otras disciplinas, lo que no ayuda a los jóvenes que les gusta practicar este deporte, es importante que las Federaciones Deportivas, traten de buscar los mecanismos necesarios para fortalecer de alguna forma esta disciplina que requiere de lugares y profesionales para enseñar las reglas, lo que contribuirá en la parte técnica de los jugadores.

Se puede deducir que hace falta más lugares para jugar el baloncesto en la provincia, según la investigación, solamente encontramos en las instituciones educativas, pero en los barrios no encontramos, lo que no aporta para mejorar el rendimiento deportivo de los jóvenes que les gusta esta disciplina que tienen bastante discípulos que practican de manera adecuada.

Es necesario fomentar campeonatos de baloncesto entre las instituciones educativas, en los barrios para superar este deporte lo que posibilitará superar la calidad deportiva, la parte técnica, las reglas y las jugadas que se requiere trabajar para superar el rendimiento deportivo de manera eficiente.

En la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” ha sido considerada como una institución piloto para la aplicación de este proyecto de investigación y lograr el objetivo y metas propuestos, donde el deportista desarrolle sus habilidades

físicas y psíquicas logrando un rendimiento deportivo de alto nivel y sobre todo corrigiendo los errores que existe en la defensa individual , ya que para los deportistas resulta el baloncesto ser un deporte libre y espontáneo, donde el entrenador debe utilizar una metodología de cómo enseñar a sus deportistas de tal manera que ellos asimilen de una mejor manera, teniendo como finalidad que los deportistas de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” sean pioneros en un alto rendimiento deportivo y conseguir el campeonato intercolegial de baloncesto.

### Árbol de Problemas

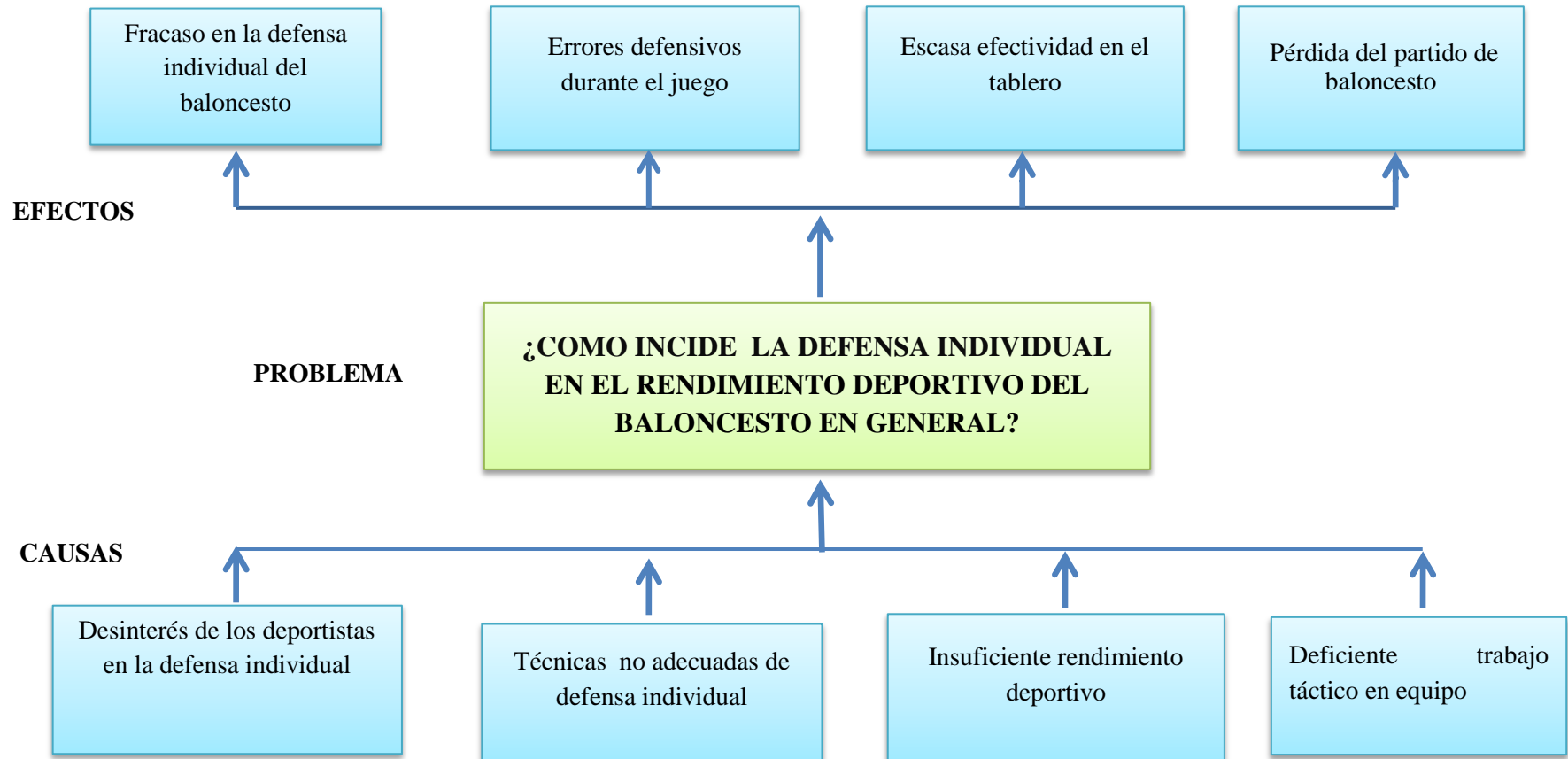


Gráfico Nº 1: Árbol de problema  
Elaborado por: Alulema S. (2018)

### **1.2.2. Análisis crítico**

El desinterés de los deportista en la defensa individual es lo que lleva a problemas en relación a la organización de los jugadores en un partido de baloncesto, ya que la defensa desempeña un papel fundamental para alcanzar el triunfo porque de ellos depende que el equipo se vea fortalecido por su buen físico, demostrando ser una defensa agresiva e inteligente y sus jugadores pueden jugar todo el tiempo y su entrenador debe hablar claro con sus alumnos dando a conocer la importancia de los méritos de la defensa.

Técnicas no adecuadas de defensa individual, como es conocimiento de todos los entrenadores o docentes de cultura física, antes de realizar cualquier actividad primero se debe preparar técnicas defensivas para enfrentarse con seguridad a al grupo oponente, contando con una organización adecuada y coordinada del equipo el mismo que se verá reforzado con deportistas de un alto nivel defensivo el mismo que no permitirá y cuidará que el equipo contrario realice canastas.

Insuficiente rendimiento deportivo es un problema que aqueja a muchos deportistas en la actualidad, esto puede presentarse por varios factores: puede ser por una mala alimentación, malas noches, cansancio, exceso de tareas, falta de práctica de deportes, etc., este inconveniente puede afectar al momento de que los jugadores estén frente a un partido y por causa de este se vea reflejado en los resultados donde los participantes no estén predispuestos con todo su potencial para hacer frente al compromiso.

Deficiente trabajo táctico en equipo se puede presentar por falta de motivación al momento de entrenar o por el desconocimiento de técnicas de defensa, por eso la persona encargada de entrenar el equipo debe primero elevar el autoestima, despertar el interés por prepararse físicamente y dar a conocer las técnicas que aporten a la defensa frente a un partido de baloncesto con una actitud de defensa agresiva y para conseguir esto el jugador debe ser leal, aplicado e incansable con mucha energía para impedir que avance el equipo ofensivo.

### **1.2.3 Prognosis**

El fracaso en la defensa individual del baloncesto es lo que ha futuro se debe evitar mediante una exhaustiva preparación física y técnica donde el jugador ponga de



manifiesto todo su potencial, especialmente la defensa individual que juega un papel importante para alcanzar el triunfo en la competencia, para eso el jugador debe ser constante e inteligente con una defensa agresiva donde si pierde el balón este tiene que recuperarlo inmediatamente sin faltar al reglamento para evitar la penetración ofensiva al área de juego.

Errores defensivo durante el juego es lo que se debe evitar mediante la utilización de tácticas de juego adecuadas, porque si los jugadores se ponen a jugar sin estas técnicas no están debidamente preparados y jugarán por dondequiera sin seguir un patrón por lo que se presentarán muchas dificultades como agotamiento rápido durante el partido, molestias como baja autoestima y un desgano sin brindar todo su potencial físico durante el juego produciéndose bajas en el equipo incluso el fracaso y la pérdida del partido de baloncesto.

Escasa efectividad en el tablero es lo que se quiere evitar a futuro para ello el entrenador debe despertar el gusto e interés por jugar, dar a conocer las funciones de cada uno de los jugadores y sus posiciones, donde el jugador debe estar en constante movimiento corriendo y cambiando de dirección para evitar que la parte ofensiva convierta una canasta, es por eso que la condición física es lo más importante para brindar una buena defensa con una correcta técnica.

Pérdida del partido de baloncesto, esto se da por la poca preparación física no están en condiciones para brindar todo su potencial durante un partido de baloncesto porque depende de una buena preparación física para ganar un campeonato, para ello el entrenador debe conseguir que todos los jugadores estén al 110 % en defensa, pero esto se logrará con una adecuada preparación y entrenamiento permanente, es decir que el defensa no descansa debe recuperar los balones perdidos demostrando la calidad del equipo.

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

¿Cómo incide la defensa individual en el rendimiento deportivo del baloncesto en deportistas de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez del cantón Píllaro, provincia de Tungurahua?

### **1.2.5 Preguntas Directrices**

1. ¿Cómo está la defensa individual de los deportistas de baloncesto en de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez?
2. ¿Cuál es el rendimiento deportivo del baloncesto de los deportistas de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez?
3. ¿Cuál es la correlación entre la defensa individual y el rendimiento deportivo del baloncesto en deportistas de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez?

### **1.2.6 Delimitación del Objeto de Investigación**

#### **1.2.6.1 Delimitación del contenido**

**CAMPO:** Educativo

**ÁREA :** Deportiva

**ASPECTO:** Defensa individual de los deportistas  
Rendimiento deportivo

#### **1.2.6.2 Delimitación Espacial**

La investigación se realizará en la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” del cantón Píllaro, provincia de Tungurahua.

#### **1.2.6.3 Delimitación Temporal**

El trabajo de investigación se realizó durante el año lectivo 2017- 2018 con la finalidad de aplicar el proyecto educativo desarrollado.

#### **Unidad de Observación**

Autoridades

Docentes

Estudiantes.

### 1.3 Justificación

El **interés** es fomentar el interés por el baloncesto ya que los estudiantes necesitan ser motivados para decidirse a escoger este tipo de deporte que además será una alternativa para que los jóvenes lleven una vida sana ya que es un deporte que demanda de mucha disciplina y entrenamiento por eso se requiere que los estudiantes que participan en el grupo de la selección pre-juvenil presenten buenas condiciones físicas con la ayuda de la práctica permanente.

La **utilidad** de este trabajo investigativo se observará cuando la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” cuente con este proyecto para ponerlo en práctica con los deportistas de la pre-juvenil, para fortalecer sus habilidades utilizando técnicas que aporten en la potencialización del equipo, especialmente en la defensa individual que son los encargados de recuperar los balones perdidos y evitar que entren a la canasta los lanzamientos ofensivos.

Es **importante** fomentar el rendimiento deportivo en el baloncesto ya que se puede notar que a través de esta actividad táctica, los deportistas pueden desarrollarse de mejor manera en la cancha, y el rendimiento deportivo se verá favorecido con la defensa individual bien preparada que demuestre seguridad y los transmita a todos sus compañeros.

Este proyecto es **factible** realizarlo ya que cuento con el apoyo e información necesaria así como el acceso por parte de las autoridades, docentes, padres de familia y estudiantes de la institución para realizar mi investigación en el lugar de los hechos utilizando los recursos adecuados tales como canchas en perfecto estado y sobre todo la implementación deportiva necesaria y optima que serán de múltiple uso para el rendimiento deportivo y defensa individual del baloncesto.

Los **beneficiarios** directos de la presente investigación serán los deportistas de la selección pre-juvenil de baloncesto de la Unidad Educativa “JORGE ÁLVAREZ” del Cantón PILLARO, realizando un trabajo específico técnico táctico e investigativo de la defensa individual y el rendimiento deportivo quienes serán las personas que representen en todos los campeonatos a la institución educativa.

La presente propuesta será de gran **impacto** por su novedad e innovación, para todas las personas involucradas en el baloncesto de la selección pre-juvenil al ver que este proyecto tiene por objeto mejorar el rendimiento deportivo en el equipo de baloncesto de los estudiantes de la unidad educativa “JORGE ÁLVAREZ”.

## **1.4 OBJETIVOS**

### **1.4.1 Objetivo General**

Determinar la relación de la defensa individual en el rendimiento deportivo del baloncesto con los deportistas de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez del cantón Píllaro, provincia de Tungurahua.

### **1.4.2 Objetivos Específicos**

Analizar los beneficios del rendimiento deportivo en la defensa individual de los deportistas de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez.

Identificar el manejo Triangle & 2 de la defensa individual de los deportistas de la selección pre-juvenil de la unidad educativa Jorge Álvarez.

Establecer la correlación entre la defensa individual y el rendimiento deportivo del baloncesto en los deportistas de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1 Antecedentes Investigativos

Para desarrollar este proyecto educativo es necesario acudir a la biblioteca de la Universidad Técnica de Ambato para verificar si existen otros trabajos que sean similares o parecidos que servirán como una guía para basar bibliográficamente este trabajo el mismo que aportará al desarrollo de la defensa individual en el rendimiento deportivo del baloncesto de los estudiantes de la selección juvenil de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez”.

Al revisar el repositorio de la universidad se puede observar que si existen trabajos parecidos pero no con las mismas variables, es decir trabajos que no contienen las mismas variables de este proyecto investigativo, llegando a la conclusión de que si existen trabajos relacionados con este tema y son los siguientes:

De los temas de investigación que se han destacado son los siguientes:

LA CULTURA DEPORTIVA Y EL RENDIMIENTO FÍSICO DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA “JUAN BENIGNO VELA” DE LA CIUDAD DE AMBATO. PROVINCIA DE TUNGURAHUA del autor Medina Ramírez, Edgar Marcelo y López Mayorga, Jorge Humberto.

Concluyen que la falta de capacitación de los docentes en la unidad educativa Juan Benigno Vela” de la ciudad de Ambato, Provincia de Tungurahua, no es la adecuada, porque sus clases son monótonas y poco interesantes y no permiten el gusto por las actividades deportivas, al mismo tiempo no poseen los métodos y técnicas apropiadas para poder desarrollar esta asignatura, ocasionando en los estudiantes la baja eficiencia del rendimiento físico y en sus habilidades y

destrezas durante sus actividades y que los docentes de la Unidad Educativa “Juan Benigno Vela”, desconocen de planificación a su vez las autoridades del plantel no realizan evaluaciones y controles permanentes a los docentes, la misma que ha provocado un bajo rendimiento físico y la pérdida del gusto por el deporte en general.

LA COORDINACIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LOS FUNDAMENTOS DE BALONCESTO EN LOS ESTUDIANTES DEL SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO DEL COLEGIO NACIONAL EXPERIMENTAL “SALCEDO” DE LA CIUDAD DE SALCEDO del autor Tenorio Quishpe Cristian Eduardo.

Concluye que las capacidades coordinativas son indispensables para practicar este deporte ya que tendrán un mejor acoplamiento de movimientos que se evidenciara en el momento del juego y mediante los gestos técnicos los estudiantes se sentirán más seguros y tendrán un mejor rendimiento y que los estudiantes mejoraron la técnica y la habilidad al momento de practicar baloncesto ya que demostraron un mejor dominio de balón al momento de la práctica, comprobando que la práctica del baloncesto ayuda a fomentar el compañerismo y esto hizo que la práctica se realice en un ambiente agradable y mediante el trabajo en equipo se lograron mejores resultados.

LA TECNICA DEL PASE EN EL BALONCESTO Y SU INCIDENCIA EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO DEL INSTITUTO CAMILO GALLEGOS DE LA PARROQUIA SHELL DEL CANTON MERA de la autora Garzón Cárdena., Esther Ofelia.

Concluye que con la información recolectada se determinó que la mayoría de estudiantes están conscientes que es importante conocer el funcionamiento técnico y sus beneficios de los diferentes pases que existen dentro del baloncesto y se observó que los estudiantes se ven afectados en sus calificaciones porque cuando

están en la práctica del baloncesto no desarrollan bien los fundamentos enseñados porque los profesores del área de cultura física no ponen de parte para mejorar la coordinación de los estudiantes solo cumplen el programa establecido.

EL RENDIMIENTO FÍSICO EN EL DESEMPEÑO ARBITRAL DE LA ASOCIACIÓN NACIONAL DE ÁRBITROS DE BALONCESTO DEL ECUADOR de las autoras Viteri Toro María Fernanda y Pazmiño Celi Rita Ximena.

Concluyen que para mejorar el rendimiento físico los árbitros de la asociación nacional de árbitros de baloncesto del Ecuador realizan ejercicios aeróbicos y anaeróbicos. El ejercicio aeróbico que más utilizan los árbitros es el trote, este ejercicio favorece el desarrollo del sistema cardiovascular y la capacidad del sistema circulatorio lo cual genera en el árbitro un beneficio a corto plazo que promueve un mejor rendimiento en su actividad profesional, por otro lado, el ejercicio anaeróbico más utilizado por los árbitros es la velocidad, la cual les permite desplazarse de un lugar de la cancha hacia el otro en la menor cantidad de tiempo para tomar la decisión correcta , lo que es de gran importancia para la dirección del juego.

Según (Daiuto, 1974, p.160), manifiesta con respecto a los tipos de defensa existen muchas clasificaciones, la base común de todas ellas se podría resumir de la siguiente manera: hay dos sistemas básicos de defensa, individual y defensa por zona; hay otros sistemas defensivos que son variaciones o adaptaciones de estos sistemas o combinaciones de elementos de uno y otro.

Para (Manzano, Lorenzo y Pacheco, 2005a; p. 664). La defensa individual se considera aquella en la que “se establecen relaciones directas de responsabilidad entre los diferentes defensores y los atacantes, siguiendo los primeros a los segundos” por cualquier parte del campo. En dicha investigación se hace énfasis en la responsabilidad existente de cada jugador al realizar la defensa individual durante un encuentro de baloncesto.

Es así, que autores como Sampaio (2001), consideran que “actualmente, la interpretación del rendimiento deportivo se sitúa al nivel del juego” (p.16), ya que se entiende que “la evaluación y el análisis de las prestaciones de los jugadores y de los equipos constituyen un aporte de información esencial para los entrenadores.

Manzano y Col (2005). La defensa en zona es en la que el defensor no tiene una responsabilidad directa sobre un atacante, sino sobre un espacio concreto del campo, que se va modificando en función de los movimientos de los atacantes.

## **2.2 Fundamentación filosófica**

Toda institución educativa tiene su propia fundamentación ideológica para construir los conocimientos de los estudiantes apoyándose en el modelo constructivista donde el docente simplemente es el guía y el alumno es el que construye sus aprendizajes desarrollando su capacidad de pensar, reflexionar, imaginar y crear, jugar, solucionar problemas, desarrollo de las capacidades motoras, motriz, tomando en cuenta el entorno natural del pensamiento de los individuos por lo que no demuestran la defensa individual en el baloncesto los estudiantes de la selección pre-juvenil de la unidad educativa “JORGE ÁLVAREZ” donde todos los involucrados como las autoridades, institución, deportistas y padres de familia participan activamente en las actividades deportivas, quienes necesitan ver fortalecido el equipo.

(Herrera, 2010) Expresa que:

Todo proyecto de investigación debe contener la fundamentación filosófica porque es el aspecto donde señala la ideología, visión y misión que quiere alcanzar con sus alumnos, es decir los procesos de los cuales los docentes se valdrán para que los estudiantes construyan sus propios conocimientos y desarrollen sus capacidades, habilidades y destrezas que favorezcan no solo en la parte cognitiva sino también la parte física para alcanzar un buen nivel de rendimiento en la defensa individual del equipo de la selección de baloncesto pre-juvenil de la institución educativa (pp. 65-68).



Para el desarrollo de este proyecto de investigación también se han tomado en cuenta los valores éticos y morales que el ser humano posee porque el individuo debe regirse a ciertas conductas para alcanzar un equilibrio social dentro de su entorno, tomando decisiones acertadas al momento de actuar y nos permitirá alcanzar determinados objetivos con actitud positiva relevante para actuar como sujetos comprometidos con las actividades encomendadas durante el transcurso de la vida.

Este punto hace referencia al ser humano que debe ser tomado como tal es mas no como un objeto, pensando en su educación a futuro para formar un ente servicial a la sociedad en este caso en el ámbito deportivo como es el de la selección pre-juvenil de baloncesto de la Institución Educativa “Jorge Álvarez” donde se necesita promover deportistas con vocación y entregados, para lo cual este proyecto en desarrollo será utilizado en bien del grupo y satisfacer todas las demandas y necesidades de los deportistas a las cuales va direccionada esta investigación para alcanzar los objetivos propuestos en el mismo.

Para todo tipo de aprendizajes se requiere de ciertos mecanismos que los docentes deben utilizar para llegar con los conocimientos ya sea cognitivos o deportivos a sus estudiantes, en este caso el entrenador de la selección de la pre-juvenil de baloncesto debe aplicar técnicas, procedimientos y métodos para mejorar el rendimiento deportivo del equipo, especialmente en la defensa individual que es la razón por la cual se ha desarrollado este proyecto de investigación con la finalidad de organizar una buena defensa en el grupo de baloncesto de la institución educativa.

### **2.3 Fundamentación legal**

La fundamentación legal se basa en la Constitución de la República del Ecuador del 2010, aprobada por la Asamblea Nacional, cuyo artículo es:

## **Sección sexta**

### **Cultura física y tiempo libre**

Art. 381.- El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad. (Constitución de la República del Ecuador, 2015)

## **LEY DE EDUCACIÓN**

Esta base legal tiene como fundamento la Nueva Ley de Educación y su Reglamento, elaborada por el honorable Congreso Nacional.

## **TÍTULO VII. RÉGIMEN DEL BUEN VIVIR**

### **CAPÍTULO I. INCLUSIÓN Y EQUIDAD**

#### **Sección primera Educación**

Art. 343.- El sistema nacional de educación tendrá como finalidad el desarrollo de capacidades y potencialidades individuales y colectivas de la población, que posibiliten el aprendizaje, y la generación y utilización de conocimientos, técnicas, saberes, artes y cultura. El sistema tendrá como centro al sujeto que aprende, y funcionará de manera flexible y dinámica, incluyente, eficaz y eficiente.

El sistema nacional de educación integrará una visión intercultural acorde con la diversidad geográfica, cultural y lingüística del país, y el respeto a los derechos de las comunidades, pueblos y nacionalidades.

Art. 344.- El sistema nacional de educación comprenderá las instituciones, programas, políticas, recursos y actores del proceso educativo, así como acciones en los niveles de educación inicial, básica y bachillerato, y estará articulado con el sistema de educación superior.

El Estado ejercerá la rectoría del sistema a través de la autoridad educativa nacional, que formulará la política nacional de educación; asimismo regulará y controlará las actividades relacionadas con la educación, así como el funcionamiento de las entidades del sistema.

**Art. 1.- Ámbito.-** La presente Ley, Garantiza el derecho humano a la educación regula los principios y fines generales que orientan la educación ecuatoriana, en el marco del Buen Vivir, la interculturalidad y la plurinacionalidad; y las relaciones entre sus actores. Desarrolla y profundiza los derechos, obligaciones y garantías constitucionales en el ámbito educativo y establece las regulaciones básicas para la estructura, los niveles y modalidades, modelo de gestión, el financiamiento y la participación de los actores del Sistema Nacional de educación. Se exceptúa del ámbito de esta ley la educación superior, que se rige por su propia Ley.

**Art. 2.- Principios.-** Son los fundamentos filosóficos, conceptuales y constitucionales que sustentan, definen y rigen las decisiones y actividades en el ámbito educativo. La actividad educativa se desarrolla atendiendo los siguientes principios generales:

**Art. 3.- Fines de la educación.-** Son fines de la educación:

Contribuir al desarrollo pleno de la personalidad de los estudiantes para alcanzar una convivencia social intercultural y plurinacional, democrática y solidaria; para que conozcan y ejerzan sus derechos y cumplan con sus obligaciones; y para que sean capaces de contribuir al desarrollo de una cultura de paz entre los pueblos y de no violencia entre las personas.

