



unl

Universidad
Nacional
de Loja

Universidad Nacional de Loja

Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación
Carrera de Pedagogía De La Actividad Física Y Deporte

**La coordinación dinámica general, las habilidades motrices básicas y su
incidencia en la enseñanza del minibasket 10-11 años club Época, 2023.**

**Trabajo de Integración Curricular,
previo a la obtención del título de
Licenciado en Pedagogía de la
Actividad Física y Deporte.**

AUTOR:

Pablo Eduardo Paz Jara

DIRECTOR:

Dr. Milton Eduardo Mejía Balcázar Mg.S.

Loja – Ecuador

2024

Certificación

Loja, 21 de octubre del 2024

Dr. Milton Eduardo Mejía Balcázar Mg.S.

DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICO:

Que he revisado y orientado todo proceso de elaboración del Trabajo de Integración Curricular denominado: **La coordinación dinámica general, las habilidades motrices básicas y su incidencia en la enseñanza del minibasket 10-11 años club época, 2023**, previo a la obtención del título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, de la autoría del estudiante **Pablo Eduardo Paz Jara** con **cedula de Identidad Nro. 1105655409**, una vez que el trabajo cumple con todos los requisitos exigidos por la Universidad Nacional de Loja para el efecto, autorizo la presentación del mismo para su respectiva sustentación y defensa.

Dr. Milton Eduardo Mejía Balcázar Mg.S.

DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Autoría

Yo, **Pablo Eduardo Paz Jara**, declaro ser autor del presente trabajo de integración curricular o de titulación y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos y acciones legales, por el contenido del mismo. Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja la publicación de mí del trabajo de integración curricular o de titulación en el Repositorio Digital Institucional – Biblioteca Virtual.

Firma:



Cédula de Identidad: 1105655409

Fecha: 21 de octubre del 2024

Correo electrónico: pablo.e.paz@unl.edu.ec

Celular: 0992904215

Carta de autorización por parte del autor para la consulta de producción parcial o total, y publicación electrónica de texto completo.

Yo, **Pablo Eduardo Paz Jara**, declaro ser autor del trabajo de integración curricular: **La coordinación dinámica general, las habilidades motrices básicas y su incidencia en la enseñanza del minibasket 10-11 años del club Época, 2023**, como requisito para optar el título de **Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, autorizo al sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional, en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del trabajo de integración curricular o de titulación que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los veintiún días del mes de octubre del dos mil veinticuatro.

Firma:



Autor: Pablo Eduardo Paz Jara

Cédula: 1105655409

Dirección: Malacatos_Loja_Ecuador.

Correo electrónico: pablo.e.paz@unl.edu.ec

Celular: 0992904215

DATOS COPLEMENTARIOS:

Director del trabajo de integración curricular: Dr. Milton Eduardo Mejía Balcázar Mg.S.

Dedicatoria

El presente Trabajo de Integración Curricular dedico: Con todo mi afecto a mis padres Adán Paz, Isabel Jara a mis hermanos y hermanas por su amor y apoyo incondicional por ser mi fuente de inspiración en todo momento. Gracias por creer en mí y por enseñarme el valor de la perseverancia y la dedicación.

A mis amigos mis: Bryan, Robinson, Madelyne, Yordy y Fernando por su amistad incondicional, por su apoyo en los momentos difíciles y por compartir conmigo la alegría de los logros. Gracias por estar siempre ahí.

A mis profesores Ramiro, Edwin, Giraldo, Luis, José, Milton Mejía por su invaluable guía, por compartir sus conocimientos y por motivarme a siempre dar lo mejor de mí. Gracias por su paciencia y por creer en mi potencial.

A Irania, mi motivación, mi confidente, mi compañera de experiencias inolvidables gracias por tu apoyo incondicional, por tu paciencia infinita.

A todos aquellos que han contribuido de alguna manera a la realización de este trabajo, gracias por su apoyo, por su colaboración y por sus palabras de aliento.

Esta tesis es un reflejo del esfuerzo y la dedicación de muchas personas. A todos ustedes, les dedico este logro con profunda gratitud.

Pablo Eduardo Paz Jara

Agradecimiento

A la Universidad Nacional de Loja, por permitirme tener una formación profesional en el área de la Pedagogía de la Actividad Física y Deporte. A la Facultad de Educación, el Arte y la Comunicación, por su compromiso con la excelencia académica y por haberme brindado los conocimientos y las habilidades necesarios para realizar este trabajo.

A mi director de Trabajo de Integración Curricular al, Dr. Millón Eduardo Mejía Balcázar por su invaluable apoyo, por su paciencia, por su dedicación y por su guía durante todo este proceso. Gracias por ser un mentor y un amigo.

Al Mg.S Ramiro Andrés Correa, quien ha estado presente a lo largo de este trabajo proporcionando su valiosa experiencia y conocimientos.

A la Club formativo Época, dirigida por el Mg.S Gerardo Morocho, por haberme permitido realizar mi trabajo de campo en su Club. Me gustaría expresar mi gratitud al Mg.S Gerardo Morocho por su ayuda y respaldo en la realización de las actividades con los deportistas.

