



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA: CULTURA FÍSICA

MODALIDAD: SEMIPRESENCIAL

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

TEMA:

**“LA CAPACITACIÓN DE LOS ENTRENADORES DE BALONCESTO Y
SU INCIDENCIA EN LA COMPETITIVIDAD DEPORTIVA DE LOS
BASQUETBOLISTAS DE FEDERACIÓN DEPORTIVA DE
TUNGURAHUA CANTÓN AMBATO PERIODO MAYO – AGOSTO
2011”**

AUTORA: Ivonne Marina Pazmiño Celi

TUTOR: Dr. Gonzalo René Lizano Estrella

Ambato – Ecuador

2011

1

*APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE
GRADUACIÓN O TITULACIÓN*

CERTIFICA:

Yo, Dr. Gonzalo Lizano, CI. 180134559-4 en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación sobre el tema: **“La capacitación de los entrenadores de baloncesto y su incidencia en la competitividad deportiva de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua Cantón Ambato, periodo Mayo – Agosto 2011”** desarrollado por el egresada: PAZMIÑO CELI IVONNE MARINA, considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

Dr. Gonzalo René Lizano Estrella

C.C. 180134559-4

TUTOR

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, quien 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.

Fecha: 20 de Diciembre de 2011

Pazmiño Celi Ivonne Marina

C.C: 180303157-2

AUTORA

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo final de Grado o Titulación sobre el tema: “La capacitación de los entrenadores de baloncesto y su incidencia en la competitividad deportiva de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua Cantón Ambato, periodo Mayo – Agosto 2011”, autorizo su reproducción 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.

Fecha: 20 de Diciembre de 2011

.....

Pazmiño Celi Ivonne Marina

C.C: 1803031572

AUTORA

*Al Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias
Humanas y de la Educación:*

La Comisión de estudio y calificación del informe de Trabajo de Graduación O Titulación sobre el tema: **“La capacitación de los entrenadores de baloncesto y su incidencia en la competitividad deportiva de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua Cantón Ambato año 2011”** presentada por la Srta. PAZMIÑO CELI IVONNE MARINA egresada de la Carrera de Cultura Física, promoción 2007-2011, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

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

LA COMISIÓN

Lcdo: Willyams Rodrigo
Castro Dávila

MIEMBRO

Lcdo: Walter Geovanny
Aguilar Chasipanta

MIEMBRO

DEDICATORIA

De manera muy especial quiero dedicar el trabajo a Dios por darme la vida y a una persona que no está conmigo pero fue como mi madre a mi Abuelita Marina Vizuite que desde el cielo sé que me bendice todos los días; a mi esposo Raúl, mis hijos Raúl Alejandro y Martín Antonio que son la luz y mi mayor alegría.

A mi padre Ignacio Pazmiño que con su amor guió mis pasos en cada instancia de mi vida, a mis hermanas que con su apoyo y paciencia siempre me brindaron su cariño cuando las necesité.

Gracias los quiero.

Ivy

AGRADECIMIENTO

De manera especial agradezco a la Universidad Técnica de Ambato, a todos los profesores de que una u otra manera siempre estuvieron presentes ayudándome en todo mis procesos académicos.

A mis compañeros que sábado a sábado aunque con peleas, disgustos con momentos buenos y malos siempre estuvieron presentes con palabras de aliento, y a todas las personas que me conocen y me apoyaron para la realización de este trabajo.

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

A PÁGINAS PRELIMINARES

Portada	i
Aprobación del Tutor	ii
Autoría del Trabajo	iii
Cesión de Derechos de Autor	i
Aprobación del Tribunal de Grado	v
Dedicatoria	vi
Agradecimiento	vii
Índice general de contenidos	viii
Índice de tablas, gráficos y fotografías	xii
Resumen Ejecutivo	xiv

B TEXTO

Introducción	1
--------------	---

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Tema de Investigación	3
1.2. Planteamiento del problema	3
1.2.1. Contextualización	3
1.2.2. Análisis Crítico	5
1.2.3 Prognosis	7
1.2.4 Formulación del problema	8
1.2.5 Preguntas directrices	8

1.2.6	Delimitación	9
1.3.	Justificación	9
1.4.	Objetivos	10
1.4.1.	General	10
1.4.2.	Específicos	10

CAPÍTULO II

MARCO TEORICO

2.1.	Antecedentes Investigativos	12
2.2	Fundamentación filosófica	13
2.2.1	Axiológica	14
2.2.2	Epistemológica	14
2.2.3	Ontológica	15
2.2.4	Pedagógica	15
2.3.	Fundamentación Legal	16
2.4.	Categorías Fundamentales	17
2.4.1	Variable Independiente	18
2.4.1.1.	Deporte	18
2.4.1.2.	Baloncesto	19
2.4.1.3	Metodología	21
2.4.1.4	Capacitación de Entrenadores	21
2.4.2.	Variable Dependiente	51
2.4.2.1	Metodología del entrenamiento	51
2.4.2.2	Competencia	53
2.4.2.3	Competitividad deportiva	54
2.5.	Hipótesis	58

2.6. Señalamiento de variables	58
--------------------------------	----

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Enfoque Investigativo	59
3.2. Modalidad básica de la investigación	59
3.2.1. Investigación Bibliográfica Documental	59
3.2.2. Investigación de Campo	59
3.3. Nivel o tipo de investigación	60
3.4. Población y muestra	61
3.5. Operacionalización de variables	62
3.6. Recolección de información	64
3.7. Plan de recolección de información	65
3.8. Plan de procesamiento de información	66

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Tabulación de fichas de observación	67
4.2. Tabulación de las encuestas	70
4.3. Interpretación de la entrevista	76
4.4. Verificación de la hipótesis	77

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones	82
5.2. Recomendaciones	83

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

6.1. Datos Informativos	84
6.2. Antecedentes de la Propuesta	84
6.3. Justificación	89
6.4. Objetivos	90
6.5. Análisis de Factibilidad	91
6.6. Línea Base	92
6.7. Fundamentación	93
6.8. Estrategias de monitoreo	96
6.9. Evaluación de resultados	97
6.10. Evaluación de la propues	98

MATERIALES DE REFERENCIA

Bibliografía	99
Anexos	102

ÍNDICE DE TABLAS GRÁFICOS Y FOTOGRAFÍAS

ANEXO 1.

Tabla 1. Datos obtenidos de la primera ficha de observación

Tabla 2. Datos obtenidos de la ficha de observación número dos

Tabla 3. Datos obtenidos de la tercera ficha de observación

Tabla 4. Datos obtenidos en la primera pregunta de la encuesta

Tabla 5. Datos obtenidos en la segunda pregunta de la encuesta

Tabla 6. Datos obtenidos en la tercera pregunta de la encuesta

Tabla 7. Datos obtenidos en la cuarta pregunta de la encuesta

Tabla 8. Datos obtenidos en la quinta pregunta de la encuesta

Tabla 9. Datos obtenidos en la sexta pregunta de la encuesta

Tabla 10. Datos obtenidos de la entrevista realizada al entrenador categorías superiores de mujeres.

Tabla 11. Datos obtenidos de las preguntas realizadas en las encuestas con sus respectivos porcentajes

Tabla 12. Datos obtenidos de las preguntas realizadas en las encuestas para comprobación de hipótesis.

Tabla 13. Tabla de contingencia

Tabla 14. Tabla grados de libertad.

Tabla 15. Malla curricular escuela de baloncesto para entrenadores

Tabla 16. Distribución del chi cuadrado (pág 126)

ANEXO 2 GRÁFICOS

Gráfico 1. Porcentaje obtenido de la ficha de observación sobre métodos básicos para el entrenamiento del baloncesto.

Gráfico 2. Porcentaje obtenido de la ficha de observación sobre métodos básicos para el entrenamiento del baloncesto, segundo entrenador.

Gráfico 3. Porcentajes obtenidos de la ficha de observación sobre los métodos básicos en el entrenamiento de baloncesto, entrenador tres.

Gráfico 4. Porcentaje de frecuencia en la utilización de métodos adecuados para la enseñanza del baloncesto.

Gráfico 5. Porcentaje sobre los conocimientos básicos de baloncesto de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua.

Gráfico 6. Porcentaje de los conocimientos sobre el reglamento de baloncesto.

Gráfico 7. Porcentaje de componentes que hacen falta en el entrenamiento del baloncesto.

Gráfico 8. Porcentaje de los conocimientos de los entrenadores para la enseñanza del baloncesto.

Gráfico 9. Porcentaje de la necesidad de la existencia de capacitación para los entrenadores de baloncesto.

ANEXO 3. FOTOGRAFÍAS

Foto 1. Entrenamiento categorías mujeres

Foto 2. Entrenamiento categorías inferiores mujeres

Foto 3. Entrenamiento mujeres categorías inferiores. (mini baloncesto)

Foto 4. Parte final del entrenamiento elongaciones.

Foto 5. Entrenamiento varones

Foto 6. Entrenamiento varones (mini baloncesto).

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

RESUMEN EJECUTIVO

TEMA: “La capacitación de los entrenadores de baloncesto y su incidencia en la competitividad deportiva de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua Cantón Ambato año 2011”

AUTORA: Pazmiño Celi Ivonne Marina

TUTOR: Dr. Gonzalo Lizano

Resumen: Al analizar de una manera explícita los problemas que tienen los entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua que por una serie de factores no se desarrollan de una forma adecuada tanto en la parte básica teórica así como en las sesiones de entrenamiento que influyen en la competitividad de los basquetbolistas se determinó que es necesario una propuesta que solucione el problema en cuestión.

Es importante que exista dentro de Federación un departamento técnico en donde los entrenadores se capaciten de forma constante, no solo en beneficio de ellos sino en especial de los basquetbolistas, que necesitan de una preparación adecuada en todos los aspectos tanto, físicos, técnicos y psicológicos, para formar deportistas competitivos que den óptimos resultados a la Provincia y País.

Al estar los entrenadores capacitados la disciplina de baloncesto, se podrán aplicar nuevos procesos de entrenamiento, acordes con las exigencias del medio es decir, que existirá un mayor nivel técnico y táctico de los deportistas, de tal forma que mejore los resultados, y sobre todo que el basquetbolista se sienta a gusto con la actividad que realiza a diario.

La hipótesis del trabajo de investigación es. La capacitación de los entrenadores de baloncesto incide en la competitividad de los deportistas de Federación Deportiva de Tungurahua. Con lo que se pretende mejorar la preparación de los entrenadores de baloncesto, para que los resultados en las diferentes categorías, sea el más óptimo y se mantenga la competitividad de forma continua.

El contenido de la investigación, pretende encontrar formas adecuadas de capacitación de los entrenadores, para que de esta manera se puedan mejorar los procesos y mejorar resultados.

Palabras claves : Capacitación, entrenadores, competitividad, deporte, metodología, planificación, preparación, baloncesto, fundamentos, sistemas.

B.TEXTO

INTRODUCCIÓN

Este estudio pretende dedicar sus esfuerzos en investigar cómo es la capacitación de los entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua, y cómo influye esto en la competitividad de los deportistas, para esto se utilizarán técnicas modernas y métodos adecuados que permitan desarrollar la investigación propuesta.

La Universidad Técnica de Ambato, al considerarse una Institución Educativa que pretende alcanzar altos niveles de desarrollo, mediante la vinculación activa con la sociedad, en el ámbito deportivo cumple una función importante, al tratar de mejorar la situación de Federación Deportiva de Tungurahua, mediante investigaciones que den respuesta a problemas planteados, en este caso un estudio para mejorar la capacitación de los entrenadores, y por ende los resultados con un adecuado entrenamiento deportivo y el manejo de la parte competitiva que requiere de una marcada atención.

Es por ello que a continuación se desarrollará; **en el CAPÍTULO I**, el problema de investigación; la contextualización, análisis crítico, formulación, delimitación en espacio y tiempo, justificación, y planteamiento de objetivos tanto general como específicos.

El CAPÍTULO II Corresponde al Marco Teórico de la Investigación, y en él se señalan los antecedentes de estudio y su sustento filosófico, legal, axiológico, pedagógico, sociológico; además se recoge la fundamentación teórica, a manera de enunciados que tiene relación con la capacitación de los entrenadores, sus funciones en la práctica diaria, y la competitividad deportiva para lograr mejores

resultados en los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua. También se encuentra la hipótesis del trabajo y el señalamiento de las variables.

En el CAPÍTULO III se presenta la metodología de la investigación y su forma de llevar el estudio, se muestran temas que sustentan el tipo y nivel de la misma, las técnicas e instrumentos, población y muestra, correspondiendo a la operacionalización de las variables.

En el CAPÍTULO IV; El análisis e interpretación de datos se realizó en Federación Deportiva de Tungurahua a 125 basquetbolistas de las diferentes categorías, así como a través de entrevistas a entrenadores, directivos, padres de familia e incluso árbitros y periodistas deportivos pudiéndose determinar qué es lo que necesitan los entrenadores para mejorar su rendimiento y por ende que los resultados en las diferentes competencias sean óptimos.

En CAPÍTULO V; Luego de concluida la investigación, se pudo comprobar que la capacitación adecuada a los entrenadores de baloncesto de Federación Deportiva de Tungurahua, es fundamental para que los basquetbolistas tengan los conocimientos adecuados, y que la preparación ayude a que los resultados sean óptimos en las diferentes competencias nacionales.

En el CAPÍTULO VI; Se utilizó la metodología del Marco Lógico, como una herramienta de planificación, en la que se organizan cada una de las actividades para conseguir de manera eficaz y efectiva resultados, de acuerdo a un plan en base a tiempo y recursos necesarios para conseguir objetivos propuestos.

A través de la aplicación de esta técnica, se desarrolla cada una de las actividades que son la respuesta al árbol de objetivos, planteado para de esta manera conseguir que las diferentes actividades se cumplan, y lograr una buena capacitación para entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema

“La capacitación de los entrenadores de baloncesto y su incidencia en la competitividad deportiva de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua en el Cantón Ambato en el periodo Mayo – Agosto 2011”

1.2 Planteamiento del problema

1.2.1 Contextualización

El baloncesto a escala mundial se desarrolla en muchos países del mundo y es uno de los deportes más populares, en consideración a que existen más de 125 Federaciones Nacionales que fomentan su práctica y alientan a millones de atletas, aficionados y seguidores, una de las potencias a nivel mundial es Estados Unidos que con la NBA ha logrado mantener por mucho y tiempo la pasión por esta disciplina. La NBA es considerado como el mejor baloncesto del mundo, y es uno de las disciplinas deportivas mejor pagadas en la actualidad.

El baloncesto en el Ecuador con relación a otros países es poco desarrollado, en el transcurso de la historia, el país no se ha destacado en torneos internacionales en las diferentes categorías, por la falta de apoyo e incentivos hacia los deportistas que optan por la práctica de esta disciplina, las estadísticas son claras, el Ecuador nunca logró conseguir un campeonato sudamericano de baloncesto y mas bien se coloca en los últimos lugares en las diferentes categorías.

A nivel de la Federación Ecuatoriana de Baloncesto, la inversión y el apoyo son escasos, especialmente para deportistas de provincias pequeñas, en donde el factor estudio, y recursos económicos inciden mucho a la hora de escoger por una participación fuera de sus provincias sedes.

En vista de tales circunstancias el baloncesto está muy descuidado en la ciudad, necesitando de una profesionalización adecuada de los entrenadores con procesos de capacitación y actualización acorde al contexto en que los deportistas se desenvuelven en pro de la formación de nuevos talentos.

Ya específicamente en Federación Deportiva de Tungurahua el panorama es mucho más grave, debido a los múltiples problemas con la administración anterior que no brindó las condiciones necesarias para que esta disciplina surja.

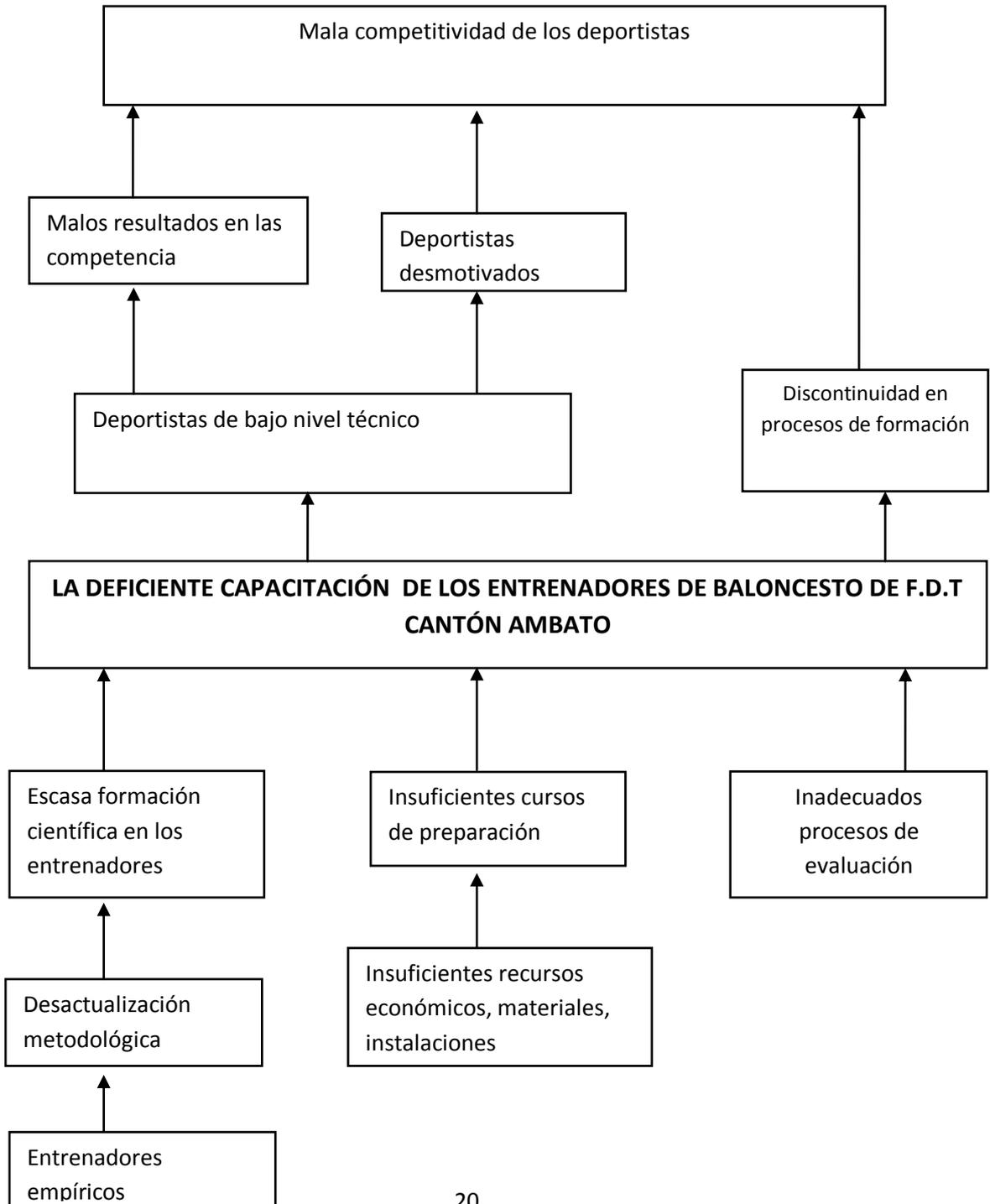
En el Cantón Ambato la situación no varía, los entrenadores cometen un grave error preocupándose solo de jugadores prácticamente formados, dejando de lado a los basquetbolistas de las categorías formativas, cuando lo más importante y lo que más se necesita es de entrenadores profesionales y capacitados en nuevos métodos de aprendizaje del baloncesto moderno, pero el desconocimiento de muchos procesos ocasiona que la competitividad de los basquetbolistas sea baja y se evidencia en los resultados en los diferentes campeonatos.

Otro de los errores que se cometen, es esperar que se realicen los torneos tanto colegiales como inter - escolares en el Cantón, para seleccionar a los basquetbolistas que presentan las mejores condiciones cuando lo correcto es, invitar a cada una de las escuelas de niños y niñas que deseen aprender esta disciplina, esto ocurre porque la capacitación de los entrenadores de baloncesto no es la adecuada, por lo tanto no se tienen los conocimientos necesarios para iniciar un trabajo que mejore las condiciones, esto se ve evidenciado en los escasos torneos a nivel de la ciudad, que se realizan por año, al ser la ciudad con mayor cantidad de personas y de basquetbolistas, se deberían realizar competencias continuas, para buscar nuevos talentos e iniciar con una preparación que de muy buenos resultados en posteriores competencias nacionales.

De la misma manera, en las categorías superiores la ausencia de una capacitación de los entrenadores, en el aspecto integral del deportista juega un papel muy importante, un entrenador necesita conocer todo en cuanto a su basquetbolista, las características individuales, su proceso de aprendizaje, particularidades

psicológicas y para ellos se necesita de un conocimiento profesional en cuanto a la Cultura Física, pero esto no ocurre porque la mayoría de entrenadores no tienen un título profesional en y desconocen el proceso para la formación de los basquetbolistas.

1.2.2 Análisis crítico



La disciplina del baloncesto ha decaído mucho en la Provincia estos años por diversas circunstancias, una de ellas, y la principal es definitivamente la escasa capacitación y formación científica con bases sustentadas producto del empirismo de los entrenadores, porque la mayoría no tienen un título profesional en Cultura Física.

Dentro de este contexto la desactualización metodológica en nuevas técnicas de entrenamiento, y la didáctica que se utiliza en los entrenamientos no es la adecuada, y producto de ello los procesos de preparación, competición y evaluación no son óptimos porque el desconocimiento de los mismos hacen que los entrenadores no apliquen evaluaciones constantes a los basquetbolistas.

Hay que recalcar, que una de las causas de que el baloncesto no tenga los resultados esperados en Federación Deportiva de Tungurahua, es la carencia de recursos económicos para capacitar a los entrenadores de una forma permanente, por tal razón no se escoge al personal capacitado con un perfil profesional acorde y una especialidad determinada.

Sumando a todo esto está que los entrenadores de baloncesto asumen este cargo porque fueron basquetbolistas, y no conocen en sí de la poca inversión que los altos dirigentes hacen en disciplinas colectivas, dejando de lado sobre todo la capacitación en nuevos métodos y pedagogías de entrenamiento, e incluso la didáctica que se debe aplicar para llegar al conocimiento del baloncesto.

Estas causas enunciadas, traen consigo algunos efectos que se ven reflejados en las diferentes categorías de baloncesto, por lo tanto la deficiente preparación de los entrenadores, provoca que los deportistas tengan un bajo nivel técnico, evidenciándolo en los malos resultados en las diferentes competencias a nivel nacional, y por ende los deportistas se desmotivan al no obtener resultados óptimos.

Para finalizar, ante la discontinuidad en los procesos de entrenamiento, produjo que algunos entrenadores sean cambiados, estas modificaciones traen consigo que los procesos fueran inconclusos, y que los deportistas ante estas circunstancias tengan niveles de competitividad bajos, que se ven reflejados en los resultados adversos en las diferentes competencias. En cuanto al control y los procesos de planificación en el Departamento Técnico Metodológico de Federación Deportiva de Tungurahua, estos se realizan de forma semanal, y mensual a través de informes periódicos de las actividades que realizan los entrenadores, por lo general se muestran los microciclos es decir la planificación semanal de acuerdo al mesociclo en el que se encuentre la preparación de los deportistas, pero en estos informes del 100% cuanto realmente cumplen los entrenadores, y cuáles son las alternativas para solucionar este déficit en la preparación de los basquetbolistas es lo que hay que evaluar.

Otro de los problemas es que en la planificación del POA (Plan Operativo Anual), no existe un presupuesto destinado para la capacitación de los entrenadores en las diferentes áreas, por lo tanto el conocimiento no está actualizado especialmente en nuevas formas de aprender y enseñar el baloncesto en cada una de las categorías.