### **El Plan Decenal de Educación**

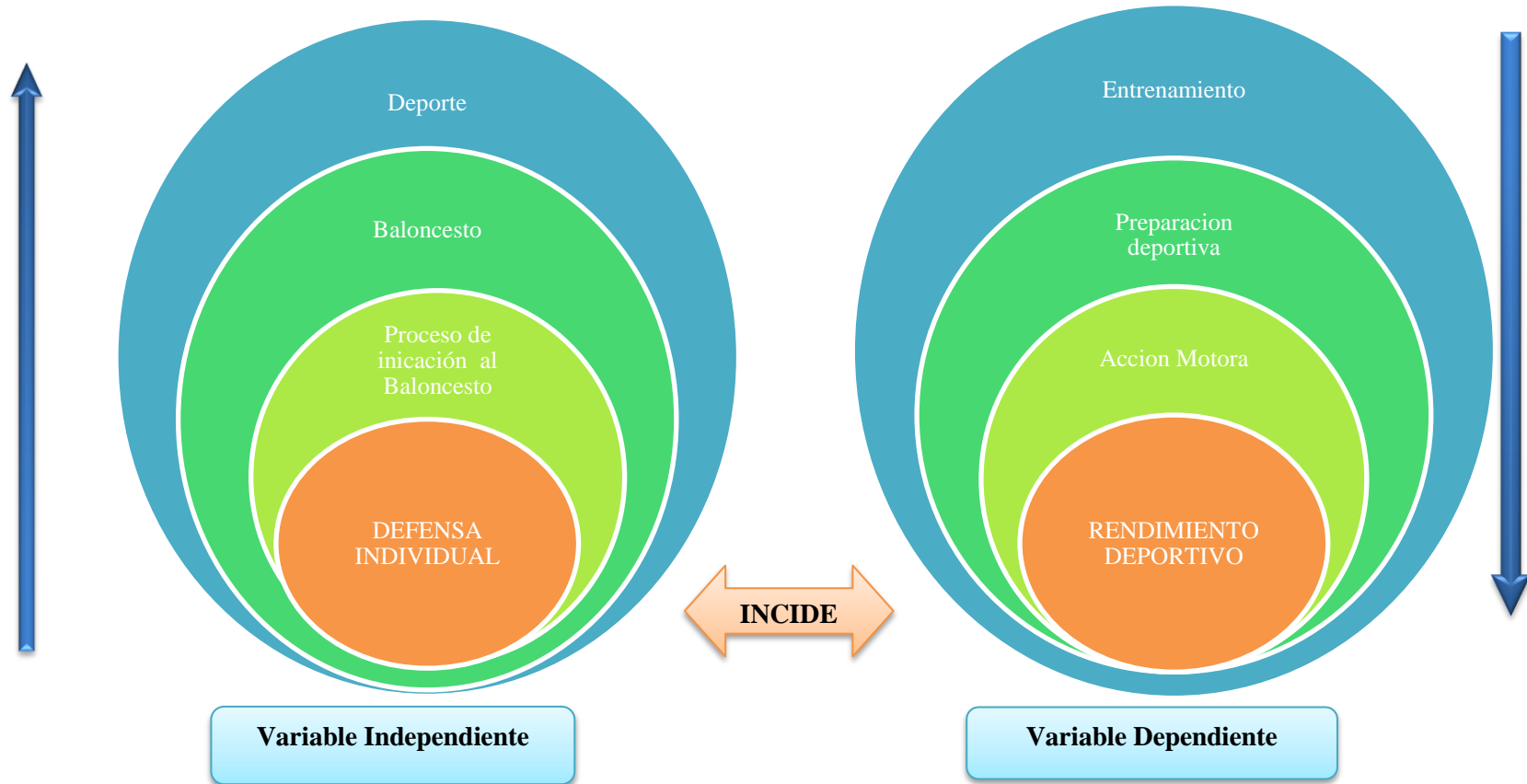
Política de Estado por mandato ciudadano del 26 de noviembre del 2006, es convertir la educación en el pilar fundamental del ser humano para la construcción de una sociedad equitativa, inclusiva, diversa solidaria e intercultural.

Los Principios rectores son:

1. Equidad, ofrecer igualdad efectiva de oportunidades educativas en todo el territorio y garantizar que los niños, niñas, jóvenes y adultos tengan acceso a una educación de calidad, reconociendo al Estado como pluricultural y multiétnico.
2. Calidad, referida a la capacidad que tiene la escuela, el colegio o la universidad de brindar sistemáticamente a sus estudiantes y egresados competencias para la acción.
3. Pertinencia, para que la formación que reciben los estudiantes responda a las necesidades del entorno social, natural y cultural, en los ámbitos local, nacional y mundial con el diseño y la ejecución de modelos pedagógicos y didácticos alternativos, que responda y se adapten a las circunstancias y características regionales de carácter ocupacional, climático y productivo.
4. Inclusión, para evitar discriminación en razón de la edad, sexo, etnia, color, origen social, idioma; religión, filiación política, orientación sexual; estado de salud, discapacidad o diferencia de cualquier otra índole.
5. Participación, que permita incorporar a toda la población ecuatoriana tanto en los procesos de desarrollo como, también, en las decisiones locales y nacionales.

6. Rendición de Cuentas, para generar una cultura de la evaluación y promover una activa participación ciudadana en torno a la calidad y equidad de la educación nacional.
7. Gratuita y Laica, para garantizar el acceso y eliminar las posibles barreras de exclusión.

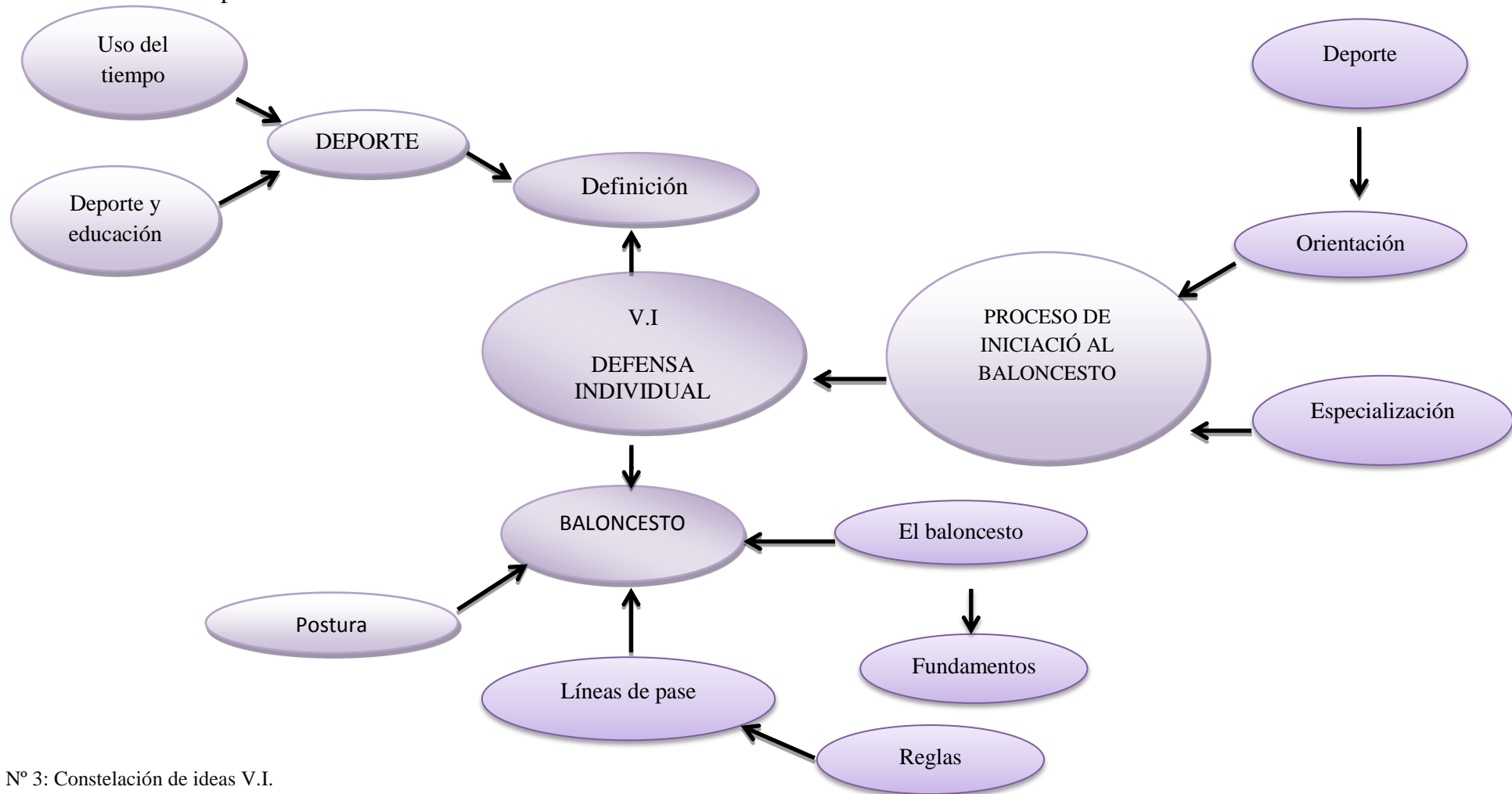
## 2.4 Categorías Fundamentales



**Gráfico N° 2:** Categorías Fundamentales  
**Elaborado por:** Alulema S. (2018)

### CONSTELACIÓN DE IDEAS PARA PROFUNDIZAR LA VARIABLE INDEPENDIENTE

MATRIZ Variable Independiente



**Gráfico N° 3:** Constelación de ideas V.I.  
**Elaborado por:** Alulema S. (2018)

# CONSTELACIÓN DE IDEAS PARA PROFUNDIZAR LA VARIABLE DEPENDIENTE

MATRIZ Variable Dependiente

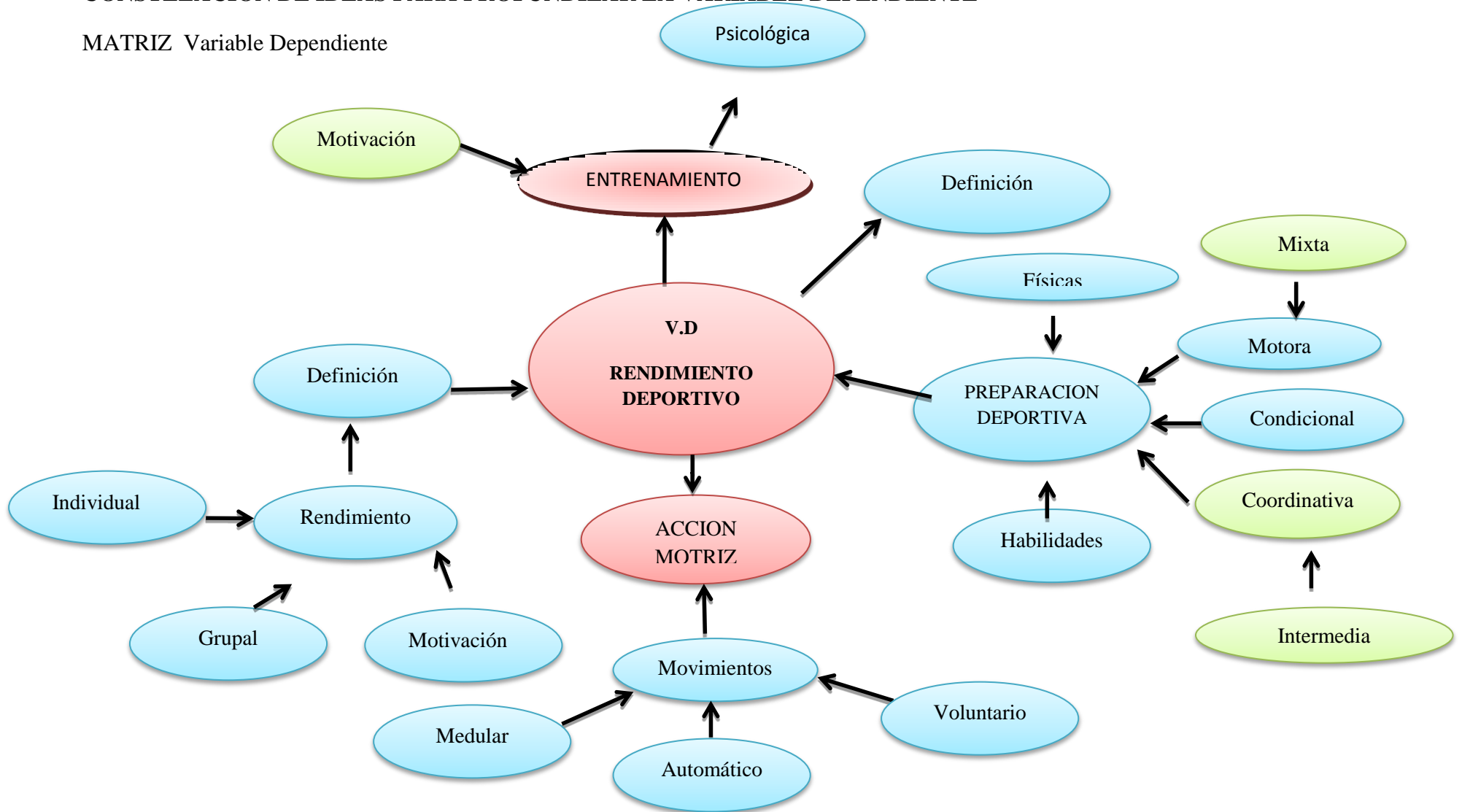


Gráfico Nº 4: Constelación de ideas V.D.  
Elaborado por: Alulema S. (2018)



## VARIABLE INDEPENDIENTE

### FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA

#### 2.4.1 DEFENSA INDIVIDUAL

**Definición.-** La defensa en el baloncesto, se realiza entre el hombre que ataca y busca el llegar al arco. Siendo necesario en ejecutar acciones físicas del cuerpo cómo flexionar ligeramente las rodillas y realizar desplazamientos laterales, de un lado al otro, para evitar la penetración del jugador contrario con el balón, intentando robar el balón o evitando una acción de pase, entonces ahí se visualiza las condiciones del jugador que aplica notablemente la defensa individual.

Dentro de un partido o juego de baloncesto la defensa individual juega un papel preponderante para evitar el traslado de la pelota por el rival, siendo necesario pensar en ganar el partido, para ello los jugadores que al momento del partido ejecutan la defensa deben poner en práctica este momento que requiere de mucha inteligencia, preparación ,estado físico siendo características que todo jugador debe contar durante el juego para evitar la derrota, siempre y cuando se piense el lograr el triunfo.

Durante el desarrollo del baloncesto es decir en el momento mismo del juego, la defensa individual termina siendo lo más importante de las acciones para alcanzar el triunfo siendo un indicador que requiere contar el equipo de baloncesto, es decir se necesita una defesa constante, la clave para lograr una victoria, además para determinar las jugadas que los jugadores tienen como estrategia para pensar en el triunfo al final del partido.

Para (Vázquez, 2013) manifiesta que:

La defensa individual es una acción muy técnica, como medio y estrategia que le permita al equipo alcanzar la victoria, por medio de

jugadas donde la inteligencia, la fuerza, la creatividad sumada al desarrollo físico del jugador puede lograr. (p. 67).

Es importante al momento de practicar las jugadas en el deporte del baloncesto, se requiere que se ponga más énfasis en la defensa individual, lo que permite asegurar al partido, cómo también es uno de los principales indicadores para lograr la victoria, entonces el equipo debe contar con una buena defensa para que sea el pilar para lograr la victoria que todo partido y equipo busca.

### **Desarrollo del juego y la defensa individual**

En el desarrollo de un partido de baloncesto, los jugadores deben mantener una línea defensiva, pero lo principal fomentar al jugador a realizar la defensa individual, entonces durante el encuentro del baloncesto, la defensa juega un papel de suma importancia cuando dentro de las metas es buscar alcanzar el triunfo en la competencia, uno de los indicadores presenta un carácter de un equipo, es una defensa constante e inteligente, creativa, fuerte. La defensa agresiva, tiene éxito por muchas razones, porque debe ser la que se impone ya que para lograrla, el jugador aplica constantemente la defensa.

Es necesario que un equipo tenga cuenta con una estrategia defensiva, agresiva, con desarrollo físico adecuado, siempre va estar peleando por la pelota, cómo también ejerciendo la defensa individual que le permite evitar las jugadas del equipo contrario, para lograr canalizar la victoria que todo equipo busca durante el partido, para ello es indispensable contar con un técnico que enseñe, jugadas, estrategias, acciones donde la defensa individual sea el pilar para alcanzar la victoria mediante el desarrollo de jugadas donde se visualice la defensa individual como estrategia de juego en un partido de baloncesto.

(Vázquez, 2013) Manifiesta:

Dentro de un equipo de baloncesto es importante contar con un técnico para que prepare las jugadas, las estrategias, sobre todo trabajar la defensa individual, aquel que permite contar con una buena

forma física, sumada a la creatividad para salir triunfante de un partido de baloncesto. (p. 63)

Es de suma prioridad que la defensa individual es un factor que aporta al desarrollo del equipo, porque sin defensa sin ninguna duda que el equipo pierde el encuentro de manera fácil y contundente se visualiza la derrota, para ello se recomienda que el técnico de un equipo de baloncesto trabaje sobre todo pensando en ganar el partido, lo que facilita a los jugadores pero siempre y cuando la defensa individual sea constante, fuerte, agresivo, por los jugadores para defender el triunfo.

### **Un defensa individual fuerte constante**

Tanto el entrenador como sus jugadores deben conocer sobre todo de la defensa individual, siempre y cuando las jugadas que potencialicen sea fuertes en defensa. El entrenador debe explicar claramente, mediante la práctica, poniendo en juego jugadas donde se observe como se debe poner en funcionalidad la defensa individual., entonces los méritos en jugadores se observa cuando aplican una adecuada defensa, deben formar una piña como un solo hombre.

Cada jugador debe ser aplicado al momento de ejercer la defensa individual, leal e incansable trabajador, que vele sobre todo por el equipo en busca del triunfo dentro de un campeonato o simplemente en un partido amistoso. Es por eso que el defensor agresivo debe tener cualidades únicas, desarrollo físico, gran resistencia, ser como un resorte tirante, pronto a dispararse después de un pase malogrado, estar de retorno en busca de la pelota, como también al momento de un balón robado, teniendo que poner en juego una jugada para interceptar a un hombre demarcado, estas acciones permite superar al contendor de manera inteligente.

(Portero, 2011) Indica que:

El jugador de baloncesto que realiza la defensa individual debe ser un hábil driblador, detener la jugada del contrario, aplicar jugadas de recuperación de balón, para ello la fuerza, el conocer las distintas estrategias sin faltar al reglamento todo lo que esté a su alcance para impedir la penetración ofensiva, lo que a la postre puede desequilibrar el partido y terminar con una victoria contraria. (pp. 56-57).

Entonces la defensa individual constituye el acto de evitar que el jugador contrario culmine con la jugada y debilite al equipo contrario sumando los puntos luego de encestar, es indiscutible que los jugadores que deben cumplir mediante la defensa individual que le permita al equipo evitar el triunfo del contrario, para ello se aplica una defensa dura, agresiva, con jugadas, inteligente donde demuestre su preparación, poniendo en juego las distintas estrategias que solamente durante el encuentro se puede lograr.

### **Sin defensa individual el contrario termina con la jugada al aro**

La defensa individual ejercida por un jugador lo que busca es evitar el tiro o intento de penetración a canasta por parte de su rival. Entonces durante un partido de baloncesto se requiere que los jugadores apliquen correctamente la defensa para evitar que los jugadores contrarios avancen de manera incontrolable., es importante que durante el partido se observe la preparación que deben poner en práctica la defensa que constituye la ganancia o la pérdida en el partido.

### **Diferentes tipos de defensa**

1.- **Defensa individual:** .- Es conocida también como defensa hombre a hombre, como también en el baloncesto se escucha la defensa de asignación; cada jugador defiende a un oponente en concreto del equipo rival, lo que amerita que no exista el avance del jugador contrario, durante las jugadas que si no hay una defensa organizada es más que seguro la pérdida del partido.

**2.- Principios de la defensa.-** Los principios fundamentales del baloncesto que son claramente identificados y que ameritan conocer con profundidad para aplicarlos sean como técnicos o cómo jugadores son:

**La defensa del equipo comienza con un ataque eficiente.-** Esta actividad o acción está dada para conseguir la principal meta de un ataque eficiente es conseguir buenos tiros al aro para encestar y lograr los puntos a favor. Completar el contraataque que vienen del equipo contrario, ahí se observa la destreza que presenta el jugador al realizar una férrea defensa individual.

### **Para desarrollar la mentalidad de la transición defensiva**

Dentro de un partido de baloncesto es importante tener unas cuantas reglas básicas, que aporte en el trabajo de los jugadores para la defensa de cada equipo para ello detallaremos a continuación.

1. Los hombres grandes van al rebote ofensivo.
2. Mientras que los 3 exteriores guardan el balance defensivo.
3. En caso de penetración de uno de los jugadores exteriores, el hombre grande que está más alejado de la canasta ayudará en el balance.
4. El hombre grande más cercano al reboteador del equipo contrario entorpece el pase de apertura entorpeciendo el avance del jugador y a continuación corre tan rápido como pueda a su área de defensa para evitar el tiro al aro.

### **Principios de la defensa**

El jugador exterior más cercano al driblador del equipo contrario busca avanzar con el balón en busca de llegar con facilidad al aro., encargado de llevar al contraataque en busca de encestar, para ello debe encontrar la forma de realizar la

subida del balón de manera rápida, evitando las defensas individuales del contrario todas estas acciones ayudan a librar de los tiros al aro y la suma de puntos.

Sus compañeros de equipo de baloncesto deben defender a los tiradores y estar preparados para trabajar las posibles penetraciones, lo que amerita realizar actividades tendientes a poner en funcionalidad la defensa individual, ayudando y recuperando, para evitar que los contrarios se adelanten y tiren al aro para encestar, lo que disminuiría las posibilidades de triunfar.

### **Uno contra uno sobre el balón**

El defensor del balón debe procurar no verse rebasado por el contrario siendo una situación donde se visualiza uno contra uno, debe intentar evitar las ayudas defensivas, lo que ayuda al equipo a permanecer la mayor parte de tiempo con el balón, los cambios y las posibles rotaciones. Esta estrategia si lo podemos llamar al momento de fomentar uno contra uno sobre el jugador sin balón, donde es evidente que se requiere la intervención para aplicar la defensa individual cuerpo a cuerpo de los participantes.

Sobre marcar agresivamente al jugador cercano al balón, bloqueando la línea de pase con cuerpo o mano. Dejar al jugador más alejado del balón, preparado para ver simultáneamente al balón y al jugador, para comenzar la rotación desde la línea de fondo. Defender el poste bajo en 3/4, impidiendo que reciba de forma sencilla rotando sobre él, en relación al balón.

Para (Sotomayor, 2010) manifiesta que:

Es importante reconocer las jugadas donde se necesita fomentar la defensa individual, siendo necesario contar el avance del contrario, para eso el jugador debe tener un quiebre de cintura lo que facilita las cosas para desplazarse a la izquierda y derecha, esta acción fortalece la calidad del juego de baloncesto que impide la penetración del contrario, la defensa individual ayuda notablemente como un indicador de triunfo. (pp. 34-35).

## **Defensa de los bloqueos**

Esta jugada es una estrategia que le permite al jugador hacer presión sobre el balón para entorpecer el pase e intentaremos detener el avance de manera adecuada, pasar por detrás del bloqueo (tercer hombre) estas jugadas son preparadas para poner en práctica la defensa individual para evitar el avance, cuando el bloqueo se realiza en el lado débil. Entonces es indiscutible que se requiere perseguir al atacante en todos los bloqueos que se realicen en el lado fuerte para fomentar una jugada eficiente.

Trabajar conjuntamente en el pick-and-roll, es indispensable que las jugadas donde intervengan la defensa individual se pongan en funcionalidad, empujando al atacante en el bloqueo y realizando un paso de salida fuerte. Nombres asignados a los jugadores según el rol defensivo que representen durante el partido de baloncesto lo que constituye un aporte para llegar al triunfo de manera eficiente.

## **Base o guardia**

Es importante organizar las jugadas para dirigir el juego a la ofensiva, esta es una acción con la finalidad de hacer llegar la pelota con facilidad para generar otro jugador que realice la jugada. Se denomina dentro del baloncesto cómo: Escolta o guardia-lanzador: Entonces tienen una responsabilidad grande para fomentar una jugada y sobre todo con el equipo de anotar desde el perímetro buscando alcanzar el aro contrario tratando de sumar puntos al equipo durante todo el tiempo de juego.

