



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA
EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
DEPORTE**

**Informe final del trabajo de Titulación previo a la obtención del
título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**

TEMA:

**EL EJERCICIO PROPIOCEPTIVO EN EL DESARROLLO DE
LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO DE
ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO**

AUTOR: CANSECO MORILLO JUAN DANIEL

TUTORA: LIC. CASTRO ACOSTA WASHINGTON ERNESTO, MG

Ambato - Ecuador

2024

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **LIC. CASTRO ACOSTA WASHINGTON ERNESTO, MG**, con cédula de ciudadanía **1600256638** en calidad de Tutora del trabajo de titulación, sobre el tema: **“EL EJERCICIO PROPIOCEPTIVO EN EL DESARROLLO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO”** desarrollado por el estudiante **CANSECO MORILLO JUAN DANIEL**, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

.....
LIC. CASTRO ACOSTA WASHINGTON ERNESTO, MG
C.C. 1600256638

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación del Autor, con el tema: **“EL EJERCICIO PROPIOCEPTIVO EN EL DESARROLLO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO”**, quién basado en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su Autor.


.....
CANSECO MORILLO JUAN DANIEL
C.C. 1804964201

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **“EL EJERCICIO PROPIOCEPTIVO EN EL DESARROLLO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO”**, presentado por el señor **CANSECO MORILLO JUAN DANIEL**, estudiante de la **Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**. Una vez revisada la investigación se **APRUEBA**, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

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

COMISIÓN CALIFICADORA

.....

LIC. VILLALBA GARZÓN GABRIELA ALEXANDRA, MG
C.I. 1803471570
MIEMBRO DE COMISIÓN CALIFICADORA

.....

DR. ORTIZ ORTIZ PATRICIO GUSTAVO, MG
C.I.:1801600261
MIEMBRO DE COMISIÓN CALIFICADORA

DEDICATORIA

En primer lugar, dedico el presente trabajo de investigación a Dios por darme la capacidad para poder finalizar mis estudios y también a mi esposa que es fundamental en mi formación como una persona con valores éticos y sociales lo cual ha influido para poder alcanzar mis objetivos académicos propuestos.

A mi madre Maria por brindarme su apoyo incondicional, a mi hermano Víctor quien fue un pilar fundamental en mi vida académica sirviendo de ejemplo y guía.

Finalmente, dedico está presente investigación a los docentes que formaron parte de mi aprendizaje, a mi tutor por su contribución, y a todas las personas que contribuyeron hasta llegar al proceso de titulación

Juan Daniel Canseco Morillo

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Martha Bombón por ayudarme y motivarme a seguir con mis estudios académicos finalizando con éxito este trabajo de investigación.

De manera especial agradezco infinitamente a mi esposa y amigos por apoyarme en momentos difíciles en mi vida. Pero mayormente a la facultad de Ciencias Humanas y de la Educación y a la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte por todo el conocimiento que se me ha otorgado.

Finalmente, y sobre todo quiero agradecer a mi tutor Lic. Castro Acosta Washington Ernesto, Mg, quien me brindará todo el conocimiento para poder realizar el trabajo de investigación ayudando así a mi objetivo de culminar esta investigación con éxitos.

Juan Daniel Canseco Morillo

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
ÍNDICE DE GRÁFICOS	x
RESUMEN EJECUTIVO	xi
ABSTRACT.....	xii
CAPÍTULO 1	1
MARCO TEÓRICO.....	1
1.1. Antecedentes de la investigación.....	1
1.2 Objetivos	15
Objetivo General	15
Objetivos Específicos:.....	15
CAPÍTULO II	16
METODOLOGÍA	16

2.1 Materiales	16
2.2 Métodos.....	17
CAPÍTULO III.....	21
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	21
3.1 Análisis y discusión de los resultados.....	21
3.2 Verificación de hipótesis.....	27
CAPÍTULO IV.....	29
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	29
4.1 Conclusiones	29
4.2 Recomendaciones.....	30
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	31
Bibliografía	31
ANEXOS	36
ANEXO 1.....	36
.....	36
ANEXO 2.....	37

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Materiales Utilizados	16
Tabla 2: Caracterización de la Muestra.....	17
Tabla 3: Baremo del Test	18
Tabla 4: Resultados en la evaluación Pre intervención	21
Tabla 5: Fundamentos Técnicos Pre-intervención	22
Tabla 6: Niveles de categorización de fundamentos técnicos en Pre-intervención ..	23
Tabla 7: Resultados en la evaluación Post intervención	24
Tabla 8: Fundamentos Técnicos Pos-intervención.	25
Tabla 9: Niveles de categorización de fundamentos técnicos en Pos-intervención..	25
Tabla 10: Diferencias entre valores Pre y Post	26
Tabla 11: Análisis entre datos cruzados Fundamentos Técnicos del Baloncesto Pre y Post.....	27
Tabla 12: Verificación de las hipótesis de estudio.....	28
Tabla 13: Propuesta para aplicación de la intervención.....	37
Tabla 14: Planificación Semanal Propuesta.....	39

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Criterios de evaluación y puntaje.	19
Gráfico 2: Unidad de planificación (clase 1)	39
Gráfico 3: Unidad de planificación (clase 8)	40
Gráfico 4: Unidad de planificación (clase 16)	41

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

TEMA: EL EJERCICIO PROPIOCEPTIVO EN EL DESARROLLO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO

AUTOR: CANSECO MORILLO JUAN DANIEL

TUTORA: LIC. CASTRO ACOSTA WASHINGTON ERNESTO, MG

RESUMEN EJECUTIVO

La presente investigación se desarrolló con el objetivo de determinar la incidencia del ejercicio propioceptivo en el desarrollo de los fundamentos técnicos en el baloncesto en estudiantes de Bachillerato General Unificado de Unidad Educativa Bautista, el diseño de la investigación se estableció con enfoque cuantitativo de diseño preexperimental con un alcance explicativo tras la obtención de datos de campo y de corte longitudinal, la muestra de estudios se estableció en muestra de estudio por conveniencia del investigador de 20 estudiantes pertenecientes al segundo de Bachillerato paralelo “A” en la técnica e instrumento de estudio se aplicó un test avalado denominado “Instrumento de Evaluación para los Fundamentos Técnicos Ofensivos con Balón en el Baloncesto”, los resultados arrojados en la presente investigación lograron identificar una mejora en el nivel de desarrollo de los fundamentos técnicos en el período post intervención y estadísticamente son respaldados por una significación estadística en el nivel de $p \leq 0,5$ que nos ayuda a verificar la validez de la propuesta diseñada otorgándonos como resultado la existencia de una mejora en el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto mediante la aplicación de ejercicios de propiocepción.

Palabras Clave: Baloncesto-Propiocepción-Fundamentos Técnicos baloncesto.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

**THEME: EL EJERCICIO PROPIOCEPTIVO EN EL DESARROLLO DE LOS
FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO DE ESTUDIANTES DE
BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO**

AUTHOR: CANSECO MORILLO JUAN DANIEL

TUTOR: LIC. CASTRO ACOSTA WASHINGTON ERNESTO, MG

ABSTRACT

The present research was developed with the objective of determining the incidence of proprioceptive exercise in the development of technical foundations in basketball in Unified General Baccalaureate students of Unidad Educativa Bautista, the research design was established with a quantitative approach of pre-experimental design with an explanatory scope after obtaining field and longitudinal data, the sample of studies was established as a study sample for the convenience of the researcher of 20 students belonging to the second parallel Baccalaureate "A" in the technique and study instrument was applied an endorsed test called "Evaluation Instrument for Offensive Technical Fundamentals with the Ball in Basketball", the results obtained in the present investigation managed to identify an improvement in the level of development of the technical fundamentals in the post-intervention period and are statistically supported by a statistical significance at the level of $p \leq 0.5$ that helps us verify the validity of the designed proposal, giving us as a result the existence of an improvement in the development of the technical foundations of basketball through the application of proprioception exercises.

Keywords: Basketball-Proprioception-Basketball Technical Fundamentals.

CAPÍTULO 1

MARCO TEÓRICO

1.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

Para el presente estudio se ha revisado y analizado diversos trabajos de investigación de los cuales elegimos los siguientes proyectos que tienen un valor significativo como bases para el estudio de las variables presentadas en mismo.

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PROPIOCEPTIVO Y SU IMPORTANCIA EN LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN FÚTBOL FEMENINO

Autor: Prieto Mondragón Laura del Pilar – Giraldo Andrés Felipe – Salas María Fernanda.

Los autores presentan las características de la aplicación de un programa con ejercicios propioceptivos y su incidencia dentro de las capacidades coordinativas en futbolistas femeninos. Una vez analizado los datos recolectados antes y después de la aplicación del programa se ha llegado a la conclusión que la aplicación de un entrenamiento propioceptivo es fundamental ya que esto nos ayuda a generar incrementos en las capacidades coordinativas y desarrolla acciones motrices simples y complejas que ayuda a un mejor rendimiento deportivo.

