

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Tema: LA TRANSICIÓN Y SU INCIDENCIA EN LOS SISTEMAS DE JUEGO DE LOS DEPORTISTAS DE BALONCESTO.”

Trabajo de Investigación, previo a la obtención del Grado Académico de Magister en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo

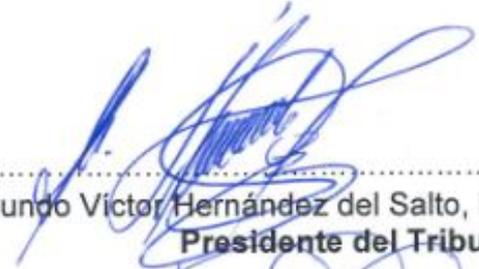
Autor: Licenciado Luis Patricio Leica López

Director: Doctor Ángel Aníbal Sailema Torres, Magíster.

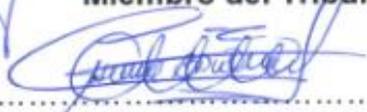
Ambato- Ecuador
2018

A la Unidad Académica de Titulación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

El tribunal receptor del Trabajo de Investigación presidido por el Doctor Segundo Víctor Hernández del Salto, Magíster, e integrado por los Señores Licenciado. Julio Alfonso Mocha Bonilla, Magíster, Licenciado Christian Rogelio Barquin Zambrano, Magíster, Licenciado Luis Alfredo Jiménez Ruiz , Magíster, designados por la Unidad Académica de Titulación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, para receptor el Trabajo de Investigación con el tema: **“LA TRANSICIÓN Y SU INCIDENCIA EN LOS SISTEMAS DE JUEGO DE LOS DEPORTISTAS DE BALONCESTO”** aprobado por la Unidad Académica de Titulación elaborado y presentado por el Señor Licenciado Luis Patricio Leica López, para optar por el Grado Académico de Magíster en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo; una vez escuchada la defensa oral del Trabajo de Investigación el Tribunal aprueba y remite el trabajo para uso y custodia en las bibliotecas de la UTA.


.....
Dr. Segundo Víctor Hernández del Salto, Mg.
Presidente del Tribunal


.....
Lcdo. Julio Alfonso Mocha Bonilla, Mg.
Miembro del Tribunal


.....
Lcdo. Christian Rogelio Barquin Zambrano, Mg.
Miembro del Tribunal


.....
Lcdo. Luis Alfredo Jiménez Ruiz, Mg.
Miembro del Tribunal

AUTORÍA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el Trabajo de Investigación presentado con el Tema: **“LA TRANSICIÓN Y SU INCIDENCIA EN LOS SISTEMAS DE JUEGO DE LOS DEPORTISTAS DE BALONCESTO”**, le corresponde exclusivamente a: Licenciado Luis Patricio Leica López, Autor bajo la Dirección del Doctor Ángel Aníbal Sailema Torres, Magíster, Director del Trabajo de Investigación; y el patrimonio intelectual a la Universidad Técnica de Ambato.



.....
Lcdo. Luis Patricio Leica López.
C.C. 1803671682
AUTOR



.....
Doctor. Ángel Aníbal Sailema Torres Mg.
C.C. 1802017523
DIRECTOR

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que el Trabajo de Investigación, sirva como un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos de mi trabajo, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este, dentro de las regularidades de la Universidad.



.....

Lcdo. Luis Patricio Leica López.
C.C. 1803671682
AUTOR

INDICE GENERAL DE CONTENIDOS

Portada.....	i
A la Unidad Académica de Titulación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN.....	iii
DERECHOS DE AUTOR.....	iv
INDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	v
INDICE DE CUADROS.....	viii
INDICE DE GRAFICOS.....	ix
AGRADECIMIENTO.....	xii
DEDICATORIA.....	xiii
RESUMEN EJECUTIVO.....	xiv
EXECUTIVE SUMMARY.....	xvi
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.....	3
EL PROBLEMA.....	3
1.1 Tema.....	3
1.2 Planteamiento del problema.....	3
1.2.1 Contextualización.....	3
1.2.2 Árbol de problemas.....	6
1.2.2 Análisis crítico.....	7
1.2.3 Prognosis.....	8
1.2.4 Formulación del problema.....	8
1.2.5 Preguntas directrices - interrogantes.....	8
1.2.6 Delimitación del problema.....	9
1.3. Justificación.....	9
1.4 Objetivos.....	11
1.4.1 General.....	11
1.4.2 Específicos.....	11
CAPÍTULO II.....	12
MARCO TEÓRICO.....	12
2.1 Antecedentes Investigativos.....	12

2.2 Fundamentación Filosófica	13
2.3 Fundamentación Legal	16
2.4.1. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE	21
2.4.1.1 Cuadro Ofensivo y Defensivo	21
2.4.1.2 Especialización de los jugadores en el baloncesto.....	24
2.4.1.3 La transición en el baloncesto.....	30
2.4.2. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE	39
2.4.2.1 Juego Colectivo	39
2.4.2.2 El Baloncesto	43
2.4.2.3 Sistemas de juego	52
2.5 Hipótesis	56
2.6 Señalamiento de Variables de la Hipótesis	56
CAPÍTULO III	57
METODOLOGÍA.....	57
3.1 Enfoque de la investigación	57
3.2 Modalidad básica de la investigación.....	58
3.3 Nivel o tipo de la Investigación.....	59
3.4 Población y Muestra	60
3.5 Operacionalización de las Variables	61
3.6 Recolección de Información.....	63
3.7. Plan de recolección de información	64
3.8. Plan de procesamiento de la información	65
CAPÍTULO IV	66
4.1. Análisis e interpretación de Resultados.	66
4.2 Verificación de hipótesis	77
4.2.2 Planteo de hipótesis.....	77
4.2.3 Especificación del Estadístico.	78
4.2.4 Especificación de la región de aceptación y rechazo.	78
4.2.5 Calculo de grados de libertad	78
CAPÍTULO V	83
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	83
5.1 Conclusiones	83

5.2 Recomendaciones	84
CAPÍTULO VI	85
PROPUESTA	85
6.1 DATOS INFORMATIVOS	85
6.2 ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA.....	85
6.3 JUSTIFICACIÓN.....	86
6.4 OBJETIVOS	88
6.4.1 OBJETIVO GENERAL	88
6.4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS	88
6.5 ANALISIS DE FACTIBILIDAD.....	88
6.6 FUNDAMENTACION CIENTIFICA	89
6.7.-METODOLOGIA. MODELO OPERATIVO	137
6.8. PLAN DE MONITOREO Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA ...	139
C.- MATERIALES DE REFERENCIA.....	140
Bibliografía.....	140
Webgrafía	141
Anexos	143
ANEXO 1	143
ANEXOS FOTOGRAFIAS	146

INDICE DE CUADROS

Tabla N°1: Población y muestra.....	60
Tabla N°2: Operacionalización VI; La transición en el baloncesto	61
Tabla N°3: Operacionalización de la VD; Sistemas de Juego	62
Tabla N°4: Plan de recolección de información.....	64
Tabla N° 5: Transición	66
Tabla N° 6: Ataque relacionado a un sistema de juego.....	67
Tabla N° 7: Salidas Rápidas	68
Tabla N° 8: Características de los jugadores	69
Tabla N° 9: Ubicaciones defensivas y ofensivas.....	70
Tabla N° 10: Formas de correr un Carril	71
Tabla N° 11: Juego Individual	72
Tabla N° 12: Triple Amenaza.....	73
Tabla N° 13: Aclarados.....	74
Tabla N° 14: Fintas y sistema de juego.....	75
Tabla N° 15: Táctica de juego.....	76
Tabla N°16: Distribución Chi Cuadrado	79
Tabla N°17: Frecuencias Observadas	79
Tabla N°18: Frecuencias esperadas	80
Tabla N°19: Cálculo Matemático Chi Cuadrado.....	81
Tabla N°20: Modelo Operativo.....	137
Tabla N°21: Plan de Acción	138
Tabla N°22: Plan de monitoreo y evaluación de la propuesta	139

INDICE DE GRAFICOS

Figura N° 1: Árbol de problemas.....	6
Figura N° 2: Categorización de variables.....	18
Figura N° 3: Constelación V.I.....	19
Figura N° 4: Constelación V.D.	20
Figura N° 5: Zonas 2-1-2	22
Figura N° 6: Zonas 1-2-2	22
Figura N° 7: Zonas Mixta	23
Figura N° 8: Jugador base	26
Figura N° 9: Jugador Escolta alero	27
Figura N° 10: Jugador Alero Alto	27
Figura N° 11: Ala Pivot	28
Figura N° 12: Pivot.....	29
Figura N° 13: Colocaciones partida en la Cancha.....	29
Figura N° 14: Efectividad.	31
Figura N° 15: Contraataque de 3 calles	33
Figura N° 16: Contraataque de un solo pase	33
Figura N° 17: Ejercicio 3x0	36
Figura N° 18: Contraataque continuos.....	36
Figura N° 19: Contraataque de 11	36
Figura N° 20: Rebote y Primer pase	37
Figura N° 21: 5xo contraataque y transición	37
Figura N° 22: 3x2 En todo el campo	38
Figura N° 23: Presión al base	38
Figura N° 24: Rebote y 5x3.....	38
Figura N° 25: Juego Ofensivo	55
Figura N° 26: Transición	66
Figura N° 27: Ataque relacionado a un sistema de juego	67
Figura N° 28: Salidas Rápidas	68
Figura N° 29: Características de los jugadores	69
Figura N° 30: Ubicaciones defensivas y Ofensivas	70
Figura N° 31: Formas de correr un Carril	71

Figura N° 32: Juego Individual.....	72
Figura N° 33: Triple Amenaza.....	73
Figura N° 34: Aclarados.....	74
Figura N° 35: Fintas y Sistema de Juego.....	75
Figura N° 36: Táctica de juego	76
Figura N°37: Representación del ji cuadrado.....	78
Figura N°38: Esquemas a defender.....	95
Figura N°39: Postura del jugador en la defensa.....	99
Figura N°40: Hábitos en la defensa	100
Figura N°41: Defensa 1vs1.....	101
Figura N°42: Defensa ante penetración	102
Figura N°43: Defensa al tiro de media y larga distancia.....	103
Figura N°44: Defensa al pivot	104
Figura N°45: Bloqueo defensivo	105
Figura N°46: Defensa línea de pase	106
Figura N°47: Defensa zona 2-1-2 o 2-3	107
Figura N°48: Defensa zona 1-2-2	108
Figura N°49: Defensa zona 1-3-1 o 3-2	109
Figura N°50: Defensa zona 3-2	110
Figura N°51: Carriles del campo de juego	114
Figura N°52: Áreas de recepción del balón.....	115
Figura N°53: Primer pase de salida	116
Figura N°54: Pase y carrera de carriles	117
Figura N°55: Balón avanza por la cale lateral	118
Figura N°56: Correr el mismo carril.....	119
Figura N°57: Carrera tráiler por el carril	120
Figura N°58: Superioridad numérica contraataque	121
Figura N°59: Superioridad numérica 3vs2 contraataque.....	122
Figura N°60: Superioridad numérica 3vs2 tiro.....	123
Figura N°61: Igualdad numérica 3vs3.....	124
Figura N°62: Igualdad numérica 3vs3 Cortes	125
Figura N°63: Igualdad numérica 3vs3 Pantalla directa.....	126

Figura N°64: Igualdad numérica 3vs3 Aclarados y cortes	127
Figura N°65: Igualdad numérica 3vs3 Pase Mano a mano	128
Figura N°66: Salida rápida corriendo carriles, 5 jugadores	129
Figura N°67: Salida rápida después de cesto	130
Figura N°68: Salida rápida después de Tiro libre	131
Figura N°69: Salida rápida 4vs3	132
Figura N°70: Salida rápida 5vs4	133
Figura N°71: Juego 5 vs 5 segunda opción	134
Figura N°72: Juego 5 vs 5 segunda opción	135
Figura N°73: Simbología en el baloncesto.	136

AGRADECIMIENTO

Debo indicar que agradezco a DIOS, quien es la constancia del espíritu en luchar y ser un forjador de sueños para alcanzar mis metas propuestas.

Agradezco de la misma manera a mi madre, por haber sido el sustento, el apoyo, la admiración, para mantenerme siempre con constancia y perseverancia para culminar me tesis de graduación, que me servirá para mi futuro y el porvenir de una nueva sociedad exitosa.

A mi Esposa e Hijos que son los pilares fundamentales del sacrificio y constancia de ser mejor cada día, y afrontar con espíritu el diario vivir.

Lcdo. Leica López Luis Patricio

DEDICATORIA

Dedico con infinito amor en primer lugar a DIOS por brindarme la salud y vida para seguir luchando y conseguir mis objetivos planteados durante mi existencia.

De la misma manera quiero dedicar la culminación de este trabajo investigativo a mis hijos y esposa quienes son los principales motores y pilares de mis difíciles caminos enalteciendo mi espíritu de triunfador.

A mi madre que con su cariño y semblanza supo dedicar su tiempo y espacio contribuyendo moralmente al éxito de mis estudios.

Dedico a mis compañeros de clase que me brindaron su amistad durante todo el estudio de mi carrera profesional.

A todos mis maestros del programa de Maestría, por ser quienes dedicaron su tiempo y espacio para guiarnos y brindarnos sus profundos conocimientos, y convertirnos en ejes de la vida, con un futuro prometedor.

Lcdo. Leica López Luis Patricio

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
MAESTRIA EN CULTURA FISICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TEMA:

**“LA TRANSICIÓN Y SU INCIDENCIA EN LOS SISTEMAS DE JUEGO
DE LOS DEPORTISTAS DE BALONCESTO.”**

AUTOR: Licenciado Luis Patricio Leica López

DIRECTOR: Doctor Ángel Aníbal Sailema Torres, Magíster.

FECHA: 27 Febrero 2018

RESUMEN EJECUTIVO

El presente trabajo investigativo será el estudio sobre la transición y su incidencia en los sistemas de juego de los deportistas de baloncesto.

Este trabajo investigativo nos muestra sobre los distintos procesos y sistemas que se pueden adjudicar de acuerdo al juego de un equipo tanto en la parte defensiva y ofensiva.

Esta problemática de la transición de juego es decir pasar de la parte defensiva a la parte ofensiva ayudara de gran manera a la selección de baloncesto de Federación Deportiva de Tungurahua (F.D.T.) de manera que los deportistas conozcan el tipo o mecanismo a utilizar basado en ejercicios de defensa zona y mixta.

También podemos indicar que esta investigación detalla sobre los roles específicos que tiene cada jugador a la hora de defender su espacio, así como la técnica en definir a la canasta o también la táctica que presentara cada equipo para disputar un partido.

Podemos indicar también sobre los ejercicios de defensa uno vs uno dos vs dos en general conocer los diferentes sistemas de transición de una defensiva a una ofensiva mediante salidas rápidas o contraataque determinando los carriles por los que debe correr un jugador después de un bloqueo o rebote, para contragolpear al equipo adverso antes que este llegue a su espacio defensivo.

La investigación tratada hablara todo sobre los esquemas de transición sujeto a los ejercicios acordes a una planificación detallada de acuerdo a las necesidades del grupo colectivo de baloncesto, todos los ejercicios están determinados en la parte técnica y táctica, de acuerdo a un modelo de enseñanza de la parte inicial de un jugador que practica la disciplina de baloncesto, lo cual es determinante la enseñanza de la defensa individual, defensas zonales, defensa con ayuda, relevos, así como la parte del contraataque sujeto a los diversos cambios y conceptos determinantes dentro del sistema ofensivo de juego.

Toda la investigación se relacionará en la parte metodológica de los ejercicios de transición hacia los sistemas de juego que servirá de guía para la coordinación de los entrenamientos de la categoría prejuvenil de la disciplina de baloncesto de F.D.T.

Descriptor: Transición, Sistema de juego, Deportista, Baloncesto, Juego de Equipo, Defensiva, Ofensiva, Zonas, Ejercicios, Canasta, Salidas rápidas, Contraataque, Carriles, Bloqueo, Rebote.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
MAESTRIA EN CULTURA FISICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

THEME:

"THE TRANSITION AND ITS INCIDENCE IN THE GAME SYSTEMS OF
THE BASKETBALL ATHLETES."

AUTHOR: Licenciado Luis Patricio Leica López

DIRECTED BY: Doctor Ángel Aníbal Sailema Torres, Magíster.

DATE: February 27, 2018

EXECUTIVE SUMMARY

The present investigative work will be the study on the transition and its incidence in the game systems of basketball athletes.

This research work shows us about the different processes and systems that can be awarded according to the game of a team in both the defensive and offensive.

This problematic of the transition of the game is to say to pass from the defensive part to the offensive part, it will help in a big way the selection of basketball of the Tungurahua Sports Federation (FDT) so that athletes know the type or mechanism to use based on exercises. of zone and mixed defense.

We can also indicate that this investigation details the specific roles that each player has when defending their space, as well as the technique in defining the basket or also the tactics that each team will present to play a match.

We can also indicate about the defense exercises one vs one two vs two in general to know the different systems of transition from a defensive to an offensive through fast exits or counterattack determining the lanes by which a player must run after a block or rebound, to counterattack the opposing team before it reaches its defensive space.

The research will talk about all the transition schemes subject to the exercises according to a detailed planning according to the needs of the collective group of basketball, all the exercises are determined in the technical and tactical part, according to a teaching model of the initial part of a player who practices the discipline of basketball, which is determinant the teaching of individual defense, zonal defenses, defense with help, relays, as well as the part of the counterattack subject to the various changes and determining concepts within the system offensive game.

All the research will be related in the methodological part of the transition exercises towards the game systems that will serve as a guide for the coordination of the training of the prejuvenile category of the basketball discipline of F.D.T.

Keywords: Transition, Game system, Sportsman, Basketball, Team play, Defensive, Offensive, Zones, Exercises, Basket, Quick departures, Counterattack, Rails, Block, Rebound.

INTRODUCCIÓN

El tema de investigación está basado a los principales factores de los diferentes ejercicios de transición basados a los sistemas de juego dentro del ámbito del baloncesto.

Fomentando la formación en relación a los fundamentos técnicos del baloncesto, siguiendo una secuencia o procesos de un lineamiento a la parte objetiva a la que se quiere llegar con el deportista y con el equipo que se prepara para la competencia fundamental.

Este tema demuestra los principales problemas que puede presentar un equipo en cancha tanto en la parte ofensiva y defensiva, del cómo se puede pasar de lo defensivo a lo ofensivo, en un esquema de transición sujeto a cambios dentro de la preparación colectiva del equipo, ya que siempre el equipo adverso podrá plantear un cuadro defensivo al que todos deberían estar preparados para romper el esquema de defensa.

La tesis consta de seis capítulos, los mismos que han sido estudiados detenidamente dirigidos hacia los objetivos planteados, sobre la transición y su incidencia en los sistemas de juego de los deportistas de baloncesto de la categoría prejuvenil de Federación Deportiva de Tungurahua.

El capítulo I. Describe el problema de investigación; la contextualización, análisis crítico, formulación, delimitación en espacio y tiempo, justificación, y planteamiento de objetivos tanto general como específico.

El capítulo II. Corresponde al Marco Teórico de la Investigación, y en él se señalan los antecedentes de estudio y su sustento filosófico y legal, además se recoge la fundamentación teórica, a manera de enunciados que tiene relación con las actividades lúdicas implicadas dentro de la cultura deportiva. 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. Describe los análisis e interpretación de los resultados sobre las encuestas realizadas a los deportistas, y entrenadores de Federación Deportiva de Tungurahua.

En el capítulo V. Luego de concluida la investigación, se explica las conclusiones y recomendaciones sobre las encuestas y observación planteadas dentro de la investigación.

En el capítulo VI. Se implementó la guía de actividades sobre los ejercicios de transición sujetándose en la preparación de los sistemas de juego de la categoría prejuvenil de Federación Deportiva de Tungurahua, como una herramienta de planificación, en la que se organizan cada una de las actividades para conseguir de manera eficaz y efectiva una competencia fundamental, de acuerdo a un plan en base a tiempo y recursos necesarios para conseguir objetivos propuestos.

Por último se señala, la bibliografía y los respectivos anexos complementarios.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema

“LA TRANSICIÓN Y SU INCIDENCIA EN LOS SISTEMAS DE JUEGO DE LOS DEPORTISTAS DE BALONCESTO”.

1.2 Planteamiento del problema

1.2.1 Contextualización

Dentro del ámbito deportivo de la disciplina de baloncesto, en el Ecuador se ha venido considerando un gran cambio competitivo, en la que opta cada entrenamiento más versatilidad de juego, como son las diferentes consideración de los sistemas de juego, cuando uno debe adoptar cierto ejercicio en la situación más indicada, en la que el deportista sienta la necesidad de considerar cierto ejercicio en una ocasión especial dentro de las acciones de juego.

Gran parte de la población y de diferentes Federaciones Provincias, deben optar por más juegos de transición con la finalidad de conllevar un equipo rápido y versátil en las funciones de cada jugador, a excepción de las grandes potencias dentro del Baloncesto quienes son determinantes a la hora de indicar y conllevar el aprendizaje de juego de transición hacia el equipo que uno quiere optar por mejorar su fluidez de juego, siendo una problemática ya que muchas de las provincias se enfocan más en el ámbito técnico del jugador dejando un lado el correcto juego de equipo o transición de equipo, por lo que es necesario que todo vaya encaminado a la par de los deportistas siendo ellos los más beneficiados, para solventar

una necesidad de juego dentro de las verdaderas acciones que determina un partido.

En la provincia de Tungurahua pese a que se ha incrementado las escuelas de baloncesto, ciertas escuelas optan solo en el llamado de formación técnica deportiva mas no conllevan en la necesidad de fomentar los ejercicios que deberían determinar dentro de las acciones colectivas de equipo como son en una salida rápida, bloqueos y salidas, corrección de carriles, mejorar la salida con balón enfocándose que determinación tiene cada jugador para correr de mejor manera en la cancha por los carriles.

En Federación Deportiva Provincial de Tungurahua se debe que cambiar la metodología de enseñanza dentro del aspecto precompetitivo sujeto a las acciones de juego que deben optar dentro del campo de juego, ya que el deportista debe actuar a una acción determinada en un ejercicio de transición tanto ofensiva como defensiva, siendo ello un aporte colectivo en el que todos estén involucrados en una jugada demostrando los movimientos que el equipo y los jugadores deben realizar, sabiendo por donde correr cada uno de ellos y ubicación de sus puestos con la responsabilidad de ejecutar sus movimientos señalados de la mejor manera buscando el cesto contrario.

Es necesario implementar dentro de Federación Deportiva Provincial de Tungurahua los roles específicos de ejercicios de transición que deben estar sujetos un cuadro colectivo, con la validez de que siempre debe ser un equipo ofensivo y que cada uno de los jugadores adopten la mecánica de movimientos dentro de la zona o toda la cancha en una salida rápida, así como el sistema defensivo o sus balances al jugador con y sin balón, detallando que todo el equipo debe estar activamente concentrado en sus roles específicos de saber actuar ante una situación de peligro o situación ofensiva y buscar el cesto como también el proteger la zona en peligro.

Dentro de Federación Deportiva Provincial de Tungurahua en la disciplina de baloncesto de la categoría Pre juvenil debe existir mayor programas de competición dentro y fuera de la provincia de tal manera que los ejercicios de transición sean una guía metodológica para el equipo de baloncesto, considerando que todos los jugadores deben conocer los movimientos adoptados en una salida rápida, mediante un bloqueo, recuperación en rebote o diferentes saques de fondo y laterales, demostrando que el equipo debe moverse a un sistema específico adoptado en la práctica deportiva y de acuerdo a sus ejercicios de transición pases y cortes.

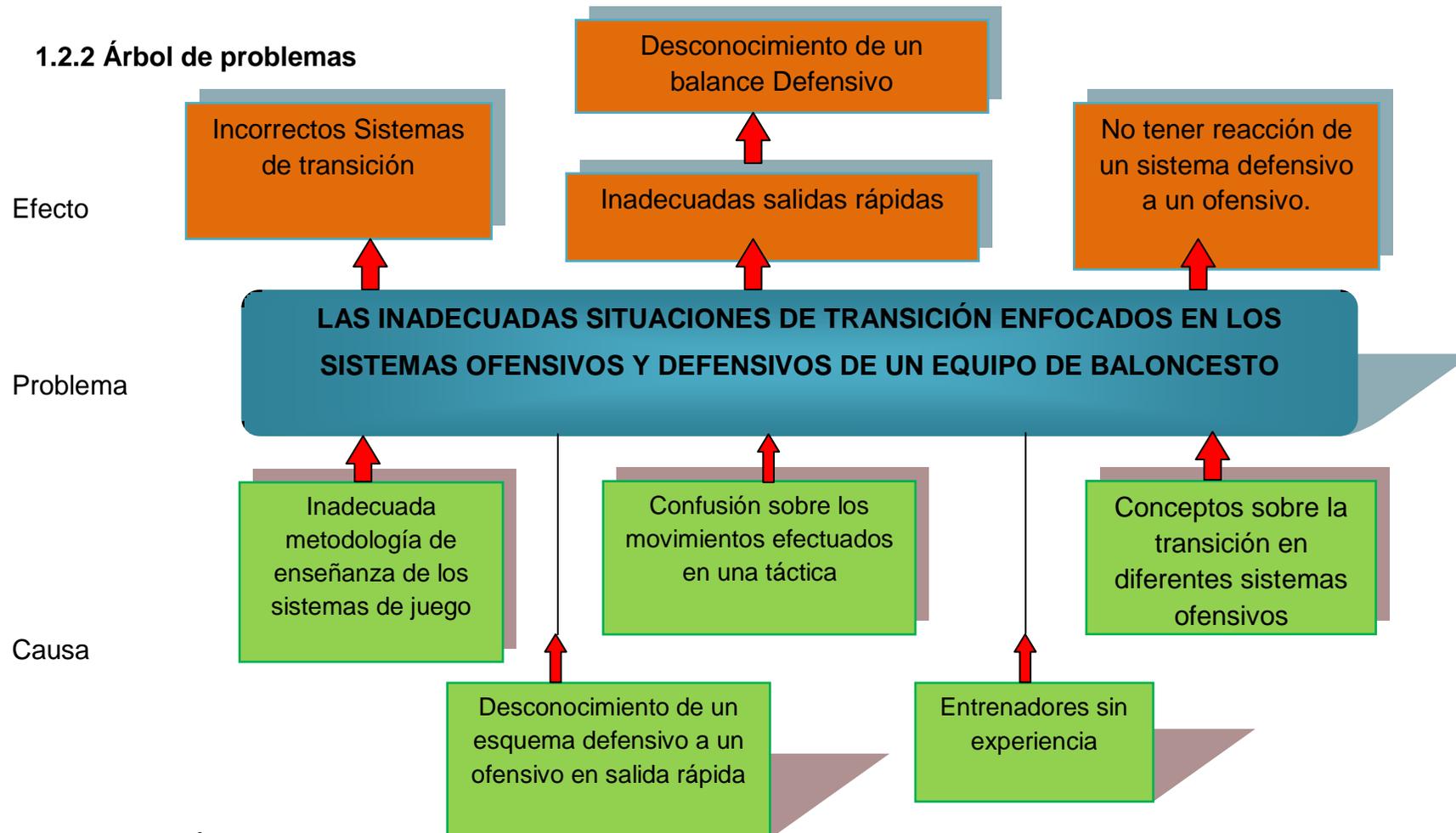


Figura N° 1: Árbol de problemas
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Leica, 2018

1.2.2 Análisis crítico

Una de las causas para que no se concrete de mejor manera un ejercicio de transición es el no saber seguir una secuencia determinada de recorrido en el baloncesto es decir saber correr los carriles y quien lleve el balón saber dónde adoptar el movimiento para que se produzca un ataque o un sistema de juego dentro del orden táctico solventando la necesidad del juego en buscar el cesto contrario, y no presentar un equipo que no sea rendidor ante un sistema ofensivo.

Otra de las causas es la inadecuada enseñanza sobre los movimientos tácticos que debe presentar un equipo, en un rol de reacción al balón dentro del aspecto defensivo al ofensivo, por lo que da como resultado o efecto las inadecuadas salidas rápidas o los incorrectos sistemas de transición que debe conocer el jugador y el equipo por donde correr para seguir la trayectoria en buscar el cesto contrario, y pasar de un cuadro defensivo a un cuadro ofensivo.

Finalmente se puede mencionar que la problemática de las situaciones de transición es saber conocer los conceptos determinados dentro del campo de juego, para que los jugadores tengan un rol específico y determinar una acción de juego del equipo adverso, por lo que la causa a esta problemática es el inadecuado desenvolvimiento del jugador en un ejercicio de transición tanto defensivo como ofensivo dejando como resultado o efecto, la inadecuada reacción del equipo para enfocarse o ser determinante ante las acciones combinadas de juego.

Se puede mencionar de la misma manera que una de las causas para que exista una inadecuada situación de transición es el desconocimiento de un esquema defensivo a un ofensivo en salida rápida, dando como efecto los inadecuados sistemas defensivos, como es un balance esquematizado por los jugadores.