(Sotomayor, 2010) Afirma que:

Son las jugadas que son preparadas y que buscan detener al contrario para evitar que realice y tire al aro, siendo indispensable generar acciones que ayude a fomentar el juego de manera adecuada, denominado al jugador como base o guardia-lanzador que está buscando generar el ataque, entonces los jugadores ponen en

funcionalidad la defensa individual, para detener el avanza lo que incide en el triunfo o derrota de equipo. (p.67).

### **Alero o delantero**

Es el jugador sobresaliente, es la persona encargada de buscar conocido como anotador y defensor a la vez siendo el jugador que más defensa individual recibe, para evitar el avance que generar al atacar en busca del aro.

### **Ala-pivote**

Se destaca por su físico la agilidad para el rebote o defensa, son los jugadores más fuertes del equipo, que al mismo tiempo puede realizar jugadas al aprovechar los rebotes, cómo también generar la defensa individual.

### **Pivote o centro**

Es el jugador más importante del juego que es el encargado en tirar al arco ya que el equipo depende de él en ambos tableros para encestar, en la ofensiva tiene la responsabilidad de anotar es decir está en las manos el triunfo o fracaso del equipo, en esos momentos es cuando se observa los jugadores que deben ejercer al contrario la defensa individual lo que posibilita la victoria del equipo que busca.

### **Principios de la defensa individual**

Una de las habilidades de mayor importancia en el juego de baloncesto, lo constituye la defensa individual dentro de un equipo, con un alto criterio de defensa siendo importante reconocer el aporte dentro de juego y las acciones que tienen que poner en funcionalidad los jugadores durante la marcha de partido.

1. Permite garantizar el éxito total en el resultado del partido.



2. Cuando se habla de defensa es indispensable poner en práctica durante el juego.
3. Resulta algo vital, ya que se debe aprender en los entrenamientos las formas de aplicarlo.
4. Permite detener la jugada del jugador contrario.
5. Evita el adelanto del jugador o lanzar el balón al jugador para encestar.
6. Fomenta la participación del equipo, para defender del contrario.
7. Fortalece la interacción mediante situaciones que obliguen a una comunicación entre compañeros.
8. Corrige las situaciones negativas de las jugadas para una correcta resolución de la situación planteada por el técnico del equipo.

(Manosalva, 2013) Indica lo siguiente:

Es necesario transmitir a los jugadores, una comunicación sea reglada de una forma que consiga rentabilidad en las acciones defensivas generadas por el jugador, usando determinados gestos y expresiones que facilita la puesta en marcha de las distintas jugadas que el técnico indicó con anterioridad en las prácticas. Es importante mencionar que una buena comunicación evita problemas a la defensa individual y se los crea al ataque para buscar llegar al aro, permitiendo de esta forma llevar la iniciativa total sobre futuras estrategias defensivas que son tan importantes a la hora del partido. (p. 78)

**Entonces la Defensa en zonas.-** Cuando los jugadores que defienden no marcan uno a uno sino en distintas zonas previamente trabajadas mediante jugadas a sus oponentes de manera personal, lo que permite crear estrategias que le ayude al jugador a poner en funcionalidad la defensa individual, se denominan que marcan en zonas, previamente esperando a que lleguen los atacantes para aplicar la defensa en zonas. El equipo coloca 5 jugadores en cancha, las zonas posibles se nombran así 2-3; 3-2; 1-3-1; 3-1-1; 2-1-2; indicando la posición de los mismos para establecer las zonas que deben ocupar los jugadores.

## 2.4.2 PROCESO DE INICIACIÓN DEPORTIVA AL BALONCESTO

Definición.-Toda actividad requiere de procesos para lograr una meta tratada, esto también va dentro del campo deportivo en el Baloncesto, Según las características y los objetivos de la institución donde se busca fomentar en este caso la disciplina deportiva del baloncesto, trata de mejorar la coordinación deportiva, podemos encontrar un deporte orientado a la competición, donde se demuestre las capacidades de los jugadores (producto) cómo también un deporte orientado a la recreación (proceso) con sus respectivas características que se verán realizadas de manera eficiente.

**Orientado a la competición o al producto.-** Esta se centra más en aspectos que fortalecen en los estudiantes la parte técnico – tácticos para obtener resultados en competición como uno de los indicadores de triunfo. Centrados en el aprendizaje de un determinado deporte, todo juego busca crear y participar para una competencia deportiva.

**Orientado a la recreación o proceso.-** Esta direccionada al cumplimiento de ciertos parámetros y objetivos durante el proceso de iniciación al deporte. Centrado en el aprendizaje deportivo sin pensar solamente en ciertos parámetros al priorizar el rendimiento y el resultado. Más bien busca concientizar a los educandos para poner en práctica una recreación sana, permanente donde los únicos beneficiarios sean los jugadores.

Para (Manosalva, 2013) manifiesta que:

La recreación al inicio del deporte en los estudiantes puede comenzar a temprana edad, pretendiendo que los estudiantes conozcan y comprendan la lógica de un grupo de juegos para tratar de jugar estratégicamente, aplicando las técnicas, los procesos entre otras acciones que potencialicen las condiciones físicas con un rendimiento deportivo eficiente, buscando la transferencia en cuanto a las estrategias de unos deportes a otros para cumplir con las metas planteadas por los jugadores. (p. 89).

Estas vertientes están más direccionadas, orientada al ámbito educativo, para fomentar la práctica o la iniciación al deporte desde los primeros años e incluso en algunos casos se acerca a la recreación formativa de la persona para superar las falencias y debilidades visualizadas en los jugadores al momento de ponerlos en juego. Centrado en el aprendizaje de origen deportivo, practicando varios deportes de características comunes fortaleciendo el trabajo del jugador. Tomando en cuenta que el deporte es recreativo, cómo también el deporte es para todos.

### **La iniciación deportiva según la especificidad dentro del baloncesto**

Hay tres vertientes sobre la especialización o iniciación deportiva en este caso para despertar el mayor por la práctica de alguna disciplina deportiva, que permitirá a los estudiantes mejorar sus capacidades deportivas en busca de la superación personal al ejecutar algún tipo de recreación, para ello citaremos las más comunes.

<b>INICIACIÓN DEPORTIVA SEGÚN LA ESPECIFICIDAD</b>		
<b>BALONCESTO</b>		
1.-	Educación física genérica	Educación física previa desarrollando las capacidades psicomotrices para después escoger y tener una buena especialización en el deporte escogido.
2.-	Preparación mediante especialización deportiva al Baloncesto	in especialización precoz, trabajando varios deportes complementarios del deporte principal. Especialización precoz con solo la práctica de ese deporte.
3.-	La práctica polideportiva	Práctica de múltiples deportes haciendo hincapiés en algunos de sus aspectos.

**Cuadro N° 1** Iniciación deportiva

**Fuente:** Investigador

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

## **La iniciación deportiva según el ámbito deportivo de desarrollo al Baloncesto**

Se puede deducir que generalmente la práctica de un deporte escolar más común es de tipo competitivo, donde cada equipo busca la victoria, entonces pesemos que para lograrlo el jugador debe estar preparado con un adecuado rendimiento deportivo en busca del máximo rendimiento durante el juego. Poco a poco se van implantando lugares como escuelas deportivas en las instituciones educativas durante las horas clases de Cultura Física están permanentemente trabajando ciertas disciplina, buscando a los mejores jugadores con capacidades deportivas donde la práctica fomenta la importancia del éxito.

Las escuelas deportivas se direccionan hacia tres campos diferentes

1. **El deporte ocio recreación recreativo:** Permite que el deporte sea para todos donde se fomente la relación social mediante la interacción entre jugadores.
2. **El deporte competición:** Alcanzar un buen nivel de competición durante la ejecución del juego al trabajar en el partido. Pueden ser formativas al momento de enseñar los procesos. Están sujetas a las normas de la federación para su cumplimiento.
3. **El deporte formación educativo:** Conectada a la práctica deportiva con la participación de los educandos en las instituciones educativas donde se genere, competición participativa y de promoción para potenciar ciertas capacidades motoras.
4. **Otra clasificación:** Existen otras clasificaciones según el propósito dentro de las instituciones educativas con diferentes disciplinas deportivas es la que divide al deporte de élite o alto nivel y deporte espectáculo, facilitando el trabajo para realizar estudios, como también comprender la importancia al momento de llevarlo a la práctica de manera adecuada.

1.- Deporte de ocio-recreación.

2.- Deporte competitivo.

3.- Deporte educativo.

4.- Deporte salud.

### **Hacia un modelo de instituciones deportivas**

Las modalidades de instituciones deportivas permitirá reconocer el apego o inclinación a cierto deporte, vendrán marcadas por los organismos convocantes u organizadores del evento y los objetivos de generalidad – especificidad, polideportivas – mono deportivas, de iniciación o perfeccionamiento, ocio recreación o de rendimiento, de base o de élite, permitirán potenciar ciertas capacidades intelectuales con la finalidad fortalecer el campo deportivo en los educandos.

Las instituciones educativas buscan ingresar en competencias, campeonatos, a nivel de la misma Unidad educativa para enseñar o fomentar la iniciación deportiva tienen sus inicios en la formación deportiva que luego serán desarrolladas para alcanzar un logro único en la disciplina deportiva practicada.

(Gamarra, 2010) Menciona que:

Actualmente las instituciones deportivas se encargan de proporcionar una iniciación al deporte, preparándolo, concientizando, levantando la autoestima, generando confianza, en las diversas disciplinas deportivas con el objetivo fundamental de consolidar el trabajo realizado por el docente de Cultura Física al momento de llevar a la práctica las técnicas y estrategias de juego. (p.72).

Estas etapas permiten fortalecer el trabajo deportivo al encadenar mediante una etapa de entrenamiento para adelantados, que poseen ya conocimiento en torno a una disciplina, que buscan direccionar orientado hacia las particularidades de la especialidad que con el tiempo encontraron satisfacción personal o gusto por llevar a la práctica .

## **Una orientación deportiva hacia el alto rendimiento**

Mediante la selección de los estudiantes, en ciertas organizaciones y para ciertos jugadores puede ayudar a mejorar las capacidades individuales o grupales, puede ser llevada a cabo igualmente respetando los periodos de desarrollo del joven jugador para lograr un mejor rendimiento deportivo.

Hay que tener en cuenta que el deporte requiere de una enseñanza en base a la iniciación copiando el modelo de alta competición, para tratar de alcanzar el éxito deseado, basado en una selección y especialización temprana, y un exceso de competición que lo único que buscan es reconocer si existe un avance en la disciplina o es necesario potenciar ciertas capacidades en los estudiantes que practican la disciplina deportiva que busca siempre resultados a corto plazo.

## **La especialización precoz del entrenamiento**

Es una orientación competitiva que muchas de las veces agudiza el abandono prematuro del deporte por pérdida de motivación y riesgo, por la falta de madures deportiva, práctica, entrenamiento entre otros factores que no ayudan a continuar trabajando o llevando a la funcionalidad cierto deporte, de “quemar” al joven atleta, jugador. La competición diseñada para conseguir elevadas pretensiones de forma temprana es negativa desde el punto de vista psico – biológico del estudiantes cuando no se toma en cuenta la edad.

### **2.4.3 BALONCESTO**

**Definición.-** El Baloncesto es un conjunto de actividades que el jugador realiza como preparación o iniciación de la disciplina que va ejecutar, esto permite desarrollar ciertas capacidades motoras que se visualizara durante la puesta en marcha de un partido, buscando la ejecución adecuada e idónea de los jugadores que tratan de potenciar sus habilidades, destrezas al poner en marcha el deporte.

## **El baloncesto**

El baloncesto es uno de los deportes que practican multitudes, siendo un juego que permite la interacción de los jugadores durante el proceso de transición de la defensa – ataque, cómo también del ataque- defensa esta acción permite detener el avance el adelanto del jugador contrario, entonces es indispensable la defensa individual en el baloncesto, siendo necesario detener el ataque del jugador activo. Aunque resulta habitual pasar de un ataque elaborado a una defensa activa para evitar un contraataque, estas jugadas es donde se observa el desempeño de un jugador que implanta la defensa individual (el denominado balance defensivo), la defensa básica es la defensa individual.

### **Fundamentos defensa individual en baloncesto**

Esta defensa individual debe ser agresiva, decidida donde el jugador demuestre su preparación el gusto que tienen para jugar el baloncesto, siendo importante potenciar las actividades como estrategias para que durante el juego aplique correctamente la defensa individual, esta direccionada a una serie de reglas que garanticen el trabajando bien durante el desarrollo del juego y es eficaz para que no se convierta en un coladero de canastas por parte del equipo contrario.

### **Reglas de la defensa individual en Baloncesto**

Existen varias reglas que un jugador que ejecuta la defensa individual debe poner en funcionalidad durante el partido de baloncesto, algo que requiere para evitar el contraataque del jugador contrario, para ello existe varias técnicas, estrategias que potencialicen la calidad de la disciplina deportiva.

Jugar con decisión y amor al baloncesto como una disciplina deportiva que desarrolla el cuerpo.

Evitar las penetraciones del jugador contrario con balón hacia el aro para encestar.

Garantizar una intensa presión en el lado fuerte para evitar el contraataque mediante la defensa individual.

Controlar el lado fuerte se entiende como la mitad del campo de juego, trazando una línea imaginaria aro-aró, donde se identifique donde se encuentra el jugador atacante con el balón.

Cubrir o tapar las líneas de pase del jugador-balón al resto de jugadores, para evitar ejerciendo la defensa individual de esta manera forzamos al jugador contrario para que pierda el balón.

Evitar que el equipo contrario juegue dentro de la zona que nos pertenece. Los equipos de nivel medio presentan un mayor dinamismo porque tienen mejor tiro en la zona si realizan lanzamientos desde el exterior (triples) lo que ayuda a encontrar la victoria por lo que hay que evitar canastas fáciles desde el interior de la zona.

Es indispensable garantizar la máxima movilidad en el lado débil del equipo contrario para pasar el balón y tirar al aro, siendo importante apoderarse de la pelota en la parte de (mitad del campo donde no se encuentra el balón) para llegar a las ayudas cuando los jugadores superan la defensa del lado fuerte, esto evita que con mucha facilidad ingresen al equipo contrario.

### **Líneas de Pase**

Bloquear el rebote es una de las estrategias de una buena defensa individual.

Objetivos de la defensa individual en baloncesto para evitar al equipo contrario realice las líneas pases, esto al no poder detener sin cometer faltas al reglamento



del baloncesto terminara llegando al aro y es un factor negativo, al no poner en práctica las técnicas apropiadas durante el juego.

### **Enumeraremos algunas consideraciones**

1. No intentar robar balones, es mejor propiciar errores para que no haya contra golpe.
2. No sobrepasar el cupo de faltas, por la pérdida de jugadores de cada periodo (reducimos los tiros libres).
3. Provocar el mayor número posible de pérdidas del balón al equipo contrario para evitar la llegada al aro y sobre todo que puedan encestar.
4. No hacer faltas al tirador, para ello se requiere conseguir la pelota mediante los rebotes, cómo también manteniendo por más tiempo la pelota (concedemos tiros adicionales).
5. Evitar que se produzca los segundos tiros para no dar ocasión al equipo contrario (rebotes ofensivos) con un rebote defensivo fuerte provoca el tiro al aro.
6. Evitar que el jugador contrario meta balones interiores siendo necesario contrarrestar la jugada (alejar el balón de la zona) para ello es indispensable la defensa individual.
7. Tratar de bajar el porcentaje de tiro del equipo contrario en otras palabras disminuyendo la cantidad de llegadas y peor con tiros al aro (menor del 50%).

No siempre es fácil aplicar jugadas técnicamente planificadas con fundamentos sobre la defensa individual, que ayude a detener el avance del equipo contrario siendo necesario realizar un análisis más detallado sobre las posibilidades durante el juego de las diferentes situaciones que pueden surgir en el partido.

### **Postura defensiva mediante la defensa individual**

Existen varias situaciones que la defensa individual debe ejecutar de manera adecuada, lo que posibilita el desarrollo de un partido de baloncestos de manera eficiente, para eso se recomienda trabajar las jugadas donde se la defensa individual ayuda a conseguir una victoria.

## Situaciones en la defensa individual

1. Defensa que ejerce el jugador sin balón durante la jugada.
2. Defensa del jugador con balón, que se requiere contar con fuerza en la jugada para no perder el balón.
3. Defensa de los postes al momento de tratar de evitar el avance del jugador contrario.
4. Defensa de la línea de fondo para adelantar el balón.
5. Defensa de los bloqueos, esta jugada es la que más se visualiza en un partido de baloncesto.
6. Balance defensivo donde el cuerpo debe contar con un buen quiebre, girando a lado izquierdo y derecho, para adelante y atrás.



**Gráfico N° 5:** Situaciones en la defensa individual

**Elaborado por:** Alulema S. (2018)

**Fuente:** [www.clubdelentrenador](http://www.clubdelentrenador)

## Como mejorar la defensa en el baloncesto

**Definición.-** Es importante mejorar las condiciones personales de los jugadores, trabajando la parte física mediante el desarrollo deportivo, es indispensable generar las condiciones óptimas para que resista un partido de baloncesto trabajando la parte técnica para fomentar jugadas que direccionen al equipo al

triunfo de manera eficiente, esto permite la motivación individual que se produce al término de un partido.

### **Aumenta tu condición física mediante el baloncesto de manera individual**

Ser un buen defensor implica estar en constante movimiento de un lado a otro, se necesita correr y cambiar de dirección para fortalecer los músculos del cuerpo, entonces el desarrollo físico del cuerpo podrá evitar que el ofensivo convierta una canasta. Por este motivo la condición física es tan importante, necesaria siendo un punto a favor del equipo contar con jugadores que aporte con su trabajo, es sumamente adecuado para una buena defensa individual.

(Montenegro, 2011) Manifiesta que:

Es indispensable para potenciar las condiciones físicas del jugador, trabajar mediante técnicas donde la defensa individual sea el indicador para lograr vencer al contrario, es evidente que es una de las estrategias que los jugadores ponen en funcionalidad durante un partido tratando de sacar adelante al equipo, para lograr una victoria contundente, posibilitando mejorar las condiciones personales del educando. (p.56).

Es indispensable mejorar la condición física del jugador sobre todo de la persona que ejerce la defensa individual, para ello se debe trabajar diariamente la parte física. Tomando en cuenta que no es necesario correr largos tramos de camino, para fortalecer los músculos de las piernas, tampoco se necesitan grandes periodos de entrenamientos.

Trabaja principalmente en una buena alimentación sana y balanceada, donde los jugadores deben conocer de una buena alimentación, dejando un lado las comidas chatarras que puedan hacer que aumentes de peso y dentro del deporte se necesita condiciones físicas adecuadas. Una alimentación balanceada combinada con ejercicios pliométricos ayudará notablemente a superar las debilidades sobre todo a que tu condición responda correctamente a la hora de la verdad.

## **Trabaja en tu juego de pies el potencial cómo jugador de baloncesto**

Vemos que durante el juego de baloncesto se requiere potenciar ciertas actividades que contribuyan en el desarrollo del cuerpo del jugador, sobre todo de la persona que ejerce la defensa individual. El juego de pies es primordial en el basquetbol por los dribles, giros con los pies que deben ubicarse de frente y atrás, de lado, de costado. La defensa utiliza primordialmente los pies para poder moverse con facilidad, por lo tanto se deben trabajar de manera apropiada. Mientras se defiende, los pies deben permanecer el piso el mayor tiempo posible para desarrollar la defensa individual.

(Montenegro, 2011) Afirma que:

Los pies juegan un papel preponderante en el basquetbol, es decir debe contar con la fuerza necesaria para ejercer presión al jugador contrario para evitar que se adelante con el balón al campo de tiro al aro, esto permitirá el ganar el equipo contrario entonces es evidente que se necesita trabajar los músculos de los pies y sobre todo preparar en jugadas para evitar el adelanto del jugador contrario. (p.57).

Es evidente que cuando se desea realizar movimientos coordinados los pies juegan un papel importante, sea el momento de realizar un movimiento rápido el defensivo donde se requiere la defensa individual, se debe desplazar usando las puntas de los pies y moviendo un pie hacia la lateral lo que permite ajustarse a la jugada dentro del baloncesto, una vez que este se encuentre en el suelo para avanzar adelante, se debe mover rápidamente el otro de la misma manera, driblando las piernas y cavernas. En resumen un pie siempre debe estar en contacto con el suelo mientras el otro se mueve.

## **La correcta posición de defensa individual**

En ciertas ocasiones tocara defender a jugadores mediante la defensa individual a pesar que muchos jugadores presentan un buen control de balón, capaz de hacer cambio de dirección rápidamente con facilidad, para ello es indispensable

potenciar las técnicas para ejercer la defensa individual. Si la posición defensiva es mala entonces el ofensivo no tendrá problema para pasar con el balón al aro para buscar encestar, incluso anotar será más sencillo porque no encontrará resistencia.

Por tal razón la posición defensiva es importante a la hora de realizar una defensa individual juega un papel preponderante al momento de direccionar al partido a la victoria. Si se establece una correcta posición del jugador frente al adversario los pies podrán desplazarse rápidamente de un lado a otro, evitando el avance al ataque. Por otro lado también el equilibrio lo mantendrá estable, como medio de resistencia ante el ataque constante del contrario y como consecuencia evitará que el defensor caiga al suelo por la velocidad del regate del jugador con balón que busca pasar a tirar al aro.

### **Defensa sobre su mano fuerte**

Es necesario conocer al rival, las jugadas es importante a la hora de defender el avance del jugador contrario, cada jugador tiene una mano débil para botar siendo necesario potenciar las estrategias. Es necesario identificarla de inmediato y obligarlo a usarla como técnica dentro del juego. De esta forma el jugador sentirá cómodo y realizará un mal pase o aún mejor, desperdiciará un tiro presionado al aro al momento de tratar de encestar.

El defensor debe estar atento, no descuidar de la defensa, caso contrario el jugador contrario logrará pasar la pelota hacia el ataque para realizar el tiro al aro, entra en la mano fuerte para que esto no ocurra jugadas que lamentar. Una manera de concretar y hacer posible es “No reaccionando a las fintas que haga con su mano débil” lo que muchas veces terminan errando y entregando la pelota al contrario.

(Montenegro, 2011) Afirma que:

Es indispensable que los jugadores que deben generar la defensa individual, esto permite controlar más el balón lo que incide que el

sistema de ataque llegue al aro para encestar, sólo debe reaccionar a los intentos de pasar el balón para evitar al contrario poner en funcionalidad su mano fuerte. Con el ofensivo se mantendrá lejos de la canasta por lo que su probabilidad de anotar se reduce considerablemente siendo un aspecto que favorece al equipo que emplea correctamente la defensa individual. (p. 86).

### **Mira directo a sus ojos mientras haces defensa**

(Izquierdo, J 2011, p. 21 Menciona que:

El factor de intimidación al contrario durante el juego es mirarlo directamente a los ojos, lo que trae confusión y nerviosismo, siendo otro de los elementos que mejor funciona a la hora de defender su espacio para no permitir el avance del contrario. Un buen defensor siempre mira los ojos del oponente, esto es un indicio al rival que está listo para defender y no le será fácil anotar o pasar con el balón hacia adelante. Esto hará dudar al ofensivo que ocasiona que haga un pase a su compañero.

### **2.4.4 DEPORTE**

El deporte es una actividad intencional que la persona realiza para mejorar sus condiciones musculares de las distintas partes del cuerpo, lo que permitirá mejorar sus condiciones personales a la hora de requerir el esfuerzo, la constancia, el rigor que toda disciplina deportiva requiere durante su ejecución, potenciando su labor de manera individual, cómo también colectiva.

(Abad, 2010) Menciona que:

El deporte es el conjunto de actividades planificadas, intencionales que busca fomentar el gusto o inclinación de ciertos apodos a las diferentes disciplinas deportivas que se lo puede practicar lo que motiva para superar las debilidades individuales de los educandos, siendo imprescindible potenciar su labor por medio de la práctica diaria de un juego, ejercicio, disciplina que constituya el motivo de la realización personal. (p. 78).

Es importante que se fomente a los estudiantes de la Unidad Educativa una disciplina que en la mayoría de países del mundo lo practican cómo es el baloncesto que ayuda en las edades comprendidas de la adolescencia crecer porque las partes del cuerpo que requiere trabajar lo hace esta disciplina, es necesario contar con el trabajo durante varias etapas que muchas de las veces resultan muy rígidas para el crecimiento físico del jugador.