1.2.3 Prognosis

Si este problema no es tratado adecuadamente los deportistas en la disciplina de baloncesto de Federación Deportiva de Tungurahua, presentarán una confusa y deficiente preparación, teniendo como resultado una baja competitividad y estarán en los últimos lugares en los torneos oficiales.

La posibilidad de que los mejores basquetbolistas, formen parte de la selección ecuatoriana, se vería limitada por los escasos resultados en las participaciones a nivel nacional, y por ende cambiar otro técnico, por lo tanto, deportistas se

sentirían desmotivados y obligados a renunciar a la práctica de esta disciplina deportiva.

Esto conlleva a que no exista una afluente masificación de los deportistas en esta disciplina y prácticamente esta actividad estaría olvidada en Federación Deportiva de Tungurahua, especialmente en el Cantón Ambato.

1.2.4 Formulación del problema

¿La deficiente capacitación de los entrenadores de baloncesto incide en la competitividad deportiva de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua en el Cantón Ambato en el periodo Mayo - Agosto de 2011?

1.2.5 Preguntas Directrices

¿Es deficiente la capacitación de los entrenadores de baloncesto en la Federación Deportiva de Tungurahua en el periodo Mayo – Agosto 2011?

¿Es baja la preparación y por consiguiente la competitividad de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua en el periodo Mayo – Agosto 2011?

¿Una escuela de baloncesto para entrenadores ayudará a que la competitividad de los deportistas mejore?

1.2.6 Delimitación del objeto de investigación

CAMPO: Deportivo

AREA: Preparación Deportiva

Aspecto: Capacitación de los entrenadores de baloncesto.

Espacio: Federación Deportiva de Tungurahua, Cantón Ambato

Tiempo: Periodo Mayo – Agosto de 2011

Unidades Observadas:

- Dirigentes deportivos de FDT
- Entrenadores de Baloncesto FDT
- Deportistas de Baloncesto de FDT
- Departamento Técnico Metodológico

1.3 Justificación

Esta investigación se llevó a cabo por el sano propósito de revisar la capacitación académica deportiva de los entrenadores en las diferentes categorías en la disciplina de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua, ya que por mucho tiempo estas se encuentran en el completo abandono, y nadie se ha propuesto realizar un seguimiento adecuado, en cuanto a la metodología, planificación, seguimiento, competencia en la que los diferentes entrenadores forman a sus deportistas.

Esta investigación causa **interés**, porque beneficia no solo a los basquetbolistas sino a un colectivo en este caso a entrenadores, dirigentes deportivos, y por supuesto a padres de familia, que lo que más les interesa sin duda es la formación de sus hijos de forma integral.

Este tema es sumamente **importante** porque los niños, jóvenes y demás deportistas, necesitan de una buena preparación en todos los aspectos, para poder aumentar su competitividad, y estar a la par en esta disciplina con otras provincias y en especial Guayas y Pichincha que mantienen un nivel alto de preparación y competencia.

Este tema es **nuevo** en cuanto a su investigación, porque se piensa que los entrenadores lo saben todo, y adoptan metodologías inadecuadas y no se ha realizado una verdadera planificación en donde los evaluados en el proceso sean los entrenadores, y producto de ello solo se reconocen los errores de los deportistas, más no de la planificación de los profesionales en esta disciplina.

Este tema causa **impacto** en Federación Deportiva de Tungurahua, porque al determinar las necesidades de los basquetbolistas, se propone una solución al problema no solo que beneficie a los basquetbolistas sino a la comunidad, y por supuesto a la Provincia en las diferentes competencias.

De lo antes mencionado, y vista la deficiente capacitación de los entrenadores de baloncesto, es **factible** porque se tienen las condiciones necesarias, para el correcto desenvolvimiento de la investigación, se cuenta con los recursos adecuados, y el medio es óptimo para realizar una indagación completa del problema.

La Universidad Técnica de Ambato, forma profesionales de excelencia y por medio de la investigación, estará en la capacidad de proponer una alternativa de solución, por medio de métodos adecuados que beneficien al deporte de la provincia en este caso del baloncesto y en un tiempo no muy lejano sea una potencia a nivel nacional en esta disciplina deportiva.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Investigar como la capacitación de los entrenadores de baloncesto incide en la competitividad deportiva de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua en el Cantón Ambato en el periodo Mayo – Agosto de 2011.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Diagnosticar la falta de capacitación los entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua en el Cantón Ambato en el periodo Mayo – Agosto de 2011.
- Determinar el bajo nivel de preparación y competencia de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua en el Cantón Ambato, en el periodo Mayo – Agosto de 2011.
- Diseñar una propuesta innovadora que de solución al problema tratado como la creación de una Escuela de Capacitación para entrenadores de baloncesto.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes investigativos

“Practicar deporte o en su defecto realizar actividades físicas, es un elemento primordial en la formación del ser humano, quien opina que el deporte, en sus manifestaciones como práctica para todos y como DEPORTE DE COMPETENCIA, contribuye de manera esencial al desarrollo integral del ser humano. Asimismo la salud, agente indispensable en el bienestar del individuo y parte integrante de la calidad de vida, es, sin duda, uno de los grandes favorecidos de la práctica deportiva" (Guardia, 1977).

Acevedo en 2009, concluye que el entrenamiento continuo faculta al deportista hacia la consecución de habilidades y destrezas que al ser parte de una rutina enriquecedora mantiene al cuerpo humano saludable y competitivo.

En la Investigación realizada por Patricio Martínez (2009), con el tema la preparación técnica en la disciplina del baloncesto y su incidencia en la competitividad, manifiesta que una de las razones por la poca competitividad es la falta de entrenadores capacitados existiendo una mínima participación de deportistas en esta disciplina.

Según la FIBA en 2005 se manifiesta que: la promoción de las competiciones de baloncesto trata de ofrecer unas directrices claras sobre como estructurar, y planear mejor las competiciones. El buen entrenador es el que proporciona consejos útiles a profesores, deportistas y colegas.

Lindbergh, 1999 en su trabajo investigativo sobre “El Baloncesto Juego y Enseñanza”, concluye que la profesión de entrenador de baloncesto encierra en sí la enseñanza de los jugadores en todos sus aspectos, la formación del equipo y sus grupos y la participación en las competiciones. Es, por lo tanto, el responsable fundamental de la enseñanza desde el principio hasta el fin. Hasta el momento no se ha realizado ningún tipo de investigación sobre el tema en Federación Deportiva de Tungurahua.

2.2 Fundamentación filosófica

El presente trabajo investigativo está orientado en el paradigma crítico propositivo. Crítico porque cuestiona los esquemas molde de hacer investigación que están comprometidas con la lógica instrumental del poder; porque impugna las explicaciones reducidas a causalidad lineal. Propositivo en cuanto la investigación no se detiene en la contemplación pasiva de los fenómenos, sino que además plantea alternativas de solución construidas en un clima de sinergia y proactividad.

En este enfoque privilegia la interpretación, comprensión y explicación de los fenómenos sociales es perspectiva de totalidad, busca la esencia de los mismos al analizarlos inmersos en una red de interrelaciones e interacciones, en la dinámica de las contradicciones que generan cambios cualitativos profundos.

Luego del análisis de los datos recogidos, y a través de la participación e interacción recíproca junto con los entrenadores, se podrá proponer una oferta de solución al problema mencionado.

2.2.1 Axiológica

La aplicación de valores es fundamental, en donde a más de aprovechar el tiempo libre de los deportistas, formar el cuerpo a través de la práctica del baloncesto, orienta y guía hacia la formación del ser humano, por medio de la aplicación de valores como el respeto, dentro y fuera de la cancha, aceptar victorias y derrotas, tener una capacidad de reacción positiva ante los diferentes estímulos sociales, unión, colaboración, espíritu de compromiso y sobre todo responsabilidad convirtiéndose estos en un hábito de vida.

La práctica de esta disciplina estimula el crecimiento integral enriqueciendo el aspecto cognoscitivo, social, psicológico y motriz. A través de la capacitación hacia los entrenadores, logrará que el basquetbolista no sólo se forme cognitivamente sino que establezca una relación de armonía con el medio.

2.2.2 Epistemológica

El conocimiento y la capacitación técnica deportiva, en la disciplina de baloncesto, es un factor importante en la realización del proyecto porque formar, educar, guiar, impartir conocimientos es una tarea difícil, este proyecto se fundamenta en la capacidad cognoscitiva del ser humano porque es necesario conocer las bases y fundamentos teóricos prácticos del baloncesto en la capacitación de los entrenadores de FDT.

Este proceso sistemático de conocimientos, y en base a diferentes técnicas en educación básica y bachillerato, es la etapa en donde se desarrollan las habilidades del pensamiento, y las competencias básicas para favorecer los aprendizajes, así como las actitudes que regirán su vida.

Por lo tanto con una educación básica de buena calidad, en este caso con los recursos tecnológicos necesarios, promoverán el desarrollo de competencias básicas, y el logro de aprendizajes valorando los procesos mentales de construcción de los deportistas para formar basquetbolistas integrales.

2.2.3 Ontológica

Las necesidades, son la expresión de lo que un ser vivo requiere indispensablemente para su conservación y desarrollo. Satisfacer esas necesidades y requerimientos de los deportistas, es el fundamento para la realización del presente proyecto porque el niño y el joven, necesita medios adecuados para su formación tanto física como cognoscitiva. Por lo tanto la formación en valores como la responsabilidad, la puntualidad, el respeto a los compañeros y la voluntad para trabajar en equipo es fundamental en la práctica del baloncesto.

Esta propuesta plantea por medio de métodos actuales acordes al desarrollo evolutivo del basquetbolista, satisfacer esas necesidades y requerimientos, y conseguir una mejor asimilación de los procesos, a través de la enseñanza del baloncesto en base a la capacitación adecuada de los entrenadores, así los deportistas tendrán los medios apropiados para su crecimiento integral.

2.2.4 Pedagógica

El proyecto se fundamenta desde el punto de vista pedagógico, porque está encaminado a crear una nueva forma de enseñanza, a través de métodos didácticos innovadores, utilizando de forma efectiva los procesos de capacitación a entrenadores de baloncesto en pro de la formación deportiva, para mejorar los niveles de preparación y competencia en las diferentes categorías de baloncesto.

Mediante una planificación adecuada y sistematizada para obtener resultados óptimos en las competencias a nivel nacional.

2.3. Fundamentación Legal

La investigación está amparada en la Constitución del Ecuador en los artículos:

Artículo 381 de la Constitución de la República, “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 y las deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad. El Estado garantizará los recursos y la infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetarán al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa.”

El presente Proyecto está amparado en la LEY DEL DEPORTE Y RECREACIÓN que manifiesta:

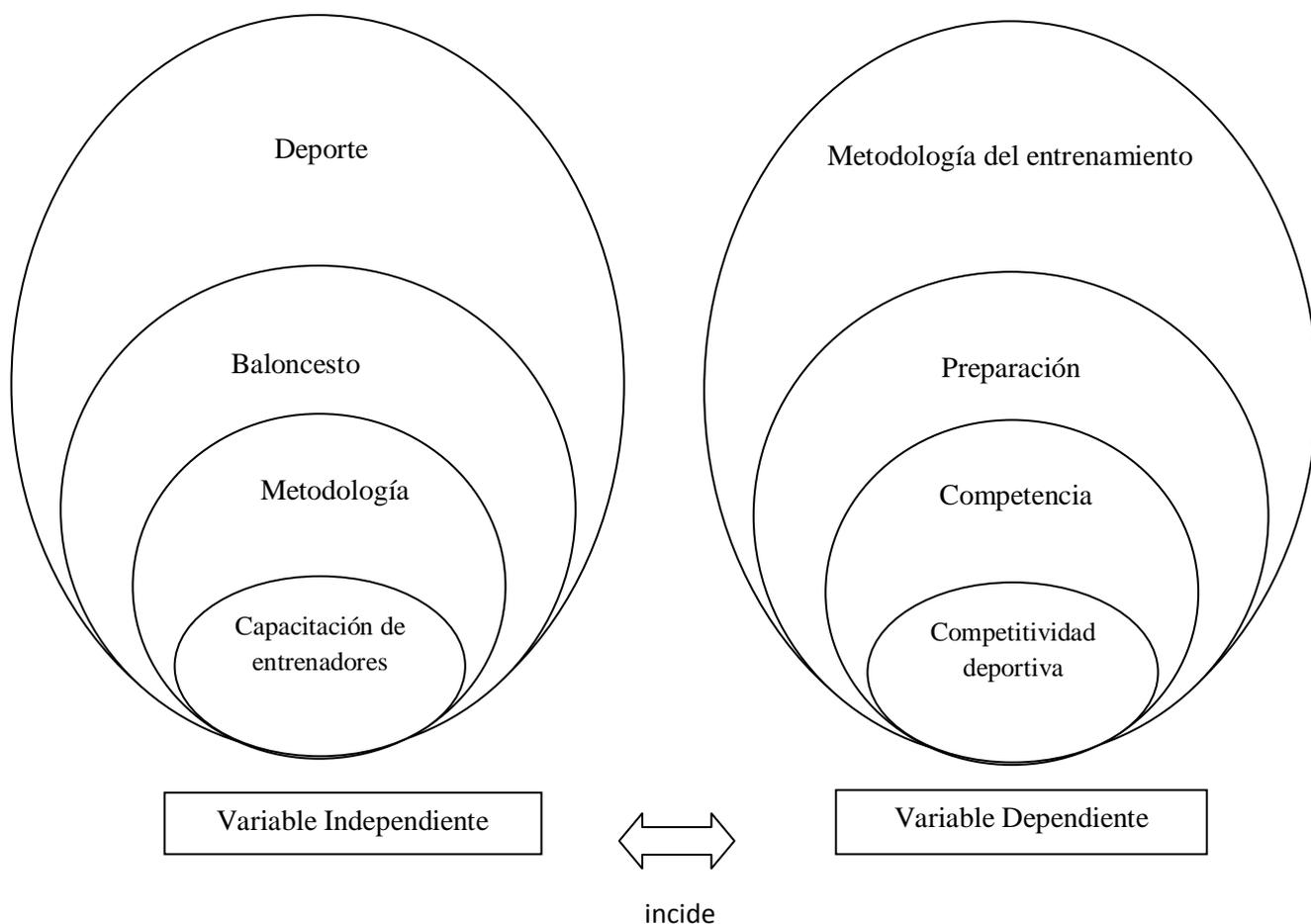
Art. 92. Regulación de actividades deportivas.- El Estado garantizará:

- a) Planificar y promover la igualdad de oportunidades a toda la población sin distinción de edad, género, capacidades diferentes, condición socio económica o intercultural a la práctica cotidiana y regular de actividades recreativas y deportivas;
- b) Impulsar programas para actividades recreativas deportivas para un sano esparcimiento, convivencia familiar, integración social, así como para recuperar valores culturales deportivos, ancestrales, interculturales y tradicionales;

c) Fomentar programas con actividades de deporte, educación física y recreación desde edades tempranas hasta el adulto mayor y grupos vulnerables en general para fortalecer el nivel de salud, mejorar y elevar su rendimiento físico y sensorial.

Art. 104. Emprendimiento y fomento.- El Ministerio Sectorial financiará o auspiciará proyectos y programas que fomenten el deporte, educación física, recreación y las prácticas deportivas ancestrales, por medio de personas naturales y/o jurídicas, organizaciones públicas, mixtas o privadas, siempre que los proyectos y programas no tengan fines de lucro.

2.4. Categorías Fundamentales



2.4.1. Variable Independiente

2.4.1.1 Deporte

Actualmente, debido al gran auge de la actividad físico-deportiva, el deporte es analizado desde diferentes puntos de vista, ya sea desde el ámbito cultural como el científico. De este modo el deporte es estudiado por la sociología, la filosofía, la biomecánica, la educación, la historia, etc. Como afirma García Ferrando (1990: 29), el deporte abarca las distintas manifestaciones en diversos órdenes de nuestra sociedad, de manera que en los últimos años se habla de la industria deportiva como grupo diferenciado que ofrece actividades de distracción, entretenimiento, espectáculo, educación, pasatiempo y, en general, bienes y servicios relacionados con el ocio y la actividad física, competitiva y recreativa.

Deporte es toda aquella actividad física que involucra una serie de reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio ó área determinada (campo de juego, cancha, tablero, mesa, entre otros). A menudo asociada a la competitividad deportiva. Por lo general debe estar institucionalizado (federaciones, clubes), requiere competición con uno mismo o con los demás. Como término solitario, el deporte se refiere normalmente a actividades en las cuales la capacidad física pulmonar del competidor son la forma primordial para determinar el resultado (ganar o perder); sin embargo, también se usa para incluir actividades donde otras capacidades externas o no directamente ligadas al físico del deportista son factores decisivos, como la agudeza mental o el equipamiento.

Por lo tanto el Deporte es toda actividad física e intelectual caracterizada por el afán competitivo de comprobación o desafío, dentro de disciplinas y normas preestablecidas constantes en los reglamentos de las organizaciones nacionales y/o internacionales correspondientes, orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales y desarrollar fortalezas y habilidades susceptibles de potenciación. (Artículo 24 Ley del Deporte y Recreación).

2.4.1.2 Baloncesto

a) Definición

El baloncesto es un deporte reglado, que consiste en el enfrentamiento entre dos equipos compuestos de diez jugadores cada uno, pero donde sólo juegan cinco simultáneamente, y tratan de encestar el balón en una canasta defendida por el equipo contrario.

El baloncesto tuvo su origen en 1891, gracias a James Naismith, un profesor de la Universidad de YMCA, en Springfield (EE.UU.). El baloncesto nació con cinco reglas fundamentales que todavía hoy se conservan:

- El balón debe ser jugado con las manos.
- Los jugadores pueden jugar el balón sin tener en cuenta su situación en el campo.
- No se puede tocar al contrario.
- Es un juego jugado en vertical.
- Fundamentalmente se necesita habilidad y precisión, y no fuerza y violencia.

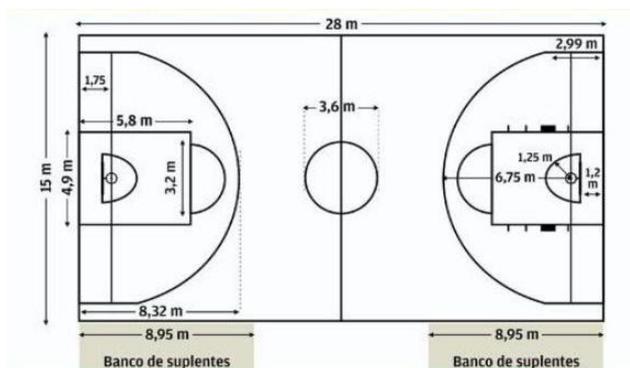
b) Espacio

El espacio de juego es una cancha rectangular de 26 a 28 m de largo por de 14 a 15 m de ancho. El terreno de juego está dividido en dos por una línea central entre las líneas más cercanas. Hay un círculo central con un radio de 1'80 m desde donde se pone en juego el balón al comenzar el partido. La línea de tiro libre mide 3'60 m y dista 5'80 m del fondo de la cancha.

El balón tiene una cámara de goma recubierta por cuero, caucho u otro material sintético. Es de forma esférica y su circunferencia mide entre 75 y 78 cm. Su peso

oscila entre 600 y 800 gramos, y su bote debe ser de entre 1'20 y 1'40 m , lanzado desde una altura de 1'80 m del suelo.

La canasta está formada por un aro de hierro macizo de color naranja y una red de cuerda blanca. El aro dista 3'05 m del suelo y tiene un diámetro interior de 45 cm. La red tiene una longitud mínima de 40 cm para que el balón se detenga un instante tras pasar por el aro. La sujeción del aro al tablero es flexible. El tablero es de una sola pieza y de un material sintético y rígido. Sobre el aro hay pintado un rectángulo de 59 por 45 cm, y los bordes del tablero están pintados con unas líneas.



Dimensiones de la cancha de baloncesto

c) Puntuación

Cada canasta vale 2 puntos, salvo si se encesta desde la línea de 6'75 m, que vale 3 puntos. Los tiros libres sólo valen 1 punto.

d) Dinámica de juego

En el transcurso del juego se asumen dos papeles: el de atacante y el de defensa. Si estamos atacando debemos avanzar el máximo de terreno para asegurar el tiro y marcar punto. Si no tenemos el balón debemos apoyar al compañero que lo tiene. Si actuamos de defensa, nuestra función será evitar que el que posee el balón avance o pase, e impedir el tiro a canasta.

2.4.1.3 Metodología

Sería absurdo que un proceso de entrenamiento careciera de método, pero es bueno tener un ordenamiento en el trabajo y las tareas del entrenamiento, como volumen, intensidad, frecuencia; generalidad, especificidad; esquemas, ciclos, series, repeticiones; estadísticas, rendimientos, etc. Las cosas no sólo deben estar registradas en la cabeza, sino también en papeles y registros de trabajo. (planes de entrenamiento).

2.4.1.4 Capacitación de entrenadores

a) Capacitación

Es toda actividad realizada en una organización, respondiendo a sus necesidades, que busca mejorar la actitud, conocimiento, habilidades o conductas de su personal, en este caso de los entrenadores de baloncesto de Federación Deportiva de Tungurahua.

b) Entrenador

En el deporte, un entrenador es la persona encargada de la dirección, instrucción y entrenamiento de un deportista individual o de un colectivo de deportistas.

El trabajo del entrenador consiste en transmitir sus conocimientos a sus jugadores. Un buen entrenador será aquel que sepa descubrir las máximas aptitudes de los jugadores y logre de ellos el máximo esfuerzo, de la misma manera que un buen maestro logra el máximo rendimiento de sus estudiantes.

El entrenador debe tener en cuenta el cumplimiento de las bases y métodos de enseñanza fundamentales basados en principios científicos. Necesita conocer la psicología de cada uno de sus jugadores para acoplarlos de la manera que mejor puedan servir a los intereses del equipo. Debe determinar los sistemas más

racionales de ataque y defensa y elegir los ejercicios óptimos de entrenamiento. Debe conocer todos los medios de enseñanza y materiales didácticos, y estar al corriente del desarrollo de las investigaciones e innovaciones, que se producen en el ejercicio del baloncesto. El entrenador debe elevar constantemente su capacidad y desarrollarse profesionalmente.

c) Funciones básicas

Además de la propia preparación física y técnica, el entrenador puede ejercer una labor psicológica, aportando un apoyo importante al deportista, sobre todo en competiciones de gran desgaste anímico.

A nivel de equipos, un entrenador tiene, además, de las funciones anteriores, el deber de elegir las estrategias que sus deportistas deberán desarrollar en la siguiente prueba deportiva, a fin de explotar sus mejores virtudes y paliar sus defectos, así como, en su caso, contrarrestar al rival.