1.2.3 Prognosis

Al no desarrollar o enfocarse de la mejor manera en ejercicios evolutivos de transición tanto defensivo como ofensivo las acciones determinantes de cada jugador no serán en forma colectiva y ello traerá consigo un equipo deficiente cuando se prolongue en buscar el cesto contrario, por lo que se debe optar un trabajo planificado de acuerdo a un orden técnico, táctico basados en los ejercicios de transición, siendo de gran aporte los conceptos determinantes del juego es decir saber actuar en el menor tiempo posible sobre un pase al cesto o un bloqueo defensivo y sus salidas rápidas que debe tener un equipo de baloncesto de una categoría Pre Juvenil.

Dar un espacio a la investigación del problema planteado servirá para que los deportistas de Federación Deportiva Provincia de Tungurahua, opten de la mejor manera la metodología de enseñanza y su aprendizaje sobre los roles específicos que tiene cada jugador y sus recorridos en la cancha tanto de carriles como de fondos o ejes, e implementar estos ejercicios en los entrenamientos adoptando la mecanización de cada jugador ante un rol ofensivo en busca del cesto.

1.2.4 Formulación del problema

¿Cómo incide la transición en los sistemas de juego de los deportistas de baloncesto de la categoría Pre Juvenil de Federación Deportiva Provincial de Tungurahua?

1.2.5 Preguntas directrices - interrogantes

¿Cómo se desarrolla los ejercicios de transición en los deportistas de la categoría Pre Juvenil de Baloncesto de F.D.T.?

¿Qué sistemas de juego deben tener los deportistas de baloncesto de la categoría Pre Juvenil de Baloncesto de F.D.T.?

¿Qué alternativas propositivas se presentan para solucionar la problemática encontrada?

1.2.6 Delimitación del problema

Área: Deportiva

Campo: Deportivo – Recreativo

Aspecto: Los ejercicios de transición enfocados a cumplir un rol determinante inculcando la mecanización de sus movimientos para pasar de un cuadro defensivo a un ofensivo dentro del baloncesto.

Delimitación espacial:

La investigación se desarrolló en la Federación Deportiva Provincial de Tungurahua.

Delimitación temporal:

La investigación se realizó en la en el año lectivo 2016- 2017.

Unidades De Observación:

1. Personal Entrenadores
2. Deportistas

1.3. Justificación

Esta investigación se llevó a cabo porque es importante revisar cuales métodos de enseñanza se debe optar en la formación del baloncesto de acuerdo aún orden planificado dentro de Federación Deportiva Provincial de Tungurahua pues desde hace mucho tiempo los procesos no son los

adecuados, y es necesario hacer un seguimiento en cuanto a la metodología, planificación, competencia en la que los diferentes entrenadores forman los deportistas, convirtiéndolos en los principales cursores de la disciplina a la que se comprometen como es en el caso del baloncesto.

Este tema es de **interés** porque los Deportistas, necesitan de una buena preparación en todos los aspectos, para que los resultados en las diferentes competencias sea óptimo, y estar a la par en esta disciplina con otras provincias especialmente con Guayas y Pichincha que mantienen un nivel alto de preparación y competencia dentro de sus roles específicos de entrenamiento tanto en los ejercicios adecuados de transición en la parte defensiva y ofensiva.

Este tema es **nuevo** en cuanto a su investigación, ya que debe existir un tema de interés personal para cada entrenador basándose en los roles específicos de los ejercicios que adoptan en los entrenamientos, lo cual debe basarse en ejercicios evolutivos que fomenten un cuadro colectivo de un equipo determinante a la hora de buscar el cesto del rival.

Se debe indicar también que el tema investigativo, 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 y vincularse en el entorno deportivo de la preparación del deportista en su aspecto competitivo.

Esta investigación causa **impacto** porque al ser nueva reúne los requisitos necesarios para que los deportistas se interesen por esta disciplina deportiva, y regresen a la práctica habitual del baloncesto así como también a los entrenadores que deben buscar ejercicios determinantes ante las situaciones y acciones de juego.

Los **beneficiarios** dentro de esta investigación son los deportistas y entrenadores directos que se encuentran en la preparación cotidiana del equipo, mejorando su nivel de reacción y pasar de lo defensivo a lo ofensivo en un sistema llamado transición de pases y cortes determinando encontrar la mejor solución para el problema en mención.

1.4 Objetivos

1.4.1 General

Investigar como la Transición incide en la Preparación de los Sistemas de Juego de los Deportistas de Baloncesto de la Categoría Pre juvenil de Federación Deportiva de Tungurahua.

1.4.2 Específicos

- Determinar el desarrollo de los ejercicios de transición en los deportistas de Baloncesto de la categoría pre juvenil de FDT.
- Establecer la preparación de los deportistas basado en sistemas de juego y conceptos tácticos dentro del Baloncesto de la categoría pre juvenil de FDT.
- Diseñar una guía metodológica de ejercicios de transición que sirvan de fomento en la preparación de los sistemas de juego de los deportistas de Baloncesto de la categoría pre juvenil de FDT.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes Investigativos

En la presente investigación se formaron los siguientes antecedentes investigativos:

Al realizar consultas por las diferentes Universidades de Ambato, que tienen en su oferta Académica, Títulos en la carrera de Cultura Física, se ha revisado en las Bibliotecas, trabajos de tesis, que tengan similitud con el trabajo de investigación planteado con el tema: “LA TRANSICIÓN Y SU INCIDENCIA EN LOS SISTEMAS DE JUEGO DE LOS DEPORTISTAS DE BALONCESTO DE LA CATEGORIA PREJUVENIL DE FEDERACIÓN DEPORTIVA DE TUNGURAHUA.”, no se ha encontrado temas similares al propuesto.

Pero si existen temas relacionados al proyecto de investigación con una de las variables las cuales se detallan a continuación:

La presente es una investigación que se pretende analizar de acuerdo a la variable dependiente:

Variable Dependiente: Sistema de Juego.

Tema: Modelo para la evaluación del desempeño táctico sistema de juego ofensivo en baloncestistas juveniles masculinos de la ESPA “Manuel Permuy” de Ciudad de La Habana

Autor: Pensado Delgado; Jorge Cañizares Hernández; María Monteagudo Soler, (2012)

Conclusión:

Es necesario que toda teoría planificada basada en la relación al baloncesto deba estar sustentada con la práctica y desarrollo de los jugadores de manera que puedan mejorar su práctica y desenvolvimiento personal dentro de un ámbito deportivo.

El modelo propuesto, introduce en la teoría y metodología del entrenamiento de los juegos deportivos y en particular en el Baloncesto, una concepción para la evaluación del desempeño táctico ofensivo.

El segundo tema de investigación con relación al presente trabajo es:

Tema: La decisión táctica de juego y su relación con la respuesta biológica de los jugadores: una aplicación al baloncesto como deporte de equipo.

Autor: Refoyo Román; Ignacio Sampedro Molinuevo; Javier Calderón; Francisco Javier, (2005)

Conclusión:

La determinación de un orden táctico debe estar sujeto a los lineamientos del jugador es decir cada uno debe aportar de acuerdo al esquema biológico del deportista.

La parte biológica del deportista debe ser una correlación tanto con el factor deportivo y aprendizaje del mismo, dando apertura al desarrollo de sus propias habilidades de acuerdo a los roles específicos del baloncesto.

2.2 Fundamentación Filosófica

Este trabajo investigativo se ubicara en el paradigma naturalista (Critico-propositivo) porque en él se puede interpretar la situación actual de este problema en la que detalla sobre la transición dentro del aprendizaje en el baloncesto siendo de importancia hacia la preparación de los sistemas de juego en deportistas de baloncesto de la categoría Prejuvenil de F.D.T. en

la cual se comprende la realidad del tema de investigación y que guarda coherencia con la finalización de nuestra investigación.

Una premisa esencial del desarrollo de las clases en esta asignatura es su articulación en sistema, lo que implica una planificación determinada a jugar un papel importante luego de un periodo de entrenamiento e interrelacionar objetivos, el contenido, los métodos y las condiciones de enseñanza.

Es por ello que los objetivos de cada clase deben estar bien precisados y concatenados con las clases precedentes y las siguientes, lo que determina la selección adecuada de los contenidos que servirán de base para proyectar el desarrollo del deportista. Mockus A, (1984)

La utilización en consecuencia de métodos adecuados que permiten un tránsito para los distintos niveles de asimilación de manera efectiva, así como de procedimientos organizativos y de la base material de estudio que generen un volumen de ejercitación acorde con las necesidades son aspectos básicos dentro del sistema de clase. Montaigne M, (2000)

La actividad organizativa se encuentra estrechamente unida a la instructiva, ella hace posible la realización de los proyectos y propósitos trazados. Cada acción pedagógica del maestro contiene elementos organizativos, con ello adquiere la planificación un nivel superior.

Fundamentación epistemológica

Es la parte del entrenamiento donde ponemos en práctica todos nuestros conocimientos en la competencia.

Inculcar con nuestros conocimientos realizar tareas más espontaneas y menos monótonas para que el estudiante se sienta conforme y no sea una clase de cansancio para ellos.

Fundamentación axiológica

Es la cual se debe demostrar y enfrentar en la competencia todo el valor para poder obtener un triunfo muy merecido basado en el aprendizaje y desarrollo de las cualidades adquiridas durante el aporte de enseñanza.

Fomentar a los deportistas a la práctica de los valores y demostración de responsabilidad para ellos y la institución basados en un ámbito deportivo como es estar vinculado en el juego colectivo desarrollando un vínculo social y emprendedor de acuerdo a sus propios valores que imparte el deporte.

Fundamentación pedagógica

Es la parte donde tenemos que poner en práctica todos nuestros conocimientos para poder enseñar y educar a los deportistas fomentando así la preparación de acuerdo a los lineamientos de enseñanza que se pretende llegar con el jugador, logrando así obtener magníficos logros dentro de su entorno deportivo y social.

Fundamentación sociológica

Está basado a un ritmo de competencias juegos en la cancha, donde tienen que ser a base de esfuerzos físicos naturales, sin hacer uso de estupefacientes de tal manera que la competencia no será válida, demostrando el verdadero valor competitivo, luchar, caer, pero nunca rendirse.

Fundamentación psicológica

Es la parte fundamental que debe tener tanto un deportista como los que están inmersos dentro de la actividad sea alentando a sus jugadores, pero siempre debe prevalecer el compromiso de juego limpio antes, durante y

después de los cotejos a disputarse. Utilizando el máximo potencial para entrenar o competir.

Realización de programas y charlas de superación para el incremento de su estado físico y emocional dentro del juego competitivo.

2.3 Fundamentación Legal

La Constitución Política del Ecuador prescribe en la sección sexta, Cultura física y tiempo libre, en el artículo 381:

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

Art. 81.- De la Educación Física.- La Educación Física

Comprenderá las actividades que desarrollen las instituciones de educación de nivel Pre-básico, básico, bachillerato y superior, considerándola como un área básica que fundamenta su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de los mecanismos apropiados para la estimulación y desarrollo psicomotriz. Busca formar de una manera integral y armónica al ser humano, estimulando positivamente sus capacidades físicas, psicológicas, éticas e intelectuales, con la finalidad de conseguir una mejor calidad de vida y coadyuvar al desarrollo familiar, social y productivo.

Art. 82.- De los contenidos y su aplicación.- Los establecimientos educativos de todos los niveles deben aplicar en sus contenidos de

estudio y mallas curriculares la cátedra de educación física, la misma que deberá ser impartida cumpliendo una carga horaria que permita estimular positivamente el desarrollo de las capacidades físicas e intelectuales, condicionales y coordinativas de los estudiantes. Asamblea, 29 julio (2010)

Ley de Deporte, Educación Física y Recreación.

Capítulo I

Las y Los Ciudadanos.

Art. 11.- De la práctica del deporte, educación física y recreación.- Es derecho de las y los ciudadanos practicar deporte, realizar educación física y acceder a la recreación, sin discrimen alguno de acuerdo a la Constitución de la República y a la presente Ley. Asamblea, 29 julio (2010)

2.4 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

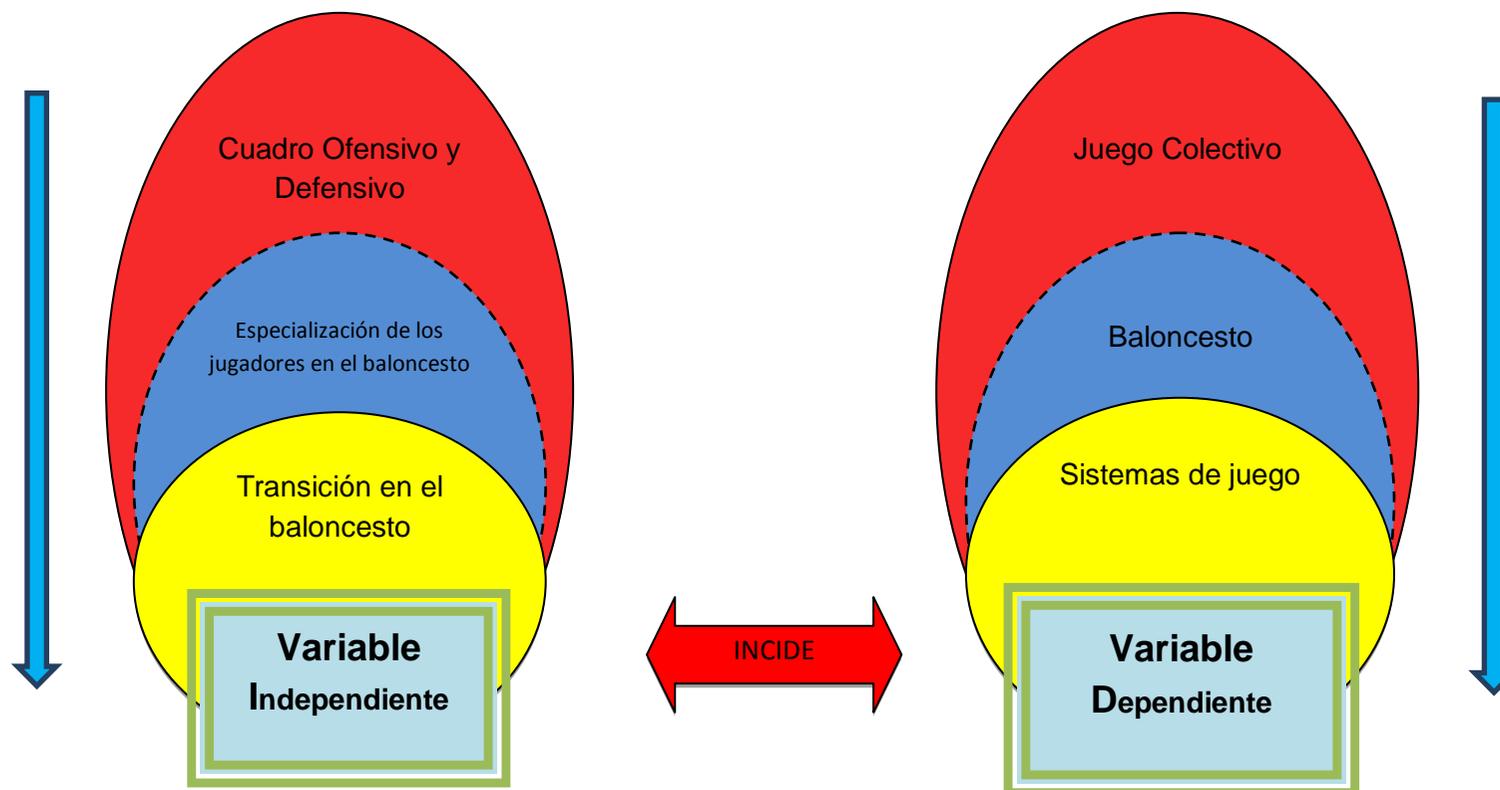


Figura N° 2: Categorización de variables

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE



Figura N° 3: Constelación V.I.
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Leica, 2018

CONSTELACION DE IDEAS DE LA VARIABLE DEPENDIENTE

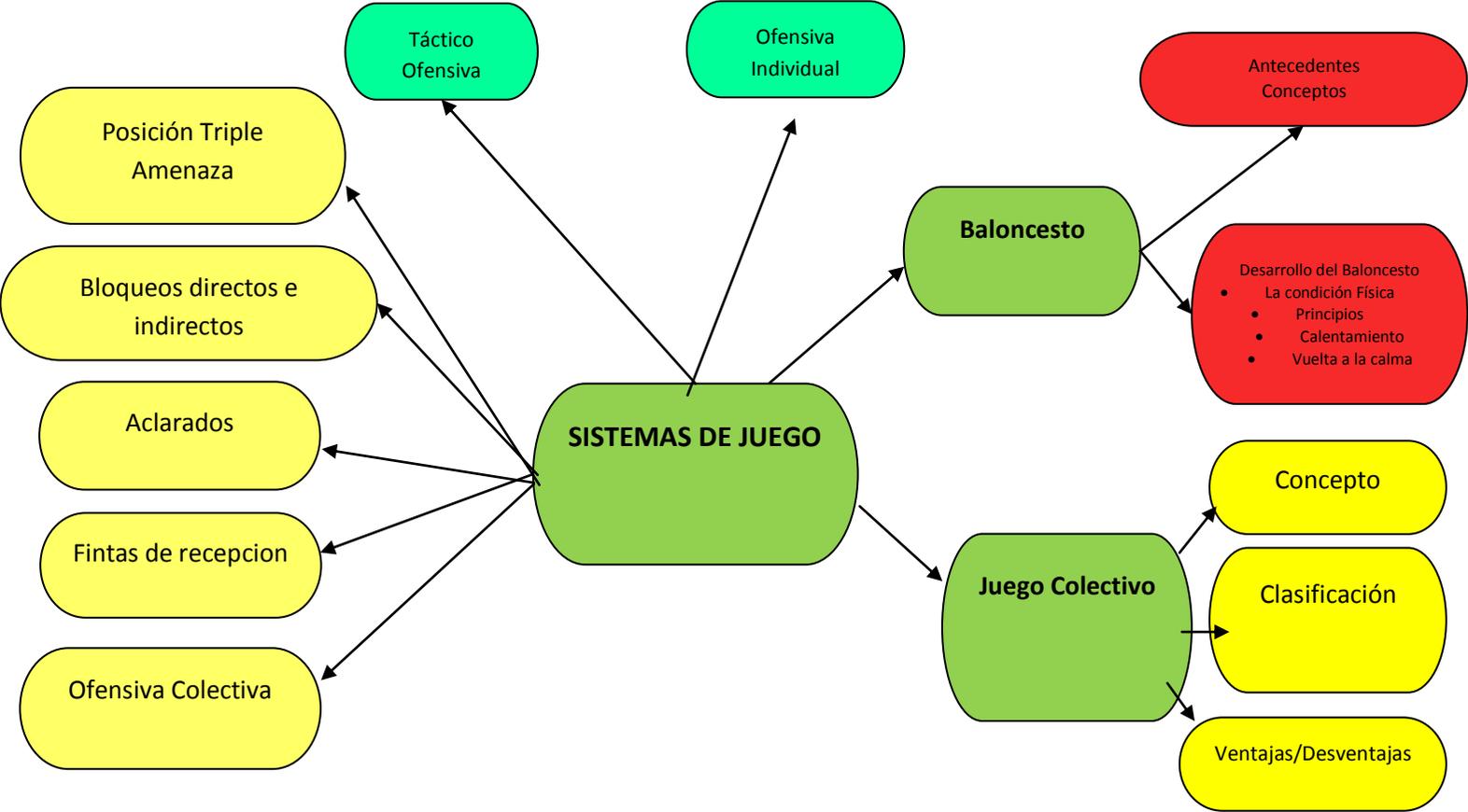


Figura N° 4: Constelación V.D.
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Leica, 2018

2.4.1. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE

2.4.1.1 Cuadro Ofensivo y Defensivo

Conceptualización

Concepto: De acuerdo al autor Roman J, (2005). Un sistema de juego está comprendido en la relación comprendida de equipo tanto en la parte ofensiva como defensiva.

Sistemas de defensa

Existen dos clases de sistemas defensivos en la disciplina de baloncesto tanto un cuadro defensivo individual y de zonas

Un Sistema de Defensa individual: El jugador del equipo realiza el marcaje de un atacante concreto del otro. El principio de defensa puede realizarse en toda la cancha o a partir del medio campo.

El sistema de defensa en zona: Los deportistas deben defender en una zona específica de la cancha de juego, específicamente alrededor de la zona de tres puntos, independientemente del jugador atacante que en ella se encuentre. Se conocen varios sistemas de defensa realizados en zona y esto por el número de jugadores alineados, empezando a partir de la zona de tres puntos determinante a la canasta.

De estas defensas se derivan muchas más zonas que son la 2-3, 2-1-2, 1-2-2

Zona 2-3 = En esta zona deben ubicarse dos jugadores que sean rápidos y versátiles con el balón por lo general el jugador 1 base y el 2 escolta, ubicados en los extremos de la zona de tiro libre, y los otros tres jugadores altos de defensa, específicamente el pivot entre los dos aleros, más cerca de la canasta. Estos tres jugadores deberán realizar un rebote

permitiendo realizar el contraataque mediante una salida rápida. Puede ser vulnerable por el pasillo que se encuentra entre ambas líneas.

Zona 2-1-2= Es parecida a la anterior, pero con el pivot 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. Garcia F, (2017)

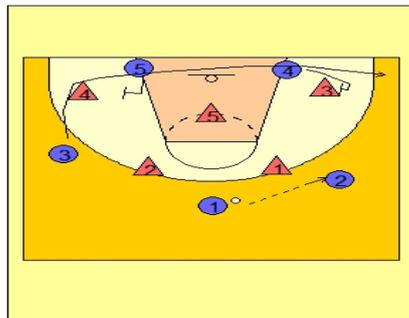


Figura N° 5: Zonas 2-1-2

Fuente: <https://sergiosport1999.wordpress.com/>

Zona 1-2-2 = Jugador base 1 es alguien quien realice una defensa muy rápida de manera que exija al atacante a soltar el balón.

La zona realizada no se la podrá hacer en la zona triple ya que es inexacta en una presión al jugador.

Se tiene varias combinaciones de acuerdo a los sistemas defensivos en zona, de acuerdo a la forma de ataque a que se enfrente, una zona deberá ser armada de acuerdo a lo que insista el equipo contrario atacar y lo cual puede dar nombre al sistema dependiendo de la zona a utilizar.

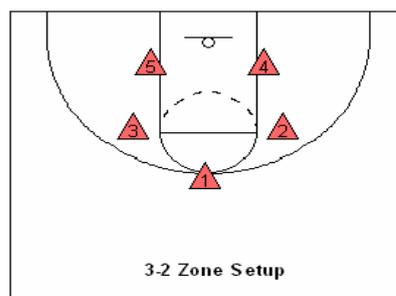


Figura N° 6: Zonas 1-2-2

Fuente: <https://sergiosport1999.wordpress.com/>

Hay distintas defensas a lo que se llama de la misma manera una defensa mixta que consiste en utilizar dos tipos de defensa.

Varios deportistas que defiendan una zona, específicamente la zona de tres puntos, mientras los dos o un jugador específico realiza una defensa uno vs uno. Esta zona se utiliza cuando el equipo adversario tiene en sus filas un jugador con otro nivel de juego que supere a los demás por su dominio y talento a la hora de su efectividad, basándose en este el ataque del equipo.



Figura N° 7: Zonas Mixta

Fuente: <https://sergiosport1999.wordpress.com/>

Sistema ofensivo de acuerdo al autor Garcia F, (2017)

Contra una defensa individual: Lo más común son los siguiente: 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 los lanzamientos, los pivots 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).

El ataque es una forma de indicar sobre el juego colectivo lo cual debe determinar la parte ofensiva, recuperación del balón, pasar de la defensa a ser un atacante principal.

Ataque: Es tratar de superar una situación, obstáculo, etcétera. La parte del cuerpo que va por delante hacia una situación u obstáculo se llama de ataque. Venegas J, (s/a)

2.4.1.2 Especialización de los jugadores en el baloncesto

Concepto:

De acuerdo al Autor Jhergony A, (2013) especifica el rol de cada jugador basado en el baloncesto, notando sus especificaciones dentro del campo de juego.

Teniendo en cuenta la alta exigencia técnica requerida por este deporte, los jugadores deben ir especializándose en unas funciones y en unas posiciones determinadas dentro del campo, según sus características físicas y las necesidades tácticas del juego.

Así, se distinguen los siguientes especialistas:

El Autor Jhergony A, (2013) describe los jugadores de baloncesto tienen establecidos una serie de roles que los hacen actuar en la cancha

actuando en función de sus características, aunque el baloncesto moderno, sin llegar a perder estos roles, si que pretende lograr jugadores más versátiles y capaces de adaptarse a distintos roles, bien sea para suplir en ocasiones a un jugador que ocupa otra posición, bien por requerimientos tácticos puntuales(como por ejemplo un pivot buen tirador de larga distancia que se coloca como exterior para desalojar del área principal de rebote al pivot contrario o un base que por diferencia de altura con su defensor se coloca en el interior de la zona para aprovechar esta diferencia).

Para lograr esta mayor versatilidad, se incide en el desarrollo de habilidades de técnica y táctica individual que formen a un jugador de baloncesto más completo, sin que por ello, se dejen de lado las especificidades del rol que ocupa en la cancha.

Puestos y funciones:

1. Base, Playmaker, Point Guard: Jhergony A, (2013)

Es el director de juego, lo organiza, marca su ritmo, su timing, elige los sistemas a realizar. Es la voz del entrenador en la cancha.

Es un puesto clásico, aunque en el baloncesto moderno se han hecho experimentos para prescindir de él, su figura sigue siendo muy importante. Se ha complementado su labor con la ayuda del escolta. Su área de jugo habitual es el perímetro, frente a la canasta.

Características:

- Buen dominio de balón.
- Buen pasador tanto exterior, interior como de larga distancia.
- Buena visión periférica.
- Saber leer el juego para elegir el timing adecuado y entender el desarrollo no estructurado de juego y saber tomar decisiones en función del mismo.

- Alto nivel de táctica individual y que le permita saber resolver situaciones que se le presenten.
- Debe tener criterio propio para decidir.
- Compenetración con el entrenador y compañeros.
- Es ideal que sea el líder del equipo dentro y fuera de la cancha.
- Debe ser rápido para lanzar el contraataque.
- Buen tirador y penetrador.

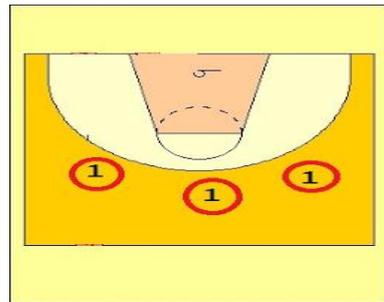


Figura N° 8: Jugador base

Fuente: <https://infogram.com/posiciones-y-caracteristicas-de-los-jugadores-de-baloncesto>

2. Escolta, Alero Bajo, Shooting Guard:

Es un alero, generalmente el más bajo y con más técnica y táctica individual que le permita complementar al base en su labor de director de juego o suplirlo cuando la dinámica del juego lo hace necesario. Su área de juego generalmente se sitúa en el perímetro.

Características:

- Buen nivel de técnica y táctica individual.
- Rapidez.
- Buen tiro de media y larga distancia y buena capacidad para penetrar.
- Coordinación con el base.
- Buen pasador interior a los pivots y en general.

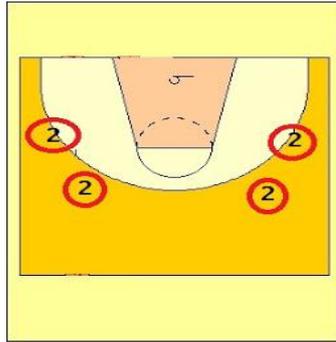


Figura N° 9: Jugador Escolta alero

Fuente: <https://infogram.com/posiciones-y-caracteristicas-de-los-jugadores-de-baloncesto>

3. Alero Alto, Small Forward:

Suele ser el más lato de los aleros, ser buen tirador y penetrador, buen pasador interior y ayudar en el rebote. Por momentos puede ocupar posiciones de pivot.

Características:

- Buen tirador.
- Buen penetrador.
- Buena técnica y táctica individual.
- Buen reboteador.
- Buen pasador interior.
- Rápido y con envergadura física.

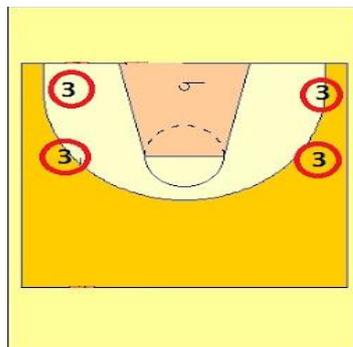


Figura N° 10: Jugador Alero Alto

Fuente: <https://infogram.com/posiciones-y-caracteristicas-de-los-jugadores-de-baloncesto>

4. Ala Pivot, Power Forward:

Suele ser el más bajo de los pivots. Algunas veces ocupa el lugar de poste alto.

Si es buen pasador desde esta posición, puede ser letal.

En otras ocasiones juega junto al Center en el poste bajo y en algunas ocasiones juega en una posición abierta cuando se juega con dos bases. Su área de juego principal es el interior de la zona.