Es evidente que el deporte juega un papel prioritario dentro de las instituciones educativas, tomando en cuenta que no solo se requiere enseñar contenidos científicos y olvidando de la parte física de los educandos., es por eso que se debe fomentar el gusto por alguna disciplina deportiva que le permita potenciar ciertos músculos del cuerpo mediante la realización de una actividad deportiva.

### **Deporte y educación**

Como todos sabemos las personas y no se diga los estudiantes requieren actividades de esparcimiento de recreación, donde pongan en práctica sus destrezas, habilidades que solo mediante el trabajo en la cancha los educandos pueden lograr al practicar una disciplina deportiva cómo o es el baloncesto, entonces los profesores del área de Cultura Física son los llamados a despertar el interés y amor por el deporte de manera adecuada.

Para (Abad, 2010) explica que:

Hace falta promover ciertas consideraciones en los estudiantes durante las actividades deportivas, por ejemplo aprovechar las horas durante la estadía en las instituciones educativas para buscar la ayuda técnica de reglamento del baloncesto para conocer y ponerlo en funcionalidad durante un juego, práctica que le ayude a cimentar el trabajo en los educandos con gusto y amor a un determinado deporte, lo que incide en su desarrollo personal. (p. 97).

Es evidente que el deporte también forma parte de la educación, un estudiante que se encuentre bien físicamente, pongan en práctica alguna disciplina deportiva de

hecho que logrará demostrar un buen desarrollo académico, lo que solo garantiza cuando el escolar siempre está practicando un deporte que lo hace suyo y que le permite estar activo, dinámico en el aula de clase.

En la actualidad que los medios de comunicación como el celular está ganando terreno a los estudiantes, es indispensable que durante las horas clases de Cultura Física los maestros de esta área están en la obligación de enseñar, potenciar esas habilidades y destrezas que ciertos alumnos poseen al momento de practicar una disciplina deportiva, fortaleciendo músculos determinados en las piernas, brazos, manos y dedos que puede ayudar con la práctica del baloncesto.

### **Uso adecuado del tiempo libre por los estudiantes practicando el baloncesto**

Sin ninguna duda que los estudiantes requieren ser estimulados durante la jornada clase, motivándolos a poner en práctica alguna disciplina deportiva como lo es el baloncesto, tomando en cuenta que a cierta edad el básquet juega un papel primordial para fortalecer la parte física del escolar, aprovechando al docente que dicta clases del área de Cultura Física para levantar el auto estima tratando de incentivar el amor por el baloncesto como una de las disciplinas que fortalece el cuerpo del jugador de manera significativa.

Es indispensable trabajar las horas disponible e incentivar a utilizar el tiempo libre practicando el baloncesto que ayuda no solo a mantener el cuerpo sano, sino que le ayuda a contar con valores a ser un ente positivo a la sociedad, para lograr canalizar eso entonces se requiere que el tiempo que este libre ponga en funcionalidad sus habilidades y destrezas con el balón practicando una disciplina que puede aportar en el desarrollo individual del estudiante.

Para (Jaramillo, 2012) Indica que:



El uso del tiempo libre por los estudiantes deben estar direccionados a la práctica de una disciplina deportiva, que le permita potenciar sus cualidades, habilidades, destrezas de manera eficiente hasta lograr un cambio en la parte física, emocional y pensamiento con actividades que le motiven para ser una persona de bien. (p. 59).

Las actividades educativas no solo están direccionadas al cumplimiento de ciertos programas en torno a contenidos, sino a la ejecución de medios para que el estudiante sea capaz de crecer intelectualmente y físicamente, en este último la práctica deportiva juega un papel preponderante para potenciar el cuerpo y mente, entonces es importante que los docentes de Cultura Física incentiven el amor por la práctica de un deporte en este caso el baloncesto.

#### **2.4.5 ENTRENAMIENTO**

Definición.- El entrenamiento es la capacidad tanto mental como física que presenta los estudiantes durante una actividad deportiva, toda persona no puede realizar de manera adecuada cualquier deporte cuando presenta problemas emocionales, afectivos, motivacionales lo que afecta directamente la parte psicológica del individuo, observándolo durante los partidos en este caso del baloncesto, para eso se requiere que los docentes conozcan de técnicas, estrategias que aporten en el desarrollo deportivo de los educandos.

Es importante el entrenamiento durante la práctica deportiva en todas las disciplinas trabajé en este caso con los estudiantes de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” la parte psicomotriz, tomando en cuenta que muchas de las veces solo pensamos en potenciar la fuerza, la resistencia, la rapidez, ciertas habilidades que constituyen un pilar a la hora de poner en práctica algún deporte, pero no olvidamos definitivamente de la parte psicológica que también infunde importancia la hora de jugar o poner en funcionalidad la motivación deportiva.

Según (Jaramillo, 2012) manifiesta que:

El técnico deportivo conoce a plenitud que no solo debe trabajar durante los repasos o practicas solo jugadas, estrategias deportivas que le permita vencer al contrario, pero muchas de las veces se olvida de la parte psicomotriz, tomando en cuenta que también necesitan ser motivados, levantados el auto estima, fomentar la predisposición para la realización de un deporte, cimentando el pensamiento no solo para la victoria sino saber perder como buen deportista. (p. 64)

Es necesario trabajar la parte psicomotora para trabajar ciertas partes del cuerpo que muchas veces no se toma en cuenta como movimientos finos, motricidad gruesa, la potencia física, la fuerza que debe ser constante y eso solo se logra fortaleciendo ciertas actividades que están direccionadas a la parte física y psicológica de los alumnos que se encuentran en proceso de formación, es evidente que para practicar algún deporte se requiere estar anímicamente bien, emocionalmente levantado el auto estima.

Sin ninguna duda que juega un papel preponderante la parte psicomotriz al fomentar una disciplina deportiva, porque necesariamente se trabaja ciertas partes del cuerpo que tiene una estrecha relación al momento de ejecutar un movimiento, está trabajando la parte del cerebro para generar los impulsos que motivan a ejecutarlo de manera adecuada, siempre en toda disciplina deportiva está presente la parte psicomotriz para motivar al jugador durante su desempeño en el juego.

Según (Buenaño, 2009)

La parte técnica en el baloncesto va acompañado por un trabajo emocional, psicológico, psicomotriz lo que garantiza o es un indicador para lograr el triunfo de manera contundente, caso contrario al no realizar la predisposición del jugador al momento del partido se está jugando a la pérdida, entonces es indispensable fomentar la predisposición para el trabajo durante la práctica de la disciplina deportiva que requiere la motivación en todo momento no solo en el triunfo, sino al contrario trabajando en todo instante del partido. (p. 83).

### **La motivación Psicológica del jugador**

Es necesario que los docentes del área de Cultura Física requieran sobre manera trabajar la parte emocional, la parte psicológica que garantice y dirija como un indicador de logro llegar a la victoria luego de terminado el partido en este caso de baloncesto, para ello durante la parte técnica el maestro es el llamado a complementar su trabajo no solo reglamentario sino psicológico- psicomotriz del jugador si pensamos en la victoria que potencialice el estado de ánimo de los jugadores.

(Monenreo, 2012) Menciona que:

La motivación al momento de realizar una jornada deportiva es necesaria, no solo se debe hablar del reglamento, de las faltas, de estrategias cuando lo fundamental no se toca, cómo es la parte emocional, motivacional, el autoestima del jugador, para conocer sus problemas y tratar de dar solución se requiere contar con jugadores que respondan no sea un elemento negativo dentro del campo de juego, para ello también se recomienda que el técnico deportivo, conozca de Psicología deportiva para elevar el estado de ánimo para el juego. (p. 45).

Es indiscutible que un jugador para realizar de manera eficiente el juego requiere estar anímicamente bien, es decir el técnico en este caso el docente de cultura física de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez tienen la obligación no solo de enseñar las jugadas, el reglamento en cuanto a las faltas, sino prepararle anímicamente para potenciar el juego durante el partido, es evidente que juega un papel imprescindible trabajar la parte motivacional de escolar a la hora de un partido en este caso de baloncesto.

#### **2.4.6 PREPARACION DEPORTIVA**

**Definición.-** La preparación deportiva son las capacidades motoras, las condiciones que presenta el jugador de carácter interno, es decir el talento, la inteligencia, la fuerza, la agresividad durante el juego que hace posible el desarrollo de las habilidades motoras aprendidas durante los repasos o prácticas

que constituye los mecanismos idóneos para realizar eficientemente el trabajo dentro de la cancha. Entonces podemos mencionar que las capacidades motoras son innatas al ser humano pero deben ser estimuladas poniendo en práctica habilidades y destrezas durante el juego de baloncesto, esto aportará como base a un mejor aprendizaje de las habilidades motoras básicas y específicas que solo se demuestra durante la práctica al momento de jugar.

La preparación deportiva se subdivide en dos categorías que son:

1. Capacidades condicionales
2. Capacidades coordinativas

### **Las capacidades físicas o condicionales**

Se deduce a estas capacidades a las que tienen que ver con la rapidez, resistencia, fuerza, elasticidad y flexibilidad, es decir lo que corresponde a ejercicios coordinados que le permite a la persona desplazarse con rapidez, firmeza, aguante que solamente se puede distinguir al momento de ejecutar un determinado deporte donde podemos observar que trabajan estas partes del cuerpo que potencialice las capacidades del jugador.

(Garaycoa, 2008) Manifiesta que:

Las capacidades condicionales se produce en los estudiantes durante las horas clases de cultura física cuando corren , saltan, juegan, además cuando realizan ejercicios de fuerza, resistencia que le permite al escolar potenciar ciertos músculos del cuerpo al momento de ejecutar un determinado deporte, siendo evidente que las capacidades son motivo de ajuste, de trabajo, de responsabilidad a la hora de fomentar la teoría a la práctica, siendo elementos que constituyen una fortaleza para el deportista. (p. 76).

### **Las principales capacidades perceptivo-coordinativas**

Son visualiza en los jugadores dentro del baloncesto la capacidad de aprendizaje motor, siendo esta capacidad diferente a la kinestésica y control

motor es decir es importante que durante el juego ciertos ejercicios debe saber coordinar y sobre todo controlar, la capacidad de reacción ante los estímulos ópticos y acústicos lo que provoca realizar la defensa individual para frenar el ataque contrario.

Según (Pinilla, 2012) menciona que:

La capacidad de coordinar los movimientos durante el juego de baloncesto, de adaptación y transformación mediante una estrategia que potencializa los movimientos, la capacidad de orientación espacio-temporal permite orientarse con facilidad mediante los movimientos de lado, de frentes, al costado, el ritmo, el equilibrio, la lateralidad y la capacidad de combinar movimientos que un jugador que realiza defensa individual debe ejecutar de manera eficiente. (pp. 6, 12, 13).

Es necesario indicar que las habilidades motoras de un jugador al momento de potenciar las capacidades que son adquiridas por aprendizaje para resolver un determinado problema motor con el uso del cuerpo, por ejemplo las jugadas que un jugador debe emplear en la defensa individual. Por tanto es imprescindible conocer que las capacidades motoras son de carácter innato, las habilidades deben ser aprendidas durante la práctica por medio de jugadas donde la parte motriz se desarrolle.

1. Capacidades básicas
2. Capacidades específicas

### **Las habilidades motoras básicas**

Son los desplazamientos que ejecuta un jugador de baloncesto, saltos, giros y manipulaciones, que le permite direccionar las jugadas trabajadas, durante el partido, poniendo en juego las habilidades que solo se observa durante el partido, demostrando la eficiencia, las tácticas y estrategias a emplear.

### **Las habilidades motoras específicas**

Estas presentan características muy propias de la modalidad deportiva que se realice, es decir de una determinada disciplina (el tiro al aro para encestar en el baloncesto). Esto quiere decir que son ejercicios direccionados al cumplimiento de un objetivo, esto aporta al desarrollo de una determinada habilidad, requiriendo de tres fases progresivas para la adquisición de una determinada habilidad motora específica.

1. 1ª etapa: cognitiva (el jugador aprende una habilidad acorde al juego).
2. 2ª etapa: asociativa (el jugador automatiza la habilidad para poner al servicio del juego).
3. 3ª etapa: autónoma (el jugador aplica en determinadas situaciones la habilidad para mejorarla puede ser una estrategia que le permita potenciar).

### **Capacidad Motora Condicional**

Es necesario establecer que son aquellas que determinan cambios orgánicos que el cuerpo presenta durante las actividades deportivas, como energéticos, metabólicos y plásticos, que son visibles cuando trabaja el docente durante las horas clases de Cultura Física, los componentes del mismo permiten superar las condiciones personales que pueden ser desarrolladas durante la ejecución de una determinada disciplina deportiva.

### **Existen determinadas capacidades motoras condicionales**

1. Fuerza
2. Resistencia
3. Rapidez

Podemos deducir que estas tres denominadas protagonistas o agonistas que todo jugador pone en práctica al realizar cualquier deporte, estas condiciones que le

ayuda a potenciar las capacidades físicas individuales que son visibles al momento de realizar dicha actividad, luego aparece la flexibilidad, denominada posibilista, justamente por que ayudan a las demás a actuar, para potenciar las condiciones físicas y una de las estrategias para superar es poner en funcionalidad cualquier deporte.

### **Capacidad Motora Coordinativa**

Permiten potenciar ciertas actividades mediante las acciones que regulan y controlan el movimiento, del jugador al momento de ejecutar un deporte, como ciertas condiciones físicas que solamente al ejecutar un juego, una disciplina deportiva en el individuo fortalece las capacidades motoras de manera eficiente, para ello el docente de Cultura Física debe trabajar ciertos factores que determinan en el individuo.

1. Diferenciación
2. Orientación
3. Acoplamiento
4. Readaptación
5. Equilibrio
6. Reacción
7. Ritmo

(Larreátegui, 2007) Manifiesta que:

Existen otras capacidades motoras que se puede desarrollar al realizar una actividad deportiva, lo que ayuda a superar las condiciones físicas de los jugadores, que al poner en funcionalidad una disciplina deportiva el jugador va potenciando ciertas capacidades motoras acordes al juego y muchas de las veces por la ejercitación se adquiere habilidades y destrezas que al jugar se ejecuta con facilidad y eficiencia. (p. 59).

De acuerdo al autor existen otras capacidades motoras que pueden ser desarrolladas y con el paso del tiempo servir para potenciar una disciplina

deportiva en el caso del baloncesto, también se puede encontrar y fortalecer varias capacidades adicionales a las ya mencionadas que son parte del desarrollo motor en el jugador.

1. Agilidad
2. Habilidad
3. Destreza
4. Aprendizaje Motor etc.

### **Capacidades Motoras Intermedia o Mixtas**

Son aquellas que requieren de ayuda de otras similares para ejecutar de mejor forma tienen elementos condicionales y coordinativos, la velocidad de reacción, Rapidez y variabilidad desplazamiento a toda dirección, coordinación de movimientos motores que lo aplican de diferentes formas que aportan al desarrollo de las capacidades motoras, también hallamos algunas que manifestaremos a continuación.

1. Agilidad
2. Flexibilidad
3. Potencia
4. Relajación

### **Habilidad Motora Básica o Fundamental**

Es el conjunto de acciones motrices que aparecen conforme a la evolución humana, es decir son los movimientos innatos que la persona presenta y que con el paso del tiempo se desarrolla para ejecutar alguna actividad comunes a todos los individuos y perduran toda la vida, y se observa cuando realizan ejercicios, juegos, practican algún tipo de disciplina deportiva, donde se puede aplicar ciertas habilidades motoras básicas durante el diario vivir. Se dividen en tres:



<b>HABILIDADES MOTORAS BÁSICAS</b>		
1.-	Locomotoras	Determina traslado, continuidad de movimientos como por ejemplo: Correr, Caminar, Saltar, Galopar, gatear, reptar etc.
2.-	No Locomotoras	Es un movimiento a cíclico, sin traslado y aislado por ejemplo: Empujar, Balancearse, Girar, Estirar, Lanzamiento, Salto etc.
3.-	Manipulativas y Proyecciones:	Es recibir y enviar un elemento hacia distintos lados por ejemplo: Rematar, Batear, Driblear, Patear, Lanzar, Pasar etc.

**Cuadro N° 2** Habilidades motoras

**Fuente:** Investigador

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### **Habilidad Motora Específica o Deportiva**

Son aquellas que se visualiza los principales fundamentos o técnicas deportivas que requieren de parámetros para su ejecución biomecánicas más o menos formalizados con elevada complejidad al momento de su realización y eficacia. Dependen del deporte a utilizar para poner en funcionalidad las técnicas deportivas, buscando optimizar el rendimiento de los deportistas en general en busca de la potenciación de su participación durante el partido de baloncesto.

Es importante reconocer que en la actualidad el contacto del hombre con la maquina ha conducido a la persona a ser muy pasiva, no trabaja ciertas capacidades motoras, deparado un poder impresionante como especie, convirtiéndose en un ente que no genera actividad física, pero ha sumido a este a una pobreza motriz acuciante, siendo importante fomentar la práctica motriz espontánea y natural, fortaleciendo las actividades sistemáticas aprendidas como las deportivas, para restaurar la motricidad que todos los jugadores

requieren ante la necesidad biológica de movimiento.  
diegobanquero@hotmail.com

#### **2.4.7 CONTROL MOTOR**

**Definición.-** La actividad física y la deportiva mantienen una relación común, estrecha por las capacidades que intervienen al momento de ejecutarlo están muy ligada entre sí, desde el momento que el docente del área de Cultura Física lo aplica desde un programa de acondicionamiento físico para fortalecer la salud del deportista, esto encontramos en las siguientes situaciones como es la clase de Educación Física, una sesión de entrenamiento deportivo, cómo también en un encuentro deportivo de cualquier deporte.

Para (Larreátegui, 2007) Indica que:

Toda actividad donde se produce el movimiento del cuerpo, donde las extremidades inferiores y exteriores cumplen con su función al momento de ejecutar una actividad recreativa, se presenta ciertas acciones en común actividad motora y deportiva que ayudan en las condiciones físicas deportivas del individuo. (p. 79).

Se puede indicar que el control motor es el fruto de la integración de las informaciones sensitivas generadas por la estructura cerebral del ser humano y motoras por el control del sistema nervioso central. Apostando todas las capacidades para su ejecución adecuada (SNC). Al realizar movimientos integrales normalmente seguimos tres fases para su realización.

1. **Movimientos preparatorios:** Que estabilizan el tronco.
2. **Movimientos agonistas:** Que ejecutan la acción.
1. **Movimientos finales (antagonistas):** Que frenan el movimiento agonista

#### **Tipos de movimientos**

##### **Movimiento Voluntario**

Son aquellos movimientos que se denominan propositivos dirigidos a lograr una meta donde la persona cumplir con lo que fue preparado, por ejemplo una carrera de resistencia el caso del baloncesto, fortalecer y ejecutar de manera eficiente la defensa individual y en gran medida son aprendidos la parte técnica. Su ejecución mejora mucho con la práctica, al momento de poner en funcionalidad.

### **Movimiento Automático**

Este tipo de movimientos permiten combinar con características únicas de reflejos y movimientos voluntarios es decir intervienen la parte psicomotriz y los movimientos innatos lo que potencializan su ejecución de manera eficiente. El inicio y el término son voluntarios, lo que constituyen un medio idóneo para la realización.

### **Reflejo medular**

Son conductas motoras simples e involuntarias que el cuerpo emana durante alguna actividad física es decir cuando el jugador realiza movimientos, rápidas y dependen de la intensidad del estímulo que lo desencadena, para lograrlas, lo que posibilita realizarlo con eficiencia. Podemos encontrar en los tres tipos de movimientos alteraciones en las lesiones del aparato locomotor y neurológico que afectan al movimiento de manera visible en el deportista y a su control.

<b>CONTROL MUSCULAR</b>	
1. Fuerza	reclutamiento de fibras
	coordinación
	elasticidad
2. Contracción	tipo de fibras
3. Velocidad	tipo de fibras
	Tono muscular

	Esquemas motores
	Alteraciones de la propiocepción y sensibilidad
	Dolor
	Arco de movilidad

**Cuadro N° 3** Control muscular

**Fuente:** Investigador

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

## 2.4.8 RENDIMIENTO DEPORTIVO

**Definición.-** Todas las personas requieren potenciar las capacidades individuales deportivas mediante el trabajo en torno al rendimiento, para ello es indispensable trabajar la parte muscular, la resistencia durante las actividades físicas, potenciando el control motor, las capacidades motoras entre otras acciones tendientes a superar las debilidades que pueden ocasionar durante la realización de una disciplina deportiva.

Según (Moreira, 2010) Manifiesta que:

El rendimiento deportivo son el conjunto de actividades motoras físicas, biológicas que el deportista tienen que potenciar para superar las falencias que durante la ejecución de una determinada disciplina requiere poner en funcionalidad de manera eficiente, garantizando un pleno desarrollo que determina la calidad de las actividades de manera significativa. (pp. 27-29).

Es evidente que se necesita para realizar con eficiencia potenciar el rendimiento deportivo superando las debilidades que el jugador de baloncesto en este caso presenta, estas actitudes donde se observa que presenta debilidades requieren de un trabajo arduo, practica de ciertos ejercicios, ejercitación, aplicación donde la persona demuestre superación al momento de ponerlo en funcionalidad.

## **Rendimiento deportivo individual**

Es evidente que la persona requiere trabajar ciertas capacidades motoras, psicomotoras para superar ciertos ejercicios que no ayudan a canalizar de mejor forma su funcionamiento de manera eficiente, es evidente que necesitamos trabajar ciertas partes musculares para que el jugador responda en el baloncesto en este caso, cómo también durante las actividad deportiva donde se quiere observar para conocer si existe un adecuado rendimiento deportivo.

Es necesario trabajar el rendimiento deportivo individual aplicando técnicas que posibiliten superar su fuerza muscular, desarrollando la capacidades motoras de ciertas partes del cuerpo donde los músculos trabaja individualmente para lograr poner de manifiesto durante la realización de un deporte, siempre y cuando la parte técnica este fortalecida para su ejecución de manera significativa.

## **Rendimiento deportivo grupal**

Para que exista un eficiente rendimiento deportivo es indispensable generar conducta de trabajo, donde el rendimiento sea un indicador de triunfo, para ello todo el grupo o equipo deben mantener las condiciones adecuadas de trabajo, lo que posibilita fortalecer de mejor forma el rendimiento deportivo de manera adecuada, para ello la parte técnica del grupo requiere de trabajo constante, repasando, ejecutando durante las prácticas deportivas lo que canaliza un triunfo anticipado.

Según (Moreira, 2010) afirma que:

El rendimiento deportivo sea individual o grupal debe ser trabajado constantemente lo que aporta en el crecimiento físico, muscular, potenciando la parte motora, desarrollando las capacidad motriz que será puesta de manifiesto durante la ejecución de alguna actividad deportiva, logrando canalizar el juego de manera eficiente, donde la aplicación sea la más apropiada, estas acciones potencializan los indicadores que con el paso del tiempo posibilitaran de mejor forma la calidad del deporte. (p.30).

## **Capacidad deportiva**

Son las acciones o conjunto de técnicas deportivas, donde los jugadores pone de manifiesto estrategias, capacidades individuales motoras como la resistencia, la velocidad, la precisión, todas estas acciones pretenden superar las debilidades que solo al momento de ejecutarlo el juego se observa estas capacidades al momento de realizar determinada disciplina deportiva, constituyendo un modo de superación tanto individual, cómo en equipo.

## **Motivación deportiva**

Es evidente que para llevar a la practica un deporte además de trabajar el rendimiento también es importante potenciar ciertas condiciones personales, cómo la parte motivacional, predisponiendo a la persona para el juego, lo que significa mejorar su estado tanto físico, cómo emocional., todas estas condiciones aportan indiscutiblemente para lograr la victoria que se busca al poner en práctica una disciplina deportiva, pero estas cualidades lo que buscan superar ciertos indicadores para lograr el triunfo.

## **Aspectos que posibilitan el rendimiento deportivo**

Existen varios aspecto que aportan al desarrollo del rendimiento deportivo que son inducidos como la ejercitación, la práctica de determinada disciplina deportiva, la salud alimentaria, los buenos hábitos de la persona, la práctica de al juego en el tiempo libre, el conocimiento de estrategias y metodología de una actividad deportiva, entre otros aspectos que contribuyen durante la realización de un partido en este caso del baloncesto de manera adecuada., esto permitirá potenciar las capacidades motoras, físicas de los jugadores.