Otras funciones, no tan arraigadas a la persona del entrenado, son las de observar y estudiar a los rivales, contratar y descartar deportistas o desarrollar entrenamientos específicos, no orientados a la competición (por ejemplo, recuperación de lesionados). Estas funciones, en muchas ocasiones, las efectúan otros empleados

d) Formación científica

El entrenador de baloncesto practica la investigación en todo lo que se refiere a su deporte. Con ellos amplía sus propios conocimientos y enriquece los conocimientos de los demás entrenadores. La investigación se debe llevar a cabo con espíritu científico y práctico. Debe experimentarse todo: las reglas de juego, los métodos de enseñanza y de entrenamiento, la dieta de los jugadores, el

material, los sistemas de ataque y defensa, etc. y los resultados de las investigaciones deben ser publicados en las revistas deportivas especializadas.

e) Preparación psicológica

La incorporación de la Psicología al método de trabajo habitual de un entrenador, puede contribuir a que éste comprenda mejor las necesidades y problemas de sus deportistas, adopte las decisiones más oportunas y aplique, eficazmente, las técnicas psicológicas que, desde su rol de entrenador, resulten más apropiadas en cualquiera de las parcelas de su ámbito de actuación (la enseñanza de la técnica o la táctica en el entrenamiento, la impartición de instrucciones antes y durante la competición, la dirección del grupo, etc.); por lo que debe considerarse sumamente trascendente que los entrenadores aprendan Psicología e integren estos conocimientos en su repertorio de recursos profesionales, enriqueciendo, así, su forma de entrenar y dirigir a sus deportistas. No obstante, los entrenadores deben comprender que, aún dominando y aplicando múltiples estrategias psicológicas desde su rol de entrenador, no pueden sustituir al psicólogo deportivo.

f) Planificación deportiva

- **Planificación macro**

Equivale a varios meses de preparación y es un ciclo largo de entrenamiento que incluye una fase competitiva. Clásicamente cada macrociclo ocupa todo el proceso de entrenamiento para alcanzar el estado de forma, por lo que la temporada puede incluir uno, dos o varios de ellos. De esta manera cada macrociclo de entrenamiento se divide en tres períodos fundamentales, que son el preparatorio, competitivo y el transitorio, donde se consigue, se conserva y se pierde la forma. En los sistemas de planificación modernos, los macrociclos son

más cortos, ya que se necesita alcanzar más estados de forma a lo largo de la temporada.

- **Planificación meso**

Equivale a 2-6 semanas de entrenamiento, los mesociclos están diseñados para contener bloques de entrenamiento que incluyen un período de alta intensidad, así como otro de entrenamiento reducido, a fin de fomentar la recuperación y regeneración y son: entrante, básico, básico desarrollador, básico estabilizador, de competición, preparatorio de control, de precompetición, preparatorios de restablecimiento, de restablecimiento mantenedor.

- **Planificación micro**

La planificación micro comprende los microciclos que son ciclos pequeños que regularmente abarcan una semana de trabajo. A la planificación de los mismos se les confiere mucha importancia, dada la variabilidad de las tareas que aquí se cumplen y por las relaciones que se establecen entre la carga y el descanso y son: ordinarios de choque, aproximación, competitivo, de recuperación.

g) Preparación del entrenamiento

- **Preparación táctica**

El verdadero estratega es el entrenador y aunque los que juegan son los basquetbolistas, él es el responsable de la preparación total del juego, de sus pasos y coordinación y de la táctica de juego que representa el resultado de combinar todo lo anterior. **La táctica es la organización del ataque y defensa, el empleo de sustituciones de los jugadores y tiempos muertos y la dirección del juego.**

¿Qué tipo de defensa hay que emplear contra un equipo que tienen un jugador central decisivo? ¿Cuándo aplicar presión? ¿Cuándo hay que disminuir el ritmo de juego? ¿Cuándo hay que recurrir a la retención del balón? ¿Cuándo hay que penetrar?

Estas y muchas otras cuestiones necesitan una respuesta durante el juego y, muy a menudo, las respuestas hay que darlas espontáneamente. Es imposible describir todas las situaciones tácticas, pero muchas se pueden prever y en consecuencia se puede prepararse, jugando en esto un papel principal el entrenador.

La táctica de juego se compone de determinados principios generales del juego del equipo, preparación especial para el partido y soluciones que se toman durante el desarrollo del juego.

Principios generales

- Obligar al equipo adversario a jugar de forma desacostumbrada para ellos. Controlen el ritmo de juego, jueguen con lentitud contra un adversario rápido y con rapidez contra uno lento.
- No dejen pasar a los adversarios a aquellas partes del terreno en las que están acostumbradas a jugar. Si el jugador generalmente pasa hacia el tablero a lo largo de la línea frontal, oblíguelo a moverse hacia el centro, oblíguelo a crear su juego a lo largo de la línea lateral.
- Eleven el ritmo de juego si el adversario parece cansado.
- Frenen el juego de un equipo que tienda a efectuar internamientos.
- Emplear la presión contra adversarios inexpertos.
- Creen una defensa masiva en el área de su aro al jugar al jugar contra equipos en los que sus jugadores lanzan mal desde distancias largas y medias. Realicen esto mediante la defensa zonal o defensa personal.

- Empleen la presión si los jugadores de su equipo no son de estatura alta, pero si muy activos.
- Empleen diversas combinaciones o diferentes variantes de ellas en la primera y segunda parte del encuentro.
- Varíen el sistema de defensa, para desorientar al equipo adversario.
- **Preparación para el juego**

Aparte de los entrenamientos ante un juego inminente, se tienen que hacer otros preparativos. El entrenador y los jugadores deben conocer el equipo adversario y así mismos; basándose en datos obtenidos previamente, estudiarán el tipo de defensa, ataque y el planteamiento como equipo y el de cada jugador en particular.

El entrenador al conocer bien a su equipo, sabrá qué procedimientos se deben emplear. No es racional, por ejemplo, una ofensiva rápida, si el equipo no sabe dominar el balón a una velocidad límite; es también inútil recurrir a la presión en todo el terreno de juego, si sus jugadores son altos y poco activos. Es muy importante saber siempre qué es lo que puede o no hacer el equipo, puesto que, justamente, estos factores limitan sus acciones.

Cada entrenador es el responsable de la táctica de juego del equipo. Las acciones del equipo, sus cambios, sistemas tácticos y contra medidas, son cosas de su incumbencia, por lo que cada situación le exige el conocimiento de todo el problema. Existen, sin embargo, principios tácticos, a los que puede recurrir para resolver los problemas que surjan durante el encuentro. Lo fundamental es someter el juego del equipo adversario al suyo. A la táctica le concierne, igualmente la preparación del equipo para el encuentro y sus acciones durante el juego; por eso entran cuestiones como el empleo de la presión, el ataque de posiciones y la retención del balón.

h) Sistemas de juego

Para un entrenador es importante tener en cuenta los sistemas de juego en el baloncesto, y como aplicarlos, dependiendo de las características del adversario, es por eso que aquí se nombran los más importantes y conocidos en esta disciplina deportiva.

- **Sistemas defensivos**

Defensa individual

Cada jugador del equipo realiza el marcaje de un atacante concreto del otro equipo. Este seguimiento o defensa puede realizarse en todo el campo o a partir del medio campo.

Defensa en zona

Cada jugador defiende una zona específica del campo, normalmente la zona alrededor de la zona, independientemente del jugador atacante que en ella se encuentre. Hay muchos sistemas de defensa en zona y se conocen por el número de jugadores alineados, comenzando a partir de la posición más alejada de la canasta. Así, se tienen como sistemas más habituales los siguientes:

Zona 2-3

Dos defensores avanzados, normalmente el base y el escolta, a cada extremo de la línea de tiros libres, y tres defensores altos, normalmente el pívot entre dos aleros, más cerca de la canasta. Asegura el rebote y permite iniciar el contraataque con rapidez. Puede ser vulnerable por el pasillo que se encuentra entre ambas líneas.

Zona 2-1-2

Es parecida a la anterior, pero con el pívot un poco más avanzado. Se evitan cruces ofensivos. Puede ser vulnerable en la zona superior de la línea de tiros libres y en la línea de fondo, bajo la canasta.

Zona 1-2-2

El jugador 1 tiene que ser un defensor muy rápido, normalmente el base. Esta zona es vulnerable en el centro de la botella.

Hay muchas combinaciones de sistemas defensivos en zona, según el tipo de ataque a que se enfrente, los objetivos que persiga y la consiguiente disposición de los jugadores, que será la que dará nombre al sistema.

Defensa mixta

Utiliza ambos tipos de defensa. Algunos jugadores defienden una zona, normalmente la zona, y otros realizan un marcaje a algún atacante. Normalmente se utiliza cuando el equipo contrario dispone de un jugador destacado por su efectividad, en quien se basa el juego de ataque del equipo.

- **Sistemas ofensivos**

Los sistemas tácticos en ataque están determinados, como los de defensa, por la distribución de los jugadores en el espacio de juego, y se adoptan unos u otros según el tipo de defensa que efectúe el equipo contrario y las características de los mismos jugadores. Los sistemas de ataque más comunes son los siguientes:

Contra una defensa individual

1 X 1 (uno contra uno)

Si se está en posesión de la pelota, el 1 contra 1 se convierte en una lucha entre la técnica individual en las fintas y el manejo de la pelota por parte del atacante, contra la técnica y la velocidad defensiva del que realiza el marcaje. Cuando no se tiene la posesión de la pelota, el jugador atacante tiene que desmarcarse de su defensor con fintas y bloqueos de sus compañeros.

El bloqueo

Puede considerarse también una técnica específica. Consiste en interponerse en la trayectoria del defensa que marca a algún compañero, sin hacerle falta, para que éste se desmarque y pueda recibir la pelota, lanzarla a canasta, pasarla o progresar con ella.

Contra sistemas zonales

La mejor forma de contrarrestar una defensa en zona son los lanzamientos efectivos desde fuera de la botella. Si los defensores salen a parar l

lanzamientos, los pívots tienen el camino libre. Igual que los sistemas de defensa en zona, los sistemas de ataque se denominan de acuerdo con la posición de los jugadores.

Sistema 2-3 o 2-1-2

Un base y un escolta arriba, un alero a cada lado y un pívot, que se moverá por la zona de fondo o a la altura de la línea de tiros libres.

Sistema 1-3-1

Un base reparte el juego a dos aleros que se sitúan a los dos lados de la botella, un pívot en posición alta y un pívot por la línea de fondo y bajo la canasta (pívot en posición baja).

h) Preparación técnica

Análisis de diversos modelos de enseñanza en la iniciación al baloncesto

- **Características**

No se va a afrontar con profundidad el análisis de métodos, estilos o técnicas, aspectos que han tratado una multitud autores en el ámbito de la Actividad Física y el Deporte, sino que este estudio se centra en el aspecto de cómo enseñar en Baloncesto, abordando una de las preocupaciones actuales en cuanto a la enseñanza de entrenador de Baloncesto, en categorías de formativas.

La preocupación radica en qué tipo de modelo de enseñanza aplicar a determinado equipo. Algunos autores denominan a estos modelos, estrategias en la práctica. Cabe destacar varias estrategias o modelos que el entrenador de Baloncesto puede utilizar en su contexto como entrenador en niveles de formación.

- **Entrenamiento de la técnica**

Tradicionalmente la enseñanza del Baloncesto ha tenido una estructura analítica en el que a partir del aprendizaje y dominio de determinados elementos técnicos, éstos se iban introduciendo en el contexto real del juego. Esta enseñanza de la técnica se centra en situaciones aisladas, en donde el fundamento determinado se

descompone para una mejor asimilación y una vez dominado, se ubica dentro del marco de la situación real.

Cabe destacar que con la propuesta del entrenamiento de la técnica:

- Los jugadores no comprenden fácilmente la transferencia del aprendizaje de un fundamento a una situación de partido.
 - Es una enseñanza muy directiva que ofrece escasas tomas de decisión al jugador/a; por tanto cabe la posibilidad de que los jugadores estén automatizados y no sean capaces de crear situaciones de peligro en los partidos.
 - Requiere mucho tiempo para dominar los fundamentos.
 - Es monótono para los jugadores, y consideramos necesario, sobre todo en estas edades, que los chicos y las chicas tengan un alto nivel de motivación y estén ilusionados por entrenar y jugar.
-
- **Entrenamiento de la táctica**

Fundamentalmente se basa en plantear tareas globales en donde los jugadores tengan que resolver situaciones y problemas planteados por los defensores o atacantes que impiden cumplir el objetivo previsto. Una vez que los jugadores "comprenden" la esencia del juego en el contexto global, el entrenador irá introduciendo los distintos elementos técnicos para que los puedan aplicar en esas situaciones de juego. Son muchos los partidarios de esta propuesta, entre otros Devís y Peiró (1992), Durán y Lasierra (1987), Zaragoza (1992), Junoy (1997). Este planteamiento de iniciar el Baloncesto por el aspecto táctico ofrece unos valores considerables:

- El entorno de aprendizaje de los jugadores es el mismo en donde se desarrolla la acción del juego, por tanto existe una clara transferencia.
 - El entrenador/a "cede" al jugador/a en gran medida el bloque de tomas de decisión, elemento muy importante para potenciar el nivel de creatividad y la capacidad de elegir.
 - Fomenta que los jugadores sean polivalentes; evita la especialización temprana.
 - Tiene un alto nivel de motivación en los jugadores puesto que las actividades que realizan son grupales, y el juego es un elemento imprescindible en el desarrollo de dichas actividades.
- **Entrenamiento táctico-técnico**

Este planteamiento considera importantes tanto el iniciar la enseñanza del Baloncesto con un planteamiento técnico, como con un planteamiento táctico, por este motivo intenta la enseñanza aglutinando los dos bloques el de la táctica y la técnica, sin que uno sea excluyente del otro. En realidad se parte de la opinión de que un elemento no podría, o no debería desarrollarse sin el otro.

Esta tendencia surge a partir de algunos estudios que muestran que no existen diferencias significativas a nivel de rendimiento, cuando se utiliza el entrenamiento de la técnica en primer lugar, o se inicia con el entrenamiento de la táctica.

Serán los entrenadores los que deban elegir el que más beneficio proporcione a sus jugadores atendiendo a las características del equipo.

Consideraciones didácticas

- No olvidar las características individuales de todos y cada uno de nuestros jugadores, (a nivel de juego, social, maduración, psicológico etc).
- El Baloncesto de formación no debe ser una réplica del Baloncesto profesionalizado y es necesario inculcar valores imprescindibles para la formación como jugadores y como personas.
- Cualquier tarea que se plantee es importante que siga una progresión de menor a mayor dificultad.
- La participación del jugador es imprescindible, por tanto es conveniente que los entrenamientos no tengan pausas largas y esto se puede evitar si el entrenador evita grandes discursos, tanto al ofrecer información como al corregir.
- No hipotecar el futuro del jugador especializándole en un puesto que posiblemente no será el de dentro de unos años.
- No trabajemos sólo a corto plazo; aunque posiblemente no sigamos dentro de unos años con nuestro equipo actual, si "quemamos" etapas, perjudicaremos la formación y trayectoria de estos jugadores.
- Seamos capaces de ofrecer al jugador la posibilidad de que tomen decisiones en las situaciones de resolver los problemas.
- Procurar que nuestra enseñanza en Baloncesto provoque en los jugadores la resolución de estas cuestiones: ¿qué hacer? ¿Cómo hacerlo? y ¿cuándo hacerlo?

j) Dominio de conceptos

- **Base**

Normalmente es el jugador de menor estatura del equipo, con gran dominio del bote del balón y del pase. Se encarga de organizar el juego e imprimir el ritmo

deseado por el entrenador, y, en cierta manera, actúa como la extensión de este sobre el terreno de juego.

- **Escolta**

Es un jugador de estatura mediana, rápido y con buen tiro, entre cuyas principales funciones se encuentran dar apoyo al base y penetrar a canasta para provocar ayudas que posibiliten situaciones ventajosas para los jugadores altos.

- **Alero**

Es un jugador de buena estatura y debe ser lo suficientemente rápido como para poder correr un contraataque. Suele ser el mejor lanzador y el principal anotador del equipo.

- **Ala- Pívor**

Por lo general, es más alto y fuerte que el alero, y tienen una mayor capacidad reboteadora e intimidadora en posición de defensa.

- **Pívor**

Es el jugador más alto del equipo y su principal labor es rebotar e intimidar al ataque.

- **Aclarado**

Situación en la cual los compañeros del jugador en posición del balón se desplazan hacia el lado contrario del campo para dejar vía libre a una penetración de éste hacia canasta.

- **Bloqueo Ciego**

Bloqueo que se realiza a un defensor que está de espaldas, y por lo tanto no puede anticiparse.

- **Corte**

Acción ofensiva en la que un jugador sin posesión de la pelota se dirige a canasta atravesando la zona defensiva del equipo contrario, esperando recibir un paso del hombre – balón.

- **Flotar**

Acción defensiva en la que uno o varios jugadores siguen los movimientos de los atacantes, pero sin presionarlos para poder ayudar eventualmente a otros compañeros.

- **Lado débil – lado fuerte**

Corresponde a los lados en que se divide imaginariamente el campo en la zona de defensa. El lado fuerte es aquel donde se encuentra la pelota, por lo que generalmente está ocupado, por un mayor número de jugadores; por el contrario, el lado débil es donde no está el balón.

- **Puerta atrás**

Acción de desmarque ofensivo en la que el atacante, cuando es defendido por delante, aprovecha para ir hacia canasta y recibir un pase en posición ventajosa.

- **Trailer**

Rol que adquiere un jugador alto, cuando al no concluirse un contraataque, llega más tarde cortando por la zona.

- **Transición**

Situación ofensiva que conecta un contraataque con un ataque estático.

k) Fundamentos técnicos del baloncesto

El buen jugador de baloncesto tiene que dominar tanto el tiro, como el pase, como los amagues y no hay que olvidarse de la defensa. Por ello un jugador de baloncesto no se hace en tres horas, sino que se tarda años y años en perfeccionar la técnica, hasta que los movimientos son instintivos. Por eso la persona que quiere ser un jugador importante para un equipo debe trabajar duro en los entrenamientos, o fuera de ellos si dispone de tiempo libre suficiente, para perfeccionar su técnica. Para un entrenador de baloncesto es esencial conocer los fundamentos técnicos del baloncesto y como enseñar a sus deportistas entre estos están:

- **El tiro**

Se puede decir que el tiro es la parte más importante del baloncesto por lo tanto es lo que primero vamos a trabajar.

Los tipos de tiros más utilizados por todo jugador de baloncesto indistintamente de la posición en la que jueguen: el tiro en suspensión, la entrada. Después también hay algunas variantes de estos tiros como por ejemplo el tiro en suspensión saltando hacia atrás, el tiro con rotación, la entrada a aro pasado,...

- **El tiro en suspensión**

Es el más útil en el juego estático para realizar este tipo de tiro tenemos que colocar el brazo derecho formando un ángulo recto con el pecho, el codo también tiene que formar otro ángulo recto. Los dedos de la mano tienen que estar apuntando a la frente y a una distancia de unos cuatro dedos en horizontal de la misma, también tienen que estar lo más abiertos posibles, pero la pelota solo tocará la yema de estos y nunca la palma de la mano.

El dedo de la mano izquierda y el de la mano derecha tienen que formar una T, pero los dedos tienen que tener unos centímetros de separación. Las piernas tienen que tener una abertura igual que la altura de tus hombros, sino tendrás poco equilibrio en el salto (piernas muy juntas) o perderás potencia en el mismo (piernas muy separadas) y el salto que debe realizarse es hacia arriba. Después es importante que el movimiento de piernas, brazos, y muñeca sea fluido. Cuando lleguemos al punto más alto del salto extenderemos el brazo derecho hacia arriba, no para los lados o para delante, mientras que la mano izquierda se separa del balón, una vez extendido el brazo realizaremos un golpe seco de muñeca, el cual impulsará el balón hacia la canasta y producirá una rotación del balón. Y nos tenemos que quedar en esa posición hasta tocar suelo. En el tiro el balón no tiene que ir ni muy alto ni en línea recta. Y tenemos que apuntar a la parte más cercana a nosotros del aro.

- **El tiro en suspensión saltando hacia atrás**

Este es una variante del tiro en suspensión pero que como su nombre indica el salto tiene que ser hacia atrás. Este salto es muy útil si existe la necesidad de alejarse de nuestro defensor para tirar. Una recomendación es que se realice sólo

si estamos cerca del aro puesto que se necesita más fuerza de bazo para alcanzar la canasta y este esfuerzo nos puede desviar nuestro tiro.

- **El tiro en suspensión con rotación**

Este otro es uno de los más difíciles de meter puesto que en un principio tenemos que estar de espaldas, después realizar un giro rápido que nos puede desorientar y entonces realizar el tiro en suspensión. El giro se puede realizar hacia adentro, es decir, cuando elegimos un pie de pivote y giramos sobre este, lo hacemos pasando el otro pie más cerca de canasta, también se puede realizar hacia fuera, en este caso cuando giramos sobre el pie de pivote el otro pasa más alejado de canasta.

- **El tiro de gancho**

El tiro de gancho es un lanzamiento que solo se puede realizar a corta distancia, para efectuarlo hay que colocarse de lado de la canasta. Después se coloca el brazo extendido hacia el lado contrario de la canasta y se lo eleva, siempre extendido, hasta encima de la cabeza donde se realiza un movimiento de muñeca que llevará el balón hacia el aro.

- **El medio gancho**

Este tipo de gancho también es muy efectivo a corta distancia pero además se tienen un mejor control del balón. Este mejor control se debe a que no hay que extender el brazo, sino que, estando también de lado con respecto al aro, se levanta directamente el balón sobre la cabeza y realizamos el movimiento muñeca requerido.

- **La entrada**

Este tipo de tiro es el que más se utiliza en los contraataques o si te consigues ir de tu defensor por velocidad. Para realizar la entrada primero hay que aprender a dar los pasos de entrada. Si entramos por la derecha a la vez que cogemos el balón damos un paso un poco más largo con el pie derecho, seguidamente se da el paso con el pie izquierdo más corto y no impulsamos con este hacia arriba, esto es muy importante puesto que mientras más cerca estés del aro más fácil te resultará encestar. En todo momento tenemos que tener el balón bien sujeto con las dos manos si no el contrario puede quitárnoslo con mayor facilidad.

El tiro que podemos realizar en esta posición es de dos formas, como un tiro en suspensión o una bandeja. Para realizar una bandeja la posición de la mano derecha sigue siendo por debajo del balón pero en este caso los dedos no apuntan hacia la frente sino hacia el otro lado, hacia canasta. Una vez alcanzado el punto máximo del salto se impulsa la pelota con la muñeca para que pase por encima del aro, este impulso no tiene que ser con un golpe seco puesto que así solo se consigue que la pelota suba o que tenga mucho efecto y el balón salga despedido cuando toque el tablero, cuando se realice la entrada por la izquierda esta se efectúa de la misma forma pero el primer paso se realiza con la izquierda y el impulso se obtiene con la derecha.

Una de las cosas más importantes es tirar también con la izquierda, esto se debe a que es la que más lejos del defensor va estar por lo tanto a este le resultará más difícil quitar el balón.

La entrada a aro pasado

Esta entrada es mortífera si se sabe ejecutar correctamente pero si no es un desperdicio de balón que puede ocasionar un cómodo contraataque del equipo contrario. El ángulo de aproximación tiene que ser poco, puesto que de esta forma

cuando se sobrepase el aro no se salga de la pista, por lo general se realiza en paralelo a la línea de fondo. Los pasos de entrada se realizan de la misma forma que en la entrada normal, pero en esta ocasión el impulso no tiene que ser totalmente hacia arriba, pues entonces se sobrepasa el aro y cuando se tire el balón golpearía en este; cuando se salte se extiende el brazo hacia delante y arriba y se impulsa el balón con la muñeca hacia el mismo lado del que se venía, si se acerca por la derecha el balón se tienen que lanzar que hacia la derecha y darle un pequeño efecto hacia el mismo lado para que cuando toque el tablero salga en dirección al aro.

- **El pase**

Es una de las cosas más importantes puesto que gracias a él hacemos llegar el balón a otros compañeros que tengan mejor opciones de tiro. El jugador que no sepa pasar correctamente propiciará unos buenos contraataques del contrario lo que lleva a perder el partido.

Todo pase tiene que ser fuerte, sin pasarse, y bien dirigido, es decir, si el compañero va corriendo no hay que pasar donde él estaba por que cuando le llegue el balón el ya no estará allí, sino que se tendrá que pasar un poco más delante de donde estaba.

También existen distintos tipos de pases, un buen entrenador debe conocer al momento del entrenamiento.

- **El pase de pecho**

Este pase es el más seguro y fácil de hacer. Para realizarlo hay que sacar el balón a la altura del pecho con los brazos lo más pegado al cuerpo posible, después se extienden los brazos en línea recta y se empuja con las muñecas el balón

pudiéndose que dar las manos con los dedos hacia abajo al igual que las palmas o hacia delante y las palmas hacia fuera. Este movimiento de brazos se acompaña con un paso, de esta forma se obtiene más fuerza. (Fig1).