Características:

- Altura y envergadura.
- Potencia y musculación.
- Saber ganar la posición en el rebote ofensivo y defensivo y saber bloquearlo.
- Buen pasador desde el poste alto.
- Compenetración con el pivot.
- Versatilidad para desenvolverse en situaciones en las que ocupe posiciones exteriores.
- Capaz de correr el contraataque.
- Buen penetrador y con buenos movimientos de juego interior.

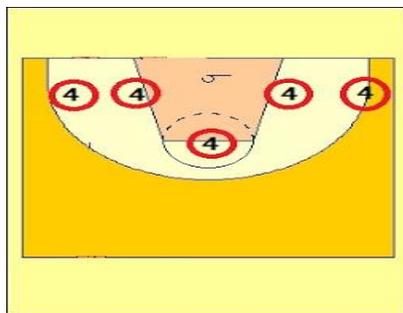


Figura N° 11: Ala Pivot

Fuente: <https://infogram.com/posiciones-y-caracteristicas-de-los-jugadores-de-baloncesto>

5. Pivot, Center

Es el pivot principal del equipo y suele ser el más alto. Su área principal de juego suele ser el poste bajo y el interior de la zona.

Características:

- Altura y envergadura.
- Potencia y musculación.
- Saber ganar la posición de rebote y bloquearlo.
- Buena coordinación con el pote alto, los aleros y el base.
- Poseer buenos movimientos de pies y de juego interior.

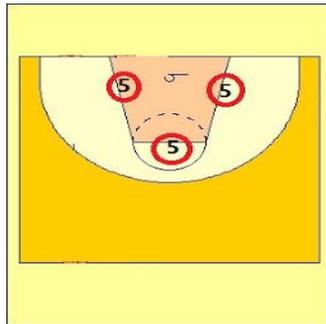


Figura N° 12: Pivot

Fuente: <https://infogram.com/posiciones-y-caracteristicas-de-los-jugadores-de-baloncesto>

Colocaciones de partida en la cancha:

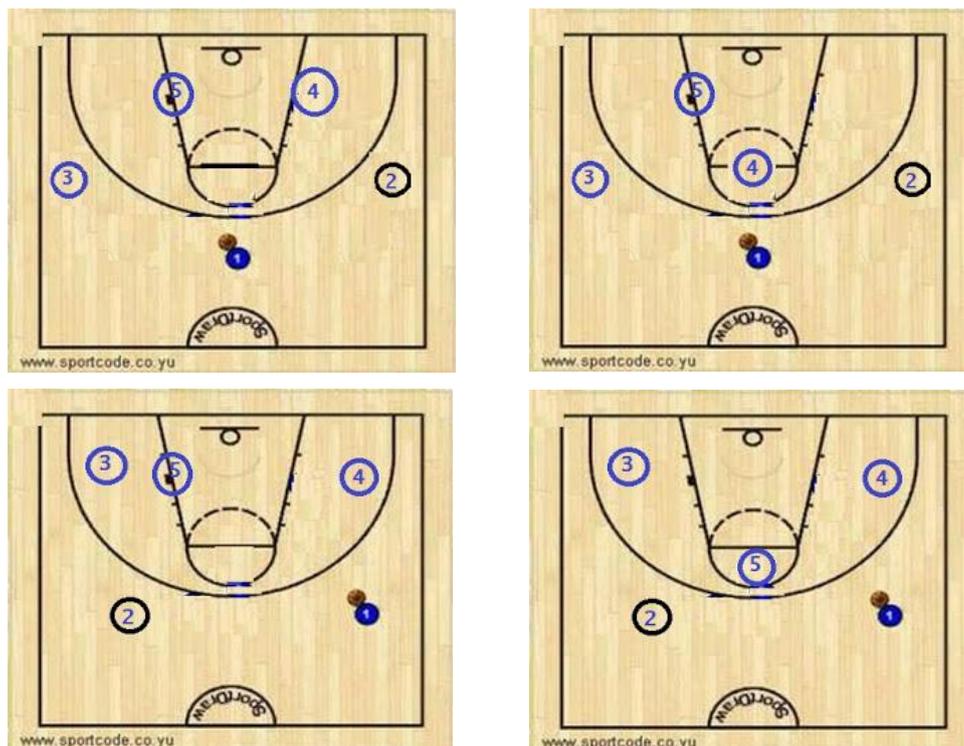


Figura N° 13: Colocaciones partida en la Cancha

Fuente: <https://infogram.com/posiciones-y-caracteristicas-de-los-jugadores-de-baloncesto>

2.4.1.3 La transición en el baloncesto

Conceptualización

Contraataque y Transición.

El concepto de contraataque en baloncesto descrito por Roman I, (2012) se basa fundamentalmente en la respuesta ofensiva veloz frente al avance del rival. Es decir, responder lo más rápido posible, con acciones efectivas, las acciones defensivas del equipo oponente. Estos dos conceptos: velocidad y efectividad son elementos clave en la ejecución del contraataque

No obstante, Roman I, (2012) el hecho de ejecutar acciones veloces implica un mayor grado de dificultad, por lo tanto, la efectividad de nuestros contraataques vendrá condicionada por la capacitación técnica de nuestros jugadores. Otro factor importante en la aplicación del contraataque es el nivel de condición física de nuestros jugadores. En este sentido, la velocidad y la resistencia son capacidades físicas vitales.

El Autor también considera importante la utilización del contraataque en equipos de formación con jugadores jóvenes.

Evidentemente y por las razones expuestas anteriormente, los jugadores jóvenes con una capacidad técnica y física por desarrollar cometerán muchos errores de ejecución en el desarrollo del contraataque, pero éste es un elemento fundamental para poder desarrollar la creatividad y fomentar la toma de decisión de los jóvenes talentos.

Pero no podemos confundir velocidad con precipitación. Pardo, A. (2012) establece un tiempo de eficacia del contraataque basándose en datos estadísticos:

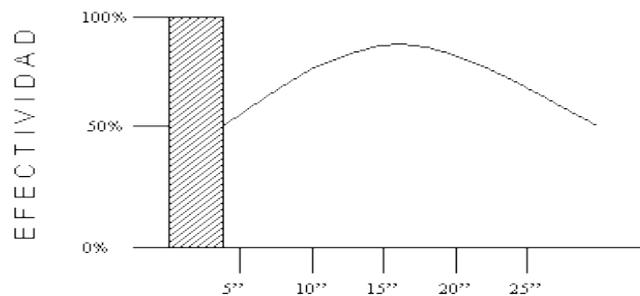


Figura N° 14: Efectividad.

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

Se debe destacar que los equipos que fortalecen las salidas rápidas basándose en el contraataque deben de tener varias especificaciones técnicas, psicológicas y físicas determinadas, sean estas innatas o adquiridas por medio del entrenamiento.

Se entiende también que el contraataque no es un elemento aislado de la forma de juego del equipo y está estrechamente ligado a la defensa.

El Autor Roman Iñaki, (2012) Ataques intensos con altos requerimientos de intensidad y concentración mental deben estar ligados a defensas intensas y de alta concentración. El hecho de conseguir muchos puntos con anotaciones de alto porcentaje es una buena motivación para mantener la concentración e intensidad defensiva. Una buena defensa en si engloba la intensidad del jugador que defiende, sin relajarse, correr más que los rivales y aportar en el equipo. Tomando en si los roles de una defensa o de un equipo que actué intensamente y sea los principios básicos para realizar un contraataque seguro se debe seguir los siguientes puntos:

- 1) CORRECTA DEFENSA INDIVIDUAL
- 2) UN BUEN REBOTE DEFENSIVO.
- 3) APROVECHAR LOS ERRORES DEL CUADRO RIVAL Y PERDIDAS DE BALONES MEDIANTE EL FORZAMIENO DEL PASE O DEL TIRO.
- 4) ENFOCAR LA SALIDA RAPIDA MEDIANTE EL PRIMER PASE BASADO EN. (Velocidad y precisión)

CARACTERÍSTICAS.

a) Un sistema ofensivo debe ser universal frente a cualquier tipo de defensa. Esto se debe realizar antes de que el cuadro contrario pueda volver a replantear un sistema estratégico defensivo.

b) Mediante el contraataque se pretende obtener situaciones de ventaja, específicamente situaciones de superioridad numérica.

Conllevando una salida rápida y de alto porcentaje para anotar (situaciones cercanas al aro). Roman I, (2012)

c) Es favorable y agradable para quien lo realiza. Los atacantes se divierten más si su objetivo de realizar cestos lo anotan seguidamente.

d) Un juego enriquece la creatividad de los deportistas, mejorando la reacción de jugar a una velocidad tomando las decisiones con exactitud.

e) Al entrenar el contraataque se puede dar fluidez a los fundamentos técnicos y la parte física de los deportistas.

Mientras se incrementa la reacción y velocidad de las situaciones basados al gesto técnico se tornan más turbios, haciendo que el jugador deba acoplarse a los trabajos intensos y elevados.

f) Al utilizar el contraataque analiza los ataques de los rivales, favoreciendo a los jugadores en un cuadro de defensa al aro con el fin de evitar las salidas rápidas en la parte ofensiva.

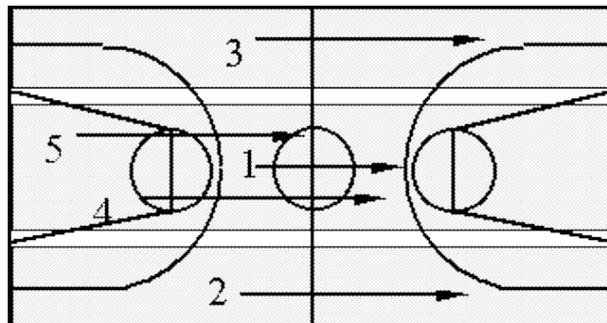
g) Al utilizar el contraataque es de gran valor objetivo que en ataques posicionales, dificultando las acciones de zonas de defensa del equipo adversario.

h) Un Ataque refleja el ritmo e intensidad de las situaciones y acción de juego, provocando la fatiga de los adversarios.

TIPOS.

El Autor Roman I, (2012) De entre todas las clasificaciones que podemos encontrar destacamos esta por abarcar una gran parte de situaciones que dan en este aspecto del juego:

CONTRAATAQUE DE 3 CALLES:



El más común de entre todos los contraataques
Es la base sobre el que se desarrollan las demás variantes.

Figura N° 15: Contraataque de 3 calles

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

CONTRAATAQUE DE UN SOLO PASE.

El más rápido de entre todos. De acuerdo al Autor Roman I, (2012) Es necesario que el jugador pasador ejecute su acción lo más veloz y preciso posible. Esta acción de juego no solo incluye el pase, sino la acción defensiva previa a la recuperación del balón, ya sea sobre rebote, saque de fondo o pérdida del equipo contrario.

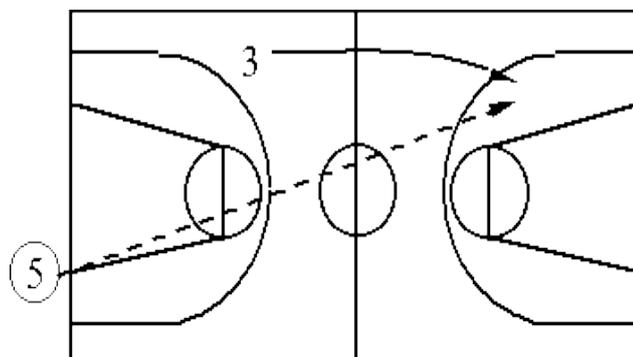
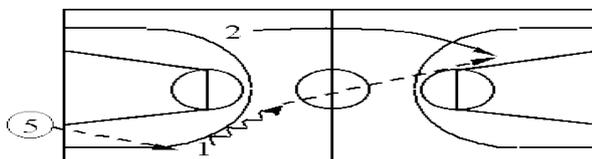


Figura N° 16: Contraataque de un solo pase

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

CONTRAATAQUE DE 2 PASES:

Como describe el Autor Roman I, (2012) Más preciso pero más lento que el anterior. Generalmente el 2º pase lo ejecuta el jugador con más capacidad de distribución del juego (el base). Es éste jugador el que valorará el riesgo de la ejecución del pase.



Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

TRANSICIÓN.

Entendemos la transición como describe el Autor Roman I, (2012) la fase de juego desde que termina el contraataque hasta que comienza el ataque posicional. Una transición es tanto más efectiva cuanto más orden y continuidad encontramos en su desarrollo. Debemos evitar, por tanto, diferencias de ritmo entre estas fases, provocando peligro en todas las acciones que se desarrollen. Debemos entender la transición como un continuo y no una fase intermedia de colocación de jugadores para desarrollar un ataque más estructurado.

Como describe el Autor Roman I Evidentemente la transición debe estar íntimamente relacionada con la estructura del contraataque que hemos elegido y con las características de nuestros jugadores.

CONSIDERACIONES.

Como aspectos más importantes a tener en cuenta en el desarrollo del contraataque y la transición destacamos los siguientes: Roman I, (2012)

a) EVITAR EN LO POSIBLE BOTAR EL BALÓN. Siempre que se pueda, realizar el avance y las inversiones del balón mediante pases. (Roman I, (2012)

b) REALIZAR EL PRIMER PASE DEL CONTRAATAQUE EN UN LADO DEL CAMPO. Posibilita al receptor del pase una visión amplia del espacio, anticipándose a los defensores.

c) TODOS Y CADA UNO DE LOS JUGADORES DEBEN SUPONER UNA AMENZA PARA LA DEFENSA.

Esto Vinculara la búsqueda de diferentes acciones de ventajas sobre la defensa, la cual, tendrán que esforzarse más para evitar se le anoten un cesto.

d) OBTENER LA SITUACIONES DE, AL MENOS, 2 LINEAS DE PASE.

VENTAJA OFENSIVA.

Roman I, (2012) Queremos destacar este concepto de "VENTAJA" dentro del contraataque ya que entendemos que las situaciones óptimas son aquellas en las que nos encontramos con superioridad numérica sobre la defensa.

El contraataque busca siempre esta superioridad, pero es evidente que hay que saber aprovecharla correctamente. No sirve de nada conseguir un 3 contra 1 si el jugador que lanza a canasta lo hace con el defensor encima. Todas las situaciones tanto de orden individual como colectiva deben ir enfocados a que el equipo lance en la mejor situación posible.

De acuerdo al Autor Roman I. Este concepto lo tiene que administrar el entrenador, tanto en entrenamientos como en competiciones, y determinar que es un tiro ventajoso para sus jugadores y cuáles no.

No obstante, Roman I.se podría convenir que "ventaja" es aquella situación ofensiva en la que conseguimos rebasar a la defensa dejando al defensor por detrás de la línea del balón o se sitúa lo suficientemente lejos del lanzador como para incomodar su lanzamiento.

DESARROLLO DE EJERCICIOS.

EJERCICIOS DE 3x0.

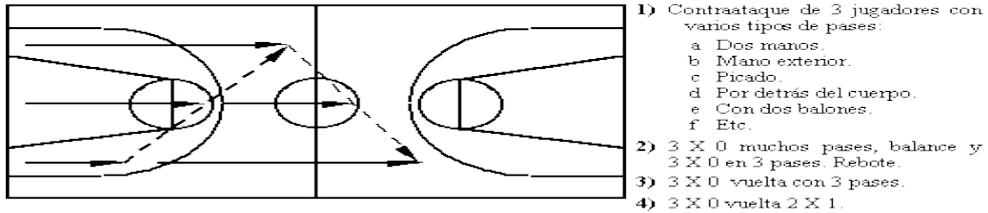
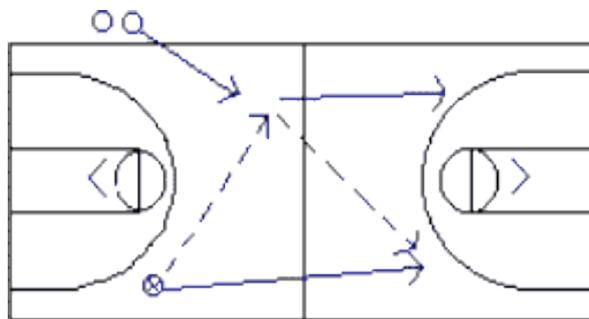


Figura N° 17: Ejercicio 3x0

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

CONTRAATAQUE CONTINUOS. CONTRAATAQUE DE 7

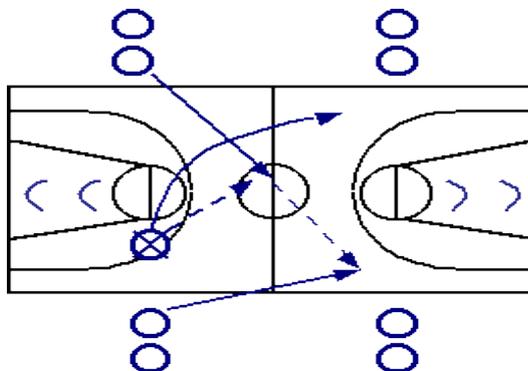


NO BOTAR hasta no encontrar camino directo a canasta.

Figura N° 18: Contraataque continuos

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

CONTRAATAQUE DE 11.

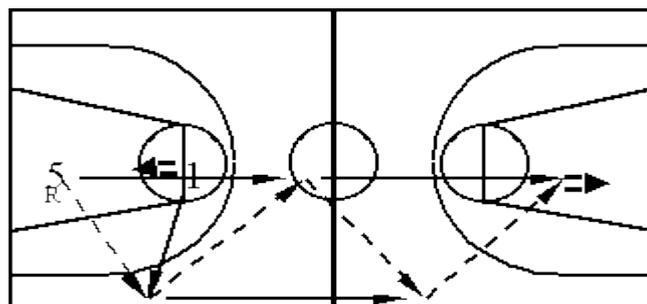


- > Buscar la verticalidad en el bote.
- > Solo se bota para conseguir canasta o para obligar a la defensa a cubrir espacios

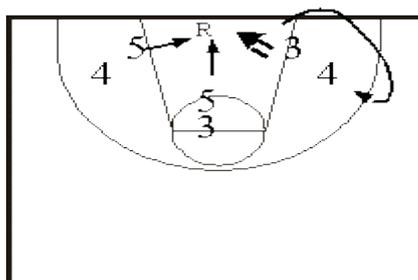
Figura N° 19: Contraataque de 11

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

EJERCICIOS DE REBOTE Y PRIMER PASE.



Lanzamiento y rebote. Primer pase de contraataque y 2 X 0.



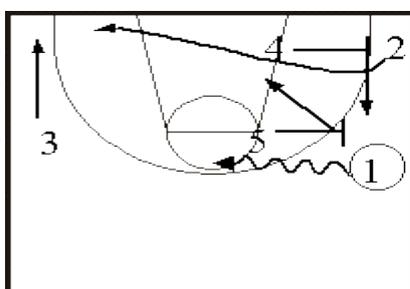
3 filas de 2 o 3 jugadores. Lanzan a canasta y los 3 primeros deben luchar por el rebote. El que recoge el rebote y mete canasta se coloca al final

Figura N° 20: Rebote y Primer pase

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

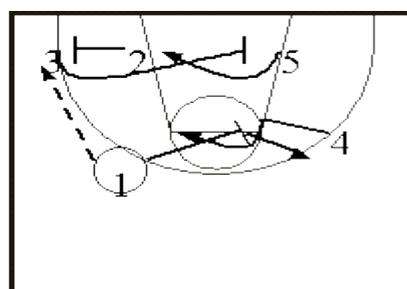
EJERCICIOS DE ASIMILACIÓN ESTRATÉGICA

5x0 CON CONTRAATAQUE Y VUELTA 5x0 CON TRANSICIÓN.



GRAF. 1

1ª opción: Pase de 1 a 2 sobre bloqueos de 4 y 5



GRAF. 2

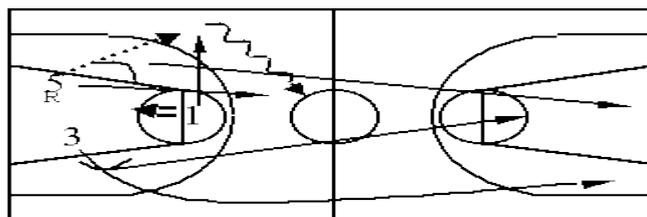
2ª opción: Tiro exterior de 3
Si 3 está sobremarcado recibe bloqueo de 2 para cortar hacia de canasta

Figura N° 21: 5x0 contraataque y transición

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

NOTA: Avanzar el ataque inicial desde estas ubicaciones, proporcionan avanzar el juego de colectivo.

EJERCICIO DE 3x2 EN TODO CAMPO DESDE SITUACIÓN DE T.L.



5 Rebotea y pasa a 1, éste bota y pasa a 3.
5 después de rebotear corre por el centro

Figura N° 22: 3x2 En todo el campo

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

VARIANTES:

1 Realizar el ejercicio presionando al base. Este jugador solo defiende la recepción del primer pase. En ese caso, si 1 tiene problemas para recibir, 3 se espera, recibe él el primer pase y 1 corta para recibir. Roman I, (2012)

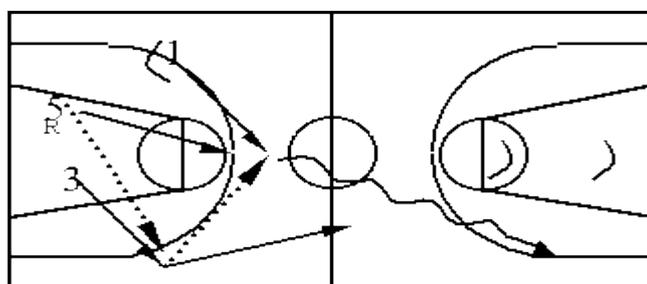
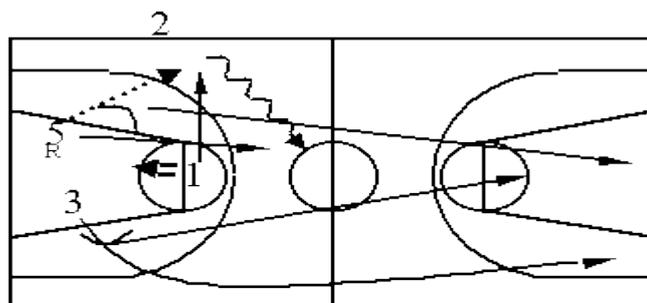


Figura N° 23: Presión al base

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

2 Obtener una concordancia de los dos ejercicios anteriores pero con 2 deportistas en el carril. Una vez realizado el rebote se enfoca en un 5x3



4 4 y 2 esperan en la banda a recuperar el balón.
Después, realizar 5 X 3 con ctq. Y transición.

Figura N° 24: Rebote y 5x3

Fuente: <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>

EJERCICIO DE TRESxTRES SEGUIDO DE UN 5x3.

Igual que el ejercicio anterior pero partiendo de una situación de 3x3.

EJERCICIO DE 5x5 SEGUIDO DE UN 5x0 EN CONTRAATAQUE Y VOLVER A UN 5x5 CON TRANSICIÓN.

Realizar en medio campo un 5x5, el equipo que defiende, cuando recupera el balón sale en contraataque. Roman I, (2012)

Los deportistas que estén inmersos a jugar en la cancha deberán correr, de manera que el cinco debe tomar el rebote bajo el cesto. Después de sacar de fondo, organizar una transición 5x5. Escrito Por Roman I, (2012)

2.4.2. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE

2.4.2.1 Juego Colectivo

Concepto:

- Existen deportes colectivos, en lo que la función determinante del adversario es conseguir el objetivo planteado sea este un triunfo ante los demás.
- Otra definición a la que se puede plantear es “aquello deporte en los que actúan colectivamente enfrentándose al adversario con la finalidad de un solo planteamiento dentro del campo de juego, lo cual realiza varios sistemas y reglamentarios en colaboración, cooperación y participación de todos, buscando el principal papel de un equipo que es ganar al adversario”.

Clasificación:

De acuerdo al autor Peña A, (2013) Aunque al hablar de deportes colectivos o de equipo a todos nos vienen a la cabeza unos cuantos ejemplos, no es fácil hacer una clasificación exacta de los mismos. A grandes rasgos podemos diferenciar:

1. Según las relaciones entre participantes Los Deportes de cooperación: dos o más deportistas colaboran y cooperan para conseguir el mismo objetivo (hacer el mejor tiempo, hacer el mayor número de puntos. Por ejemplo: remo, acrosport.

- Deportes de cooperación-oposición: en ellos se enfrentan dos equipos. Los jugadores de cada equipo cooperan entre sí a la vez que se oponen al rival para conseguir el objetivo u objetivos marcados por el deporte (meter goles, canastas, hacer puntos...)

2. Según la forma de ocupar el espacio de juego:

- De acuerdo al autor De forma separada: el terreno está dividido en zonas o áreas diferentes para cada equipo (normalmente por una red) Por ejemplo el voleibol.
- De forma compartida: los equipos comparten el terreno de juego. Son la mayoría de ellos: baloncesto, fútbol, rugby.

3. Según el orden de participación:

- Alterna: las acciones de juego se van alterando entre un equipo y otro. Por ejemplo el voleibol, el tenis por parejas.
- Simultanea: las acciones de juego se producen a la vez, aunque el tipo de acción depende de si en ese momento mi equipo está atacando o defendiendo.

VENTAJAS DE LOS JUEGOS COLECTIVOS Espigado C, (2013)

En el ámbito metodológico de acuerdo al autor:

Cuando se trata de un juego colectivo podemos:

- Valorar el trabajo colectivo y el potencial.
- Los alumnos aprenden a respetar las explicaciones de compañeros cuando uno de tu equipo te explica la táctica de juego que va a llevar el equipo.

- Enseñamos a mejorar la convivencia de la clase.
- Conocen y aplican las principales reglas y elementos técnico-tácticos comunes en diferentes juegos colectivos
- Aprenden y Experimentan todos los roles del juego.
- Podemos valorar el conocimiento de la propia habilidad del niño como equipo y como jugador
- Enseñamos la importancia del juego limpio.
- Participación con independencia del nivel de destreza.
- Construyen sus aprendizajes por sí mismos, según una metodología de búsqueda o de recepción, pero siempre buscando una intensa actividad mental del alumno/a, que debe resolver situaciones de juego cambiantes.
- Variar las reglas para fijarse en, al menos, un aspecto del juego o en que todos participen activamente.
- Fomentamos la participación de los niños debido a que con más compañeros se siente más seguro y con más confianza
- Al desenvolverse mejor en un juego colectivo que en un juego individual aumentamos la autoestima de los niños.
- Aprenden la importancia del respeto de las normas y reglas de un juego, excelente medio educativo donde el alumno asume reglas.

En el ámbito práctico: Espigado C, (2013)

- Renunciar a la posesión del balón, en función de una eficacia colectiva.
- Respetar las reglas y a todos los compañeros, independientemente de su nivel de destreza, mostrando tolerancia y deportividad.
- Experimentar y solucionar situaciones de ataque y defensa en deportes colectivos
- Todos aprenden a pasar por todos los roles del juego.
- Incrementar la dificultad cuando el equipo va evolucionando.
- Podemos aumentar en los alumnos la confianza en las decisiones

- Comunicación con el grupo.
- Cooperación con los demás.
- Expresión corporal, verbal..
- Resistencia
- Concepción positiva de uno mismo

Espigado C, (2013)

DESVENTAJAS DE LOS JUEGOS COLECTIVOS Alcina A, (2013)

En la parte metodológica:

- Hay diferentes niveles en el momento del comienzo del proceso de enseñanza aprendizaje, porque los conocimientos previos y las características personales no son las mismas en todos los alumnos.
- El control del grupo es más complicado en la enseñanza de un deporte colectivo.
- Dificultad de individualizar el proceso de enseñanza, al tener un grupo diversificado tendremos que enseñar a todos los alumnos las distintas funciones del jugador dentro del equipo.
- El tiempo de compromiso motor es mayor ya que contamos con un mayor número de personas en el grupo.
- Ubicación del grupo en el espacio, tanto por el espacio con el que puedes contar como por la distribución de los alumnos en dicho espacio.
- Las características del grupo son muy dispares, normalmente los grupos no son homogéneo por lo tanto ante un grupo heterogéneo encontramos una mayor dificultad al trabajar con ellos.

En el ámbito práctico Alcina A, (2013)

- Perjudica tu individualidad, ya que para la práctica de los deportes colectivos tienes que contar con el resto de compañeros.
- Dependes del rendimiento de los demás y a veces anula tu propia capacidad, ya que es necesario el aporte de todos para conseguir buenos resultados.
- Dificultad de cuantificar las cargas de entrenamiento porque no podemos hacer el mismo entrenamiento para todas las posiciones de un deporte colectivo ya que cada una tiene su finalidad.
- Dificultad de observar cada gesto técnico ya que son muchos jugadores y es muy difícil controlar la progresión de cada uno.
- El factor determinante no es tu estado físico sino es un cumulo del estado físico, técnico y táctico de todos los compañeros.
- El rendimiento se refleja en el resultado y ese resultado no depende solo de ti sino que depende de la labor individual de cada jugador pero sobre todo de la labor conjunta del equipo. Espigado C,(2013)

2.4.2.2 El Baloncesto

Antecedentes:

“Se considera que proviene de uno de los más antiguos. Ya era practicado por los mayas, algunos historiadores que se jugaba ya 3500 años aDC y recientes investigaciones arqueológicas han determinado que en 1500 aDC se construyeron lugares para su práctica. Se lo denominaba tlachtli en lengua náhuatl, pok-a-pok en maya y taladzi en zapoteca y era practicado con un sentido religiosos por las antiguas civilizaciones precolombinas de la zona México. El tlachtli utilizaba una

bola de caucho, a la que se debía golpear, y lo hacían fundamentalmente, con muslos y caderas. Los perdedores eran decapitados. Una de las mejores construcciones de este tipo de estadios, se encuentra en Chichen Itzá. (Proyecto Salón Hogar) (Gomez Mejia Vilma Elizabeth, 2007)

El Basket con las características actuales, fue inventado en diciembre de 1891 por el clérigo, educador y físico canadiense James Naismith quien introdujo el juego trabajando como instructor en el colegio de la Asociación Cristiana de Jóvenes, de Springfield (Massachusetts, Estados Unidos). Organizaba un pasatiempo para jugar en pista cubierta durante el invierno, con nueve jugadores y canastas de madera.