## **2.5 Hipótesis**

**H1:** La defensa individual **Si incide** en el desarrollo del rendimiento deportivo en deportistas de la selección pre-juvenil de baloncesto de la Unidad Educativa “Jorge Alvarez” del Canton Pillaro.

**H0:** La defensa individual **No incide** en el desarrollo del rendimiento deportivo en deportistas de la selección pre-juvenil de baloncesto de la Unidad Educativa “Jorge Alvarez” del Canton Pillaro.

## **2.6 Señalamiento de variables de la hipótesis**

### **Variable Independiente:**

Rendimiento Deportivo

### **Variable Dependiente:**

Defensa Individual

## **CAPÍTULO III METODOLOGÍA**

### **3.1 Enfoque investigativo**

El desarrollo de este trabajo de investigación está centrado en el modelo crítico propositivo, con una posición cuali – cuantitativo, los procesos se calculan en la comprobación de la hipótesis.

Es **cuantitativo** por que se utilizan procesos investigativos para interpretar una realidad pura que se encuentran nuestros deportistas, basados en la investigación pudiendo verificar el número de deportistas que han corregido sus capacidades mediante la defensa individual.

Es **cualitativo** porque se va a valorar como el rendimiento deportivo tienen relación con el desarrollo de la defensa individual por medio de un análisis de las diferentes circunstancias en las que el individuo se encuentra donde el deportista se desenvolverá de una mejor manera ante la sociedad. Los resultados obtenidos es la evidencia de un trabajo desplegado con los deportistas.

### **3.2 Modalidad básica de la investigación**

El esquema de este trabajo de investigación responde a las siguientes modalidades:

#### **Bibliográfica- Documental**

Esta modalidad se aplicó con la intención de indagar y consultar sobre teorías, conceptualizaciones, fundamentos y criterios de los diferentes autores sobre cuestiones determinadas en relación a las variables en estudio en esta problemática apoyándose en libros, textos, revistas, periódicos, páginas web, etc.

**De Campo:** Porque se realizó en el lugar donde se da esta problemática, es decir en la Unidad Educativa “Jorge Álvarez”, teniendo una relación en forma directa con los deportistas para obtener información veraz y efectiva.

#### **De Intervención Social**

Porque se trata de una propuesta de cambio con la finalidad de presentar una alternativa de solución al problema encontrado en la selección pre-juvenil, buscando que los deportistas mediante la defensa individual desarrollen el rendimiento deportivo para el beneficio de todos los involucrados con esta actividad.

### **3.3 Nivel o tipo de investigación**

#### **3.3.1 Exploratorio**



Nos permitirá aplicar y crear técnicas para un mejor desarrollo del rendimiento deportivo en relación a la defensa individual, de esta manera poder identificar la hipótesis presentada en la investigación, así como el reconocimiento de las variables a ser investigadas porque este nivel es flexible aporta con la generación de hipótesis, explorando un problema desconocido.

### **3.3.2 Descriptivo**

Determinar aspectos que sean causales para mejorar el rendimiento deportivo mediante la defensa individual en el baloncesto con el fin de obtener una mejor efectividad deportiva, es decir es un nivel de medición el cual necesita de mucho conocimiento sobre la problemática encontrada, además es de interacción social porque hace la comparación entre fenómenos con la intención de solucionar el problema.

### **3.3.3 Correlacional**

En donde se busca determinar la relación entre las dos variables, es decir causa-efecto desde el inicio del proceso de investigación, aporta con la identificación de datos para orientar y desarrollar de mejor manera el trabajo.

### **3.3.4 Explicativo**

Este método hace referencia a una explicación lógica y coherente de todos los aspectos encontrados permitirá conocer más sobre las características y beneficios del rendimiento deportivo permitiendo analizar de esta manera cual es la relación con el desarrollo de la defensa individual de los deportistas en la Unidad Educativa “Jorge Álvarez”, del Cantón Píllaro.

## **3.4 Población y muestra**

En la presente investigación se tomará en cuenta a los deportistas de la selección pre-juvenil de baloncesto y autoridades, estos son los involucrados directos en el desarrollo de la investigación de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez”.

<b>POBLACIÓN</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Deportistas</b>	35	87%
<b>Docentes de cultura física</b>	7	13%
<b>TOTAL</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

**Cuadro N° 4** Población y muestra  
**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### 3.5 Operacionalización de Variables

#### Variable Independiente: Defensa Individual

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICAS
<p><b>Defensa individual</b> es el eje en torno al que gira todas las tipologías de defensa que queremos implementar. Los principios que marquemos como innegociables deberán regir todo tipo de defensa ya sea en zonas precionantes, mutantes, zonales un cuarto de pista para fomentar un <b>juego</b> de ventajas donde se evidencia los <b>recursos físicos</b>.</p>	<b>Actividades</b>	individuales Actividades grupales	1. ¿Te gusta jugar baloncesto? 2. ¿Estás a gusto con tus compañeros y entrenador?	Encuesta
	<b>Juegos</b>	Juegos con balon Juegos sin balon	3. ¿Te sientes motivado para jugar en la selección pre-juvenil? 4. Crees que estás en buena condición física para jugar en defensa individual?	Cuestionario
	<b>Recursos Físicos</b>	Cancha Balones Implementos deportivos	5. ¿Conoces las técnicas para aplicar en la defensa individual de tu equipo?	Estructurado

**Cuadro N° 5 Variable Independiente:** Defensa Individual  
**Elaborado por:** Alulema S. (2018)

### 3.5.1 Variable Dependiente: Rendimiento Deportivo

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICAS
<p><b>Rendimiento deportivo.</b> Significa cumplir, ejecutar, acción motriz, cuyas reglas fija la institución deportiva, para potenciar la parte física que permite a los sujetos expresar sus potencialidades físicas y mentales, como las habilidades motrices de proyección, manipulación y recepción. (Instituto Europeo Campus Stella, Apuntes de cátedra, 2012).</p>	<p>Regla para ejecutar los movimientos.</p> <p>Potencialidad Física</p> <p>Habilidades motrices de Proyección, Manipulación y Recepción.</p>	<p>Andar</p> <p>Correr</p> <p>Saltar</p> <p>Etc.</p> <p>Giros</p> <p>equilibraciones</p> <p>balanceos</p> <p>etc.</p> <p>Lanzar</p> <p>Golpear</p> <p>flexibilidad</p> <p>etc.</p>	<p>6. ¿Crees que el desarrollo físico es importante para pertenecer a la selección pre juvenil?</p> <p>7. ¿Cuentas con un buen desarrollo físico para jugar al baloncesto?</p> <p>8. ¿Tu entrenador tiene conocimientos sobre técnicas de juego de baloncesto?</p> <p>9. ¿Crees que tu rendimiento deportivo está en óptimas condiciones como defensa individual del equipo?</p> <p>10. ¿El rendimiento deportivo es importante para el equipo de baloncesto?</p>	<p>Encuesta</p> <p>Cuestionario</p> <p>Estructurado</p>

**Cuadro N° 6 Variable Independiente:** Rendimiento Deportivo  
**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### **3.6 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos**

Para el desarrollo del trabajo de investigación se utilizarán técnicas que tengan relación al tema en estudio como es la observación directa en la institución educativa, también se aplicarán encuestas que van dirigidas a los 35 estudiantes de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez”.

#### **La entrevista**

Esta técnica permite reunir datos dentro de los involucrados en este proyecto, ésta entabla un diálogo entre el entrevistador y entrevistado el mismo que proporciona los testimonios necesarios especialmente para la fase de la interpretación de resultados, es decir es una forma concreta de interacción social, donde los involucrados conversan y se recolectan los datos que aportarán al desarrollo de este proyecto investigativo. La entrevista a ser empleada será estructurada y dirigida a los estudiantes de la Unidad Educativa.

#### **Encuesta**

A diferencia de la entrevista esta es una técnica predestinada a proporcionar datos de diferentes personas, para lo cual se diseñará un listado de preguntas por escrito donde las autoridades proporcionarán datos reales que aporte al desarrollo del proyecto y se llama cuestionario el mismo que servirá para formular juicios de valor e hipótesis que generen información en relación al problema encontrado.

### **3.7 Recolección de información**

Para la construcción de la información se maneja metodológicamente en dos fases:

1. Plan para la recolección de información
2. Plan para el procesamiento de información

El plan de recolección de información contempla estrategias metodológicas requeridas por los objetivos e hipótesis de investigación, de acuerdo con el enfoque escogido el mismo que facilitara los resultados esperados.

### 3.8 Plan de recolección de la información

<b>PREGUNTAS</b>	<b>EXPLICACIÓN</b>
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos propuestos en la presente investigación y comprobar la hipótesis
¿A qué personas está dirigido?	Deportistas de la selección pre-juvenil de baloncesto y autoridades de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez”.
¿Sobre qué aspectos?	Sobre la defensa individual y el rendimiento deportivo.
¿Quién investiga?	Investigador: Alulema Villacís Santiago Javier
¿Cuándo?	Periodo Lectivo 2017 – 2018
Lugar de recolección de la información	Unidad Educativa “Jorge Álvarez”
¿Cuántas veces?	Una
¿Qué técnica de recolección?	Encuestas, entrevistas
¿Con qué?	Cuestionarios estructurados
¿En qué situación?	Colaboración prestada de los deportistas de la selección de baloncesto de la unidad educativa involucrados en un ambiente acorde a las necesidades de los involucrados.

**Cuadro N° 7** Plan de recolección de la información

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### 3.9 Plan de procesamiento de la información

Para el procesamiento de los datos se procederá al análisis e interpretación en función de los autores que contestan las variables acorde al tema, podremos observar con mayor claridad los resultados obtenidos en las encuestas aplicadas a los estudiantes, posteriormente se realizará la revisión de información, tabulaciones, análisis de datos e interpretación de resultados y poder llegar a las conclusiones más acertadas.

Una vez aplicadas las encuestas se procederá al análisis de los resultados de la siguiente manera:

1. Revisión de Información
2. Tabulación de la información

Permite conocer el comportamiento del fenómeno objeto de estudio, determinando la frecuencia con que aparece y cuál es su impacto en las variables.

1. Análisis de datos

Permite conocer el comportamiento del fenómeno objeto de estudio.

2. Interpretación de resultados

Permite comprender la magnitud de los datos además se estudiarán cada uno de los resultados y se podrá establecer posibles soluciones al problema.

**CAPÍTULO IV**  
**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**  
**ENCUESTA REALIZADA A 35 ESTUDIANTES DEPORTISTAS DE LA**  
**UNIDAD EDUCATIVA “JORGE ÁLVAREZ” DEL CANTÓN PÍLLARO**

**1. ¿Te gusta jugar baloncesto?**

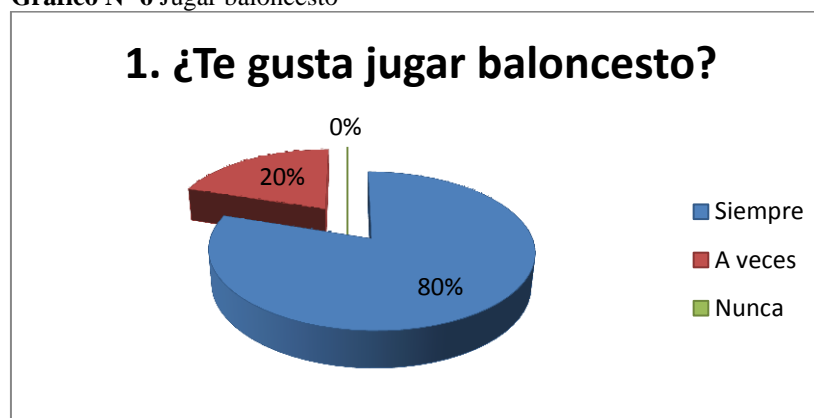
**Cuadro N° 8** Jugar baloncesto

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	28	80%
A veces	7	20%
Nunca	0	0%
TOTAL	35	100%

**Fuente:** Encuesta a deportistas

**Elaborado por:** Santiago Javier Alulema Villacís

**Gráfico N° 6** Jugar baloncesto



**Fuente:** Encuesta a deportistas

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Análisis de Resultados**

El 80% de los estudiantes deportistas de la institución educativa responden que Siempre les gusta jugar baloncesto.

El 20% de los estudiantes deportistas de la institución educativa responden que A veces les gusta jugar baloncesto.

**Interpretación de Resultados**

Luego de tabular los datos recopilados de los estudiantes deportistas se deduce que un alto porcentaje responden que Siempre les gusta jugar baloncesto, esto indica que los participantes están dispuestos a practicar para aprender más sobre este deporte que requiere de una práctica permanente con esfuerzo y dedicación.



## 2. ¿Estás a gusto con tus compañeros y entrenador?

Cuadro N° 9 Tus compañeros y entrenador

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	26	74%
A veces	6	17%
Nunca	3	9%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

Gráfico N° 7 Tus compañeros y entrenador



Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 80% de los estudiantes deportistas de la institución educativa responden que Siempre están a gusto con sus compañeros y entrenador. El 17% de los estudiantes deportistas de la institución educativa responden que A veces están a gusto con sus compañeros y entrenador. El 9% de los estudiantes deportistas de la institución educativa responden que nunca están a gusto con sus compañeros y entrenador.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los estudiantes deportistas se deduce que un alto porcentaje responden que Siempre están a gusto con sus compañeros y entrenador, esto es importante para un correcto entrenamiento y haya la confianza entre los involucrados en esta actividad deportiva.

### 3. ¿Te sientes motivado para jugar en la selección pre-juvenil?

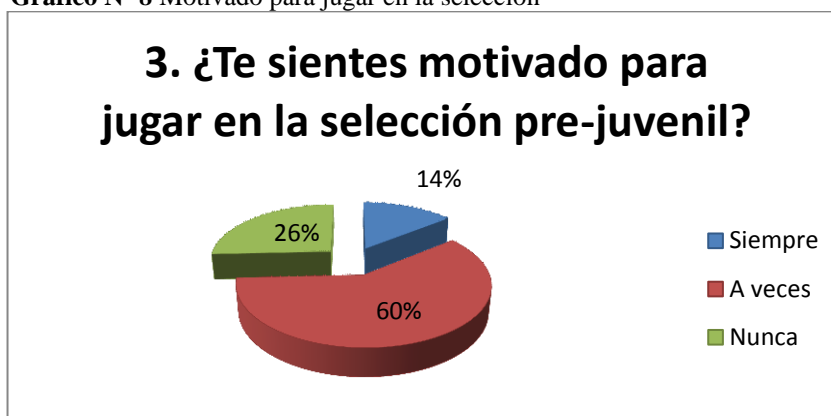
**Cuadro N° 10** Motivado para jugar en la selección

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	5	14%
A veces	21	60%
Nunca	9	26%
TOTAL	35	100%

**Fuente:** Encuesta a deportistas

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Gráfico N° 8** Motivado para jugar en la selección



**Fuente:** Encuesta a deportistas

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

#### **Análisis de Resultados**

El 14% de los estudiantes deportistas de la institución educativa responden que Siempre se sienten motivados para jugar en la selección pre-juvenil. El 60% de los estudiantes deportistas de la institución educativa responden que A veces se sienten motivados para jugar en la selección pre-juvenil. El 26% de los estudiantes deportistas de la institución educativa responden que Nunca se sienten motivados para jugar en la selección pre-juvenil.

#### **Interpretación de Resultados**

Luego de tabular los datos recopilados de los estudiantes deportistas se deduce que un alto porcentaje responden que A veces se sienten motivados para jugar en la selección pre-juvenil, entonces es necesario que los entrenadores busquen algunas alternativas para motivar a que los deportistas sean partícipes activos del baloncesto.

#### 4. ¿Crees que estás en buena condición física para jugar en defensa individual?

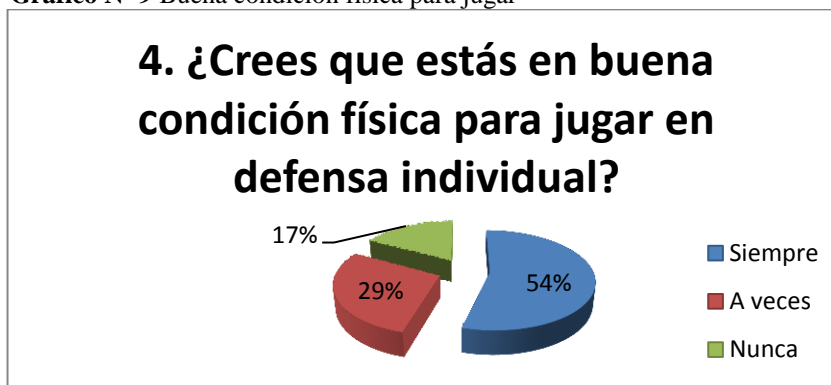
Cuadro N° 11 Buena condición física para jugar

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	19	54%
A veces	10	29%
Nunca	6	17%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

Gráfico N° 9 Buena condición física para jugar



Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

#### Análisis de Resultados

El 54% de los estudiantes deportistas de la institución responden que Siempre creen que están en buena condición física para jugar en defensa individual. El 29% de los estudiantes deportistas de la institución responden que A veces creen que están en buena condición física para jugar en defensa individual. El 17% de los estudiantes deportistas de la institución responden que Nunca creen que estén en buena condición física para jugar en defensa individual.

#### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los estudiantes deportistas se deduce que un alto porcentaje responden que siempre creen que están en buena condición física para jugar en defensa individual, es decir que los deportistas de la pre juvenil si pueden jugar baloncesto en la sección de defensa individual, pero les hace falta tener conocimientos sobre técnicas de defensa en la cancha.

## 5. ¿Conoces las técnicas para aplicar en la defensa individual de tu equipo?

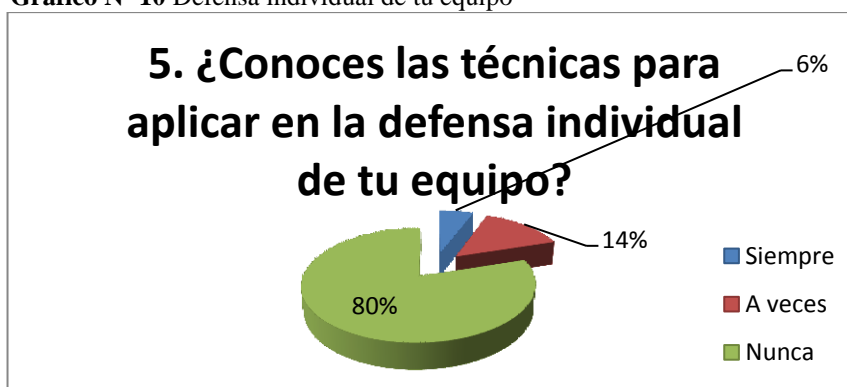
Cuadro N° 12 Defensa individual de tu equipo

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	2	6%
A veces	5	14%
Nunca	28	80%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

Gráfico N° 10 Defensa individual de tu equipo



Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 6% de los estudiantes deportistas de la institución responden que Siempre conocen las técnicas para aplicar en la defensa individual de tu equipo. El 14% de los estudiantes deportistas de la institución responden que A veces conocen las técnicas para aplicar en la defensa individual de tu equipo. El 80% de los estudiantes deportistas de la institución responden que Nunca conocen las técnicas para aplicar en la defensa individual de tu equipo.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los estudiantes deportistas se deduce que un alto porcentaje responden que Nunca conocen las técnicas para aplicar en la defensa individual de tu equipo, entonces es necesario que los entrenadores repasen estas técnicas para mejorar la defensa individual del equipo fomentando en los deportistas la seguridad en el juego.

## 6. ¿Crees que el rendimiento deportivo es importante para pertenecer a la selección pre juvenil?

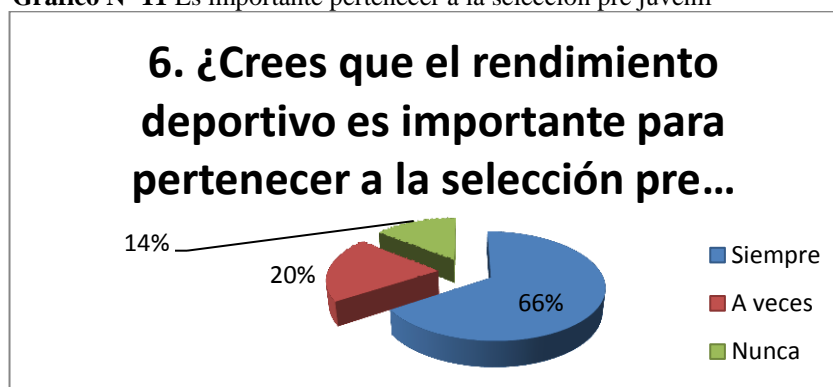
Cuadro N° 13 Es importante pertenecer a la selección pre juvenil

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	23	66%
A veces	7	20%
Nunca	5	14%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

Gráfico N° 11 Es importante pertenecer a la selección pre juvenil



Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 66% de los estudiantes deportistas de la institución responden que Siempre creen que el rendimiento deportivo es importante para pertenecer a la selección pre juvenil. El 20% de los estudiantes deportistas de la institución responden que A veces creen que el rendimiento deportivo es importante para pertenecer a la selección pre juvenil. El 14% de los estudiantes deportistas de la institución responden que Nunca creen que el rendimiento deportivo sea importante para pertenecer a la selección pre juvenil.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los estudiantes deportistas se deduce que un alto porcentaje responden que siempre creen que el rendimiento deportivo es importante para pertenecer a la selección pre juvenil, por lo tanto es necesario que los entrenadores primero se preocupen por el desarrollo de físico de los participantes de la selección pre juvenil.

## 7. ¿Cuentas con un buen desarrollo físico para jugar al baloncesto?

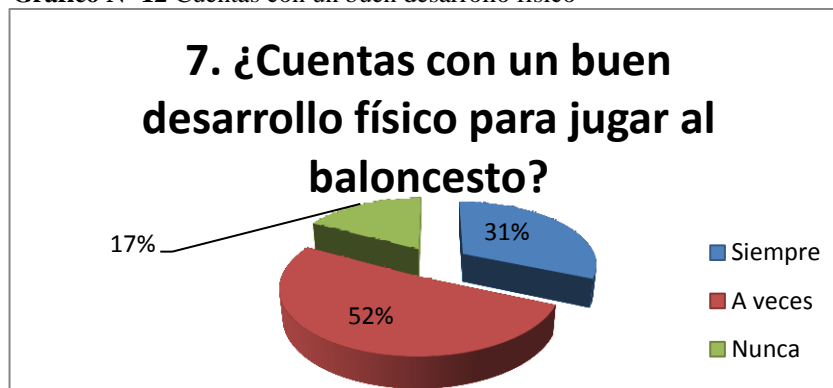
**Cuadro N° 14** Cuentas con un buen desarrollo físico

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	11	31%
A veces	18	52%
Nunca	6	17%
TOTAL	35	100%

**Fuente:** Encuesta a deportistas

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Gráfico N° 12** Cuentas con un buen desarrollo físico



**Fuente:** Encuesta a deportistas

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 31% de los estudiantes deportistas de la institución responden que Siempre cuenta con un buen desarrollo físico para jugar al baloncesto. El 52% de los estudiantes deportistas de la institución responden que A veces cuenta con un buen desarrollo físico para jugar al baloncesto. El 17% de los estudiantes deportistas de la institución responden que Nunca cuenta con un buen desarrollo físico para jugar al baloncesto.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los estudiantes deportistas se deduce que un alto porcentaje responden que A veces cuenta con un buen desarrollo físico para jugar al baloncesto, es decir que no todos son desarrollados físicamente, pero si se utilizan las técnicas adecuadas en un partido de baloncesto se pueden alcanzar un buen puntaje en el marcador.

## 8. ¿Tu entrenador tiene conocimientos sobre técnicas de juego de baloncesto?

Cuadro N° 15 Tiene conocimientos sobre técnicas de juego

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	7	20%
A veces	23	66%
Nunca	5	14%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

Gráfico N° 13 Tiene conocimientos sobre técnicas de juego



Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 20% de los estudiantes deportistas de la institución responden que Siempre su entrenador tiene conocimientos sobre técnicas de juego de baloncesto. El 66% de los estudiantes deportistas de la institución responden que A veces su entrenador tiene conocimientos sobre técnicas de juego de baloncesto. El 14% de los estudiantes deportistas de la institución responden que Nunca su entrenador tiene conocimientos sobre técnicas de juego de baloncesto.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los estudiantes deportistas se deduce que un alto porcentaje responden que a veces su entrenador tiene conocimientos sobre técnicas de juego de baloncesto, esto indica que es preciso que se prepare en cuanto a técnicas de juego especialmente técnicas para la defensa individual del equipo de la selección pre juvenil.

