



*UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
EXTENSIÓN CHONE*

FACULTAD EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

TRABAJO DE TITULACIÓN

*PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y
RECREACIÓN*

TEMA:

*“EL BÁSQUET Y SU INCIDENCIA EN LA ADQUISICIÓN DE
DESTREZAS Y HABILIDADES MOTRICES EN LOS NIÑOS Y NIÑAS
DEL SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD
EDUCATIVA ABDÓN CALDERÓN DE LA CIUDAD DE CHONE
DURANTE EL AÑO LECTIVO 2014 – 2015”.*

AUTORA:

VERA ZAMBRANO MARÍA ANDREA

TUTOR:

DRA. BETTY BRAVO ANDRADE

CHONE – MANABÍ – ECUADOR

2015

CERTIFICACIÓN

Certifico que el presente trabajo de investigación con el tema: “EL BÁSQUET Y SU INCIDENCIA EN LA ADQUISICIÓN DE DESTREZAS Y HABILIDADES MOTRICES EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA ABDÓN CALDERÓN DE LA CIUDAD DE CHONE DURANTE EL AÑO LECTIVO 2014 – 2015”.

En el presente trabajo original de la autora: **Vera Zambrano María Andrea**. Egresada de la Escuela de Cultura Física. El mismo que ha sido analizado y revisado bajo mi asesoría.

Los criterios vertidos, conclusiones y recomendaciones, más el análisis de la investigación son exclusividad del autor.

Dra. Betty Bravo Andrade

TUTORA

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

La responsabilidad de las opiniones, investigaciones, resultados, conclusiones y recomendaciones presentados en este trabajo de titulación, es exclusividad de su autora.

Chone, abril de 2015

María Andrea Vera Zambrano

AUTORA



**UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ EXTENSIÓN
CHONE**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN**

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el informe de investigación, sobre el tema: **“El básquet y su incidencia en la adquisición de destrezas y habilidades motrices en los niños y niñas del sexto año de educación básica de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la ciudad de Chone durante el año lectivo 2014 – 2015”**, elaborado por la egresada, María Andrea Vera Zambrano, de la Escuela de Educación Física, Deportes y Recreación.

Chone, abril del 2015

.....
Dr. Víctor Jama Zambrano
DECANO

.....
Dra. Betty Bravo Andrade
TUTORA DE TRABAJO DE TITULACIÓN

.....
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

.....
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

.....
Lic. Fátima Saldarriaga Santana
SECRETARIA

DEDICATORIA

A Dios: Que escucho mis suplicas y concedió la petición de mi corazón. La gracia y la honra son para el que todo lo puede.

A mi esposo; Eliecer, con quien luche junto para alcanzar esta meta, aunque con obstáculos en el camino pero en Dios es nuestra victoria.

A mis hijas; Milenka y Romina, quienes vieron con sacrificio cada esfuerzo dedicado en mis estudios y que son mi constante lucha por un mañana mejor.

A mi madre; Quinche, Por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores, por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien, pero más que nada, por su amor.

A mi hermana, Pastora, por ser ese apoyo constante en cada etapa de mi vida.

A mis suegros; Aparicio y Ramona, seres especiales y únicos quienes se convirtieron en mis padres espirituales apoyándome con buenos consejos.

A mis compadres; Gina, Jovanny y Miguel, quienes me demostraron que el amor va más allá de una hermandad espiritual y son mis consejeros, amigos; quienes nunca aceptan una derrota, peor el fracaso y con esto me demostraron estar a mi lado siempre.

A mis padrinos; Ernesto y Baltazara, quienes en la distancia me ayudaron a que mis sueños académicos se hagan realidad.

María Andrea

AGRADECIMIENTO

A Dios, Por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Extensión Chone. Por darme la oportunidad de formarme como profesional.

A la Doctora Betty Bravo Andrade; por su dedicación y esfuerzo, además de compartir sus sabios conocimientos e intereses en el desarrollo de esta investigación.

A los docentes de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Extensión Chone, quienes con sus conocimientos contribuyeron a alcanzar las metas trazadas.

A los docentes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón Garaicoa”, por abrirme las puertas de su institución y ser aporte a esta investigación.

A las personas quienes directa e indirectamente me ayudaron en el desarrollo de esta investigación.

María Andrea

ÍNDICE

Portada	
Certificación.....	ii
Declaración de autoría.....	iii
Aprobación del Tribunal Examinador.....	iv
Dedicatoria	v
Agradecimiento.....	vi
Índice.....	vii
1. Introducción.....	1
2. Planteamiento del problema.....	3
2.1 Contextos.....	3
2.1.1 Contexto Macro	3
2.1.2 Contexto Meso.....	4
2.1.3 Contexto Micro.....	5
2.2 Formulación del problema	6
2.3 Delimitación del problema.....	6
2.4 Interrogantes de la investigación.....	7
3. Justificación	8
4. Objetivos.....	10
4.1 Objetivo General	10
4.2 Objetivos Específicos.....	10
CAPÍTULO I.....	11
5. Marco Teórico.....	11
5.1 El básquet.....	11
5.1.1 Generalidades	11
5.1.2 Historia del básquet.....	12
5.1.3 Principales reglas del baloncesto.....	14

5.1.4	Consideraciones generales del básquet	16
5.1.5	Equipamiento de básquet	22
5.1.6	La enseñanza del básquet en el área de Educación Física.....	23
5.2	Destrezas y habilidades motrices	26
5.2.1	Características	28
5.2.2	Habilidades del básquet.....	28
CAPÍTULO II		33
6.	Hipótesis	33
6.1	Variables	33
6.1.1	Variable Independiente:	33
6.1.2	Variable Dependiente:.....	33
6.1.3	Término de Relación:	33
CAPÍTULO III.....		34
7.	Metodología.....	34
7.1	Tipo de Investigación.....	34
7.2	Nivel de Investigación	34
7.2.3	Métodos.....	34
7.2.4	Técnicas de recolección de información	35
7.3	Población y Muestra	35
7.3.1	Población.....	35
7.3.2	Muestra.....	35
8.	Marco Administrativo.....	36
8.1	Recursos Humanos.....	36
8.2	Recursos Financieros	36
CAPÍTULO IV.....		37
9.	Resultados obtenidos y análisis de datos	37

9.1 Resultados de la encuesta aplicada a Docentes.....	37
9.2 Análisis de la entrevista realizada a los Docentes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”.....	47
9.3 Análisis de la entrevista realizada a los Directora de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”.....	49
9.4 Análisis de la observación realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”.....	51
CAPÍTULO V.....	52
10. Comprobación de la hipótesis.....	52
11. Conclusiones.....	54
12. Recomendaciones.....	55
Anexos.....	59
CAPÍTULO VI.....	67
1. Propuesta.....	67
2. Introducción.....	67
3. Justificación.....	68
4. Objetivos.....	69
4.1. Objetivo General.....	69
4.2. Objetivos Específicos.....	69
5. Contenido de la Propuesta.....	70
6. Estructura de la estrategia aplicada.....	76
7. Diseño Organizacional.....	77

1. Introducción

El básquet representa un gran concepto en lo referente a la disciplina deportiva, y que se lo práctica en los diferentes niveles de educación, por considerárselo como un aporte beneficioso para el desarrollo y adquisición de destrezas y habilidades motrices en los niños y niñas, y que mediante la presente investigación se analiza para conocer cómo se lo está llevando a cabo, si existen los materiales e implementos necesarios, así como el respectivo Docente especializado en el área de Cultura Física, para que se dé un mejor logro en esta disciplina deportiva en los estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón, de la ciudad de Chone. Por esta razón y demás puntualizaciones se ponen de manifiesto en la presente investigación.

Se tomó en cuenta que dentro del campo de la Educación Física, en habilidades y Destrezas Motrices Básicas, el concepto de Habilidad hace referencia a la capacidad que se adquiere por aprendizaje para realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado con un mínimo gasto de energía y/o de tiempo.

Para lo cual se lo ha desglosado se lo presenta con el Planteamiento del Problema, el mismo que abarca, los contextos, macro, meso y micro, en dónde se analiza el tema enunciado desde un amplio concepto hasta llegar al lugar en que se ha realizado la investigación, para conocer las ventajas que tiene el básquet en la adquisición de destrezas y habilidades en los niños y niñas del Sexto Año de Educación Básica de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la ciudad de Chone, considerando cada uno de los parámetros que se establecen esta disciplina deportiva que beneficia a todo aquel que lo practica.

Luego se encuentra la Formulación del Problema, la delimitación del problema, que incluye, el campo de estudio, el área, aspecto, tema, problema, delimitación espacial, temporal, así como las interrogantes de la investigación.

Se expone el Primer Capítulo el marco teórico, el mismo que está sustentado en su teoría la variable independiente consistente en la práctica de básquet, con los debidos subtemas que lo componen. Por otra parte la variable dependiente que se detalló en la adquisición de destrezas y habilidades motrices en niños y niñas, aspectos que se encuentran detallados.

En el Segundo Capítulo se detalla la hipótesis, el Básquet incide en la adquisición de Destrezas y Habilidades Motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la Ciudad de Chone durante el Año Lectivo 2014 - 2015, la misma que será comprobada y verificada en el desarrollo de la investigación propuesta. De esta manera se lograría determinar resultados fiables.

Dentro del Tercer Capítulo, se hace referencia a la metodología, la población y muestra, sin descuidar el marco administrativo, el cronograma de actividades y anexos, las cuales son parte esenciales en el desarrollo de la investigación planteada.

En el Cuarto Capítulo, se establecen los resultados obtenidos y los análisis de datos de las encuestas realizadas a docentes y padres de familia, los mismos que sirven para la comprobación de la hipótesis, que dio como resultado que el Básquet sí incide en la adquisición de Destrezas y Habilidades Motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio de la Unidad Educativa Abdón Calderón.

En el Quinto Capítulo, se exponen las conclusiones y recomendaciones en base a los objetivos específicos; así como también la Bibliografía y Webgrafía, junto con los Anexos, en el cual se encuentran el formato de las encuestas, la ficha de observación y la propuesta en base al problema encontrado para darle solución. Se culminó el trabajo de titulación con el Cronograma de actividades.

2. Planteamiento del problema

2.1 Contextos

2.1.1 Contexto Macro

El Básquet nació como una respuesta a la necesidad de realizar alguna actividad deportiva durante el invierno en el norte de Estados Unidos. Al profesor de la Universidad de Springfield, Massachusetts, James Naismith (un profesor canadiense) le fue encargada la misión, en 1891, de idear un deporte que se pudiera jugar bajo techo, pues los inviernos en esa zona dificultaban la realización de alguna actividad al aire libre. James Naismith analizó las actividades deportivas que se practicaban en la época, cuya característica predominante era la fuerza o el contacto físico, y pensó en algo suficientemente activo, que requiriese más destreza que fuerza y que no tuviese mucho contacto físico.

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

El Baloncesto fue un deporte de exhibición en los Juegos Olímpicos de 1928 y 1932, alcanzando la categoría olímpica en los Juegos Olímpicos de 1936. El baloncesto femenino debió esperar hasta 1976 para su admisión como deporte olímpico.

Durante todo este tiempo, las reglas del juego, la forma de jugar y la técnica experimentaron una gran evolución. Hoy el baloncesto es un deporte practicado en todo el mundo, los grandes cambios introducidos en el juego influyeron en las acciones individuales y de equipo, aumentando las técnicas, la habilidad y el desarrollo físico de sus practicantes.

2.1.2 Contexto Meso

La masificación deportiva en algunas disciplinas en el Ecuador, se da como iniciativa de la Arq. Pierina Correa Delgado en conjunto con el Departamento Técnico Metodológico de la Federación Deportiva del Guayas, en que se trata de viabilizar la pirámide de la iniciación deportiva en cada uno de los deportes y así poder nutrir a selecciones locales en las que cada provincia desde las edades infantiles participa en torneos y juegos nacionales.

Es necesario considerar cuál es el momento en que empieza el proceso y dónde se termina, parece que éste tiene antecedentes mucho antes al periodo de selección, estos podrían estar en la familia, la sociedad y los intereses del niño, aunque muy poco desarrollados. El profesional de la actividad física tiene que ser considerado como el eje fundamental del trabajo, para que no existan fisuras metodológicas y todos tengamos claros los objetivos a alcanzar, siendo esto como una herramienta abierta, flexible y modificable a través del diálogo, de la experiencia, de las nuevas aportaciones técnicas y tácticas empleadas en este proceso de masificación del baloncesto.

Para el Ecuador, como se menciona anteriormente, resulta ineludible la obligada búsqueda de estrategias que permitan enfrentar una política para el desarrollo de la práctica del deporte y la recreación en función de la promoción de la salud en las comunidades, con un carácter masivo, donde la inserción de los deportes de participación popular catalizan la experiencia comunitaria, para convertirse en parte sustancial de las tradiciones y la ocupación del tiempo libre de estos escenarios sociales. En ello el baloncesto como deporte y actividad recreativa juega un rol importante.

Asimismo, el proceso de enseñanza- aprendizaje del baloncesto en el territorio nacional está dirigido a las escuelas, y como componente de este modelo educativo, para quedarse contextualizado en las dimensiones del escenario

escolar, y no como un elemento integrador de la práctica deportiva y recreativa de las comunidades, es decir del barrio, del club y la población en general.

La Liga Ecuatoriana de Baloncesto está avalada por la Federación Ecuatoriana de Basquetbol y organizado por la Comisión de la Liga Ecuatoriana de Baloncesto (CLEB) en un nuevo formato de baloncesto de primera división, que es administrado por primera vez en la historia del deporte ecuatoriano por una Liga de baloncesto, separada de los manejos de una Federación deportiva.

2.1.3 Contexto Micro

En la ciudad de Chone, desde hace varias décadas, la juventud ha tenido un creciente interés por la práctica del básquet, recibiendo el apoyo constante de quienes hacen la Liga Deportiva Cantonal, considerando que de aquí han salido buenos deportistas a nivel cantonal que se han destacado y han hecho quedar en alto el nombre de Chone.

Se destaca que en la actualidad con un juego ordenado y casi preciso, la selección de básquet femenino de Chone está consiguiendo relevantes triunfos y en los juegos de la Confraternidad Manabita, efectuados recientemente, se coronaron campeonas, por lo cual se aprecia el gran logro que se está obteniendo gracias a las deportistas que día a día se esmeran por realizar prácticas que le sirven para dejar en alto el nombre del cantón.

Particularmente en los niños y niñas del Sexto Año de Educación Básica de la Unidad Educativa Abdón Calderón, institución centenaria que ha estado incentivada por los triunfos de otros deportistas como Raquel Williams, Karen Andrade y otras deportistas que representaron a Manabí de manera decorosa en el concierto nacional, no se les ha incentivado que sigan este camino de este deporte porque no existe el apoyo necesario por parte de las autoridades.