LA PROPIOCEPCIÓN COMO MÉTODO DE PREVENCIÓN DE LESIONES EN BALONCESTO: REVISIÓN SISTEMÁTICA

Autor: Villa Gutiérrez Víctor

El autor presenta la eficacia de la aplicación de un programa de propiocepción con el fin de prevenir lesiones en el baloncesto deporte que tiene una gran incidencia en lesiones. Por lo cual después de una revisión bibliográfica y la creación de un programa con ejercicios propioceptivos se concluye que la aplicación de este programa mejora el control postural, la reducción del dolor en las articulaciones y también la reducción

de la tasa de lesiones tanto en tobillo como en rodilla siendo la más significativa en el tobillo también se evidencia una mejora en la parte motriz de los individuos donde se aplicó dicho programa.

EFEECTO DEL ENTRENAMIENTO PROPIOCEPTIVO EN ATLETAS VELOCISTAS

Autor: Romero-Franco, N - Martínez-Amat, A. - Martínez-López, E.

El autor mediante la aplicación de un programa propioceptivo de entrenamiento compuestos de ejercicios específicos para velocistas concluye que el entrenamiento aplicado en las atletas producen incremento moderado en la potencia de salto que también ha ayudado en el equilibrio de cada atleta expuesto a este programa sin embargo se toma en cuenta de que no incidió en una mejora significativa en la velocidad de los atletas por lo cual se recomienda prolongar las intervenciones para evidenciar posibles mejoras.

El ejercicio físico

Para Eduarte et al., (2019) “el ejercicio físico es una actividad que requiere de una planificación estructura y constancia con el objetivo mantener y mejorar la condición física la cual está sujeta a un denominado nivel que nos permite realizar tareas objetivas y generales de una manera adecuada o deficiente dependiendo de dicho nivel” (pág. 11) .

Según Fernández y Sánchez, (2018) “podemos definir que “el ejercicio físico es una actividad donde interviene un gasto energético con movimientos musculares que nos ayudan a desarrollar diferentes tareas generales o específicas” (pág. 37).

Pero en general podemos decir que el ejercicio físico es una actividad que nos ayuda a desarrollar las capacidades físicas las cuales nos permiten realizar esfuerzos físicos necesarios para cumplir un objetivo establecido.

Clasificación del ejercicio físico

Al decir que el ejercicio físico son actividades que nos permiten desarrollar habilidades y las condiciones físicas y que estos dependen de dicha carga establecida

para superar el nivel del individuo esto hace muy necesario que se deban clasificar este tipo de actividades según Cadierno, (2001) diversas características que presente según ha establecido la siguiente clasificación:

Los ejercicios generales: “se definen como aquellos que al ejecutarlos no desarrollan fases o partes técnicas de una especialidad deportiva y generalmente están encaminados a la preparación del organismo para el rendimiento general del deportista y el desarrollo de las capacidades físicas generales” (Cadierno, 2001, pág. 4).

Los ejercicios competitivos: se caracterizan porque son los que se desarrollan dentro del juego de un determinado deporte o actividad los mismos que están reglamentados y realizados para obtener resultados específicos otra de sus características es que se puede utilizar cargas externas al peso corporal (Cadierno, 2001, pág. 4).

Dentro de estos ejercicios es muy común encontrar el entrenamiento técnico y táctico de los mismos y el perfeccionamiento de esas debilidades las cuales se deben manifestar dentro del juego o del deporte realizado.

Los ejercicios especiales: Esto se caracterizan por su ejecución por partes o fase técnica de la especialidad deportiva seleccionada desarrollando el organismo para acciones específicas también se manifiesta en la enseñanza y corrección de las fases del deporte seleccionado también incide en las capacidades motrices del deporte seleccionado (Cadierno, 2001, pág. 4). Un ejemplo de estos ejercicios son los ejercicios de propiocepción los cuales teorizaremos más adelante.

La propiocepción

Se refiere a la capacidad del cuerpo en identificar o detectar el movimiento y posición de varias articulaciones o de una específica que se está utilizando en una acción manifestándose generalmente en los movimientos comunes que se realiza diariamente, pero tiene un mayor enfoque cuando hablamos de movimientos deportivos que necesitan cierto grado de habilidad y de coordinación especial.

Sillero y Leal, (2010) definen a la propiocepción como la capacidad que tiene el cerebro de identificar la posición exacta de los músculos o de las partes de su cuerpo

en cada momento al realizar un movimiento el cerebro reconoce el lugar que ocupa articulaciones y músculos y la tarea que está realizando.

La propiocepción tiene como referencia al sistema propioceptivo que, para Fernández et al., (2014) se conceptualiza como “un sistema establecido por series de receptores nerviosos ubicados en los músculos, articulaciones y ligamentos cuya función es detectar cualquier grado de tensión muscular o algún nivel de estiramiento muscular enviando esta información a la médula para hacer posteriormente procesada”. (pág. 14)

“Y es a través de este proceso donde el cerebro analiza la información y envía a los músculos para realizar ajustes necesarios para solventar la acción de manera adecuada y conseguir el movimiento predeterminado o establecido” (Ruíz, 2004, pág. 1) .

Según Fernández et al., (2014) “los propios receptores son un mecanismo que controlan la ejecución de un movimiento realizado en un proceso subconsciente tan rápido que estos movimientos se realizan como un reflejo” (pág. 16).

VARIABLE INDEPENDIENTE

El ejercicio propioceptivo

Según Bruyneel, (2016) “es el conjunto de actividades físicas que ayudan a adquirir el movimiento de una actividad asimilándolos como propios donde se desarrolla condiciones adecuadas para facilitar un movimiento complejo” (pág. 7).

Según este concepto podemos establecer que los ejercicios de propiocepción son actividades físicas que mediante la asimilación de los movimientos necesarios para una actividad mejoramos las condiciones físicas y la habilidad motriz del individuo.

El sistema propioceptivo para Leiva, (2014) puede entrenarse mediante la aplicación de ejercicios específicos con las mismas características esto ayudará a responder con eficacia de una manera específica mediante la mejora de la fuerza, coordinación, equilibrio, tiempo de reacción en las situaciones que se presenten o al realizar una tarea específica por lo general estos ejercicios se utilizan en la recuperación tras lesiones de articulación (pág. 17)

Para Leiva, (2014) mediante un entrenamiento propioceptivo el atleta aprende a obtener ventajas a través de sus propios movimientos desarrollando estímulos que aumentan el rendimiento y disminuyendo ciertas inhibiciones que entorpecen el gesto motriz ya que mediante estos ejercicios los movimientos incorrectos comienzan a eliminarse asimilando y adquiriendo un grado de habilidad motriz.

El ejercicio propioceptivo y la fuerza

El incremento de la fuerza se da por la estimulación muscular entendido esto se puede decir que con la relación a la fuerza es normal que pensemos en la masa muscular pero se entiende que para mejorar la fuerza a través del entrenamiento deben de presentarse varios estímulos que permiten adaptaciones funcionales y de estructura como son la hipertrofia e hiperplasia pero los procesos reflejos que desarrolla la propiocepción están directamente vinculados a una mejora de nivel o de función dentro del entrenamiento de la fuerza.

“Mediante los estímulos proporcionados por los ejercicios de propiocepción en el entrenamiento de la fuerza podemos establecer unas mejoras propias que se adquieren mediante tres manifestaciones que explicaremos a continuación” (Lazarraga & Lluch, Aprendices y expertos en el aprendizaje incidental en baloncesto. Dos procesamientos cognitivos diferentes. , 2018, pág. 30).

- Coordinación Intermuscular: se basa en la interacción de los grupos musculares diferentes los cuales mediante su desarrollo generan un movimiento específico.
- Coordinación Intramuscular: se basan en la interacción de las unidades motoras donde intervienen un solo músculo para realizar un movimiento.
- Procesos Reflejo: como su nombre lo indica son procesos que ayudan a la motricidad mediante el control de los reflejos de estiramiento y el reflejo miotático inverso ya que estos producen condiciones adecuadas para el desarrollo de la fuerza.

Entrenamiento propioceptivo y la flexibilidad.

Cuando hablamos de la propiocepción en beneficio de la flexibilidad según Fernández et al., (2014) debemos de conocer varios aspectos de esta capacidad ya que

para activar la respuesta del reflejo en la flexibilidad existen varias técnicas basadas en procesos de propiocepción haciendo que en el momento del estiramiento muscular se asocian en periodos breves determinadas contracciones donde intervienen los músculos agonistas que queremos estirar (pág. 18).

Ruíz, (2004) establece que estos periodos de tiempo deben producir una tensión activando los receptores que intervienen en la misma lo cual aumentaría la relajación subsiguiente permitiendo un mejor estiramiento. Si queremos establecer un ejemplo deberíamos hablar sobre los estiramientos postisométricos más conocidos como tensión activa.

Entrenamiento propioceptivo y la coordinación.