Finalmente, quiero plasmar mi gratitud a los deportistas del club Época, por su dedicación y participación en las actividades realizadas durante el trabajo de campo. Este trabajo no hubiera sido posible sin su ayuda y colaboración.

Índice de tabla de contenidos

Portada.....	i
Certificación.....	ii
Autoría.....	iii
Carta de autorización	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento	vi
Índice de tabla de contenidos.....	vii
Indice de tablas:	ix
Indice de figuras:	xi
Índice de anexos:	xiii
1.Título.....	1
2.Resumen.....	2
Abstract	3
3.Introducción	4
4.Marco teórico	6
4.1.Antecedentes de investigación.....	6
4.1.1La Coordinacion.....	7
4.1.2. Definición de coordinación.....	7
4.1.1. Tipos de coordinación	8
4.2. Coordinación dinámica general	9
4.2.1 Definición de coordinación dinámica general	9
4.2.3 Factores que intervienen en la coordinación dinámica general.	10
4.3. Capacidades coordinativas.	11
4.3.1. Definición de capacidades coordinativas	11
4.3.2. Características de capacidades coordinativas.	12
4.3.3. Clasificación de capacidades coordinativas especiales.	13
4.4. Habilidades motrices básicas.....	15
4.4.1. Definición de habilidades motrices básicas	15
4.4.2. Evolución	16
4.4.3 Clasificación de habilidades motrices	18
4.5. Minibasket.	19
4.5.1. Definición	19
4.5.2. Historia	20

4.5.6. Fundamentos básicos del minibasquet	21
4.5.7 Posiciones y desplazamientos	21
4.5.8 Dominio del balón	22
4.5.9 Drible	23
4.5.9 Lanzamiento y tiro	24
4.5.10 El Pase	25
4.5.11 Recepciones.	25
4.5.12 Pivote.....	26
4.5.13 Entradas	26
5. Metodología.....	28
5.1 Área de estudio	28
5.1.1 Escenario	28
5.2. Procedimiento	29
5.2.1. Enfoque de la investigación.....	29
5.2.2. Alcance de investigación	29
5.2.3. Diseño de investigación.....	29
5.3 Métodos	29
5.4 Técnicas de investigación.....	30
5.5. Instrumentos de investigación.....	31
5.6 Población y muestra	31
5.6.1 Tipo de muestreo.....	32
5.6.2 Criterios de inclusión.....	32
5.6.3 Criterios de exclusión.....	32
5.6.4 Los criterios de selección para determinar la muestra fueron los siguientes.....	32
5.6.5. Procesamiento y análisis de los datos obtenidos.....	33
5.6.6 Proceso para el desarrollo de propuesta alternativa.....	33
6. Resultados.....	40
7. Discusión.....	95
8. Conclusiones.....	100
9. Recomendaciones	101
10. Bibliografía.....	102
11. Anexos.....	105

Índice de tablas:

Tabla 1. Población y muestra del presente proyecto	32
Tabla 2. Numero de deportistas del club formativo Época en edades 10-11 años.....	32
Tabla 3. Proceso para el desarrollo de la propuesta de intervención.....	35
Tabla 5. Test de equilibrio dinámico	41
Tabla 6. Test de Equilibrio estático	43
Tabla 7. Test de Ritmo.....	44
Tabla 8. Test de orientación temporo espacial	45
Tabla 9. Test de coordinación dinámica general	46
Tabla 10. Test de la habilidad de correr.....	47
Tabla 11. Test de habilidad de lanzar	48
Tabla 12. Test de la habilidad de saltar.....	49
Tabla 13. Test de salto en longitud.....	51
Tabla 14. Test de salto monopodales.....	52
Tabla. 15 Test de pase pecho fase de preparación.....	53
Tabla 16. Test de fase de ejecución del pase de pecho.....	54
Tabla 18. Test de pase pecho.....	57
Tabla 19. Test de fase de preparación del pase por sobre la cabeza.....	58
Tabla 20. Test fase de ejecución del pase por sobre la cabeza.....	59
Tabla 21. Test de fase de seguimiento del pase por sobre la cabeza	61
Tabla 22. Test de pase por sobre la cabeza	62
Tabla 23. Test de fase de preparación del pase béisbol brazo izquierdo	63
Tabla 24. Test fase de ejecución pase de béisbol brazo izquierdo	65
Tabla 26. Test de pase de béisbol brazo izquierdo	67
Tabla 27. Test de fase de preparación del pase de béisbol brazo derecho	69
Tabla 28. Test de fase de ejecución del pase de béisbol brazo derecho	70
Tabla 29. Test de fase de seguimiento de pase béisbol brazo derecho	71
Tabla 30. Test de pase béisbol brazo derecho	73
Tabla 32. Test de dribling de protección mano izquierda.....	74
Tabla 33. Test de dribling protección mano derecha.....	75
Tabla 34. Test de dribling de protección técnica total.....	77
Tabla 35. Test de dribling de velocidad mano izquierda	78
Tabla. 37 Test de dribling de velocidad técnica total	80