El 20 de Enero de 1892 se jugó el primer partido de básquet en el gimnasio del colegio.

Desarrollo del Baloncesto

“La primera etapa del desarrollo del baloncesto se determina desde 1891 hasta 1918, lapso caracterizado por establecer este juego como una nueva disciplina deportiva” Proyecto Salón Hogar (2005)

Creado primariamente para variar las clases de educación física, el baloncesto pasó a ser un juego deportivo con amplia popularidad en Norteamérica, donde actualmente es un deporte básico en el sistema de Educación.

“El 15 de enero de 1892 fueron publicadas las primeras reglas de juego por las cuales comenzaron a regirse las competencias. Paralelamente con el desarrollo del juego en esta etapa, comienza la normalización de la técnica. Aparecen los elementos básicos de la fundamentación, entre los cuales se destacan recibir, pasar, driblar, lanzar, entre otros. En la táctica se determina las funciones de los jugadores en la ofensiva y en la defensiva.

En el año 1893, el baloncesto se traslada a Europa y es introducido en Francia por Mel B. Rideout, estudiante graduado ese año en Springfield College de la YMCA en Massachusetts, EEUU, quien encontró apoyo entusiasta en el Secretario General de la YMCA de París, el doctor Emil Thies. Proyecto Salón Hogar (2005). (Gomez Mejia Vilma Elizabeth, 2007).

Es un deporte que también es visto por mucha población. Se considera un deporte colectivo ya que consiste en llevar a cabo un partido de cinco jugadores por equipo, donde mediante pases de un balón con las manos intentar encestar en una canasta.

Se lleva a cabo en una pista y al igual que en el fútbol existen una serie de árbitros para que los jugadores no incumplan las reglas. Este deporte fue inventado por James Naismith un profesor de educación física.

El partido está dividido en 4 cuartos cada uno dura entre 10 y 12 minutos y al finalizar el segundo cuarto se realiza un descanso de 15 minutos.

A este deporte pueden jugar minusválidos, ya que existe una modalidad para ellos, que se juega en silla de ruedas.

En cuanto a equipos españoles los más conocidos son el Regal Barcelona, el Real Madrid, el Estudiantes...

Por otro lado los jugadores más conocidos son: Pau Gasol, jugador que ha llegado a ganar un anillo que es el premio donde todos quieren aspirar a ganar pero para ello deben jugar en un equipo de NBA, su hermano Marc Gasol, Navarro, Felipe Reyes... Publicado por Bernabé Báez Soto; Ezequiel Herrera, (2013)

“La didáctica de la educación física se refiere al conjunto de ejercicios, procedimientos y medios que permite conseguir un fin. Desde este punto de vista estaría centrada preferentemente en los repertorios de ejercicios y progresiones que se distribuyen de manera planificada actuando a modo de recetas. Este sentido supone centrar la actuación de la Didáctica de la Educación Física en el acto didáctico considerando como acto presencial del profesor, alumno y el objeto de enseñanza-aprendizaje”
Contreras C, (2009)

El baloncesto y el desarrollo de sus capacidades físicas

Dentro del ámbito deportivo, todo deporte necesita de cierta actividad física para el desarrollo de sus capacidades como es el de Saltar, Lanzar, Correr, Fuerza, Flexibilidad, en si el Baloncesto engloba un desarrollo de sus capacidades físicas.

Las capacidades físicas debe ser un desarrollo basado en los ejercicios establecidos que contribuyan al contexto de las condiciones físicas del deportista. “La preparación Física se caracteriza por las sobrecargas físicas que influyen sobre las propiedades morfológicas y funcionales del organismo y que encaminan con ello su desarrollo físico”. (Goma A, 4ta Ed. P.39)

“La preparación Física debe permitir la mejora de la eficacia de todas las acciones, como por ejemplo, saltar más alto, acelerar más rápido”.
Commetti, G. (2002 p.42)

1. Papel de la preparación física en baloncesto

De acuerdo al autor Gonzales J. L, (2016) El baloncesto es un deporte de equipo, en el que hay que tener en cuenta, entre otros aspectos:

- Las diferencias morfo-funcionales de los jugadores-as según su puesto de juego, así como las variaciones propias en edades de crecimiento.
- El 52% de las acciones (tiempo de juego) son de corta duración (oscilan entre 11-40 segundos)
- Las pausas entre las acciones varían entre 20 a 90 segundos.
- Las distancias recorridas pueden variar según el puesto de juego, siendo la media entre 5.700 metros.
- El porcentaje de acciones técnicas se suele distribuir (7% tiro, 22% de pases,66% de bote de balón.
- Respecto a los saltos, puede haber diferencias por puesto, siendo mayor en pívot, seguido por aleros y por último los bases.
- El 43% de las acciones son defensivas
- El 66 % de los desplazamientos a una velocidad superior a 3m / sg

En base a esto, además de trabajar los aspectos técnico-tácticos del baloncesto, los jugadores-as precisan de una adecuada condición física para cubrir las exigencias de la competición sin sobrepasar sus capacidades fisiológicas. Esto les permitirá alcanzar un rendimiento deportivo óptimo y minimizar las lesiones deportivas.

“El entrenamiento deportivo, como fenómeno pedagógico, es el proceso especializado de la Educación Física, orientado directamente al logro de elevados resultados deportivos” Matveiev L, (2004)

2. Objetivos de la preparación física descrito por el autor Gonzales J. L, (2016)

- El desarrollo corporal armónico y óptimo , ya que constituye uno de los aspectos prioritarios en la formación y desarrollo de los jugadores
- El entrenamiento de las capacidades físicas (resistencia, flexibilidad, velocidad y fuerza) para que desde su inicio los jugadores alcancen su máximo potencial físico, teniendo en cuenta que de no ser entrenadas en la etapa adecuada y de una forma correcta difícilmente serán recuperables en el futuro.
- Prevenir lesiones, ya que una preparación física inadecuada es uno de los orígenes de las lesiones deportivas. El desequilibrio muscular, mala coordinación, problemas de flexibilidad, masa muscular inadecuada, etc.

3. Principios de la preparación física

A continuación se citan algunos de los principios del acondicionamiento físico.

1. Calentamiento “El calentamiento es un complejo de ejercicios elegidos especialmente y orientados a la preparación eficaz del organismo del deportista para el futuro esfuerzo”. Platanov V, (2001 p. 462)
2. “El calentamiento previo a un entrenamiento o a una competición, es indispensable para evitar la aparición de lesiones. Debemos recordar que el calentamiento debe ser Prolongado: 15-20 min, Progresivo: de menor a mayor intensidad; y, Adaptado: al deporte que se practica” Sans A. Frattarola C., (2000 p. 356)
3. Gradual, añadir incrementos de trabajo proporcionales
4. Calendario, evitar el exceso. Los periodos de entrenamiento no deben de durar más de 2 horas. Un jugador cansado es propenso a lesiones
5. Intensidad, insistir en la intensidad. En general se le da más importancia a la cantidad de trabajo (volumen). Hay que buscar el equilibrio entre ambas. A mayor grado de entrenamiento se debe aumentar la intensidad.

6. Nivel de capacidad, debe exigirse a cada jugador que intente llegar a su capacidad fisiológica
7. Fuerza, desarrollar la fuerza como medio para conseguir mayor resistencia y velocidad.
8. Motivación, es un factor básico en la preparación de los jugadores
9. Especialización, los programas de ejercicios deben incluir ejercicios de fuerza, flexibilidad y relajación, además deben aplicarse los dirigidos a los aspectos técnicos.
10. Relajación, utilizar ejercicios de relajación específica, que ayudarán a recuperarse del cansancio y la tensión.
11. Rutina. Hay que establecer un ejercicio rutinario, alguna vez por semana durante toda la temporada.

La preparación física favorece la intensidad del entrenamiento, creando la base de un buen aprendizaje técnico.

- Requiere métodos de entrenamiento diferentes según las edades y género
- Una adquisición física multifacético mejora las capacidades físicas y específicas de nuestros jugadores-as por lo que obtenemos unos mayores rendimientos deportivos.

4. Calentamiento

Es el conjunto ejercicios realizados previo a la competición o al entrenamiento, con el fin de preparar el cuerpo del jugador fisiológica y psicológicamente para la demanda competitiva posterior, minimizando el posible riesgo de lesión. Gonzales J. L, (2016)

El calentamiento debe durar al menos entre 15 a 30 minutos, debiendo ser mayor en los días fríos y a mayor la edad. No debe transcurrir más de 15 minutos entre el calentamiento y la actividad.

“Distinguimos un calentamiento **general** y uno **específico**: Con el calentamiento General tratamos de llevar las posibilidades funcionales del Organismo en su conjunto a un nivel alto Adam/Verjoyanski, 1972, 72. Este proceso se lleva a cabo mediante ejercicios que calientan los grandes grupos musculares (p. ej., carrera introductoria). Por el contrario, el calentamiento específico se practica en la forma propia de cada disciplina, esto es, se ejecutan movimientos que sirvan para calentar los músculos relacionados directamente con la modalidad en cuestión”
Weineck J, (2005 p.575)

Proceso del calentamiento

Se divide en dos partes:

- General, que se divide a su vez en
- Ejercicios de movilidad articular
- Ejercicios generales que activen el organismo
- Carreras suaves alternando velocidades
- Estiramientos musculares siguiendo un orden anatómico lógico y en grupos musculares grandes.
- Específica o similar a los que se va a trabajar, que incluye los ejercicios técnico-tácticos que cada entrenador planifica.

En los partidos, los entrenadores deben estar atentos a que los jugadores del banquillo que vaya a jugar realicen un calentamiento breve, siempre que sea posible.

¿Se estira o se calienta primero?

De acuerdo al autor Gonzales J. L,(2016) Los estiramientos deben estar precedidos por un calentamiento previo, debido a que la elevación de la temperatura que esta provoca mejora la elasticidad del tejido conectivo y la extensibilidad muscular, por esta razón se reduce el riesgo de lesión durante el entrenamiento.

Los objetivos principales de los estiramientos antes del entrenamiento o de la competición son:

- Aumentar el rango de movimiento articular general.
- Reducir los riesgos de lesión.
- Mejorar el estado del cuerpo (lubricación, temperatura...) para aumentar la capacidad de entrenamiento.

Los estiramientos tienen que ser lo más generales posibles y realizarlos con todos grupos musculares que al menos se van a utilizar.

5. La vuelta a la calma o enfriamiento

Es el proceso posterior a una actividad física intensa, con el objetivo de restituir los valores metabólicos y neuro-musculares del organismo a la situación inicial de reposo. El proceso de recuperación post ejercicio debería orientarse hacia las siguientes directrices: Gonzales J. L, (2016)

- Actividad ligera (trote suave, andar o caminar descalzo)
- Ejercicios de soltura de miembros con incidencia en la musculatura solicitada.
- Ejercicios de estiramiento pasivo manteniendo con contracción de la musculatura implicada.

En general, el calentamiento es un hábito, pero no así la vuelta a la calma y será fundamental que los entrenadores dediquen al menos 10 minutos tras sesiones intensas de entrenamiento o tras los partidos, ya que favorece la recuperación. Gonzales J. L, (2016)

Según Ortiz, al referirse a la agilidad manifiesta: “Así por ejemplo, Grosser y Cols. (1988, 152), se integran, como sinónimos, los términos movilidad y flexibilidad dentro del concepto de agilidad que la define como” capacidad de ejecutar movimientos voluntarios con mayor amplitud en determinadas articulaciones”. Ortiz R, (2007 p.183)

2.4.2.3 Sistemas de juego

Dentro de la preparación táctica encontramos Aspectos Tácticos, demostrados y escritos por Flores J, (2013)

Táctica Ofensiva

El resultado positivo de un encuentro no se basa solamente en impedir que el contrario no marque tantos, sino que es necesario marcarlos, por lo que la calidad de un equipo se encuentra en el ataque.

Ofensiva Individual

Posición de triple amenaza: consiste en la cantidad de posibilidades que puede tener un jugador cuando tiene el balón. a) Puede continuar botando, b) puede pasar a un compañero y c) puede tirar a canasta.

Bloqueos directos e indirectos: el bloqueo es el movimiento de ataque producido por el atacante para que, sin hacer falta, impida un movimiento libre al defensa y facilite un movimiento de ataque al compañero.

Aclarados: consiste en el movimiento táctico que permite que entre dos jugadores, uno de cada equipo, se desarrolle el juego, es decir, hacer el uno contra uno.

La iniciativa fundamental del equipo que ataca es hacer el uno contra uno con el mejor jugador de su equipo; y del equipo que defiende, impedir los aclarados o facilitar que contra el jugador atacante bueno existan dos defensas.

Fintas de recepción: amago o intento de realizar una acción para que el defensor se encamine en la defensa de la misma con lo que nos permitirá hacer una acción distinta con mucha más facilidad.

Ofensiva Colectiva

Contraataque: el contraataque es la forma más rápida de conseguir canasta.

Se pone en práctica cuando la defensa del equipo contrario no está colocada estáticamente y es posible sorprender al equipo contrario después de recuperar la pelota, esto está relacionado directamente con la posesión del balón (las pérdidas de balón conllevan al contraataque del rival) y con el rebote (el dominio del rebote defensivo permite contraatacar y el dominio del rebote ofensivo permite atacar).

Los jugadores más veloces del equipo corren hacia la canasta contraria ocupando 3 carriles, antes de que la defensa se pueda organizar.

Ataque posicional: lo contrario en todos los conceptos del contraataque. Significa atacar con todos los miembros del equipo y defender con todos los miembros.

Cambio de dirección: un deportista debe desplazarse en dirección contraria a la que se quiere adquirir, en el momento en que se esté más cerca del defensor se realiza una parada en dos tiempos, adelantando la pierna contraria a la dirección a seguir, cargando el peso del cuerpo sobre dicha pierna a la vez que se flexiona profundamente para conseguir equilibrio en la parada.

En ese momento se realizará un pivote interior, ganando la posición con el cuerpo al defensor, con el brazo y pierna adelantados, saliendo con un rápido cambio de ritmo para alejarse del defensor.

Sistemas de juego ofensivos:

Los sistemas ofensivos se eligen en función de las características de los jugadores y de la defensa contraria.

Pueden ser individuales más importantes son:

- **Uno contra uno:** Confrontación entre el atacante y su defensor, sin ayuda por parte de otros jugadores.
- **El bloqueo:** Interposición de un jugador en la trayectoria del defensor que marca a un compañero para dejarlo libre de marca.

En cuanto a los colectivos, se definen en función de la defensa que se debe superar. También se conocen por el número de jugadores en cada línea.

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 los 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).

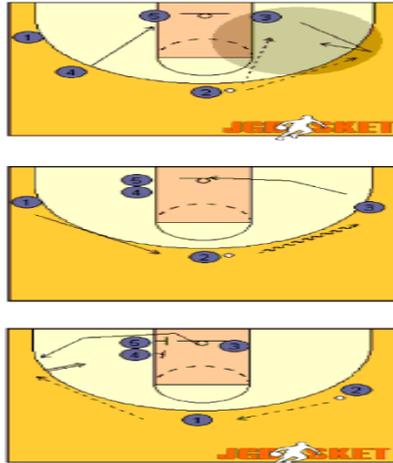


Figura N° 25: Juego Ofensivo

Fuente: <http://basquetbolmasqueunadiciplina.blogspot.com/2013/06/aspectos-tacticos.html>

Táctica Defensiva

Defensiva Individual

Rebote: rebote es la recuperación del balón tirado a canasta, será de ataque si el balón lo lanza un compañero de nuestro equipo y de defensa si lo lanza un adversario, es un elemento fundamental en el baloncesto debido a que te permite mayor posesión del balón y, por lo tanto, mayor posibilidad de encestar. Hay un dicho en el baloncesto que dice: “quien domina el rebote, domina el partido”. El rebote en defensa depende de algunas circunstancias, altura y peso del pívot, sobre todo colocación para el rebote, etc. La importancia del rebote depende de la habilidad en ataque del equipo contrario, puesto que, si el pívot contrario, según la regla de los 3 segundos en zona, no está en la zona, difícilmente puede coger el rebote.

Jugador con balón: como el balón es el elemento del juego, el que lo posee es el que tiene mayor peligro. Si el objetivo es recuperar el balón tendremos que presionar al jugador que lo tiene.

En baloncesto difícilmente se quita el balón directamente a quien lo tiene, lo que se consigue con la presión al jugador es forzar sus errores de pase y de lanzamiento.

Defensiva Colectiva

Defensa de asignación: defensa individual, vulgarmente llamada defensa al hombre que como su nombre indica, consiste en que cada jugador coge a un atacante. El éxito de esta táctica se fundamenta en varias circunstancias:

Hacerla todos coetánea y coordinadamente, es decir, en el mismo tiempo y con la misma intensidad.

Saber contrarrestar los bloqueos del equipo rival.

Defensa en zona: consiste en defender todas las zonas del campo de juego. La importancia de este sistema es el grado de defensa, es decir, las zonas de mayor peligro se defenderán más intensamente que las zonas que no lo son.

Este sistema permite defender con menos esfuerzo, controlar más las líneas de pase. Sus inconvenientes: no hacer presión en los lanzamientos del otro equipo. Las ventajas e inconvenientes son los contrarios que la defensa de asignación. Flores J, (2013)

2.5 Hipótesis

La transición y su incidencia en la preparación táctica de los deportistas de baloncesto de la categoría Prejuvenil de Federación Deportiva de Tungurahua.

2.6 Señalamiento de Variables de la Hipótesis

Variable independiente: La transición

Variable dependiente: Sistemas de juego.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Enfoque de la investigación

Una vez expuesto el problema y haber hecho un análisis, en la preparación de los deportistas de baloncesto en F.D.T. en lo referente a su práctica deportiva, es necesario implicar una planificación que vaya acorde al aprendizaje del deportista basándose en los esquemas técnicos y tácticos en su preparación enfocados con los sistemas de transición tanto ofensivos y defensivos.

Por lo tanto esta investigación está relacionada al enfoque **cualitativo**, pues abarca del contenido de las cualidades y utilidad de la misma y **cuantitativo**, porque se utilizara estadísticas para la recopilación de análisis e interpretación de resultados.

La investigación cualitativa es una actividad que localiza al observador en el mundo. Consiste en un conjunto de prácticas interpretativas que hacen al mundo visible. Estas prácticas transforman el mundo, lo convierten en una serie de representaciones, que incluyen las notas de campo, las entrevistas, conversaciones, fotografías, registros y memorias. En este nivel, la investigación cualitativa implica una aproximación interpretativa y naturalista del mundo. Esto significa que los investigadores cualitativos estudian las cosas en su contexto natural. Intentado dar sentido o interpretar los fenómenos en función de los significados que las personas le dan.

La metodología cuantitativa es aquella que permite examinar los datos de manera científica, o más específicamente en forma numérica, generalmente con ayuda de herramientas del campo de la estadística.

Para que exista metodología cuantitativa se requiere que entre los elementos del problema de investigación exista una relación cuya naturaleza sea representable por algún modelo numérico ya sea lineal, exponencial o similar. Es decir, que haya claridad entre los elementos de investigación que conforman el problema, que sea posible definirlo, limitarlos y saber exactamente dónde se inicia el problema, en qué dirección va y qué tipo de incidencia existe entre sus elementos:

3.2 Modalidad básica de la investigación

De campo

El trabajo de investigación se realiza en el lugar de los hechos, esto es la preparación deportiva de entrenamiento de baloncesto dentro del escenario deportivo de F.D.T. en lo cual también se desarrollan las encuestas.

Bibliográfica - Documental

Siempre será importante y necesario recurrir a la información que traen los libros, revistas, periódicos, proyectos, etc. que guarden relación, con el tema planteado, para tener un profundo análisis del problema y su solución.

Toda documentación que provenga de la bibliografía y de las páginas de internet, será muy importante, para el éxito de esta investigación.

3.3 Nivel o tipo de la Investigación

Observación

En base a este método y a través de diálogos se ha podido detectar que muchos de los deportistas no concretan en un sistema de juego denominado transición ofensiva y defensiva para lo cual les hacen falta que ellos estén inmersos en el ámbito pedagógico sobre la enseñanza y sus movimientos o recorridos que cada jugador debe dar en un esquema determinado de ejercicio con mira a la ejecución de atacar el cesto y defenderlo.

La recolección de la información, en base a las encuestas realizadas que como actor investigador se observa la respuesta que los investigados contestaron sobre el problema a investigar.

Exploratorio

Este método permite conocer más sobre la problemática de la práctica del deporte lo cual permite conocer la incidencia de los sistemas de juego.

Las soluciones que se plantea serán debidas a las causas que surgen del problema y presentar los lineamientos de la alternativa de solución que surtan efectos, que corroboren a solucionar el problema planteado.

Asociación de Variables De acción

La transición y su incidencia en los sistemas de juego en los deportistas de baloncesto de la categoría Prejuvenil de Federación Deportiva de Tungurahua.

Factible

Están disponibles y se cuenta con los conocimientos y recursos para la realización de este proyecto.

3.4 Población y Muestra

Es la totalidad del universo en la cual se va realizar la investigación del tema escogido.

Para la presente problemática se ha tomado como muestra a los deportistas de la categoría Prejuvenil, y entrenadores de la F.D.T.

La población y la muestra que se tomara en cuenta para el cálculo de la investigación son: 3 entrenadores, y 40 deportistas de la categoría Prejuvenil de F.D.T, la cual será el 100%.

Población y Muestra

Tabla N°1: Población y muestra

Población	Número	Porcentaje
Entrenadores	3	12%
Deportistas	40	44%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Al ser el universo de investigación reducido, se trabaja con la totalidad de los involucrados, que será la población censada para nuestra investigación.

3.5 Operacionalización de las Variables

Tabla N°2: Operacionalización VI; La transición en el baloncesto

Conceptualización	Categorías	Indicadores	Ítems	Instrumentos
Roman I, (2012) Es pasar de una situación de defensa a un contraataque para empezar el ataque posicional. Una transición es tanto más efectiva cuanto más orden y continuidad encontramos en su desarrollo. Debemos evitar, por tanto, diferencias de ritmo entre estas fases, provocando peligro en todas las acciones que se desarrollen. Debemos entender la transición como un continuo y no una fase intermedia de colocación de jugadores para desarrollar un ataque más estructurado. Evidentemente la transición debe estar íntimamente relacionada con la estructura del contraataque que hemos elegido y con las características de nuestros jugadores.	<p>Contraataque</p> <p>Ataque Posicional</p> <p>Transición Orden, continuidad.</p> <p>Características del Jugador</p>	<p>Cargados. Trailer. Salida rápida.</p> <p>Sistema de juego. Lanzamiento triple. Lanzamiento media distancia</p> <p>Orden Táctico en salidas rápidas 2vs1. 3vs2, 4vs3.</p> <p>1 Base 2 Escolta 3 Poste Bajo 4 Ala Pívor 5 Pivot.</p>	<p>¿Considera usted que pasar de la parte defensiva a la ofensiva es secuencia de transición para un contraataque?</p> <p>¿Cree usted que un Ataque posicional relacionado a un sistema de juego mejora la parte de transición?</p> <p>¿Considera usted que la Transición, debe sujetarse a las salidas rápidas y formas de correr los carriles?</p> <p>¿Piensa usted que las características de los jugadores juegan un papel importante en los ejercicios de transición?</p> <p>¿Cree usted que los jugadores deben optar distintas ubicaciones dentro del campo de juego para ayudar tanto defensiva como ofensivamente en transición?</p>	<p>Encuestas</p> <p>Cuestionarios</p>

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Tabla N°3: Operacionalización de la VD; Sistemas de Juego

Conceptualización	Categorías	Indicadores	Ítems	Instrumentos
Es la parte táctica Ofensiva, Ofensiva Individual, basándose en la posición de triple amenaza, bloqueos aclarados y fintas, desarrollando en si un contraataque tanto colectivo como individual, en el que se halla todo un sistema de juego siendo el 20% de sistemas y 80% de conceptos.	Táctica Ofensiva Ofensiva Individual Triple Amenaza Bloqueos Aclarados Fintas Sistema de juego	<ul style="list-style-type: none"> • Salidas en Carriles • Juego Individual • Pase, Tiro, Dribling • Pantallas • Uno vs uno • Cambio de dirección • Jugada elaborada, estrategias. 	<p>¿Cree usted que es importante conocer las formas adecuadas de correr por los carriles basándose en los sistemas de juego?</p> <p>¿Piensa usted que el juego individual compromete al equipo en los sistemas de juego?</p> <p>¿Cree usted que la triple amenaza ayuda en los sistemas de juego del equipo?</p> <p>¿Considera usted que los aclarados es la forma de enfrentarse el uno vs uno en los sistemas de juego?</p> <p>¿Considera usted que las fintas ayuda a mejorar los sistemas de juego del equipo?</p> <p>¿Sabe usted si los sistemas de juego ayudan a los contraataques de un equipo basándose en la forma Táctica de juego?</p>	Encuestas Cuestionarios

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

3.6 Recolección de Información

Técnicas e instrumentos

La técnica que se utilizara para esta investigación son las encuestas y entrevistas dirigidas a los entrenadores y deportistas de baloncesto de F.D.T, en diferentes aspectos como también las sugerencias que se presentan ante el desarrollo normal de la planificación deportiva basado en un esquema táctico de sistemas de transición, que conlleven a mejorar el esquema de juego.

Encuesta

Se realizara una encuesta a deportistas como a los entrenadores de baloncesto, mediante la utilización de cuestionarios con preguntas objetivas que permitan la recolección de los datos sobre los lineamientos de la investigación.

3.7. Plan de recolección de información

Tabla N°4: Plan de recolección de información

PREGUNTAS BASICAS	EXPLICACIÓN
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de investigación.
¿De qué personas u objetos?	Hacia los deportistas de baloncesto de Federación Deportiva de Tungurahua.
¿Sobre qué aspectos?	Indicadores matriz, Operacionalización de variable.
¿Quién? ¿Quiénes?	Investigador Patricio Leica
¿Cuándo?	Inicio Marzo 2017 Agosto 2017
¿Dónde?	Federación Deportiva de Tungurahua.
¿Cuántas veces?	Aplicaciones 1
¿Qué técnicas de recolección?	Encuestas.
¿Con que?	Cuestionarios estructurados
¿En qué situación?	Hora de clases de los entrenamientos planificados hacia los deportistas

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

3.8. Plan de procesamiento de la información

- Como primer paso será la realización del instrumento de investigación previo al problema planteado.
- Luego lo aplicaremos a las y los deportistas involucrados.
- Una vez cogida toda la información la analizaremos fomentando una revisión crítica.
- Estableceremos la información y la Tabularemos
- Finalmente realizaremos las tablas y cuadros que permiten interpretar los resultados recogidos durante las entrevistas planteadas a los deportistas.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Análisis e interpretación de Resultados.

Encuesta dirigida a los deportistas de la Categoría Prejuvenil de Federación Deportiva de Tungurahua.

1.- ¿Considera usted que pasar de la parte defensiva a la ofensiva es secuencia de transición para un contraataque?

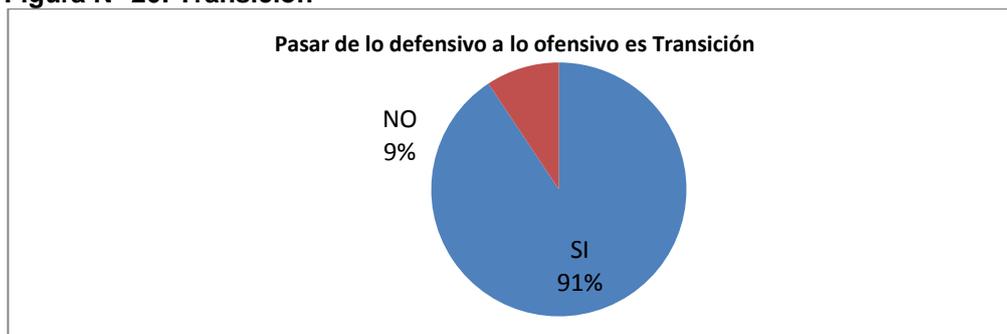
Tabla N° 5: Transición

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	39	91%
No	4	9%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 26: Transición



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: De los 43 deportistas encuestados el 91% que son 39 personas dijeron que si, mientras que 4 personas que corresponden al 9% consideran que no están familiarizados con la pregunta planteada o desconocen sobre la transición.