A pesar de los modelos deportivos a seguir, en la institución no se aprecia una masificación intensa de la práctica del básquet que permita tener el perfil de estudiantes con aspiraciones a superar a las otrora deportistas que le dieron gloria a Chone. Sin embargo se puede apreciar el esfuerzo del profesor del área de cultura física que busca mejorar las condiciones de sus estudiantes. Se espera que mediante la presente investigación se conozca más sobre la importancia de este deporte y que se considere practicarlo más dentro de la institución educativa, para lograr mejores destrezas y habilidades motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio.

2.2 Formulación del problema

¿Cómo incide el Básquet en la adquisición de destrezas y habilidades motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio de la Unidad Educativa “Abdón Calderón” de la ciudad de Chone durante el año lectivo 2014 – 2015?

2.3 Delimitación del problema

2.3.1 Campo: Cultura física

2.3.2 Área: Básquet

2.3.3 Aspecto: a) Básquet – b) Destrezas y habilidades motrices

2.3.4 Tema: El básquet y su incidencia en la adquisición de destrezas y habilidades motrices en los niños y niñas del sexto año de Educación Básica de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la ciudad de Chone durante el año lectivo 2014 – 2015.

2.3.5 Problema: Poca práctica del básquet.

2.3.6 Delimitación Espacial: La investigación se realizó dentro de la Unidad Educativa “Abdón Calderón” de la ciudad de Chone.

2.3.7 Temporal: La investigación se realizó durante el año lectivo 2014-2015.

2.4 Interrogantes de la investigación

¿Cuáles son las estrategias pedagógicas más apropiadas en la enseñanza del básquet en los estudiantes?

¿Cuáles son los métodos y estrategias de entrenamiento que utiliza el docente en la enseñanza del básquet?

¿De qué manera se logra fortalecer las destrezas y habilidades motrices en la enseñanza y entrenamiento del básquet?

¿Cuáles son las técnicas apropiadas que permite desarrollar las destrezas y habilidades en los estudiantes?

3. Justificación

Tomando en cuenta las experiencias observadas y llegando a comprender luego del estudio y análisis correspondiente, se expuso que el básquet es una de las disciplinas deportivas más dinámicas, y busca siempre que el juego sea más atractivo. Por lo tanto la presente investigación se la justifica por las siguientes razones:

La investigación se reviste de gran **importancia**, por cuanto es una práctica deportiva que se adapta con facilidad a los diferentes niveles de habilidad, es bien aceptado por los alumnos, ya que está muy arraigado a nivel social en la mayor parte del mundo, y es raro el alumno que no tenga una mínima experiencia en su práctica. La sencillez de sus objetivos y el conocimiento del resultado (meter o no meter la pelota dentro de un aro) facilitan su aplicación en los practicantes más difíciles.

La masificación del básquet ofrece diversas cualidades formativas de gran ayuda para los alumnos en las destrezas y habilidades motrices, por lo tanto es considerado de gran **utilidad**, debido a que este deporte conlleva al aprendizaje de valores, tan importantes como el compañerismo y el respeto al contrario y al profesor, además ayuda a inculcar sentido de la responsabilidad (asistencia y puntualidad) e higiene, sirve para que el alumno descubra sus propias limitaciones y encuentre la motivación para superarlas.

La investigación tiene un matiz de **originalidad**, por cuanto en la Biblioteca de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí no existen trabajos similares realizados en años anteriores.

Los **beneficiarios** de la investigación propuesta será la comunidad educativa de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la ciudad de Chone, más que todo los niños y niñas del Sexto Año de Educación Básica.

El presente trabajo contribuye con la misión y visión de la ULEAM Extensión Chone, en la formación de profesionales, de acuerdo con el objetivo de la misma, aportando a la sociedad con entes competentes, críticos y reflexivos frente a la sociedad de nuestro cantón.

El presente trabajo es **factible** por que cuenta con todos los recursos humanos, materiales y económicos para su realización.

Es de **interés** por que busca a través de la práctica del básquet el fortalecimiento de las destrezas y habilidades.

4. Objetivos

4.1 Objetivo General

Establecer la importancia del básquet en la adquisición de Destrezas y Habilidades Motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la Ciudad de Chone durante el Año Lectivo 2014 – 2015.

4.2 Objetivos Específicos

- Diagnosticar la aplicación del Básquet dentro de la institución.
- Determinar los métodos y estrategias que utiliza el docente en la enseñanza del Básquet.
- Describir las destrezas y habilidades motrices en los niños y niñas que practican el Básquet.
- Evaluar el tipo de destreza y habilidades que tienen los niños y niñas.
- Diseñar una metodología que permita masificar el Básquet en la escuela.

CAPÍTULO I

5. Marco Teórico

5.1 El básquet

5.1.1 Generalidades

El Basquetbol o básquetbol (del inglés *basquetbol*; *debasket*, 'canasta', y *ball*, 'pelota'), o simplemente básquet, es un deporte de equipo que se puede desarrollar tanto en pista cubierta como en descubierta, en el que dos conjuntos de cinco jugadores cada uno, intentan anotar puntos, también llamados canastas o dobles y/o triples introduciendo un balón en un aro colocado a 3,05 metros del suelo del que cuelga una red, lo que le da un aspecto de cesta o canasta.

Las federaciones nacionales de los países hispano hablantes del Caribe y Centroamérica, México, Colombia, Venezuela, España y Guinea Ecuatorial, lo denominan *baloncesto*¹.

Las federaciones nacionales de los demás países sudamericanos de habla hispana lo denominan *básquetbol*. La Asociación panamericana (FIBA) utiliza en español la denominación *baloncesto*, mientras que la Asociación sudamericana (ABASU) utiliza la denominación *básquetbol*. También es llamado *basquetbol* o *básquet*, sobre todo en la Argentina y Perú, por la castellanización de su nombre original en inglés: *basketball*.

Fue inventado por James Naismith, un profesor de educación física, en diciembre de 1891 en la YMCA de Springfield, Massachusetts, Estados Unidos. Se juega

¹ ALDERETE, J.L., y OSMA, J.J. (2008): "Baloncesto, Técnica individual defensiva". Gymnos Editorial. Madrid.

con dos equipos de cinco personas, durante 4 períodos o cuartos de 10 (FIBA) o 12 (NBA) minutos cada uno. Al finalizar el segundo cuarto, se realiza un descanso, normalmente de 15 a 20 minutos según la reglamentación propia del campeonato al cual el partido pertenezca².

5.1.2 Historia del básquet

La espectacularidad de las finales de la NBA nada tienen que ver con los modestos orígenes de la historia del básquetbol, disciplina que ya entera casi 120 años desde su invención. Fue en 1891, en un frío invierno en Springfield, Massachussets, que este deporte comenzó a cobrar vida, como una salida a las bajas temperaturas imperantes que impedían la práctica deportiva al aire libre.

La historia del básquetbol se remonta a cuando este deporte fue inventado en Estados Unidos, pese a que su creador es canadiense: Se trata del profesor de Educación Física James Naismith, quien asumió el desafío de dar vida a una disciplina que fuera basada más en la destreza que en el contacto y la fuerza física, que son dos de las principales variantes de los deportes estadounidenses favoritos.

Bajo las órdenes de Luther Gulick, quien estaba a cargo de Educación Física en la Escuela de Trabajadores Cristianos, Naismith fue encomendado para dar vida en un plazo de 14 días a una actividad atlética que permitiera a los jóvenes distraerse de la ferocidad del invierno en Nueva Inglaterra. Fue así como Naismith comenzó a escribir la historia del básquetbol e ideó un juego consistente en hacer caer una pelota –los primeros partidos se jugaron con balones de fútbol- sobre unas cestas colgadas en altura.

Versiones sobre la historia del básquetbol difieren respecto de si eran cestos para recoger manzanas o duraznos, pero coinciden en que se trataba de canastas

² WISSEL, H. (2006). : "Baloncesto. Aprender y progresar". Paidotribo. Barcelona.

fruteros y que, cada vez que el balón caía en su interior, los jugadores debían detener el partido para sacarlo y continuar con el juego. Los cestos fruteros fueron clavados a una altura de 10 pies (3,05 metros), que es la misma a la que se ubican hoy los aros de básquetbol profesional, de acuerdo a los normas de la FIBA, que es la entidad mundial que regula al básquetbol. Para dar inicio al juego, los primeros exponentes de la historia del básquetbol fueron divididos en dos equipos, y como había 18 participantes, cada equipo lo integraron 9 miembros: 3 en la defensa, 3 en el centro y 3 en la delantera.

De acuerdo a los antecedentes de la historia del básquetbol, el creador del juego ideó 13 reglas que difieren bastante de las actuales, pero que en su espíritu buscaban evitar los roces físicos y favorecer la destreza con el balón. “No se permite cargar con el hombro, agarrar, empujar, golpear o hacer zancadillas a un oponente. La primera infracción a esta norma por cualquier persona contará como una falta, la segunda lo descalificará hasta que se consiga una canasta, o, si hay una evidente intención de causar una lesión, durante el resto del partido. No se permitirá la sustitución del infractor”, decía una de esas normas.

Las 13 reglas originales del básquetbol fueron publicadas el 15 de diciembre de 1892 en The Triangle, el periódico del Springfield College, con lo que comenzó a extenderse la práctica de este deporte. Sin embargo, su evolución a la forma en como la conocemos hoy tomó largo tiempo. A modo de ejemplo, la pelota anaranjada actual fue recién introducida en los años 50.

El paso del tiempo ha visto cómo este deporte avanza, y las finales de la NBA -el punto más alto de todas las ligas que se juegan en el orbe- fue una muestra más del lugar que ocupa el baloncesto en las preferencias a nivel mundial. La historia del básquetbol se sigue escribiendo.³

³ <http://www.guioteca.com/basquetbol/historia-del-basquetbol/>

Por esta razón el básquet se lo considera como una disciplina deportiva de gran relevancia dentro del proceso educativo en el área de Cultura Física, y que se lo debe enseñar desde los primeros años de educación, para que los niños y niñas vayan tomando en cuenta la importancia de su práctica y así se puedan desarrollar mejores sus destrezas y habilidades motrices.

5.1.3 Principales reglas del baloncesto

James Naismith diseñó un conjunto de trece reglas para el incipiente deporte. Estas eran:

- El balón puede ser lanzado en cualquier dirección con una o ambas manos.
- El balón puede ser golpeado en cualquier dirección con una o ambas manos, pero nunca con el puño.
- Un jugador no puede correr con el balón. El jugador debe lanzarlo desde el lugar donde lo toma.
- El balón debe ser sujetado con o entre las manos. Los brazos o el cuerpo no pueden usarse para sujetarlo.
- No se permite cargar con el hombro, agarrar, empujar, golpear o zancadillar a un oponente.
- Se considerará falta golpear el balón con el puño, las violaciones de las reglas 3 y 4, y lo descrito en la regla 5.
- Si un equipo hace tres faltas consecutivas (sin que el oponente haya hecho ninguna en ese intervalo), se contará un punto para sus contrarios.
- Los puntos se conseguirán cuando el balón es lanzado o golpeado desde la pista, cae dentro de la canasta y se queda allí. Si el balón se queda en el borde y un contrario mueve la cesta, contará como un punto.
- Cuando el balón sale fuera de banda, será lanzado dentro del campo y jugado por la primera persona en tocarlo.

- El árbitro auxiliar, "*umpire*", sancionará a los jugadores y anotará las faltas, avisará además al "*referee*" (árbitro principal, véase el siguiente punto) cuando un equipo cometa tres faltas consecutivas.
- El árbitro principal, "*referee*", jugará el balón y decide cuando está en juego, dentro del campo o fuera, a quién pertenece, y llevará el tiempo. Decidirá cuándo se consigue un punto, llevará el marcador y cualquier otra tarea propia de un árbitro.
- El equipo que consiga más puntos será el vencedor⁴.

El baloncesto femenino comenzó en 1892, en el Smith College, cuando Senda Berenson, una profesora de educación física, modificó las reglas de Naismith para adaptarlas a las necesidades de las mujeres. Como Naismith tenía 18 alumnos, decidió que los equipos estuviesen formados por 9 jugadores cada uno. Con el paso del tiempo, este número se redujo primero a 7, y luego al actual de 5 jugadores. El tablero surgió para evitar que los seguidores situados en la galería donde colgaban las cestas, pudieran entorpecer la entrada del balón. Con el paso del tiempo las cestas de melocotones se convirtieron en aros metálicos con una red sin agujeros hasta evolucionar a la malla actual⁵.

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

⁴ WALKER, A. L. y DONOHUE, J. (2005): "Nuevos conceptos de ataque para un baloncesto moderno". Editorial Paidotribo. 2ª Edición.

⁵ Apostolidis, N.; Nassis, G.P.; Bolatoglou, T. & Geladas. N.D (2010). *Physiological and technical characteristics of elite young basketball players*. Journal of Sports Medicine and Physical Fitness.

El juego gustó y se estableció pronto en Estados Unidos. México, fue donde primero se introdujo por motivos geográficos. A Europa, llegó de la mano de las sedes de YMCA a París, Francia. Pero no fue hasta la primera guerra mundial que cogió gran impulso, sobre todo gracias a los soldados estadounidenses que jugaban en sus ratos libres. El baloncesto en la actualidad cuenta con una gran difusión en diferentes países de todo el mundo, siendo uno de los deportes con más participantes y competiciones regulares en distintas zonas y países del mundo. En Estados Unidos, se disputa la NBA, considerada la competición más prestigiosa en el mundo del baloncesto de clubes⁶.

5.1.4 Consideraciones generales del básquet

Las medidas de las pistas o canchas de baloncesto difieren levemente según los países; en cualquier caso, es un área rectangular con unas dimensiones que oscilan entre los 29 por 15 m hasta 22 por 13 m y en cada extremo hay un tablero vertical de aproximadamente 2 por 1 m que está anclado en un muro, suspendido del techo o montado de otra manera, de forma que su borde inferior esté a 2,7 m sobre el suelo.

Las cestas o canastas se encuentran firmemente sujetas a los tableros a una altura de 3 m sobre la superficie de juego; cada una tiene un diámetro de 46 cm y consiste en un aro horizontal de metal, de cuyo borde cuelga una red de malla blanca. La pelota oficial es de cuero o nailon, pesa de 567 a 624 g y tiene una circunferencia de alrededor de 76 centímetros. Un equipo convencional de baloncesto, que está dirigido por un entrenador, se compone de pívot, ala-pívot, alero, escolta y base. En el comienzo de un partido los jugadores se colocan alrededor de un círculo central de 61 cm de radio situado en el centro de la pista, excepto un jugador por equipo, que se sitúa en el centro del mismo para intentar conseguir la posesión del balón en el saque inicial.⁷

⁶ GOMESLKI, A. (2009): "Baloncesto. La dirección de equipo". Hispano Europea. Barcelona.