Tabla 38. Test de fase de preparación del tiro básico	82
Tabla 39. Test fase de ejecución tiro a canasta básico.....	83
Tabla 39. Test Fase de Seguimiento del tiro básico	85
Tabla 40. Test de tiro básico técnica total.....	87
Tabla 42. Test de fase de ejecución del tiro a la canasta después del dribling	90
Tabla 43. Test fase de seguimiento del tiro a la canasta después del dribling	91
Tabla 44. Test de tiro a la canasta después del dribling.....	93

Índice de figuras:

Figura 1 Capacidades coordinativas	14
Figura 2. Croquis del club formativo Época	28
Figura 3: Edad y género de la muestra obtenida	41
Figura 4: Barra de equilibrio	42
Figura 5: Equilibrio Flamenco	43
Figura 6: Ritmo.....	44
Figura 7: orientación tempore espacial.....	45
Figura 8: Coordinación dinámica general	46
Figura 9: Habilidad de correr	47
Figura 10: habilidad de lanzar	48
Figura 11: Salto Vertical.	50
Figura 12: Salto en longitud.	51
Figura 13: Salto en longitud.	52
Figura 14: Fase de Preparación del pase de pecho.	53
Figura 15: Fase de ejecución del pase de pecho.	55
Figura 16: Pase de pecho.....	57
Figura 17: fase de preparación del pase por sobre la cabeza	58
Figura 18: fase de ejecución del pase por sobre la cabeza.	60
Figura 19: fase de seguimiento del pase por sobre la cabeza.....	61
Figura 20: pase por sobre la cabeza.	62
Figura 21: fase de preparación del pase béisbol brazo izquierdo	64
Figura 22: fase de preparación del pase béisbol brazo izquierdo	65
Figura 23: fase de seguimiento pase de béisbol brazo izquierdo	66
Figura 24: pase de béisbol brazo izquierdo	68
Figura 25: fase de preparación del pase de béisbol brazo derecho.....	69
Figura 26: fase de ejecución del pase de béisbol brazo derecho	70
Figura 27: fase de seguimiento de pase béisbol brazo derecho.....	72
Figura 28: pase béisbol brazo derecho.....	73
Figura 29: dribling de protección mano izquierda.....	74
Figura 30: dribling protección mano derecha	76
Figura 31: dribling de protección técnica total.....	77
Figura 32: dribling de velocidad mano izquierda.....	78

Figura 33: dribling de velocidad mano derecha.	79
Figura 34: dribling de velocidad técnica total.	81
Figura 35: fase de preparación del tiro básico.	82
Figura 36: fase de ejecución del tiro a canasta básico.	84
Figura 37: fase de seguimiento de tiro básico.	85
Figura 38: Tiro básico técnica total.	87
Figura 39: Tiro a canasta después del dribling	89
Figura 40: fase de ejecución del tiro a la canasta después del dribling	90
Figura 41: fase de seguimiento del tiro a la canasta después del dribling	92
Figura 42: tiro a la canasta después del dribling	93

Índice de anexos:

Anexo 1. Oficio de apertura a la institución.	105
Anexo 2. Informe de estructura coherencia y pertinencia del trabajo de integración curricular.....	106
Anexo 3. Oficio de aprobación y designación del director del trabajo de integración curricular.....	107
Anexo 4. Test... ..	108
Anexo 5. Evidencias Fotográficas	132
Anexo 6. Propuesta alternativa.....	133
Anexo 7. Anteproyecto.....	134
Anexo 8. Certificado del resumen.	135

1. Título

La coordinación dinámica general, las habilidades motrices básicas y su incidencia en la enseñanza del minibasket 10-11 años del club Época, 2023.

2. Resumen

El presente trabajo de integración tuvo el objetivo de determinar el nivel de incidencia de la coordinación dinámica general y las habilidades motrices básicas en los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años del club formativo época periodo 2023. El enfoque fue mixto cuali cuantitativo, estudio descriptivo, diseño pre experimental. Del mismo modo, se utilizó los métodos, científico, analítico sintético, estadístico, inductivo deductivo, descriptivo. Los resultados encontrados en el pre test el 64% de los niños se encontraban en un nivel regular de coordinación dinámica general mientras el 36% se encontraba en un nivel bien. De igual manera, las habilidades motrices básicas en la habilidad de saltar, el 43% de los niños se encontraba en un nivel regular, el 43% en un nivel bien y el 14% en un nivel muy bien. Los resultados del pre-test confirmaron la necesidad de implementar una propuesta alternativa con una duración de 8 semanas que tuvieron como finalidad mejorar la coordinación dinámica general y las habilidades motrices básicas para fortalecer los fundamentos del minibasket en los niños del Club Época. Luego de la aplicación de la propuesta en los resultados de post-test, se evidenció una mejora significativa en la coordinación dinámica general. En el post test, estos porcentajes cambian, con el 62% de los deportistas se encontraron en nivel bien, y el 38% en nivel muy bien. En cuanto a las habilidades motrices básicas mostraron una mejora notable, con un 57% de los niños en el nivel bien y un 43% en el nivel muy bien. En conclusión, se resaltan la efectividad de la propuesta implementada para mejorar la coordinación dinámica general, habilidades motrices básicas de los niños del Club Época.