Interpretación: De acuerdo a los resultados de la encuesta se evidencia que la mayoría de deportistas están de acuerdo con la pregunta planteada ya que saben que los ejercicios de transición ayudan a mejorar un contraataque, mientras que un bajo porcentaje no está familiarizado con los esquemas de transición, por lo que es necesario enseñar sobre la importancia del tema.

2.- ¿Cree usted que un Ataque posicional relacionado a un sistema de juego mejora la parte de transición?

Datos:

Tabla N° 6: Ataque relacionado a un sistema de juego

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	37	86%
No	6	14%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 27: Ataque relacionado a un sistema de juego



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: En esta pregunta planteada a los encuestados ellos contestaron indistintamente dando a conocer que el 86% que equivale a 37 encuestados está de acuerdo con la pregunta mientras que el 14% equivaliendo a 6 encuestados no los esta o desconoce sobre lo planteado.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos la mayoría de los encuestados consideran que están de acuerdo que un Ataque formado por un sistema de juego ayuda a la parte de transición de un equipo, es decir saben que después de una defensa, puede pasar a un ataque rápido, mientras que una minoría no está de acuerdo por lo que es necesario enfocarnos en este grupo para mejorar su criterio positivamente.

3.- ¿Considera usted que la Transición, debe sujetarse a las salidas rápidas y formas de correr los carriles?

Datos:

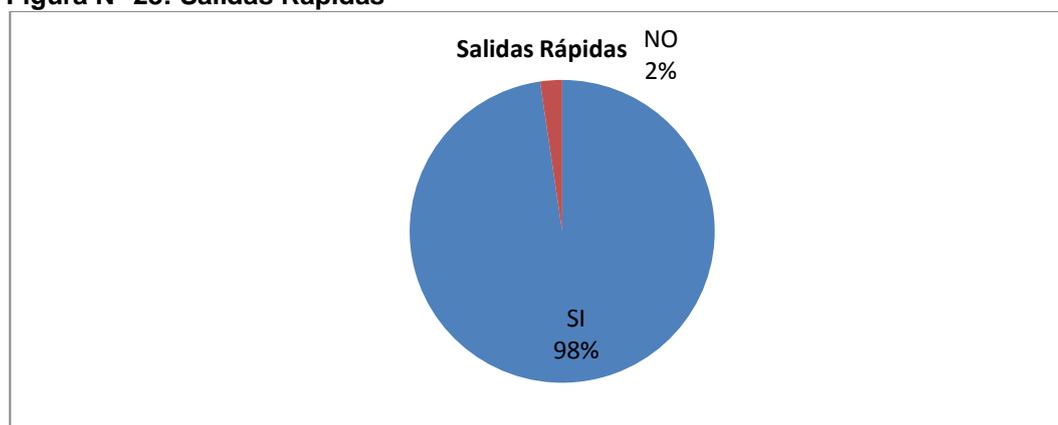
Tabla N° 7: Salidas Rápidas

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	42	98%
No	1	2%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 28: Salidas Rápidas



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: De la misma manera en esta pregunta planteada a los 43 encuestados, estos contestaron indistintamente, conociendo así que el 98% que equivale a 42 personas está de acuerdo mientras que el 2% equivaliendo a 1 solo encuestado no lo está por lo que no refleja criterios contrarios, estando de acuerdo en su totalidad.

Interpretación: De acuerdo a los resultados de la encuesta se evidencia que la mayoría de encuestados consideran están de acuerdo con la pregunta formulada a lo que indican que es necesario conocer las formas adecuadas de los recorridos por los carriles es decir saber correr por los diferentes carriles que tiene la cancha, mejorando así las salidas rápidas y el contragolpe del equipo, siendo necesario fomentar ejercicios de salidas rápidas y pasar de la parte defensiva a la ofensiva.

4.- ¿Piensa usted que las características de los jugadores juegan un papel importante en los ejercicios de transición?

Datos:

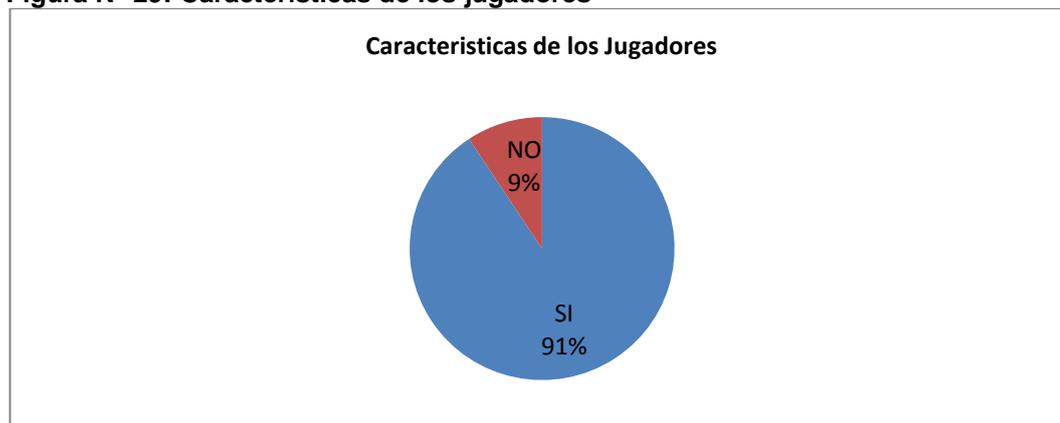
Tabla N° 8: Características de los jugadores

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	39	91%
No	4	9%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 29: Características de los jugadores



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: De los 43 encuestados ellos contestaron indistintamente dando a conocer que 39 de ellos están de acuerdo a lo que equivale el 91% mientras que el 9% que equivale a 4 encuestados no lo están por lo que es necesario fomentar a la minoría para trabajar de la mejor manera unificando los criterios positivamente.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos y como se muestra en la pregunta la gran mayoría está de acuerdo que las características de los jugadores es la parte fundamental para ejercer de la mejor manera los ejercicios de transición sabiendo que un jugador con mejores cualidades que otros puede ser versátil dentro del campo de juego, siendo necesario trabajar adecuadamente los roles específicos que tiene un jugador dentro del campo de juego.

5.- ¿Cree usted que los jugadores deben optar distintas ubicaciones dentro del campo de juego para ayudar tanto defensiva como ofensivamente en transición?

Datos:

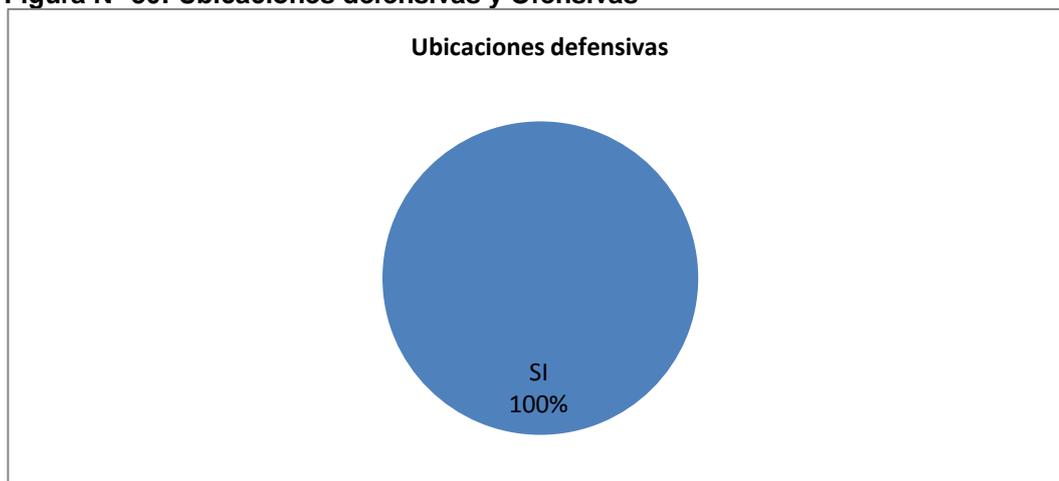
Tabla N° 9: Ubicaciones defensivas y ofensivas

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	43	100%
No	0	0%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 30: Ubicaciones defensivas y Ofensivas



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: De los 43 encuestados, de acuerdo a la pregunta planteada ellos están de acuerdo en su totalidad demostrando que el 100% confirma acertadamente la encuesta.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos en la pregunta plateada se evidencia que todos consideran estar de acuerdo ya que saben que todos los jugadores deben estar preparados para la marcación uno vs uno mejorando así las ayudas en defensa los doblajes, y pasar de una parte defensiva a una ofensiva conociendo que la mejor forma de defender es cuidar su espacio de ataque del adversario y ayudar o reemplazar al jugador que defiende.

6.- ¿Cree usted que es importante conocer las formas adecuadas de correr por los carriles basándose en los sistemas de juego?

Datos:

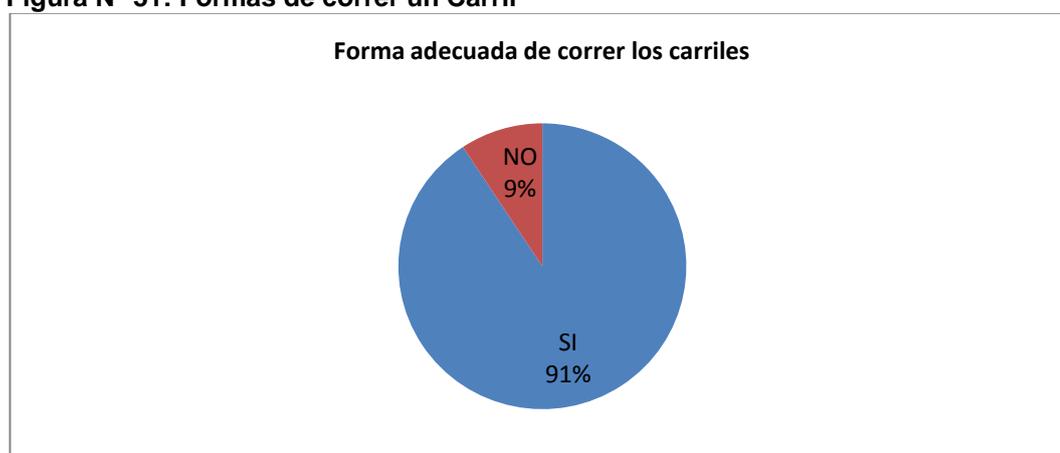
Tabla N° 10: Formas de correr un Carril

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	39	91%
No	4	9%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 31: Formas de correr un Carril



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: De acuerdo a la pregunta planteada a los 43 encuestados ellos contestaron indistintamente dando a conocer que 39 personas que equivale el 91% contesto positivamente mientras que 4 de ellos que equivale el 9% no refleja el mismo criterio por lo que es necesario trabajar por esta minoría, unificando los criterios positivamente .

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos, la mayoría de los encuestados consideran que es necesario los diferentes ejercicios que determinan el correr por los carriles para obtener la forma adecuada de un sistema de juego mientras que la minoría no conoce sobre la pregunta planteada por lo que es necesario trabajar con ellos para unificar los criterios positivamente.

7.- ¿Piensa usted que el juego individual compromete al equipo en los sistemas de juego?

Datos:

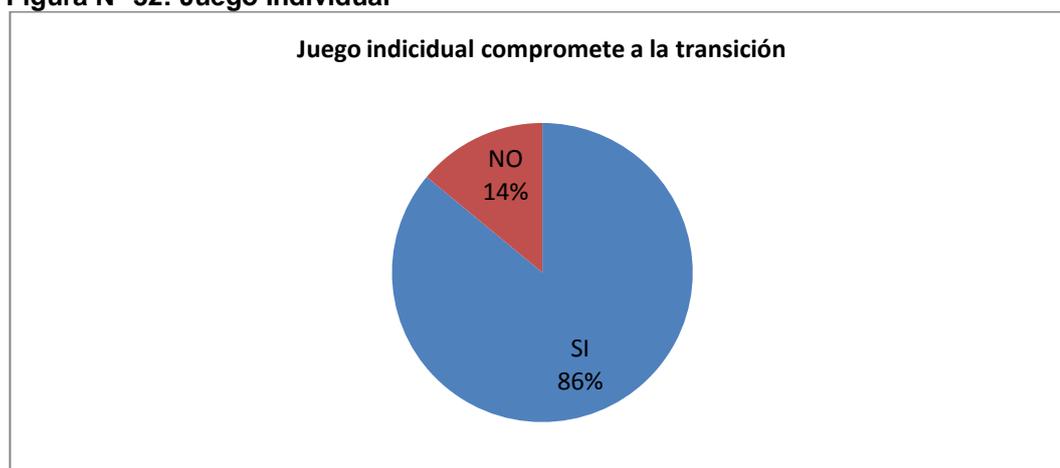
Tabla N° 11: Juego Individual

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	37	86%
No	6	14%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 32: Juego Individual



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: En esta pregunta planteada a los 43 encuestados ellos contestaron indistintamente dando a notar que el 86% que equivale a 37 encuestados ellos están de acuerdo con lo mencionado, mientras que el 14% que equivale a 6 personas no lo están, siendo necesario trabajar por esta minoría para unificar los criterios personales.

Interpretación: De acuerdo a los resultados de la encuesta se evidencia que la mayoría de los encuestados considera estar de acuerdo con lo mencionado ya que el juego individual es la forma adquirida en un proceso de enseñanza y es factible dentro del campo de juego porque se destacara del resto y tiene más formas de ayudas hacia el equipo atacando el uno vs uno mediante su esquema individual, mientras que existe una minoría que no comparte con la pregunta planteada por lo que es necesario enseñar de la mejor manera para unificar su criterio.

8.- ¿Cree usted que la triple amenaza ayuda en los sistemas de juego del equipo?

Datos:

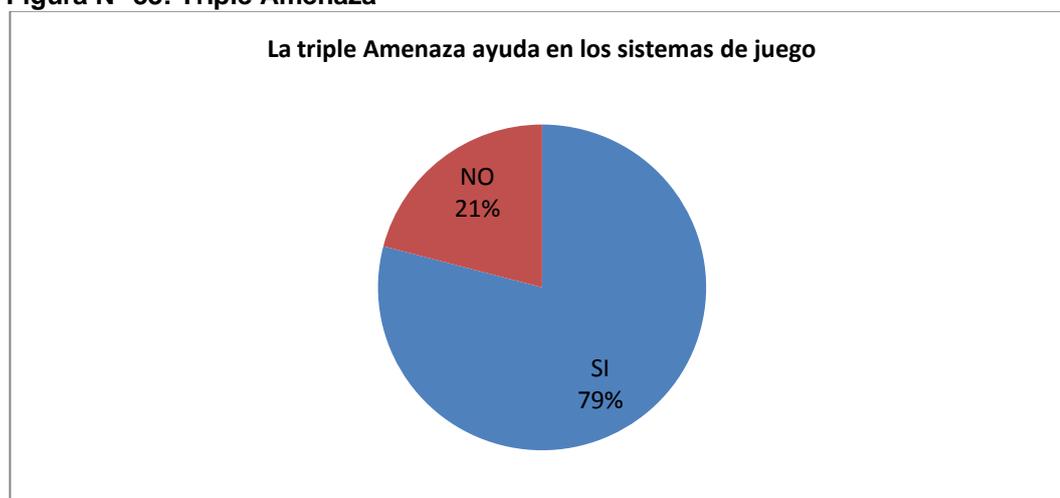
Tabla N° 12: Triple Amenaza

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	34	79%
No	9	21%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 33: Triple Amenaza



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: En esta pregunta planteada a las 43 personas estos tuvieron criterios diferentes pero la mayoría está de acuerdo por lo que el 79% que equivale a 34 personas contestó positivamente, mientras que el 21% equivaliendo a 9 personas contestó lo contrario siendo necesario trabajar por esta minoría para unificar los criterios.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos podemos interpretar que la triple amenaza es una forma adecuada para determinar que un jugador tiene tres opciones para resolver un ataque es decir este puede pasar, driblar o lanzar por lo que es un esquema indispensable para un sistema de juego.

9.- ¿Considera usted que los aclarados es la forma de enfrentarse el uno vs uno en los sistemas de juego?

Datos:

Tabla N° 13: Aclarados

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	34	79%
No	9	21%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 34: Aclarados



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: De los 43 encuestados el 79% que son 34 personas dijeron que si, mientras que 9 personas que corresponden al 21% consideran que no conocen acertadamente sobre los aclarados, ejercicio a lo que se debe enseñar a la totalidad de los deportistas para unificar los criterios positivamente.

Interpretación: De acuerdo a los resultados de la encuesta se evidencia que la mayoría de encuestados están de acuerdo que los aclarados es la forma de enfrentarse el uno vs uno en los sistemas de juego, por lo tanto es un ejercicio que va ayudar al deportista a tomar decisiones fundamentales ante el uno vs uno, mientras que una minoría no está de acuerdo o no conoce sobre el análisis de la pregunta por lo que es necesario enfocarse en esa minoría para mejorar la enseñanza y consideren un criterio positivo ante todos.

10.- ¿Considera usted que las fintas ayuda a mejorar los sistemas de juego del equipo?

Datos:

Tabla N° 14: Fintas y sistema de juego

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	38	88%
No	5	12%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 35: Fintas y Sistema de Juego



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: En esta pregunta planteada a los 43 encuestados ellos contestaron indistintamente pero la mayoría está de acuerdo con la pregunta realizada a lo que el 88% que equivale a 38 personas aduce estar de acuerdo mientras que el 12% que equivale a 5 personas no está siendo necesario trabajar por esta minoría para unificar los criterios.

Interpretación: Observando los resultados obtenidos en esta pregunta, una gran mayoría aduce estar de acuerdo con lo señalado tal y como se observa en el grafico, ya que las fintas con balón o sin balón ayuda de mejor manera al equipo a moverse, formando un sistema de juego, con la realización de puestas adentro pantallas, dribling, cross over, por lo tanto es fundamental el ejercicio de fintas mejorando así el sistema de juego que se va a realizar.

11.- ¿Sabe usted si los sistemas de juego ayudan a los contraataques de un equipo basándose en la forma Táctica de juego?

Datos:

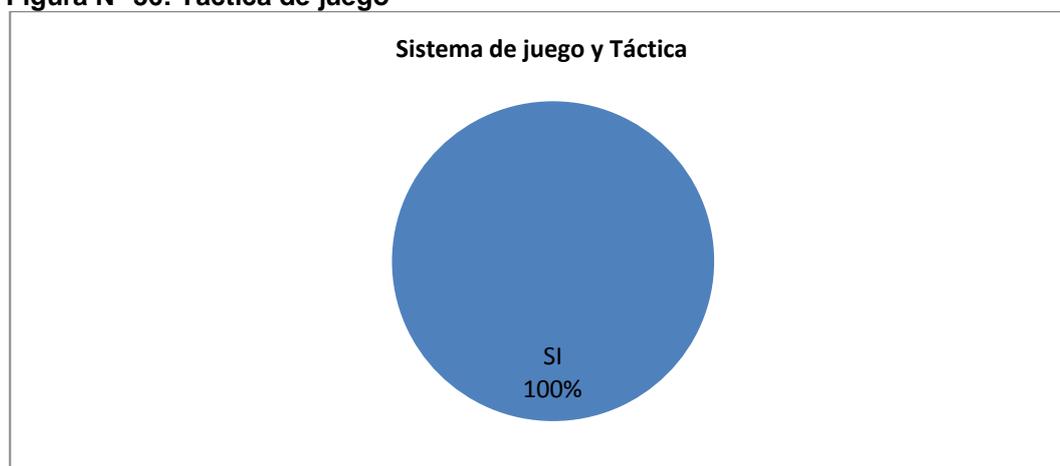
Tabla N° 15: Táctica de juego

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (Porcentaje)
Si	43	100%
No	0	0%
Total	43	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Figura N° 36: Táctica de juego



Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Análisis: De acuerdo a la pregunta planteada a los 43 encuestados ellos contestaron favorablemente, a lo que indican el 100% del total estar de acuerdo con lo señalado.

Interpretación: Tal y como se observa en la grafica el total de los encuestados está de acuerdo que los sistemas de juego ayudan a los contraataques de un equipo basándose en la forma Táctica de juego, mejorando el perfil del equipo en el que pueden pasar de la parte defensiva la ofensiva, es decir realizar un contraataque antes de que el equipo adverso pueda formar su esquema defensivo, mejorando sus salidas rápidas y la formación del sistema de juego.

4.2 Verificación de hipótesis

VERIFICACIÓN DE HIPOTESIS: Hipótesis, Argumento y Verificación

ARGUMENTO.

4.2.1 Combinación de Frecuencias.

Para establecer la correspondencia de las variables se eligió 11 preguntas de la encuesta, cinco preguntas por la variable independiente y seis preguntas de la variable dependiente en estudio.

Análisis de Chi Cuadrado

Para la comprobación de la hipótesis se siguieron los siguientes pasos:

4.2.2 Planteo de hipótesis

a) Modelo Lógico

Hipótesis alternativa

Hi: La transición SI incide en la preparación táctica de los deportistas de baloncesto de la categoría Prejuvenil de Federación Deportiva de Tungurahua.

Hipótesis nula

Ho: La transición NO incide en la preparación táctica de los deportistas de baloncesto de la categoría Prejuvenil de Federación Deportiva de Tungurahua.

b) Modelo Matemático

Ho; $O = E$

Hi; $O \neq E$

c) Modelo estadístico

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

O = Frecuencias observadas E = Frecuencias esperadas

X^2 = Chi cuadrado

4.2.3 Especificación del Estadístico.

De acuerdo a la tabla de contingencia 11 X 2 se utiliza la siguiente fórmula:

$$X^2 = \sum (O-E)^2 / E$$

4.2.4 Especificación de la región de aceptación y rechazo.

Primero se determina los grados de libertad, conociendo que el cuadro está formado por 11 filas y 2 columnas.

4.2.5 Calculo de grados de libertad

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

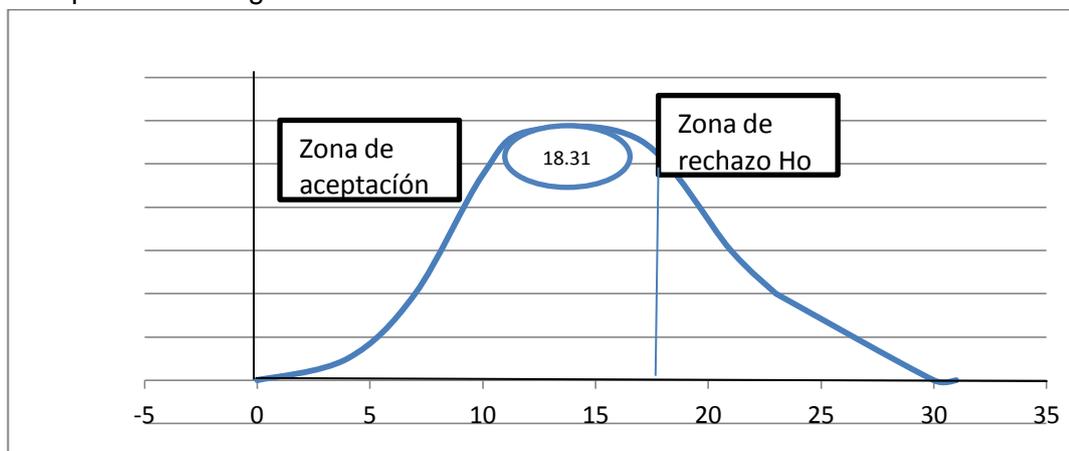
$$gl = (11- 1)(2 - 1)$$

$$gl = (10)(1)$$

$$gl = 10$$

Entonces con 10 Gl y un nivel de 0,05 tenemos en la tabla de ji cuadrado, el valor es de 18.31 por consiguiente se acepta la hipótesis alternativa para todo valor de ji cuadrado que se encuentre hasta el valor 18.31 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 18.31.

La representación gráfica sería:



Chi square distribución

Chi square 25

Figura N°37: Representación del ji cuadrado

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

4.2.6 Distribución Chi Cuadrado

Grados libertad	Probabilidad de un valor superior - Alfa (α)				
	0,1	0,05	0,025	0,01	0,005
1	2,71	3,84	5,02	6,63	7,88
2	4,61	5,99	7,38	9,21	10,60
3	6,25	7,81	9,35	11,34	12,84
4	7,78	9,49	11,14	13,28	14,86
5	9,24	11,07	12,83	15,09	16,75
6	10,64	12,59	14,45	16,81	18,55
7	12,02	14,07	16,01	18,48	20,28
8	13,36	15,51	17,53	20,09	21,95
9	14,68	16,92	19,02	21,67	23,59
10	15,99	18,31	20,48	23,21	25,19
11		19,68		24,73	

Tabla N°16: Distribución Chi Cuadrado

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

P = Probabilidad de encontrar un valor mayor o igual que el chi cuadrado tabulado, α = Grados de Libertad.

4.2.7 Recolección de datos y cálculo de los estadísticos.

Frecuencias observadas

PREGUNTA	CATEGORÍAS		SUB TOTAL
	SI	NO	
1. ¿Considera usted que pasar de la parte defensiva a la ofensiva es secuencia de transición para un contraataque?	39	4	43
2. ¿Cree usted que un Ataque posicional relacionado a un sistema de juego mejora la parte de transición?	37	6	43
3. ¿Considera usted que la Transición, debe sujetarse a las salidas rápidas y formas de correr los carriles?	42	1	43
4. ¿Piensa usted que las características de los jugadores juegan un papel importante en los ejercicios de transición?	39	4	43
5. ¿Cree usted que los jugadores deben optar distintas ubicaciones dentro del campo de juego para ayudar tanto defensiva como ofensivamente en transición?	43	0	43
6. ¿Cree usted que es importante conocer las formas adecuadas de correr por los carriles basándose en los sistemas de juego?	39	4	43
7. ¿Piensa usted que el juego individual compromete al equipo en los sistemas de juego?	37	6	43
8. ¿Cree usted que la triple amenaza ayuda en los sistemas de juego del equipo?	34	9	43
9. ¿Considera usted que los aclarados es la forma de enfrentarse el uno vs uno en los sistemas de juego?	34	9	43
10. ¿Considera usted que las fintas ayuda a mejorar los sistemas de juego del equipo?	38	5	43
11. ¿Sabe usted si los sistemas de juego ayudan a los contraataques de un equipo basándose en la forma Táctica de juego?	43	0	43
SUBTOTAL	425	48	473

Tabla N°17: Frecuencias Observadas

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Frecuencias Esperadas.

PREGUNTA	CATEGORÍAS		SUB TOTAL
	SI	NO	
1. ¿Considera usted que pasar de la parte defensiva a la ofensiva es secuencia de transición para un contraataque?	38,63	4,36	43
2. ¿Cree usted que un Ataque posicional relacionado a un sistema de juego mejora la parte de transición?	38,63	4,36	43
3. ¿Considera usted que la Transición, debe sujetarse a las salidas rápidas y formas de correr los carriles?	38,63	4,36	43
4. ¿Piensa usted que las características de los jugadores juegan un papel importante en los ejercicios de transición?	38,63	4,36	43
5. ¿Cree usted que los jugadores deben optar distintas ubicaciones dentro del campo de juego para ayudar tanto defensiva como ofensivamente en transición?	38,63	4,36	43
6. ¿Cree usted que es importante conocer las formas adecuadas de correr por los carriles basándose en los sistemas de juego?	38,63	4,36	43
7. ¿Piensa usted que el juego individual compromete al equipo en los sistemas de juego?	38,63	4,36	43
8. ¿Cree usted que la triple amenaza ayuda en los sistemas de juego del equipo?	38,63	4,36	43
9. ¿Considera usted que los aclarados es la forma de enfrentarse el uno vs uno en los sistemas de juego?	38,63	4,367	43
10. ¿Considera usted que las fintas ayuda a mejorar los sistemas de juego del equipo?	38,63	4,36	43
11. ¿Sabe usted si los sistemas de juego ayudan a los contraataques de un equipo basándose en la forma Táctica de juego?	38,63	4,36	43
SUBTOTAL	425	48	473

Tabla N°18: Frecuencias esperadas

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Tabla N°19: Cálculo Matemático Chi Cuadrado

O	E	O-E	(O-E)²	(O-E)²/E
39	38,6363	0,3637	0,1322777	0,00342366
4	4,36	-0,36	0,1296	0,02972477
37	38,6363	-1,6363	2,6774777	0,06929954
6	4,36	1,64	2,6896	0,61688073
42	38,6363	3,3637	11,314478	0,29284579
1	4,36	-3,36	11,2896	2,5893578
39	38,6363	0,3637	0,1322777	0,00342366
4	4,36	-0,36	0,1296	0,02972477
43	38,6363	4,3637	19,041878	0,49284941
0	4,36	-4,36	19,0096	4,36
39	38,6363	0,3637	0,1322777	0,00342366
4	4,36	-0,36	0,1296	0,02972477
37	38,6363	-1,6363	2,6774777	0,06929954
6	4,36	1,64	2,6896	0,61688073
34	38,6363	-4,6363	21,495278	0,55634928
9	4,36	4,64	21,5296	4,93798165
34	38,6363	-4,6363	21,495278	0,55634928
9	4,36	4,64	21,5296	4,93798165
38	38,6363	-0,6363	0,4048777	0,0104792
5	4,36	0,64	0,4096	0,09394495
43	38,6363	4,3637	19,041878	0,49284941
0	4,36	-4,36	19,0096	4,36
473	473			25

Tabla N°19: Cálculo Matemático Chi Cuadrado

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

4.2.8 Decisión final

El valor de $X^2_t = 18,31 < X^2_c = 25$

Por lo tanto se acepta la hipótesis altera

Con 10 grados de libertad y un nivel de 0.05, se obtiene en la tabla 18,31 y como el valor de ji cuadrado es de **25** la hipótesis nula se encuentra fuera de la región de aceptación se rechaza y se acepta la hipótesis alternativa.