⁷ <http://www.monografias.com/trabajos12/basque/basque.shtml#ixzz3SJNk6hqZ>

a. La cancha

- Una pista de baloncesto tiene que ser una superficie dura, plana, rectangular y libre de obstáculos, con 15 m de ancho y 28 m de longitud.
- El perímetro de la pista debe estar libre de obstáculos a dos metros de distancia.
- La altura del primer obstáculo que se encuentre verticalmente sobre la pista debe estar como mínimo a 7 m de altura.
- El campo está dividido en dos mitades iguales separados por la línea denominada de medio campo y con un círculo que parte del centro de la pista, el círculo central mide 3,6 m de diámetro. Para cada equipo, el medio campo que contiene la canasta que se defiende se denomina medio campo defensivo y el medio campo que contiene la canasta en la que se pretende anotar se denomina medio campo ofensivo.
- En los lados menores se sitúan los aros que están a 3,05 m de altura y se introducen 1,20 m dentro del rectángulo y tienen que estar provistos de basculantes homologados.
- Paralela a la línea de fondo encontramos la línea de tiros libres, que se encuentra a 5,80 m de la línea de fondo y a 4,60 m de la canasta. El círculo donde se encuentra la línea de tiros libres tiene un diámetro de 3,6 m. Todas las líneas miden 5 cm. de ancho.
- La línea de tres puntos se encuentra situada a 6,75 m (FIBA) y a 7,24 m (NBA) de distancia de la canasta.

b. El balón

El balón de baloncesto debe ser, evidentemente, esférico, de cuero o piel rugosa, o material sintético, que facilite el agarre de los jugadores aún con las manos sudadas (los balones tienen una superficie con 9.366 puntos). Tradicionalmente es de color naranja, con líneas negras, pero hay muchas variantes. Las pelotas de

indoor (pabellón cubierto) y de outdoor (exterior) difieren en el material del cual están recubiertas.

A partir de la temporada 2004-05 la FIBA ha adoptado para sus competiciones una pelota con bandas claras amarillas sobre el clásico color de fondo naranja, para mejorar la visibilidad de la pelota tanto por parte de los jugadores como por el público.

Desde el año 2007 en España se utiliza un balón con franjas negras, sobre el que se discute su duración ya que resbala en exceso.

- Circunferencia: 68-73 cm.
- Diámetro: 23-24 cm.
- Peso: 600-800 g

Se utilizan pelotas de tres denominaciones diferentes correspondientes a tres tamaños y pesos diferentes según las categorías: el número "7", utilizado para baloncesto masculino, el "6" para baloncesto femenino, y el "5" para minibasket y pre-infantiles (niños de 8 a 12 años generalmente). Además, se estipula que el balón ha de tener una presión tal que soltado desde 1,80 m de altura, bote entre 1,40 y 1,60 m de altura.

c. La canasta

El tablero de la canasta, es un rectángulo de 1.05 x 1.80 m, de al menos 30 mm de grosor y con los bordes inferiores acolchados. En la parte central inferior, se encuentra un rectángulo pintado de 0.59 m x 0.45 m y que está elevado del tablero por la parte baja 0.15 m, en el interior del rectángulo se encuentra un basculante homologado que sostiene a la canasta que mide 0.45 m, la canasta se agarra del rectángulo interior en su centro. El aro de la canasta debe tener un diámetro de 45,7 cm, el rectángulo interior se utiliza para calcular el tiro, y que al chocar con

él la pelota se introduzca en la canasta. El aro está situado a una altura de 3,05 m y está provisto de unas redes homologadas.

d. Reglas

Las reglas de este deporte cambian frecuentemente para intentar dar más velocidad a sus acciones, aumentar el marcador y aminorar las ventajas de los equipos con jugadores muy altos. Normas algo diferentes regulan el baloncesto internacional, el universitario, el escolar, el profesional y el femenino en Estados Unidos. En 1971 las reglas del baloncesto femenino se modificaron y se hicieron más parecidas a las de los partidos masculinos. Los partidos están supervisados por árbitros, anotadores y cronometradores.

e. Juego

El partido comienza cuando el árbitro lanza la pelota al aire en el círculo central donde los pívots de cada equipo saltan e intentan golpear la pelota con sus manos y pasársela a sus compañeros.

El equipo que consigue la pelota trata de avanzar hacia la canasta defendida por sus oponentes para encestar y conseguir dos o tres puntos, dependiendo de la distancia desde donde tire el jugador. Un jugador puede hacer avanzar la pelota pasándosela a un compañero o correr con ella a lo largo de la pista botándola y esquivando a los jugadores contrarios.

Si un jugador corre con la pelota sin botarla, comete una infracción llamada pasos, que le da la posesión de la pelota al otro equipo. Cuando se logra una canasta, el equipo contrario pone la pelota en juego desde detrás de su línea de fondo y trata de mover la pelota hacia adelante para anotar.⁸

⁸ <http://www.monografias.com/trabajos12/basque/basque.shtml#ixzz3SJOA59IJ>

f. Faltas y tiros libres

El jugador sobre el que se comete un contacto ilegal, llamado falta personal, tiene derecho a lanzar uno o dos tiros libres desde una línea situada a 4 m de la canasta, siempre que éste se encontrara en posición de tiro o que el equipo contrario hubiera llegado a un número determinado de faltas (que es variable en cada país); cada tiro enceestado vale un punto. Faltas típicas son empujar, agarrar y cargar.

El jugador al que se le hace falta en el momento en que está tirando y que consigue encestar, tiene derecho a un tiro libre adicional, lo que se conoce como jugada de tres puntos. En baloncesto profesional el exceso de faltas penaliza, ya que concede al contrario oportunidades extra de tiros libres. Un jugador que exceda el número permitido de faltas (cinco o seis según las diferentes normativas de las asociaciones correspondientes), queda eliminado del partido. Cuando el balón se encuentra en trayectoria descendente hacia la canasta y es desviado por un defensor se llama tapón ilegal y se da por válida la canasta; si lo hace un jugador en ataque se llama interferencia y la canasta no es válida.

Los partidos se componen, normalmente, de dos tiempos de 20 minutos de juego real, excepto en la NBA, que constan de cuatro tiempos de 12 minutos cada uno. Otra particularidad del baloncesto es la regla que obliga a lanzar a canasta dentro de un límite de tiempo desde que se pone la pelota en juego.

g. Técnicas de ataque

Las principales técnicas de ataque que necesita cualquier jugador, además de pericia esquivando o controlando la pelota, son pasar y tirar. Los pases a los compañeros incluyen pases frontales, pases por detrás de la espalda, pases saltando y pases botando la pelota; un pase que da lugar a una canasta se denomina asistencia. La habilidad más importante en baloncesto consiste en tirar a canasta con precisión.

Entre los tipos de tiros del baloncesto moderno se encuentran la dejada o bandeja, en el que se aproxima lo más posible la pelota a la canasta y se le deja entrar; el tiro en suspensión, en el que se salta estando en posesión de la pelota y en el momento en el que el jugador se queda suspendido en el aire, lanza a canasta; el gancho, tiro en arco sobre la cabeza impulsado con un solo brazo, habitualmente en trayectoria lateral, cuando el jugador se está saliendo del área de canasta; y finalmente el mate, en el que el tirador salta elevando la pelota por encima de la cesta y la introduce violentamente utilizando una o dos manos.

El tiro desde una posición fija o con el jugador detenido, tan popular cuando el juego era más lento, es muy raro en el baloncesto moderno. Los tiros de falta se lanzan desde la línea de tiros libres. Rebotear significa ganar la posesión de la pelota que viene rebotada del tablero cuando se ha fallado un tiro. También consiste en palmear dentro de la canasta después de un fallo previo.

Una defensa presionante a lo largo de toda la pista sobre los jugadores que tienen que sacar y avanzar, impide el movimiento fluido del balón y dificulta la anotación al contrario. También es esencial en baloncesto el bloqueo o pantalla, en el que un jugador permanece quieto (pone un bloqueo), de manera que impide el movimiento de un jugador defensivo y deja libre a un compañero para que tire a canasta. Hablando comúnmente, una estrategia de ataque puede contar con pautas deliberadas de ataque o soltarse en un estilo más improvisado de juego.

En todo caso, el objetivo es invadir la cancha contraria y esforzarse para tirar a canasta desde la posición más cómoda o pasar a un compañero que tenga mejor oportunidad de marcar.

h. Técnicas de defensa

Las principales tácticas defensivas en baloncesto son la defensa en zona y la defensa individual. En la defensa en zona, cada jugador es responsable de

defender un área de la pista alrededor de la canasta donde intenta encestar el equipo contrario. En la defensa individual, cada jugador se encarga de marcar a un contrario. La defensa en zona no está permitida en la NBA pero sigue siendo parte importante del baloncesto.

Las técnicas defensivas individuales comprenden la destreza de bloquear tiros sin hacer faltas (taponar), interceptar pases y robar balones. Quitar la posesión del balón al equipo contrario durante el juego se denomina turnover (recuperación). El llamado 'dos contra uno' se produce cuando dos jugadores controlan a un oponente potencialmente peligroso. En otras ocasiones, todo un equipo presiona al otro, realizando un marcaje muy férreo en toda la pista. Una técnica vital tanto para la defensa como para el ataque es el rebote, que permite conservar la posesión de la pelota bajo la canasta después de un fallo en un tiro.⁹

5.1.5 Equipamiento de básquet

El equipamiento de un jugador de baloncesto se compone de:

Una camiseta sin mangas, originalmente de algodón, y en la actualidad de material sintético. En su parte delantera encontramos el logotipo del equipo y la publicidad acordada (aunque en la NBA y otras competiciones no hay). En la parte trasera encontramos el apellido del jugador y en ocasiones la primera letra del nombre cuando hay dos o más jugadores con apellidos iguales. Debajo del nombre, en grande, el número del jugador, que es muy importante para apuntar el número de faltas y los puntos del jugador así como las sustituciones.

El pantalón puede ser corto o bermudas (aunque por la moda de llevarlo "pirata" algunas competiciones como la NBA imponen reglas sobre su longitud): se puede encontrar, en pequeño, el número del jugador en el extremo derecho de la pierna. Debe ser de los mismos colores que la camiseta, no puede tener bolsillos.

⁹ <http://www.monografias.com/trabajos12/basque/basque.shtml>

Calzado: tienen forma de bota para sujetar bien el tobillo y protegerlo de torceduras. Además cuentan con cámaras de aire para preservar la planta del pie. Las suelas deben tener un diseño apropiado para frenar rápido.

Calcetines: Generalmente cortos y de algodón. Aunque suelen ser blancos como otros calcetines deportivos, pueden ser de otro color para adaptarse al uniforme o, en raras ocasiones, dejarse al gusto del jugador. Según la FIBA estos deben estar como mínimo a 10 cm. sobre el calzado. Está prohibido que los jugadores lleven puesto anillos, cadenas, pulseras o cualquier otra joya ya que puede dañar a un contrincante.

5.1.6 La enseñanza del básquet en el área de Educación Física

Los docentes que desarrollan su tarea en el básquet tienen que dedicarle mucha importancia a desarrollar un programa de educación física en forma paralela al programa de desarrollo técnico, el baloncesto es un deporte en donde se emplean una cantidad importante de habilidades físicas que permiten la ejecución de los fundamentos técnicos a una mayor velocidad, las actividades de formación física, como saltar, correr, rolar, dominio de su cuerpo en el aire, ejercicios de fuerza de flexibilidad, etc. tienen que estar presentes en toda planificación de basquetbol.

Estas actividades no deben ser tomadas o entendidas como actividades de preparación física, ya que por volumen e intensidad no pueden ser tomadas como tales. Lo importante es desarrollar actividades que no sean de acondicionamiento físico sino que estas estén pensadas para mejorar aquellos aspectos en los cuales los niños presentan problemas.

Lo que en realidad se busca es que los chicos tengan una mayor estimulación de todas sus capacidades motrices apoyando lo que se hace en los colegios. Se sabe que cada vez es menor el tiempo de ocio que disponen los chicos, también sabemos de otros tipos de atracciones como internet, video juegos, etc. o bien un

aumento en las obligaciones escolares (doble turno, clases extraprogramáticas, etc. que hacen que los niños tengan menos experiencias motrices en forma libre como el hecho de estar más tiempo en los clubes o en canchas de barrio jugando libremente, ocasionando esto sin dudas una disminución en la disponibilidad motriz.

También muchos profesores creen y consideran que la cantidad de horas que tienen de educación física en los colegios no son suficientes, esto sumado a los inconvenientes que trae aparejados la vida moderna, (cargar mochilas con gran peso, mucho tiempo sentados, etc.), establece en algunos chicos problemas posturales como por ejemplo cifosis dorsales, anteversión pélvica, problemas muscular, que de no ser tratadas ocasionan con el tiempo problemas en la columna vertebral.

La carencia de presupuestos de fuerza en los chicos dificulta el aprendizaje de determinados gestos técnicos, la carencia de flexibilidad dificulta enormemente la realización de desplazamientos y así se puede seguir enumerando inconvenientes, pero sería largo y tedioso.

Lo más importante es entender que para cada persona es una tarea docente, de formación integral y tienen la obligación de brindar experiencias variadas de movimientos, no solo aquellas que tengan que ver con la adquisición de los fundamentos específicos del basquetbol.¹⁰

Por lo cual se puede apreciar que el deporte del básquet es una gran ventaja en la adquisición de destrezas y habilidades motrices de los niños y niñas, el mismo que no sólo se lo debe practicar en los niveles más superiores, sino que desde los primeros años de estudio, para lograr aún más desempeño deportivo y que se interesen por mejorar cada día, porque hay que destacar que el deporte hace que los niños, niñas, jóvenes, adolescentes se alejen de todo mal que ahora les

¹⁰ Prof. Jorge Díaz Vélez. www-diazvelez-bojanich.com

amenaza a ellos, y que mediante esta práctica su mente está concentrada en lo que realizan y se entusiasman por su participación activa que logran.

Otro aspecto fundamental es que se debe contar con los materiales e implementos necesarios, así como también con el debido equipo o ropa adecuada para su práctica, el lugar donde se realicen los juegos en base al básquet, el mismo que debe ser de acuerdo a las características que se debe regir para practicarla, considerando que el docente también debe incentivar al estudiante a participar, hacerle conocer todo lo relacionado a esta disciplina deportiva, como reglas, reglamentos que lo rigen, la historia que a ha tenido a través del tiempo, cómo se ha ido perfeccionando, los logros que han obtenido quienes pertenecen a equipos que representan no solo a las instituciones pequeñas, sino que poco a poco han crecido para representar hasta a su propio país.