Para desarrollar la coordinación según Flórez et al., (2012) “necesitamos de varios factores que intervengan para facilitar el aprendizaje de esta capacidad ya que mediante la misma podemos realizar respuestas a situaciones inesperadas” (pág. 20) , por lo cual dada su naturaleza podemos trabajarla con entrenamiento propioceptivo ya que este estará relacionada a la información somatosensorial que asimila el cuerpo del individuo ante las situaciones antes mencionadas también.

Las partes que se pueden trabajar de manera significativa mediante la propiocepción son:

Regulación de los parámetros espacio-temporales del movimiento: “Se basa en la ejecución eficaz ante una acción o estímulo mediante el ajuste cociente de nuestros movimientos en el espacio y tiempo donde la acción o el estímulo se desarrollan” (Ruíz, 2004, pág. 3).

Capacidad de mantener el equilibrio: “Se desarrolla de igual manera en el equilibrio estático como en el dinámico mediante estos ejercicios podemos eliminar pequeños problemas mediante la atención refleja muscular la cual interviene en los desplazamientos rápidos” (Ruíz, 2004, pág. 3).

Sentido del ritmo: “Depende principalmente del sistema visual y vestibular ya que podemos definir el ritmo como acciones motoras complejas que se caracterizan por ser

específicas que sigue en un orden lógico si segmentamos una acción técnica o un gesto motriz” (Ruíz, 2004, pág. 3).

Capacidad de orientarse en el espacio: “Se define como la capacidad de distinguir la ubicación en un plano mediante el sistema visual y se trabaja esta condición mediante ejercicios de atención voluntaria donde se eligen los estímulos más importantes” (Ruíz, 2004, pág. 3).

La propiocepción en la educación.

Para desarrollar la propiocepción dentro de la primaria y secundaria según Sailema, (2022) “debemos enfocarnos en diversas habilidades motrices donde intervienen la coordinación óculo manual considerando en sí al propio cuerpo para generar mediante la propiocepción construir una noción mental del movimiento que debe ser adquirido” (pág. 12).

Podemos establecer como Sillero & Leal, (2010) que existe una relación entre los ejercicios de propiocepción y el aprendizaje de habilidades motrices ya que mediante esto podemos trabajar capacidades sensitivas y perceptivas para construir una base motriz adecuada en el individuo así debemos de aplicar un trabajo con el objetivo de que los estudiantes conozcan su cuerpo y todas las posibilidades del movimiento que se les pueda otorgar (pág. 17).

Sillero & Leal, (2010) dice que el crear una imagen corporal nos facilita la acción, movimiento y el gesto motriz permitiendo una adecuada respuesta ante las sensaciones y percepciones en el contexto donde el estudiante se desarrolla sea esta un acontecimiento normal o deportivo. Lo cual facilita la estimulación sensorial ayudando al estudiante a generar oportunidades de movimiento por medio de una técnica específica y con la clasificación de la información en su cerebro, lo cual determina un nivel de desarrollo (pág. 17).

Deportes de conjunto

Según Rodríguez, (2008) podemos definir los deportes colectivos como los cuales enfrentan grupos rivales de deportistas los mismos que tienen igual cantidad de jugadores en su equipo que tienen un marcador y progreso global durante la

competencia con el objetivo general de sobreponerse al adversario actuando de manera coordinada y simultánea (pág. 35)

Una de las características principales de los deportes colectivos y su principal diferencia con los individuales es que es necesaria la capacidad de comprensión entre sus iguales de cooperación colectiva y así mismo de jerarquía por lo cual en estas prácticas lo más común es encontrar un capitán que dirige dentro del terreno de juego al equipo y su objetivo es coordinar tareas colectivas (Rodríguez, 2008, pág. 35).

En estas prácticas suelen manifestarse los esfuerzos físicos y mentales del propio deporte siendo la mental la más importante ya que el éxito del equipo dependerá de la puesta en marcha del entendimiento entre todas sus partes y la ejecución adecuada de todas las capacidades individuales por el bien del equipo.

VARIABLE INDEPENDIENTE

El Baloncesto

Para Eduarte et al., (2019) “El baloncesto es un deporte en conjunto donde participan cinco jugadores por equipo, la finalidad del juego es introducir un balón en el cesto denominado aro del equipo contrario el ganador es el equipo que enceste más puntos en la canasta adversaria (pág. 156).

“Este deporte creado en el año 1891 en estados unidos por un docente llamado James Naismith encargado de la asignatura de educación física, donde él mismo necesitaba un deporte el cual se practique bajo cubierta para mantener en actividad a sus estudiantes” Eduarte et al., (2019, pág. 156).

Actualmente el deporte de baloncesto está regulado por la Federación Internacional de Baloncesto Asociado (FIBA) el mismo que ha establecido 8 reglas donde se define el juego, el terreno de juego y equipamiento, los equipos, reglamentación del juego, las violaciones, las faltas, las disposiciones generales y las obligaciones de los árbitros y oficiales de mesa.

Para el desarrollo del juego se presentan diversas situaciones o movimientos conocidos como fundamentales por lo cual reciben el nombre de fundamentos estos

fundamentos son esenciales para el desarrollo del juego por lo cual se divide en dos ramas muy importantes los fundamentos técnicos y los fundamentos tácticos según establece Crespo y Charchabal, (2022). Los cuales están destinados específicamente a desarrollar características específicas que permite el juego y los fundamentos tácticos que son los encargados de desarrollar situaciones en base a los fundamentos establecidos anteriormente para buscar una ventaja sobre el adversario en el juego.

Muñoz et al., (2016) establece que dentro de los fundamentos técnicos encontramos una división o caracterización de cada uno de estos los cuales se identifican según su función o la finalidad del mismo distinguiéndose aparte de sus usos por su forma de manifestarse o de realizarse ya que cada uno de estos está compuesto por diferentes gestos motrices y o movimientos los cuales estableceremos a continuación.

El pase

El pase consiste en entregar o enviar el balón hacia otro jugador del mismo equipo de manera veloz y eficaz mientras la acción de envío y recepción sea adecuada permitirá que el equipo obtenga el control del balón en cada situación de juego, este fundamento al ser esencial y desarrollarse de diversas maneras Se desarrollan diferentes tipos de pase según Muñoz et al., (2016) lo establece en su trabajo:

- EL PASE DE PIQUE: este se aplica realizándose desde la altura del pecho, pero el balón es direccionado hacia el piso del terreno de juego provocando un rebote enviado hacia el compañero receptor
- EL PASE POR ENCIMA DE LA CABEZA: se aplica cuando el balón es lanzado por la parte superior de la cabeza con las dos manos dándole dirección con los brazos hacia el jugador receptor.
- PASE MANO A MANO: este se aplica cuando existen distancias o espacios cortos usando solamente las manos como impulso para enviar el balón hacia el receptor.
- PASE POR LA ESPALDA: se aplica cuando se pretende confundir al adversario y se realiza pasando el balón por la espalda con la mano contraria enviándolo así hacia el compañero que lo va a receptor.

El tiro o lanzamiento

Este fundamento consiste en introducir el balón en el cesto del oponente tratando de anotar puntos este es el fundamento que determina cuál es el equipo ganador durante el juego se realiza en conjuntos de movimientos específicos los mismos que pretenden que el lanzamiento del balón sea eficaz, según Crespo y Charchabal, (2022) planteó la siguiente clasificación:

- Tiro libre, el cual se ejecuta solamente cuando se administra una penalidad el jugador se establece de manera estática dentro de la zona de tiro y efectúa el lanzamiento en dirección a la canasta.
- Tiro en suspensión, este se realiza por lo general en contraataques rápidos y con jugadores con cierta habilidad motriz para realizarlo ya que su naturaleza exige que además de lanzamiento exista un salto con un periodo de suspensión incluido.
- Tiro en bandeja, se realiza cuando el jugador está cerca al cesto oponente y pueden ingresar el balón por el lado derecho o izquierdo con facilidad.
- Tiro de clavada o mates: se realiza empujando el balón sobre la altura del aro con una o ambas manos caracterizadas por ser realizado con grandes saltos que ayudan al lanzamiento a ser eficaz.

Drible o boteo

Este fundamento se caracteriza por botar el balón contra el suelo del terreno de juego con la finalidad de que rebote según los entrenadores hasta la altura de la cadera y regrese a la mano de él deportista tomaremos Crespo y Charchabal, (2022) la clasificación de que ha definido al drible en los siguientes:

- Drible de protección, se caracteriza por cuidar el balón mientras hacen pivotes bajos ocupando el cuerpo entero y el brazo en oposición a la defensa del equipo contrario para evitar la pérdida del balón.
- Drible de velocidad, se caracteriza por entrar en una estrategia de contraataque porque se adelanta el adversario sin dejar de botear el balón.
- Drible de avance, se caracteriza cuando el jugador con control de balón camina y se desplaza con el mismo volteándolo delante de su cuerpo.

- Drible de habilidad, este se caracteriza por hacer cambios de mano salidas rápidas botes bajos movimientos veloces y fuertes que le permiten proteger el balón o evitar que corten la jugada.