Se valora que La transición SI incide en la preparación táctica de los deportistas de baloncesto de la categoría Prejuvenil de Federación Deportiva de Tungurahua.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

De acuerdo a los resultados sobre esta investigación se ha llegado a las siguientes conclusiones:

- Se determino que debe existir una correcta planificación englobada a los ejercicios de transición en el baloncesto mejorando tanto la parte defensiva como la ofensiva de un equipo de baloncesto, enfatizando que la manera de enseñar es la practica sobre los diferentes ejercicios que muestren el desenvolvimiento de los jugadores de la categoría Prejuvenil de F.D.T.
- Se logró establecer que la preparación basada en los sistemas de juego en los deportistas, facilitó la auto preparación y correlación de errores, por lo que el deportista estará apto para enfrentar y ayudar en equipo las diferentes situaciones de defensa y ataque.
- Se estableció que la práctica de los diferentes ejercicios de transición sirvió de ayuda a los deportistas para mejorar su esquema defensivo y ofensivo, y precisar el momento indicado para un contraataque así como enfrentarse el uno vs uno, como las salidas rápidas por los diferentes carriles.

5.2 Recomendaciones

- Los entrenadores que estén a cargo de las distintas categorías de baloncesto deberán optar por una planificación acorde a los ejercicios de transición, organizar eventos, actividades, con el propósito de que día a día se vaya mejorando en el deportista lo impartido durante el periodo de aprendizaje.
- El entrenador debe investigar más, observar videos, compartir experiencias con otros colegas trabajar en la antesala del deporte, debe constituirse en una especialización, para trabajar en las diferentes categorías sujeta a la planificación e impartir el orden táctico al que debe sujetarse un equipo de acuerdo al orden de su planificación basándose en la pruebas competitivas fundamentales a las que el equipo esté preparado.
- Es necesario que el entrenador de la disciplina de baloncesto conlleve una planificación y un esquema de ejercicios basados a los cambios transitorios fijándose en una guía metodológica de ejercicios de transición que sirvan de fomento en la preparación de los sistemas de juego de los deportistas de Baloncesto de la categoría pre juvenil de FDT.

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

TITULO DE LA PROPUESTA

DISEÑAR UNA GUÍA METODOLÓGICA DE EJERCICIOS DE TRANSICIÓN QUE SIRVAN DE FOMENTO EN LA PREPARACIÓN DE LOS SISTEMAS DE JUEGO DE LOS DEPORTISTAS DE BALONCESTO DE LA CATEGORÍA PRE JUVENIL DE FDT.

6.1 DATOS INFORMATIVOS

Institución: Federación Deportiva de Tungurahua.

Ubicación: Huachi Loreto

Cantón: Ambato

Provincia: Tungurahua

Teléfono: 2405868

Deportistas Preselección: 40

Entrenadores de Federación Deportiva: 3

6.2 ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA

Con la presente investigación, se pudo verificar que, los deportistas de la categoría Prejuvenil comprendido en edades de 14,15 y 16 años de Federación Deportiva de Tungurahua, necesitan de una guía metodológica de los diferentes ejercicios de transición, con la finalidad de mejorar los diferentes sistemas ofensivos y defensivos del equipo.

Planificar adecuadamente, una secuencia de ejercicios de transición para inculcar en el deportista la forma táctica que debe optar dentro de una competencia, una planificación debe estar dada por el orden técnico al que debe llegar un equipo para sus programas de competencia sean estas internas como la competencia fundamental a la que se quiere llegar.

El propósito del tema de investigación siempre será, desarrollar, en lo posible todas las actividades relacionadas a la formación del deportista con las respectivas variantes, que se exponen en la propuesta, de esta manera mejorar el nivel competitivo, buscando su preparación optima para la competencia, en el que estén sujetos a los ejercicios de transición, para la parte defensiva y ofensiva lo cual deben determinarse situaciones de juego con otros equipos para conocer el nivel competitivo al que van teniendo y en el que deben crecer, mejorando las debilidades y optimizar los errores para mejorar todo su aspecto técnico del deportista.

Un deportista que se forme, con un desarrollo adecuado dentro de los ejercicios de transición, tendrá más posibilidades de mejorar el orden técnico dentro de la disciplina de baloncesto, enfrentando las diferentes situaciones de un contraataque conocer las ayudas en la parte defensiva, determinar las diferentes características de los jugadores y sus ubicaciones dentro del campo de juego, buscando lograr la lectura de juego tanto del equipo adverso como de sí mismo, completando que el jugadores este formado en un orden técnico para incursionarlo dentro de los diferentes programas de selecciones del Ecuador.

6.3 JUSTIFICACIÓN

Al realizar los diferentes ejercicios de transición se estará ayudando a los deportistas preseleccionados de la categoría Prejuvenil de F.D.T. para tomar las mejores decisiones basados de acuerdo a un orden técnico en el cual deben conocer tanto la parte defensiva, ofensiva las salidas rápidas, fintas, características de cada jugador determinar las diferentes

ubicaciones que debe optar el deportista en la parte de doblaje ayudas en la defensa rebotes y salidas rápidas con la determinación de conocer el esquema para un contragolpe determinando las salidas por los carriles mejorando el orden táctico del equipo.

Los entrenadores dentro de la disciplina de baloncesto deben estar sujetos a una planificación ordenada de acuerdo a las diferentes categorías que ellos manejen en el cual debe estar sujetos a organizar, programas de actividades precompetitivas con el afán de ir buscando el nivel competitivo al que se quiere llegar para la competencia fundamental.

La propuesta que implica esta investigación es diseñar una guía metodológica de ejercicios de transición que sirvan de fomento en la preparación de los sistemas de juego de los deportistas de baloncesto de la categoría pre juvenil de FDT, mejorando el nivel de competencia con las diferentes provincias del Ecuador y estar ubicados como provincia dentro de los tres primeros lugares, esto se lo puede llegar con el comprometimiento de la Institución como del Departamento Técnico Metodológico que establezca los parámetros y lineamientos a los que debe sujetarse una planificación.

Esta propuesta implicara más sobre el trabajo de los diferentes ejercicios de transición, basándose en las diferentes etapas que deben irse cumpliendo en una planificación de un orden técnico, táctico, así como deben irse cumpliendo los diferentes periodos de preparación, es importante conocer las diferentes situaciones de juego a las que se presente un equipo tanto en la parte defensiva como ofensiva de tal manera que las diferentes transiciones sean optimizadas para resolver un esquema ofensivo, y pasar de una defensa a un contraataque mejorando la rapidez del equipo, antes que el adversario pueda armar su esquema defensivo, buscando ser determinante a la hora de atacar y conseguir canastas a favor de su cuadro competitivo.

6.4 OBJETIVOS

6.4.1 OBJETIVO GENERAL

Diseñar una guía metodológica de ejercicios de transición que sirvan de fomento en la preparación de los sistemas de juego de los deportistas de baloncesto de la categoría pre juvenil de F.D.T.

6.4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Socializar los ejercicios de transición como parte fundamental en el desarrollo del orden técnico-táctico del deportista.
- Planificar un programa acorde al aprendizaje del deportista basándose en los diferentes ejercicios de transición fomentando el orden técnico-táctico.
- Ejecutar la propuesta planteada sobre los ejercicios de transición sirviendo de fomento deportivo en la preparación de los sistemas de juego de los deportistas de baloncesto de la categoría Prejuvenil de FDT.
- Evaluar el aprendizaje del deportista basándose en los ejercicios de transición bajo el desenvolvimiento dentro de un esquema defensivo y ofensivo sujeto a los diferentes sistemas de juego, dentro del campo precompetitivo.

6.5 ANALISIS DE FACTIBILIDAD

Esta propuesta es factible ya que dentro de ella se presenta una guía metodológica sobre los ejercicios de transición empleadas en la preparación deportiva de la categoría Prejuvenil de Baloncesto en la que predomina el rol del entrenador en la enseñanza fundamental sobre el esquema de orden técnico-táctico bajo la planificación y estructura de un manual o guía de ejercicios que facilite el aprendizaje del deportista.

Es primordial que el profesor o entrenador, sea el encargado de impartir sus conocimientos bajo un orden o una planificación que debe enfocarse en el desarrollo del deportista mediante los ejercicios de transición demostrando los esquemas de defensa y contraataque, desarrollando también un programa de actividades competitivas de tal manera que el entrenador pueda darse cuenta sobre la problemática que conlleva un equipo tanto en la parte defensiva y ofensiva con el fin de mejorar el sistema de juego del equipo.

El trabajo de investigación es factible, puesto que tiene el aval y el apoyo de la institución F.D.T. y del Departamento Técnico Metodológico DTM así como de los entrenadores.

Dentro del aspecto económico, todos los gastos correrán por parte del investigador Lcdo. Patricio Leica

6.6 FUNDAMENTACION CIENTIFICA

Se debe conocer que toda disciplina deportiva, actividad física requiere de un conocimiento científico, de una investigación previa, para saber lo que vamos hacer, y como debemos hacerlo, y sacar el mayor beneficio posible, en bien del deportista y el nuestro mismo.

La planificación “es plasmar mental o gráficamente y con anticipación el contenido, la progresión los cambios, el lugar y las demás condiciones del entrenamiento” y la periodización “es la estructura de los cambios que el proceso de entrenamiento va conociendo durante su realización según los periodos por los que atraviesa”. Fernández J.A, (1981)

Los ejercicios de transición reúnen todas las cualidades físicas, para el desarrollo de orden técnico-táctico del deportista buscando obtener el mejor desenvolvimiento dentro del campo de juego pasando de la parte defensiva a la ofensiva.

La transición dentro del baloncesto debe ser determinante en la enseñanza del esquema de una defensa y un contraataque mejorando el trabajo de los jugadores, para el trabajo se requiere la evaluación del equipo o de los deportistas que van estar inmersos dentro del programa de entrenamiento, basándose así en la singularidad o las características propias de cada jugador, como también enfocarse en un trabajo coordinado y planificado demostrando el orden de competencia a las que se quiere llegar, buscando la competencia fundamental del equipo.

La transición habla sobre el esquema defensivo y ofensivo, como pasar de una defensa zonal a un contraataque con éxito, en el que se exige una actitud agresiva por parte de cada uno de los jugadores, pasando en un determinado tiempo de una intensidad excitante y tener la oportunidad de desarrollar un juego sorpresivo para el rival, en la cual se debe estar constantemente concentrados de forma que tengan confianza en su habilidad para batir al contrario en cualquier oportunidad, y de esta manera, aumentar la fortaleza de cada jugador.

Dentro de un contraataque hay que tener en cuenta las siguientes consideraciones hacia el jugador:

El ser versátil no debe tener límites dentro de la organización del jugador, desarrollando sus propias habilidades demostrando la confianza de sí mismo para tener las mejores opciones determinantes dentro del campo de juego.

Se debe tener paciencia y positivismo hacia el jugador, ya que ellos tienen una progresión diferente, debido a una serie de aspectos, como son reflejos, coordinación, velocidad de reacción, intuición en si el desarrollo de sus habilidades físicas y coordinativas, ayudando al jugador a mejorar los niveles de progresión y los procesos de entrenamiento al que están sujetos.

El entrenamiento diario debe ser la mejor clave del éxito para el desarrollo e incremento de los entrenamientos específicos basados en una planificación de un orden técnico-táctico dentro del equipo sin dejar de lado el aspecto físico y su desarrollo siendo necesario todo un trabajo de entrenamiento contextual y planificado, siguiendo los ciclos y la metodología de entrenamiento del deportista para el juego colectivo, fortaleciendo el criterio y personalidad del jugador para enfrentar al equipo adverso con las decisiones concernientes a la hora de una ataque definido del equipo. Inculcar a los jugadores a ser agresivos es muestra de definición personal dentro de la defensa, siguiendo la continuidad de un contraataque.

Los fundamentos individuales y colectivos, siguen un rol importante dentro de las diferentes posiciones del juego, tanto los hombres de perímetro como los de dentro. El trabajo disciplinado y ordenado en grupo es primordial, fomentando el individualismo en el juego para tomar sus propias decisiones, logrando también dentro de lo colectivo conseguir una buena coordinación de movimientos para que todos tengan su oportunidad a la hora de definir a canasta.

Dentro de la filosofía del contraataque, en el que se puede indicar que está sujeto por sus características determinantes tanto como una arma ofensiva y agresividad, el estilo de juego e imperativo, la toma de decisiones, ser rápido a la hora de realizar una transición es decir haber defendido y recupera para contragolpear, en si todas las aportaciones y afectivas tanto colectivo como individual deben ser un paso firme para aportar como jugador dentro del equipo.

Por lo tanto no podemos dejar de lado el propósito de nuestra propuesta planteada: Diseñar una guía metodológica de ejercicios de transición que sirvan de fomento en la preparación de los sistemas de juego de los deportistas de baloncesto de la categoría pre juvenil de F.D.T.

EJERCICIOS DE TRANSICIÓN FOMENTADO EN LA PREPARACIÓN Y FORMACIÓN EN LOS SISTEMAS DE JUEGO DE LOS DEPORTISTAS DE BALONCESTO DE LA CATEGORÍA PRE JUVENIL DE F.D.T.



Ambato-Ecuador
2018

INTRODUCCIÓN

El esquema de los ejercicios de transición, son una base indispensable en la formación del jugador indicando su juego colectivo e individual, basándose también a un contraataque, luego de realizar la formación defensiva para pasar a la parte ofensiva dentro del campo de juego.

Esta propuesta promoverá los diferentes métodos de orden técnico-táctico contribuyendo al contraataque del equipo demostrando un esquema ordenado a la hora de enfrentarse contra un cuadro defensivo, por lo que es concerniente demostrar las diferentes posibilidades de acuerdo a los estándares defensivos que muestre un equipo contrario.

El aprendizaje del deportista debe estar dado por todas las etapas sujetas a los entrenamientos, tales como sus habilidades, velocidad de reacción, el individualismo y su juego colectivo, en el que se muestra todas las etapas y procesos aprendidos dentro de su entorno global al entrenamiento.

Dentro de esta guía se cuenta con un programa detallado de ejercicios de transición que fomentando la formación tanto del jugador dentro del esquema individual y colectivo.

Esta guía consta de tres fases importantes:

La fase I describe los conceptos defensivo y ofensivo.

La fase II describe los diferentes ejercicios en los esquemas defensivos

La fase III Describe los ejercicios de transición.

FASE I

CONCEPTOS DEFENSIVO Y OFENSIVO

El baloncesto en la actualidad se basa en dos esquemas:

1. Defensa
2. Contraataque

Desde el punto de vista de esta teoría, la defensa es la parte esencial de un equipo en el cual la importancia de recuperar el balón por parte del equipo contrario debe ser sujeta a la agresividad y comprometimiento del equipo por determinar el contraataque, del equipo. Torres J, (1985)

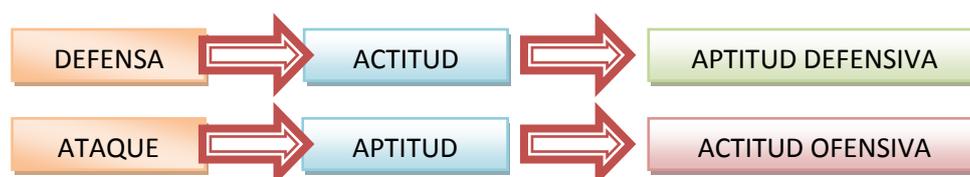
La defensa viene definida por la no-posesión del balón por parte de un equipo en el que los defensores tiene como objetivo interrumpir el ataque del adversario con la finalidad de que los jugadores no puedan ir a canasta, filtrar o lanzar pases, el jugador que defiende debe estar concentrado de tal manera que pueda robar los balones, o forzar al equipo a tener errores en la entrega del balón.

Una buena defensa no debe estar limitada en un simple esquema defensivo ya que todos deben ser complemento por un objetivo que es recupera un balón, defendiendo tanto uno vs uno como el control de rebote.

A diferencia de un ataque en el que prima la calidad del jugador, para hacer una buena defensa, se entiende que no solo se consigue los objetivos perseguidos evitando las canastas, o recuperando el balón sino muchas veces se las consigue con la actitud que demuestra el deportista y quien contagie al equipo con esas ganas de querer más de lo que se puede con el afán de conseguir su objetivo.

Al jugador debemos enfocarlo como una necesidad trascendental la defensa lo cual es motivo de mejorar los lineamientos y las responsabilidades enmarcadas para cada uno de los jugadores, la enseñanza de defensa debe ser algo divertido en el que cada uno de ellos sienta motivación por recuperar un balón.

Se puede dar una relación valedera que enmarque al jugador dentro del campo de juego en el que demuestre la actitud, aptitud tanto en defensa y ataque, lo cual podemos describir lo siguiente:



Una buena defensa debe ser consciente ya que se está defendiendo a cinco jugadores rivales y no solo se debe enfocar en uno solo, el jugador debe tener ciertos roles dentro del campo de juego, un deportista no solo debe enfocarse en uno solo sino en defender dos rivales para que no pueda existir la ayuda, debe pues existir un orgullo individual de salir airoso en el enfrentamiento que supone el 1 vs 1, siendo la parte esencial de una defensa.

Dentro de la defensa debe sujetarse a tres determinaciones:



Figura N°38: Esquemas a defender

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Una defensa bien estructurada tanto en la parte individual como en lo colectivo determinara el objetivo al que se quiere llegar, tal es esto como el dejar al rival en menos puntos posible, y para ello tratara de reducir al máximo su número de posesiones o bien provocar el mayor número de errores en el ataque, inclusive forzarlos a los lanzamientos errados sin que ellos conviertan, de esta manera conseguir recuperar la posesión del balón para la construcción de un ataque.

Lo determinante de realizar una defensa es estar atento para la construcción del mismo y aplacar el contraataque del equipo rival es decir se debe realizar un balance defensivo consistiendo en que los jugadores de base o escolta o quien cubra el perímetro de salida deberán hacer el balance defensivo, siendo la finalidad de contrarrestar el ataque por lo que debe ser notable lo siguiente:

- No permitir el contraataque  Realizar un balance defensivo
- Conseguir que en el ataque realice tiros forzados.  Nada fácil
- No permitir ganar el rebote realizar.  Buen bloqueo en el rebote

Lo fundamental en la defensa es que no logren dar el primer pase, siendo la concentración la parte esencial, en la que los jugadores no deben dejar que realicen más de tres pases para poder recuperar lo más pronto el balón y realizar el ataque respectivo. Para conseguir esto debemos defender al pívot en cualquier posición, no solo debajo de canasta sino en toda la zona respectiva de defensa.

El **Contraataque** está subordinado al sistema defensivo, en el cual determina que la defensa debe ser primordial para recuperar balones y conseguir encestar al equipo contrario, y ser rápido en la salida para no dejar que el equipo adverso pueda construir su defensa.

La entrenadora Stanley mantiene que para ser un buen jugador ofensivo es necesario mantener las siguientes características:

- Saber cómo moverse con / sin Balón.
- Tener un buen porcentaje de tiro (en estático y en movimiento).
- Saber seleccionar los tiros
- Confiar en tus habilidades (adquiridas en los entrenamientos).

Stanley M, Julio (1984)

El deportista a temprana edad es un imitador de los demás es decir cada vez que vea algo nuevo e innovador esto atraerá al comportamiento dentro del aprendizaje del baloncesto sea este mediante fintas, cross over, un buen dribling, son fundamentos esenciales que el jugador ira adoptando dentro de su aprendizaje.

Existen fundamentos esenciales a la hora de realizar un ataque sorpresivo al rival como es:

1. Técnica Individual.- Se basa en toda una estructura de fundamentos ofensivos que el jugador es capaz de desarrollar a diferentes cambios de velocidad, esto se lo realiza de acuerdo al aprendizaje que va adquiriendo y a su auto preparación dentro y fuera del campo de entrenamiento.
2. Táctica Individual.- Basada en la aplicación de un determinado objetivo en función de las necesidades que mantenga el equipo, es decir construir un ataque para lograr encestar los mayores puntos posibles.
3. Lecturas de las Situaciones de Juego.- Para una correcta lectura de juego es necesario los ejercicios de visión periférica, donde el jugador debe estar viendo de dos a tres objetivos al mismo tiempo, es decir concentrarse en la defensa tanto en el balón, jugador, tablero así como el ataque, ver la estructura de la defensa del rival, buscar espacios para el ataque, cortar con y sin balón y establecer la mejor opción para llegar al cesto rival.

Los jugadores en el ataque debe estar seguros de los objetivos que se quiere llegar con el equipo dentro del juego, esto es determinante

basándose en la formación individual de los deportistas, en lo que se puede establecer que el ataque es más fácil realizarlo para destruir una defensa, que construir la misma.

Dentro del ataque la forma individual del jugador será indispensable para llegar al objetivo tal como: postura del cuerpo para pedir un pase, bloqueos, ganar posición dentro y fuera del perímetro de ataque en zona así como ejecución de puestas atrás para ganar la posición al defensor.

LA FASE II

EJERCICIOS ESQUEMAS DEFENSIVOS

Ejercicio N°1

Tema: DEFENSA	
Objetivo	Definir la postura correcta para la adquisición de la defensa individual del jugador.
Materiales	<ul style="list-style-type: none">• Balón• Conos• Cancha
Participantes	15 jugadores
Desarrollo	
	<p>Los pies deben estar separados a la altura de los hombros, piernas flexionadas, las caderas deben estar lo más bajo posible, sobre la punta de los pies recae el peso del cuerpo.</p> <p>La posición de los brazos deben ser extendidos de tal manera que los codos se encuentren separados del cuerpo y la palma de las manos una defendiendo el balón y la otra a la ejecución del pase.</p>

Figura N°39: Postura del jugador en la defensa

Fuente: Adaptadas por el Investigador

Elaborado por: Leica, 2018

Ejercicio N°2

Tema: HABITOS EN LA DEFENSA	
Objetivo:	Mejorar el dominio defensivo hacia el rival
Materiales:	Balones Cancha
Participantes	15 jugadores
Desarrollo:	
	<p>En este ejercicio el jugador debe optar la posición básica de defensa en el cual debe incluir:</p> <ul style="list-style-type: none">Posición fundamentalPiernas flexionadasDistancia brazo <p>El defensor siempre se interpone Defender balón, jugador y el aro.</p>

Figura N°40: Hábitos en la defensa
Fuente: Adaptadas por el Investigador
Elaborado por: Leica, 2018

Ejercicio N°3

Tema: DENSFA 1 VS 1	
Objetivo	Desarrollar la defensa individual 1vs1 para determinar la velocidad de reacción y postura de defensa.
Materiales	<ul style="list-style-type: none">• Balón• Conos• Cancha
Participantes	15 jugadores
Desarrollo:	
	Trabajo en parejas con un balón, se realiza en los carriles de la cancha ida y vuelta defensa uno/uno, primero el uno realiza el ataque en forma zigzag, y el otro defiende mejorando la postura de los pies en los desplazamientos posterior a ello luego se cambian.

Figura N°41: Defensa 1vs1

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Ejercicio N°4

Tema: DEFENSA ANTE PENETRACIÓN	
Objetivo:	Mejorar el individualismo en la parte defensiva para dificultarlo el trayecto a canasta
Materiales:	Cancha Balón
Nº de participantes:	15 jugadores
Desarrollo:	
	En este ejercicio, hacemos ubicarlos en la mitad de la cancha, dos columnas divididas la una al lado derecho con balón y la otra al lado izquierdo sin balón quienes defenderán el 1vs1 penetración a canasta, el objetivo de este es llegar al jugador mediante desplazamientos paralelo dentro de la zona de penetración, con desplazamientos cortos e intentamos ,mantener la distancia brazo, pero sin tocarle como si fuéramos su imagen es decir ejercicio espejo, y así nos acercaremos ligeramente al aro en el desplazamiento para bloquear su filtrada.

Figura N°42: Defensa ante penetración

Fuente: Adaptadas por el Investigador

Elaborado por: Leica, 2018

Ejercicio N°5

Tema: DEFENSA AL TIRO DE MEDIA Y LARGA DISTANCIA	
Objetivo:	Fortalecer los bloqueos directos cuando el jugador realice el tiro
Materiales:	Cancha Balones.
Nº de participantes:	16 a 20 jugadores formados en parejas
Desarrollo:	
	<p>Aquí en este ejercicio debemos enseñar a diferenciar a los jugadores que penetran a canasta y a los que lanzas medias y largas distancias, para lo cual debemos dividir al grupo en parejas con balón de la misma manera puede ser la mitad de la cancha o desde el fondo de cancha donde el jugador con balón buscara el perímetro para realizar el tiro y el otro defenderá siguiendo los siguientes pasos.</p> <p>Poner una mano sobre el tiro No saltar a taponar, ganar la posición. Una vez efectuado el tiro cerramos el rebote. En la defensa las acciones van por parejas. Ayudo recupero Coger el rebote y efectuar el primer pase para salida rápida. Brazos en plano vertical obstaculizar el tiro y no querer quitar el balón con la mano (no hace falta)</p>

Figura N°43: Defensa al tiro de media y larga distancia

Fuente: Adaptadas por el Investigador

Elaborado por: Leica, 2018

Ejercicio N°6

Tema: DEFENSA AL PIVOT	
Objetivo:	Mejorar el estado de verticalidad del defensor
Materiales:	Balón, Parantes de obstáculos
Nº de participantes:	Trabajo en parejas de 16 a 20 jugadores
Desarrollo:	
	Me quedo con las dos manos extendidas y clavadas las piernas para no saltar a las fintas, para no cometer faltas. Luego del tiro ir al rebote no sin antes de bloquear al jugador, mantener el estado de verticalidad, no taponar la mejor opción es dificultar el tiro para luego cerrar el rebote y realizar un contraataque.