Palabras clave: *coordinación dinámica general, habilidades motrices básicas, minibasket.*

Abstract

The present integration work aimed to determine the level of incidence of general dynamic coordination and basic motor skills in the fundamental aspects of minibasketball for 10-11-year-old children at the Época formative club during the 2023 period. The approach was mixed, combining qualitative and quantitative methods with a descriptive study and a pre-experimental design. Likewise, scientific, analytical-synthetic, statistical, inductive-deductive, and descriptive methods were used. The results from the pre-test showed that 64% of the children were at a regular level of general dynamic coordination, while 36% were at a good level. Similarly, regarding the basic motor skill of jumping, 43% of the children were at a regular level, 43% at a good level, and 14% at a very good level. The pre-test results confirmed the need to implement an alternative proposal lasting 8 weeks, aimed at improving general dynamic coordination and basic motor skills to strengthen the minibasketball fundamentals in the children of Club Época. After applying the proposal, the post-test results showed a significant improvement in general dynamic coordination. In the post-test, these percentages shifted, with 62% of the athletes at a good level and 38% at a very good level. Regarding basic motor skills, there was a notable improvement, with 57% of the children at a good level and 43% at a very good level. In conclusion, the effectiveness of the implemented proposal in improving general dynamic coordination and basic motor skills in the children of Club Época is highlighted.

Keywords: *general dynamic coordination, basic motor skills, minibasketball.*

3. Introducción

La coordinación dinámica general y las habilidades motrices básicas son pilares fundamentales en el desarrollo motor de los deportistas, especialmente durante la etapa de iniciación deportiva. En el contexto del minibasket, estas habilidades y capacidades se tornan aún más relevantes, ya que son esenciales para la correcta ejecución de los fundamentos básicos del minibasket.

La importancia de este estudio radica en la necesidad de mejorar la capacidad de coordinación dinámica general y habilidades motrices básicas, estas influyen en la enseñanza del minibasket. A partir de este conocimiento, se podrán desarrollar estrategias de enseñanza más eficientes que permitan a los niños mejorar los fundamentos básicos y tener un mejor desempeño en el juego.

Esta investigación se relaciona con trabajos previos que han abordado la importancia de la coordinación dinámica general y habilidades motrices básicas en el desarrollo motor de los niños. Sin embargo, este estudio se diferencia en que se enfoca, específicamente en mejorar coordinación dinámica general y habilidades motrices básicas la cual incide en los fundamentos básicos del minibasket.

A partir de lo expuesto ha sido importante plantear la siguiente pregunta problema ¿Cómo influye la coordinación dinámica general, las habilidades motrices básicas en los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años del club formativo, Época, 2023? Esta sirvió para plantear el tema de investigación titulado: **La coordinación dinámica general, las habilidades motrices básicas y su incidencia en la enseñanza del minibasket 10-11 años club Época, 2023.**

De igual manera, es importante organizar la idea principal de la investigación especificando como objetivo general: Determinar el nivel de incidencia de la coordinación dinámica general y habilidades motrices básicas en los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años del club formativo época periodo 2023.

El trabajo de integración curricular se justifica en vista a la coordinación dinámica general. Varios autores han abordado la coordinación dinámica general desde diferentes perspectivas. Aapherd la entiende como movimientos que requieren un ajuste recíproco de todas las partes del cuerpo y que generalmente implican locomoción. Por otro lado, Le Boulch la describe como la interacción del buen funcionamiento del sistema nervioso central y la

musculatura durante el movimiento. Molina la define como acciones que involucran una gran cantidad de segmentos musculares, con desplazamiento corporal en uno o ambos sentidos y a diferentes velocidades. Según Contreras, refleja el adecuado funcionamiento entre el sistema nervioso central y la musculatura esquelética en movimiento, destacando una amplia participación muscular. Finalmente, Escobar la concibe como aquellos movimientos que requieren una acción conjunta de todas las partes del cuerpo, con la intervención de una gran cantidad de segmentos y músculos, así como de unidades neuromotoras (Arenas, 2018).

Por otra parte, las habilidades motrices representan actividades motoras fundamentales que sientan las bases para un desarrollo motor más sofisticado. Se identifican como tales, entre otras, las destrezas de movimiento, rebote, rotación, lanzamiento y captura, todas las cuales se entrelazan con la coordinación y estabilidad de los niños durante su participación en el mini baloncesto (Alvarado, 2018).

Como objetivos específicos: Diagnosticar el nivel de incidencia de la coordinación dinámica general las habilidades motrices básicas en los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años del club formativo época periodo 2023. Elaborar una propuesta metodológica para la enseñanza de la coordinación dinámica general y las habilidades motrices básicas en los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años del club formativo época periodo 2023. Aplicar la propuesta metodológica para la enseñanza de la coordinación dinámica general y habilidades motrices básicas en los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años del club formativo época periodo 2023. Evaluar la propuesta metodológica para la enseñanza de la coordinación dinámica general y habilidades motrices básicas en los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años del club formativo época periodo 2023.

El alcance de la investigación se limita a los niños del Club Época que participan en la categoría de 10 a 11 años durante el año 2023. Las limitaciones del estudio incluyen la pequeña muestra de participantes y la ausencia de un grupo control.