Las habilidades y destrezas motrices que adquieren los estudiantes al practicar el deporte del básquet mejora con el pasar del tiempo su estado físico, haciendo que mantenga una buena salud física, pero para esto también deben llevar un régimen alimenticio adecuado, comiendo frutas, ensaladas, comida saludable, tener un control médico periódicamente, y sobre todo realizar ejercicios rutinarios para mantener un estado físico en buenas condiciones, apto para practicar no sólo el básquet si no que también cualquier otro ejercicio deportivo que sea del agrado o que le llame la atención.

Los padres por su lado, deben considerar que el apoyo que ellos les demuestren a sus hijos en lo que realizan, llevarles una dieta adecuada; es decir enseñarles a tener una vida saludable mediante la alimentación, la buena nutrición y practicando actividades deportivas, los niños y niñas se entusiasmarán por seguir adelante, por su propio beneficio y para el orgullo de quienes están a su alrededor demostrándoles su apoyo constante, como padres hay que apoyar y darles la confianza a sus hijos para que ellos se sientan seguros.

5.2 Destrezas y habilidades motrices

Los conceptos de Habilidad y Destreza han sido ampliamente tratados, por diversos autores en el campo de la Educación Física y el Deporte; sin embargo, aún no se ha logrado llegar a un acuerdo que defina absolutamente las fronteras que diferencien los dos términos.

Las habilidades motoras son las actividades motoras, las habilidades generales, que asientan las bases de actividades motoras más avanzadas y específicas, como son las deportivas. Correr, saltar, lanzar, coger, dar patadas a un balón, escalar, saltar a la cuerda y correr a gran velocidad son ejemplos típicos de las consideradas actividades motoras generales, incluidas en la categoría de habilidades básicas.¹¹

Después de un breve paso por la literatura que se ha ocupado por profundizar en el estudio de los fundamentos teóricos de estos dos elementos, se puede ver que se mantiene una confusión en la que se manifiestan dos posiciones opuestas. En la primera, algunos teóricos se deciden por definir los conceptos de Habilidad y Destreza por medio de la identificación de las diferencias que existen entre ellas, mientras que en la segunda, los autores les atribuyen el mismo significado, dándoles un tratamiento de sinónimos¹².

Según Contreras (1998: Pág. 189) en la literatura inglesa "la palabra skill significa habilidad, destreza, pericia, arte o técnica, y la palabra ability, significa habilidad capacidad, talento, aptitud o dote".

En la comunidad académica y el ámbito científico "las "abilities" son consideradas genéricamente determinadas e inmodificables con la práctica o experiencia. Sin embargo, "skill" se describe como pericia en una determinada

¹¹ <http://www.monografias.com/trabajos/habimotribas/habimotribas.shtml#ixzz3SIRkNHjl>

¹² Defontaine, J.: (2009). *"Manual de reeducación psicomotriz (Tercer año)"*. Editorial Médica y Técnica S.A.

tarea que puede ser modificada o desarrollada con la práctica, representando la capacidad particular de mejorar una actividad específica.

Así, el término ability supone una capacidad o talento innato, mientras que skill supone una destreza, arte o pericia adquirida" (Contreras 1998: 189). Desde esta doble perspectiva se opta por asumir la posición de Contreras, en el sentido de tomar como referencia general de las Habilidades y Destrezas.

En estos significados se puede resaltar como hecho importante, que entre ambos solamente coincide la palabra habilidad, mientras que en los otros elementos se presentan diferencias¹³.

Algunos conceptos expresados por diversos autores, pueden ayudar a comprender los términos e identificar los elementos comunes y las diferencias que hay entre las habilidades y las destrezas¹⁴.

En esta dirección, Guthrie, citado por Contreras (1998: 189), define la Habilidad como "la capacidad adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas cosas".

En el campo de la Educación Física, tal como lo manifiestan Generelo y Lapetra (1993), En habilidades y Destrezas Motrices Básicas: análisis y evolución", el concepto de Habilidad hace referencia a la capacidad que se adquiere por aprendizaje para realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado con un mínimo gasto de energía y/o de tiempo¹⁵.

¹³ Berruezo, P. P. (2002) cap.XV. Las conductas motrices. pp. 301-353. En Llorca (coord.) La práctica psicomotriz: una propuesta educativa mediante el cuerpo y el movimiento. Málaga. Aljibe.

¹⁴ <http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/Habilidades.pdf>

¹⁵ Navarro Adelantado, V. (2005). Apuntes de la asignatura Educación Física de Base. 2º Maestro especialista en Educación Física. Universidad de La Laguna.

5.2.1 Características

El concepto de habilidad motriz básica considera una serie de acciones motrices que aparecen conforme a la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar.

Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son que son comunes a todos los individuos, permiten la supervivencia y son el fundamento de aprendizajes motrices más complejos. Se consideran habilidades motrices básicas los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones, todos ellos relacionados con la coordinación y el equilibrio.

Todos ellos son aspectos a ser desarrollados entre los 6 y los 12 años, período comprendido entre la adquisición y desarrollo en el niño de las habilidades perceptivo-motrices y el desarrollo pleno de su esquema corporal.

A través de su progresiva adquisición, la cual dependerá de la maduración del sistema nervioso central y del ambiente social, el niño podrá moverse en el mundo adecuadamente en la interacción con otras personas y los objetos.

5.2.2 Habilidades del básquet

a. Velocidad: La velocidad en este deporte es fundamental ya que sin ella no podrás hacer nada ya que por ello se llama el deporte ráfaga.

Hoy en día la velocidad a la que se desarrolla el baloncesto es cada vez mayor; esto es debido a la constante evolución del baloncesto hacia un modelo competitivo donde las distintas cualidades físicas tienen una superior predominancia. Durante un partido la velocidad a la que un jugador es capaz de realizar un gesto técnico, de moverse o de tomar una decisión, va a marcar el resultado final en su enfrentamiento con su oponente.

Estas acciones relacionadas con la velocidad van a ser en muchos casos las que discriminen el nivel del jugador y su rendimiento en la cancha, ya que son las acciones decisivas en el juego; como pueden ser un robo, un contraataque, una salida o un lanzamiento,

Resulta muy importante tener en cuenta que todo parte de un correcto trabajo de la velocidad en los jugadores de baloncesto y sobre todo si somos capaces de realizar este trabajo lo más específico posible. Por ello el entrenamiento integrado o el trabajo de la velocidad en la cancha con ejercicios propios del baloncesto marcará la diferencia en el rendimiento final de los distintos jugadores.(Vaquera, 2005).

Podemos dividir la velocidad en tres tipos diferentes, teniendo en cuenta que el objetivo es conseguir que los deportistas consigan una mayor y mejor velocidad de juego (Lorenzo y Mundina, 2000).

Velocidad de juego que vendrá determinada por diferentes aspectos como el más alto o más bajo dominio técnico, la mayor o menor capacidad para la percepción y distintos aspectos decisionales; aplicados en el momento y lugar apropiado.

Los tipos de velocidad a los que se ha hecho referencia serían: (Vaquera, 2000)

- Velocidad de Reacción.
- Velocidad Gestual.
- Velocidad de Desplazamiento.

b. Rebotes: Es lo más importante ya que si no rebotean bien los postes se pierde un juego a esta característica se la puede llamar también salto vertical. La esencia del juego de baloncesto es una permanente lucha por obtener el balón o sencillamente no perderlo, para ello es necesario que cada jugador esté

atento y preparado en todo momento para actuar eficientemente en cada situación.

En un partido los lanzamientos no convertidos son bastantes, al punto tal que un equipo con un buen promedio, falla aproximadamente el 55% de los lanzamientos de cancha y el 30% de los tiros libres. Por esta razón es comprensible que el rebote sea considerado otro aspecto de estudio aparte del baloncesto. Cabe destacar que los promedios antes mencionados aumentan en la medida en que en la categoría son inferiores.

Cuando un compañero de equipo lanza y no encesta, el jugador se convierte en un nuevo producto de situaciones de ataque, y este puede ser a través del rebote, denominado en esta oportunidad ofensivo.

Si por el contrario es el equipo adversario quien lanza y falla, inmediatamente se debe intentar obtener posesión del balón a través del rebote defensivo, y de esa manera limitar al oponente a un solo lanzamiento. En la imagen derecha se observa la forma como el jugador que toma el rebote protege la pelota con su cuerpo, y al acción del bloque de su compañero de equipo.

Si la mayoría de los rebotes son eficientemente realizados, traerá como consecuencia mayor control del balón, lo que implica mayor oportunidad de lanzamiento, que a su vez originará los puntos para ganar los juegos. El equilibrio juega un papel primordial, pues durante el salto es sumamente importante ya que permite ejecutar libremente cualquier movimiento.

En el rebote el resultado de observaciones deberán hacerse sobre aspectos también importantes, tales como: el ángulo de lanzamiento, la distancia del lanzamiento, el lugar en donde rebote el balón, entre otros.

c. **Tiro:** Tiro de cualquier instancia ya que desde un libre a un tiro a distancia puede decidir un partido.¹⁶

- Adoptar la posición básica sosteniendo el balón con ambas manos a nivel del abdomen.
- Llevar el balón a la altura de la frente colocando para ello una mano por debajo y atrás, y la otra por el lado.
- Flexionar un poco más las rodillas y cadera y dirigir la mirada por debajo del balón hacia el aro.
- Extender las caderas y rodillas simultáneamente cuando se inicie el lanzamiento.
- Continuar con la extensión de codo del brazo de lanzar, al final palmiflexionar la muñeca para darle impulso final al balón.
- Existen varios tipos de lanzamiento, entre ellos están: estacionario con una mano, en suspensión, de gancho y bandeja.

Es importante mencionar que las destrezas y habilidades motrices que los niños y niñas adquieran a través de su desarrollo físico y mental, es mediante la práctica de ejercicios. Desde sus primeros meses de vida, los padres deben apoyarse con actividades físicas que se les enseña cuando realizan el control periódico de sus hijos, luego cuando empiezan sus primeros pasos, se les continúa incentivando para que cada vez lo hagan mejor.

Luego en las etapas de su infancia, poco a poco van aprendiendo a caminar, a saltar, brincar, jugar con diferentes objetos que les ayudan en su desarrollo motriz, y que para esto dentro del hogar están los padres, los cuales deben ayudarles y enseñarles cómo manejar diversos tipos de juguetes, como balones, pelotas de fútbol, así como cuando se divierten en los subes y bajas, los columpios, en donde necesitan la ayuda de sus padres para hacerlo bien.

¹⁶ <http://arisfontalvo.fullblog.com.ar/cuales-son-las-tres-destrezas-del-baloncesto.html>

Dentro de la institución los docentes están prestos para apoyarlos y ayudarles en sus actividades físicas, más que todo cuando los niños y niñas definen cuál es la actividad deportiva que más les gusta, inclinándose los niños más por el fútbol y las niñas lo hacen hacia el básquet.

Es por ello que la institución educativa debe contar con la infraestructura y espacio adecuado para ellos se sientan a gusto y más que todo si están en contacto con la naturaleza, porque también aprenden a valorarla, respetando su entorno. Otro factor es contar con los materiales e implementos necesarios para que así puedan practicar mejor y adquirir mayores ventajas en sus habilidades y destrezas motrices.

El docente de Cultura Física, debe enseñarles las pautas a seguir para que se sientan en confianza y también cómo deben ejecutar los diferentes ritmos físicos que enmarca el básquet, para que vayan logrando adquirir mejor la habilidad y destreza motriz que le va a ayudar en el proceso de aprendizaje de esta disciplina deportiva.

CAPÍTULO II

6. Hipótesis

El Básquet incide en la adquisición de Destrezas y Habilidades Motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la Ciudad de Chone durante el Año Lectivo 2014 - 2015.

6.1 Variables

6.1.1 Variable Independiente:

Básquet

6.1.2 Variable Dependiente:

Destrezas y Habilidades Motrices

6.1.3 Término de Relación:

Incide

CAPÍTULO III

7. Metodología

7.1 Tipo de Investigación

En la investigación propuesta se empleó el trabajo de Campo - Bibliográfico. Teniendo en cuenta que la investigación de campo se realizó donde se presentaron los hechos; es decir en la Unidad Educativa Abdón Calderón de la ciudad de Chone.

7.2 Nivel de Investigación

Los niveles de la investigación empleados fueron el exploratorio y descriptivo.

El nivel de investigación fueron, explorativo, para el problema, contextualización, marco teórico y la hipótesis; debido a que se tiene un escaso conocimiento sobre la incidencia que tiene el básquet en la adquisición de destrezas y habilidades motrices en los niños y niñas.

Además se empleó el nivel descriptivo porque se pretendió la relación de las dos variables, se detallará la causa –efecto, en la hipótesis, la justificación y las conclusiones además que sirvió para detallar las características y datos específicos de la metodología aplicada en el trabajo del docente mediante la práctica del básquet para que los niños y niñas adquieran mejores destrezas y habilidades motrices.

7.2.3 Métodos

Dentro de la presente investigación se empleará el método lógico, consistente en el método deductivo – inductivo. Así como también sintético y estadístico.

Sintético por cuanto se realizará investigación de campo en el lugar de los hechos y estadístico por cuanto se harán representaciones estadísticas una vez tabulados los resultados.

7.2.4 Técnicas de recolección de información

Es fundamental que se acuda a fuentes de información primaria y secundaria. En las primarias cuando exista la necesidad de aplicar encuestas (Estudiantes), entrevista (Docente y directora) o ficha de observación (Estudiantes). En las fuentes secundarias, se tomará la investigación bibliográfica, recogida a través de: Libros, o Internet, etc.

Es por esta razón que las técnicas que se utilizaron en este proceso investigativo fueron encuestas dirigidas a los estudiantes.

La entrevista a los docentes y directora del plantel educativa.

La observación aplicada a los estudiantes.

7.3 Población y Muestra

7.3.1 Población

La población la constituyen 62 personas entre niños/as, directivos y docentes.

7.3.2 Muestra

La muestra está representada por el 100% de la población.

- Niños y niñas de Educación Básica del Nivel Medio. 50
- Autoridades 2
- Docentes 10

8. Marco Administrativo

8.1 Recursos Humanos

- Investigadora: María Andrea Vera Zambrano
- Director/a de Proyecto: Dra. Betty Bravo Andrade

8.2 Recursos Financieros

Cantidad	Rubros	Costo Unitario	Costo Total
5	Remas hojas Bond A4	4.00	20.00
120	Internet	1.00	120.00
	Transporte	85.00	85.00
400	Fotocopias	0.04	16.00
	Tipeo e Impresiones	350.00	350.00
3	Cartuchos tinta	15.00	45.00
3	Empastados	10.00	30.00
8	Anillados	1.50	12.00
4	Tomos sobre básquet y deportes	75.00	300.00
3	Cd	1.25	3.75
	Viáticos	120.00	120.00
	Gastos extras	225.00	225.00
Total			1.326.75

Se dio un total de: un mil trescientos veinte y seis dólares americanos, con setenta y cinco centavos (\$1.326,75), los cuales fueron autofinanciados por la investigadora.