## 9. ¿Crees que tu rendimiento deportivo está en óptimas condiciones como defensa individual del equipo?

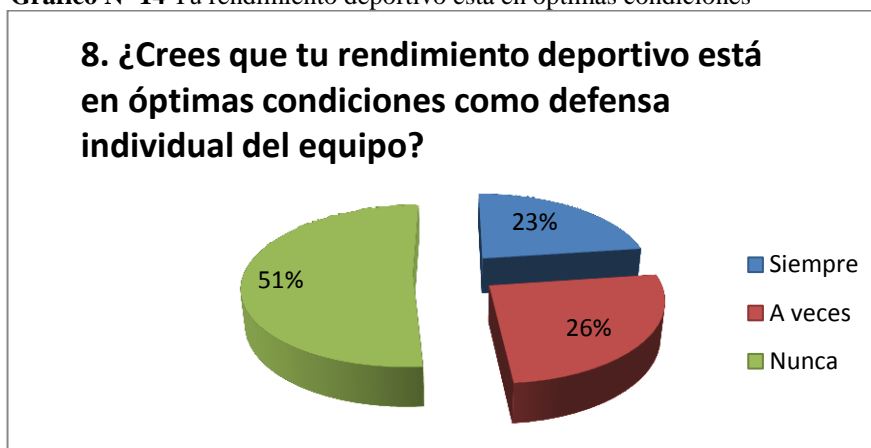
Cuadro N° 16 Tu rendimiento deportivo está en óptimas condiciones

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	8	23%
A veces	9	26%
Nunca	18	51%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

Gráfico N° 14 Tu rendimiento deportivo está en óptimas condiciones



Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 23% de los deportistas encuestados responden que Siempre creen que su rendimiento deportivo está en óptimas condiciones como defensa individual del equipo. El 26% de los deportistas encuestados responden que A veces creen que su rendimiento deportivo está en óptimas condiciones como defensa individual del equipo. El 51% de los deportistas encuestados responden que Nunca creen que su rendimiento deportivo esté en óptimas condiciones como defensa individual del equipo.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los estudiantes deportistas se deduce que un alto porcentaje responden que nunca creen que su rendimiento deportivo está en óptimas condiciones como defensa individual del equipo, es decir que hace falta fortalecer el rendimiento de los deportistas de la selección pre juvenil.



## 10. ¿El rendimiento deportivo es importante para el equipo de baloncesto?

Cuadro N° 17 El rendimiento deportivo es importante

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	29	83%
A veces	6	17%
Nunca	0	0%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

Gráfico N° 15 El rendimiento deportivo es importante



Fuente: Encuesta a deportistas

Elaborado por: Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 83% de los deportistas encuestados responden que Siempre el rendimiento deportivo es importante para el equipo de baloncesto. El 17% de los deportistas encuestados responden que A veces el rendimiento deportivo es importante para el equipo de baloncesto.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los estudiantes deportistas se deduce que un alto porcentaje responden que Siempre el rendimiento deportivo es importante para el equipo de baloncesto, por lo tanto los estudiantes deportistas que pertenecen a la selección pre juvenil deben dar todo su potencial físico para alcanzar un alto rendimiento en beneficio de su selección.

**CAPÍTULO IV**  
**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**  
**ENCUESTA REALIZADA A 7 DOCENTES DE CULTURA FÍSICA DE LA**  
**UNIDAD EDUCATIVA “JORGE ÁLVAREZ” DEL CANTÓN PÍLLARO**

**1. ¿Cómo docente de cultura física ha organizado selecciones pre juveniles de baloncesto para la institución educativa?**

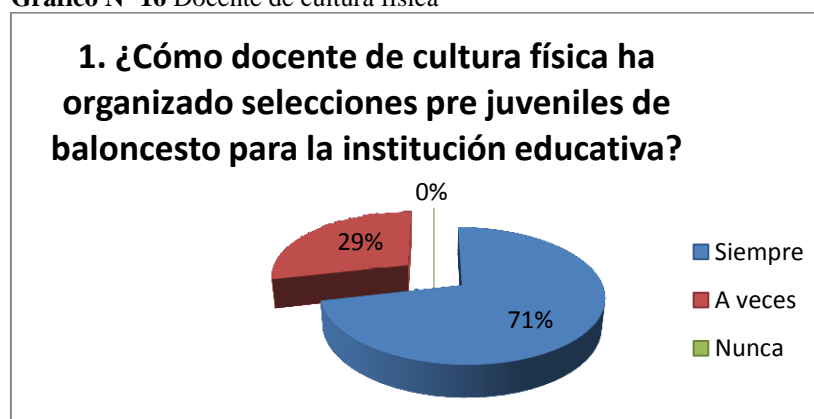
**Cuadro N° 18** Docente de cultura física

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	5	71%
A veces	2	29%
Nunca	0	0%
TOTAL	7	100%

**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Gráfico N° 16** Docente de cultura física



**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Análisis de Resultados**

El 71% de los docentes de cultura física responden que Siempre han organizado selecciones pre juveniles de baloncesto para la institución educativa. El 29% de los docentes de cultura física responden que A veces han organizado selecciones pre juveniles de baloncesto para la institución educativa.

**Interpretación de Resultados**

Luego de tabular los datos recopilados de los docentes de cultura física se deduce que un alto porcentaje responden que Siempre han organizado selecciones pre

juveniles de baloncesto para la institución educativa, esto indica que si cuenta con una selección y es necesario potencializar la defensa individual del equipo.

## 2. ¿La defensa individual de la selección que Ud. dirige conoce de técnicas de defensa?

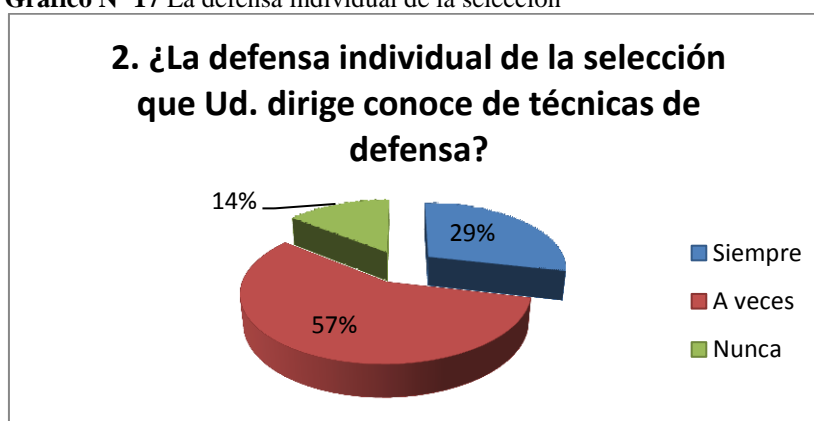
**Cuadro N° 19** La defensa individual de la selección

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	2	29%
A veces	4	57%
Nunca	1	14%
TOTAL	7	100%

**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Gráfico N° 17** La defensa individual de la selección



**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 29% de los docentes de cultura física responden que Siempre la defensa individual de la selección que él dirige conoce de técnicas de defensa. El 57% de los docentes de cultura física responden que A veces la defensa individual de la selección que él dirige conoce de técnicas de defensa. El 14% de los docentes de cultura física responden que Nunca la defensa individual de la selección que él dirige conoce de técnicas de defensa.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los docentes de cultura física se deduce que un alto porcentaje responden que a veces la defensa individual de la selección

que él dirige conoce de técnicas de defensa, entonces hace falta que el docente entrenador domine las técnicas necesarias para fortalecer la defensa individual.

### 3. ¿Ud. conoce todas las técnicas de defensa individual de baloncesto?

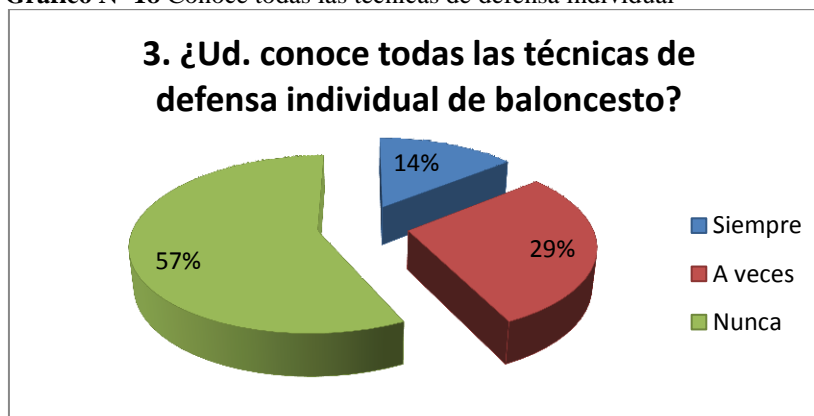
**Cuadro N° 20** Conoce todas las técnicas de defensa individual

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	1	14%
A veces	2	29%
Nunca	4	57%
TOTAL	7	100%

**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Gráfico N° 18** Conoce todas las técnicas de defensa individual



**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

#### Análisis de Resultados

El 14% de los docentes de cultura física responden que Siempre conoce todas las técnicas de defensa individual de baloncesto. El 29% de los docentes de cultura física responden que A veces conoce todas las técnicas de defensa individual de baloncesto. El 57% de los docentes de cultura física responden que Nunca conoce todas las técnicas de defensa individual de baloncesto.

#### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los docentes de cultura física se deduce que un alto porcentaje responden que Nunca conoce todas las técnicas de defensa individual de baloncesto, entonces hace falta que el docente de cultura física se

prepare sobre tema para que pueda entrenar bien a los estudiantes de la selección pre juvenil de la institución.

**4. ¿Piensa que los estudiantes de la selección pre juvenil de baloncesto está bien preparada en defensa individual para retar a otro equipo?**

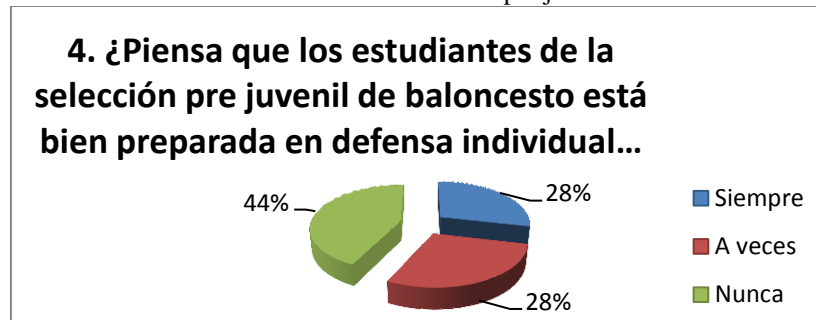
**Cuadro N° 21** Los estudiantes de la selección pre juvenil

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	2	28%
A veces	2	28%
Nunca	3	44%
TOTAL	7	100%

**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Gráfico N° 19** Los estudiantes de la selección pre juvenil



**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Análisis de Resultados**

El 28% de los docentes de cultura física responden que Siempre los estudiantes de la selección de baloncesto están bien preparados en defensa individual para retar a otro equipo. El 28% de los docentes de cultura física responden que A veces los estudiantes de la selección de baloncesto están bien preparados en defensa individual para retar a otro equipo. El 44% de los docentes de cultura física responden que Nunca los estudiantes de la selección de baloncesto están bien preparados en defensa individual para retar a otro equipo.

**Interpretación de Resultados**

Luego de tabular los datos recopilados de los docentes de cultura física se deduce que un alto porcentaje responden que Nunca los estudiantes de la selección de baloncesto están bien preparados en defensa individual para retar a otro equipo,

por lo tanto el entrenador tiene una ardua labor al preparar al equipo para enfrentarse a un partido de baloncesto.

### 5. ¿Cree que se puede fortalecer con técnicas la defensa individual del equipo de baloncesto?

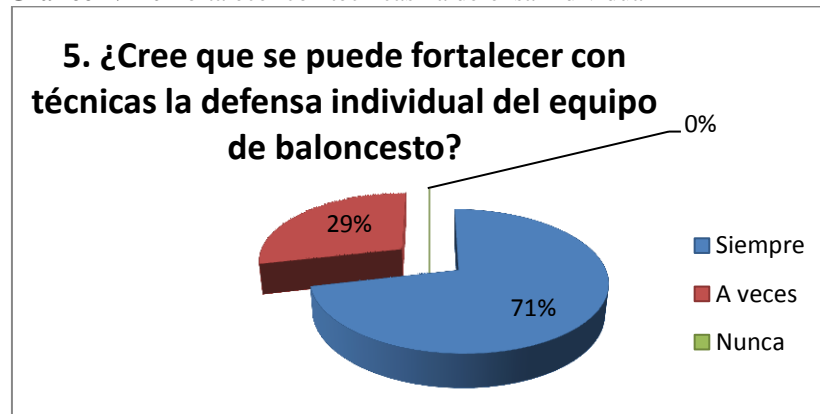
**Cuadro N° 22** Fortalecer con técnicas la defensa individual

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	5	71%
A veces	2	29%
Nunca	0	0%
TOTAL	7	100%

**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Gráfico N° 20** Fortalecer con técnicas la defensa individual



**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 71% de los docentes de cultura física responden que Siempre pueden fortalecer con técnicas la defensa individual del equipo de baloncesto. El 29% de los docentes de cultura física responden que A veces pueden fortalecer con técnicas la defensa individual del equipo de baloncesto.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los docentes de cultura física se deduce que un alto porcentaje responden que siempre pueden fortalecer con técnicas la defensa individual del equipo de baloncesto, por lo tanto en las prácticas de este deporte el entrenador lo hará aplicándolas para fortalecer el equipo.

## 6. ¿Cree que el rendimiento deportivo de baloncesto depende mucho de la defensa individual?

**Cuadro N° 23** El rendimiento deportivo de baloncesto

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	4	57%
A veces	2	29%
Nunca	1	14%
TOTAL	7	100%

**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Gráfico N° 21** El rendimiento deportivo de baloncesto



**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### **Análisis de Resultados**

El 57% de los docentes de cultura física responden que Siempre creen que el rendimiento deportivo de baloncesto depende mucho de la defensa individual. El 29% de los docentes de cultura física responden que A veces creen que el rendimiento deportivo de baloncesto depende mucho de la defensa individual. El 14% de los docentes de cultura física responden que Nunca creen que el rendimiento deportivo de baloncesto dependa mucho de la defensa individual.

### **Interpretación de Resultados**

Luego de tabular los datos recopilados de los docentes de cultura física se deduce que un alto porcentaje responden que Siempre creen que el rendimiento deportivo de baloncesto depende mucho de la defensa individual, entonces es esta la que debe estar bien preparada para que el equipo en sí tenga más seguridad al momento de enfrentarse a un reto.

## 7. ¿El rendimiento deportivo de baloncesto que Ud. dirige está en todo su potencial?

**Cuadro N° 24** El rendimiento deportivo de baloncesto

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	2	28%
A veces	3	44%
Nunca	2	28%
TOTAL	7	100%

**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Gráfico N° 22** El rendimiento deportivo de baloncesto



**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### **Análisis de Resultados**

El 28% de los docentes de cultura física responden que Siempre el rendimiento deportivo de baloncesto que dirige está en todo su potencial. El 44% de los docentes de cultura física responden que A veces el rendimiento deportivo de baloncesto que dirige está en todo su potencial. El 28% de los docentes de cultura física responden que Nunca el rendimiento deportivo de baloncesto que dirige está en todo su potencial.

### **Interpretación de Resultados**

Luego de tabular los datos recopilados de los docentes de cultura física se deduce que un alto porcentaje responden que A veces el rendimiento deportivo de baloncesto que dirige está en todo su potencial, es decir que aún hace falta practicar el baloncesto con técnica de juego que favorezcan al desarrollo del rendimiento deportivo.



## 8. ¿Cree que los deportistas necesitan ser motivados para mejorar el rendimiento deportivo de baloncesto?

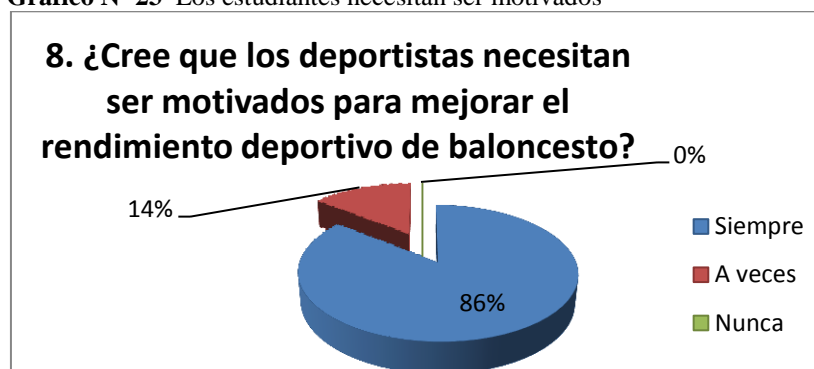
**Cuadro N° 25** Los estudiantes necesitan ser motivados

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	6	86%
A veces	1	14%
Nunca	0	0%
TOTAL	7	100%

**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

**Gráfico N° 23** Los estudiantes necesitan ser motivados



**Fuente:** Encuesta a docentes de cultura física

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### **Análisis de Resultados**

El 86% de los docentes de cultura física responden que Siempre creen los deportistas necesitan ser motivados para mejorar el rendimiento deportivo de baloncesto. El 14% de los docentes de cultura física responden que A veces creen los deportistas necesitan ser motivados para mejorar el rendimiento deportivo de baloncesto.

### **Interpretación de Resultados**

Luego de tabular los datos recopilados de los docentes de cultura física se deduce que un alto porcentaje responden que Siempre creen los deportistas necesitan ser motivados para mejorar el rendimiento deportivo de baloncesto, ya que una persona con la autoestima alta es capaz de alcanzar metas no imaginables.

## 9. ¿Los deportistas de su equipo demuestran un alto rendimiento deportivo durante las prácticas?

Cuadro N° 26 Demuestran un alto rendimiento deportivo

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	1	14%
A veces	2	29%
Nunca	4	57%
TOTAL	7	100%

Fuente: Encuesta a docentes de cultura física

Elaborado por: Alulema S (2018)

Gráfico N° 24 Demuestran un alto rendimiento deportivo



Fuente: Encuesta a docentes de cultura física

Elaborado por: Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 14% de los docentes de cultura física responden que Siempre los deportistas de su equipo demuestran un alto rendimiento deportivo durante las prácticas. El 29% de los docentes de cultura física responden que A veces los deportistas de su equipo demuestran un alto rendimiento deportivo durante las prácticas. El 57% de los docentes de cultura física responden que Nunca los deportistas de su equipo demuestran un alto rendimiento deportivo durante las prácticas.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los docentes de cultura física se deduce que un alto porcentaje responden que A veces los deportistas de su equipo demuestran un alto rendimiento deportivo durante las prácticas, es decir que los seleccionados de la selección pre juvenil deben poner más empeño para mejorar su rendimiento.

## 10. ¿La defensa individual de la selección pre juvenil de baloncesto pone en práctica las técnicas que Ud. les ha enseñado?

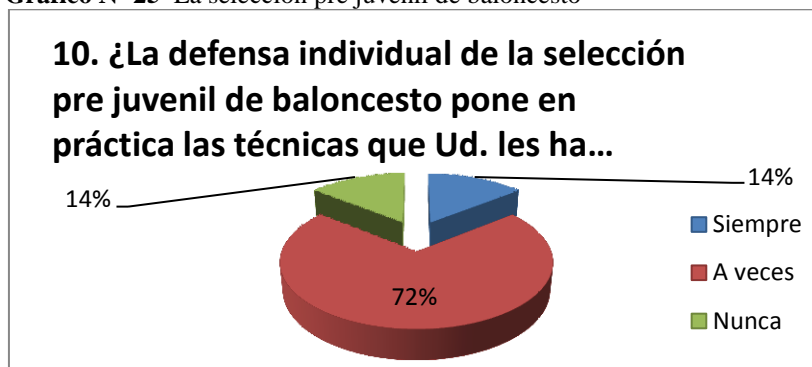
Cuadro N° 27 La selección pre juvenil de baloncesto

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	1	14%
A veces	5	72%
Nunca	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Encuesta a docentes de cultura física

Elaborado por: Alulema S (2018)

Gráfico N° 25 La selección pre juvenil de baloncesto



Fuente: Encuesta a docentes de cultura física

Elaborado por: Alulema S (2018)

### Análisis de Resultados

El 14% de los docentes de cultura física responden que Siempre la defensa individual de la selección pre juvenil pone en práctica las técnicas enseñadas. El 72% de los docentes de cultura física responden que A veces la defensa individual de la selección pre juvenil pone en práctica las técnicas enseñadas. El 14% de los docentes de cultura física responden que Nunca la defensa individual de la selección pre juvenil pone en práctica las técnicas enseñadas.

### Interpretación de Resultados

Luego de tabular los datos recopilados de los docentes de cultura física se deduce que un alto porcentaje responden que a veces la defensa individual de la selección pre juvenil pone en práctica las técnicas enseñadas, es necesario concientizar a los deportistas sobre la importancia de aplicar las técnicas durante los repasos para hacer hábitos de una buena práctica deportiva.

#### **4.3.1. Verificación de la Hipótesis**

En la investigación realizada en la Unidad Educativa “Jorge Álvarez”, uno de los puntos es la verificación de la hipótesis. El estadígrafo de significación por excelencia es Chi Cuadrado que nos permite obtener información con la que aceptamos o rechazamos la hipótesis.

#### **4.3.2. Combinación de Frecuencias**

Para poder establecer y realizar el Chi Cuadrado se establece la correspondencia de la variable eligiendo cuatro preguntas de las encuestas, dos por cada variable de estudio, eso permitirá efectuar el proceso de combinación.

#### **4.3.3. Planteamiento de la Hipótesis**

**H.0:** La defensa individual **No incide** en el desarrollo del rendimiento deportivo en deportistas de la selección pre-juvenil de baloncesto de la Unidad Educativa “Jorge Alvarez” del Canton Pillaro.

**H.1:** La defensa individual **Si incide** en el desarrollo del rendimiento deportivo en deportistas de la selección pre-juvenil de baloncesto de la Unidad Educativa “Jorge Alvarez” del Canton Pillaro.

#### **4.3.4. Selección del Nivel de significación**

Se utiliza el  $\alpha = 0.05$

#### **4.3.5. Especificaciones del Estadístico**

De acuerdo a la tabla de contingencia 4 x 2 utilizaremos la fórmula.

$$X^2 = \frac{\sum (O - E)^2}{E} \quad \text{Donde}$$

$X^2$  = Chi o Ji Cuadrado

$\sum$  = Sumatoria

$O$  = Frecuencias Observadas

$E$  = Frecuencia Especializada

#### 4.3.6. Especializaciones de la región de aceptación y rechazo

Para indicar sobre esta regiones primeramente determinaremos los grados de libertad conociendo que el cuadrado está formado por 4 cifras y 2 columnas.

$$gl = (f - 1) \cdot (c - 1)$$

$$gl = (4 - 1) \cdot (3 - 1)$$

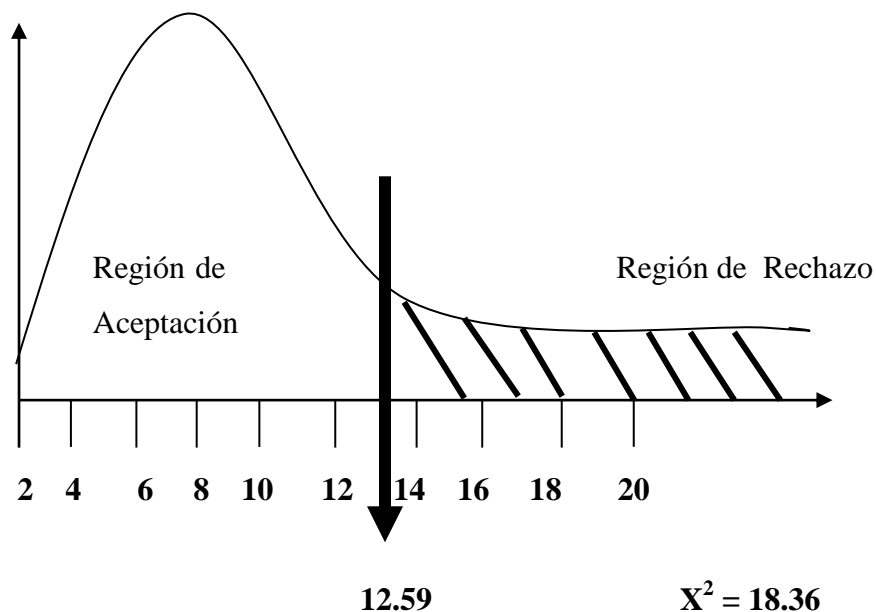
$$gl = (3) - (2)$$

$$gl = 6$$

Entonces con el 6 gl y el nivel de 0.05 tenemos la tabla de  $X^2$  siendo el valor de 12.59 por consiguiente se acepta la hipótesis nula para todos los valores de Ji Cuadrado que se encuentran hasta el valor 12.59 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 12.59.