Fundamentos tácticos

De acuerdo con Castro, (2022) Los fundamentos tácticos se dan en sí por la esencia del juego por la disposición del jugador así como la del equipo en el ataque y en la defensa incluyendo los recursos individuales tanto como los grupales que estos pueden poner en el juego del baloncesto durante el tiempo del partido los fundamentos tácticos más rescatables que se puede referenciar son los movimientos defensivos individuales como grupales aparte de los sistemas defensivos como ofensivos que se puedan desarrollar dentro del juego (pág. 4).

La defensa individual está definida por la capacidad del jugador que la aplica ya que el mismo deberán sumergirse en una situación de 1vs1 donde debe de poner en práctica todos los recursos tanto físicos como cognitivos para superar a su adversario por otro lado la defensa grupal se define como todas las actividades o recursos físicos y cognitivos expuestos en el juego para evitar que el adversario se vea superior al equipo que puso en marcha la defensa para evitar el ataque del contrincante Salmerón, (2012, pág. 2).

Sistemas defensivos del baloncesto

Sistema 2-3: Se distingue por ser el sistema más utilizado de todos ya que el mismo se puede aplicar a todas las posiciones en el terreno de juego consiste en dejar dos jugadores en la parte superior por encima de la altura de la línea de tiros mientras que tres jugadores se quedarán en la parte posterior entre sus compañeros y la canasta dentro de la pintura casi hasta la línea de tres puntos (Salmerón, 2012, pág. 4).

Sistema 2-1-2: esta se caracteriza por ubicar al jugador más grande en el centro de la zona ya que él mismo nos ayudará a bloquear el ingreso a la canasta mientras que sus compañeros se ubican dos por encima de la línea de tiros y dos en la parte posterior entre su compañero de la zona y la canasta (Salmerón, 2012, pág. 4).

Sistema 3-2: “se distingue por ser adecuada para limitar el ataque exterior de los adversarios por lo general se aplica este sistema cuando existen jugadores excelentes para los rebotes” (Salmerón, 2012, pág. 5).

Sistema 1-2-2: “este sistema defensivo se caracteriza por dificultar las anotaciones cerca del cesto, pero existe una gran desventaja si los atacantes tienen destreza con el balón” (Salmerón, 2012, pág. 5).

Sistema 1-3-1: se distingue porque nos ayuda a realizar un dos contra uno, pero de igual manera este sistema es muy exigente e implica cierto grado de dificultad en su ejecución ya que requiere de mucho movimiento además de comunicación entre los que la ejecutan (Salmerón, 2012, pág. 5).

Sistemas ofensivos del baloncesto

Ataque de Posición: según Ortega y García, (2009) “se distingue principalmente por generar bloqueos directos e indirectos es necesario para efectuar este ataque que los jugadores tengan coordinación de sus movimientos ya que este sistema tiene gran fluidez de juego” (pág. 3).

Triangulo Ofensivo: “este sistema se caracteriza por ubicar tres jugadores a un lado del terreno de juego y dos al otro lado cerca de las líneas laterales de cada lado provocando que la ofensiva se dé en equipo” (Cevallos, 2020, pág. 120).

Ataque 4-1: “se distinguen por su rotación de balón y el equilibrio que existe entre los dos escoltas los dos aleros y su pívot” (Cevallos, 2020, pág. 120).

Sistema contra defensa 2-3: Cevallos, (2020) dice que “se distingue por tener pases precisas y veloces ya que utiliza pases laterales para vulnerar la defensa del equipo contrario” (pág. 120).

Sistema contra defensa 1-3-1: “se caracterizan por llevar a los jugadores defensivos al fondo de la misma donde es más frágil para lograr esto se necesita una armonía del ataque y del equipo que lo realiza” (Cevallos, 2020, pág. 120).

El baloncesto en la educación física

Según Castro, (2022) Cuando hablamos de deportes de conjunto dentro de la educación física es esencial entender que este tipo de contenidos ha sido mal desarrollado en el entorno educativo ya que muchos docentes lo han enfocado como una práctica competitiva sin tomar en cuenta que dentro del contexto educativo hay que olvidarnos del entrenamiento de alto rendimiento que desarrollan este tipo de deportes ya que los mismos en los alumnos provocan frustración y abandono del mismo (pág. 4).

“Uno de los deportes preferidos por los docentes de educación física el cual se encuentra muy presente en la planificación de contenidos es el baloncesto el mismo que por la naturaleza del contexto y la del juego propio debe de sufrir una adaptación al contexto escolar ya que mediante esto podemos aprovechar los aportes de este como es la colaboración la cooperación y la comunicación entre compañeros no olvidándonos de los diferentes desarrollos físicos que el mismo nos puede aportar para el alumnado” (Cevallos, 2020, pág. 123).

Tomando en cuenta a Crespo y Charchabal, (2022) que el contexto educativo es muy diferente al contexto de competencia los docentes de educación física deben considerar que la enseñanza de este deporte deberá ser metodológica considerando las necesidades de los escolares y las características propias de los mismos también establece la base de los contenidos planificados tratando de salir de sistemas de enseñanza tradicionales buscando un aprendizaje individual y participativo de preferencia se debería utilizar el descubrimiento guiado para buscar la autonomía del estudiante en este deporte.

El potencial de este deporte colectivo como contenido en la planificación de la clase de educación física entra en dos categorías la primera exógena que hace referencia a la salud del estudiante el compañerismo el respeto a las reglas la responsabilidad la comunicación y entre otros como también de la forma endógena que es la que se acomoda al individuo gracias a que presentan condiciones en la manera que se practicó esta disciplina y cumpliendo la expectativa deportiva la cual desarrollará elementos técnicos y tácticos al igual que los reglamentarios trabajando los aspectos físicos

psicológicos y sociales lo cual contribuye a un estado óptimo de la condición física y al desarrollo integral del estudiante. (Crespo & Charchabal, 2022, pág. 124)

Muñoz el at., (2016) establece que el objetivo de ocupar al baloncesto como contenido de educación física es aprovechar al máximo todos sus beneficios, pero también se lo plantea para que el alumno tenga dominio básico y autonomía en el juego para hacer del disfrute de los mismos esto provocado mediante la asimilación de los hábitos deportivos que desarrollan un determinado deporte.

Según Lazarraga, (2019) Se establece que el baloncesto resulta un deporte aplicable y adaptable al contexto educativo y al marco escolar siempre y cuando estos cuenten con instalaciones prácticas para el desarrollo del juego esto hace que el alumno identifique un deporte que lo pueda realizar en cualquier momento y lugar dentro y fuera del entorno escolar ya que las capacidades y destrezas que se desprenden de este deporte fortalecen los bloques de contenidos que pueda aplicar el docente ya que por lo mismo este deporte es considerado limitado por el contexto de la localidad pero dependerá del profesional de educación física y del uso que le dé al mismo para su aplicación (pág. 138).

1.2 OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Determinar la incidencia de la aplicación de un programa de ejercicios de propiocepción en el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto en estudiantes Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa autista de la ciudad de Ambato, Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023- febrero 2024.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Diagnosticar el estado inicial del desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa autista de la ciudad de Ambato, Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023- febrero 2024.
- Evaluar el estado del desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de propiocepción en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa autista de la ciudad de Ambato, Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023- febrero 2024.
- Analizar la diferencia entre el estudio inicial del desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto y posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de propiocepción en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa autista de la ciudad de Ambato, Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023- febrero 2024.

CAPÍTULO II METODOLOGÍA

2.1 MATERIALES

Tabla 1

Materiales Utilizados

MATERIALES	DESIGNACIÓN
Recursos humanos	Tutor: MG WASHINGTON ERNESTO
	CASTRO ACOSTA
	Autor: Canseco Morillo Juan Daniel
	Beneficiarios: Estudiantes de Bachillerato
Materiales institucionales	Canchas de la institución
	Balones de baloncesto
	Silbato
Materiales específicos	Cinta métrica
	Cronometro
	Conos
	Tortugas
	Balanza
Materiales económicos	Internet
	Gasolina

2.2 MÉTODOS

2.2.1 Diseño de Investigación

En el presente trabajo desarrollo un tipo de investigación con enfoque cuantitativo de diseño preexperimental con un alcance explicativo tras la obtención de datos de campo y de corte longitudinal, por lo cual se aplicó el método analítico sintético para la fundamentación teórica del estudio haciendo uso del método hipotético deductivo que permitirá el desarrollo de la investigación al igual que la comprobación o negación de las hipótesis planteadas en este trabajo investigativo.

2.2.2 Población de estudio

La presente investigación se desarrolló en base a una población de 68 estudiantes del subnivel de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Bautista. A través de un muestreo no probabilístico por conveniencia del investigador, se seleccionó una muestra de 21 estudiantes de la jornada vespertina.

A continuación, se presentará la caracterización de la muestra de estudio.