CAPÍTULO IV

9. Resultados obtenidos y análisis de datos

9.1 Resultados de la encuesta aplicada a Docentes

1. ¿Le gusta jugar básquet en la hora de Cultura Física?

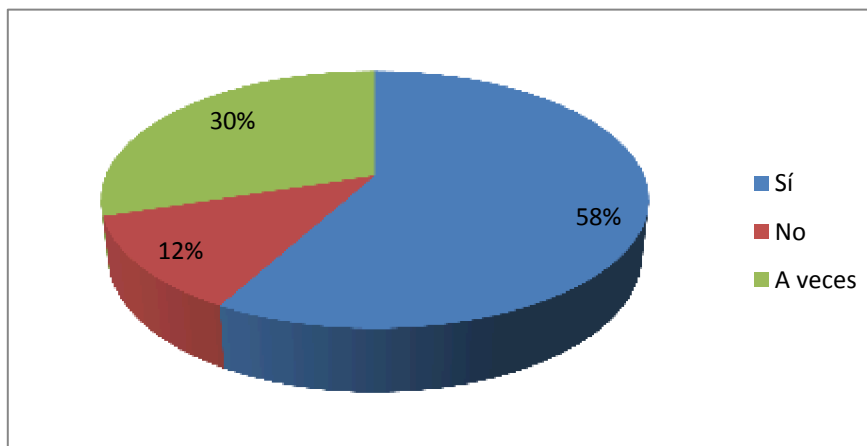
Tabla No 1

Alternativas	F	%
Sí	29	58
No	6	12
A veces	15	30
Total	50	100

Fuente: Estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

Elaborado por: María Andrea Vera Zambrano

Gráfico No 1



Análisis e interpretación de los resultados

Con los resultados obtenidos se determina que el 58% de los estudiantes encuestados consideran que sí le gusta jugar básquet en la hora de Cultura Física, mientras que el 30% consideran que a veces y sólo el 12% considera que no.

Por lo tanto se demuestra que los estudiantes en su gran mayoría consideran que sí le gusta jugar básquet en la hora de Cultura Física, porque les incentiva hacerlo y porque es un deporte que les entusiasma practicar.

2. ¿Qué tiempo viene practicando el básquet en la escuela?

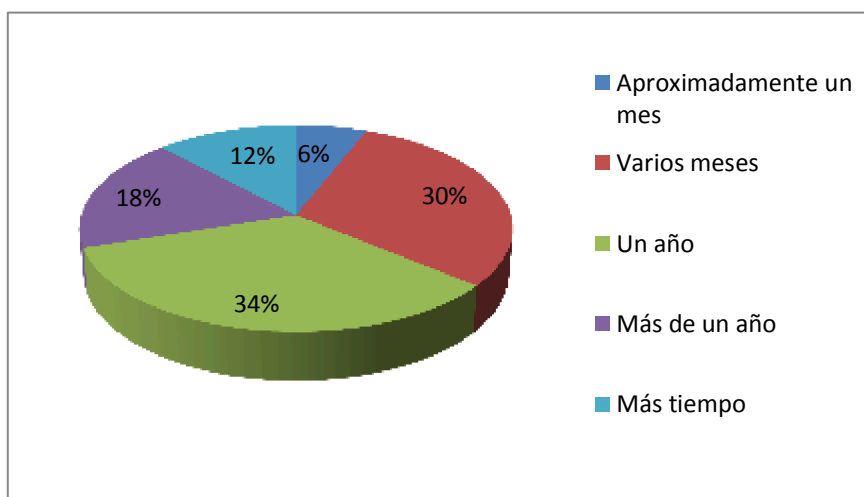
Tabla No 2

Alternativas	F	%
Aproximadamente un mes	3	6
Varios meses	15	30
Un año	17	34
Más de un año	9	18
Más tiempo	6	12
Total	50	100

Fuente: Estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

Elaborado por: María Andrea Vera Zambrano

Gráfico No 2



Análisis e interpretación de los resultados

Con los resultados obtenidos se determina que el 34% de los estudiantes encuestados consideran que llevan un año practicando el básquet en la escuela, el 30% dijo que varios meses, el 18% más de un año, el 12% más tiempo y sólo el 6% considera que aproximadamente un mes.

Lo cual se interpreta que los estudiantes en su gran mayoría consideran que llevan un año practicando el básquet en la escuela, porque les ayuda las destrezas y habilidades motrices.

3. ¿Su profesor de Cultura Física le enseña la teoría del juego del básquet?

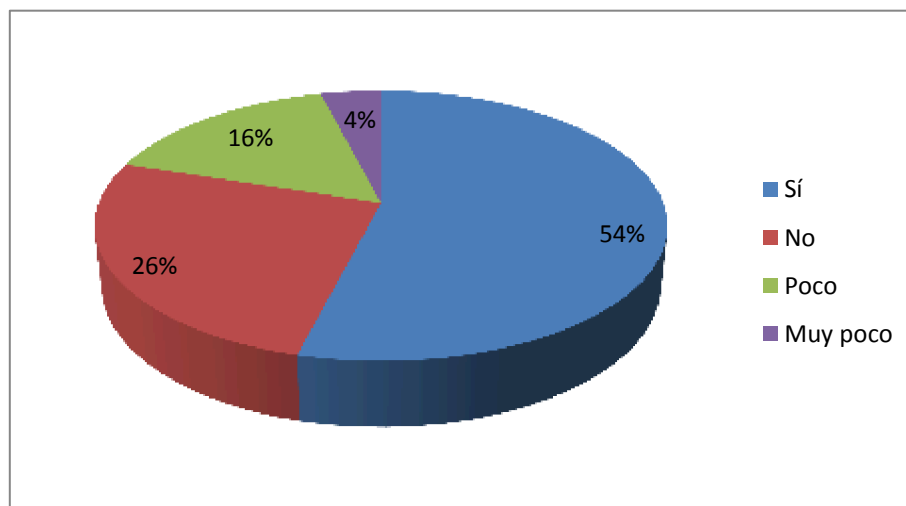
Tabla No 3

Alternativas	F	%
Sí	27	54
No	13	26
Poco	8	16
Muy poco	2	4
Total	50	100

Fuente: Estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

Elaborado por: María Andrea Vera Zambrano

Gráfico No 3



Análisis e interpretación de los resultados

Con los resultados obtenidos se determina que el 54% de los estudiantes consideran que su profesor de Cultura Física sí le enseña la teoría del juego del básquet, un 26% considera que no, el 16% que poco y sólo un 4% dijo que muy poco.

Por lo tanto se comprobó que los estudiantes mayoritariamente consideran que su profesor de Cultura Física sí les enseña la teoría del juego del básquet, siendo de gran importancia porque llevan una base de aprendizaje teórico antes de la práctica.

4. ¿Cuándo practica básquet su profesor le explica las técnicas?

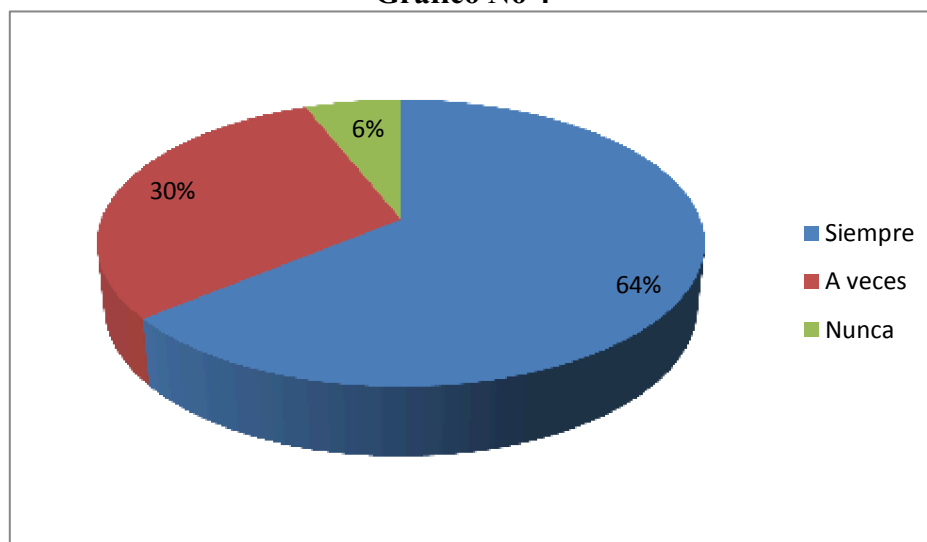
Tabla No 4

Alternativas	F	%
Siempre	32	64
A veces	15	30
Nunca	3	6
Total	50	100

Fuente: Estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

Elaborado por: María Andrea Vera Zambrano

Gráfico No 4



Análisis e interpretación de los resultados

Con los resultados obtenidos se determina que el 64% de los estudiantes encuestados consideran que su docente siempre les explica las técnicas del básquet, el 30% dijo que a veces y sólo el 6% considera que nunca.

Por lo tanto se demostró que los estudiantes en su gran mayoría consideran que cuando practican básquet su profesor sí les explica las técnicas, y de esta manera pueden realizar los ejercicios de manera normal y sin complicaciones.

5. ¿Su profesor de Cultura Física, le ha enseñado técnicas de movimiento y lanzamiento de balón en el entrenamiento de básquet que le permita adquirir destrezas y habilidades?

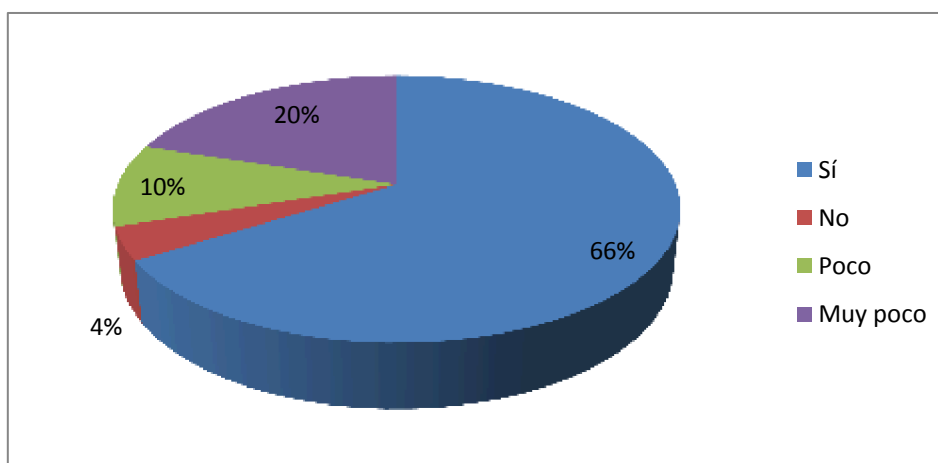
Tabla No 5

Alternativas	F	%
Sí	33	66
No	2	4
Poco	5	10
Muy poco	10	20
Total	50	100

Fuente: Estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

Elaborado por: María Andrea Vera Zambrano

Gráfico No 5



Análisis e interpretación de los resultados

Con los resultados obtenidos se determina que el 66% de los estudiantes encuestados consideran que su profesor sí le ha enseñado técnicas de movimientos y lanzamiento de balón, el 20% considera que muy poco, el 10% que poco y sólo el 4% que no.

Por lo tanto se determina que los estudiantes mayoritariamente consideran que su profesor de Cultura Física sí le ha enseñado técnicas de movimiento y lanzamiento de balón en el entrenamiento de básquet que le permita adquirir destrezas y habilidades.

6. En las clases de Cultura Física su profesor le enseña básquet de manera:

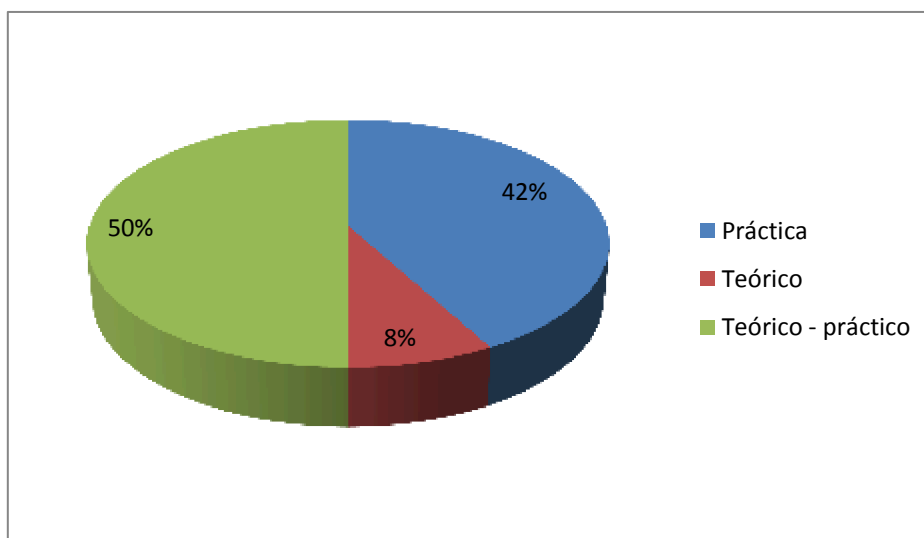
Tabla No 6

Alternativas	F	%
Práctica	21	42
Teórico	4	8
Teórico – práctico	25	50
Total	50	100

Fuente: Estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

Elaborado por: María Andrea Vera Zambrano

Gráfico No 7



Análisis e interpretación de los resultados

Con los resultados obtenidos se determina que el 50% de los estudiantes encuestados consideran que su profesor le enseña las clases en forma teórico – práctico, el 42% considera que práctica y sólo el 8% dijo que teórico.

Determinando de esta manera que los estudiantes consideran mayoritariamente que en las clases de Cultura Física su profesor le enseña básquet de manera teórico – práctico.

7. ¿Ha competido usted en algún campeonato de básquet interno en la escuela?