Figura 1. Pase de Pecho

- **El pase picado o pase de pique**

Es una variante del pase de pecho y se realiza de la misma forma pero con una salvedad el balón tiene que botar antes, de llegar al compañero, en el suelo, este tipo de pase es muy difícil de cortar por lo que se utiliza para pasar a los compañeros que tengan un defensor muy cerca. (Fig2)

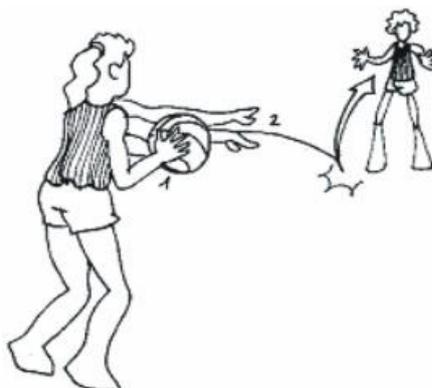


Figura 2. Pase de pique

- **El pase de cabeza**

Este pase es también muy utilizado, sobre todo por los jugadores altos. Primero se coloca el balón encima de la cabeza, y después con un movimiento rápido de muñecas se pasa la pelota a la altura del pecho del compañero o donde este nos lo

Esta pida. Este pase es el más utilizado para pasar por alto a la zona puesto que se por en pasa por encima del defensor. (Fig3)

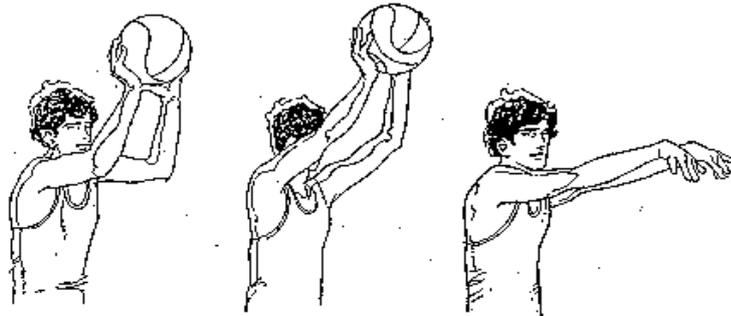


Figura 3. Pase sobre la cabeza

- **El pase de Béisbol**

Este pase es el más utilizado en los contraataques puesto que es el que mayor distancia puede coger, pero tiene el inconveniente que también es muy impreciso. Bueno primero se coloca el balón a la altura del hombro y se impulsa con un movimiento del brazo en línea recta, y no en círculo puesto que el movimiento circular hace que el pase sea aún más impreciso y difícil de coger. Como este pase tiene que recorrer casi toda la cancha se tendrá que lanzar un poco bombeado, pero no demasiado puesto que con más altura más tarda en llegar al destino. (Figura4)



Figura 4. Pase de beisbol

- **Pase a una mano**

El pase a una mano es uno de los más rápidos de efectuar pero tiene el inconveniente de ser también un pase algo impreciso y débil si no se practica con frecuencia. Para realizar este pase primero hay que tener un buen manejo de pelota puesto que el pase se realiza sin interrupción después de un bote. Cuando el balón suba, después del bote, hasta la altura del pecho y a continuación se extiende el brazo y se da fuerza con un movimiento de muñeca igual que en el pase de pecho. (Fig.5)

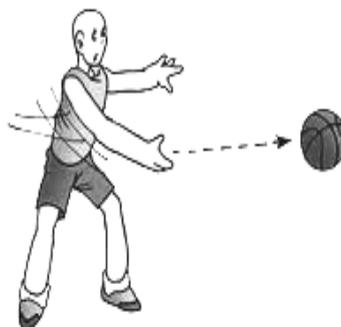


Figura 5. Pase a una mano

- **Pase con una mano picado**

Se realiza del mismo modo que el anterior pero con la salvedad de que primero tiene que botar en el suelo.

- **Pase por la espalda**

Si se quiere hacer un pase que sorprenda al contrario y que el baloncesto sea un juego aun más espectacular, hay que practicar mucho este pase. Para poder ejecutarlo a la perfección primero hay que controlar perfectamente el cambio de mano por la espalda, explicado y después practicar, con el mismo movimiento, lanzarle el balón a un compañero en lugar de pasarlo a la otra mano. (Fig.6)

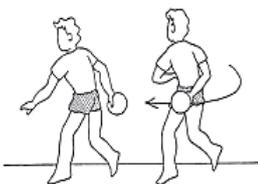


Figura 6. Pase por la espalda

- **El dribling (dribleo)**

Para realizar un dribleo tenemos que poseer un buen control del balón y también hay que saber utilizar la inteligencia y picardía, puesto que por muy bien que se sepa hacer el dribleo si no se conoce cuando utilizarlo este es de muy poca eficacia.

Primero se indican los distintos cambios de manos: el cambio de mano de rodilla a rodilla, por entre las piernas, por detrás de la espalda y de reverso.

- **Rodilla a rodilla**

Este es el cambio de mano más básico y del que parte el cambio entre las piernas. Se recomienda que se posea un control absoluto de este por ser también uno de los más efectivos y rápidos. Primero se coloca con la pierna contraria a la que realizamos el bote un poco adelantada, es decir, la posición básica de bote. A continuación se pone en línea con la otra y con una abertura igual a la de los hombros entonces con un movimiento rápido y seco de la muñeca daremos un bote para que el balón llegue a la otra mano que estará esperándola. Entonces se puede hacer una salida directa, con la misma pierna que el lado al que se dirige, o también una salida indirecta, con la pierna contraria del lado al que se va. A continuación se realiza un cambio de ritmo (se aumenta la velocidad) a la vez que se da el bote lo más lejos que se pueda controlar. (Fig.7)



Figura 7. Drible de rodilla a rodilla

- **Entre las piernas**

Este cambio se realiza igual que el anterior pero el cambio de mano se realiza dando el bote entre las piernas, es decir, partiendo de la posición del cambio de mano de rodilla a rodilla primero se hace el cambio de mano pasando el balón entre las piernas y luego se iguala los pies para después arrancar con más velocidad y fuerza. (Fig.8)



Figura 8. Drible entre las piernas

- **Por la espalda**

Este cambio de mano es muy bueno si se tiene un absoluto control sobre él, de lo contrario es una forma muy efectiva de perder el balón. Para realizarlo primero hay que hacer un pequeño bote hacia atrás quedándose la pelota detrás de la espalda, después se impulsa hacia el otro lado y hacia delante mediante un movimiento rápido, haciendo que la pelota pase al otro lado y se quede delante para poder realizar el cambio de ritmo necesario. Para hacer este cambio de mano correctamente se necesitan bastantes horas de entrenamiento porque es fácil que se vaya el balón cuando se pase por detrás de la espalda o que se pegue en ésta. (Fig. 9)

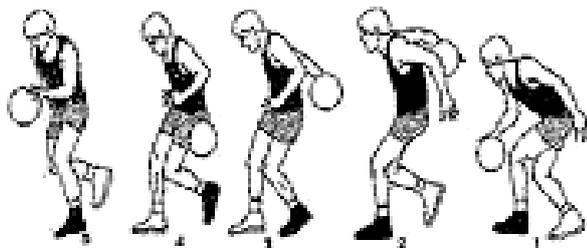


Figura 9. Drible por la espalda

- **De reverso**

Este cambio de mano es muy útil en las zonas cercanas al aro pues permite dejar al contrario a la espalda y poder realizar un tiro cómodo. Para realizar este cambio de mano se utiliza el pie contrario al que se bota el balón como pie de pivote o giro. Este pie tiene que estar colocado delante del defensor y entonces se desplaza el otro detrás de la pierna de este, mediante un giro del cuerpo provocando que no pueda alcanzar al rival, para efectuar un giro efectivo tendremos que bajar el centro de gravedad, flexionar más las piernas, mientras se gira hay que efectuar un bote que se recoge con la otra mano, después se realiza un cambio de ritmo.

- **Los amagos**

En este apartado lo que más vale es el saber actuar, puesto que hay que engañar al defensor. Hay amague de todo, amague de tiro, de salida, de pase,..... La forma ideal de realizar una finta es realizar el movimiento de tiro, de pase,... a

- **El amague de tiro**

Hay que colocar el brazo en la misma posición que está explicada en el tiro y hay que colocarse sobre las puntas de los pies, como si se pensara hacer un salto, y a continuación se driblaría, si no se ha agotado el bote, o tiro, para aprovechar que el defensor sea desequilibrado para taponar el primer tiro.

Para el pase se realiza el mismo movimiento que el explicado anteriormente pero la pelota no se pasa sino que con un movimiento rápido, no por ello precipitado o mal ejecutado, se lanza el balón a otro compañero o al mismo, si se puede.

- **El amague de salida**

Es uno de los amagues más útiles si se consigue engañar a los defensores puesto que el defensor se separa de la trayectoria que se quiera seguir, para realizarla hay que decidir un pie de pivote que no se levantará en ningún caso hasta botar la pelota, una vez decidido se realiza un paso pequeño hacia delante y un lado, provocando el movimiento del defensa que intentará cerrar el paso, y a continuación se sale hacia el lado contrario o hacia el mismo si el defensor se ha desequilibrado más todavía al volver a la posición inicial.

- **El amague del dribleo**

El amague del dribleo en carrera es un arma muy usada en los uno contra uno si se viene en carrera, para realizarla hay que decantar el cuerpo hacia el lado contrario del que se quiere ir y a continuación se lanza el balón hacia delante y al lado que se tenía pensado ir para luego salir con un cambio de ritmo.

- **El amago de reverso**

Después de muchos reversos en un partido el contrario se esperará que se haga otro por lo que es el momento de engañarle realizando un pequeño giro de cintura, como si se fuera a realizar el giro de reverso, y luego seguir con un cambio de ritmo hacia el mismo lado.

- **La defensa**

Esta parte hay que tenerla muy en cuenta puesto que una buena defensa puede proporcionar una gran ventaja en un partido.

Bueno la posición correcta es la misma que la de montar a caballo, pero sin caballo: primero tenemos que abrir las piernas un poco más que la altura de nuestros hombros, sin pasarse pues perdemos velocidad, después tenemos que flexionar las rodillas hasta ponernos casi sentados y luego estirar la espalda, si no se tendrá muchos dolores de riñones. El buen defensor colocará siempre una de las manos delante del bote del contrario y siempre mirará el balón, de esta forma entorpecerá el bote del contrario aumentando la probabilidad de que este pierda el balón.

Ahora hay que moverse: para ello primero se mueve el pie del lado al que se quiere ir y luego el otro mediante pasos cortos, es decir, si se va a la derecha primero se mueve el pie derecho, nunca se cruzan los pies o se tocarán los talones

1) Preparación física

Un entrenador de baloncesto debe conocer claramente como se realiza la preparación física a sus jugadores, como parte de la preparación de un jugador integral. Entre estas tenemos:

- **Flexibilidad**

Única cualidad que va empeorando con la edad. Actividades de movilidad articular en movimiento, ejercicios de elasticidad articular serán las formas más comunes en el trabajo de la flexibilidad.

Recomendable habituar a estirar antes y después de la sesión pero siempre tras la realización de algún ejercicio previo para que el músculo haya alcanzado una temperatura óptima.

- **Resistencia**

Entendida como la capacidad de un sujeto para realizar un determinado esfuerzo durante el máximo tiempo posible y/o recuperarse de un esfuerzo en el menor tiempo posible. En el baloncesto nos encontramos con dos tipos resistencias. La aeróbica que nos permitirá “correr” por la pista durante todo el encuentro y; la anaeróbica que nos permite hacer varios esfuerzos de forma consecutiva (contraataque, balance defensivo, recuperar balón, dar un pase).

Por lo tanto trabajo incidirá sobre la resistencia aeróbica y anaeróbica aláctica. Su desarrollo deberá realizarse siempre directamente en la pista y no con trabajo inespecífico fuera de ella. Se desarrollará a través de las propias actividades del baloncesto; actividades de poca intensidad y larga duración con poca recuperación. En cuanto a la anaeróbica aláctica se desarrollará de forma conjunta con la velocidad, trabajando sobre todo la velocidad de reacción.

- **Fuerza**

Se debe eliminar la idea de que el trabajo de fuerza es de gimnasio. Su concepto es mucho más amplio y, de forma controlada y adecuada se puede trabajar en todas las edades. En baloncesto se debe trabajarla de forma global, es decir usando ejercicios (donde intervienen grandes grupos musculares) y evitando las acciones analíticas. Y siempre teniendo mucho cuidado con la columna vertebral.

El uso de juegos o formas jugadas de tracciones para el tren superior y, mediante saltos y carreras para el tren inferior es un buen método de desarrollar la fuerza.

Los juegos de lanzamientos, de lucha y empuje son también un buen método para la mejora de esta cualidad física.

Destacar el trabajo fuerza explosiva; gestos o movimientos realizados a alta velocidad.

- **Velocidad**

Capacidad muy importante en el jugador del baloncesto. Determina la posibilidad de hacer un gesto técnico y no ser contrarrestado por el rival pos anticiparse a él.

Es una cualidad que está íntimamente relacionada con la genética y aunque entrenable, está muy limitada por este condicionante genético. Señalar que en este deporte se debe trabajar tres tipos de velocidad; de reacción, gestual y de desplazamiento. Las dos primeras pueden y deben ser entrenadas desde temprana edad. Juegos de persecución, carreras de relevos, carreras con cambios de dirección, con obstáculos, etc. Se trabajará con y sin balón y siempre con distancias no superiores al largo de la pista de baloncesto. Muy importante es el trabajo complementario de coordinación y sobre todo trabajar mucho la velocidad de reacción.

2.4.2. Variable Dependiente

2.4.2.1 Metodología del entrenamiento

Para Muños (1998), si lo que pretendemos es formar jugadores inteligentes, que sean capaces de pensar y adaptarse constantemente a las necesidades del juego es preciso tener en cuenta:

- Que el mecanismo de ejecución no es ni el único ni el más importante de los factores que intervienen en el juego. Será necesario percibir y decidir correctamente según la situación
- La metodología debe ser global, ya que los elementos técnicos y tácticos aparecen simultáneamente en la situación de juego.
- Es recomendable utilizar formas jugadas como actividades más adecuadas para fomentar los hábitos motores del juego del baloncesto.

- El ritmo de aprendizaje depende mucho de las características individuales de cada jugador, por lo que no se deben utilizar progresiones lineales y acotadas.
- La capacidad de coordinación mejora a medida que el sistema nervioso del jugador va madurando, por eso la fase sensible de máximo aprendizaje está sobre los 10 años
- Los jugadores altos en etapas de iniciación no cumplen este principio, por lo que sea cual fuere el momento de introducir al jugador en el juego es preciso dotarlo del máximo nivel de recursos motrices posible, evitando una especialización precoz.
- A partir de aquí, el autor propone tres bloques de contenidos a trabajar desde la preparación física:

a) Entrenamiento deportivo

El concepto de entrenamiento deportivo comprende el aprovechamiento de todo un conjunto de medios que aseguran el logro y el aumento de la predisposición para alcanzar mayores niveles de rendimiento físico. Se trata de un proceso pedagógico cuyo objetivo es conseguir un desarrollo armónico del potencial motriz que posee cada individuo.

El jugador debe adquirir un determinado número de conocimientos de baloncesto (aspecto cognitivo), que utiliza en el juego (aspecto motor) con sus compañeros y contra sus adversarios (aspecto afectivo).

En el entrenamiento moderno ya se utilizan muchos ejercicios o juegos a base de competición, que se correspondan lo más posible a situaciones de juego. Se trata de realizar ejercicios completos, totales, que mejoren las capacidades fisiológicas y la formación técnico-táctica.

b) Principios del entrenamiento deportivo

Los principios del entrenamiento son normas de carácter general fundamentos en los conocimientos que aportan a las ciencias aplicadas al deporte. Marcan la pauta y criterios generales que todos los entrenadores tienen que seguir al planificar cualquier proceso de entrenamiento y son: principios de la carga, principios de priorización cíclica, principios de la especialización, principio de progresión principio de la exigencia continua, principio de recuperación, principio de la especialización, principio de variabilidad, principio de simultaneidad, principio de individualización, principio de control

2.4.2.2 Competencia

La palabra competencia derivada del latín “competere” significa “buscar conjuntamente y posee varias acepciones de acuerdo al contexto en la que sea utilizada.

Se puede competir con uno mismo superando sus propias marcas, o las de otros deportistas, se puede competir individualmente o grupalmente agresiva o naturalmente, súbitamente o progresivamente. Ya sea en un caso o en otro existe en la competencia un innato impulso a la superación.

El reconocimiento en la competencia bien puede ser individual como en el caso del autoreconocimiento o grupal y dependerá entre otros factores de la naturaleza del deporte específico.

Siempre y cuando la competencia esté conducida por altos valores morales, beneficia no solo al individuo o grupo sino a la institución a la que pertenezca y al Deporte mismo.

2.4.2.3 Competitividad deportiva

a) Concepto

Competitividad es el deseo de ganar en situaciones interpersonales, es un comportamiento social que se ve ligado a la cooperación, la satisfacción por la tarea, y el crecimiento personal.

b) Configuración de la competitividad

Esencialmente lo primero que debe realizarse es definir los roles que cada uno debe asumir. Es decir el entrenador es el encargado de formar al deportista y los padres son los encargados de acompañar a su hijo deportista, no de acompañar a su hijo ganador o de abandonar a su hijo perdedor. Todas las consecuencias que obtenga el deportista por su actuación servirán como energía para continuar o para evitar las próximas competiciones.

- **La situación competitiva objetiva**

Es el desafío de la prueba propiamente dicho, lo cual incluye un patrón de comparación ya sea con otras personas, con registros personales anteriores o con un nivel ideal de rendimiento.

- **La fase competitiva subjetiva**

Es clave y consiste en el modo en que la persona percibe, acepta y valora la situación competitiva objetiva. Factores tales como capacidad percibida, la motivación, la importancia de la situación competitiva y el adversario pueden influir claramente en la evaluación subjetiva del entorno competitivo.

El desarrollo de una correcta capacidad de evaluación de la situación competitiva objetiva determinará un estilo de deportista con motivación para el logro, o competitivo.

- **Respuesta**

Una vez que la persona ha evaluado la situación decide si participar en ella o no, iniciando la tercera fase del proceso de competición que es la respuesta. La misma se da en niveles conductuales, fisiológicos y psicológicos.

Luego de la respuesta comienza la fase final es decir la comparación de la respuesta del deportista con el patrón de comparaciones.

- **Consecuencias**

Normalmente suelen ser positivas o negativas, las cuales suelen asociarse con éxito o fracaso. No obstante es más importante la percepción que el deportista tiene de sus resultados que las consecuencias objetivas. Es decir que si el deportista considera que ha elevado su nivel de ejecución, por más que no haya ganado, posiblemente las consecuencias continúen siendo positivas y actúen como incentivo o motivadoras para próximas situaciones competitivas.

Pero también hay que tener en cuenta otro aspecto en esta fase final, especialmente en el deporte infantil, y es la valoración de los terceros cercanos al deportista. El entrenador, los padres, los amigos o familiares puedan transformar una valoración positiva del deportista en una catástrofe emocional. Suele encontrarse en ocasiones que parte del entorno del deportista vivencia cada derrota de su niño o joven como un fracaso catastrófico.

c) Motivaciones de logro

La Motivación de Logro es una orientación de la persona hacia el esfuerzo por tener éxito en una tarea determinada, la persistencia a pesar de los fracasos, y la sensación de orgullo por las ejecuciones realizadas.

La Motivación de Logro y la Competitividad no sólo tienen que ver con el resultado final o la búsqueda de la excelencia, sino también con la ruta psicológica que se emprende para llegar hasta allí.

La competitividad configura deportistas que tienden a buscar desafíos, que se esfuerzan por conseguir sus objetivos y que persisten en su actividad a pesar de derrotas o lesiones. Obtienen placer por la actividad que realizan.

d) Superación interpersonal

En el caso particular del baloncesto, muchos jóvenes se acercan buscando una salida a su estrés, un medio para moldear su figura corporal, encontrar una ventana para demostrar sus capacidades ante sus compañeros(as) o su familia, destacar ante la sociedad, en busca de oportunidades de desarrollo de su nivel de rendimiento deportivo y sus ventajas académicas y/o económicas.

En el ámbito del deporte factores relevantes como la familia, la edad, los cambios del crecimiento, las relaciones interpersonales, la influencia de los educadores, los compromisos académicos y el tiempo, son algunos agentes que influyen directamente en el desarrollo deportivo de los jóvenes, es aquí donde se introduce el término Estudiante – deportista, para poder agrupar el contexto donde se tiene que desarrollar.

e) Motivos personales

Los motivos de participación en la actividad física son de diversa índole; el Cuestionario de Actitudes, Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-Deportivas (Pavón y cols, 2003) los delimitan en 6 motivos: motivos de competición; capacidades personales; aventura; hedonismo y relación social; forma física e imagen personal y salud médica. Por su parte el Cuestionario sobre Motivos de Participación Deportiva (Durand, 1988), mide los motivos en ocho factores: autorrealización o motivación de status; diversión; liberación de energía; búsqueda de esparcimiento; desarrollo de habilidades; factores sociales; práctica en equipo y forma física. Por su parte, Recours, Souville, y Griffet (2004), proveen una escala para medición de cuatro dimensiones de motivación deportiva: exhibicionismo, competición, sociabilidad y emoción y jugando al límite.

Los motivos que aparecen con mayor consistencia en la literatura, incluyen la diversión, el desarrollo de habilidades, condición física, incorporación, reto, éxito, estatus y el aprendizaje (Weinberg y cols, 2000; Gill y cols., 1983).

Se aprecia entonces lo complejo que resulta el abordaje de este tema, en el que influyen factores como las diferencias socioculturales, el deporte practicado, el género, la edad de las poblaciones estudiadas y la satisfacción al practicarlas.

f) ¿Por qué competimos?

Competir es un verbo que se asocia con muchos otros, sobre vivir, jugar, sentir placer, obtener poder, reconocer, reconocerse, descargar agresividad, canalizar déficit personales, crecer, etc. Pero, dependerá de la forma positiva o no en que compitamos que la competencia beneficiará nuestra vida. Como la competencia es una actividad integral, todo el sistema personal está en juego. No solo los “músculos” y “órganos” se benefician, sino que la psicología del hombre que compite también lo percibe, porque la competencia también es superación, valentía, sueño, fantasía.

Son tantos los verbos que acompañan a competir que podríamos arriesgarnos a decir que la misma vida es competencia, pero una competencia con valores, reglas, tradiciones y modelos de conducta que le hacen desarrollar al ser humano, un profundo sentido de dignidad y equilibrio.

Es aquí donde encontraremos que, ante un mismo deporte emergen diferentes estilos los que están en arreglo a sus personalidades, habilidades, adiestramiento realizado y posibilidades exógenas. De todos modos ya sea solo o en equipo, con experiencia o sin ella, riguroso o suelto, alto o bajo, blanco o negro, el hombre compite consigo mismo porque es innato en él, el impulso a vivir.

2.5. Hipótesis

Ho: La capacitación de los entrenadores de baloncesto, no incide en la competitividad de los deportistas de Federación Deportiva de Tungurahua en el Cantón Ambato.

Ha: La capacitación de los entrenadores de baloncesto, incide en la competitividad de los deportistas de Federación Deportiva de Tungurahua en el Cantón Ambato.

2.6. Señalamiento de variables

Variable independiente

Capacitación de los entrenadores

Variable dependiente

Competitividad Deportiva

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Enfoque Investigativo

La siguiente investigación es cuali -cuantitativa.