Tabla 2

Caracterización de la Muestra

Variables	Masculino (n=13 - 61,9%)		Femenino (n=8 - 38,1%)		Total (n=21 - 100%)	
	Media	Desviación estándar	Media	Desviación estándar	Media	Desviación estándar
Edad (años)	15,77	±0,44	16,13	±0,84	15,90	±0,63
Peso_(kg)	64,92	±18,16	55,91	±12,46	61,49	±16,50
Altura(m)	1,66	±0,05	1,54	±0,06	1,61	±0,08

Según la caracterización de la muestra la variante denominada sexo estableció que el grupo masculino es mayor al grupo femenino con un 61,5% equivalente a 13 estudiantes, mientras que el femenino es inferior con el 38,1% que equivale a ocho mujeres dándonos un total de 21 estudiantes que son representados en el 100%.

Para caracterizar la variable de peso establecemos que el grupo masculino otra vez se muestra superior con una media de 64,92 kg ante la media femenina que es de 55,91 kg Y finalmente la variable de la altura establece que el grupo masculino es más alto con una media de 1,66 ante la media femenina que es de 1,54 lo cual podemos evidenciar que el grupo masculino tiene valores más altos en las variables como edad peso y altura.

2.2.3 Técnicas e Instrumentos de Investigación

La técnica de investigación seleccionada fue la encuesta manejando como instrumento de investigación y recolección de datos el test denominado “INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN PARA LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS OFENSIVOS CON BALÓN EN EL BALONCESTO”, que cuenta con 15 parámetros establecidos, divididos en 5 evaluadores por cada fundamento técnico como es el drible, el pase y el lanzamiento los cuales son adecuados para analizar el gesto motor del deportista, donde se medirá con una escala del 1 al 3 cada subdivisión siendo 1 la nula capacidad y 3 la máxima capacidad, lo cual deberá dar con un máximo de 15 entre la suma de todos los indicadores por grupo de fundamento técnico y 5 puntos el nivel más bajo en la suma total por grupo de fundamento técnico.

Baremo del test aplicado

Tabla 3:

Baremo del Test

	Mínimo	Máximo
Bajo	15	25
medio	26	35
alto	36	45

Gráfico 1

Criterios de evaluación y puntaje.

Criterios		Nivel/Puntaje		
		1	2	3
Lanzamiento	1 Línea de Tiro	un segmento en la línea	2 segmentos en la línea	3 segmentos en la línea
	2 Agarre del balón	manos juntas.	una mano debajo del balón, la otra sobre él.	Agarre en "T" dedos pulgares
	3 Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	Deteniéndose un tiempo	sin detenerse en la ejecución
	4 Efectividad	1 y 2	3 y 4	5
	5 Angulo recto muñeca	No hay flexión: palma de la mano apunta al aro	Flexión 45°: dedos apuntan en diagonal hacia arriba	Flexión de muñeca: dedos apuntan al aro
Drible	1 Velocidad de desplazamiento	7''	6''	5''
	2 Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	Deteniéndose un tiempo	sin detenerse en la ejecución
	3 Mano-balón	Contacto solo de yema de los dedos	Algunos dribles solo yema de los dedos	Contacto siempre con la palma de la mano
	4 Mirada del deportista	Mira más de una vez el suelo o el balón	Mira una vez al suelo o el balón	Todo el tiempo mira al frente
	5 Flexión de muñeca	Muñeca totalmente rígida	Flexiona en algunos dribles la muñeca	Flexiona muñeca siempre
Pase	1 Posición de los codos	Totalmente separados del cuerpo	Mas separados de lo normal	Ligeramente separados del cuerpo
	2 Posición de los pies	Ningún pie apunta al blanco	un solo pie apunta al blanco	Ambos pies apuntan al blanco
	3 Agarre del balón	manos juntas, casi tocándose	una mano en un hemisferio y la otra en el centro	Manos extendidas en cada hemisferio del balón
	4 Efectividad	1 y 2	3 y 4	5
	5 Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	Deteniéndose un tiempo	sin detenerse en la ejecución

2.2.4 Hipótesis de estudio

H0.- La aplicación de un programa de ejercicios de propiocepción INCIDE en el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto en estudiantes de bachillerato general unificado.

HI. - La aplicación de un programa de ejercicios de propiocepción NO INCIDE en el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto en estudiantes de bachillerato general unificado.

2.2.5 Tratamiento estadístico de los resultados de investigación

El tratamiento estadístico de los datos y resultados a obtenidos en la presente investigación se realizará aplicando el paquete estadístico SPSS versión 29. Realizando un análisis descriptivo de valores mínimos máximos medios y desviaciones estándares para las variables de carácter cuantitativo y un análisis frecuencia y porcentual para las variables de carácter cualitativo.

Para la caracterización de la muestra de estudio se realizará una prueba de normalidad en relación a la cantidad de datos a ser analizados la cual permitirá seleccionar pruebas paramétricas o no paramétricas para muestras relacionadas e independientes con el objetivo de identificar diferencias significativas a nivel estadístico.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Este capítulo presentara los resultados de la investigación realizada tomando como punto de partida los objetivos de la misma, una vez aplicados los instrumentos expuestos en la metodología.

Resultados del diagnóstico de los niveles de los fundamentos técnicos de baloncesto de pre intervención en los estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Bautista.

Tabla 4:

Resultados en la evaluación Pre intervención

Parámetros	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Línea de tiro		1	3	1,52	±0,60
Agarre del balón		1	2	1,48	±0,51
Fluidez del movimiento		1	2	1,48	±0,51
Efectividad		1	2	1,33	±0,48
Flexión de muñeca		1	2	1,29	±0,46
Velocidad de desplazamiento		1	3	1,29	±0,561
Fluidez del movimiento	21	1	2	1,52	±0,512
Mano balón		1	3	1,14	±0,48
Mirada del deportista		1	2	1,10	±0,30
Flexión de muñeca		1	1	1,00	±0,00
Posición de codos		1	3	1,48	±0,68
Posición de los pies		1	3	1,29	±0,56
Efectividad		1	2	1,10	±0,30
Fluidez del movimiento		1	3	1,24	±0,63
Agarre del balón		1	2	1,10	±0,30

Después de haber obtenido los datos se realizó el análisis de los mismos donde se identificó que el parámetro de línea de tiro del fundamento de lanzamiento y el

parámetro de fluidez del movimiento del fundamento del drible presenta un valor medio de 1.52 siendo estos los valores más altos de todos los datos arrojados por los individuos pertenecientes a la muestra de estudio.

También se evidencia que el valor más bajo obtenido en los individuos de la muestra de estudio es del parámetro de flexión de muñeca del fundamento de drible correspondiente a un valor total de 1,00. Y por último se puede evidenciar que en los demás parámetros pertenecientes a los demás fundamentos técnicos del baloncesto los valores oscilan entre el 1,10 al 1,48

Para el análisis adecuado de los datos se utilizó el “Instrumento de Evaluación para los Fundamentos Técnicos Ofensivos con Balón en el Baloncesto”, como instrumento de investigación lo cual permitió obtener los resultados correspondientes al nivel de los estudiantes previos a una intervención de un programa basado en ejercicios propioceptivos.

Tabla 5.
Fundamentos Técnicos Pre-intervención

Fundamentos técnicos PRE	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación. estándar
Lanzamiento	21	5,00	10,00	7,09	±1,92
Drible		5,00	8,00	6,03	±0,97
Pase		5,00	12,00	6,19	±1,69
TB_PRE		15,00	30,00	19,33	±3,27

En la tabla presentada se establece los resultados previos a la aplicación de un programa basado en los ejercicios propioceptivos que evidencian los siguientes resultados

En el fundamento del lanzamiento obtuvimos una media de 7,09 lo que evidencia que se encuentran en un nivel alto. En el fundamento del drible obtuvimos una media de 6,03 lo que evidencia que se encuentra en nivel bajo y por último el fundamento del pase con una media de 6,19 que lo consideramos un nivel medio.

Tabla 6

Niveles de categorización de fundamentos técnicos en Pre-intervención

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	20	95,2
Medio	1	4,8
Total	21	100

Según los niveles de los estudiantes de bachillerato general unificado en los fundamentos técnicos del baloncesto muestra que el nivel “BAJO” engloba a la mayor cantidad de estudiantes mostrando un porcentaje de 95,2 correspondiente a 20 estudiantes y el nivel denominado “MEDIO” con un porcentaje de 4,8 corresponde a 1 estudiante donde se evidencia que no existe ningún estudiante con nivel “MAXIMO”.

Resultados de la Evaluación del estado del desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de propiocepción. Durante el periodo académico septiembre 2023- febrero 2024.

Después de la intervención aplicada se realizó nuevamente la toma de la prueba la cual establecido el nivel inicial en el desarrollo de los fundamentos técnicos utilizando el “Instrumento de Evaluación para los Fundamentos Técnicos Ofensivos con Balón en el Baloncesto” con la finalidad de conocer los nuevos resultados en cada uno de ellos.