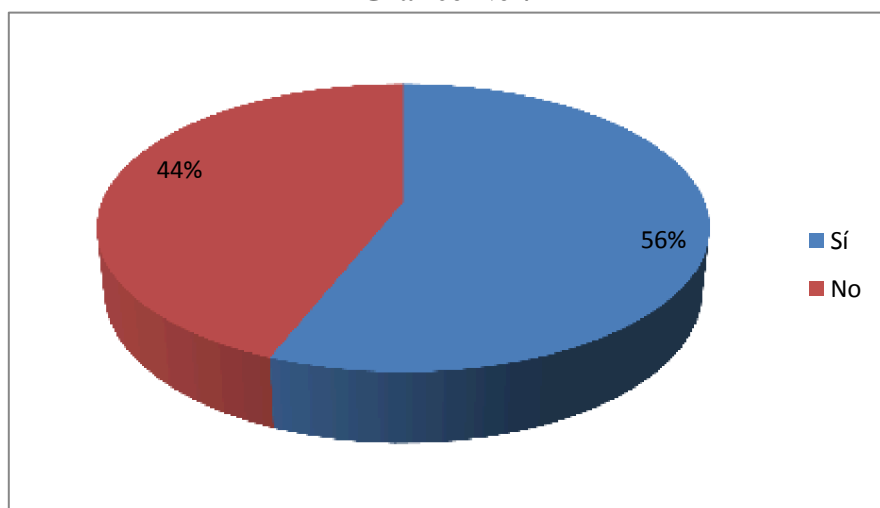
Tabla No 7

Alternativas	F	%
Sí	28	56
No	22	44
Total	50	100

Fuente: Estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

Elaborado por: María Andrea Vera Zambrano

Gráfico No 7



Análisis e interpretación de los resultados

Con los resultados obtenidos se determina que el 56% de los estudiantes que participaron de la encuesta consideran que sí han competido en básquet interno, y sólo el 44% dijo que no.

Por lo tanto, se demostró que los estudiantes en su gran mayoría consideran que sí han competido en algún campeonato de básquet interno en la escuela, logrando de esta manera desenvolverse deportivamente, lo que le ayudará en su futuro adquiriendo mejores destrezas y habilidades.

8. ¿Las destrezas adquiridas las ha obtenido con la práctica de básquet?

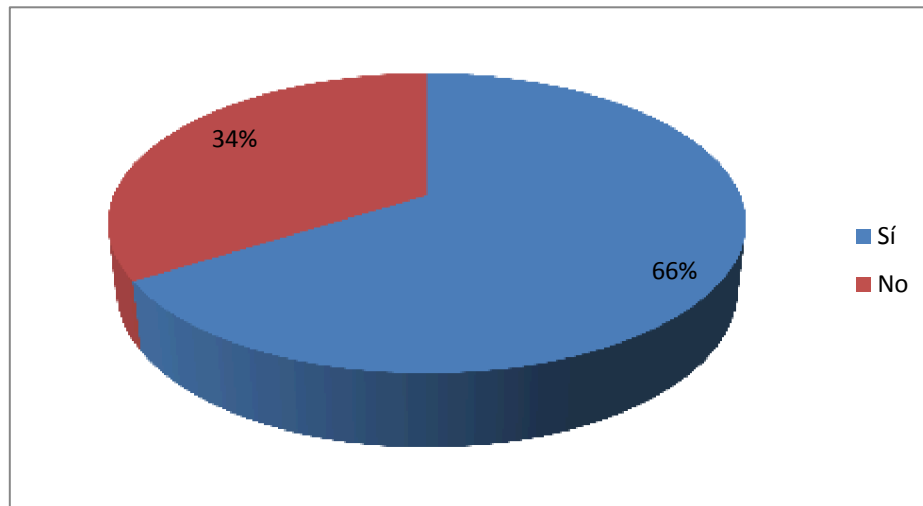
Tabla No 8

Alternativas	F	%
Sí	33	66
No	17	34
Total	50	100

Fuente: Estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

Elaborado por: María Andrea Vera Zambrano

Gráfico No 8



Análisis e interpretación de los resultados

Con los resultados obtenidos se determina que el 66% de los estudiantes encuestados consideran que las destrezas adquiridas sí las ha obtenido de la práctica del básquet y sólo el 34% dijo que no.

Por lo tanto se determinó que los estudiantes en su gran mayoría consideran que las destrezas adquiridas sí las han obtenido con la práctica del básquet, ya que mediante la ejercitación que tiene su cuerpo adquiere más movilidad.

9. ¿Qué destrezas y habilidades ha desarrollado con mayor facilidad en la práctica del básquet?

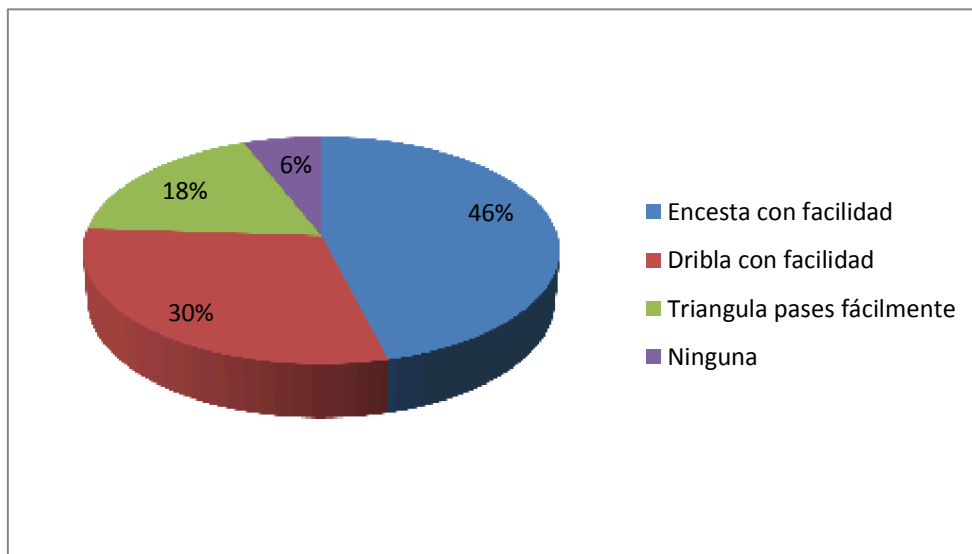
Tabla No 9

Alternativas	F	%
Encesta con facilidad	23	46
Dribla con facilidad	15	30
Triangula pases fácilmente	9	18
Ninguna	3	6
Total	50	100

Fuente: Estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

Elaborado por: María Andrea Vera Zambrano

Gráfico No 9



Análisis e interpretación de los resultados

Con los resultados obtenidos se determina que el 46% de los estudiantes encuestados consideran que encesta con facilidad, el 30% que dribla con facilidad, el 18% que triangula pases fácilmente y sólo el 6% que ninguna.

Por lo tanto se demostró que los estudiantes en su gran mayoría las destrezas y habilidades que ha desarrollado con mayor facilidad en la práctica del básquet es que encesta con facilidad.

10. ¿Qué habilidad ejecuta con mayor rapidez en la práctica deportiva?

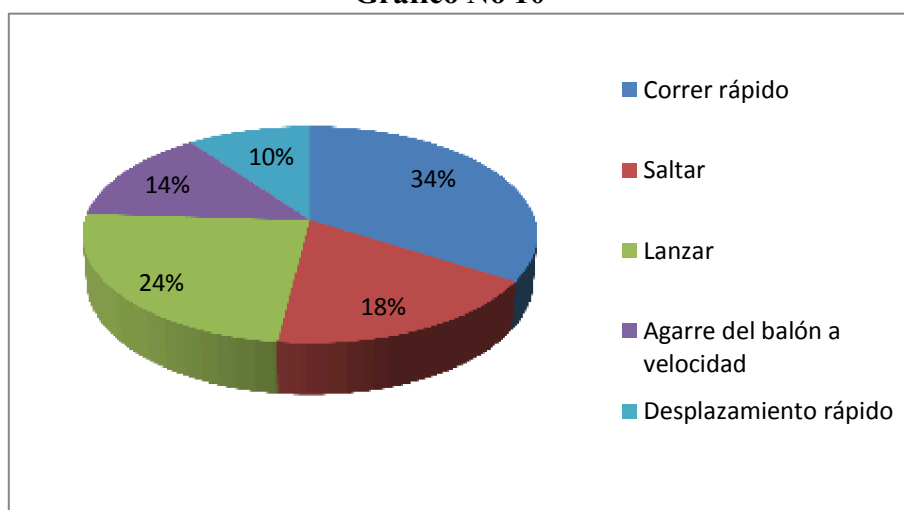
Tabla No 10

Alternativas	F	%
Correr rápido	17	34
Saltar	9	18
Lanzar	12	24
Agarre del balón a velocidad	7	14
Desplazamiento rápido	5	10
Total	50	100

Fuente: Estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

Elaborado por: María Andrea Vera Zambrano

Gráfico No 10



Análisis e interpretación de los resultados

Con los resultados obtenidos se determina que el 34% de los estudiantes encuestados considera que la habilidad que ejecuta con rapidez es correr rápido, el 24% considera que lanzar, el 18% saltar, el 14% agarre del balón a velocidad y sólo el 10% el desplazamiento rápido.

Demostrando que los estudiantes mayoritariamente consideran que la habilidad que ejecuta con mayor rapidez en la práctica deportiva es correr rápido.

9.2 Análisis de la entrevista realizada a los Docentes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

1. ¿Usted tiene título profesional en Cultura Física? Por qué

Los docentes consideran en su gran mayoría que no tienen un título de Cultura Física, porque antes no existía la profesionalización en ésta área pero que igual si tienen conocimientos sobre la materia, ya que siempre la han practicado y enseñado a sus estudiantes.

2. ¿Explique cuáles son las técnicas del básquet que usted enseña a sus alumnos en las horas de Cultura Física?

Los docentes manifestaron que las técnicas que se les enseña a los estudiantes en el momento de realizar cultura física son las básicas, como correr, saltar, conocer las reglas del futbol, del básquet, natación y las más conocidas.

3. ¿Explique cuáles son las principales habilidades físicas-técnicas y competitivas que ha identificado en sus alumnos al enseñar básquet?

Las principales habilidades físicas, técnicas y competitivas que ha identificado en sus estudiantes cuando les enseña básquet, es que tienen mayor movilidad, más destrezas para correr, saltar y lanzar el balón al aro, obteniendo una gran ventaja en su desarrollo y habilidad motriz.

4. ¿En las clases de Cultura Física, les explica a sus alumnos para qué sirve cada movimiento o lanzamiento al aro al practicar básquet? Detalle.

Consideran los docentes mayoritariamente que primeramente les explican a sus estudiantes, logrando que entiendan para qué sirven los movimientos o el

lanzamiento al aro en la práctica del básquet, teniendo en cuenta las reglas del juego.

5. ¿Usted ejecuta los movimientos o ejercicios para demostrar el desarrollo de sus destrezas y habilidades al enseñar básquet en la materia de Cultura Física? Explique cualquiera que sea su respuesta y por qué.

Los docentes manifestaron en su gran mayoría que los movimientos se deben ejecutar porque así demuestran a los niños la manera que deben realizarlos, incentivándolos a que ellos también lo hagan con motivación y dinamismo.

6. ¿Enseña usted clase extra del básquet a sus alumnos? Explique por qué.

Los docentes mencionaron en su gran mayoría que no les enseñan clases extras de básquet, porque las horas clases están desarrolladas para cada área y que se deben cumplir de acuerdo al cronograma de trabajo y al currículo establecido por el Ministerio de Educación.

7. ¿Ha realizado usted ejercicios para desarrollar destrezas y habilidades en básquet? Detalle

Manifestaron los docentes que han realizado ejercicios de calentamientos previos, luego saltan, juegan, corren, lanzan para lograr mejores destrezas y habilidades en los estudiantes, lo cual ayuda en su desarrollo motriz.

8. ¿Cómo identifica usted el desarrollo o adquisición de destrezas y habilidades motrices mediante la práctica del básquet? Explique

Los docentes en su gran mayoría manifestaron que ellos identifican los logros obtenidos en los estudiantes mediante la observación de lo que realizan cuando están practicando los deportes, evaluándolos en cada movimiento que realizan.

9.3 Análisis de la entrevista realizada a los Directora de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

1. ¿Usted como directora de la institución apoya la masificación del básquet? Explique.

Manifestó que ella sí apoya la masificación del básquet, ya que para ella es un deporte de gran relevancia y que día a día se obtienen mejores resultados en el desarrollo físico y motriz de quienes lo practican, además que de sus prácticas han salido buenos deportistas a nivel cantonal, que dejan muy en alto el nombre del cantón y de la institución a la que representan.

2. ¿Solicita usted al profesor del área de cultura física que en su planificación introduzca mayor práctica de básquet? Explique.

Consideró que ella solicita al docente de Cultura Física las respectivas planificaciones de las actividades que realiza durante el año escolar con los estudiantes, de acuerdo al área que desempeña y a la edad de ellos, para llevar un buen control de lo que se ejecuta.

3. ¿Cuál es el criterio que usted tiene sobre la práctica deportiva del básquet?

Mencionó que el criterio que ella tienen sobre la práctica deportiva del básquet, es que es una disciplina que trae buenos resultados físicos y mentales en quienes lo practican y que los lleva por rumbos beneficios para ellos.

4. ¿La institución que usted dirige cuenta con un área adecuada para la práctica del básquet?

Considera que primeramente les explican a sus estudiantes, logrando que entiendan para qué sirven los movimientos o el lanzamiento al aro en la práctica del básquet, teniendo en cuenta las reglas del juego.

5. ¿Considera usted que los padres de familia brindan todo el apoyo para que sus hijos practiquen el básquet? Explique.

La señora Directora, considera que los padres de familia siempre brindan y apoyan a sus hijos en la práctica del básquet, porque están conscientes que es una gran ventaja en su desenvolvimiento físico y personal, demostrando que mediante el apoyo los hijos se sienten seguros, confiados, se motivan a participar, siendo un gran logro para ellos y para la propia institución educativa, porque muchas veces eso cuenta que participe en competencias.

6. ¿La institución que usted dirige cuenta con toda la infraestructura deportiva? Explique.

Manifestó la Directora que la institución sí cuenta con una buena y amplia infraestructura en la cual, los estudiantes tienen plenamente apertura para practicar los deportes y también relacionarse con el medio ambiente, que les ayuda de mucho.

7. ¿La institución que usted dirige cuenta con todas las implementaciones necesarias en el área de cultura física? Explique.

La Directora consideró que la institución educativa no cuenta con todos los implementos ni materiales adecuados ni aptos para que los estudiantes puedan realizar sus prácticas de manera beneficiaria para ellos, porque a pesar que tiene una buena infraestructura hacen falta los materiales y los implementos para que todo sea mejor y los estudiantes puedan adquirir mejores destrezas mediante sus prácticas deportivas.

8. En la conformación de los clubes, se masifica el básquet

Mencionó la Directora que cada docente es responsable del club que ellos conformen, es decir el mismo va de acuerdo a la capacidad y experiencia que ellos tengan en cada uno de los clubes, pero que ella apoya los criterios y las decisiones que tomen sus compañeros docentes, siempre y cuando sean en beneficio y prosperidad de sus estudiantes.