Es cuantitativa debido a que se utilizan procesos matemáticos (datos estadísticos) para interpretar los datos que arrojarán las encuestas de la investigación.

Es cualitativa porque se va a valorar la capacitación de los entrenadores de baloncesto que incide en la preparación y una buena competitividad deportiva de los basquetbolistas de FDT.

3.2. Modalidad Básica de la Investigación

3.2.1. Investigación Bibliográfica Documental

El presente trabajo de investigación es bibliográfica documental y linkográfica , debido a que permitió revisar, analizar, sintetizar, ampliar, profundizar o comparar diferentes puntos de vista de varios autores, teorías, criterios y temas referentes a la deficiente capacitación de los entrenadores y la baja competitividad.

3.2.2. Investigación de Campo

El trabajo de investigación se realizó en el lugar de los hechos donde en base a encuestas se trabajó con los entrenadores de baloncesto de la F.D.T. y a los deportistas de la misma.

3.3. Nivel o tipo de Investigación

En el presente trabajo investigativo se utilizó los siguientes niveles:

Explicativo: En este nivel se explicó todas las razones para que el proyecto se cumpla mediante el sustento bibliográfico y la necesidad establecida para que el problema de investigación tenga solución, se trató de identificar cual es la importancia de la capacitación de los entrenadores de baloncesto para que los basquetbolistas tengan un mejor rendimiento en las diferentes competencias a nivel local y nacional.

Correlacional: Que por medio del análisis de las variables se mantuvo una secuencia coherente en el proceso investigativo por lo tanto la relación que se estableció entre la capacitación de los entrenadores y la competitividad de los basquetbolistas determinó que sea necesario que se proponga una escuela de capacitación para entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua.

Descriptivo: Este nivel se utilizó porque es necesario describir, especificar a los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua que serán beneficiarios implícitos luego de una capacitación adecuada para los entrenadores de Federación Deportiva de Tungurahua, que fueron verificados a través de las encuestas a los basquetbolistas producto de una investigación cuantitativa y cualitativa y de esta manera cumplir con los objetivos propuestos.

Exploratorio: Este nivel es importante en la investigación porque al ser un tema que no se ha investigado anteriormente, fue necesario identificar el problema para ponerlo en un contexto en particular y de esta manera dar una solución óptima.

3.4. Población y Muestra

La población que se utilizó son 180 deportistas de las diferentes categorías de baloncesto de Federación Deportiva de Tungurahua en el Cantón Ambato.

Muestra:

Cálculo de la muestra

Datos:

n = Tamaño de la muestra

N= población

p= Probabilidad de ocurrencia 0,5

q= probabilidad de no ocurrencia. 0,5

E= el error admitido será 5% = 0,05

K= 2

FÓRMULA: Aleatoria simple

$$n = \frac{N \times p \times q}{(N - 1) \times (E/K)^2 + P \times q}$$

$$n = \frac{180 \times 0,5 \times 0,5}{(180 - 1) \times (0,05/2)^2 + 0,5 \times 0,5}$$

$$n = \frac{45}{0,36}$$

n= 125

Respuesta: La muestra con la que se trabajó es de 125 deportistas de baloncesto de FDT.

3.5. Operacionalización de las Variables.

Variable independiente

Capacitación de entrenadores

CONCEPTUALIZACIÓN	CATEGORÍAS	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS INSTRUMENTOS
<p>Capacitación es toda actividad realizada en una organización, respondiendo a sus necesidades, que busca mejorar la actitud, conocimiento, habilidades o conductas de su personal.</p>	Formación física.	<ul style="list-style-type: none"> - Resistencia - Velocidad - Fuerza - Agilidad 	¿El conocimiento de una buena preparación física, ayuda en la planificación de un entrenador?	Entrevista - Guía de entrevista
	Formación técnica	<ul style="list-style-type: none"> -Fundamentos - Dominio de términos 	<p>¿El entrenador técnico aplica métodos adecuados para el aprendizaje de los ejercicios?</p> <p>¿El conocimiento de los sistemas de juego son necesarios en la formación de un entrenador?</p>	<p>Entrevista - Cuestionario</p> <p>Observación – Fichas de observación</p>
	Formación táctica	<ul style="list-style-type: none"> - Sistemas de Juego - Estrategias 	¿Un entrenador motivado mejora en su trabajo diario?	Encuesta a - Cuestionario
	- Manejo de grupos	<ul style="list-style-type: none"> - Preparación Psicológica - Motivación - Planificación 	¿Son necesarias las planificaciones para la práctica del entrenamiento?	Entrevista – Guía de entrevista

Variable dependiente

Competitividad deportiva

CONCEPTUALIZACIÓN	CATEGORÍAS	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS INSTRUMENTOS
<p>Competitividad es el deseo de ganar en situaciones interpersonales, es un comportamiento social que se ve ligado a la cooperación, la satisfacción por la tarea, y el crecimiento personal.</p>	Fases	<ul style="list-style-type: none"> -Objetiva -Subjetiva -Respuesta -Consecuencias 	<p>¿Cómo ayudan las fases de la competitividad en el rendimiento?</p>	<p>Encuesta - Cuestionario</p>
	Motivación de Logro	<ul style="list-style-type: none"> - superación interpersonal -motivación de logro -motivos personales 	<p>¿De qué forma en el entrenamiento se motiva a los deportistas?</p>	<p>Observación – Fichas de Observación</p>
	Configuración de la competitividad	<ul style="list-style-type: none"> Definir roles Recompensas Premios Castigos 	<p>¿Las recompensas son una buena opción para lograr mayor competitividad?</p>	<p>Entrevista – Guía de Entrevista</p>

3.6. Recopilación de la Información

Las técnicas e instrumentos que se utilizaron fueron los siguientes:

Técnicas

- Encuesta
- Entrevista
- Fichas de Observación

Instrumentos

- Cuestionario
- Guía de entrevista
- Fichas de Observación.

Muestreo

El tipo de muestreo que se utilizó fue aleatorio en donde para seleccionar los elementos de la muestra se tuvo el criterio del investigador, quién decidió en forma justificada, quienes conformaron la muestra. Se realizó a 125 deportistas tanto hombres como mujeres de las selecciones de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua.

3.7. Plan de recolección de información

Procesamiento:

- Revisión crítica de la información.
- Repetición de la recolección para corregir fallas.

PLAN DE INVESTIGACIÓN DE CAMPO

ACTIVIDAD	INICIO	APLICACIÓN				FINALIZACIÓN	
		FECHA	FECHA	FECHA	FECHA	FECHA	
	FECHA	DIAGNÓSTICO	OBSERVACIÓN	ENCUESTA	ENTREVISTA	EVALUACIÓN	NOTAS
1. AUTORIZACIÓN	20-Mayo-2011	23 – Mayo- 2011	24-25-26-27-Mayo-11	30-31-Mayo 1-Junio11	6 - 10 Junio-11		
2. TÉCNICAS DE INV.	23 – Mayo -2011	23 – Mayo- 2011	24-25-26-27-Mayo-11				
3.- RECOLECCIÓN DE DATOS	Mayo – Junio 2011		24-25-26-27-Mayo-11	30-31-Mayo 1-Junio11	6 - 10 Junio-11		
4. TABULACIÓN	Julio 2011	4 de Julio de 2011	5- 6-7-8 Julio- 2011	11 al 22 de Julio 2011	25 al 29 de Julio		
5. ANÁLISIS E INTERPRET.	Agosto 2011	1 de Agosto de 2011	2 al 5 de Agosto- 11	8 al 12 de Agosto - 11	15 – 16 Agosto- 11		
6. INFORME FINAL	Agosto 2011						

3.8. Plan de procesamiento de información

- Tabulación o cuadros según variables de la hipótesis reajuste de información
- Estudio estadístico de datos para presentación de resultados.
- Representación gráfica.
- Análisis e interpretación de resultados:
 1. Análisis de los resultados estadísticos de acuerdo con los objetivos e hipótesis.
 2. Interpretación de los resultados con apoyo del marco teórico.
 3. Comprobación de hipótesis.
 4. Establecimiento de conclusiones y recomendaciones

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Tabulación de las Fichas de Observación a los entrenadores de Federación Deportiva de Tungurahua.

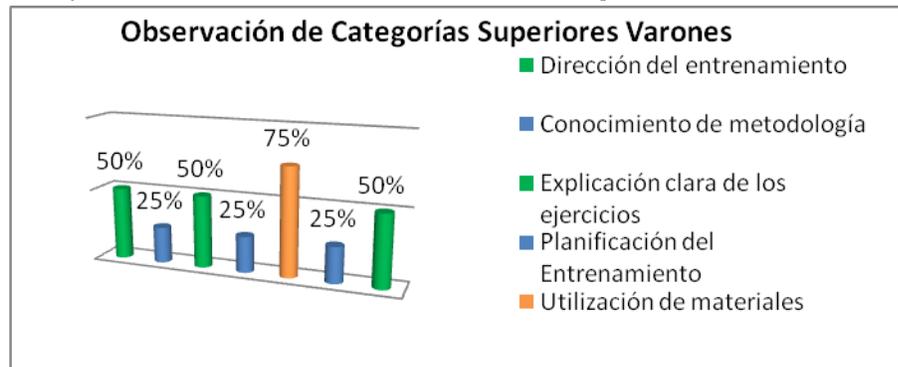
1.- Entrenador Categorías Superiores (Varones)

Tabla 1 Datos obtenidos de la primera ficha de observación

		20	15	10	5
		Muy Bueno	Bueno	Regular	Malo
1	Dirección del entrenamiento			50%	
2	Conocimiento de metodología				25%
3	Explicación clara de los ejercicios			50%	
4	Planificación del Entrenamiento				25%
5	Utilización de materiales		75%		
6	Didáctica de enseñanza de la técnica				25%
7	Técnicas motivacionales			50%	

Realizado por: Ivonne Pazmiño 2011

Gráfico 1 Porcentaje obtenido de la ficha de observación sobre métodos básicos para el entrenamiento del baloncesto



Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Análisis e Interpretación: Es un excelente preparador físico, pero no tiene conocimientos sobre nuevas formas de enseñanza y sobre todo de cómo planificar un entrenamiento deportivo, sin embargo cabe mencionar que es el único de los entrenadores de Federación en esta disciplina que posee título universitario en Cultura Física. Especialmente con un 75% en la utilización adecuada de materiales da muestra de que conoce cómo manejar los recursos, pero con 25% demuestra que la falencia es la didáctica es decir las formas de cómo llegar con el conocimiento hacia los basquetbolistas

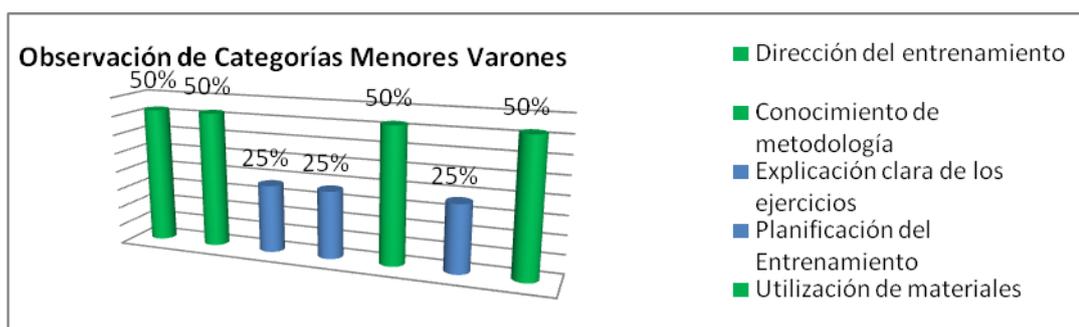
2. Entrenadores Categorías Menores (Varones)

Tabla 2 Datos obtenidos de la ficha de observación número dos

		20	15	10	5
		Muy Bueno	Bueno	Regular	Malo
1	Dirección del entrenamiento			50%	
2	Conocimiento de metodología			50%	
3	Explicación clara de los ejercicios				25%
4	Planificación del Entrenamiento				25%
5	Utilización de materiales			50%	
6	Didáctica de enseñanza de la técnica				25%
7	Técnicas motivacionales			50%	

Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Gráfico 2 Porcentaje obtenido de la ficha de observación sobre métodos básicos para el entrenamiento del baloncesto, segundo entrenador.



Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Análisis e Interpretación: Este entrenador es nuevo en Federación Deportiva de Tungurahua de la misma manera en cambio, la parte emocional le afecta porque no es un buen motivador y mantiene demasiada confianza con algunos de los jugadores, en cuanto a los conocimientos sobre didáctica deja mucho que desear porque no conoce la planificación que es necesaria para esta disciplina, eso se corrobora con la tabla con los datos obtenidos de la observación que son empíricos es verdad, pero que a la final son un parámetro que más adelante se ratificó con las encuestas a los basquetbolistas. De acuerdo a los resultados con 25% en didáctica, planificación y explicación clara de los ejercicios se demuestra que no existe una preparación adecuada para la enseñanza de esta disciplina deportiva

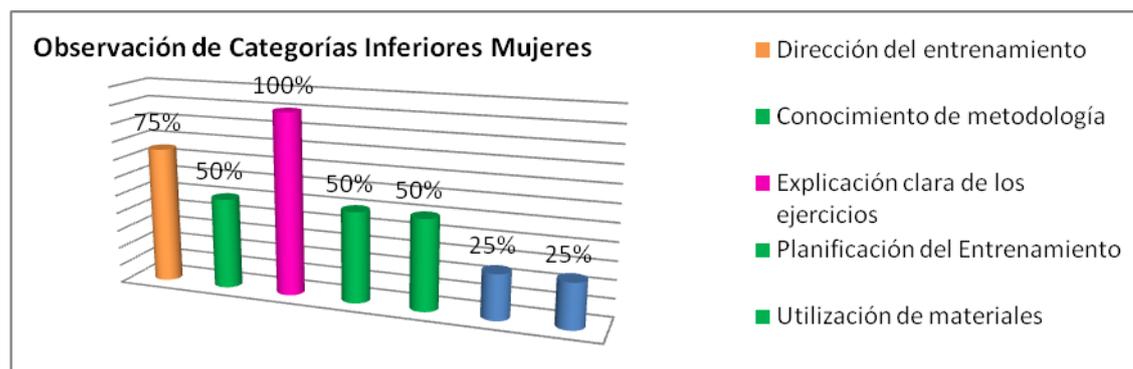
3. Entrenador Categorías Inferiores (Mujeres)

Tabla 3 Datos obtenidos de la tercera ficha de observación

		20	10	15	5
		Muy Bueno	Bueno	Regular	Malo
1	Dirección del entrenamiento		75%		
2	Conocimiento de metodología			50%	
3	Explicación clara de los ejercicios	100%			
4	Planificación del Entrenamiento			50%	
5	Utilización de materiales		75%		
6	Didáctica de enseñanza de la técnica				25%
7	Técnicas motivacionales				25%

Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Gráfico3 Porcentajes obtenidos de la ficha de observación sobre los métodos básicos en el entrenamiento de baloncesto, entrenador tres



Elaborado por Ivonne Pazmiño 2011

Análisis e Interpretación: Este entrenador es uno de los más experimentados en Federación, es una persona que es excelente formador y por eso de acuerdo a los resultados en los cuatro días de observación obtuvo el 100% en explicación clara de los ejercicios, es decir conoce los fundamentos básicos del baloncesto, el dominio del balón y de los ejercicios de iniciación pero en cuanto a la táctica y estrategia para la dirección de los partidos no tiene conocimientos actuales, por esta razón obtuvo un 25% en didáctica de la técnica, la parte motivacional que es un eje importante no lo aplica de manera correcta, con un 25%. Con 75% en dirección del entrenamiento quiere decir es capaz de explicar claramente lo que quiere realizar y por ende con un 50% conoce en gran parte como es la metodología en esta disciplina.

4.2. Tabulación de las encuestas realizadas a los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua Cantón Ambato año 2011.

1.- Considera Ud. que se utilizan los métodos adecuados para la enseñanza del baloncesto?

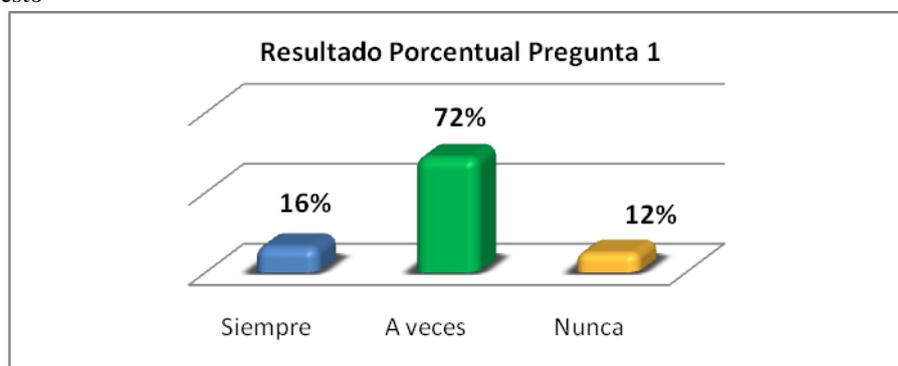
Datos:

Tabla 4. Datos obtenidos en la primera pregunta de la encuesta

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Siempre	20	16%
A veces	90	72%
Nunca	15	12%
Total	125	100%

Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Gráfico 4. Porcentaje de frecuencia en la utilización de métodos adecuados para la enseñanza del baloncesto



Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Análisis e Interpretación: El 72% de los basquetbolistas encuestados que corresponden a 90 basquetbolistas de las diferentes categorías, consideró que a veces se utilizan los métodos adecuados para la enseñanza del baloncesto, mientras que en menor porcentaje manifestaron que siempre con el 16% y nunca con el 12%, quedando claro entonces que la mayoría de los basquetbolistas consideran que sus entrenadores no utilizan los métodos adecuados de baloncesto y por lo tanto se necesita una propuesta que abarque esta parte que es fundamental para su enseñanza.

2.- ¿Conoce los fundamentos básicos de baloncesto?

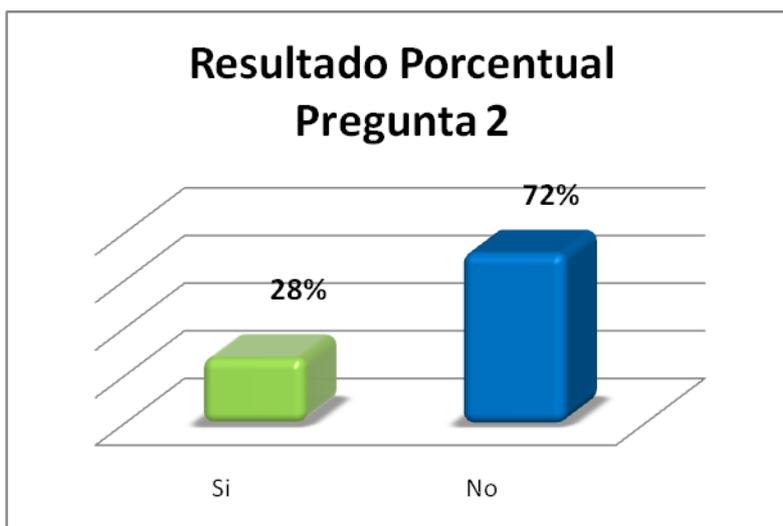
Datos:

Tabla 5. Resultados obtenidos en la segunda pregunta de la encuesta

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	35	28%
No	90	72%
Total	125	100%

Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Gráfico 5. Porcentaje sobre los conocimientos básicos de baloncesto de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua



Elaborado por Ivonne Pazmiño 2011

Análisis e Interpretación: De los 125 basquetbolistas encuestados 35 que representan el 28% consideraron que si conocen los fundamentos básicos del baloncesto mientras que 90 basquetbolistas que corresponde al 72% de los encuestados respondieron que no conocen los fundamentos. Este resultado es una clara muestra de la ausencia de conocimientos que es la base para la iniciación en esta disciplina.

3.- ¿Ud. Como deportista conoce claramente el reglamento de baloncesto?

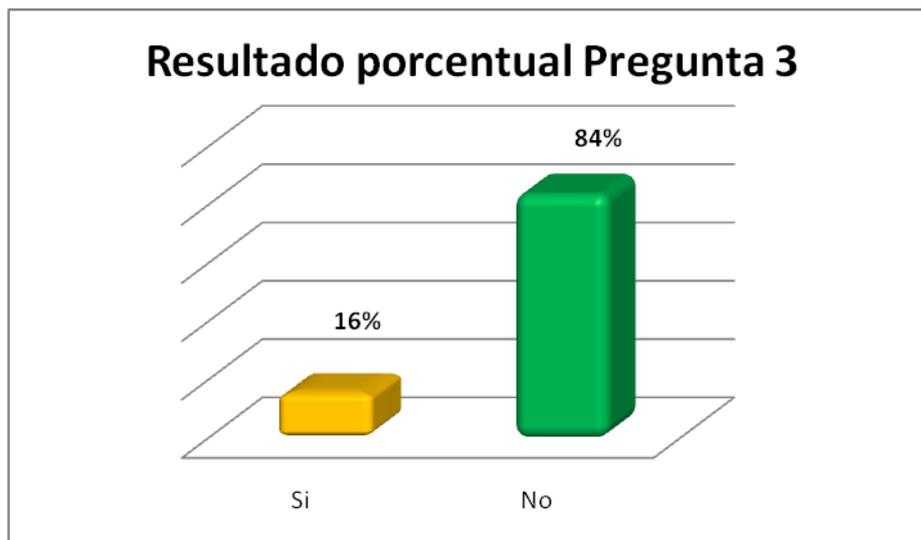
Datos:

Tabla 6. Datos obtenidos en la tercera pregunta de la encuesta

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	20	16%
No	105	84%
Total	125	100%

Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Gráfico 6. Porcentaje de los conocimientos sobre el reglamento de baloncesto



Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Interpretación:

De los 125 encuestados el 16% que corresponde a 20 basquetbolistas contestaron que si conocen claramente el reglamento de baloncesto, mientras que 105 basquetbolistas que representan el 84% de los encuestados manifestaron que no conocen claramente el reglamento, por lo tanto se evidencia que existe una falencia en conocimientos puesto que el reglamento es una base fundamental para la práctica de cualquier disciplina deportiva.

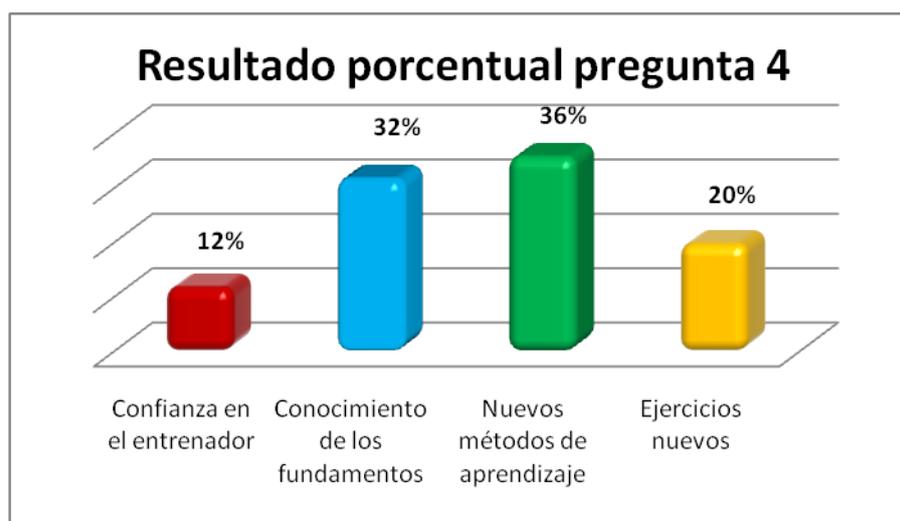
4.- Qué hace falta en el entrenamiento de baloncesto?