Tabla 7*Resultados en la evaluación Post intervención*

Parámetros	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Línea de tiro		2	3	2,52	±0,51
Agarre del balón		2	3	2,48	±0,51
Fluidez del movimiento		2	3	2,48	±0,51
Efectividad		2	3	2,48	±0,51
Flexión de muñeca		2	3	2,33	±0,48
Velocidad de desplazamiento		2	3	2,29	±0,46
Fluidez del movimiento	21	2	3	2,24	±0,44
Mano balón		2	3	2,52	±0,51
Mirada del deportista		2	3	2,10	±0,30
Flexión de muñeca		2	3	2,10	±0,30
Posición de codos		2	2	2,00	±0,00
Posición de los pies		2	3	2,38	±0,46
Efectividad		2	3	2,24	±0,44
Fluidez del movimiento		2	3	2,10	±0,30
Agarre del balón		2	3	2,14	±0,36

Resultados del diagnóstico pos-intervención de los niveles de desarrollo de los fundamentos técnicos de baloncesto en los estudiantes de bachillerato general unificado.

Según el análisis correspondiente a los datos obtenidos el parámetro de línea de tiro del fundamento de lanzamiento y el parámetro de mano balón del fundamento de drible presento un valor medio de 2,52 siendo estos los valores más altos en los datos obtenidos. Mientras el valor más bajo cae sobre el parámetro de posición de codos del fundamento de pase con un valor medio de 2,00 de los datos obtenidos.

También se evidencio que los parámetros de agarre de balón, fluidez del movimiento, y efectividades pertenecientes al fundamento de lanzamiento obtuvieron un valor medio similar de 2,48 de la muestra de estudio establecida.

Tabla 8:*Fundamentos Técnicos Pos-intervención.*

Fundamentos técnicos post	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Lanzamiento		10,00	15,00	12,28	±1,87
DRIBLE	21	10,00	13,00	11,23	±0,94
PASE		10,00	13,00	10,85	±1,01
TB_Post		31,00	40,00	34,38	±2,61

En la tabla presentada se establece los resultados obtenidos después de la aplicación de un programa basado en los ejercicios propioceptivos que evidencian los siguientes resultados

En el fundamento del Lanzamiento obtuvimos una media de 12,28 lo que evidencia que se encuentran en un nivel alto. En el fundamento del Drible obtuvimos una media de 11,23 lo que evidencia que se encuentra en nivel medio y por último el fundamento del Pase con una media de 10,85 que lo consideramos un nivel medio.

Niveles de categorización de la muestra de estudio después de la aplicación de un programa con ejercicios propioceptivos

Tabla 9*Niveles de categorización de fundamentos técnicos en Pos-intervención*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Medio	13	61,9
Alto	8	38,1
Total	21	100,0

Según los niveles de los estudiantes de bachillerato general unificado en los fundamentos técnicos del baloncesto muestra que el nivel “Bajo” no se encuentra representado con ningún valor o cantidad de estudiantes mientras que el nivel denominado “Medio” con un porcentaje de 61,9 corresponde a 13 estudiantes donde

se los clasifico en un nivel “Medio” y clasificados en el nivel “Alto” se obtuvo a 8 estudiantes que representan el 38,1% de la muestra de estudio.

Resultados del Análisis de la diferencia entre el estudio inicial del desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto y posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de propiocepción. Durante el periodo académico septiembre 2023- febrero 2024.

Para realizar el análisis adecuado de la diferencia que se presentó En los niveles de desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto después de la propuesta aplicada Se procedió a hacer una resta de los resultados obtenidos en la etapa de pre-intervención menos los resultados después de haber aplicado la propuesta con la finalidad de evidenciar la existencia de la mejora en el desarrollo de los fundamentos antes mencionados.

Tabla 10

Diferencias entre valores Pre y Post

Fundamento	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Lanzamiento	21	4,00	6,00	5,19	±0,68
Drible		4,00	6,00	5,19	±0,51
Pase		1,00	5,00	4,66	±0,91
Total		10,00	16,00	15,0476	1,28360

Analizando la tabla de la diferencia podemos observar que en el fundamento técnico de lanzamiento se ha obtenido un valor de diferencia de 5,19 lo cual es un valor positivo en favor del desarrollo de este fundamento por parte de los estudiantes de bachillerato general unificado

Mientras tanto también se evidencia que el fundamento técnico del drible ha tenido un dato positivo en 5. 19 de diferencia entre los valores de la pre intervención y post intervención lo cual es favorable para el mismo y finalmente el fundamento del pase también ha obtenido un dato positivo en un porcentaje de 4,66 de diferencia entre las dos tomas de los datos.

Tabla 11

Análisis entre datos cruzados Fundamentos Técnicos del Baloncesto Pre y Post

Niveles de Fundamentos Pre	Niveles Fundamentos post		Total
	Medio	Alto	
Bajo	13	7	20
Medio	0	1	1
Total	13	8	21

Para el análisis de los datos cruzados del nivel de los fundamentos técnicos en los estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Bautista se puede evidenciar en los niveles previos a la aplicación del programa establecido encontramos que se clasificó una cantidad de 20 estudiantes en el nivel denominado bajo y en el nivel medio encontramos a 1 estudiante. En los datos obtenidos después de aplicar el programa de ejercicios de propiocepción evidenciamos que 13 estudiantes se encontraron en el nivel medio y en el nivel alto encontramos a 8 estudiantes lo cual es favorable ya que representa mejoras y avances dentro de los niveles en el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto.

3.2 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

Una vez analizado los datos obtenidos en el antes y después de la aplicación del programa establecido que se realiza en esta investigación se procedió a la verificación de las hipótesis planteadas al inicio del presente trabajo para esto se utilizó una prueba de normalidad que ayudó a clasificar los datos obtenidos como no normales lo cual nos permitió aplicar pruebas no paramétricas donde se utilizó la prueba de Wilcoxon con la finalidad de establecer las diferencias significativas de los datos generales de este trabajo en las etapas Pre y Pos ya establecidas.

Tabla 12*Verificación de las hipótesis de estudio.*

Fundamentos Técnicos del baloncesto	N	PRE Intervención		POST Intervención		P
		Media	Desviación estándar	Media	Desviación estándar	
Lanzamiento		7,09	±1,92	12,28	±1,87	0,000*
Drible	21	6,03	±0,97	11,23	±0,94	0,000*
Pase		6,19	±1,69	10,85	±1,01	0,000*

Nota: Existencia de diferencias significativas en $P \leq 0.05$ (*) y la no existencia de diferencias significativas $P \geq 0.05$ (**)

Después de haber analizado los datos presentados y haber realizado las pruebas específicas y adecuadas para el correcto manejo de los mismos se evidencia la existencia de mejoras significativas en el desarrollo de cada fundamento técnico del baloncesto, en otras palabras, el presente trabajo tubo un resultado positivo lo cual la hipótesis alternativa es aceptada y la hipótesis nula es rechazada en su totalidad .La propuesta planteada de los ejercicios de propiocepción aplicados demostraron que mejora el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto.

H0.- La aplicación de un programa de ejercicios de propiocepción incide en el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto en estudiantes de bachillerato general unificado.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 CONCLUSIONES

- Se diagnosticó el estado inicial del desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Bautista, lo cual nos arrojó como datos que 20 estudiantes se encontraron en un nivel bajo de desarrollo de los fundamentos mientras que solo 1 estudiante se encontraba en un nivel medio evidenciando así la deficiencia de los mismos en esta área del baloncesto lo cual nos permitió concluir que más del 90% del alumnado se encontraba con un estado deficiente.
- Se evaluó el estado del desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de propiocepción en los estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Bautista, esto evidenció un mejor resultado en la aplicación de las pruebas establecidas dando un resultado, en el fundamento del Lanzamiento se obtuvo una media de 12,28 , en el fundamento del Drible obtuvimos una media de 11,23 y por último el fundamento del Pase con una media de 10,85 concluyendo que por la caracterización de niveles de los fundamentos establecemos que 13 estudiantes se encuentran en un nivel medio y 8 estudiantes en un nivel alto después de la aplicación de la propuesta.
- Se analizó la diferencia entre el nivel inicial del desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto y el nivel posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de propiocepción donde se evidenció un cambio significativo en todos los fundamentos estudiados en el presente trabajo. En los datos obtenidos después de aplicar el programa de ejercicios de propiocepción evidenciamos que 13 estudiantes se encontraron en el nivel medio y en el nivel alto encontramos a 8 estudiantes por lo cual concluimos que la aplicación de un programa con ejercicios de propiocepción mejora significativamente el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto.