9.4 Análisis de la observación realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón”

En la observación realizada a los estudiantes se pudo comprobar que realizan la práctica del básquet en el patio de la institución, demostrando que poseen un buen desplazamiento, así como están prestos y atentos a dar los giros, los debidos saltos en el momento adecuados, realizando los lanzamientos cuando se da la oportunidad de hacerlo, existiendo buena coordinación entre los dos equipos que juegan, así como mantienen un buen equilibrio, ya que ellos están prestos cuando el docente previamente les realiza las respetivas indicaciones para empezar a jugar.

CAPÍTULO V

10. COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS

Una vez que se han realizado los análisis y las interpretaciones respectivas a las encuestas aplicadas a los estudiantes, y las entrevistas realizadas a los docentes y directora de la institución se deduce que el Básquet sí incide en la adquisición de Destrezas y Habilidades Motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la Ciudad de Chone durante el Año Lectivo 2014 - 2015.

La mayoría de los estudiantes encuestados consideran que sí le gusta jugar básquet en la hora de Cultura Física, porque les incentiva hacerlo y porque es un deporte que les entusiasma practicarlo, mejorando su estado físico, deportivo y adquiriendo mejores habilidades y destrezas motrices que le ayudan en beneficio personal.

Considerando que su profesor de Cultura Física sí les enseña la teoría del juego del básquet, siendo de gran importancia porque llevan una base de aprendizaje teórico antes de la práctica, y ellos aprenden a respetar las reglas y a sus compañeros de equipo, demostrando con ello que el docente sí les está enseñando las técnicas de movimiento y lanzamiento de balón en el entrenamiento de básquet que le permita adquirir destrezas y habilidades.

Además demuestran que las destrezas adquiridas sí las han obtenido con la práctica del básquet, ya que mediante la ejercitación que tiene su cuerpo adquiere más movilidad.

Por su parte los docentes mencionaron que no tienen un título de Cultura Física, porque antes no existía la profesionalización en ésta área pero que igual si tienen conocimientos sobre la materia, ya que siempre la han practicado y enseñado a sus

estudiantes, más que todo las técnicas previas a realizar las actividades físicas, como correr, saltar, el respeto que se deben tener mutuamente en el momento que están realizando las diferentes actividades deportivas, ya que se espera que ellos entiendan y logren asimilar que los movimientos que realizan deben hacerlo de acuerdo a la enseñanza que se les imparte.

También se estableció que dentro de la institución no se están dando clases extras de básquet, ya que ellos se rigen por las horas establecidas a cada área educativa que establece el Ministerio de Educación, y que deben cumplir a cabalidad, pero que sí realizan las evaluaciones cuando los estudiantes están realizando los ejercicios físicos y la práctica del básquet para ir corrigiendo errores que se están presentando.

En la entrevista que se realizó a la Directora se destacó que ella sí apoya la masificación del básquet porque es un deporte de gran relevancia y que día a día se obtienen mejores resultados en el desarrollo físico y motriz de quienes lo practican, además que de sus prácticas han salido buenos deportistas a nivel cantonal, que dejan muy en alto el nombre del cantón y de la institución a la que representan.

Destacando el apoyo de los padres de familia hacia sus hijos en la práctica del básquet, considerando y dejando en claro que la institución educativa no cuenta con todos los implementos ni materiales adecuados ni aptos para que los estudiantes puedan realizar sus prácticas de manera beneficiaria para ellos, porque a pesar que tiene una buena infraestructura hacen falta los materiales y los implementos para que todo sea mejor y los estudiantes puedan adquirir mejores destrezas mediante sus prácticas deportivas.

11. CONCLUSIONES

Una vez realizado el respectivo análisis y la interpretación de los resultados arrojados por la encuesta y las entrevistas aplicadas, se concluye que:

Dentro de la institución educativa sí se está aplicando el deporte del básquet y que los docentes tienen conocimientos sobre las técnicas que se deben seguir para su práctica, aunque no cuentan con un título profesional, pero sí aplican los debidos ejercicios y calentamientos previos que deben regir durante la práctica deportiva entre los equipos que juegan.

Los métodos y técnicas que el docente utiliza son las apropiadas para dar a los estudiantes una adecuada enseñanza en lo referente al básquet, y de acuerdo a la edad que ellos tengan, lo cual es una ventaja porque de esta manera se obtienen mejores logros prácticos y deportivos.

Se demostró que el nivel de destrezas y habilidades que los estudiantes han ido adquiriendo es muy bueno, porque pueden correr con rapidez, lanzar la pelota como es debido y prestan la debida atención antes de ejecutar el juego.

El tipo de destrezas y habilidades que los niños y niñas tienen se lo evalúa mediante la observación y la práctica que realizan en el momento de ejecutar las actividades deportivas en el básquet, lo cual cuenta para corregir errores que se estén presentando y que no se repitan en lo posterior.

12. RECOMENDACIONES

Que se continúe aplicando el básquet dentro de la institución educativa, para fomentarlo y de esta manera se dé una efectiva masificación deportiva, ya que se cuenta con docente que tienen experiencias en conocimientos sobre las técnicas a seguir y esto ayuda en gran ventaja en la práctica que se realiza en la hora destinada para el área de Cultura Física.

Que los docentes se sigan capacitándose en lo referente al básquet, sus técnicas, reglas y reglamentos, para lograr un mejor desempeño deportivo en el básquet y así puedan participar en competencias internas y hasta en futuras a nivel externo, representando a la institución educativa.

Que se incentive a los estudiantes a seguir adelante practicando el básquet ya que su nivel de habilidades y destrezas motrices está muy bueno y no se debe dejar a un lado para no caer en la falencia deportiva.

Que al realizar las evaluaciones los docentes deben considerar los errores que se presentan para que no existan en lo posterior y cada día demostrar que pueden ser mejores deportistas.

13. Cronograma

Actividades		Año 2014 - 2015																							
		Septiembre				Octubre				Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Selección del tema	X	X	X																					
2.	Aprobación del tema				X																				
3.	Elaboración del proyecto de tesis					X	X	X	X																
4.	Corrección del proyecto de tesis								X																
5.	Presentación del proyecto de tesis									X															
6.	Previos (agradecimiento, índice e introducción)																								
7.	Paginas preliminares																								
8.	Introducción										X														
9.	Planteamiento del problema											X													
10.	Justificación, objetivos, interrogantes												X												
CAPÍTULO I																									
11.	Marco teórico											X	X												
12.	Investigación teórica variable 1												X												
13.	Revisión y aprobación de la variable 1													X											
14.	Investigación teórica variable 2														X										
15.	Revisión y aprobación de la variable 2															X									
CAPÍTULO II																									
16.	Hipótesis y variables															X									
CAPÍTULO III																									
17.	Metodología																X								

13. Bibliografía

ALDERETE, J.L., y OSMA, J.J. (2008): "Baloncesto, Técnica individual defensiva". Gymnos Editorial. Madrid.

APOSTOLIDIS, N.; NASSIS, G.P.; BOLATOGLOU, T. & Geladas. N.D (2010). *Physiological and technical characteristics of elite young basketball players*. Journal of Sports Medicine and Physical Fitness.

DEFONTAINE, J.: (2009). *"Manual de reeducación psicomotriz (Tercer año)"*. Editorial Médica y Técnica S.A.

BERRUEZO, P. P. (2002) cap.XV. Las conductas motrices. pp. 301-353. En Llorca (coord.) *La práctica psicomotriz: una propuesta educativa mediante el cuerpo y el movimiento*. Málaga. Aljibe.

GOMESLKI, A. (2009): "Baloncesto. La dirección de equipo". Hispano Europea. Barcelona.

NAVARRO Adelantado, V. (2005). Apuntes de la asignatura Educación Física de Base. 2º Maestro especialista en Educación Física. Universidad de La Laguna.

WALKER, A. L. y DONOHUE, J. (2005): "Nuevos conceptos de ataque para un baloncesto moderno". Editorial Paidotribo. 2ª Edición.

WISSEL, H. (2006). : "Baloncesto. Aprender y progresar". Paidotribo. Barcelona.

Webgrafía

<http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/Habilidades.pdf>

ANEXOS



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
EXTENSIÓN CHONE
CARRERA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN
MENCIÓN DOCENCIA

ENCUESTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA
ABDÓN CALDERÓN DE LA CIUDAD DE CHONE

OBJETIVO: Establecer la incidencia del básquet en la adquisición de Destrezas y Habilidades Motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la Ciudad de Chone durante el Año Lectivo 2014 – 2015.

INSTRUCCIONES: Mucho agradeceré se sirva responder con sinceridad marcando una x dentro del paréntesis de la alternativa de su elección.

1.- DATOS INFORMATIVOS

1.1. Lugar y fecha: _____

1.2. Ubicación: Rural () Urbana () Urbana marginal ()

1.3. Parroquia: _____

1. ¿Le gusta jugar básquet en la hora de cultura física?

Sí ()

No ()

A veces ()

2. ¿Qué tiempo viene practicando el básquet en la Escuela?

Aproximadamente un mes ()

Varios meses ()

Un año ()

Más de un año ()

Más tiempo ()

3. ¿Su profesor de Cultura Física le enseña la teoría del juego de básquet?

Sí ()

No ()

Poco ()

Muy poco ()

- 4. Cuando practica básquet su profesor le explica las técnicas**
Siempre ()
A veces ()
Nunca ()
- 5. ¿Su profesor de Cultura Física, le ha enseñado técnicas de movimiento y lanzamiento de balón en el entrenamiento de básquet que le permita adquirir destrezas y habilidades?**
Sí ()
No ()
Poco ()
Muy poco ()
- 6. En las clases de Cultura Física su profesor le enseña básquet de manera:**
Práctico ()
Teórico ()
Teórico - práctico ()
- 7. ¿Ha competido usted en algún campeonato de básquet interno en la escuela?**
Sí ()
No ()
- 8. ¿Las destrezas adquiridas las ha obtenido con la práctica de básquet?**
Sí ()
No ()
- 9. ¿Qué destrezas y habilidades ha desarrollado con mayor facilidad en la práctica del básquet?**
Encesta con facilidad ()
Dribla con facilidad ()
Triangula pases fácilmente ()
Ninguna ()
- 10. ¿Qué habilidad ejecuta con mayor rapidez en la práctica deportiva?**
Correr rápido ()
Saltar ()
Lanzar ()
Agarre del balón a velocidad ()
Desplazamiento rápido ()

Gracias por su colaboración...



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
EXTENSIÓN CHONE
CARRERA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN
MENCION DOCENCIA

**ENTREVISTA DIRIGIDA A DOCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA ABDÓN
CALDERÓN DE LA CIUDAD DE CHONE.**

OBJETIVO: Establecer la incidencia del básquet en la adquisición de Destrezas y Habilidades Motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la Ciudad de Chone durante el Año Lectivo 2014 – 2015.

INSTRUCCIONES: Mucho agradeceré se sirva responder con sinceridad las siguientes preguntas.

1.- DATOS INFORMATIVOS

1.1. Lugar y fecha: _____

1.2. Ubicación: Rural () Urbana () Urbana marginal ()

1.3. Parroquia: _____

1. ¿Usted tiene título profesional en Cultura Física? Explique

2. ¿Explique cuáles son las técnicas de básquet que usted enseña a sus alumnos en las horas de Cultura Física?

3. ¿Explique cuáles son las principales habilidades físicas-técnicas y competitivas que ha identificado en sus alumnos al enseñar básquet?

- 4. ¿En las clases de Cultura Física, les explica a sus alumnos para que sirve cada movimiento o lanzamiento al aro al practicar básquet? Detalle.**

- 5. ¿Usted ejecuta los movimientos o ejercicios para demostrar el desarrollo de sus destrezas y habilidades al enseñar básquet en la materia de Cultura Física?. Explique cualquiera que sea su respuesta y por qué.**

- 6. ¿Enseña usted extra clase el básquet a sus alumnos?. Explique por qué.**

- 7. ¿Ha realizado usted ejercicios para desarrollar destrezas y habilidades en básquet? Detalle.**

- 8. ¿Cómo identifica usted el desarrollo o adquisición de destrezas y habilidades motrices mediante la práctica del básquet?. Explique.**

Gracias por su colaboración...



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
EXTENSIÓN CHONE
CARRERA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN
MENCIÓN DOCENCIA

Entrevista dirigida a: Directora de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la Ciudad de Chone.

OBJETIVO: Establecer la incidencia del básquet en la adquisición de Destrezas y Habilidades Motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la Ciudad de Chone durante el Año Lectivo 2014 – 2015.

9. ¿Usted como directora de la institución apoya la masificación del básquet? Explique.

10. ¿Solicita usted al profesor del área de cultura física que en su planificación introduzca mayor practica de básquet? Explique.

11. ¿Cuál es el criterio que usted tiene sobre la práctica deportiva del básquet?

12. ¿La institución que usted dirige cuenta con un área adecuada para la práctica del básquet?

13. ¿Considera usted que los padres de familia brindan todo el apoyo para que sus hijos practiquen el básquet? Explique.

14. ¿La institución que usted dirige cuenta con toda la infraestructura deportiva? Explique.

15. ¿La institución que usted dirige cuenta con todas las implementaciones necesarias en el área de cultura física? Explique.

16. ¿En la conformación de los clubes, se masifica el básquet?

Gracias por su colaboración...



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
EXTENSIÓN CHONE
CARRERA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN
MENCIÓN DOCENCIA

FICHA DE OBSERVACIÓN

Objetivo General: Establecer la incidencia del básquet en la adquisición de Destrezas y Habilidades Motrices en los niños y niñas de la Educación Básica del Nivel Medio de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la Ciudad de Chone durante el Año Lectivo 2014 – 2015.

Año Básico: _____

FECHA	HORA	ACTIVIDAD QUE REALIZA								
		BASQUET			DESTREZAS Y HABILIDADES					
		Prac. patio	Prac. Aula	Enseña Tec.	Desplazamiento	Saltos	Giros	Lanzamientos	Coordinación	Equilibrio

Observaciones: _____

CAPÍTULO VI

1. Propuesta

Talleres de capacitación dirigida a los docentes para diseñar una metodología que permita masificar el básquet y adquirir mejores destrezas y habilidades motrices en los estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón” de la ciudad de Chone.

2. Introducción

El básquet es uno de los deportes con gran atracción para niños, niñas, jóvenes y adolescentes mayores; su ejecución disciplinada permite la realización de encuentros deportivos y competencias en diferentes torneos tratando de convertirse en grandes cultores de la actividad, siguiendo las instrucciones y enseñanzas de distintos técnicos.

La masificación del básquet debe cambiarse de lo tradicional hacia lo moderno, es decir, aspectos más dinámicos, novedosos, universales, cultos y no basta con esfuerzos aislados. La obligación de encontrar vías novedosas y operativas que contribuyan a un mejor trabajo en el área de la enseñanza del básquet y su aporte a la lucha por su masificación en el entorno se hace cada vez imprescindible. Es evidente que hay que estrechar la relación de la Cultura Física con los proyectos educativos partiendo de la desigualdad de estructuras entre la Cultura Física y el resto de las instancias. Los recursos, materiales, técnicas y métodos que el docente aplique en la enseñanza del básquet, deben considerarse de gran importancia porque así se establecerá una gran ventaja a nivel deportivo en los niños y niñas que la practican.