A pesar de estas limitaciones, se espera que la investigación aporte información valiosa sobre la importancia de coordinación dinámica general y las habilidades motrices básicas en la enseñanza del minibasket. Los resultados del estudio podrán ser utilizados para mejorar las estrategias de enseñanza y contribuir al desarrollo integral de los niños que practican este deporte.

4. Marco teórico

4.1. Antecedentes de investigación

A través de una extensa y minuciosa revisión de la literatura académica, incluyendo tesis publicaciones científicas, se ha allanado el camino para la elaboración y evaluación del presente estudio. A nivel global y local, se han identificado fuentes de relevancia significativa en este ámbito.

En la investigación titulada "Programa motor para mejorar la coordinación dinámica global y el equilibrio en niños de tres años" el objetivo primordial fue proponer un plan de acción que mejorara la coordinación dinámica global y el equilibrio en niños de 3 años. El enfoque adoptado fue de índole cuantitativa, respaldado por un diseño de investigación no experimental. Dentro de los hallazgos, se observó una mejora del 81% en los niños con dificultades en la ejecución de ejercicios de motricidad gruesa. Posteriormente, tras obtener resultados satisfactorios, el programa fue validado por expertos, quienes otorgaron una aprobación promedio del 86.05%. Por consiguiente, se concluye que el programa está listo para su aplicación en el contexto específico estudiado, así como en situaciones similares (Vasquez, 2021).

Basándonos en la investigación reciente llevada a cabo con el nombre "Efectos de la coordinación dinámica general en los pases básicos del baloncesto en los jugadores categoría sub-15 de la Academia Basadrina, Villa El Salvador, 2020", se estableció el objetivo general de determinar la influencia de la coordinación dinámica general en los pases básicos del baloncesto en jugadores de la categoría Sub-15 de dicha academia. El enfoque del estudio es de carácter básico, con un nivel explicativo y un diseño no experimental, enfocándose en el análisis de indicadores cuantitativos ordinales con una población de 32 jugadores de la categoría Sub-15 de la Academia Basadrina en Villa El Salvador. Tras el procesamiento y análisis de los datos, los resultados obtenidos indicaron que la coordinación dinámica general ejerce una influencia significativa en los pases básicos del baloncesto en los jugadores de la categoría Sub-15 de la Academia Basadrina (Aliaga, 2021).

De acuerdo con el estudio titulado "Estrategias del mini baloncesto en el desarrollo de las habilidades motrices básicas", el propósito central de la investigación se centró en la formulación de un enfoque destinado a fomentar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños de edades comprendidas entre 8 y 10 años pertenecientes a la comunidad de Montebello. Esta investigación se apoyó en una metodología de carácter descriptivo, con un

enfoque no experimental, y se respaldó en la utilización de métodos tanto teóricos como empíricos. A través de este enfoque, se logró con éxito la creación de una estrategia específica que demostró su capacidad para estimular el desarrollo de las habilidades motrices básicas en el grupo de niños participantes. Además, se validó la utilidad del mini baloncesto como un medio efectivo para fomentar el desarrollo de dichas habilidades motrices básicas en el entorno escolar (Alvarado et al, 2018).

4.1.1. La Coordinación

4.1.2 Definición de coordinación.

La coordinación se la puede conceptualizar como la capacidad innata del ser humano la cual permite realizar movimientos motores, armoniosos, rítmicos, elásticos de manera rápida, precisa, y ordenada. Para Schreiner (2002) define a la coordinación como “La acción combinada del sistema nervioso central y de la musculatura esquelética encaminada al desarrollo de un movimiento planificado” (p.5). Es decir, la coordinación permite ejecutar movimientos de manera sincronizada utilizando todos los músculos implicados en la ejecución del movimiento deseado.

Por otra parte, Cabrera (2019)

La coordinación se define como la capacidad física que relaciona y establece mutua dependencia entre el sistema nervioso y los diferentes grupos de músculos, por lo tanto, efectuar movimientos complejos de modo conveniente para que puedan realizarse con un mínimo de energía. Para poder realizar estos movimientos complejos se exige adaptación funcional, tiempo y entrenamiento. (p. 18)

De igual manera, la coordinación es una capacidad física que implica una interacción entre el sistema nervioso y los grupos musculares, lo que permite llevar a cabo varios movimientos complejos de manera eficiente y con un gasto mínimo de energía. Además, se enfatiza que, para lograr estos movimientos complejos, se requiere de adaptación funcional, tiempo y entrenamiento.

Por otra parte, comprensión de la coordinación al desglosarla en varias capacidades componentes, como el equilibrio, el ritmo, la orientación espacio-temporal, la reacción motora, la diferenciación kinestésica, la adaptación y transformación, y la combinación de movimientos. Es decir, destaca la naturaleza multidimensional de la coordinación, y subraya que no se trata de una única habilidad, sino de la interacción de diversas habilidades que

trabajan juntas para lograr movimientos coordinados. Según Mori (2008) “La coordinación está conformada por capacidad de equilibrio, capacidad de ritmo, capacidad de orientación espacio-temporal, capacidad de reacción motora, capacidad de diferenciación kinestésica, capacidad de adaptación y transformación y capacidad de combinación - de acoplamiento de los movimientos” (p.140).