La representación gráfica sería:

Gráfico N° 26 Ji Cuadrado



**4.3.7. Recolección de datos de los cálculos de las estadísticas**

**Tabla N° 1 Recolección de Datos frecuencia observada deportistas**

PREGUNTAS	CATEGORÍAS			Subtotal
	Siempre	A veces	Nunca	
2. ¿Estás a gusto con tus compañeros y entrenador?	19	10	6	35
5. ¿Conoces las técnicas para aplicar en la defensa individual de tu equipo?	8	14	13	35
6. ¿Crees que el rendimiento deportivo es importante para pertenecer a la selección pre juvenil?	23	5	7	35
9. ¿Crees que tu rendimiento deportivo está en óptimas condiciones como defensa individual del equipo?	11	15	9	35
SUBTOTAL	61	44	35	140

Elaborado por: Alulema S (2018)

**Tabla N° 2 Recolección de Datos frecuencia esperada deportistas**

PREGUNTAS	CATEGORÍAS			Subtotal
	Siempre	A veces	Nunca	
2. ¿Estás a gusto con tus compañeros y entrenador?	15.25	11	8.75	35
5. ¿Conoces las técnicas para aplicar en la defensa individual de tu equipo?	15.25	11	8.75	35
6. ¿Crees que el rendimiento deportivo es importante para pertenecer a la selección pre juvenil?	15.25	11	8.75	35
9. ¿Crees que tu rendimiento deportivo está en óptimas condiciones como defensa individual del equipo?	15.25	11	8.75	35
<b>SUBTOTAL</b>	61	44	35	140

Elaborado por: Alulema S (2018)

**Tabla N° 3 Cálculo de Ji = Cuadrado deportistas**

O	E	O - E	$(O - E)^2$	$(O - E)^2 / E$
19	15.25	3.75	14.06	0.92
10	11	-1	-1	0.09
6	8.75	-2.75	-7.56	0.86
8	15.25	-7.25	-52.56	3.44
14	11	3	9	0.81
13	8.75	4.25	18.06	2.06
23	15.25	7.75	60.06	3.93
5	11	-6	-36	3.27
7	8.75	-1.75	-3.06	0.35
11	15.25	-4.25	-18.06	1.18
15	11	4	16	1.45
9	8.75	0.25	0.06	0.00
				<b>18.36</b>

Elaborado por: Alulema S (2018)

#### **4.3.8. Decisión Final**

Recolección de datos y cálculo de las estadísticas

Para los 6 grados de libertad a un nivel de 0.05 se obtiene en el cuadrado 12.59 y con el valor de Ji Cuadrado calculado es de 18.36 y , se encuentra fuera de la región de aceptación, entonces se rechaza la hipótesis nula por lo que acepta la hipótesis alternativa que dice: La defensa individual Si incide en el desarrollo del rendimiento deportivo en deportistas de la selección pre-juvenil de baloncesto de la Unidad Educativa “Jorge Alvarez” del Canton Pillaro.



## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Conclusiones

Luego de realizar la investigación se concluye que es importante generar un análisis de los beneficios del rendimiento deportivo en la defensa individual de los deportistas de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez, lo que con el paso del tiempo permitirá elevar el nivel competitivo de los jugadores, que muchas de las veces no aplican correctamente la defensa individual al momento de evitar el avance del jugador contrario al aro.

Por otro lado es importante Identificar el manejo Triangle & 2 de la defensa individual de los deportistas de la selección pre-juvenil de la unidad educativa Jorge Álvarez., con el afán de mejorar las capacidades y habilidades físicas durante la práctica de una disciplina deportiva cómo es el baloncesto, que a nivel de nuestro medio y dentro de las instituciones educativas tienen gran acogida, lo que se requiere fortalecer para los campeonatos que se dan a nivel local, nacional.

Se puede deducir que al visualizar las jugadas se establece la correlación entre la defensa individual y el rendimiento deportivo del baloncesto en los deportistas de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez, siendo indispensable trabajar la parte técnica, reglamentaria para elevar el nivel de conocimiento sobre esta disciplina y donde se requiere trabajar es la defensa individual y sobre todo potenciar el rendimiento deportivo de los jugadores para lograr el triunfo que tanto se busca en un partido de baloncesto.

También podemos mencionar que los datos encontrados en la encuesta aplicada se deduce que hace falta potenciar ciertas acciones para buscar estrategias que posibilite la ejecución de manera eficiente de la defensa individual, para ello es importante buscar los mecanismos para elevar el rendimiento deportivo que requiere un equipo de baloncesto en un campeonato a nivel escolar.

## **5.2. Recomendaciones**

Se requiere trabajar la parte técnica y reglamentaria de los jugadores y del equipo de baloncesto la defensa individual que busca generar las acciones tendientes a detener el avance de los jugadores contrarios en busca del aro, lo que disminuye las posibilidades de triunfo, estos mecanismos deben ser superados durante las horas clases de cultura física y al momento de los repases del baloncesto.

Es imprescindible buscar los mecanismos adecuados para elevar el nivel físico mediante un trabajo planificado y organizado, lo que con el paso del tiempo fortalecerá el rendimiento deportivo de los jugadores de manera significativa, este evento busca fomentar un mejor desempeño en el cancha y durante el juego del baloncesto para garantizar un mejor desempeño lo que permitirá mayores oportunidades de triunfo.

Es evidente que se requiere trabajar las dos situaciones tanto la defensa individual, cómo también el rendimiento deportivo de la pre-selección juvenil de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” para ello se requiere realizar un artículo técnico, donde detalle las consideraciones más esenciales que se debe tomar en cuenta para superar esta debilidad que se puede observar durante los entrenamientos y en los partidos que se fomentan en esta disciplina deportiva.

Es importante generar en los estudiantes y profesores de cultura física quienes están cada día enseñando jugadas, estrategias, reglas del baloncesto mejorar las condiciones deportivas para ejecutar con mayor eficiencia el juego poniendo de manifiesto la defensa individual, tratando siempre de elevar el rendimiento deportivo de los jugadores, con el único afán superar la calidad del juego y la participación del equipo en las competencias locales e institucionales.

## BIBLIOGRAFÍA

- Abad, M. (2010). Introducción al baloncesto. 2, 78-97. Cuenca, Ecuador: Don Bosco.
- Bilbao, A. & Oña, A. (2000). LA LATERALIDAD MOTORA COMO HABILIDAD ENTRENABLE. EFECTOS DEL APRENDIZAJE SOBRE EL CAMBIO DE TENDENCIA LATERAL. *REVISTA MOTRICIDAD*, 6, 7-27.
- Buenaño, G. (2009). Estrategias deportivas. 1, 64. Tulcán, Ecuador: El Valle.
- Constitución de la República del Ecuador. (2015). Ley del Deporte, Educación Física y Recreación. En C. d. Ecuador, *Ley del Deporte, Educación Física y Recreación*. Quito.
- Costales, F. (2009). Recreación escolar. 2, 89. Pasto, Colombia: Copylux.
- Gamarra, L. (2010). Entrenamiento para el baloncesto. 1, 72. Caracas, Venezuela: La Hermandad.
- Garaycoa, R. (2008). Capacidades deportivas. 2, 76. Cuenca, Ecuador.
- Herrera, L. (2010). Tutorías de la investigación científica. 2, 65-68. Quito, Ecuador: Raíces.
- Jaramillo, H. (2012). Rendimiento deportivo. 2, 59. Quito, Ecuador: La Sabiduría.
- Larreátegui, F. (2007). El deporte y las capacidades motoras. 1, 59-79. Cali, Colombia.
- Manosalva, J. (2013). Deporte y vida. 1, 78. Buenos Aires, Argentina.
- Márquez, S. . (s.f.). ANALISIS DE LA LATERALIDAD Y LA EFICIENCIA MANUAL EN UN GRUPO DE NIÑOS DE 5 a 10 AÑOS . *INEF de León* .
- Monenreo, W. (2012). Jornadas deportivas. 1, 45. Buenos Aires, Argentina: Complicidades.
- Montenegro, N. (2011). Aprendiendo a jugar. 1, 56-57-86. Guayaquil, Ecuador: La Luz.
- Moreira, N. (2010). La diciplina del baloncesto. 2, 27-29-30. Santiago de Chile, Chile: El Trueno.
- Pinilla, C. (2012). Motricidad y deporte. 1, 6-12-13. Loja, Ecuador: La Prensa.
- Portero, K. (2011). Estrategias del baloncesto. 1, 56-57. Ibarra, Ecuador: La Colmena.
- Sotomayor, M. (2010). Educando en deporte. 1, 34-35-67. Riobamba, Ecuador: Freire.
- Vázquez, F. (2013). Educaión y deporte. 2, 63-67. Cali, Colombia: Colpex.

## **LINKOGRAFÍA**

Página Web: <http://www.ctv.es/USERS/tarso/Curso1.html>

Página Web: <http://aprendebaloncesto.blogspot.com/search?q=dribling> □

<http://www.planetabasketball.com>

<http://www.cbcartagena.com/apuntes/EL%20MANEJO%20DEL%20BALON.doc>

<http://www.todobasketball.com/>

<http://www.monografias.com/>

<http://www.biografiasyvidas.com/biografia/j/jordan.htm>

<http://www.ultimatenba.com/galerias/fotos/jugadores/nba/MosesMalone-11.html>

[http://es.wikipedia.org/wiki/Categor%C3%ADa:Competiciones\\_de\\_baloncesto](http://es.wikipedia.org/wiki/Categor%C3%ADa:Competiciones_de_baloncesto)

<http://es.answers.yahoo.com/>

file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-

ListaBibliograficaEspecializadaParaElSeminarioSobr-5012080%20(1).pdf

## PAPER TÉCNICO

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA EDUCACIÓN BÁSICA

Santiago Javier Alulema Villacís

[Santy-snoopy@hotmail.com](mailto:Santy-snoopy@hotmail.com)

Octubre 2017-Julio 2018

### TEMA:

### IMPORTANCIA DE LA DEFENSA INDIVIDUAL EN EL BALONCESTO APORTA EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO

#### Resumen

La importancia de la defensa individual radica en poner a prueba ciertas estrategias, jugadas, mecanismos de apoyo al jugador para elevar el nivel competitivo durante el juego de baloncesto, cabe señalar que es indispensable fomentar el trabajo individual y en equipo para superar las dificultades a la hora de poner en práctica la defensa individual, para ello es evidente que se requiere que los jugadores presente un adecuado rendimiento deportivo y cómo se logra practicando las jugadas. Conociendo las reglas del baloncesto, superando las dificultades que se observa durante el trabajo en la cancha, pero sobre todas las cosas es importante generar las condiciones adecuadas para la aplicación en esta disciplina deportiva cómo es el baloncesto., todas estas acciones están encaminadas a superar la correlación de las variables de estudio que lo único que se desea es potenciar la calidad del juego mediante jugadas donde se ponga en funcionalidad la defensa individual de manera significativa, esta actividad permite fortalecer la disciplina del baloncesto en encuentros visualizando la preparación tanto física como táctica, además fomentando el cumplimiento de las reglas, la parte técnica que solo se pone en marcha durante un campeonato, para reconocer el nivel competitivo de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa "Jorge Álvarez" del cantón Píllaro.

**Descriptorios:** Juego, Estrategias, Rendimiento deportivo, disciplina, planificación, organización, defensa individual.

#### Summary

The importance of individual defense lies in testing certain strategies, moves, mechanisms to support the player to raise the competitive level during the game of basketball, it should be noted that it is essential to encourage individual and team work to overcome the difficulties to the time to put into practice the individual defense, for it is evident that it is required that the players present an adequate sport performance and how it is achieved practicing the plays. Knowing the rules of basketball, overcoming the difficulties that are observed during the work on the court, but above all things it is important to generate the right conditions for the application in this sport discipline how is basketball. All these actions are aimed to overcome the correlation of the two variables of study that the only thing that is desired is to enhance the quality of the game by means of plays where the individual defense is put into practice in a meaningful way, this activity allows to strengthen the discipline of basketball in matches by visualizing both physical and tactical preparation, also promoting compliance with the rules, the technical part that is only launched during a championship, to recognize the competitive level of the pre-juvenile selection of the Educational Unit "Jorge Álvarez" of the canton Píllaro.

**Descriptors:** Game, Strategies, Sports performance, discipline, planning, organization, individual defense.

## INTRODUCCIÓN

Uno de los deportes que tienen gran acogida en la mayoría de países es el basquetbol, y dentro del mismo es importante poner en práctica ciertas jugadas como la defensa individual para evitar el avance hacia el aro contrario, esto permitirá evitar que el jugador enceste, lo que perjudica las aspiraciones de triunfo siendo importante aplicar las estrategias necesarias para superar las debilidades que en su momento presentan el equipo por la falta de ejercitación en torno a las jugadas donde se ponga en funcionalidad de manera eficiente la defensa individual.

Según (Higuera, 2010) manifiesta que:

La defensa individual es un conjunto de acciones que el jugador realiza para evitar el contraataque de un equipo contrario, esta actividad de tienen al jugador que busca avanzar de manera rápida hacia el aro para encestar y mientras más puntos logre, va asegurando la victoria, entonces es de vital importancia generar un trabajo que fortalezca el accionar de los jugadores que tarta de alcanzar el triunfo de manera contundente. (p.178).

Además para realizar la defensa individual uno de los factores que el técnico, el entrenador debe tomar mucho en cuenta es la parte física y emocional de los jugadores, que requieren necesariamente superar las debilidades en rendimiento deportivo, al momento de ejecutar una disciplina como es el caso del basquetbol., todos estos mecanismos buscan cimentar de manera adecuada trabajando ciertas condiciones físicas durante los repasos, poniendo en práctica jugadas entre otros mecanismos.

Según (Bernal, 2007) explica que:

Constituye un mecanismo idóneo de trabajo el repaso y la preparación en torno a la defensa individual durante un partido de basquetbol, todas estas actividades aportan rotundamente para canalizar una victoria, para eso se requiere entrenar las jugadas donde se visualice la defensa individual cómo argumento para detener el avance del jugador contrario hacia el aro, entonces al momento de ejecutarse un partido lo principal es ejercer la defensa individual para evitar el contraataque que puede ser letal a la hora de definir un partido. (p.182- 185).

Vemos que el rendimiento deportivo tiene que ver con la preparación en la parte física del jugador, para ello se requiere contar con ciertas estrategias, mecanismos idóneos que potencialicen la calidad del esfuerzo que la parte técnica requiere contar para un encuentro deportivo, sin ninguna duda que un jugador que presente todas las capacidades y condiciones física apropiadas seguro que rendirá mucho mejora hasta alcanzar el triunfo.

Es indispensable trabajar la parte del rendimiento deportivo en los jugadores de basquetbol, esta actividad lograra potencializar al momento de poner en práctica las jugadas para determinar la defensa individual que a la hora de marcar la diferencia entre al equipo contrario, sin ninguna duda que se puede decir y observar al jugador que detienen el avance dl balón al aro, para ello es importante las condiciones físicas que un buen técnico busca fomentar en todo el equipo.

Según (Higuera, 2010) explica que:

Es evidente que la defensa individual constituye un mecanismo para controlar el ataque del equipo contrario que busca llegar con el balón al aro para encestar y sumar puntos, parece sencillo detener a otro jugador que busca darse paso a la cancha contraria para crear una jugada que impulse al equipo encestar y dentro del

baloncesto quién gana es el que llega más seguido al aro y lanza para lograr encestar de manera significativa, hasta determinar el triunfo. (pp. 61-65).

Para fomentar una jugada adecuada en relación a la defensa individual es indispensable trabajar sobre todo ciertos ejercicios que constituyen un medio para potenciar la parte física, que los movimientos a ejecutar será, es ahí donde se desea que los músculos de las extremidades inferiores y superiores presenten fuerza, agarre, resistencia, velocidad, frenado, que puedan girar a todo lado y fortalezcan el trabajo en equipo y de forma individual., este mecanismo posibilitará logara el triunfo de manera significativa.

## **DEFENSA INDIVIDUAL**

**Definición.-** La importancia de la defensa individual radica en conocer todas las jugadas, las técnicas y sobre todo las reglas para no cometer faltas que incida en el rendimiento deportivo de los jugadores, es indispensable fomentar el trabajo en equipo que potencialice el trabajo dentro del a cancha, para ello es necesario enseñar y ejercitar ciertas jugadas mediante estrategias que posibilite el triunfo del equipo.

Para (Costales, 2010) manifiesta que:

Es necesario conocer todas las formas y las técnicas que el jugador debe aplicar durante las jugadas para aplicar correctamente la defensa individual, que fomente un rendimiento adecuado durante el partido, es importante que el técnico o el profesional en cultura física enseñe como debe ejercer la defensa individual para mantener un rendimiento adecuado que posibilite el triunfo del equipo durante las competencias deportivas. (p. 234).

Es necesario comprender que la defensa individual es técnica que permite controlar el avance del equipo contrario al aro, siendo indispensable fomentar en los jugadores tácticas que contribuyan el triunfo del equipo, para ello es indispensable fomentar la práctica de la defensa individual que posibilite a los jugadores lograr el triunfo de manera contundente.

### **Importancia de la defensa individual en el Baloncesto**

Es necesario comprender que el baloncesto es uno de los deportes que tienen gran acogida dentro de los deportes de élite, siendo indispensable fomentar el trabajo organizado, planificado , donde la parte teórica se conjugó en la práctica, para ello se requiere que conozcan las jugadas, las estrategias que ayuden a superar las debilidades que todo equipo presenta cuando no existe de por medio un entrenador., esto permitirá entender las reglas y la parte técnica para ejecutar una adecuada defensa individual.

Para (Santana, 2013) indica que:

El Baloncesto es uno de los deportes que más se practica al igual que el fútbol, existiendo campeonatos reconocidos en EEUU y en Europa donde este deporte tiene sus seguidores por miles de personas, es indispensable potenciar las capacidades individuales de los jugadores trabajando sobre todo la parte reglamentaria al momento de ejecutar la defensa individual, situación que impide llegar al aro al rival, esta acción es la más fuerte , porque todo depende de los jugadores que apliquen la defensa para evitar que pasen al aro. (pp. 79- 81).

Es evidente que se requiere poner en funcionalidad las jugadas para reforzar el trabajo que el técnico debe ejecutar para superar la competitividad de los jugadores de baloncesto, lo que incide directamente en beneficio del equipo para tratar de elevar el rendimiento deportivo que todo jugador busca para elevar su nivel dentro del campeonato o simplemente al momento de practicar esta disciplina deportiva.

### **La defensa individual no permite el avance del jugar al aro**

Cómo sabemos la defensa dentro del baloncesto juega un papel preponderante a la hora de jugar, todo depende de cómo se maneje los jugadores dentro del área de juego para evitar el avance o simplemente el contragolpe que el jugador contrario ejecute, lo que posibilita encestar y eso es sinónimo de pérdida tanto en puntos, como el tiempo que retienen el balón, es indispensable fomentar el trabajo de los jugadores aprendiendo a detener el avance con jugados donde se pueda observar la defensa individual.

(Santana, 2013) Explica que.

La defensa individual en el baloncesto no permite el avance del jugar contrario, lo que constituye una destreza el poder evitarlo, pero para ello requiere que los jugadores deben estar preparados para evitar la arremetida de los equipos contrarios, lo que constituye un mecanismo que se requiere para evitar el adelanto hacia el aro. Esta acción constituye un mecanismo de defensa para el equipo y también sinónimo de ganancia, pues al evitar que pase con el balón estamos deteniendo el adelanto del jugar para encestar y sobre estado el triunfo. (p.70).

Es evidente que la defensa individual es un mecanismo, una estrategia, una jugada que ayuda a la consolidación del triunfo, para ello es indispensable que el jugador conozca bien la parte técnica para ejecutarlo de manera eficiente durante los partidos, en los entrenamientos es cuando se requiere que pongan en funcionalidad ciertas estrategias para potenciar a defensa individual.

### **La defensa individual detiene el avance del jugador contrario**

Son el conjunto de jugadas que un jugador realiza para detener el avance del jugador contrario, recayendo una enorme responsabilidad el tratar de evitar el adelanto con el balón hacia el aro, esto permite potenciar el trabajo en equipo lo que durante el juego permite evitar que los jugadores contrario se adelante con el balón hacia la cancha contraria.

(Costales, 2010) Manifiesta que:

El baloncesto requiere que los jugadores apliquen correctamente la defensa individual, que garantice el triunfo del equipo, para ello es importante generar jugadas donde se repase o ejercite la defensa individual, entonces es indispensable buscar las estrategias necesarias para evitar que el equipo contrario se adelante con el balón y lleguen al aro, estas consecuencias son aspectos negativos que no ayudan a consolidar la victoria, para ello todo depende del saber y ejecutar correctamente la defensa individual siendo barrera que no permite avanzar esto para el equipo contrario resulta una frustración, una desmotivación que puede ser aprovechado para lograr el triunfo. (p.145).

Es necesario aprender a ejecutar de manera adecuada la defensa individual durante un partido de baloncesto, esta acción debe ser ejecutado de forma adecuada para evitar el cometimiento de una falta, lo que perjudicaría al equipo, es evidente que el realizar la defensa individual no es fácil requiere de mucho conocimiento, como el saber pararse ante el rival, los movimientos de un lado hacia el otro, adelante y atrás, las rodillas poco flexionadas entre otros aspectos que contribuyen para ejecutar de manera idónea.

Es necesario fomentar el trabajo en equipo para realizar eficientemente la defensa individual, esto se parece a una muralla cuando se lo ejecuta de manera ideal, esto da la ocasión de armar la jugada y contra atacar lo que posibilita de manera adecuada llegar con el balón hacia el aro contrario, siendo estas actividades argumentos que posibilitan llegar a conseguir la victoria de manera acorde a las aspiraciones del equipo y de los jugadores.



### **Aspectos que aportan la defensa individual en el baloncesto**

- ✓ Detener el avance del jugador contrario hacia el aro.
- ✓ Permite evitar que continúe la jugada del jugador contrario.
- ✓ Detienen la arremetida de los jugadores que buscan llegar con jugadas al aro.
- ✓ Resta el avance del jugador que con velocidad busca llegar al campo contrario.
- ✓ Busca quitar el balón para fomentar el contra golpe.
- ✓ Permite observar la ejecución de la defensa individual de manera adecuada.
- ✓ Fortalece el trabajo en equipo mediante la colaboración de los jugadores.
- ✓ Contribuye en la búsqueda de la victoria al detener el avance de los jugadores contrarios.
- ✓ Se visualiza el trabajo del técnico, que enseña las distintas jugadas en el baloncesto.

### **Detener el avance del jugador contrario hacia el aro**

La defensa individual es el poder detener el avance del jugador contrario hacia el aro, siendo importante que las partidas para evitar la llegada hacia la cancha contraria, es evidente que terminan enfrentándose con los jugadores que ejercen la defensa individual, esto favorece al desempeño del equipo que presenta una posibilidad para ganar.

Entonces los jugadores que ejerce la defensa individual deben ser aguerridos, fuertes, jugar con todos los argumentos posibles, es decir la parte técnica y las estrategias que fomente un adecuado rendimiento deportivo, lo que garantiza el éxito dentro del campo de juego, siendo indispensable trabajar la parte de las reglas para evitar el cometimiento de las faltas, para ello los jugadores deben demostrar que conocen todas las formas para evitar el ataque del equipo contrario.

Para (Asprilla, 2012) manifiesta que:

Dentro de la defensa individual juega un papel preponderante a la hora de evitar el ataque del equipo contrario, lo que detienen las jugadas planificadas, siendo indispensable fomentar las estrategias técnicas para detener el avance de los jugadores contrarios que buscan llegar al aro de manera ágil hasta lograr encestar, en el baloncesto es imprescindible mantener la línea de la defensa individual, solamente eso aporta en la disminución de llegadas hacia el campo contrario. (pp. 56-61).