Figura N°44: Defensa al pivot

Fuente: Adaptadas por el Investigador

Elaborado por: Leica, 2018

Ejercicio N°7

Tema: BLOQUEO DEFENSIVO	
Objetivo:	Mejorar la postura de bloqueo al jugador ofensivo
Materiales:	Hombre /Hombre Balón
Nº de participantes:	Trabajo en parejas de 16 a 20 jugadores
Desarrollo:	
	<p>En parejas divididos en las dos zonas 8 jugadores en el un lado de la cancha y los otros al otro lado, el trabajo consiste en lo siguiente mientras el uno realiza un lanzamiento el otro debe bloquear al jugador que va ir al rebote con la finalidad de que no vuelva a ganar el balón.</p> <p>Se debe cerrar el rebote, piernas flexionadas interponiendo cuerpo al ataque, los brazos extendidos y la vista al balón, una vez recuperado el balón se busca una salida de pase rápido, para sorprender el ataque.</p>

Figura N°45: Bloqueo defensivo

Fuente: Adaptadas por el Investigador

Elaborado por: Leica, 2018

Ejercicio N°8

Tema: DEFENSA LINEA DE PASE	
Objetivo:	Mejorar la visión periférica con el fin de bloquear los pases del adversario.
Materiales:	Balón Chalecos Jugadores
Nº de participantes:	5 vs 5
Desarrollo:	
	<p>Hacerlos jugar 5vs5 en la mitad de la cancha, donde se ira mostrando el cierre de una línea de pase, donde la concentración y la comunicación en el equipo es fundamental.</p> <p>Se tiene que cerrar las líneas de pase fáciles con los brazos extendidos, en donde se observa si el balón esta en el eje los jugadores defensivos de las esquinas deberán cerrar el pase con la una mano extendida, tal y como se observa en el lado derecho.</p>

Figura N°46: Defensa línea de pase
Fuente: Adaptadas por el Investigador
Elaborado por: Leica, 2018

Ejercicio N°9

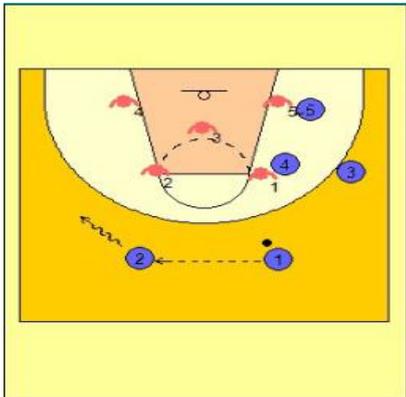
Tema: DEFENSA EN ZONA 2-1-2 también 2-3	
Objetivo:	Formar una defensa orientada al ataque del equipo rival.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos
Nº de participantes:	5vs5
Desarrollo:	
<p>2-1-2</p> 	<p>El desarrollo de este esquema defensivo es realizar la formación 2-1-2, en la cual todos están sujetos a recorrer donde se encuentra el balón, cubriendo zonas al lado fuerte, lado débil, y al jugador próximo en recibir el pase.</p> <p>Los jugadores 1 y 2 deben ser rápidos ya que el uno será el escolta del otro, siendo los principales en desesperar al rival para soltar el pase, el 3 posee una ventaja respecto a la envergadura, mientras el 5 y 4 son jugadores muy fuertes con ventaja de fuerza y cuerpo.</p>
	

Figura N°47: Defensa zona 2-1-2 o 2-3

Fuente: Adaptadas por el Investigador

Elaborado por: Leica, 2018

Ejercicio N°10

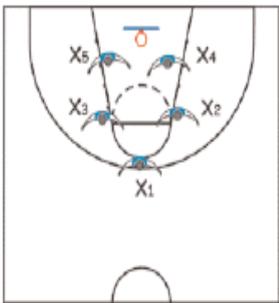
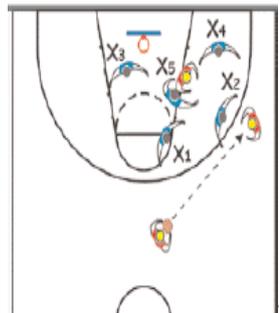
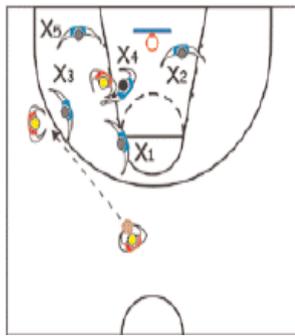
Tema: ZONA 1-2-2 Mirko Novosel	
Objetivo:	Conocer un tipo de defensa que vaya orientada al ataque del equipo rival.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos
Nº de participantes:	Grupos de 5 jugadores para realizar 5vs5.
Desarrollo:	
<div style="text-align: center;">1-2-2</div>  <p style="text-align: right;">1</p>  <p style="text-align: right;">2</p>  <p style="text-align: right;">3</p>	<p>1- La posición de la defensa básica cuando el balón está en el centro. x1 es el mejor defensor está situado en el centro. x2 tiene su pie interior en la esquina de la zona alero. x3 se encuentra a un paso de la esquina de la zona, alero rebotador. x4 tiene ambos pies dentro de la zona, hacia la altura de poste medio, debe estar un paso más cerca del balón que el poste atacante, mejor rebote. x5 tiene ambos pies dentro de la zona, hacia la altura de poste medio, debe estar un paso más cerca al balón, mejor rebote.</p> <p>2- El x4 se encuentra a medio camino en la esquina y debe estar atento para cortar, con su brazo interior, el pase al poste bajo, x5 está en línea con el balón defendiendo 3/4 por delante lado de la línea de tiros libres, x3 está en línea con balón y la esquina contraria con ambos pies dentro de la zona. x1 está en el círculo de tiros libres, con su pie interior en contacto con la línea de tiros libres.</p> <p>3- Pase desde el centro al alero izquierdo, x3 defiende al alero cara a cara con pie interior hacia arriba, forzando al atacante hacia la banda y evita el pase al poste. X5 se encuentra a medio camino hacia la esquina y estar atento al corte con su brazo interior al pase poste bajo, x4 está en línea con el balón, defiende al poste 3/4 por delante lado de la línea de tiros libres. x2 está en línea con el balón y la esquina contraria, con ambos pies dentro de la zona. x1 está en el círculo de tiros libres, con su pie interior en contacto con la línea de tiros libres.</p>

Figura N°48: Defensa zona 1-2-2

Fuente: Adaptadas por el Investigador

Elaborado por: Leica, 2018

Ejercicio N°11

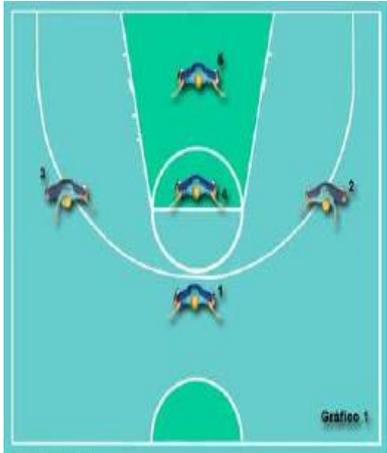
Tema: ZONA 1-3-1 Dan Peterson	
Objetivo:	Conocer un tipo de defensa que vaya orientada al ataque del equipo rival o jugadores lanzadores de larga distancia.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos
Nº de participantes:	Grupos de 5 jugadores para realizar 5vs5.
Desarrollo:	
<p>1-3-1</p>  <p style="text-align: right; font-size: small;">Gráfico 1</p>	<p>La defensa 1-3-1 o defensa cruz como muestra en la fig. es una defensa determinante de presión tanto en media cancha como en zona, el jugador 1 será el más rápido, mientras que el jugador 2 será el escolta del uno siendo este también rápido y ubicado al costado de la zona, mientras que el 3 también será un alero alto que pueda ayudar a la asfixia del equipo rival, para recuperar balones en línea de pase y doblar y 4 estará ubicado en el centro será el jugador grande que guarde nuestra zona y evite los pases interiores, y el jugador 5 será también el mas rápido para desequilibrar al jugador que penetre o vaya al tiro y de tal manera que pueda doblar, esto se lo hace con apoyo del jugador más cercano al balón. Esta defensa determina los traps lo cual significa el 2x1 el cual rige al doblaje defensivo en las esquinas, situación en la que 2 defensores cierran al atacante con balón en una de las 4 esquinas del medio campo.</p>

Figura N°49: Defensa zona 1-3-1 o 3-2

Fuente: www.edu.xunta.gal/centros/cafi/aulavirtual2/pluginfile.php/33146/mod_resource/content/0/Acciones_Tec-Tac_1o_V12-13.pdf

Ejercicio N°12

Tema: DEFENSA ZONA 3-2 Barc,a	
Objetivo:	Conocer un tipo de defensa que vaya orientada al ataque del equipo rival formando triángulos defensivos
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos
Nº de participantes:	Grupos de 5 jugadores para realizar 5vs5.
Desarrollo:	
<p style="text-align: center;">3-2</p>	<p>La defensa 3-2 , el desarrollo de esta defensa debe ser precisa y exigente igual que las demás zonas, en las que se crean un bosque de brazos, achicar espacios, mover los brazos y hacerse grande tanto para el rebote, comunicación defensiva, los jugadores 1 y 2 deben ser más agresivos y más exigentes ya que son los más rápidos, y el 3,4,5 es el seguro de vida, pudiendo formar un triángulo defensivo, 3 en su carril, evita que 1 pase o tire cómodo pero nada más, nunca tratar de taponar, la mejor opción de los defensores es bloquear el tiro y recuperarlo con un triángulo interior de rebote.</p> <p>El #4 es un jugador fundamental para el éxito de la defensa, debe ser más alto que los bases rivales, obstaculizando el tiro, así como ganar la línea de algún penetrador para poder bloquearlo o taponarlo con distancia cuando el #5 no pueda llegar a la esquina o hayan roto su esquema defensivo, el #3 debe defender a los pivots contrarios y ser un buen rebote, los #1 y #2 deben jugar con agresividad sin permitir jugar cómodos a los atacantes situados a las líneas de tiros libres.</p>

Figura N°50: Defensa zona 3-2

Fuente: www.edu.xunta.gal/centros/cafi/aulavirtual2/pluginfile.php/33146/mod_resource/content/0/Acciones_Tec-Tac_1o_V12-13.pdf

FASE III

EJERCICIOS DE TRANSICIÓN

La transición

Para relacionar el ataque o realizar la transición oportuna en lo cual nos permita pasar de defensa a ataque, es necesario conocer algunas pautas dentro de la enseñanza y planificación como es:

- Se debe conocer si el equipo es de formación, elite o sénior.
- E uso adecuado de los espacios.
- Las áreas importantes que se rigen en el juego.
- Los jugadores más determinantes que disponemos.
- El tipo de jugadores que tenemos: (altos, rápidos, buenos manejadores de balón las características que presentan los jugadores).

De acuerdo a todas estas funciones y objetivos de la formación de un equipo podremos realizar un ataque en zona y otro individual, en dependencia de las situaciones de juego y los conceptos que se determinan dentro del campo de juego.

La transición está basada en realizar un contraataque oportuno en el que podamos originar una superioridad numérica es decir si uno ataca todos deben ir por el mismo objetivo, si uno corre todos corren sin olvidarse del balance defensivo.

La superioridad del equipo debe ser fijada siempre:

- En un 2vs1 canasta fácil y ser posible bandeja.
- En un 3vs2 es el prototipo de determinación, queremos bandeja o un tiro de alto porcentaje.

- En un 4vs3 interviene el tráiler, queremos una bandeja o tiro corto del poste que entra o bien una suspensión corta de alto porcentaje del resto.
- En un 5vs4, intervienen los dos postes o trailers, igual se busca canastas cortas de los postes o bien tiros de alto porcentaje del resto buscando bloquear el contragolpe y esquematizar el balance defensivo.

Un contraataque debe comenzar justos en el momento en que el balón este en nuestro poder, no antes, y por consiguiente el primer pase es de capital importancia sea cual sea la situación en que la demos o se la haya recuperado, sea este de tapón, rebote, bloqueos, doblajes, etc.

Cuando menos realicemos el boteo al recuperar el balón y realicemos lo más pronto el pase determinaremos, mas rápido la transición al ataque, en el que no debemos olvidarnos que el juego hoy en día es más rápido versátil y eficaz a su vez, donde se utiliza mas pase y menos bote.

Las zonas ideales donde se debe dar el primer pase son las prolongaciones hasta la banda del tiro libre es decir un pase a la diagonal, así como el pase al área central de la botella ya sea después de recuperar en balón como después de una canasta convertida.

Lo ideal en un equipo seria tener dos hombres capaces de llevar un balón, y podríamos colocar uno en la diagonal del tiro libre y el otro en el área central, siendo los rebotes en recuperar y bloquear la canasta para salir al contragolpe formando un triangulo defensivo antes de realizar la transición oportuna para pasar de la parte defensiva a la ofensiva.

Para realizar la transición o contraataque se deberá conocer los carriles de la cancha o pasillo, lo cual se deberá dividir en tres carriles. Las calles se llaman central y lateral, en lo que para ser posible es oportuna que exista un hombre en cada calle y corriendo los trailers un poco más

retrasados y corriendo sobre las líneas que dividen las calles central y laterales.

Se debe indicar siempre que al formar los carriles, es necesario que el balón siempre baya por el centro, donde se podrá visualizar de mejor manera a la persona que está más libre o más cerca a la canasta para embocarla enfocándolos en la confianza al dar el pase.

Hay quienes pueden hacer una formación con mas carriles es decir la calle central, y dos calles más a cada lado pero siempre el balón en el central para tener mejor una visión periférica para la entrega y recepción del pase.

Para realizar una buena transición es decir pasar del esquema defensivo a un ofensivo se debe tener algunas características dentro del juego como es:

- Rebote defensivo, recuperar el balón ejecutar el primer pase y segundo pase de apoyo.
- Manejo del balón, llevarlo por el carril central luego del primer pase o salida.
- Pases, debe ser controlado y la entrega de mejor manera sea de pecho y a una mano en carrera pase largo.
- Bote, debe ser fuerte y rápido con cambios de dirección y velocidad.
- Tiro, lo más eficaz debería ser una bandeja y si es tiro que este sea cómodo y de alto porcentaje para el equipo, así como un tiro de tres puntos.
- Rebote ofensivo, lo cual determina en llegar más rápido al esquema de ataque logrando tener superioridad del equipo defensor, esto permite tener hombres en carrera y cerca del aro tener más y mejores opciones de contraataque.

Ejercicio N°1

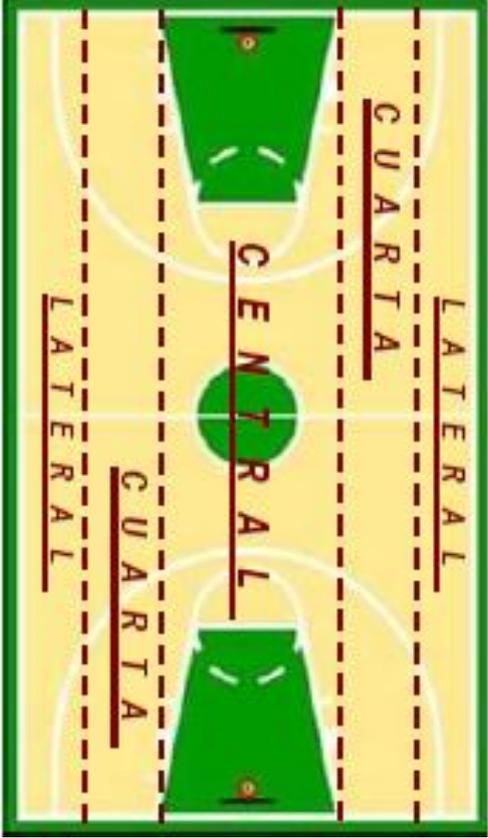
Tema: CARRILES DEL CAMPO DE JUEGO	
Objetivo:	Conocer los carriles del campo de juego para determinar la carrera de cada jugador
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Grupos de 5 jugadores
Desarrollo:	
	<p>Dividir el campo de juego en tres calles o cinco, la cual esta dado por una central y dos laterales</p> <p>También una central y dos a cada lado, obligando al jugador correr por estas calles. Enseñando quienes vendrán por estas zonas.</p> <p>Jugador 1. Deberá llevar el balón por el carril central.</p> <p>Jugador 2. Deberá correr a su diagonal de la zonal tiro libre.</p> <p>Jugador 3 por el lado contrario del dos hundiéndose al fondo del campo de juego zona triple y jugadores 4,5 serán los tráiler el cual el uno debe forzar su carrera para ir hacia el otro fondo del campo de juego contrario a lo de 3 y 5 con una carrera retrasada convertirse en tráiler correino entre la línea central y el carril extremo.</p>

Figura N°51: Carriles del campo de juego

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°2

Tema: Áreas de recepción de pase	
Objetivo:	Conocer los pase de recepción dentro de las zonas determinantes para efectuar un contraataque.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Grupos de 5 jugadores
Desarrollo:	
	<p>Para efectuar el primer pase o los pases de entrega es necesario que los jugadores conozcan las áreas de recepción.</p> <p>Para mejor comprensión dividiremos el medio campo defensivo en áreas de recepción.</p> <p>El área corta y el área del centro son las ideales para realizar el primer pase, tanto si se ha recuperado el balón en rebote o canasta.</p> <p>Después del rebote es conveniente que el reboteador se gire, primero hacia el área corta más próxima y después hacia el área del centro.</p> <p>El área larga es la ideal para recibir un pase largo o después de una intercepción (Robar el balón)</p>

Figura N°52: Áreas de recepción del balón

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°3

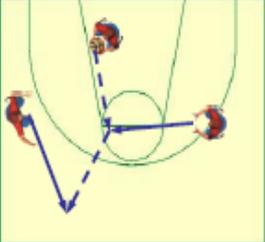
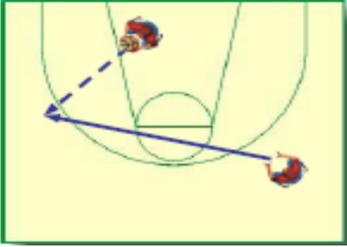
Tema: Primer pase de seguridad y el segundo de apoyo	
Objetivo:	Mejorar el primer pase de seguridad y conocer cuál es de apoyo para determinar un contraataque.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 de 2 y 3 jugadores divididos.
Desarrollo:	
 1  2	<p>En el desarrollo del primer pase de seguridad debemos enfocarnos en quien recibe el balón.</p> <p>Fig 1- Lo ideal es tener dos jugadores que puedan llevar el balón y así tener superioridad numérica como dos puntos de apoyo en el área corta y central.</p> <p>Fig 2- El reboteador y los dos posibles receptores forman un triangulo.</p> <p>Fig 3- Aquí reflejamos la posición que debe adoptar los dos jugadores capaces de avanzar con el balón.</p> <p>Fig 4-fig 5- Se refleja la posición que debe adoptar el jugador que va a llevar el balón al ataque siempre este debe ser un buen manejador de tal manera que tenga una visión periférica para la entrega inmediata del pase en un contraataque, de superioridad numérica.</p>
 3	
 4	
 5	

Figura N°53: Primer pase de salida

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°4

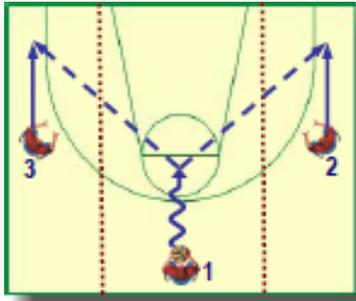
Tema: Pase y carrera de carriles	
Objetivo:	Determinar el primer pase para luego aportar con un segundo mediante los cortes de los jugadores por carriles.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 de 2 y 3 jugadores divididos.
Desarrollo:	
 <p>1</p>  <p>2</p>  <p>3</p>	<p>Indicar a los jugadores que corren por las calles laterales deben ir bien abiertos y a toda velocidad, sin perder de vista el balón, cuando este avanza por la calle central, cuando llegan a la altura de la línea de tiros libres, tienen dos opciones:</p> <p>Cruzarse con posible bloqueo con el otro jugador que va por el otro extremo cambiándose de calle.</p> <p>Luego de realizar este cambio puede volver a su calle.</p> <p>Formar a los jugadores determinando los roles específicos que deben ir adoptando dentro del campo de juego y sus movimientos por el campo de juego.</p>

Figura N°54: Pase y carrera de carriles

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°5

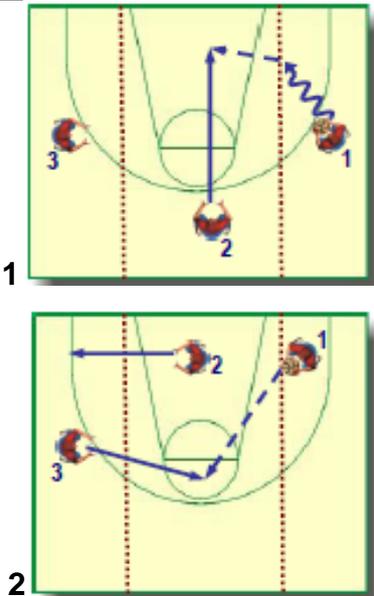
Tema: El balón avanza por la calle lateral	
Objetivo:	Conocer las formas adecuadas de correr los carriles y avanzar con el balón.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 de 2 y 3 jugadores divididos.
Desarrollo:	
 <p>1</p> <p>2</p>	<p>Si el balón avanza por la calle lateral, el jugador que corre por la calle central, que debe ir ligeramente retrasado con respecto al balón, corta hacia el aro y continua hacia la otra calle lateral, el otro jugador de la calle lateral ocupa su espacio.</p>

Figura N°55: Balón avanza por la calle lateral

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°6

Tema: Jugadores corren el mismo carril	
Objetivo:	Conocer las formas adecuadas de correr los carriles y avanzar con el balón.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 de 2 y 3 jugadores divididos.
Desarrollo:	
<p>1</p>	<p>Se indicara a los jugadores si existe situaciones especiales es decir dos jugadores corren el mismo carril se solucionara de la siguiente manera.</p> <p>Fig 1 El más retrasado se cambia de calle cortando a espaldas del driblador.</p> <p>Fig 2 El más próximo al cesto corta a la banda contraria.</p>
<p>2</p>	

Figura N°56: Correr el mismo carril

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°7

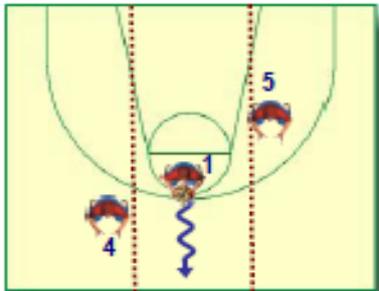
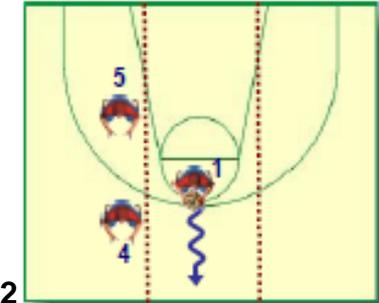
Tema: Carrera del tráiler por el carril	
Objetivo:	Enseñar la manera adecuada de correr los carriles los jugadores de posición tráiler.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 de 2 y 3 jugadores divididos.
Desarrollo:	
<p>1</p>  <p>2</p> 	<p>En el desarrollo de esta actividad se deberá indicar a los trailers que deberán correr por detrás del driblador, estos corren por los espacios divisorios entre las calles laterales y central, normalmente escalonados</p>

Figura N°57: Carrera tráiler por el carril

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°8

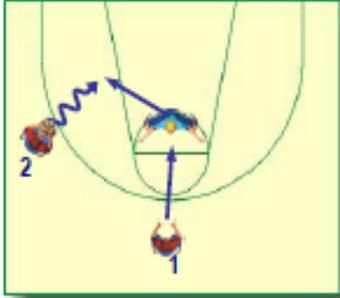
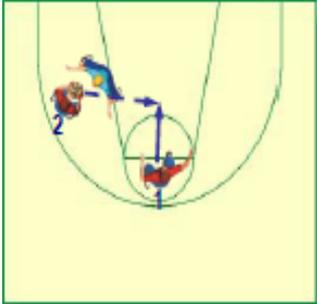
Tema: Superioridad numérica 2vs1 contraataque	
Objetivo:	Realizar una salida rápida de tal manera que se pueda tener superioridad numérica para el ataque.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 formando grupos de 3 jugadores.
Desarrollo:	
 <p>1</p>	<p>El 2vs1 los jugadores deben ir escalonados, el jugador 1 avanza por la calle central y el 2 corre por la calle lateral, 1 atrae al defensor para pasar a 2 que pueda tirar o devolver el pase.</p> <p>De la misma manera lo contrario.</p>
 <p>2</p>	

Figura N°58: Superioridad numérica contraataque

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°9

Tema: Superioridad numérica 3vs2 contraataque	
Objetivo:	Realizar una salida rápida de tal manera que se pueda tener superioridad numérica para el ataque 3vs2.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 formando grupos de 3 jugadores. Y de 5
Desarrollo:	
<p>1</p> <p>2</p>	<p>El 3vs2 los jugadores deben ir escalonados, los jugadores deben ocupar los tres carriles.</p> <p>El J1 avanza por el centro J2,J3 por los laterales bien abiertos.</p> <p>J1 pasa a J2 que se atrae al defensor para pasar a J3 debajo del aro al igual que J1 en línea de tiros libres.</p>

Figura N°59: Superioridad numérica 3vs2 contraataque

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°10

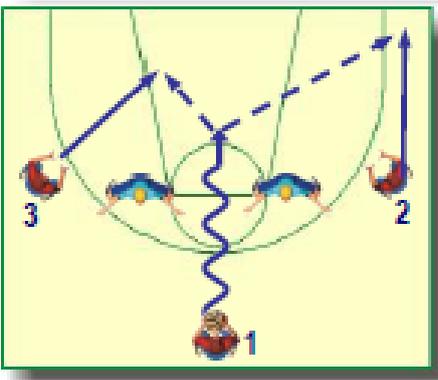
Tema: Superioridad numérica 3vs2 tiro	
Objetivo:	Realizar una salida rápida de tal manera que se pueda tener superioridad numérica para el ataque 3vs2.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 formando grupos de 3 jugadores. Y de 5
Desarrollo:	
	<p>El 3vs2 los jugadores deben ir escalonados, los jugadores deben ocupar los tres carriles.</p> <p>El J1 avanza por el centro J2,J3 por los laterales bien abiertos.</p> <p>J1 rompe entre los dos defensores para atraérselos y pasar a J2,J3 y poder efectuar un tiro.</p>

Figura N°60: Superioridad numérica 3vs2 tiro

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°11

Tema: Igualdad numérica Juego 3vs3	
Objetivo:	Mejorar el ataque en la igualdad numérica 3vs3
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 formando grupos de 3 jugadores.
Desarrollo:	
<p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>Fig 1 El 3vs3 el J1 avanza por la calle del centro J2,J3 corren por los laterales bien abiertos, mediante puertas atrás, sobre sus defensores recibe pase de j1 indistintamente para efectuar tiro o cross over para ir a canasta.</p> <p>Fig 2,3 El 3vs3 el J1 avanza por la calle central, J2,J3 corren por las calles laterales, J1 sobrepasa a su defensor con dribling atrayendo al defensor de uno de sus aleros. J2,J3 se mueven hacia el aro en función de la ayuda de su defensor, válido si el balón avanza por una calle lateral.</p>

Figura N°61: Igualdad numérica 3vs3

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°12

Tema: Igualdad numérica 3vs3 cortes	
Objetivo:	Mejorar el ataque en la igualdad numérica 3vs3 mediante fintas y cortes de los jugadores.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 formando grupos de 3 jugadores.
Desarrollo:	
	<p>El 3vs3 el J1 avanza por la calle del centro J2,J3 corren por los laterales bien abiertos y por las calles laterales.</p> <p>Luego J1 pasa a la calle lateral donde esta J2 y corta hacia el lado contrario, J3 ocupa el espacio de J2 para jugar el 1x1.</p> <p>Válido si el balón avanza por la calle lateral.</p>

Figura N°62: Igualdad numérica 3vs3 Cortes

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°13

Tema: Igualdad numérica 3vs3 pantalla directa	
Objetivo:	Mejorar el ataque en la igualdad numérica 3vs3 mediante fintas y cortes de los jugadores.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 formando grupos de 3 jugadores.
Desarrollo:	
 <p>1</p>  <p>2</p>	<p>El 3vs3 el J1 avanza por la calle del centro J2,J3 corren por los laterales bien abiertos.</p> <p>J1 da el pase a J2 y este realiza una pantalla directa, intentado conseguir un pick and roll,J3 juega con su defensor por si realiza una ayuda.</p>

Figura N°63: Igualdad numérica 3vs3 Pantalla directa

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°14

Tema: Igualdad numérica 3vs3 Aclarado Cortes	
Objetivo:	Mejorar el ataque en la igualdad numérica 3vs3 mediante fintas, cortes y aclarados de los jugadores.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 formando grupos de 3 jugadores.
Desarrollo:	
<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 20px;"> 1  </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> 2  </div> </div>	<p>El 3vs3 el J1 avanza por la calle del centro J2,J3 corren por los laterales bien abiertos.</p> <p>J1 Dribla hacia la calle lateral de J2, J2 cruza hacia el lado contrario haciendo un aclarado.</p> <p>J1 juega 1x1 para encestar o atraer a los defensores y redoblar el pase.</p>

Figura N°64: Igualdad numérica 3vs3 Aclarados y cortes

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°15

Tema: Igualdad numérica 3vs3 Pase mano a mano	
Objetivo:	Mejorar el ataque en la igualdad numérica 3vs3 mediante fintas, cortes y aclarados de los jugadores.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 21 formando grupos de 3 jugadores.
Desarrollo:	
<p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>El 3vs3 el J1 avanza por la calle del centro J2,J3 corren por los laterales bien abiertos.</p> <p>J1 pasa a J2 y J3 corta a poste bajo del lado del balón J2 pasa a J3 y pantalla a J1, J3 juega 1x1 si tiene ventaja.</p> <p>J1 pasa a J3 y va detrás para recibir mano a mano, J3 se coloca en posición de poste bajo J2 corta a poste alto para apoyar el pase dentro</p>

Figura N°65: Igualdad numérica 3vs3 Pase Mano a mano

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°16

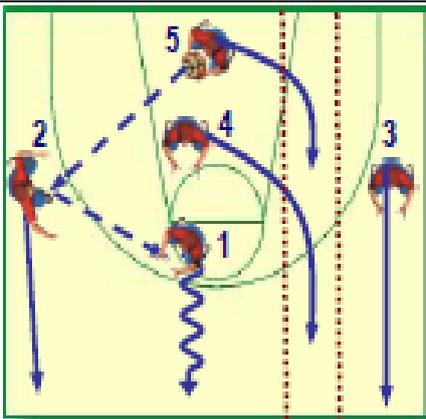
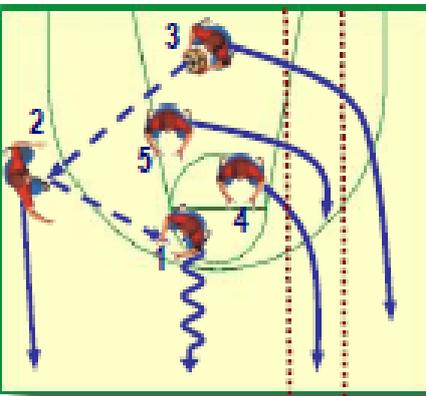
Tema: Salida rápida corriendo carriles 5 jugadores	
Objetivo:	Conocer al forma adecuada de correr los carriles de cada uno de los jugadores basándose en las características que ellos mantengan
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 20 formando grupos de 5 jugadores.
Desarrollo:	
<p>1</p> 	<p>En el desarrollo de este ejercicio es necesario que los jugadores sepan los carriles y sus obligaciones para correr determinada calle dentro del campo de juego.</p> <p>Fig 1 En este caso los postes corren para conseguir una ventaja cerca del aro y tener un enlace en la continuidad del juego.</p> <p>Contraataque de cuatro calles, salida del poste, los dos postes J4 y J5 son jugadores que deben ser rápidos.</p> <p>El J4 poste, que no obtiene el rebote defensivo, se desplaza rápidamente a la cuarta calle, contraria al primer pase y corre todo lo que pueda sin esperar a los aleros. J5 corre detrás de J4.</p>
<p>2</p> 	<p>Fig 2 Los dos postes J4 y J5 son rápidos.</p> <p>El rebote defensivo lo obtiene un jugador exterior, el poste más cercano a la cuarta calle, contraria al primer pase, se desplaza rápidamente por ella y corre lo que pueda sin esperar. J4 corre y J5 se desplaza detrás de J4.</p>