4.2 RECOMENDACIONES

- Se recomienda realizar un diagnóstico con pruebas avaladas y adecuadas para la muestra de estudio con la cual se vaya a trabajar para identificar el nivel inicial en el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto ya que esto permitirá conocer cuáles son sus deficiencias para plantear actividades para mejorar su estado.
- Se recomienda evaluar el nivel de desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto después de la aplicación de las actividades de la propuesta para identificar un cambio o mejora en dichos niveles con la finalidad potenciar el programa aplicado o realizar diversas mejoras en el mismo.
- Para finalizar se recomienda analizar la diferencia de los valores obtenidos en el nivel inicial del desarrollo de los fundamentos técnicos y el nivel posterior a la aplicación del programa de ejercicios de propiocepción para corroborar la existencia de mejoras en los resultados obtenidos al inicio de la investigación para establecer si los mismos son adecuados para los estudiantes o se debe aplicar otro tipo de programas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bibliografía

- Bruyneel, A. (2016). *Evaluación de la propiocepción: pruebas de estereotestesia y cinestesia*. doi:[https://doi.org/10.1016/S1293-2965\(16\)78903-1](https://doi.org/10.1016/S1293-2965(16)78903-1)
- Cabrera, J., & Vázquez, E. (01 de 2014). *La defensa en el baloncesto moderno. La mejor arma del juego*. doi:<http://www.efdeportes.com/>
- Cadierno, P. (2001). *El ejercicio físico: su planificación y control de las cargas*. Obtenido de efDeportes Revista Digital - Buenos Aires - Año 6 - N° 31: <https://www.efdeportes.com/efd31/ejerc.htm>
- Calderón, Y., Valdez, Y., & Basulto, Y. (2017). *Juegos con tareas para las habilidades técnicas del baloncesto en las clases de Educación Física*. . Obtenido de Revista Universidad y Sociedad, 9(2), 83-87.: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202017000200010&script=sci_arttext
- Castro, V. (2022). *Ejercicios para la enseñanza de los fundamentos técnicos del baloncesto en practicantes de 8vo Año de Básica*. Obtenido de <https://repositorio.ug.edu.ec/500>
- Cevallos, J. (2020). *Proceso de enseñanza aprendizaje de las acciones técnicas tácticas con el pase y el lanzamiento en el Minibasketboll*. doi:<https://revistaitsl.itslibertad.edu.ec/index.php/ITSL/article/view/215>
- Crespo, W., & Charchabal, D. (2022). *Estratégica metodológica a través del juego para la enseñanza del pase-recepción en baloncesto. Podium*. . Obtenido de Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, 17(1), 301-312.: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s1996-24522022000100301&script=sci_arttext

- Devís, J., & Peiró, C. (2009). *Devís Devís, J., & Peiró Velert, C. (1993). La actividad física y la promoción de la salud en niños/as y jóvenes: la escuela y la educación física. Revista de psicología del deporte, 2(2), 0071-86.* Obtenido de Revista de psicología del deporte, 2(2), 0071-86.: <https://ddd.uab.cat/record/63165>
- Eduarte, L., Stable, Y., & Lanza, A. (2019). *Los profesionales del deporte y el proceso de enseñanza aprendizaje escolar en la etapa de iniciación al baloncesto desde la dimensión educación física.* . Obtenido de Conrado, 15(66), 156-162.: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442019000100156&script=sci_arttext
- Fernández, E., Catalá, S., Tafur, D., & Sarría, G. (2014). *La facilitación neuromuscular propioceptiva en la mejora de algunas capacidades físicas.* Obtenido de Lecturas: Educación física y deportes, (204), 14.: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5386786>
- Fernández, M., & Sánchez, P. (2018). *Actividad física para la salud: reflexiones y perspectivas.* Obtenido de New perspectives in physical education and school sport, 35-44.: https://www.um.es/innova/OCW/actividad_fisica_salud/lecturas/texto_introduccion_delgado_y_Tercedor.pdf
- Flórez, M., Hernández, C., & González, M. (2012). *Influencia del contexto de alto rendimiento deportivo en los vínculos socioafectivos de jugadoras de baloncesto.* Obtenido de Flórez, G. M. D., Hernández, C. R., & González, M. Z. (2012). Influencia del contexto de alto rendimiento deportivo en Cuadernos de psicología del deporte, 12(1), 93-102.: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1578-84232012000100008&script=sci_arttext&tlng=en
- Hinojosa, C., Espoz, S., Farías, C., & Barraza, F. (2021). *Estrategias didácticas y metodológicas del proceso de formación en el balonmano escolar: Una revisión sistemática.* doi:<https://hdl.handle.net/20.500.12536/1453>

- Ibáñez, S. (2010). *Los contenidos de enseñanza del baloncesto en las categorías de formación*. . Obtenido de *Novos Horizontes para o Treino do Basquetebol*, 111-135.
- Lazarraga, P. (2019). *Influencia de una estrategia de enseñanza incidental sobre variables psicológicas, fisiológicas y motoras en jugadores de baloncesto de diferentes edades y niveles de pericia*. doi:<https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/353533>
- Lazarraga, P., & Lluch, Á. (2018). *Aprendices y expertos en el aprendizaje incidental en baloncesto. Dos procesamientos cognitivos diferentes*. . doi:<http://revistas.um.es/sportk>
- Leiva, J. (2014). *Propuesta de incorporación de tareas preventivas basadas en métodos propioceptivos en fútbol*. Obtenido de *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (26), 163-167.: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4771824>
- López-Pastor, V. (2013). *López-Pastor, V. M. (2013). Nuevas perspectivas sobre evaluación en Educación Física. Revista de educación física, 29(3), 4-13*. Obtenido de López-Pastor, V. M. (2013). *Nuevas perspectivas sobre evaluación en Educación Física. Revista de educación física, 29(3), 4-13*.: <https://g-se.com/nuevas-perspectivas-sobre-evaluacion-en-educacion-fisica--1639-sa-m57cfb2723cf44>
- Lorza, G. (1999). *La reeducación propioceptiva en la prevención y tratamiento de las lesiones en el deporte*. Obtenido de <https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/10899/CC%2051%20art%2010.pdf>
- Macalupu More, I. (2020). *Entrenamiento propioceptivo en terapia física*. Obtenido de <http://intra.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4918>
- Molina, J., Villamón, M., & Úbeda, J. (2015). *La investigación cualitativa en las revistas españolas de ciencias del deporte (2007-2011)*. doi:<https://rodrigo.uv.es/handle/10550/49205>

- Muñoz, S., Cayetano, A., & Muñoz, A. (2016). *Baloncesto para todos: Unidad didáctica de baloncesto para 2º curso de educación secundaria obligatoria*. . Obtenido de EmásF: revista digital de educación física, (39), 72-91.: Num. 39 (marzo-abril de 2016)
- Ochoa-Gómez, J. (2021). *Metodología de los fundamentos técnicos del baloncesto para estudiantes entre 10 a 13 años*. Obtenido de (Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil, Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación).: <https://repositorio.ug.edu.ec/500>
- Ortega, E., & García, A. (2009). *Análisis de los sistemas de ataque en un equipo de baloncesto de alto rendimiento*. Obtenido de efdeportes.com Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - Nº 133: <https://www.efdeportes.com/efd133/analisis-de-los-sistemas-de-ataque-en-baloncesto.htm>
- Prieto, D., Giraldo, F., & Salas, F. (2019). *Programa de entrenamiento propioceptivo y su importancia en las capacidades coordinativas en fútbol femenino*. Obtenido de <https://repository.udca.edu.co/handle/11158/3161>
- Rizzo, J. (2017). *Ejercicios técnicos tácticos para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje del fútbol en la categoría sub 10 del Club Dinamo de Salitre*. . Obtenido de Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil. Facultad de Educación Física Deporte y Recreacion: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/22931>
- Rodríguez, G. (2008). *Los valores a desarrollar a través de la enseñanza del baloncesto de iniciación*. . Obtenido de Revista internacional de derecho y gestión del deporte, (2), 32-46.: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2776645>
- Romero-Franco, N., Martínez-Amat, A., & Martínez-López, E. (2013). *Efecto del entrenamiento propioceptivo en atletas velocistas*. Obtenido de Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Sci: <https://www.redalyc.org/pdf/542/54228442002.pdf>

- Ruíz, F. (2004). *Propiocepción: introducción teórica*. . Obtenido de Internet: www.efisioterapia.net/descargas/pdfs/PROPIOCEPCION_INTRODUCCION_TEORICA.pdf:
<https://www.serhuman.com/PROPIOCEPTORES.pdf>
- Sailema, R. (2022). *El ejercicio propioceptivo en el desarrollo del equilibrio en estudiantes*. Obtenido de (Bachelor's thesis, Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte):
<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/34396>
- Salmerón, M. (2012). *Los principios técnicos-tácticos y tipos de pase-recepción en el baloncesto*. doi: <http://www.efdeportes.com/>
- Sánchez-Lastra, M., Varela, S., Cancela, J., & Ayán, C. (2019). *Mejora de la coordinación en niños mediante el entrenamiento propioceptivo*. doi:DOI:
[http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2019/2\).136.02](http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2019/2).136.02)
- Santos, Z., Pérez, S., & O'Farrill, L. (2020). *Información propioceptiva y deporte. Una actualización necesaria para el control biomédico del entrenamiento*. doi:<https://revmedep.sld.cu/index.php/medep/article/view/131/137>
- Sillero, J., & Leal, J. (2010). *La propiocepción como contenido educativo en primaria y secundaria en educación física*. . Obtenido de Revista Pedagógica ADAL, (21), 24-28.: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=16067>