La coordinación es un aspecto crucial en la realización de movimientos eficientes y precisos, y enfatizan la complejidad de esta capacidad al desglosarla en sus componentes clave estas definiciones son fundamentales para la comprensión de la importancia de la coordinación en contextos deportivos y de rendimiento físico.

4.1.3. Tipos de coordinación

Existen diversas taxonomías que la abordan dependiendo de factores como el segmento corporal utilizado, la complejidad de la tarea, tipo de población, motivación, aspectos cognitivos y psicológicos, etc.

Entre las diferentes clasificaciones sobre los tipos de coordinación se encuentra Coordinación gruesa: la necesaria para realizar movimientos amplios y generales. Coordinación fina: Es aquella coordinación que necesita de más precisión, por la delicadeza de sus movimientos. Coordinación segmentaria: la coordinación que necesita una parte de nuestro cuerpo. Coordinación dinámica general: regula los movimientos globales. Coordinación óculo-manual: La que se emplea por ejemplo en baloncesto, donde llevamos un móvil en las manos (Torres, 2005).

Cada una de estos tipos de coordinación juegan un papel importante en la vida del ser humano la coordinación gruesa se refiere a la capacidad de coordinar movimientos amplios y generales que implican grandes grupos musculares y movimientos más abarcadores, como correr, saltar o nadar. Por otra parte, la coordinación fina hace referencia a la habilidad de coordinar movimientos más precisos y delicados, que requieren un control más fino de los músculos, como escribir, pintar o coser. En cuanto, a coordinación segmentaria esta forma de coordinación implica la capacidad de coordinar movimientos que involucran sólo una parte específica del cuerpo, como girar la muñeca, mover los dedos o levantar el pie. De igual manera, coordinación dinámica general se refiere a la capacidad de coordinar movimientos globales del cuerpo en situaciones que requieren adaptación continua, como en la realización de actividades deportivas o actividades físicas complejas que implican cambios constantes en la postura y el movimiento. En fin, la coordinación óculo-manual se trata de la habilidad de

coordinar los movimientos de las manos y los ojos de manera precisa y eficiente, como en el caso de atrapar un objeto, lanzar una pelota o realizar actividades que requieren manipulación manual, como la escritura o la costura.

4.2. Coordinación dinámica general

4.2.1 Definición de coordinación dinámica general

La definición de coordinación dinámica general es un concepto muy amplio y variado varios estudiosos y autores han adoptado diversos enfoques para comprender y definir este concepto fundamental. A través de una revisión exhaustiva de la literatura existente, se ha revelado un panorama variado de interpretaciones que contribuyen significativamente a la comprensión de la complejidad y la importancia de la coordinación dinámica general en el contexto del movimiento humano.

Varios autores han abordado la coordinación dinámica general desde diferentes perspectivas. Aapherd la entiende como movimientos que requieren un ajuste recíproco de todas las partes del cuerpo y que generalmente implican locomoción. Por otro lado, Le Boulch la describe como la interacción del buen funcionamiento del sistema nervioso central y la musculatura durante el movimiento. Molina la define como acciones que involucran una gran cantidad de segmentos musculares, con desplazamiento corporal en uno o ambos sentidos y a diferentes velocidades. Según Contreras, refleja el adecuado funcionamiento entre el sistema nervioso central y la musculatura esquelética en movimiento, destacando una amplia participación muscular. Finalmente, Escobar la concibe como aquellos movimientos que requieren una acción conjunta de todas las partes del cuerpo, con la intervención de una gran cantidad de segmentos y músculos, así como de unidades neuromotoras (Arenas, 2018).

La coordinación dinámica general, considerada como un elemento crucial en la ejecución de movimientos complejos, ha sido conceptualizada de manera significativa por varios investigadores destacados. Aapherd la describe como una habilidad que requiere una interacción precisa entre todas las partes del cuerpo, haciendo hincapié en su relación con la locomoción. Por otro lado, Le Boulch enfatiza la importancia de la interacción armoniosa entre el sistema nervioso central y la musculatura durante el proceso de movimiento. De manera similar, Molina la conceptualiza como un conjunto de acciones que involucran múltiples segmentos musculares, subrayando su papel en el desplazamiento corporal en diferentes direcciones y velocidades. Contreras, por su parte, la interpreta como un reflejo directo de la cooperación efectiva entre el sistema nervioso central y la musculatura

esquelética en movimiento, subrayando la participación extensa de varios grupos musculares. Finalmente, Escobar la define como una serie de movimientos que requieren la acción coordinada de diversas partes del cuerpo, con la participación simultánea de múltiples segmentos y músculos, así como unidades neuromotoras.

Todos estos autores coinciden en que la coordinación dinámica general es esencial para la ejecución eficiente de movimientos complejos y que implica la interacción precisa entre todas las partes del cuerpo, la armonía entre el sistema nervioso central y la musculatura, así como la participación extensa de múltiples grupos musculares y segmentos del cuerpo.