Figura N°66: Salida rápida corriendo carriles, 5 jugadores

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°17

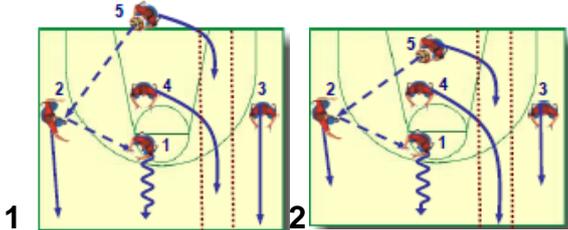
Tema: Salida rápida después de cesto	
Objetivo:	Conocer la salida rápida después de un cesto, bloqueo o intercepción del pase.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 20 formando grupos de 5 jugadores.
Desarrollo:	
	<p>Fig 1 J4 y J5 son jugadores que deben ser rápidos.</p> <p>Después de canasta convertida el Saque lo realiza el poste más cercano al balón, el otro J4 se desplaza rápidamente hacia la cuarta calle más cercana y corre todo lo que pueda sin esperar a los aleros J5 corre detrás de J4</p> <p>Fig 2 Los dos postes J4 y J5 son rápidos. J5 obtiene el rebote defensivo J4 se desplaza hacia la cuarta calle más alejada del primer pase luego va J5 detrás de J4</p>

Figura N°67: Salida rápida después de cesto

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°18

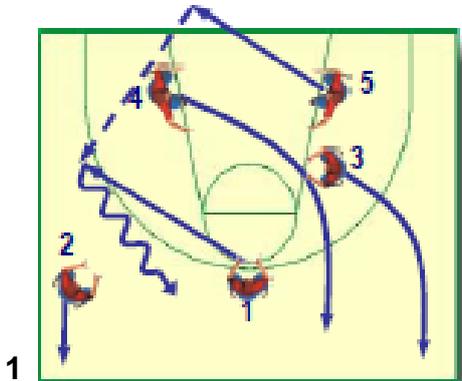
Tema: Salida rápida después de Tiro libre	
Objetivo:	Conocer la salida rápida después de un cesto, bloqueo o intercepción del pase.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 20 formando grupos de 5 jugadores.
Desarrollo:	
	<p>Fig 1 Después de tiro libre convertido Siempre saca el Poste J5 Menos rápido y corre detrás de J4 como poste rápido.</p> <p>J4 no espera en su carrera a ningún jugador exterior, El J5 después de efectuar el saque corre detrás de J4.</p>

Figura N°68: Salida rápida después de Tiro libre

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°19

Tema: Salida rápida 4vs3	
Objetivo:	Realizar una salida rápida que muestre superioridad numérica en el ataque.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 20 formando grupos de 5 jugadores.
Desarrollo:	
 <p>1</p>	<p>Fig 1 Con un solo tráiler que corre por la calle central.</p> <p>J1 avanza por el centro.</p> <p>J4 sigue su carrera al aro y recibe de J1 cerca del aro, el pase de J1 puede ser con dos manos por encima de la cabeza o en suspensión.</p>

Figura N°69: Salida rápida 4vs3

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°20

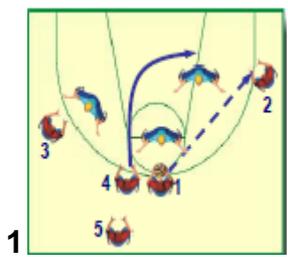
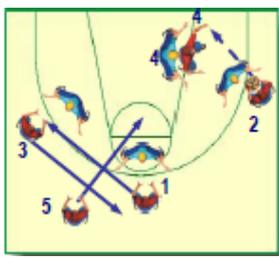
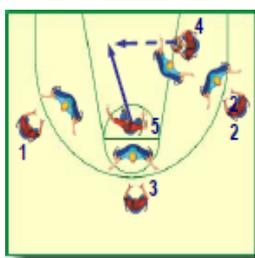
Tema: Salida rápida 5vs4	
Objetivo:	Realizar una salida rápida que muestre superioridad numérica en el ataque en este caso 5vs4.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 20 formando grupos de 5 jugadores.
Desarrollo:	
 <p>1</p>	<p>Fig 1,2 En el ataque 5x4, J4yJ5 corren uno detrás del otro, por la parte divisoria del carril, balón avanza por la calle central o laterales, balón en calle lateral contraria por donde corren los postes.</p> <p>Fig 3 El poste J4 corta a poste bajo del lado del balón, y el otro poste J5 se sitúa en poste alto, cuando J4 recibe, J5 corta hacia el aro.</p>
 <p>2</p>	
 <p>3</p>	

Figura N°70: Salida rápida 5vs4

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°21

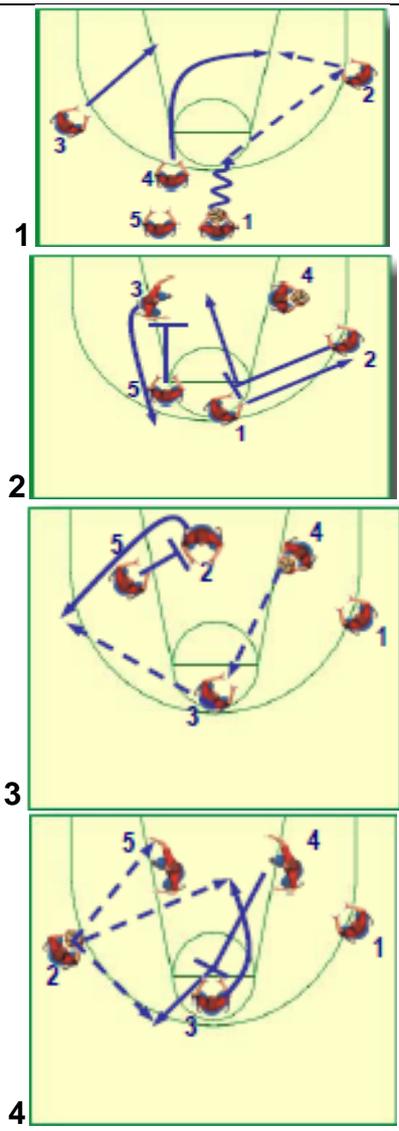
Tema: Juego 5 vs 5 primera opción	
Objetivo:	Conocer un ataque en el que determine las ubicaciones de cada uno de los jugadores luego de correr los carriles.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 20 formando grupos de 5 jugadores.
Desarrollo:	
 <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>4</p>	<p>El base J1 pasa a J2, J2 pasa a J4 y realiza una pantalla directa a J1, para después continuar.</p> <p>J5 pantalla a J3 o viceversa J4 pasa a J1 o a J2 o J3, el alero J2 es bloqueado por J5 y recibe de J3.</p> <p>El alero J3 es bloqueado ciego Pantalla por el J4.</p> <p>El alero J2 tira, pasa a J5, pasa a J3 o pasa a J4 para jugar triple poste.</p>

Figura N°71: Juego 5 vs 5 segunda opción

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Ejercicio N°22

Tema: Juego 5 vs 5 segunda opción	
Objetivo:	Conocer un ataque en el que determine las ubicaciones de cada uno de los jugadores luego de correr los carriles.
Materiales:	Jugadores Balón Chalecos Conos
Nº de participantes:	Total de 20 formando grupos de 5 jugadores.
Desarrollo:	
<p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>4</p>	<p>El base J1 pasa a J2, J2 devuelve el balón a J1.</p> <p>El poste J5 pantalla a J3 o viceversa.</p> <p>Pase de J1 a J3 ó a J5.</p> <p>Balón en J3, alero J2 corta por línea de fondo recibiendo pantallas de J4 y J5 ó juega con su defensor para volver.</p> <p>El poste J4 después de realizar una pantalla a J2 obtiene la posición hacia el aro, ó pantalla ciega a J3, continuación igual que la primera opción.</p>

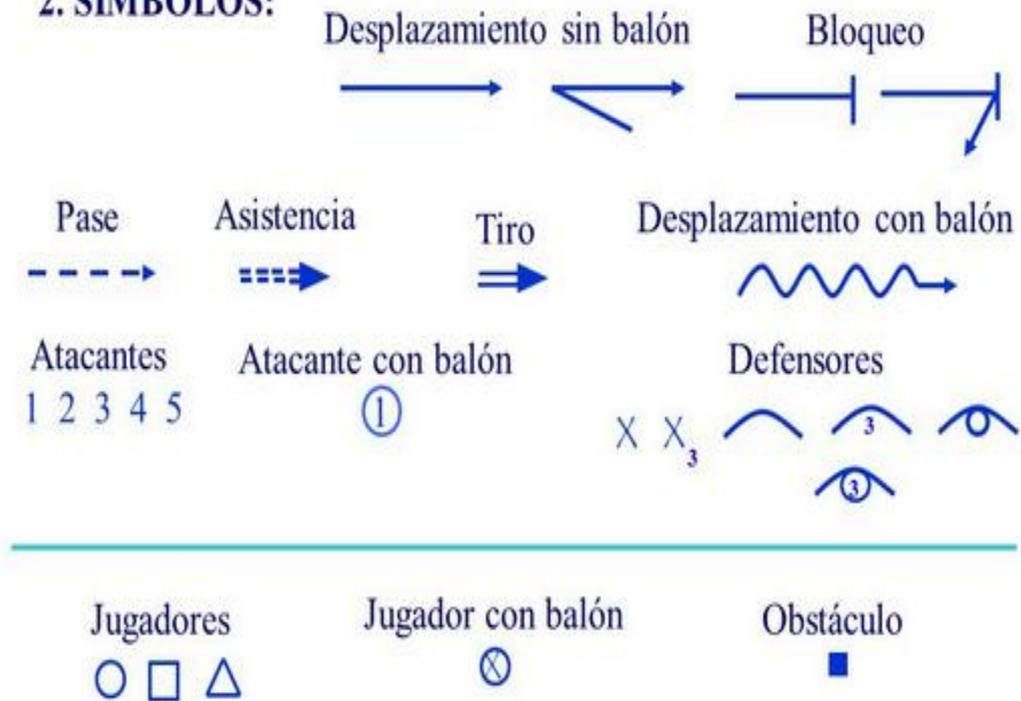
Figura N°72: Juego 5 vs 5 segunda opción

Fuente: <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

NOMENCLATURA DEL BALONCESTO
SIMBOLOGIA.

XXXI CURSO DE ENTRENADOR SUPERIOR DE BALONCESTO

2. SÍMBOLOS:



(Espejo J, 2016) Federación Española de Baloncesto

Figura N°73: Simbología en el baloncesto.
Fuente: <http://slideplayer.es/slide/6149122/>

6.7.-METODOLOGIA. MODELO OPERATIVO

TEMA: Diseñar una guía metodológica de ejercicios de transición que sirvan de fomento en la preparación de los sistemas de juego de los deportistas de baloncesto de la categoría pre juvenil de F.D.T.

Modelo Operativo

Tabla N°20: Modelo Operativo

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	RESPONSABLES	TIEMPO
Diseñar una guía metodológica de ejercicios de transición que sirvan de fomento en la preparación de los sistemas de juego de los deportistas de baloncesto de la categoría Prejuvenil de F.D.T.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realización de diversidad de ejercicios defensivos y ofensivos. 2. Incentivar a los deportistas la formación del baloncesto de acuerdo a las características de los jugadores. 	Desarrollar juegos de preparación que contribuyan a la formación de un sistema de juego así como el desarrollo de sus habilidades tanto para el 1vs1 es decir fomentar la parte individual del deportista, mejorando los errores en la cancha.	Se cuenta con una guía de ejercicios defensivos y ofensivos para el desarrollo y formación del deportista como del equipo Serán necesario de la misma manera la utilización de distintos materiales deportivos, balones conos, cuerdas, patio.	Investigador. Entrenadores de Baloncesto. Departamento Técnico Metodológico. DTM Autoridades de la institución. Deportistas de F.D.T en el ámbito del baloncesto	Se desarrollara según lo indicado por el Departamento Técnico Metodológico de F.D.T.

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

Plan de Acción

Tabla N°21: Plan de Acción

FASES	METAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
Concientización de los resultados de la investigación.	Hasta el 24 de Noviembre del 2017 se socializara el 100% de la propuesta en F.D.T. para conocer los resultados de la investigación.	Organizar el esquema de concientización. Reunir a las autoridades de F.D.T. Y D.T.M.	Computador Proyector Documentos de apoyo Circulares de convocatoria.	Se desarrollara según lo indicado por Departamento Técnico Metodológico de F.D.T.
Planificación de la propuesta	Hasta el 29 de Diciembre del 2017	Analizar los resultados. Construir la propuesta. Presentar a las autoridades de la institución F.D.T. Y D.T.M	Equipo de computación Materiales de oficina.	Se realizara de acuerdo a lo días de entrenamiento
Ejecución de la propuesta	En el año lectivo 2016-2017 se ejecutara la propuesta en el 100%	Poner en marcha la propuesta de acuerdo a las fases programadas.	Materiales deportivos, conos balones, cuerdas, pito, patio, infraestructura de la institución.	Se lo realizara en las horas de planificación y entrenamientos de baloncesto
Evaluación de la propuesta	La propuesta será evaluada permanentemente.	Capacitar a las autoridades Y entrenadores de F.D.T. Elaborar informes sobre el aprendizaje del deportista.	Fichas de observación.	De acuerdo al cronograma de planificación de los entrenadores.

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

6.8. PLAN DE MONITOREO Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

Tabla N°22: Plan de monitoreo y evaluación de la propuesta

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
¿Quiénes solicitan evaluar?	Interesados en la evaluación. Equipo de gestión Equipo de proyecto(micro proyecto)
¿Por qué evaluar?	Razones que justifican la evaluación. Sobre el desarrollo de los ejercicios de transición en deportistas de baloncesto de FDT
¿Para qué evaluar?	Objetivos del plan de acción. Buscar mejorar la formación del equipo de baloncesto de FDT de la categoría Prejuvenil
¿Qué evaluar?	Aspectos a ser evaluados. El desarrollo individual de los deportistas y la parte colectiva del equipo
¿Quién evalúa?	Personal encargado de evaluar. Departamento Técnico Metodológico DTM.
¿Cuándo evaluar?	En periodos determinados de la propuesta. Al inicio de los entrenamientos y al final de los mismos.
¿Cómo evaluar?	Proceso metodológico. Mediante observación. Entrevistas, evaluaciones de lo aprendido.
¿Con que evaluar?	Recursos Registro, cuestionarios

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Leica, 2018

C.- MATERIALES DE REFERENCIA

Bibliografía

1. Asamblea. (29 julio (2010). Ley de cultura física deporte y recreación. Quito.
2. Commetti G. (2002 p.42). La preparación Física en el Fútbol. España: Paidotribo.
3. Contreras C. (2009). Didáctica de la Educación Física. España: Paidotribo.
4. Dr. COOPER, K. H. (1968). Beneficios de la actividad física. EEUU.
5. Fernández J.A, S. (1981). Periodización y planificación del entrenamiento del futbolista moderno. Librería Deportiva Esteban Sanz M.
6. Goma A. (4ta Ed. P.39). Manual del Entrenador de Fútbol Moderno . España: Paidotribo.
7. Gomez Mejia Vilma Elizabeth. (2007). Estructura Metodologica de la Caracterizacion del Baloncesto. Guatemala: Universidad San Carlos de Guatemala.
8. Matveiev L. (2004). El Proceso del Entrenamiento Deportivo. Argentina: Stadium.
9. Mockus A, A. (1984). Filosofía. Bogotá.
10. Montaigne M, M. E. (2000). Filosofía. Francés.
11. OMEÑACA, R., & RUIZ, J. (2005). Juegos cooperativos y educación física. Barcelona: M. Gráfico.
12. Ortiz R. (2007 p.183). Tenis: Potencia, Velocidad y Movilidad. España: Inde Publicaciones.
13. Pensado Delgado; Jorge Cañizares Hernández; María Monteagudo Soler. (2012). Modelo para la evaluación del desempeño táctico ofensivo en baloncestistas. Habana: La Habana, Universitaria.
14. Platanov V. (2001 p. 462). Teoría General del Entrenamiento Deportivo. España: Paidotribo.

15. RUIZ, A., & A, L. (1989). Metodología de la Enseñanza de la Educación Física. Habana: Pueblo y Educación.
16. RUIZ; A 1989. (s.f.). Historia el Deporte.
17. Sans A. Frattarola C. (2000 p. 356). Entrenamiento en el Fútbol. España: Paidotribo.
18. Stanley M, M. A. (Julio 1984). Movimientos ofensivos sin balón- Clinic International de Perugia. Madrid: Graficas PENTA S.A.
19. Torres J, J. V. (1985). Serie Metodológica Especialidades Deportivas Clinic del Descubrimiento. Sevilla: Graficas Penta S.A.
20. TRIBO, P. (s.f.). Diccionario .
21. Venegas J, J. J. ((s/a)). Para entender la actividad física Diccionario Básico Ilustrado. Ambato.
22. Weineck J. (2005 p.575). Entrenamiento Total. España: Paidotribo.

Webgrafía

1. Aguilar, M. P. (Mayo de 2013). <http://juegoscolectivos7.blogspot.com/>. Obtenido de <http://juegoscolectivos7.blogspot.com/>
2. Alcina A, A. L. (Mayo de 2013). <http://juegoscolectivos7.blogspot.com/>. Obtenido de <http://juegoscolectivos7.blogspot.com/>
3. Bernabé Báez Soto; Ezequiel Herrera. (Mayo de 2013). <http://juegoscolectivos7.blogspot.com/>. Obtenido de <http://juegoscolectivos7.blogspot.com/>
4. Espejo J, J. V. (2016). <http://slideplayer.es/slide/6149122/>. Obtenido de <http://slideplayer.es/slide/6149122/>
5. Espigado C, C. M. (Mayo de 2013). <http://.blogspot.com/>. Obtenido de <http://juegoscolectivos7.blogspot.com/>
6. FLORES, J. F. (25 de JUNIO de 2013). <http://blogspot.com/>. Obtenido de <http://basquetbolmasqueunadiciplina.blogspot.com/2013/06/aspectos-tacticos.html>:

7. Garcia F, F. P. (22 de Enero de (2017)). <https://prezi.com>. Obtenido de https://prezi.com/wwh0u_g76m3a/sistemas-defensivos-y-ofensivos-del-baloncesto/
8. Gonzales J. L, M. J. (2016). <http://www.cbpozuelo.es>. Obtenido de <http://www.cbpozuelo.es/contenidos/index.php/en/fisico-tecnico/preparacion-fisica/283-la-preparacion>
9. Jhergony A, A. ((2013)). <https://infogram.com>. Obtenido de <https://infogram.com/posiciones-y-caracteristicas-de-los-jugadores-de-baloncesto-1gzxop4kvzxk2wy>
10. Peña A, A. M. (Mayo de 2013). <http://juegoscolectivos7.blogspot.com/>. Obtenido de <http://juegoscolectivos7.blogspot.com/>
11. Proyecto Salón Hogar. (s.f.). [planeta deportivo.com](http://planeta.deportivo.com). (2005)
12. Refoyo Román; Ignacio Sampedro Molinuevo; Javier Calderón; Francisco Javier. (2005). La decisión táctica de juego y su relacion con la respuesta biologica de los jugadores. Madrid: Universidad Complutense de Madrid. Obtenido de <http://site.ebrary.com/lib/utasp/detail.action?docID=10088638&p00=decisi%C3%B3n+t%C3%A1ctica+juego+su+relaci%C3%B3n+respuesta+biol%C3%B3gica+jugadores%3A+aplicaci%C3%B3n+baloncesto+deporte+equipo>
13. Roman Iñaki, R. (14 de NOVIEMBRE de (2012)). <http://www.feb.es/Documentos/Archivo/HTML/entrenadores/history/feb-14-11-116.html>.
14. Roman J, J. (4 de Junio de (2005)). Zona 131 al Ataque. Barcelona: Publidisa S.A. Obtenido de <http://deportesyfisica9b.blogspot.com/p/sistema-ofensivo-y-defecivo.html>: <http://deportesyfisica9b.blogspot.com/p/sistema-ofensivo-y-defecivo.html>
15. www.edu.xunta.gal/centros/cafi/aulavirtual2/pluginfile.php/33146/mod_resource/content/0/Acciones_Tec-Tac_1o_V12-13.pdf
16. <http://www.cbbenicarlo.com/attachments/article/215/LlegarJugandoCES.pdf>

Anexos

ANEXO 1

**UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CENTRO DE ESTUDIOS DE POSGRADO
MAESTRIA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
III COHORTE**

ENCUESTA A DEPORTISTAS Y ENTRENADORES

Encuesta dirigida a los deportistas de baloncesto de la categoría Prejuvenil de baloncesto de F.D.T.

Objetivo.- conocer la opinión de los deportistas de baloncesto de F.D.T. sobre la transición y su incidencia en los sistemas de juego.

PONGA UNA X A LO QUE USTED CREA CONVENIENTE SEGÚN LA PREGUNTA PLANTEADA A CONTINUACIÓN.

CUESTIONARIO DE PREGUNTAS

Pregunta N°1

¿Considera usted que pasar de la parte defensiva a la ofensiva es secuencia de transición para un contraataque?

SI.....

NO.....

Pregunta N°2

¿Cree usted que un Ataque posicional relacionado a un sistema de juego mejora la parte de transición?

SI.....

NO.....

Pregunta N°3

¿Considera usted que la Transición, debe sujetarse a las salidas rápidas y formas de correr los carriles?

SI.....

NO.....

Pregunta N°4

¿Piensa usted que las características de los jugadores juegan un papel importante en los ejercicios de transición?

SI.....

NO.....

Pregunta N°5

¿Cree usted que los jugadores deben optar distintas ubicaciones dentro del campo de juego para ayudar tanto defensiva como ofensivamente en transición?

SI.....

NO.....

Pregunta N°6

¿Cree usted que es importante conocer las formas adecuadas de correr por los carriles basándose en los sistemas de juego?

SI.....

NO.....

Pregunta N°7

¿Piensa usted que el juego individual compromete al equipo en los sistemas de juego?

SI.....

NO.....

Pregunta N°8

¿Cree usted que la triple amenaza ayuda en los sistemas de juego del equipo?

SI.....

NO.....

Pregunta N°9

¿Considera usted que los aclarados es la forma de enfrentarse el uno vs uno en los sistemas de juego?

SI.....

NO.....

Pregunta N°10

¿Considera usted que las fintas ayuda a mejorar los sistemas de juego del equipo?

SI.....

NO.....

Pregunta N°11

¿Sabe usted si los sistemas de juego ayudan a los contraataques de un equipo basándose en la forma Táctica de juego?

SI.....

NO.....

GRACIAS POR SU COLABORACION

ANEXOS FOTOGRAFIAS
CATEGORIA PREJUVENIL VARONES
SELECCIÓN FDT U15
DIRIGIDO POR EL CUERPO DE ENTRENADORES
PATRICIO LEICA- DIEGO CRUZ



JUGADOR #14 Jeffrey Abril Seleccionado Sudamericano (Selección del Ecuador)



CATEGORIA PREJUVENIL DAMAS
SELECCIÓN FDT U15
DIRIGIDO POR EL CUERPO DE ENTRENADORES
MIGUEL FIALLOS - DIEGO CRUZ



ENTRENADORES DE BALONCESTO FDT



Izq. Lcd. Patricio Leica Lcd. Diego Cruz



CURSO PARA ENTRENADORES FEB-ABASU



Izq. Cordova, Patricio Leica, Luciano Martínez Entrenador Ecuador, Diego Cruz, Miguel Fiallos



Nelson Isley Facilitador Curso ABASU



ESQUEMATIZACION EN LA PREPARACION DE OS EQUIPOS
DEFENSA ZONA 1-3-1



SALIDA RAPIDA DESPUES DE UN TIRO LIBRE



REBOTE DEFENSIVO



VICECAMPEONES TORNEO NACIONAL FEB U14



SELECCION U15 FDT VS EQUIPO LOGOS DE GUAYAS



PREPARACION ESCUELA PERMANENTE DE FDT
LUGARES DE ENTRENAMIENTO COLISEO CERRADO DE DEPORTES
Y POLIDEPORTIVO IVAN VALLEJO



DOMINIO DEL BALON



FAMILIARIZACIÓN CON EL BALON



JUEGOS PREDEPORTIVOS EN LA FORMACION DE DEFENSA



TORNEO BUSCA TALENTO, ESQUEMAS DEFENSA Y ATAQUE



ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS TECNICOS DEL BALONCESTO



EJERCICIOS DE TRANSICIÓN SALIDAS RAPIDAS



ATAQUE Y DEFENSA



TOPES PREPARATORIOS
Y TORNEOS BUSCA TALENTO ORGANIZADO POR Lcdo. Patricio Leizaola
TORNEO U12



TORNEO U14



TORNEO U15



JUEGOS PREPARATORIOS DE DEFENSA Y ATAQUE
PREMIACIÓN A LOS EQUIPOS PARTICIPANTES Y GANADORES
TORNEO BUSCA TALENTO



AUTORIZACIÓN DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN APROBADO POR LA
INSTITUCIÓN FDT



**FEDERACIÓN DEPORTIVA PROVINCIAL
DE TUNGURAHUA**

Nº FDT-A-CCP-244-2017
Ambato, 11 de diciembre de 2017

Licenciado
Luis Patricio Leica López
ENTRENADOR DE BALONCESTO F.D.T.

Ciudad.

Dando contestación al MEMORANDO N° FDT-B-PL-026-2017, fechado Ambato, 06 de Diciembre 2017, en el que solicita autorización para realizar el tema: "LA TRANSICIÓN Y SU INCIDENCIA EN LOS SISTEMAS DE JUEGO DE LOS DEPORTISTAS DE BALONCESTO DE LA CATEGORÍA PREJUVENIL DE FEDERACIÓN DEPORTIVA DE TUNGURAHUA", previo a la obtención del grado académico de Magister en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo, una vez que contamos con el AVAL del Licenciado Jonathan Yépez Escobar, Director del Departamento Técnico Metodológico de FDT, comunico a usted que su pedido es aceptado, por lo que AUTORIZO la investigación inherente al tema antes indicado.

Sin otro particular por el momento, suscribo.

Atentamente,

Ing. Carlos Cáceres P.
ADMINISTRADOR GENERAL
FEDERACIÓN DEPORTIVA PROVINCIAL DE TUNGURAHUA



Elab.: Idóncia Z., Asesoría Administrativa

• Av. Víctor Hugo s/n y Av. Bolivariana
Edificio Administrativo
Teléfono: 032 409 064 - 032 409 063 - 032 409 062
• info@fedetu.com
AMBATO - ECUADOR

La Casa del Deporte

www.fedetu.com



FEDERACION DEPORTIVA DE TUNGURAHUA

Nº F.D.T.-D.T.M.-D-2016-058
Ambato, 04 de marzo de 2016

Licenciado
Diego Cruz B.
ENTRENADOR DE BALONCESTO
FEDERACIÓN DEPORTIVA PROVINCIAL DE TUNGURAHUA
Presente

Profesor
Miguel Ángel Fiallos
ENTRENADOR DE BALONCESTO
FEDERACIÓN DEPORTIVA PROVINCIAL DE TUNGURAHUA.
Presente

Licenciado
Patricio Leica.
ENTRENADOR DE BALONCESTO
FEDERACIÓN DEPORTIVA PROVINCIAL DE TUNGURAHUA.
Presente

De mi consideración:

Me dirijo a ustedes para felicitarles por tan merecida recompensa al esfuerzo y trabajo, que está reflejado en los resultados obtenidos en este primer trimestre del 2016.

Sin otro particular, suscribo.

Cordialmente,


Mg. Carlos Mora C.
DIRECTOR
DTM - FDT



Elab.	Ing. María V., Asesora Administrativa - D.T.M.
Apr.	Mg. Carlos Mora C., DIRECTOR - F.D.T.

Av. Victor Hugo s/n y Av. Bolívariana
Edificio Administrativo
Teléfono: 032 417 942 - 032 417 944 - 032 417 945
info@fedetu.com
AMBATO - SUCUNOR

La Casa del Deporte

www.fedetu.com

FEDERACIÓN DEPORTIVA PROVINCIAL DE TUNGURAHUA



Ministerio
del Deporte



Otorga el Presente

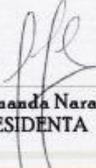
Diploma

A: LEICA LOPEZ LUIS PATRICIO

Entrenador de la Selección de
Baloncesto

Por su dirección técnica en los "VII JUEGOS DEPORTIVOS NACIONALES
JUVENILES AZUAY 2016 y VIII JUEGOS DEPORTIVOS NACIONALES
PREJUVENILES AZUAY 2016"

Ambato/Noviembre/2016


Lic. Fernanda Naranjo
PRESIDENTA


Lic. Alex Altamirano
ADMINISTRADOR


Mgs. Angel Coba
DIRECTOR D.T.M. (E)