Por todo esto la presente propuesta se la realiza con el propósito de que se dé una masificación del básquet dentro de la institución educativa mencionada

anteriormente, ya que los docentes deben conocer las técnicas adecuadas y estar actualizados en el campo deportivo, incrementando la participación activa tanto de docentes, padres de familia y estudiantes, contando con el material e implementos deportivos necesarios para tal práctica, mejorando la adquisición de las destrezas y habilidades motrices de los estudiantes.

3. Justificación

El deporte del básquet es una disciplina que está considerado uno de los más completos en cuanto a muchos aspectos, incluyendo valores fundamentales para la formación de los niños como premisas básicas. Es un punto de partida para la generación de espacios de recreación y sociabilización entre los estudiantes y la comunidad involucrando a las instituciones educativas de la población.

Por esta razón la propuesta presentada se la realiza en base a los resultados que se obtuvieron de la encuesta aplicada a los estudiantes, así como de la entrevista a los docentes y a la Directora de la institución educativa, la misma que dio como resultado la comprobación de la hipótesis planteada, es decir, fue verdadera; para esto se va a lograr incentivar a los docentes a participar de los talleres de capacitación que se realizarán con la finalidad masificar el básquet y adquirir mejores destrezas y habilidades motrices en los estudiantes de la Unidad Educativa “Adbón Calderón”.

Para llevar a cabo la presente propuesta, se desea contar con la colaboración y asistencia de los docentes, así como con el apoyo de la Directora del plantel, porque se destaca que los beneficiarios con este taller de capacitación van a ser los estudiantes que esperan tener mejores enseñanzas dentro de la institución educativa, con docentes con experiencias y capaces de dar una enseñanza apropiada y actualizada.

4. Objetivos

4.1. Objetivo General

Capacitar a los docentes mediante talleres para diseñar una metodología que permita masificar el básquet y adquirir mejores destrezas y habilidades motrices en los estudiantes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón” de la ciudad de Chone.

4.2. Objetivos Específicos

- Determinar los conocimientos teóricos y prácticos mediante folletos o copias en base a las temáticas a tratar en los talleres.
- Incentivar a los docentes a participar en los talleres para que de esta forma se dé una masificación del básquet y los estudiantes adquieran mejores destrezas y habilidades motrices.
- Aplicar los talleres para conseguir una apreciación práctica y efectiva durante su ejecución.

5. Contenido de la Propuesta

Básquet – Definición

Baloncesto o Básquetbol, deporte de equipo, jugado normalmente en pista cubierta, en el que dos conjuntos, de cinco jugadores cada uno, intentan anotar puntos (o canastas) lanzando una pelota, de forma que descienda a través de una de las dos cestas o canastas suspendidas por encima de sus cabezas en cada extremo de la pista. El equipo que anota más puntos, convirtiendo tiros de campo o desde la zona de tiros libres, gana el partido. Debido a su dinamismo, espectacularidad y a la frecuencia de acciones anotadoras, es uno de los deportes con mayor número de espectadores y participantes en el mundo.

Las federaciones nacionales de los países hispano hablantes del Caribe y Centroamérica, México, Colombia, Venezuela, España y Guinea Ecuatorial, lo denominan *baloncesto*¹⁷.

Objetivos del básquet

La finalidad en el baloncesto es introducir el balón en el aro del contrario tantas veces como sea posible. Para cumplir esta finalidad, los jugadores tienen que pasarse el balón unos a otros, driblarla y tirarla al aro, utilizando para ello formas especiales de desplazamiento.

El otro equipo, el que está a la defensiva, trata de impedir que esto suceda. Ambos objetivos o finalidades se logran a través de la ejecución, por parte de los jugadores, de una serie de movimientos dentro de la cancha.

¹⁷ ALDERETE, J.L., y OSMA, J.J. (2008): "Baloncesto, Técnica individual defensiva". Gymnos Editorial. Madrid.

Los principales movimientos que se realizan se denominan elementos o fundamentos, los cuales cuando interactúan en conjunto o relacionados entre sí en determinadas situaciones concretas dan lugar a las acciones de los jugadores. Estas acciones pueden realizarse, tanto en una acción ofensiva, como en una acción defensiva, es por ello que los jugadores necesitan tener un dominio, en igual medida, de la técnica ofensiva y de la técnica defensiva para lograr el éxito en la práctica de este deporte.

Reglamento

El partido comienza cuando el árbitro lanza la pelota al aire en el círculo central donde los pivots saltan e intentan golpear la pelota con sus manos y pasársela a sus compañeros. El equipo que consigue la pelota trata de avanzar hacia la canasta defendida por sus oponentes para encestar y conseguir dos o tres puntos, dependiendo de la distancia donde lance el balón el jugador. Un jugador puede hacer avanzar la pelota pasándosela a un compañero o correr con ella a lo largo de la pista botándola y esquivando a los jugadores contrarios. Cuando se logra una canasta, el equipo contrario pone la pelota en juego desde detrás de su línea de fondo y trata de mover la pelota hacia delante para anotar¹⁸

- a) Los pasos: progresión ilegal de más de dos pasos del jugador que retiene el balón entre sus manos.
- b) Los dobles: un jugador que ha botado el balón lo coge con ambas manos y vuelve a driblar incurre en esta violación.
- c) Los tres segundos: un jugador atacante no puede estar en el interior de su área de ataque más de tres segundos seguidos sin el balón en las manos.
- d) Los cinco segundos: el jugador que saca de banda o de fondo tiene 5 segundos para pasar el balón.

¹⁸ Manual de Educación Física y Deportes – Técnicas y actividades prácticas (Grupo Océano) pág. 326.

- e) Los 10 segundos: el equipo atacante está obligado a llevar el balón al campo de ataque en el tiempo máximo de 10 segundos.
- f) Campo atrás o doble cancha: cuando el equipo que se halla en posesión del balón en su campo de ataque realiza un pase a su campo defensivo.

Metodología de la enseñanza del básquet

La metodología de la enseñanza del baloncesto como la de muchos deportes colectivos, está influenciada en gran medida por la metodología de la enseñanza que postulan las teorías tradicionales de marcada concepción conductista, promoviendo una enseñanza descontextualizada de las características del juego motor.

La experiencia recabada, luego de haber practicado innumerables horas de entrenamiento en diferentes clubes, colegios y universidades en el ámbito local, y de haber profundizado el conocimiento científico de las tendencias modernas en cuanto a la pedagogía del entrenamiento bajo una teoría constructivista del aprendizaje, cabe como decisión firme centrar la visión en la problemática de la enseñanza de las técnicas y tácticas deportivas en edades fluctuantes entre 17 y 24 años, que corresponde a la incursión universitaria y su relación posterior con la efectividad en el rendimiento del juego en equipo.

La pedagogía deportiva se ha construido a partir de la reproducción de modelos técnicos basados en la práctica de alto nivel. Estas técnicas destacadas lograron marcar estilos y estilos según los deportistas que alcanzaron reconocimiento y fama por su desempeño, además se constituyeron en referentes deportivos por alcanzar campeonatos de alto prestigio en el deporte élite.

La concepción moderna de la enseñanza de los deportes va contra la corriente tradicional de la enseñanza mecanizada y aburrida de las técnicas deportivas donde el jugador pierde gran capacidad de crear juego. Por lo tanto, se pretende

con este trabajo investigativo consolidar un nuevo enfoque metodológico en la enseñanza y práctica del baloncesto.

Destrezas y habilidades

Los conceptos de Habilidad y Destreza han sido ampliamente tratados, por diversos autores en el campo de la Educación Física y el Deporte; sin embargo, aún no se ha logrado llegar a un acuerdo que defina absolutamente las fronteras que diferencien los dos términos.

Las habilidades motoras son las actividades motoras, las habilidades generales, que asientan las bases de actividades motoras más avanzadas y específicas, como son las deportivas. Correr, saltar, lanzar, coger, dar patadas a un balón, escalar, saltar a la cuerda y correr a gran velocidad son ejemplos típicos de las consideradas actividades motoras generales, incluidas en la categoría de habilidades básicas.¹⁹

Después de un breve paso por la literatura que se ha ocupado por profundizar en el estudio de los fundamentos teóricos de estos dos elementos, se puede ver que se mantiene una confusión en la que se manifiestan dos posiciones opuestas. En la primera, algunos teóricos se deciden por definir los conceptos de Habilidad y Destreza por medio de la identificación de las diferencias que existen entre ellas, mientras que en la segunda, los autores les atribuyen el mismo significado, dándoles un tratamiento de sinónimos²⁰.

Habilidades del básquet

d. Velocidad: La velocidad en este deporte es fundamental ya que sin ella no podrás hacer nada ya que por ello se llama el deporte ráfaga.

¹⁹ <http://www.monografias.com/trabajos/habimotribas/habimotribas.shtml#ixzz3SIRkNHjl>

²⁰ Defontaine, J.: (2009). *"Manual de reeducación psicomotriz (Tercer año)"*. Editorial Médica y Técnica S.A.

Hoy en día la velocidad a la que se desarrolla el baloncesto es cada vez mayor; esto es debido a la constante evolución del baloncesto hacia un modelo competitivo donde las distintas cualidades físicas tienen una superior predominancia. Durante un partido la velocidad a la que un jugador es capaz de realizar un gesto técnico, de moverse o de tomar una decisión, va a marcar el resultado final en su enfrentamiento con su oponente.

Estas acciones relacionadas con la velocidad van a ser en muchos casos las que discriminen el nivel del jugador y su rendimiento en la cancha, ya que son las acciones decisivas en el juego; como pueden ser un robo, un contraataque, una salida o un lanzamiento,

Resulta muy importante tener en cuenta que todo parte de un correcto trabajo de la velocidad en los jugadores de baloncesto y sobre todo si somos capaces de realizar este trabajo lo más específico posible. Por ello el entrenamiento integrado o el trabajo de la velocidad en la cancha con ejercicios propios del baloncesto marcará la diferencia en el rendimiento final de los distintos jugadores.(Vaquera, 2005).

Podemos dividir la velocidad en tres tipos diferentes, teniendo en cuenta que el objetivo es conseguir que los deportistas consigan una mayor y mejor velocidad de juego (Lorenzo y Mundina, 2000).

Velocidad de juego que vendrá determinada por diferentes aspectos como el más alto o más bajo dominio técnico, la mayor o menor capacidad para la percepción y distintos aspectos decisionales; aplicados en el momento y lugar apropiado.

Los tipos de velocidad a los que se ha hecho referencia serían: (Vaquera, 2000)

- Velocidad de Reacción.
- Velocidad Gestual.

- Velocidad de Desplazamiento.

e. **Rebotes:** Es lo más importante ya que si no rebotean bien los postes se pierde un juego a esta característica se la puede llamar también salto vertical.

La esencia del juego de baloncesto es una permanente lucha por obtener el balón o sencillamente no perderlo, para ello es necesario que cada jugador esté atento y preparado en todo momento para actuar eficientemente en cada situación.

En un partido los lanzamientos no convertidos son bastantes, al punto tal que un equipo con un buen promedio, falla aproximadamente el 55% de los lanzamientos de cancha y el 30% de los tiros libres. Por esta razón es comprensible que el rebote sea considerado otro aspecto de estudio aparte del baloncesto. Cabe destacar que los promedios antes mencionados aumentan en la medida en que en la categoría son inferiores.

6. Estructura de la estrategia aplicada

Métodos

Dentro de la presente investigación se empleará el método lógico, consistente en el método deductivo – inductivo. Así como también sintético y estadístico. Sintético por cuanto se realizará investigación de campo en el lugar de los hechos y estadístico por cuanto se harán representaciones estadísticas una vez tabulados los resultados.

Técnicas

Es fundamental que se acuda a fuentes de información primaria y secundaria. En las primarias cuando exista la necesidad de aplicar encuestas (Estudiantes), entrevista (Docente y directora) o ficha de observación (Estudiantes). En las fuentes secundarias, se tomará la investigación bibliográfica, recogida a través de: Libros, o Internet, etc.

Es por esta razón que las técnicas que se utilizaron en este proceso investigativo fueron encuestas dirigidas a los estudiantes.

La entrevista a los docentes y directora del plantel educativa.

La observación aplicada a los estudiantes.

7. Diseño Organizacional

Actividades	Responsable	Participantes	Recursos	Resultados
Talleres de capacitación	Investigadora	Docentes	Copias Folletos Internet	Participación de los docentes
Indicaciones para los docentes	Investigadora	Docentes	Folletos Papelógrafo Libros Internet	Participación activa de los docentes
Comentarios sobre los temas a exponer	Investigadora	Docentes	Folletos Papelógrafo Libros Internet	Participación activa de los docentes
Trabajos grupales de los participantes	Investigadora	Docentes	Folletos Papelógrafo Libros Internet	Participación activa de los docentes
Evaluación de los talleres	Investigadora	Docentes	Folletos Papelógrafo Libros Internet	Participación activa de los docentes
Conclusiones y compromisos	Investigadora	Docentes	Folletos Papelógrafo Libros Internet	Participación activa de los docentes

FOTOS DE LAS JORNADAS DE ENSEÑANZA DEL BÁSQUET



Indicaciones previas a la actividad del Básquet, junto a la colaboración del Docente de Educación Física de la Institución Educativa.



Ejercicio de drible con el balón con ambas mano; esto ayuda a que el estudiante aprenda a tener el dominio exacto con el mismo en actividades competitivas.



Lanzamiento del balón hacia arriba y a larga distancia; esta actividad ayuda a tener seguridad en casos como el pase de béisbol en un contraataque en el juego competitivo.



Lanzando la pelota a encestar de forma precisa y que descienda a través de una de las dos cestas o canastas suspendidas por encima de sus cabezas en cada extremo de la pista; esto fortalece la seguridad en momentos decisivos como al anotar en la competencia.



Pase del balón entre las piernas, esta actividad es básica e importante, ya que es crucial en casos de desplazamiento ya que permite burlar la marca del jugador del equipo contrario en la actividad competitiva.



Ejercicios abdominales con el balón, esta actividad ayudada a fortalecer el estiramiento y a obtener un abdomen fuerte y resistente.



Drible del balón a corta distancia del suelo con ambas manos a los dos costados del cuerpo, izquierdo y derecho; esto ayuda a el dominio del balón.



Pase de pecho y de pique en el suelo, esta actividad es fundamental en el aprendizaje del básquet; ya que en la actividad competitiva el jugador siempre la realiza a cada instante.