### **El Rendimiento Deportivo**

**Definición.-** Es la actividad que el jugador realiza de manera adecuada ejerciendo en este caso fuerza, coraje, decisión, juego, desempeño entre otras capacidades deportivas que los jugadores tienen que cumplir en busca del triunfo, siendo la resistencia lo que aporta directamente en el triunfo o fracaso, es indispensable generar jugadas donde se observe el trabajo y el rendimiento deportivo de manera adecuada.

Para (Garrido, 2012) manifiesta que:

El rendimiento deportivo constituye un mecanismo idóneo para potenciar la fuerza, el trabajo del jugador como también del equipo en sí, para ello es indispensable trabajar, ejercitar, potenciar los músculos de los miembros inferiores y superiores, repasar jugadas que aporten para llegar al triunfo, para esos los jugadores deben estar preparados anímicamente y sobre todo físicamente, para potenciar las destrezas y habilidades en el juego del baloncesto (p.97).

El rendimiento deportivo constituye un mecanismo que aporta para lograr cumplir con el objetivo que todo entrenador busca el triunfo, entonces uno de los factores que inciden es potenciar la parte física de los jugadores, lo que ayuda a superar las debilidades encontradas de forma individual, como también en equipo, lo que constituye un mecanismo para lograr ganar el partido demostrando rendimiento deportivo en el basquetbol.

## **Capacidad física**

Es el conjunto de condiciones físicas, que solamente se puede desarrollar mediante el ejercicio, la perseverancia, el esfuerzo constante que se requiere para llegar con las condiciones adecuadas a un partido de basquetbol, es necesario conocer que las condiciones personales físicas no solo se logra mediante ejercicios sino un régimen de actividades planificadas, organizadas, más el aporte energético de una dieta balanceada constituye un mecanismos para lograr fortalecer la parte física.

## **RENDIMIENTO DEPORTIVO**

**Definición.**-Es el conjunto de capacidades físicas que tienen una persona durante la realización de un deporte, en este caso Basquetbol, el mismo requiere del conocimiento de técnicas, reglas, estrategias que fomentan la participación decidida para un encuentro deportivo., es de vital importancia genera las condiciones adecuadas para llegar al triunfo de manera eficiente, todos los jugadores requieren trabajar la parte muscular, esta actividad potencializa el rendimiento individual delos jugadores durante el partido, donde se necesita que fortalezcan su accionar en el campo deportivo.

Para (Domínguez, 2012) manifiesta que:

Los jugadores requieren un trabajo disciplinado, para mediante una planificación fortalecer la parte física, que durante un partido se requiere para superar las debilidades que el equipo de basquetbol requiere para tratar de llegar al triunfo, es indispensable fomentar el trabajo en conjunto y también individual lo que garantiza el desarrollo personal, sobre todo la parte física., que tanta falta hace al momento de un encuentro deportivo, es en ese momento donde se visualiza el rendimiento que se requiere para competir. (p. 145).

Es indispensable fomentar el trabajo en conjunto sobre todo potenciando la parte física, para ello se requiere superar las debilidades que durante el ejercicio físico se presenta lo que al no buscar los mecanismos de ayuda en el campo deportivo estas debilidades son notorias y tienden a visualizarse en la derrota, para eso es indispensable fortalecer las capacidades físicas como la resistencia, la fuerza, el agarre, la velocidad, los movimientos hacia toda dirección, lo que con los días estas actividades permitirán superar dentro del campo deportivo.

### **Aspectos que inciden en el rendimiento deportivo**

Son el conjunto de actividades tendientes a superar el esfuerzo físico que intervienen directamente en el rendimiento deportivo, estas acciones permiten al jugador elevar las condiciones personales en el campo deportivo, con el paso del tiempo todos estos mecanismos garantizan que el desempeño deportivo sea visible de manera significativa, existen estrategias que un entrenador, el técnico debe mejorar pensando en la superación del redimido dentro del campo de juego en este caso del juego de baloncesto.

(Domínguez, 2012) Explica que:

Es importante generar un cambio de actitud frente al rendimiento deportivo, que garantice el desempeño en el campo deportivo, es necesario trabajar ciertos elementos como la fuerza, el coraje, la decisión entre otras situaciones que intervienen directamente durante la aplicación de la defensa individual en el Basquetbol, donde se requiere superar las condiciones deportivas que tanta falta se requiere para superar el juego. (p.146)

### **Factores que se requiere para el rendimiento deportivo**

- ✓ Desarrollo muscular de las extremidades inferiores y superiores
- ✓ Ejercitación de los movimientos de las piernas, mediante carreras cortas y deteniendo de inmediato.

- ✓ Desarrollo de la parte física para potenciar el rendimiento deportivo.
- ✓ Ejecutar ciertos ejercicios que aporten el desempeño durante el Basquetbol.
- ✓ Realizar ejercicios y actividades recreacionales donde los jugadores potencialicen las jugadas.
- ✓ Trabajar constantemente ciertos ejercicios que potencialicen las capacidades físicas.

Entonces es indispensable fomentar las capacidades individuales, que durante las actividades deportivas deben fomentar para superar los problemas dentro del campo deportivo, siendo importante generar las acciones encaminadas a superar la defensa individual que solamente durante los encuentros deportivos de basquetbol., estamos seguros que hace falta superar las condiciones deportivas y para ello contribuye las estrategias direccionadas a potenciar las condiciones físicas de los jugadores en la cancha.

### **METODOLOGÍA Y MATERIALES**

Es importante buscar una propuesta para ello es indispensable generar la elaboración de un artículo técnico siendo evidente contar con una adecuada metodología de investigación que ayude a buscar una posible solución, que fundamente y sobre todo direcciona el trabajo de investigación que tienen relación con la defensa individual y el rendimiento deportivo de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez”.

Para ello se aplicara los enfoques metodológicos Cualitativo y cuantitativo al momento de recolectar datos que garanticen el encuentro de una posible solución sean estos mediante estadística en base a los datos obtenidos cómo también de los contenidos bibliográficos que fortalezcan y se logre entender el tema de investigación, esto implica buscar más datos para tener una idea más clara sobre el problema estudiado en el campo deportivo.

**Cuadro N° 28** Población y Muestra

<b>POBLACIÓN</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Deportistas	35	87%
Docentes de cultura física	7	13%
<b>TOTAL</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

Se aplicará las modalidades básica de la investigación tanto la de Campo la misma que se produce en el lugar de los hechos es decir en la institución educativa y la Bibliográfica con la utilización de fuentes primarias como textos, libros, revista, internet y el aporte del investigador entregando opiniones, comentarios, sugerencias, planteando ideas como fuente secundaria. Los niveles y tipos de Investigación Exploratorio, que conduce a averiguar, sondear las causas para que se produzca el problema y efectos del problema. Descriptiva esta permite realizar comparaciones con problemas similares dentro del campo deportivo con la disciplina en este caso el basquetbol. Correlacional identifica la relación del tema en torno a las variables de estudio, es decir la defensa individual y el rendimiento deportivo de los estudiantes que pertenecen a la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” del cantón Píllaro.

<b>N°</b>	<b>MÉTODOS</b>	<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>
1.-	<b>DIRECTO</b>	Dentro de los pasos que intervienen en el método esta Observación, Comprensión, Demostración, Ejercitación, Corrección, Dominio de destrezas. En este caso estamos hablando de la defensa individual y el rendimiento deportivo, calza de la

		manera adecuada.
2.-	<b>INDIRECTO</b>	Este método permite buscar y determinar lo que se busca trabajar, para ello consta con los siguientes pasos que son: Selección, Orientación, Realización, Observación, Formación, lo que permite superar la investigación con facilidad., hasta encontrar una solución acorde al tema.
3.-	<b>DEDUCTIVO</b>	Este método permite realizar especulaciones en torno a la defensa individual tomando de la parte general, para ir trabajando hasta llegar y mejorar el rendimiento deportivo, que garantiza encontrar una posible solución yendo de lo general a lo particular, que no es muy recomendado en el campo de la cultura física.
4.-	<b>OBSERVACIÓN</b>	Este método resulta el más adecuado en la disciplina deportiva porque tienen que visualizar, percibir, reconocer los ejercicios aplicar, al mismo tiempo trata de encontrar una solución relacionando en este caso las dos variables de estudio.

**Cuadro N° 29:** Métodos

**Fuente:** Investigador

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

La aplicación de los métodos ayudan a potenciar cualquier tema de investigación, garantizando un punto de partida para llegar con mayor facilidad con la solución al problema identificado durante las actividades deportivas en este caso la defensa individual durante un partido de basquetbol una disciplina que cada vez tiene más seguidores.

Los métodos permiten llegar con mayor facilidad a la causas del problema para buscar de inmediato las posibles soluciones en este caso tratar de elevar el nivel del rendimiento deportivo, por medio de la defensa individual, lo que aporta en el crecimiento tanto físico como en el campo deportivo, para eso la investigación se apoyara en la utilización de los métodos de enseñanza acordes al área de Cultura Física.

### Recursos humanos

Durante el desarrollo de este trabajo investigativo se han utilizado varios recursos entre ellos están los recursos humanos los mismos que pertenecen a la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” del cantón Píllaro, provincia de Tungurahua durante el año lectivo 2017 – 2018 por el investigador Santiago Javier Alulema Villacís.

<b>RECURSOS HUMANOS</b>	
1	Docentes
2	Autoridades de la institución educativa
3	Deportistas y entrenador
4	Asesor de Tesis
5	Investigadora

**Cuadro N° 30** Recursos Humanos

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### Recursos Ofimáticos

Aquí constan todos los recursos que se utilizan para que se pueda desarrollar este proyecto para ello utilizaremos los siguientes recursos.

<b>RECURSOS OFIMÁTICOS</b>	
1	Computadora
2	Internet

3	Transcripciones
4	Anillados
5	Carpeta de cartón
6	Copias
7	Papel bond
8	Fotos
9	Textos
10	Viáticos

**Cuadro N° 31 Recursos Ofimáticos**  
**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### Recursos Financieros

Todos los gastos ocasionados durante el proceso de elaboración y ejecución de este proyecto correrán por cuenta del investigador del proyecto hasta su cubrir su totalidad.

RECURSOS FINANCIEROS	GASTOS	TOTAL
Copias	\$10	\$10
Viáticos	\$70	\$70
Carpeta de cartón	\$5	\$5
Internet	\$20	\$20
Transcripción	\$60	\$60
Anillado	\$9	\$9
Fotos	\$20	\$20
Texto	\$30	\$30
Viáticos	\$40	\$40
Otros	\$50	\$50
<b>TOTAL</b>	<b>\$314</b>	<b>\$314.00</b>

**Cuadro N° 32 Recursos Financieros**  
**Elaborado por:** Alulema S (2018)

### RESULTADOS

Para este aspecto dentro de la investigación trabajaremos con una muestra basada en 35 niños y niñas de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” del cantón Píllaro y los datos obtenidos en la encuesta aplicada para recolectar datos que constituyan un medio para encontrar la mayor cantidad de información, para ello escogeremos 4 preguntas, dos corresponden a la variable independiente y las otras dos a la variable dependiente que aporte con datos para realizar la correlación, para determinar juicios de valor y la aplicación del Ji- X2 para poder reconocer cuál de las dos variables es el problema de investigación en el tema del campo de la Cultura Física.

#### Estudiantes

Para poder determinar los resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes que forman parte de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez”, se ha tomado la pregunta N° 2 - 5, correspondiente a la variable independiente y 6-9 de la variable dependiente las mismas permitirán emitir un juicio de valor en relación a los resultados obtenidos al tabular las respuestas, para luego poder tener una idea clara del tema investigado.

**Tabla N° 7 Resultados**

PREGUNTAS	Siempre	CATEGORÍAS		Subtotal
		A veces	Nunca	
2. ¿La defensa individual de la selección que Ud. dirige	19	10	6	35

conoce de técnicas de defensa?				
3. ¿Ud. conoce todas las técnicas de defensa individual de baloncesto?	8	14	13	35
6. ¿Cree que el rendimiento deportivo de baloncesto depende mucho de la defensa individual?	23	5	7	35
9. ¿Los deportistas de su equipo demuestran un alto rendimiento deportivo durante las prácticas?	11	15	9	35
	61	44	35	140

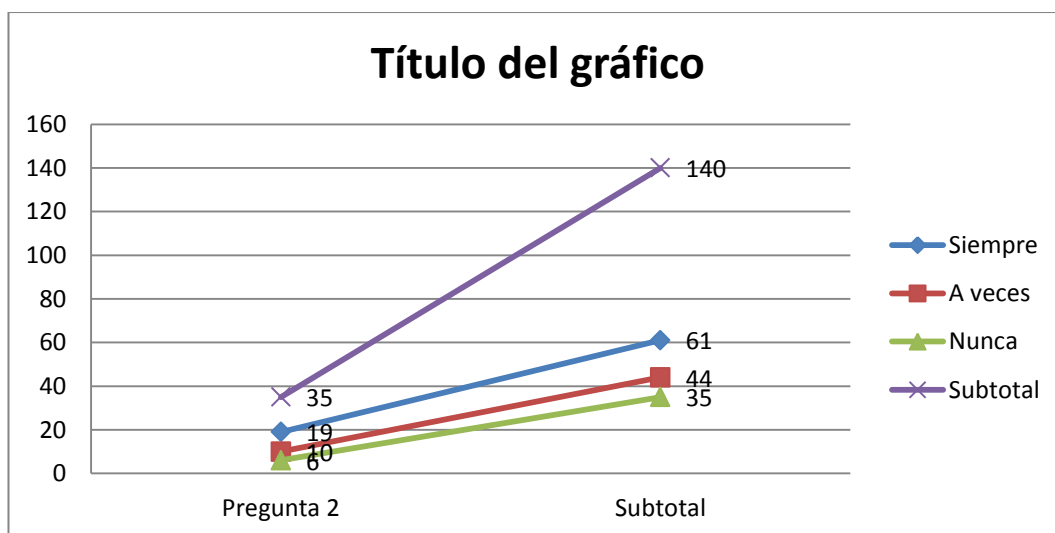
**Fuente:** Investigador

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

## PREGUNTA

2. ¿La defensa individual de la selección que Ud. dirige conoce de técnicas de defensa?

Gráfico de respuestas de la encuesta aplicada a los estudiantes de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” donde se podrá observar los resultados obtenidos de manera general.



**Gráfico N°: 27** Resultados de los deportistas

**Elaborado por:** Alulema S (2018)

En el siguiente gráfico permite relacionar los porcentajes encontrados en la encuesta aplicada a los estudiantes de la selección Pre-juvenil de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” esto aportará un conocimiento sobre los resultados obtenidos luego de la aplicación, para encontrar datos que ayudarán a resolver el problema encontrado en la institución, a través del tiempo se verá reflejado en la ayuda brindada por el docente de cultura física durante el proceso de enseñanza aprendizaje sobre las técnicas a fomentar en la defensa individual para superar el rendimiento deportivo.

Al revisar los datos encontrados en la encuesta de manera general en las preguntas dos se observa a los estudiantes de la selección pre-Juvenil de baloncesto de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” del cantón Pillaro se concluye lo siguiente:

Un porcentaje mayor de estudiantes de la pre-selección de baloncesto responde que siempre la defensa individual de la selección que Ud. dirige conoce de técnicas de defensa responde la alternativa, con un porcentaje menor los estudiantes indican que A veces y nunca responden que no tienen conocimiento sobre la defensa individual siendo importante reforzar el rendimiento deportivo.

De acuerdo con los datos podemos señalar con exactitud al analizar encontrados mediante la fórmula del Chi X<sup>2</sup> que la variable independiente es el problema, que no todos los estudiantes que forman parte de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” conocen de manera significativa lo que es la defensa individual, lo que no potencializa el rendimiento deportivo.

## DISCUSIÓN

Luego de aplicar la fórmula Chi o Ji X<sup>2</sup> al obtener los resultados se desprende que el valor encontrado está fuera de la región de aceptación, por lo que se rechaza la Variable dependiente y se acepta la Variable independiente que dice: La defensa individual en el rendimiento deportivo de los estudiantes de la pre-selección de la Unidad Educativa “Jorge Álvarez” del cantón Píllaro.

Podemos manifestar de acuerdo a los datos encontrados en esta pregunta que existe un porcentaje de estudiantes que pertenecen a la selección pre-juvenil de baloncesto desconocen sobre la defensa individual en el baloncesto, lo que no aporta para fortalecer el rendimiento deportivo. De acuerdo a los datos encontrados podemos visualizar que el docente de cultura Física no aplica la enseñanza de estas estrategias de manera eficiente.

Es necesario recordar que la discusión permite aclarar la solución del problema, sobre el tema de investigación e relación al campo deportivo, para ello es indispensable emitir juicios de valor que se desprende de la utilidad teórica y práctica referente al tema de investigación es decir de la defensa individual y el rendimiento deportivo reconociendo la importancia que presenta el tema en el campo deportivo.

**Utilidad teórica.-** Dentro del trabajo de investigación es evidente que se necesita fundamentarse los contenidos teóricos relacionados a la defensa individual, en relación al rendimiento deportivo, este permitirá conocer la importancia del tema para que exista un sustento para realizar consultas y sobre todo para elevar el problema visualizado en la institución educativa, poniendo en juego mecanismos que aporten al desarrollo personas.

**Utilidad Teórica y práctica.-** La investigación aportará notablemente en el área de Cultura Física como medio que sustente un mejor trabajo dentro del profesional para superar ciertas características en relación al juego durante la defensa individual durante los encuentros deportivos de baloncesto, todas estas acciones tratan de relacionar mediante un conjunto de actividades donde se ponga en evidencia la parte teórica para llevarlo a la práctica de manera eficiente, aportando a los estudiantes que forman parte de la selección pre-Juvenil de baloncesto de la institución educativa.

## CONCLUSIONES

Se concluye que con análisis de los beneficios del rendimiento deportivo en la defensa individual de los deportistas de la selección pre-juvenil de la Unidad Educativa Jorge Álvarez, uno de ellos es la posibilidad de contar con un equipo seguro de sí mismo con una fortaleza en la defensa individual la misma que aportará al desarrollo del rendimiento deportivo de los estudiantes deportistas.

Es necesario identificar el manejo Triangle & 2 de la defensa individual de los deportistas de la selección pre-juvenil ya que los deportistas necesitan conocer de técnicas de juego para aplicarlas durante los encuentros y alcanzar un buen rendimiento en beneficio del equipo y sentirse satisfecho con los logros conseguidos los mismos que se verán reflejados en los puntajes del tablero.

Existe una correlación entre la defensa individual y el rendimiento deportivo del baloncesto en los deportistas de la selección pre-juvenil la misma que va de la mano y a medida que esta se fortalezca, también se desarrollará el rendimiento logrando que el equipo alcance la victoria que

tanto se busca, para ello es indispensable contar con un técnico que enseñe, jugadas, estrategias y acciones donde la defensa individual sea el pilar fundamental del equipo.

### **Recomendaciones**

Es importante canalizar las técnicas y estrategias a utilizar en la defensa individual durante un encuentro de baloncesto el mismo que brindará seguridad al resto del equipo y se reflejará en el rendimiento deportivo para alcanzar la victoria ya que con una defensa impenetrable el resto del equipo jugará con más confianza en el contra ataque del equipo contrario.

Que el docente entrenador del equipo tenga suficiente conocimiento y domine las diferentes técnicas para que sean impartidas a los estudiantes deportistas durante las prácticas deportivas, para que durante un encuentro sean puestas en práctica de manera segura convirtiéndose la línea defensiva en impenetrable aportando al rendimiento deportivo del equipo donde todos sus participantes trabajen coordinadamente.

Es necesario poner en práctica las técnicas y estrategias deportivas enseñadas por el entrenador para alcanzar un máximo rendimiento deportivo del equipo para alcanzar buenos resultados durante el partido donde los deportistas demuestren todo su potencial para impedir la penetración del equipo contrario y evitar que conviertan puntos.

### **BIBLIOGRAFÍA**

Asprilla, F. (2012). Técnicas deportivas. 2, 56-61. Cali, Colombia.

Bernal, L. (2007). En *Deporte, salud y vida* (págs. 182-185). Cuenca, Ecuador: Don Bosco.

Costales, J. (2010). Teoría de la cultura física. Buenos Aires, Argentina: La Pampa.

Domínguez, K. (2012). *Organización y rendimiento deportivo*, 2, 145-146. Departamento Federal, México.

Garrido, P. (2012). Baloncesto profesional. 1, 97. Caracas, Venezuela: La Colmena.

Higuera, B. (2010). Deportes escolares. Ibarra, Ecuador: Pasto.

Santana, N. (2013). El rendimiento en el deporte. 1, 70-79-81. Quito, Ecuador: Raíces.





## ANEXOS

### UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

#### CARRERA DE CULTURA FÍSICA

#### ENCUESTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES DE LA SELECCIÓN PRE JUVENIL DE LA UNIDAD EDUCATIVA “JORGE ÁLVAREZ”

1. ¿Te gusta jugar baloncesto?

Siempre  A veces  Nunca

2. ¿Estás a gusto con tus compañeros y entrenador?

Siempre  A veces  Nunca

3. ¿Te sientes motivado para jugar en la selección pre-juvenil?

Siempre  A veces  Nunca

4. Crees que estás en buena condición física para jugar en defensa individual?

Siempre  A veces  Nunca

5. ¿Conoces las técnicas para aplicar en la defensa individual de tu equipo?

Siempre  A veces  Nunca

6. ¿Crees que el rendimiento deportivo es importante para pertenecer a la selección pre juvenil?

Siempre  A veces  Nunca

7. ¿Cuentas con un buen desarrollo físico para jugar al baloncesto?

Siempre  A veces  Nunca

8. ¿Tu entrenador tiene conocimientos sobre técnicas de juego de baloncesto?

Siempre  A veces  Nunca

9. ¿Crees que tu rendimiento deportivo está en óptimas condiciones como defensa individual del equipo?

Siempre  A veces  Nunca

10. ¿El rendimiento deportivo es importante para el equipo de baloncesto?

Siempre  A veces  Nunca

**Gracias por su colaboración**



## UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

### CARRERA DE CULTURA FÍSICA

#### ENCUESTA REALIZADA A 7 DOCENTES DE CULTURA FÍSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “JORGE ÁLVAREZ” DEL CANTÓN PÍLLARO

1. ¿Cómo docente de cultura física ha organizado selecciones pre juveniles de baloncesto para la institución educativa?

Siempre  A veces  Nunca

2. ¿La defensa individual de la selección que Ud. dirige conoce de técnicas de defensa?

Siempre  A veces  Nunca

3. ¿Ud. conoce todas las técnicas de defensa individual de baloncesto?

Siempre  A veces  Nunca

4. ¿Piensa que los estudiantes de la selección pre juvenil de baloncesto está bien preparada en defensa individual para retar a otro equipo?

Siempre  A veces  Nunca

5. ¿Cree que se puede fortalecer con técnicas la defensa individual del equipo de baloncesto?

Siempre  A veces  Nunca

6. ¿Cree que el rendimiento deportivo de baloncesto depende mucho de la defensa individual?

Siempre  A veces  Nunca

7. ¿El rendimiento deportivo de baloncesto que Ud. dirige está en todo su potencial?

Siempre  A veces  Nunca

8. ¿Cree que los deportistas necesitan ser motivados para mejorar el rendimiento deportivo de baloncesto?

Siempre  A veces  Nunca

9. ¿Los deportistas de su equipo demuestran un alto rendimiento deportivo durante las prácticas?

Siempre  A veces  Nunca

10. ¿La defensa individual de la selección pre juvenil de baloncesto pone en práctica las técnicas que Ud. les ha enseñado?

Siempre  A veces  Nunca

**Gracias por su colaboración**

## ANEXOS



**Estudiantes de la selección pre juvenil en repaos del baloncesto**



**Deportistas repasando las técnicas del juego de baloncesto**



**Señoritas deportistas repasando las técnicas de la defensa individual en el juego de baloncesto**



**Jóvenes deportistas de la selección pre juvenil repasando las técnicas de defensa individual de baloncesto**



**Deportistas de la selección pre juvenil aplicando las técnicas durante los repastos de baloncesto**



**Estudiantes de la selección pre juvenil de baloncesto trabajando en las encuestas aplicadas por el investigador**



**Responsable de la investigación realizando las encuestas a los estudiantes deportistas de baloncesto**



**Demostración de la aplicación de las técnicas de defensa individual por parte de los deportistas de la selección pre juvenil**





**Señoritas deportistas de la selección pre juvenil aplicando las técnicas de defensa individual**



**Deportistas en la cancha aplicando las técnicas de defensa individual en los entrenamientos de baloncesto**