4.2.3 Factores que intervienen en la coordinación dinámica general.

La comprensión de los factores que influyen en la coordinación dinámica general ha sido objeto de estudio en diversas disciplinas, incluyendo la genética, la fisiología y la psicología. En este sentido, la herencia, la edad, el grado de fatiga, la tensión nerviosa y la condición física han emergido como elementos clave para comprender la complejidad de este proceso motor esencial.

Herencia se define como la transmisión de características anatómicas, fisiológicas u otras de un ser vivo a sus descendientes a través del material genético contenido en el núcleo celular. Además, se destaca que la edad se refiere al tiempo transcurrido desde el nacimiento de un individuo, lo que tiene un impacto en la elasticidad de los tendones y la flexibilidad. El grado de fatiga, definido como la falta generalizada de fuerzas después de realizar un trabajo intenso, afecta la coordinación dinámica general al disminuir las cualidades físicas necesarias. La tensión nerviosa, un estado de desequilibrio leve del sistema nervioso con trastornos psíquicos y orgánicos, también puede influir negativamente en la coordinación. Por último, la condición física se describe como la capacidad de realizar un trabajo diario con vigor y eficacia, lo que puede impactar significativamente en la ejecución de tareas físicas (Gómez, 2018).

La herencia, entendida como la transmisión de características biológicas de generación en generación, desempeña un papel fundamental en la determinación de la predisposición genética hacia ciertas capacidades coordinativas. Por otro lado, la edad, marcada por el transcurso del tiempo desde el nacimiento, está estrechamente asociada con cambios fisiológicos, como la disminución de la elasticidad de los tendones y la flexibilidad, lo que puede impactar directamente en la ejecución de movimientos coordinados.

Además, el grado de fatiga, caracterizado por la disminución generalizada de la energía después de un esfuerzo físico intenso, presenta una influencia negativa en la coordinación dinámica general al comprometer las capacidades físicas requeridas para su ejecución. La tensión nerviosa, representada por un estado de desequilibrio leve en el sistema nervioso con implicaciones psicológicas y orgánicas, también puede tener efectos perjudiciales en la coordinación, interfiriendo con la eficaz transmisión de señales nerviosas necesarias para un movimiento coordinado.

Por último, la condición física, definida como la capacidad de realizar tareas diarias con vitalidad y eficiencia, juega un papel crucial en el mantenimiento de un rendimiento coordinativo óptimo. Esta condición física adecuada está estrechamente ligada a la capacidad de mantener un equilibrio muscular y una fuerza suficiente para la ejecución de movimientos coordinados de manera efectiva.

En fin, los diversos factores interrelacionados que influyen en la coordinación dinámica general, estableciendo así una base sólida para futuras investigaciones y aplicaciones prácticas en el campo de la ciencia del movimiento y la salud.

4.3. Capacidades coordinativas.

4.3.1. Definición de capacidades coordinativas

Capacidades coordinativas se las define como las habilidades conscientemente aplicadas en la dirección de los movimientos que sustentan los fundamentos del baloncesto estas capacidades se clasifican en tres categorías distintas: generales o básicas, especiales y complejas las capacidades sensomotrices generales o básicas constituyen los cimientos fundamentales para la ejecución eficaz de las acciones técnicas, sentando las bases para el desarrollo de habilidades más complejas. Según Peña (2018) capacidades coordinativas son “Son aquellas capacidades sensomotrices que son aplicadas conscientemente en la dirección de los movimientos de las acciones motrices de los fundamentos técnicos del baloncesto con finalidad específica, clasificándose en Generales o básicas, Especiales y Complejas” (p. 11).

En contraste, las capacidades sensomotrices especiales se refieren a habilidades más específicas y especializadas que se requieren para el dominio de movimientos particulares y situaciones específicas en el juego de baloncesto. Por otro lado, Peña (2018) “Se entiende por estas a la interacción armónica (ordenamiento y organización), y en lo posible económica, del

sistema motor y sensorial con el fin de producir acciones precisas y equilibradas, orientadas hacia un objetivo determinado y adaptadas a las situaciones” (p, 64.).

Finalmente, las capacidades sensomotrices complejas representan la integración y aplicación avanzada de habilidades tanto generales como especiales en situaciones de juego altamente dinámicas y desafiantes.

4.3.2. Características de capacidades coordinativas.

La comprensión y el desarrollo de las capacidades coordinativas son esenciales para el rendimiento deportivo y la educación física. Diversos autores han abordado este tema desde una variedad de puntos de vista, aportando nuevas perspectivas que ayudan a construir una comprensión más completa de la coordinación motriz. En este contexto, Pérez proporciona un análisis detallado de las características y el desarrollo de estas habilidades, destacando elementos importantes que influyen en su desarrollo.

Según: (Perez, 1995) “La coordinación se transmite desde un punto de vista sensitivo motriz en dos direcciones:

- De arriba hacia abajo: las regiones cercanas al cerebro coordinan antes que las lejanas del cerebro (desarrollo encefalocaudal).
- De adentro hacia fuera: los movimientos del brazo se coordinan antes que los movimientos de la mano (desarrollo próximo distal).
- La alta plasticidad del córtex cerebral permite a edades tempranas, un marcado desarrollo de las capacidades coordinativas; nunca es demasiado pronto para comenzar su entrenamiento.
- Las capacidades coordinativas tienen un desarrollo marcado casi exclusivamente en la fase prepuberal y, en particular entre los 6 y 12 años.
- En las capacidades coordinativas se puede dar una cierta capacidad de entrenamiento general hasta los 12-13 años, a continuación, el estímulo tiene que ser altamente específico.
- La evolución de las capacidades coordinativas no muestra diferencias significativas entre hombres y mujeres.
- El entrenamiento de la coordinación debe ser organizado y desarrollado con un enfoque multilateral y polivalente.