ANEXOS

ANEXO 1



ANEXO 2

Tabla 13

Propuesta para aplicación de la intervención

1.Tema: El ejercicio propioceptivo para mejorar el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto para estudiante de Bachillerato General Unificado.
2.Objetivos
General <ol style="list-style-type: none">1. Crear un conjunto de ejercicios de propiocepción aplicables para el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto en estudiante de Bachillerato General Unificado.
Específicos: <ol style="list-style-type: none">1. Analizar las cualidades específicas de los ejercicios de propiocepción para aplicar en el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto.2. Clasificar los ejercicios de propiocepción según la funcionalidad y su aplicación para el desarrollo de los fundamentos técnicos del baloncesto.3. Desarrollar una planificación basada en ejercicios de propiocepción aplicables para mejorar la capacidad en los fundamentos técnicos del baloncesto.
3.Fundamentacion:
<p>La importancia de la propuesta radica en la aplicación de nuevas técnicas de enseñanza para la disciplina del baloncesto y a qué en el Ecuador en el contexto de la educación física no existe muchas didácticas que se puedan poner en práctica para desarrollar los fundamentos técnicos del baloncesto que sea adecuada, correcta, individualizada y significativa para el alumno tomando en cuenta que el ejercicio propioceptivo según Bruyneel, (2016) “es el conjunto de actividades que ayudan a adquirir el movimiento de una actividad asimilándolos como propios” se pretende desarrollar en condiciones más adecuadas la enseñanza aprendizaje de la disciplina antes mencionada.</p> <p>La propuesta se enfoca en la aplicación de ejercicios propioceptivos y su incidencia en el proceso de ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto, estos ayudan al aprendizaje y la automatización de los fundamentos técnicos de la disciplina antes mencionada. Lo cual nos presenta una nueva didáctica o recurso</p>

para desarrollar ciertas habilidades que con un fin pedagógico serán beneficiosas para los contenidos de la clase de educación física.

4.Bibliografía

Sillero, J., & Leal, J. (2010). *La propiocepción como contenido educativo en primaria y secundaria en educación física*. . Obtenido de Revista Pedagógica ADAL, (21), 24-28.:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=16067>

Bruyneel, A. (2016). *Evaluación de la propiocepción: pruebas de estestesia y cinestesia*. doi:[https://doi.org/10.1016/S1293-2965\(16\)78903-1](https://doi.org/10.1016/S1293-2965(16)78903-1)

Tabla 14:
Planificación Semanal Propuesta

Tiempo	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Recursos
90 minutos /semana	Levantamiento de datos mediante la aplicación de “INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN PARA LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS OFENSIVOS CON BALÓN EN EL BALONCESTO”	Aplicación de movimientos dinámicos adaptados al baloncesto. Desarrollo del movimiento establecido en el pase	Aplicación del ejercicio propioceptivo adaptado al fundamento del pase. Desarrollo del gesto motriz del pase en función de la coordinación y la propiocepción	Desarrollo específico del movimiento establecido para el fundamento del drible. Aplicación del ejercicio propioceptivo adaptado al fundamento del drible.	Silbato Cronometro Tortugas Balones N°6 Tortugas conos canchas de la institución
Tiempo	Semana 5	Semana 6	Semana 7	Semana 8	Recursos
90 minutos /semana	Desarrollo gesto motriz mediante actividades lúdicas para el fundamento del drible. Aplicación del ejercicio propioceptivo adaptado al fundamento del drible.	Aplicación de movimientos dinámicos adaptados al fundamento de lanzamiento. Desarrollo por fases de la técnica de lanzamiento mediante la segmentación	Desarrollo del gesto motriz del lanzamiento en función de la propiocepción. Aplicación de actividades lúdicas enfocadas en el fundamento del lanzamiento.	Desarrollo de tareas específicas en circuitos con la intervención de todos los fundamentos técnicos del baloncesto	Silbato Cronometro Tortugas Balones N°6 Tortugas conos canchas de la institución

Gráfico 2

Unidad de planificación (clase 1)


		UNIDAD EDUCATIVA BAUTISTA				AÑO LECTIVO	
1.- DATOS INFORMATIVOS:							
DOCENTE:	JUAN DANIEL CANSECO MORILLO	Asignatura:	Educación Física	Curso:	bachillerato	Paralelo:	A
N° de unidad de planificación	1	Título de planificación	Propiocepción como base en el fundamento del pase en baloncesto	Objetivos de la unidad de planificación	1. Identificar los movimientos propios en la ejecución del pase. 2. Desarrollar el gesto motriz del pase mediante un programa establecido		
2.- PLANIFICACIÓN:							
UNIDAD DE PLANIFICACIÓN 1					Indicadores esenciales de evaluación		
Calentamiento Ejercicio 1: Movimientos dinámicos adaptados al baloncesto Variante 1: Desarrollo del movimiento establecido en el pase Ejercicio 2: aplicación del ejercicio propioceptivo con pase Variante 2: desarrollo del pase en función de la coordinación							
Ejes transversales:		Periodos:	90 minutos 2 periodos de 45 minutos (una hora pedagógica)	Semana de inicio:	09-11-2023		
Estrategias metodológicas:	Recursos:		Indicadores de logro:	Actividades de evaluación:			
<ul style="list-style-type: none"> Enseñanza basada en tareas Descubrimiento guiado 	1. Terreno de juego para baloncesto 2. Balones de baloncesto 3. Silbato		Desarrollo del fundamento del pase mediante un programa de propiocepción				

Gráfico 3

Unidad de planificación (clase 8)

		UNIDAD EDUCATIVA BAUTISTA				AÑO LECTIVO	
1.- DATOS INFORMATIVOS:							
DOCENTE:	JUAN DANIEL CANSECO MORILLO		Asignatura:	Educación Física	Curso:	bachillerato	Paralelo: A
N° de unidad de planificación	8	Título de planificación	Desarrollo del fundamento técnico del pase con ejercicios pre establecidos	Objetivos de la unidad de planificación	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asimilar el gesto motriz del fundamento técnico del drible mediante un programa de ejercicios propioceptivos 2. Mejorar los movimientos específicos para el desarrollo del drible. 		
2.- PLANIFICACIÓN:							
UNIDAD DE PLANIFICACIÓN 8					Indicadores esenciales de evaluación		
Calentamiento Ejercicio 1: Desarrollo específico del movimiento establecido para el fundamento del drible. Ejercicio 2: Aplicación del ejercicio propioceptivo adaptado al fundamento del drible. Variante 2: Desarrollo del drible en función de la coordinación.					Realiza el movimiento según el requerimiento de la instrucción Realiza adecuadamente el pase con balón en cada ejercicio		
Ejes transversales:		Periodos:	90 minutos 2 periodos de 45 minutos (una hora pedagógica)		Semana de inicio:	16-11-2023	
Estrategias metodológicas:		Recursos:		Indicadores de logro:		Actividades de evaluación:	
<ul style="list-style-type: none"> • Enseñanza basada en tareas • Descubrimiento guiado 		<ol style="list-style-type: none"> 1. Terreno de juego para baloncesto 2. Balones de baloncesto 3. Silbato 		<ol style="list-style-type: none"> 1. Domina el manejo del balón en diferentes posiciones corporales 2. Domina el balón en estado estático y en movimiento 			

Gráfico 4

Unidad de planificación (clase 16)

		UNIDAD EDUCATIVA BAUTISTA				AÑO LECTIVO	
1.- DATOS INFORMATIVOS:							
DOCENTE:	JUAN DANIEL CANSECO MORILLO		Asignatura:	Educación Física	Curso:	bachillerato	Paralelo: A
N° de unidad de planificación	16	Título de planificación	Desarrollo del fundamento técnico del pase con ejercicios pre establecidos	Objetivos de la unidad de planificación	3. Asimilar el gesto motriz del fundamento técnico del lanzamiento mediante un programa de ejercicios propioceptivos 4. Mejorar los movimientos específicos para el desarrollo del lanzamiento.		
2.- PLANIFICACIÓN:							
UNIDAD DE PLANIFICACIÓN 16					Indicadores esenciales de evaluación		
Calentamiento Ejercicio 1: Aplicación de movimientos dinámicos adaptados al fundamento de lanzamiento. Variante 1: Desarrollo por fases de la técnica de lanzamiento mediante la segmentación. Ejercicio 2: Desarrollo del gesto motriz del lanzamiento en función de la propiocepción. Variante 2: Aplicación de actividades lúdicas enfocadas en el fundamento del lanzamiento.					Realiza el movimiento según el requerimiento de la instrucción Realiza adecuadamente el pase con balón en cada ejercicio		
Ejes transversales:		Periodos:	90 minutos 2 periodos de 45 minutos (una hora pedagógica)		Semana de inicio:	16-11-2023	
Estrategias metodológicas:		Recursos:		Indicadores de logro:		Actividades de evaluación:	
<ul style="list-style-type: none"> Enseñanza basada en tareas Descubrimiento guiado 		4. Terreno de juego para baloncesto 5. Balones de baloncesto 6. Silbato		1. Realiza todos los movimientos para el lanzamiento. 2. Domina el balón en estado estático y en movimiento			