Tabla 7. Datos obtenidos en la cuarta pregunta de la encuesta

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Confianza en el entrenador	15	12%
Conocimiento de los fundamentos	40	32%
Nuevos métodos de aprendizaje	45	36%
Ejercicios nuevos	25	20%
Total	125	100%

Elaborado por Ivonne Pazmiño 2011

Gráfico 7. Porcentaje de componentes que hacen falta en el entrenamiento del baloncesto



Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Análisis e Interpretación: De los 125 encuestados el 36% contestaron que hace falta en el entrenamiento nuevos métodos de aprendizaje, este valor corresponde a 45 encuestados, 40 encuestados que representan al 32% respondieron que hace falta conocer los fundamentos, el 12% que son 15 encuestados manifestó que hace falta confianza con el entrenador y finalmente el 20% que son 25 encuestados contestaron que hace falta ejercicios nuevos. Por lo tanto se considera que se requieren aspectos fundamentales como nuevos métodos de aprendizaje, que solo se puede conseguir con una preparación constante de los entrenadores.

5.- ¿Cree que su entrenador tienen el conocimiento adecuado para enseñar baloncesto?

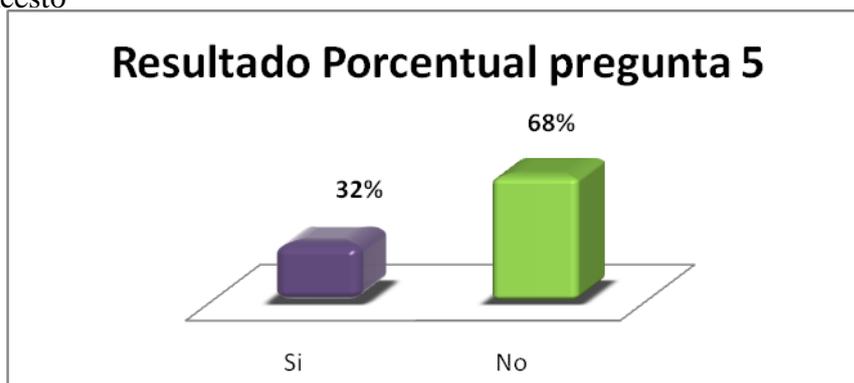
Datos:

Tabla 8. Datos obtenidos en la pregunta cinco de la encuesta

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	40	32%
No	85	68%
Total	125	100%

Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Gráfico 8. Porcentaje de los conocimientos de los entrenadores para la enseñanza del baloncesto



Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Análisi e Interpretación: El 68% de los encuestados que corresponden 85 basquetbolistas consideraron que su entrenador no tiene el conocimiento adecuado para entrenar baloncesto, mientras que el 32% que son 40 basquetbolistas respondieron, que su entrenador si tiene el conocimiento adecuado para entrenar baloncesto, por lo tanto es evidente que se necesita una propuesta que solucione los problemas percibidos por los deportistas en esta disciplina.

6.- ¿Cree necesario que exista capacitación constante a los entrenadores de baloncesto?

Datos:

Tabla 9. Datos obtenidos en la pregunta seis de la encuesta

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	110	88%
No	15	12%
Total	125	100%

Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Gráfico 9. Porcentaje de la necesidad de la existencia de capacitación para los entrenadores de baloncesto.



Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Análisis e Interpretación:

De los 125 encuestados 110 que corresponden al 88%, manifestaron que es necesario que exista una capacitación constante para los entrenadores mientras que 15 encuestados que es el 12% consideraron que no, por lo tanto de forma contundente es necesario una capacitación constante para mejorar su perfil profesional.

4.3. Entrevista Realizada al entrenador de las categorías superiores de mujeres

Tabla 10. Datos obtenidos de la entrevista realizada al entrenador categorías superiores de mujeres.

<p>Nº 1</p> <p>Lugar: Polideportivo Federación Deportiva de Tungurahua</p> <p>Entrevistado: Lcdo. Ignacio Pazmiño</p> <p>Entrevistador: Ivonne Pazmiño</p> <p>Lugar y Fecha: Ambato,</p> <p>Objeto de Estudio: Preparación de los entrenadores de Baloncesto</p>	
INTERPRETACIÓN	INTERPRETACIÓN
	Valoración
1.- ¿Es necesario que exista en Federación Deportiva de Tungurahua entrenadores profesionales en Cultura Física?	Hay entrenadores en Federación como yo que no tenemos un título profesional en Cultura Física, pero con los diferentes cursos sobre enseñanza del baloncesto se ha conseguido los conocimientos actuales, pero más allá de eso yo considero que en estos tiempos en donde los deportistas necesitan una preparación excelente los entrenadores deberíamos ser profesionales en Cultura Física porque es la suma de una serie de conocimientos que ayudan a que el entrenamiento deportivo sea más profundo.
2.- ¿Cuál es el principal problema de las diferentes capacitaciones que se realizan en Federación en esta disciplina Deportiva?	Cuando se realizan las capacitaciones en Federación es de forma general y en especial la planificaciones maso, meso , micro que a veces es tan solo una formalidad porque de esas planificaciones no se cumplen al 100%, no existe una capacitación adecuada en baloncesto en donde sea práctico y se indiquen los ejercicios nuevos los cambios, y como realizar ejercicios adecuados para la formación de los deportistas.
3.- ¿Es importante la capacitación constante para los entrenadores de baloncesto de Federación?	Si es importante que la capacitación sea constante con actualizaciones que siempre las hay en esta disciplina.
4.- ¿Los entrenadores de baloncesto poseen los conocimientos adecuados para la enseñanza de esta disciplina deportiva?	En la provincia la mayoría de los entrenadores se han acostumbrado a tener equipos tanto de hombres como mujeres ya formados, pueden tener o no los conocimientos pero a la hora de aplicarlos es el principal inconveniente, porque no existe una metodología ni un proceso de formación adecuada para que los entrenadores sean capaces de transmitir todo lo que saben a sus deportistas.

Análisis e Interpretación: El entrenador piensa que la capacitación no es la adecuada en Federación porque se necesita que los procesos de enseñanza sean más prácticos y que lo que se escribe en el papel se cumpla, además es consciente de que la profesionalización

en Cultura Física es fundamental para el correcto entrenamiento en donde la competitividad de los deportistas mejore y por ende los resultados sean óptimos.

4.4. Verificación de la hipótesis

Tabla 11. Datos obtenidos de las preguntas realizadas en las encuestas con sus respectivos porcentajes

Nº	PREGUNTA	ALTERNATIVAS	RESPUESTAS	PORCENTAJE
1	Considera usted que se utilizan los métodos adecuados para la enseñanza del baloncesto	Siempre	20	16%
		A veces	90	72%
		Nunca	15	12%
2	Conoce los fundamentos básicos de baloncesto	Si	35	28%
		No	90	72%
3	Ud. Como deportista conoce claramente el reglamento de baloncesto	Si	20	16%
		No	105	84%
4	Que hace falta en el entrenamiento de baloncesto	Confianza con el entrenador	15	12%
		Conocimientos de los fundamentos	40	32%
		Nuevos métodos de aprendizaje	45	36%
		Ejercicios nuevos	25	20%
5	Cree que su entrenador tiene el conocimiento adecuado para enseñar baloncesto	Si	50	40%
		No	75	60%
6	Cree necesario que exista capacitación constante a los entrenadores de baloncesto	Si	110	88%
		No	15	12%

Elaborado por: Ivonne Pazmiño 2011

Comprobación de la hipótesis utilizando el X²

En la comprobación de la hipótesis se va a **demostrar que la capacitación de los entrenadores si incide en la competitividad de los basquetbolistas, la misma que se comprueba con el test chi- cuadrado (X²)**

Para ello se realizó una tabla de contingencia en la que se muestran las frecuencias de las combinaciones de las categorías de las variables estudiadas.

Procedimiento de cálculo

Primero se realizó una tabla en donde se toma de manera combinada las dos preguntas más representativas de las encuestas realizadas y se realiza un cruce de variables, con el error determinado.

	Casos					
	Válidos		error		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Percent
p1 * p6	125	98.4%	2	1.6%	127	100.0%

Luego se realizó el test del chi - cuadrado

El test de chi – cuadrado trabaja en base a valores observados y valores esperados, para verificar la hipótesis nula. El valor esperado para cada celda de la tabla de contingencia se obtiene multiplicando el total horizontal por el total vertical de cada columna o hilera y dividiendo para el total general. Luego se calcula el valor de chi para cada celda el cual se obtiene restando el valor observado menos el valor esperado, esta diferencia se eleva al cuadrado y se divide para el valor esperado. Finalmente se suman todos los valores chi de todas las celdas y se obtienen el X2 global.

Tabla de contingencia

Cruce de variables p1 * p6

		p6				Total
		confianza	conocimientos	nuevo	ejercicios	
p1	siempre	15	5	0	0	20
	A veces	0	35	45	10	90
	nunca	0	0	0	15	15
	Total	15	40	45	25	125

Estimador Estadístico

$$\chi^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

E

χ^2 = Valor a calcularse del chi cuadrado

E = Sumatoria

O = Frecuencia observada datos de la investigación

E = Frecuencia teórica esperada

$$\chi^2 = 158.2$$

Cálculo del chi cuadrado

O	E	(O – E)2 / E
15	2.4	66,15
0	10.8	10.8
0	1.8	1.8
5	6.4	0.30
35	28.8	1.3347
0	4.8	4,8
0	7.2	7.2
45	32.4	4.9
0	5.4	5.4
0	4	4
10	18	3,555
15	3	48
TOTAL		158, 23

Para finalizar se buscó en la tabla de distribución X2 la probabilidad de que los parámetros estudiados están relacionados según el grado de libertad del estudio. Los grados de libertad se obtienen de multiplicar el número de categorías del parámetro 1 menos 1 por el número de categorías 2 menos 1.

$$gl = (4 - 1) + (4 - 1)$$

$$gl = 6$$

Grados de libertad = 6

Chi de tabla = 5,35

Confianza del 0,05

Chi calculado = 158,23

Regla de decisión: Se acepta la hipótesis alterna si el valor de chi cuadrado calculado es mayor a 5,35 caso contrario se acepta la hipótesis nula.

Decisión final

$X^2_t = 5,35 < X^2_c = 158,23$ y de acuerdo con los resultados obtenidos por medio de las encuestas y una vez realizado el cálculo estadístico del chí cuadrado con un resultado de 158,23 se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir, que **la capacitación de los entrenadores de baloncesto si incide en la competitividad deportiva de los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua**. Por lo tanto los datos recopilados de las encuestas se encuentran dentro de los parámetros de aceptación del valor calculado, comprobando de manera teórica y estadística este enunciado.

Luego de realizado este estudio, y de acuerdo con los resultados obtenidos, en los anexos se encontrarán encuestas dirigidas a entrenadores y monitores como aporte a la propuesta de Creación de la Escuela de Capacitación de Entrenadores en FDT

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- La investigación demostró que la capacitación de los entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua no es la adecuada, porque de acuerdo a los resultados de las encuestas, fichas de observación y las diferentes entrevistas, los deportistas opinan que la capacitación es a nivel global y no a una disciplina deportiva específica de acuerdo a la que practican. La capacitación para los entrenadores de baloncesto es más teórica por medio de la presentación de planificaciones macro, meso y micro, siendo la parte práctica necesaria para cumplir con dichas planificaciones previas a las diferentes competencias nacionales.
- Se determinó que el nivel de preparación y competencia de los basquetbolistas es bajo, porque los entrenadores no tienen el conocimiento actual en técnicas de didáctica y pedagogía, los conocimientos acerca de la disciplina son obsoletos y por tanto en el momento de las diferentes competencias los resultados no son los más óptimos. Es necesario entonces comprender al basquetbolista como un todo no solo a nivel deportivo sino este como se relaciona con el medio. Por estas razones los niveles competitivos en todas las categorías son muy bajos, porque no se entiende el contexto del que viene el basquetbolista ni las circunstancias que lo rodean, por lo tanto no se tienen en cuenta las características individuales, esto determina que no exista un conocimiento amplio de la

disciplina por los entrenadores que son los encargados de formar deportistas integrales.

- Luego de la investigación existió la necesidad de diseñar una propuesta de solución al problema planteado en este caso, prima la creación de una escuela de capacitación para entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua, que garantice que los procesos de actualización metodológica, didáctica, pedagogía, preparación psicológica, sean constantes para de esta manera mejorar el perfil profesional de los entrenadores de baloncesto y por ende el nivel competitivo de las diferentes selecciones.

5.2. Recomendaciones

- Observar detenidamente las planificaciones de los entrenadores para verificar cuanto de esto se realiza de forma práctica. Sugerir que se realicen capacitaciones constantes no solo teóricas sino prácticas.
- Tratar de que los entrenadores tengan una base en común en las sesiones de entrenamiento para evitar confusiones en los basquetbolistas y de esta manera propender a que los niveles competitivos mejoren.
- Crear una escuela de Capacitación de Entrenadores que reúna las características necesarias para la formación de los entrenadores, con una constante capacitación acorde con las necesidades del medio.

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

6.1. Datos Informativos

Título. Escuela de Capacitación para entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua Cantón Ambato

Autor: Ivonne Marina Pazmiño Celi

Tutor: Dr. Gonzalo Lizano

Lugar: Federación Deportiva de Tungurahua

Provincia: Tungurahua

Cantón: Ambato

Parroquia: La Merced

Sector: El Recreo

Calles: Avenida Bolivariana

6.2. Antecedentes de la Propuesta

Luego del análisis de cómo es la capacitación de los entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua y cómo esta incide en la competitividad deportiva de los basquetbolistas, es claro que de acuerdo a los resultados obtenidos de las diferentes encuestas, entrevistas y fichas de observación sea necesario dar solución al problema planteado, mediante la creación de una escuela de capacitación para entrenadores de baloncesto, que sea parte de

Federación Deportiva de Tungurahua que beneficie a los basquetbolistas, y que ayude a mejorar los procesos de preparación que tan olvidados han estado en Federación en estos últimos años.

La investigación previa concluyó que la capacitación de los entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua no es la adecuada, porque de acuerdo a los resultados de los instrumentos aplicados y debiéndose tener en cuenta que siempre es necesaria la planificación, esta difiere de una disciplina a otra y de igual manera las formas, procesos y metodología del entrenamiento deportivo. Determinó también que la capacitación hacia los entrenadores de baloncesto es más teórica en base a la presentación de planificaciones macro, meso y micro, pero la parte práctica es necesaria para poder cumplir con dichas planificaciones previas a las diferentes competencias.

Se determinó que el nivel de preparación y competencia de los basquetbolistas es bajo, porque existen entrenadores en Federación que se preocupan por la parte física, otros la parte técnica y táctica la gran mayoría no se preocupan por la parte psicológica necesaria para comprender al basquetbolista como un todo no solo a nivel deportivo sino este como se relaciona con el medio.

Por estos antecedentes los niveles competitivos en todas las categorías son muy bajos, porque no se entiende el contexto del que viene el basquetbolista ni las circunstancias que lo rodean, por lo tanto no se tienen en cuenta las características individuales..

Luego de la investigación y por los resultados obtenidos existió la necesidad de diseñar una propuesta de solución al problema planteado en este caso, prima la creación de una escuela de capacitación para entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua, que garantice que los procesos de

actualización metodológica, didáctica , pedagogía, preparación psicológica, sean constantes para de esta manera mejorar el perfil profesional de los entrenadores de baloncesto y por ende el nivel competitivo de las diferentes selecciones.

El entrenador de baloncesto de la categoría juvenil femenina de Federación Deportiva de Tungurahua el Lcdo. Ignacio Pazmiño manifestó, “la capacitación a los entrenadores es una factor fundamental para que la preparación de los deportistas esté acorde a sus requerimientos y que la Provincia se encuentre a la par de las consideradas provincias potencias como Guayas y Pichincha.”

El problema que requiere análisis e investigación es la capacitación de los entrenadores de baloncesto, que se puede constatar por los resultados poco satisfactorios de los últimos años, el objetivo o fin fundamental es mejorar el perfil de los entrenadores de baloncesto, con el propósito de crear una escuela de capacitación dirigida hacia los entrenadores en Federación Deportiva de Tungurahua.

El presente trabajo, se basa en la metodología de marco lógico para desarrollar una buena gestión de proyectos socio - productivos, pero de una u otra manera esta propuesta aporta de forma positiva a la solución del problema porque analiza y se enmarca de acuerdo a objetivos planteados para solucionar de manera oportuna y eficaz el problema.

Es claro también que esta realidad no está a cargo solamente de Federación Deportiva de Tungurahua, sino también a la formación universitaria que los entrenadores reciben también, por supuesto los errores propios del sistema, por lo tanto no será fácil obtener resultados inmediatos al problema planteado, para eso es necesario un proceso continuo y sistemático para mejorar el perfil de las personas encargadas de formar a deportistas en esta disciplina.

Sabemos que es necesario un nuevo plan que de resultados óptimos en pro de la formación y consecución de resultados de nuestros deportistas. Pero al hacer un análisis de los entrenadores, podemos decir que requieren contar con todos los elementos necesarios que mejoren su perfil, y sus fuentes de trabajo aumenten, por medio de nuevos métodos, es decir reestructurando los procesos obsoletos o caducos que aún persiste. Con esta perspectiva es primordial una escuela basado en didáctica del entrenamiento de baloncesto, convirtiéndose en el eje central de nuestro proyecto para contribuir al fin último de la propuesta en mención.

En virtud de lo expuesto, se desarrolla esta propuesta, de forma consciente con la responsabilidad universitaria que exige como estudiante de la UTA, por lo tanto al investigar, y conocer de una manera más específica y directa, este problema se puede aportar con una propuesta de solución a esta realidad.

Por lo tanto a continuación se presenta una posible malla curricular necesaria para la formación de la Escuela de Capacitación de Entrenadores, en donde de darse la propuesta, cada entrenador deberá cumplir 200 horas, y aprobar los contenidos de cada uno de los módulos propuestos y de esta manera sean acreditados ante la Institución Pertinente.

MALLA CURRICULAR ESCUELA DE BALONCESTO PARA ENTRENADORES

Tabla 15.- Malla curricular escuela de baloncesto para entrenadores

Elaborado por Ivonne Pazmiño 2011

Número	Módulos	Contenidos Programáticos	Duración
1	Fundamentos del baloncesto	Conceptos Básicos Términos y simbología Importancia del dominio del balón. Ejercicios básicos. Funciones del Entrenador	40 horas
2	Sistemas de Juego	Combinación Técnica – Táctica Sistemas Ofensivos Sistemas Defensivos	20 horas
3	Preparación del entrenamiento en baloncesto	Principios del entrenamiento Preparación Táctica Preparación técnica Entrenamiento táctica y técnica Preparación para el juego Consideraciones didácticas	50 horas
4	Planificación	Macro: Preparatoria, competitiva, transitoria. Meso: entrante, básico, desarrollador, estabilizador, competición, preparatorio de control, precompetición, restablecimiento, mantenedor. Micro: ordinario, aproximación, competitivo, recuperación.	30 horas
5	Nutrición y Salud	Importancia de la alimentación Tipos de alimentación Hidratación para el basquetbolista	20 horas
6	Preparación Psicológica	Motivación Actitudes frente a la victoria y derrota Manejo y liderazgo de grupos	
7	Reglamentación y arbitraje	Análisis del reglamento Simbología Arbitral Práctica de Arbitraje	40 horas

6.3. Justificación

En vista de los resultados obtenidos en los últimos años en Federación Deportiva de Tungurahua y ante los datos logrados de la investigación es necesaria esta propuesta, porque se requiere de entrenadores capacitados que sean capaces de asumir retos y responsabilidades, en donde la preparación constante en conceptos, como en ejercicios de aplicación nuevos para la práctica del baloncesto, beneficien especialmente a los basquetbolistas y a sus familias.

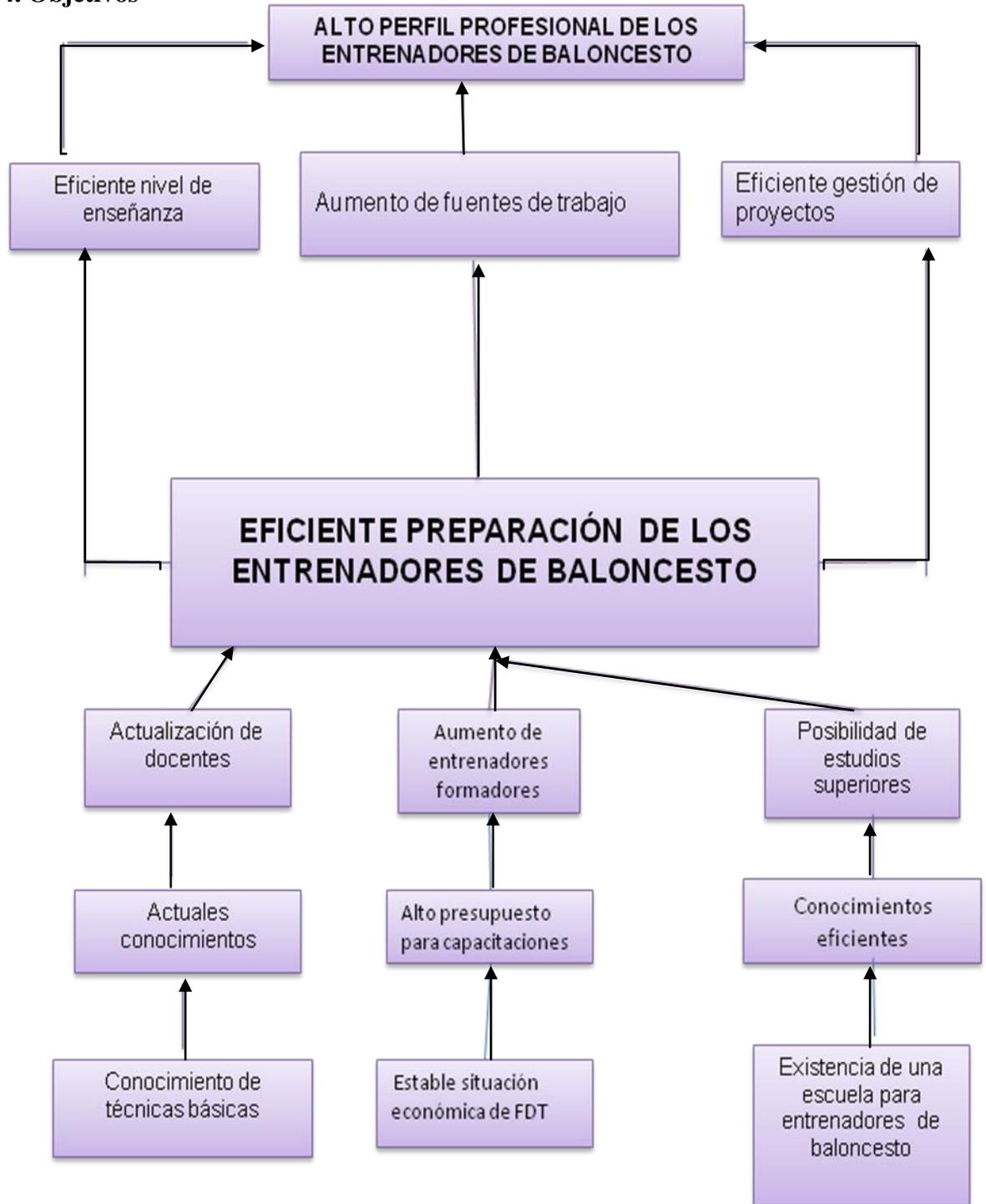
La propuesta nació, ante la necesidad de la mejor preparación de los entrenadores de baloncesto, con la ayuda de Federación Deportiva de Tungurahua por los resultados de los últimos años en las diferentes categorías.

Esta idea impulsó a realizar esta propuesta, para proponer una solución de forma definitiva que permita mejorar el perfil profesional de los entrenadores de baloncesto y con esto la Provincia y porque no el país tenga mejores resultados en esta disciplina a nivel nacional.

Al ser una propuesta novedosa es necesario indagar, explorar, analizar, hacer un sondeo de cuan necesaria es la creación de dicho programa, porque sí podemos hablar de la deficiente preparación de los entrenadores de Baloncesto en base a estadísticas y encuestas que proporcionan todos los datos como prueba fehaciente del problema en mención.

La escuela de capacitación es fundamental, porque los entrenadores están en la capacidad de formarse en conocimientos actuales, sobre baloncesto y encontrar nuevas propuestas didácticas, que ayuden a que los resultados de las últimas competencias mejore. La creación de la escuela de capacitación para entrenadores de Baloncesto es necesaria porque no existe hasta el momento, y de acuerdo a los resultados obtenidos en las últimas competencias, se hace imprescindible un mejor perfil profesional de los entrenadores de baloncesto en FDT.

6.4. Objetivos



6.5. Análisis de factibilidad . Matriz de Involucrados

GRUPOS	INTERESES	PROBLEMAS PERCIBIDOS	RECURSOS Y MANDATOS
Entrenadores, monitores de baloncesto, dirigentes directivos cantonales y de la FDT	Mejorar el perfil profesional	Conocimientos caducos Poca preparación didáctica	R: Instalaciones deportivas de la FDT M: Constitución política del Ecuador M: ley de Educación y Cultura M: Ley de Deportes y Recreación M: Estatutos de FDT
El núcleo familiar del entrenador	Aumentar la capacidad económica	Bajos ingresos económicos	M: Constitución política del Ecuador
La FDT	Mejorar el nivel competitivo en la disciplina del baloncesto	Participaciones con resultados desalentadores	R: Instalaciones deportivas de la FDT M: Constitución política del Ecuador M: ley de Educación y Cultura M: Ley de Deportes y Recreación M: Estatutos de FDT
La sociedad	La población se interese por la formación deportiva que se realiza en FDT	No confía en la FDT por los malos resultados	M: Constitución política del Ecuador

6.6. Línea Base

LÍNEA BASE DEL PROYECTO:		
SECTOR	TIPO DE PROYECTO	INDICADOR
CULTURA FÍSICA – Capacitación de Entrenadores de Baloncesto	De intervención porque es una propuesta nueva, factible, interesante y detalla que pretende mejorar la capacitación de los entrenadores de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua.	<p>VARIABLE EXTERNA</p> <p>El apoyo de las autoridades para el deporte de la provincia en gran parte es satisfactorio cuando se trata de representaciones provinciales.</p> <p>VARIABLE INTERNA</p> <p>Economía</p> <p>Los entrenadores de baloncesto de Federación Deportiva de Tungurahua son de clase media</p> <p>Cultura</p> <p>Ambato se caracterizó por ser una de las ciudades con un alto nivel competitivo en baloncesto, producto de ello en años anteriores basquetbolistas como Verónica Cáceres, Patricia Peralta, María José Carrasco, Ivonne Pazmiño, entre otras, fueron seleccionadas nacionales.</p>

IDENTIFICACIÓN Y CUANTIFICACIÓN DE LA POBLACIÓN OBJETIVO**(BENEFICIARIOS):**

Los entrenadores y monitores de Federación Deportiva de Tungurahua , dirigentes y por supuesto los basquetbolistas de las diferentes categorías

6.7. Fundamentación (Matriz de Marco Lógico)

RESUMEN NARRATIVO DE OBJETIVOS	INDICADORES VERIFICABLES OBJETIVAMENTE	FUENTES DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS DE SUSTENTABILIDAD
Fin Crear una escuela de capacitación para entrenadores de baloncesto	Todos los entrenadores de baloncesto de FDT participan en una escuela de capacitación de la disciplina, en el año 2011	Currículum de los entrenadores de baloncesto de FDT Registros de asistencia Planificaciones de los entrenadores	Apoyo del Ministerio del Deporte Apoyo de la Universidad Técnica de Ambato
PROPÓSITO (Objetivo General)	Hasta el 2015 el 100% de los	Contratos de trabajo	Apoyo del Ministerio de Inclusión Económica y

<p>Mejorar el perfil de los entrenadores de baloncesto</p>	<p>entrenadores de baloncesto mejorarán su perfil profesional</p>	<p>Cancha, balones, silbatos, que se utilizan para la enseñanza del baloncesto</p>	<p>Social</p>
<p>COMPONENTES</p> <p>-Los entrenadores se encuentran capacitados</p> <p>-Los entrenadores de baloncesto tienen mayores fuentes de trabajo</p>	<p>El 50% de los entrenadores de FDT con un mejor perfil profesional se encuentran capacitados y con fuentes de trabajo para el 2.015</p>	<p>Lista de asistencia Encuestas Datos estadísticos</p>	<p>Apoyo del Ministerio del Deporte</p>
<p>ACTIVIDADES</p> <p>-Revisión de la planificación macro meso y micro de los entrenadores.</p>	<p>\$1.000</p>	<p>- Planificaciones macro, meso y micro</p> <p>- Evaluación antes, durante y después del proyecto</p>	<p>- Cambios estructurales completos en las planificaciones macro meso y micro de los capacitados.</p> <p>- Aprobación del</p>

<p>- Realizar cursos de capacitación para los entrenadores de baloncesto sobre didáctica del entrenamiento.</p>	<p>\$ 10.000</p>	<p>Registros de asistencia al curso</p>	<p>proyecto por parte de las autoridades</p>
<p>- Curso sobre diferentes formas didácticas de enseñanza en baloncesto.</p>	<p>\$10.000</p>	<p>Lista de los temas tratados.</p> <p>Registros de asistencias</p>	
<p>- Realización diferentes talleres con los entrenadores.</p>	<p>\$5.000</p>	<p>Cuñas publicitarias</p>	
<p>- Difusión de la escuela de formación en otras instituciones</p>	<p>\$2000</p>	<p>Registro de Asistencia</p>	
<p>- Motivaciones y orientación a los entrenadores de baloncesto a que sigan con la enseñanza de esta disciplina.</p>	<p>\$ 5.000</p>	<p>Fichas de evaluación</p>	
<p>- Evaluación del proceso cumplido con los</p>		<p>Pensum</p>	

entrenadores		académico	
-Diseño del pensum de la escuela para entrenadores de baloncesto.	\$ 2.000		
	\$ 15000		

OBJETIVOS ESPECÍFICOS/ACTIVIDADES SUBACTIVIDADES	TIEMPOS PR PROGRAMADOS Y PRESUPUESTOS				TIEMPO Y PRESUPUESTO DE EJECUCIÓN REAL				REQUERIMIENTO DE AJUSTES SI/NO	TIEMPO Y PRESUPUESTO FINALES (CON AJUSTES REQUERIDOS DE SER EL CASO)				FECHA INFORME FINAL
	DESDE	HASTA	# HORAS	TOTAL USD	DESDE	HASTA	# HORAS	TOTAL USD		DESDE	HASTA	# HORAS	TOTAL USD	
Componente 1: Los entrenadores se e														
Objetivo Específico 1 Capacitar a entrenadores														
Actividad 1.1														
Subactividad 1.1.1														
Subactividad 1.1.2														
Actividad 1.2														
Subactividad 1.2.1														
Subactividad 1.2.2														
Componente 2:														
Objetivo Específico 2														
Actividad 2.1														
Subactividad 2.1.1														
Subactividad 2.1.2														
Actividad 2.2														

Subactividad 2.2.1														
Subactividad 2.2.2														
TOTAL														
HORARIO DE ACTIVIDADES PROPUESTO				HORARIO DE ACTIVIDADES EJECUTADO				HORARIO DE ACTIVIDADES FINALES						
DIAS:		HORAS:		DIAS:		HORAS:		DIAS:			HORAS:			
F: _____ (TÍTULO. NOMBRE) TUTOR DEL PROYECTO				F: _____ (TÍTULO. NOMBRE) REPRESENTANTE LEGAL. ENTIDAD BENEFICIARIA				F: _____ (TÍTULO. NOMBRE) PROFESOR TUTOR FCHE						

6.9. Evaluación de los resultados

RESUMEN NARRATIVO DE OBJETIVOS	INDICADORES VERIFICABLES OBJETIVAMENTE	TIEMPO Y PRESUPUESTO DE EJECUCIÓN FINAL Y PRESUPUESTO				PRODUCTOS O RESULTADOS ALCANZADOS
		DESDE	HASTA	# HORAS	TOTAL USD	
FIN:	Crear una escuela de capacitación para entrenadores de baloncesto					
PROPÓSITO/ OBJETIVO GENERAL:	Mejorar el perfil de los entrenadores de baloncesto					
COMPONENTE 1 OBJETIVO ESPECÍFICO 1:	Capacitar a los entrenadores					
COMPONENTE 2 OBJETIVO ESPECÍFICO 2:	Establecer fuentes de trabajo para entrenadores					
COMPONENTE n OBJETIVO ESPECÍFICO n:	Motivar a los entrenadores					
VALORACIÓN FINAL:						

<p>F: _____</p> <p>(TÍTULO. NOMBRE)</p> <p>TUTOR DEL PROYECTO</p>	<p>F: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>(TÍTULO. NOMBRE)</p> <p>REPRESENTANTE LEGAL ENTIDAD BENEFICIARIA</p>	<p>F: _____</p> <p>_____</p> <p>(TÍTULO. NOMBRE)</p> <p>FCHE</p>
--	--	---

6.10. Evaluación de la propuesta

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
1. ¿Quiénes solicitan evaluar?	Los dirigentes de Federación Deportiva de Tungurahua
2. ¿Por qué evaluar?	Razones que justifican la evaluación Porque se necesita conocer de qué forma están siendo capacitados los entrenadores de baloncesto
3. ¿Para qué evaluar?	Objetivos del Plan de Evaluación Verificar cuáles son los conocimientos que están aprendiendo los entrenadores de baloncesto
4. ¿Qué evaluar?	Aspectos a ser evaluados Las formas y procedimientos para realizar un entrenamiento de baloncesto
5. ¿Quién evalúa?	Personal encargado de evaluar
6. ¿Cuándo evaluar?	En periodos determinados de la propuesta Al inicio de la aplicación durante y al final del mismo.
7. ¿Cómo evaluar?	Proceso Metodológico Mediante fichas de observación y videos.
8. ¿Con que evaluar?	Recursos Fichas de observación, registros, cámara de fotos.

BIBLIOGRAFÍA

BERTOT, E.2002. Sistema de Planificación del Entrenamiento Deportivo, Módulo de Capacitación, Ambato – Ecuador, pp.15 – 19.

BUCETA, J. 1998. Psicología del Entrenamiento Deportivo, Editorial Dykinson, Madrid – España.

CALVO, A. 1999. Apuntes de Preparación Física en Baloncesto, Curso Superior de Entrenador de Baloncesto, Málaga- España.

CASTEJÓN, F. 1997. Una reflexión sobre la iniciación deportiva con exigencia táctica, exigencia técnica o exigencia táctica-técnica.

CASTEJÓN, F.J. y LÓPEZ, V. (1997). Iniciación deportiva. En F.J. CASTEJÓN.

CAZORLA, Jorge. 1966. Técnica de la Enseñanza, Primera Edición, Editorial Orellana, Ecuador.

Congreso de Educación Física (III). INEF, Lérida, octubre, 1997.

CRESS, M. E., BUCHNER, D.M., PHOHASKA, T., RIMMER, J., BROWN, M., MACERA, C., DIPIETRO, L. y CHODSKO-ZAJKO, W. 2005. Práctica de la actividad física, Editorial Actividad, Madrid - España, pp 13, 61-74.

DELGADO, M.A. 1991. Hacia una clarificación conceptual de los términos en didáctica de la Educación Física y el Deporte. Revista de Educación Física, 40, 2-10.

DIETRICH HARRE, E. 1999. Teoría del entrenamiento deportivo, 1ª Edición, Editorial Científica. Cuba.

DOSIL, J. 2002. Psicología y Rendimiento Deportivo, Editorial Gersam, Madrid –

España.

GOULD, D y WEINBERG, R. 1996. Fundamentos de Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico, Editorial Ariel - Psicología, Barcelona – España.

LINDBERG, F. 1999. Baloncesto Juego y Enseñanza, Editorial Pueblo y Educación, Madrid – España, pag 21, 38, 245 – 25.

LINDBERG, F. 2000. Mini baloncesto. Primera Edición, Editorial Pueblo y Educación. Cuba.

MANUAL DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE, 2005. Editorial Océano, Barcelona – España, pag. 525.

RODRIGUEZ, P. 1997. Baloncesto, 3ª Edición, Editorial Pueblo y Educación, Cuba.

TELEÑA, P. 2002. Manual del maestro especialista en Educación Física, Madrid, pp.137-172.

VARIOS. MANUAL DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE, año 2005, Editorial Océano, Barcelona – España, pag. 326 - 327 ,525.

WILLIAMS, J. 1991. Psicología Aplicada al Deporte, Editorial Biblioteca Nueva, Madrid 1991.

YERAY, C. 2005. Club del Entrenador Andaluz, Iniciación Deportiva y Formación Física en Baloncesto, Federación Andaluza de Baloncesto.

ZARAGOZA, J. 1997. Baloncesto, Conclusiones para el entrenamiento a partir del análisis de la actividad competitiva. R.E.D., tomo X, nº 2).

ANEXOS

Anexo 1

Dentro de la propuesta el Universo a investigar, y para determinar si la misma tendrá la aceptación adecuada se incluyó a los entrenadores de los diferentes Cantones, y de igual manera a los empleados, porque de acuerdo a la investigación previa realizada en el Cantón Ambato, la propuesta es factible por lo tanto con el afán de que exista una mayor participación se preguntó también a los diferentes entrenadores, monitores y dirigentes de las ligas cantonales de baloncesto.

El universo a investigar lo constituyeron los empleados, monitores, dirigentes y por supuesto entrenadores de las Ligas Cantonales y miembros de Federación Deportiva de Tungurahua

ENCUESTADOS	CANTIDAD
Monitores y dirigentes de las Ligas Cantonales	80
Monitores, dirigentes, empleados de FDT	32
TOTAL	112

FÓRMULA

$$n = \frac{N}{(E)(N-1) + 1}$$

Donde:

n = tamaño de la muestra =

$N = \text{Población a investigarse} = 112$

$E = \text{Índice de error máximo admisible} = 0,05 = 5\%$

$$n = \frac{112}{(0,05 \times 0,05)(112 - 1) + 1}$$

$n = 87,67 = 88$

Análisis e Interpretación de Resultados

ENCUESTA 1

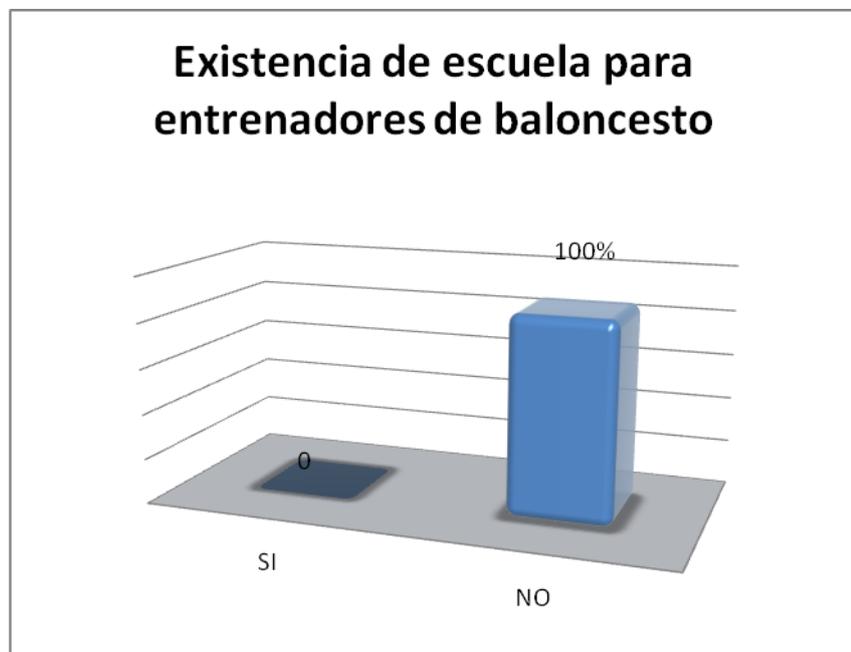
Encuesta dirigida a los monitores entrenadores, empleados en Federación Deportiva de Tungurahua

1.- ¿Conoce en la provincia de Tungurahua alguna escuela para la capacitación de entrenadores de baloncesto?

TABLA 1

SI	NO	Porcentaje SI	Porcentaje NO
0	88	0%	88%

Gráfico 1



Interpretación:

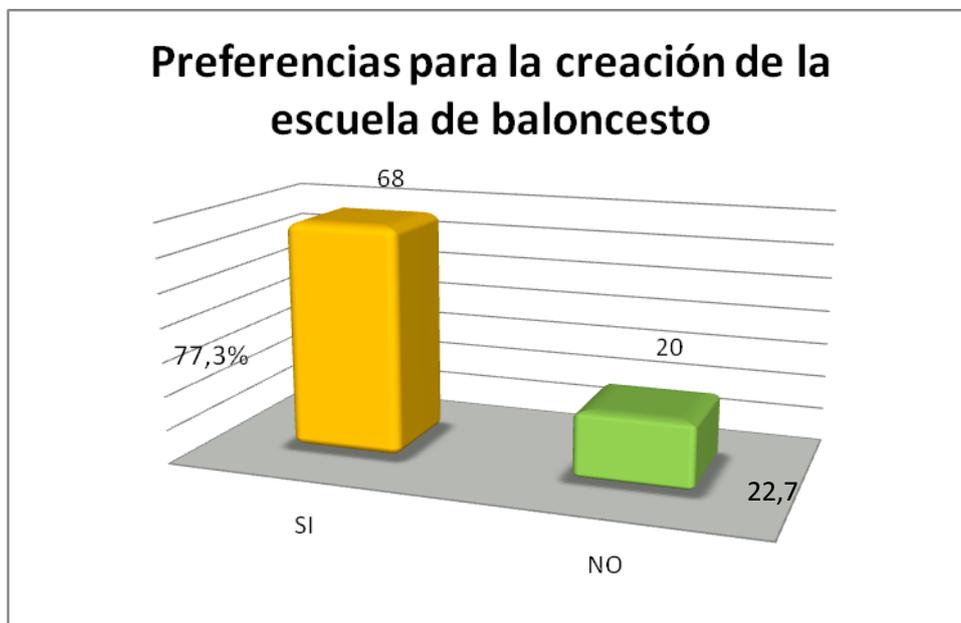
De los encuestados ninguno conoce una escuela de baloncesto para entrenadores en la provincia de Tungurahua.

2.- ¿Le gustaría que se cree una escuela de capacitación Baloncesto para monitores, dirigentes, directivos?

Tabla 2

SI	NO	% SI	NO%
68	20	77,3	22,7

Gráfico 2



Interpretación

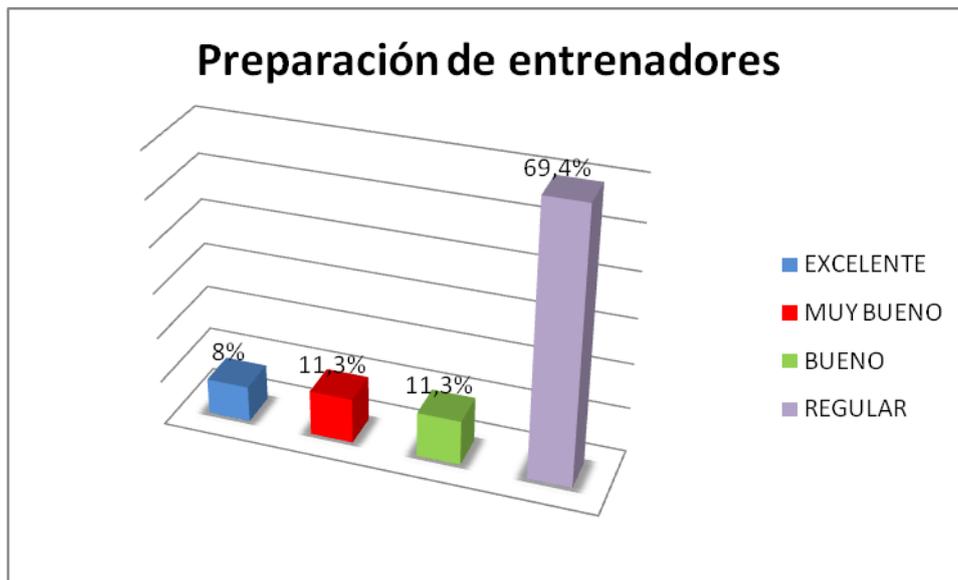
A la mayoría de los encuestados le gustaría que se forme una escuela de baloncesto para entrenadores.

3.- ¿La preparación de los entrenadores es ?

Tabla 3

VALORACIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE (%)
EXCELENTE	8	8
MUY BUENO	10	11,3
BUENO	10	11,3
REGULAR	60	69,4
TOTAL	88	100

Gráfico 3



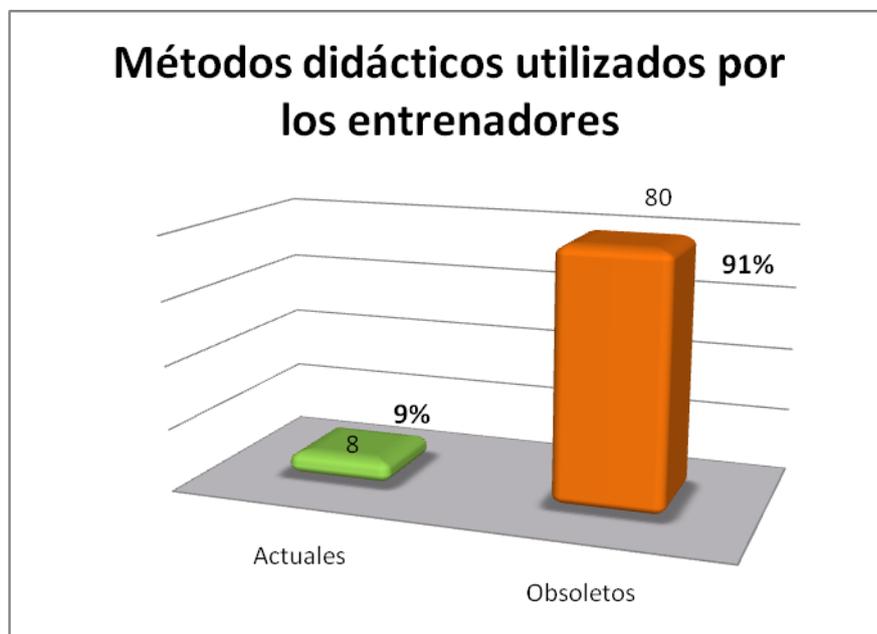
Interpretación

La mayoría de los encuestados opina que la preparación de los entrenadores de baloncesto es regular.

4.-¿Los métodos didácticos utilizados por los entrenadores son:

Métodos Didácticos	CANTIDAD	PORCENTAJE
Actuales	8	9
Obsoletos	80	91
TOTAL	88	100

Gráfico 4



Interpretación

La mayoría de los encuestados considera que los métodos didácticos de los entrenadores de baloncesto son obsoletos.

ENCUESTA 2

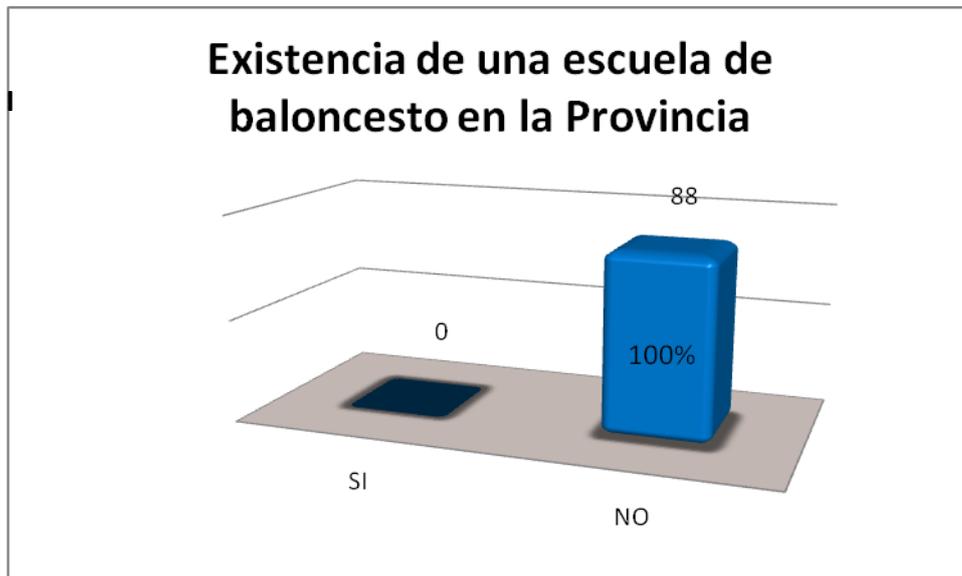
Dirigida a los dirigentes, monitores, empleados de las ligas cantonales

1.- ¿Conoce usted alguna escuela de baloncesto para entrenadores en la Provincia de Tungurahua?

Tabla 1

SI	NO
0	88

Tabla 5



Interpretación:

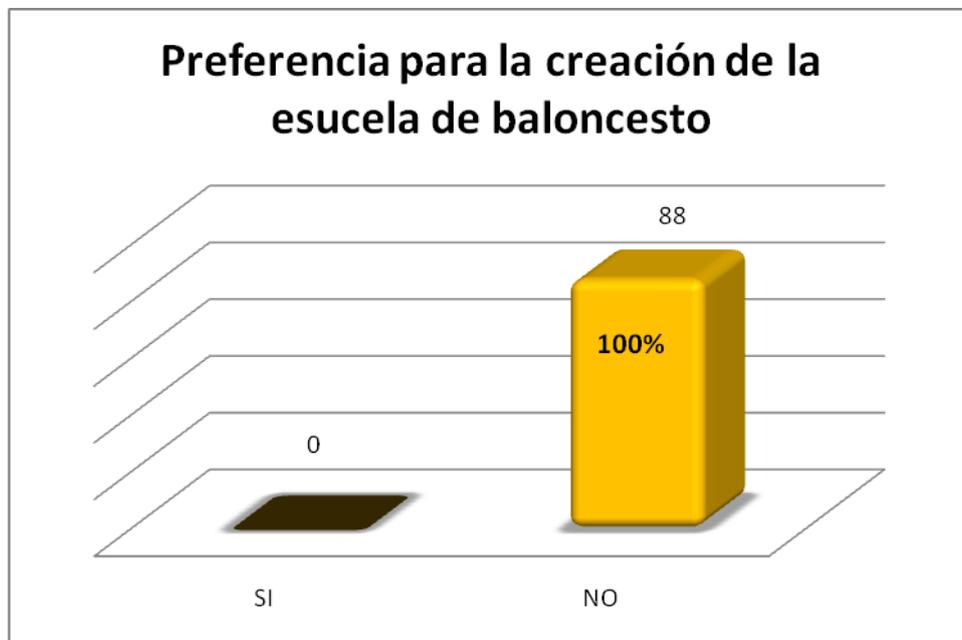
Todos los entrenadores afirman que no conocen una escuela de baloncesto para entrenadores.

2.- ¿ Le gustaría que se cree una escuela de capacitación de baloncesto dirigida a monitores, dirigentes, empleados de las Ligas Cantonales?

TABLA 6

SI	NO
0	88

Gráfico 6



Interpretación:

A la mayoría de los encuestados le gustaría que se cree una escuela de baloncesto para entrenadores.

3- Qué días le gustaría que funcione la escuela de capacitación de baloncesto?

Tabla 7

DIAS	PREFERENCIAS	PORCENTAJES
MARTES Y JUEVES	20	22,72%
LUNES MIÉRCOLES Y VIERNES	60	68,18%
MARTES, MIÉRCOLES Y JUEVES	3	3,4%
TODOS LOS DÍAS	5	5,7%
TOTAL	88	100%

Gráfico 6



Interpretación:

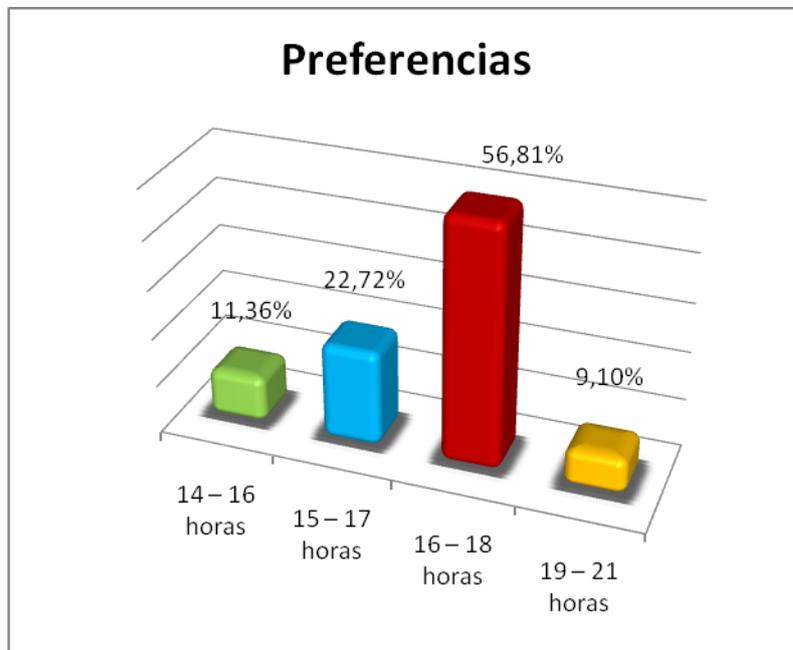
La mayoría de los entrenadores considera que la escuela debería funcionar tres días a la semana, los lunes miércoles y viernes.

4- ¿En qué horarios le gustaría que funcione la escuela de capacitación de baloncesto?

TABLA 8

HORARIOS	PREFERENCIAS	PORCENTAJES
14 – 16 horas	10	11,36%
15 – 17 horas	20	22,72%
16 – 18 horas	50	56,81%
19 – 21 horas	8	9,1%
TOTAL	88	100%

Gráfico 7



Interpretación:

La mayoría de los entrenadores encuestados prefieren el horario de la escuela de capacitación de baloncesto sea de 16 a 18 horas.

Conclusiones

- Luego de analizados los resultados de las encuestas, se llegó a la conclusión de que es necesaria la creación de una escuela de baloncesto para entrenadores; y de esta manera satisfacer las necesidades técnicas – metodológicas para la formación de los deportistas, en pro de resultados óptimos en las diferentes categorías competitivas del baloncesto.
- De acuerdo a los resultados el proyecto es factible y tiene gran demanda porque no existe en la Provincia de Tungurahua.
- De acuerdo con los resultados la preparación actual de los entrenadores es regular siendo necesario actualizar los conocimientos, con métodos didácticos actualizados.

Anexo 2

LA FUTURA ESCUELA

ESCUELA DE CAPACITACIÓN PARA ENTRENADORES DE BALONCESTO “TUNGURAHUA”

1.- Misión

La escuela para entrenadores de Baloncesto es una Empresa que capacita a los mismos, con conocimientos pedagógicos en el campo teórico – práctico del baloncesto para elevar su perfil, y competencias profesionales mediante la utilización de diferentes recursos, métodos didácticos y tecnología acordes con el medio.

2.- Visión

Para el año 2015 la Escuela de Formación de Entrenadores Tungurahua, se constituirá en la mejor escuela de capacitación de baloncesto de la Provincia, que brinda a sus estudiantes conocimientos de calidad elevando el perfil profesional para que sea acorde con las exigencias profesionales de la realidad social.

3.- Objetivos

- **General**

Elevar el perfil profesional de los entrenadores de baloncesto para mejorar el nivel competitivo de los deportistas de Federación Deportiva de Tungurahua y las Ligas Cantonales de la Provincia.

Específicos

- Diagnosticar la metodología y didáctica utilizada para la enseñanza del baloncesto
- Captar el interés de la sociedad ambateña y tungurahuese a especializarse en la disciplina del baloncesto.
- Mejorar la participación y resultados de divisiones formativas con nuestros estudiantes en competiciones locales y nacionales de baloncesto.

3.- Metas

- Proporcionar en los cinco años una educación de calidad acorde con los requerimientos de los estudiantes
- Desarrollar en un año hábitos sobre el desarrollo de la disciplina.
- La Escuela de Baloncesto para entrenadores Tungurahua, tendrá una capacidad de 30 estudiantes por aula con la perspectiva de formar cinco aulas hasta el año 2015.
- Lograr en 5 años la masificación del la disciplina de baloncesto
- La Escuela en dos años tendrá una infraestructura propia.

FODA

Fortalezas

- Programa de estudios con conocimientos teórico prácticos
- Perfil Instructores con excelente perfil profesional
- Especialización en una disciplina
- Implementación de calidad

- Horarios acordes con las necesidades
- Aula virtual y N tics
- Infraestructura adecuada
- Innovadoras metodologías
- Ejercicios actuales sobre la disciplina

Oportunidades

- Colaboración de la Federación Deportiva de Tungurahua con instalaciones deportivas de primer nivel.
- Instalaciones accesibles por su ubicación geográfica.
- Estrecha colaboración con la carrera de Cultura Física de la Universidad Técnica de Ambato.
- Colaboración de estudiantes del Colegio Universitario Juan Montalvo para la demostración de las diferentes prácticas.
- Convenios con el Ministerio del Deporte.

Debilidades

- Presupuesto insuficiente
- No existe instalaciones propias para la escuela de entrenadores

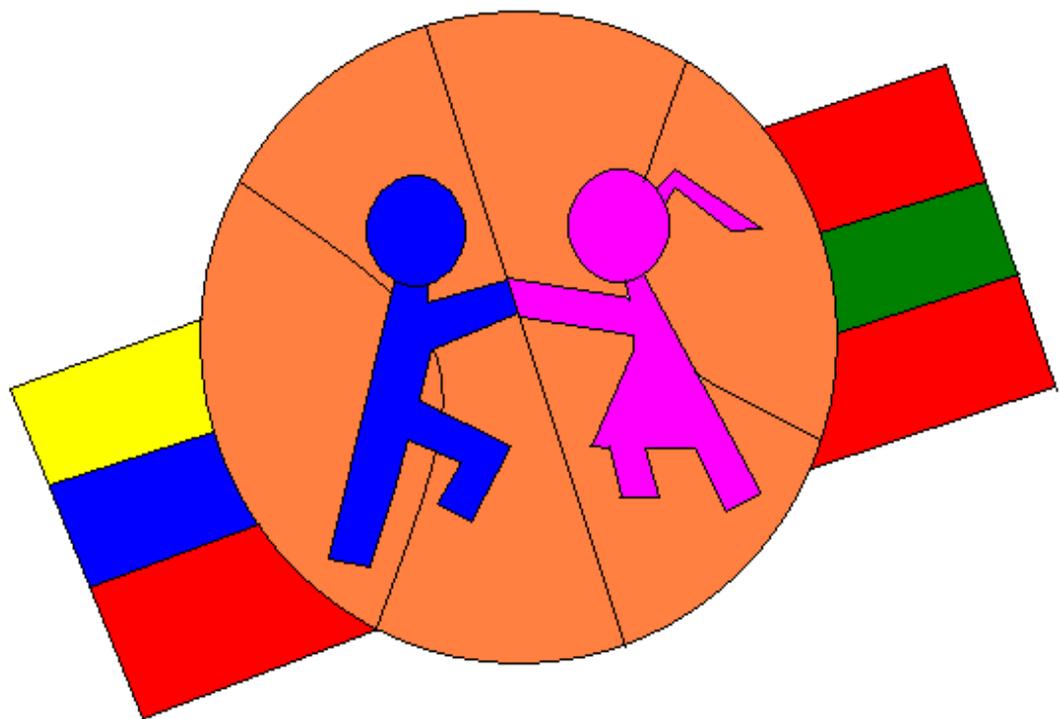
Amenazas

- Erupción del volcán Tungurahua
- Migración
- Desorganización familiar
- Instituto Dilon Cevallos de la Federación Deportiva de Cotopaxi.

Anexo 3

Denominación y logotipo

TUNGURAHUA



**ESCUELA DE FORMACION
DE ENTRENADORES
DE BALONCESTO**

Anexo 4

Inversiones

Matriz de inversiones

MATRIZ DE INVERSIONES POR PROYECTO				
			RECUROS	
PROYECTO	ACTIVIDAD	META	UNITARIO	TOTAL
INFRAESTRUCTURA	CONSTRUCCION AULAS	5	\$ 1.890,00	\$ 9.450,00
	CONSTRUCCION CANCHAS DE BALONCESTO	3	\$ 3.333,33	\$ 10.000,00
MATERIALES Y EQUIPOS	EQUIPOS DE BALONCESTO	5	\$ 250,00	\$ 1.000,00
MANO DE OBRA	OBREROS	20	\$ 240,00	\$ 4.800,00
	JEFE DE OBRA	1	\$ 480,00	\$ 480,00
EQUIPO DE OFICINA	ESCRITORIOS	4	\$ 150,00	\$ 600,00
	COMPUTADORES	3	\$ 700,00	\$ 2.100,00
	TELEFONOS	2	\$ 50,00	\$ 100,00
	FAX	1	\$ 130,00	\$ 130,00
	COPIADORA	1	\$ 500,00	\$ 500,00
	IMPRESORA MULTIUSO	2	\$ 250,00	\$ 500,00
	PROYECTOR	2	\$ 670,00	\$ 1.340,00
	ARCHIVADORES	10	\$ 100,00	\$ 1.000,00
MATERIALES	MATERIAL DIDACTICO	10	\$ 150,00	\$ 1.500,00
	PIZARRAS DE TIZA LIQUIDA	5	\$ 200,00	\$ 1.000,00
	ESCRITORIOS Y SILLAS	100	\$ 41,00	\$ 4.100,00
IMPREVISTOS	VARIOS	10% DE INVERSION	\$ 5.500,00	\$ 5.500,00
PAGO SUELDOS	SECRETARIA	1	\$ 400,00	\$ 400,00
	CONTADORA	1	\$ 1.000,00	\$ 1.000,00
	DIRECTOR DE ESCUELA	1	\$ 2.000,00	\$ 2.000,00
	SUBDIRECTOR	1	\$ 1.800,00	\$ 1.800,00
	MAESTROS	5	\$ 900,00	\$ 4.500,00
	DR	1	\$ 1.200,00	\$ 1.200,00
TOTAL				\$ 55.000,00

Anexo 5

Flujo de caja

FLUJO DE 17 septiembre al 31 octubre del 2012						
DETALLE		1 AÑO	2 AÑO	3 AÑO	4 AÑO	5 AÑO
VIENEN		55.000,00	29.170,00	4.100,00	3.800,00	3.500,00
SALDO BCO	55.000,00					
INGRESO			800,00	800,00	800,00	800,00
TOTAL INGRESOS	55.000,00	55.000,00	29.970,00	4.900,00	4.600,00	4.300,00
GASTOS						
INFRAESTRUCTURA		19.450,00				
MATERIALES			1.000,00			
MANO D EOBRA		5.280,00				
E. OFICINA			6.270,00			
MATERIALES			6.600,00			
SERVICIOS BASICOS						
PAGO DE SUELDOS			10.900,00			
SUBTOTAL	0,00	24.730,00	24.770,00	0,00	0,00	0,00
IMPREVISTOS 10%	0,00	1.100,00	1.100,00	1.100,00	1.100,00	1.100,00
TOTAL GASTOS	0,00	25.830,00	25.870,00	1.100,00	1.100,00	1.100,00
SALDO LUEGO DE PAGAR	55.000,00	29.170,00	4.100,00	3.800,00	3.500,00	3.200,00

Anexo 6

Presupuesto general

PROYECTO	ACTIVIDAD	TOTAL
INFRAESTRUCTURA	CONSTRUCCION AULAS	\$ 9.450,00
	CONSTRUCCION CANCHAS DE BALONCESTO	\$ 10.000,00
MATERIALES Y EQUIPOS	EQUIPOS DE BALONCESTO	\$ 1.000,00
MANO DE OBRA	OBREROS	\$ 4.800,00
	JEFE DE OBRA	\$ 480,00
EQUIPO DE OFICINA	ESCRITORIOS	\$ 600,00
	COMPUTADORES	\$ 2.100,00
	TELEFONOS	\$ 100,00
	FAX	\$ 130,00
	COPIADORA	\$ 500,00
	IMPRESORA MULTIUSO	\$ 500,00
	PROYECTOR	\$ 1.340,00
	ARCHIVADORES	\$ 1.000,00
MATERIALES	MATERIAL DIDACTICO	\$ 1.500,00
	PIZARRAS DE TIZA LIQUIDA	\$ 1.000,00
	ESCRITORIOS Y SILLAS	\$ 4.100,00
IMPREVISTOS	VARIOS	\$ 5.500,00
PAGO SUELDOS	SECRETARIA	\$ 400,00
	CONTADORA	\$ 1.000,00
	DIRECTOR DE ESCUELA	\$ 2.000,00
	SUBDIRECTOR	\$ 1.800,00
	MAESTROS	\$ 4.500,00
	DR	\$ 1.200,00
TOTAL		\$ 55.000,00

Anexo 7

Cronograma

TIEMPO ACTIVIDADES	DEL 1 DE ENERO AL 31 DE DICIEMBRE DE 2012												DEL 1 DE ENERO AL 31 DE DICIEMBRE DEL 2013											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
PRÉSTAMO BANCARIO	■																							
INFRAESTRUCTURA		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
MATERIALES Y EQUIPOS				■	■	■	■	■	■	■	■	■												
MANO DE OBRA		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■												
EQUIPO DE OFICINA					■	■	■	■	■	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
MATERIALES Y EQUIPOS																								
PAGO DE SULEDOS	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

Anexo 8

ENCUESTA 1

Encuesta dirigida a los monitores entrenadores, empleados en Federación Deportiva de Tungurahua

1.- ¿Conoce en la provincia de Tungurahua alguna escuela para la capacitación de entrenadores de baloncesto?

SI ()

NO ()

2.- Encuesta dirigida a los monitores entrenadores, empleados en Federación Deportiva de Tungurahua

SI ()

NO ()

3.- ¿La preparación de los entrenadores es ?

Excelente ()

Muy Buena ()

Buena ()

Regular ()

4.-¿Los métodos didácticos utilizados por los entrenadores son:

Actuales ()

Obsoletos ()

Anexo 9

ENCUESTA 2

Dirigida a los dirigentes, monitores, empleados de las ligas cantonales

1.- ¿Conoce usted alguna escuela de baloncesto para entrenadores en la Provincia de Tungurahua?

Si ()

NO ()

2.- ¿ Le gustaría que se cree una escuela de capacitación de baloncesto dirigida a monitores, dirigentes, empleados de las Ligas Cantonales?

SI ()

NO ()

3- Qué días le gustaría que funcione la escuela de capacitación de baloncesto?

Martes y Jueves ()

Lunes. Miércoles y Viernes ()

Martes, Miércoles y Jueves ()

Todos los días ()

4- ¿En qué horarios le gustaría que funcione la escuela de capacitación de baloncesto?

14 – 16 horas ()

15 – 17 horas ()

16 - 18 horas ()

19 - 21 horas ()

Anexo 10

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

Encuesta Dirigida a los basquetbolistas de Federación Deportiva de Tungurahua

Objetivo: Identificar las formas de entrenamiento que se aplican en FDT.

Instrucciones

- Lea detenidamente las preguntas antes de contestarlas
- Marque con una x la respuesta que usted considere correcta
- La encuesta es anónima

ENCUESTA

1.- Considera Ud., que se utilizan los métodos adecuados para la enseñanza del baloncesto?

Siempre A veces Nunca

2.- ¿Conoce los fundamentos básicos de baloncesto?

Si No

3.- ¿Ud. como deportista conoce claramente el reglamento de baloncesto?

Si No

4.- Qué hace falta en el entrenamiento de baloncesto?

- Confianza con el entrenador
- Conocimiento de los fundamentos
- Nuevos métodos de aprendizaje
- Ejercicios nuevos

5.- ¿Cree que su entrenador tienen el conocimiento adecuado para enseñar baloncesto?

Si No

6.- ¿Cree necesario que exista capacitación constante a los entrenadores de baloncesto?

Si No

Anexo 11

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

FICHA DE OBSERVACIÓN

OBJETIVO:

Identificar los conocimientos de los entrenadores de Baloncesto sobre entrenamiento deportivo.

NOMBRE: _____

EDAD: _____ **SEXO:** M F

		20	10	15	5
		Muy Bueno	Bueno	Regular	Malo
1	Dirección del entrenamiento				
2	Conocimiento de metodología				
3	Explicación clara de los ejercicios				
4	Planificación del Entrenamiento				
5	Utilización de materiales				
6	Didáctica de enseñanza de la técnica				
7	Técnicas motivacionales				

Anexo 12

Registro de entrevista estructurada

N° Lugar: Entrevistado: Entrevistador: Lugar y Fecha: Objeto de Estudio:	
INTERPRETACIÓN	INTERPRETACIÓN Valoración
1.- ¿Es necesario que exista en Federación Deportiva de Tungurahua entrenadores profesionales en Cultura Física?	
2.- ¿Cuál es el principal problema de las diferentes capacitaciones que se realizan en Federación en esta disciplina Deportiva?	
3.- ¿Es importante la capacitación constante para los entrenadores de baloncesto de Federación?	
4.- ¿Los entrenadores de baloncesto poseen los conocimientos adecuados para la enseñanza de esta disciplina deportiva?	

Anexo 13

Tabla de distribución del chi cuadrado

Tabla 16: Distribución del chi- cuadrado

DISTRIBUCION DE χ^2

Grados de libertad	Probabilidad										
	0,95	0,90	0,80	0,70	0,50	0,30	0,20	0,10	0,05	0,01	0,001
1	0,004	0,02	0,06	0,15	0,46	1,07	1,64	2,71	3,84	6,64	10,83
2	0,10	0,21	0,45	0,71	1,39	2,41	3,22	4,60	5,99	9,21	13,82
3	0,35	0,58	1,01	1,42	2,37	3,66	4,64	6,25	7,82	11,34	16,27
4	0,71	1,06	1,65	2,20	3,36	4,88	5,99	7,78	9,49	13,28	18,47
5	1,14	1,61	2,34	3,00	4,35	6,06	7,29	9,24	11,07	15,09	20,52
6	1,63	2,20	3,07	3,83	5,35	7,23	8,56	10,64	12,59	16,81	22,46
7	2,17	2,83	3,82	4,67	6,35	8,38	9,80	12,02	14,07	18,48	24,32
8	2,73	3,49	4,59	5,53	7,34	9,52	11,03	13,36	15,51	20,09	26,12
9	3,32	4,17	5,38	6,39	8,34	10,66	12,24	14,68	16,92	21,67	27,88
10	3,94	4,86	6,18	7,27	9,34	11,78	13,44	15,99	18,31	23,21	29,59
	No significativo								Significativo		

Anexo 14

Fotografías de las diferentes selecciones de baloncesto en Federación Deportiva de Tungurahua.



Foto 1. Entrenamiento categorías mujeres



Foto 2. Entrenamiento categorías inferiores mujeres



Foto 3. Entrenamiento mujeres categorías inferiores. (mini baloncesto)



Foto 4. Parte final del entrenamiento elongaciones



Foto 5. Entrenamiento varones



Foto 6. Entrenamiento varones (mini baloncesto)