- El desarrollo y la calidad de las capacidades coordinativas se ven limitado por el repertorio gestual y la experiencia motriz del niño.
- En general, el nivel de las capacidades coordinativas es proporcional al número de situaciones en las cuales el individuo se ha encontrado.
- Las capacidades coordinativas componen la base de lo que los especialistas denominan inteligencia motriz.
- El nivel de las capacidades coordinativas va a estar determinado en gran medida por la eficiencia y eficacia del trabajo de los analizadores implicados en la captación y tratamiento de la información”

En síntesis, las características de las habilidades coordinativas descritas por el autor destacan la importancia de su desarrollo temprano, la variedad de estímulos que recibe durante su entrenamiento y su conexión con la inteligencia motriz, lo que demuestra la complejidad y la interdependencia de los aspectos sensibles y motores en la coordinación humana.

4.3.3. Clasificación de capacidades coordinativas especiales.

La clasificación de las capacidades coordinativas especiales constituye un elemento fundamental en el análisis del rendimiento deportivo, particularmente en el contexto del baloncesto. Estas capacidades son esenciales para regular y dirigir los movimientos en los gestos técnicos específicos de este deporte dinámico. Diversas propuestas de clasificación se han desarrollado para diferenciar y comprender mejor las distintas habilidades coordinativas involucradas. Entre estas propuestas, destaca una en particular que ha sido ampliamente aceptada por la comunidad deportiva, destacando su relevancia en el estudio de las capacidades coordinativas en el baloncesto. En este sentido, comprender y aplicar de manera efectiva esta clasificación es de suma importancia para optimizar el desempeño y el entrenamiento en este deporte.

Las capacidades coordinativas se pueden clasificar en coordinativas especiales, complejas y coordinativas generales, del mismo modo todas ellas logran regular y direccionar los diferentes movimientos en los gestos técnicos del baloncesto utilizados logrando un fin específico, varias son las propuestas de las clasificaciones que se utilizan para diversificar las diferentes capacidades coordinativas, siendo esta la más aceptada. (Peña, 2018)

Figura 1 Capacidades coordinativas

Capacidades coordinativas especiales	Capacidades coordinativas complejas	Capacidades coordinativas regulares
<ul style="list-style-type: none"> • Capacidad de orientación tempore espacial. • Capacidad de equilibrio. • Capacidad de ritmo. • Capacidad de reacción. • Capacidad de diferenciación • Capacidad de anticipación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Agilidad • Habilidad • Movilidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Regulación de los movimientos. • Adaptación y cambio motriz.

Nota: Clasificación de capacidades coordinativas especiales: [Imagen], Rodriguez, 2018. <https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/15049/1/T-ESPE-057965.pdf>

Capacidad de orientación tempo-espacial también conocida como Orientación espacial, percepción espacial, percepción temporal, es la capacidad para ubicarse en el espacio y el tiempo, y para desplazarse de manera eficiente en un entorno determinado.

Capacidad de Equilibrio conocido como coordinación motriz, control corporal es la capacidad para mantener el cuerpo en una posición estable, tanto en movimiento como en reposo.

Capacidad de Ritmo capacidad para percibir y reproducir patrones rítmicos, tanto auditivos como corporales.

Capacidad de Reacción capacidad de responder rápidamente a estímulos externos, como movimientos de un oponente o cambios en el entorno. La reacción rápida y precisa es importante en deportes como el tenis, el baloncesto y el boxeo.

Capacidad de Diferenciación capacidad de realizar movimientos precisos y coordinados que requieren control fino de los músculos.

Capacidad de Adaptación capacidad de ajustar y modificar los movimientos en respuesta a cambios en el entorno o en las condiciones de juego.

Cada una de de las capacidades específicas desempeñan un papel fundamental en la regulación y dirección de los movimientos asociados con los gestos técnicos empleados en el baloncesto, con el objetivo de alcanzar metas específicas dentro de este deporte. Este enfoque contribuye a la comprensión y mejora del rendimiento deportivo en esta disciplina, lo que subraya su importancia en la práctica y en la formación de los deportistas

4.4. Habilidades motrices básicas

4.4.1. Definición de habilidades motrices básicas

Las habilidades motrices o destrezas motrices se refieren a las capacidades esenciales que involucran movimientos físicos básicos y simples, que se adquieren en las primeras etapas de la vida estas capacidades incluyen actividades como correr, saltar, lanzar, atrapar, mantener el equilibrio, girar y manipular objetos, y se consideran fundamentales para el crecimiento físico, cognitivo y social de los niños la adquisición y el dominio de estas destrezas son esenciales para que los niños participen en actividades físicas y deportivas más desafiantes a medida que maduran.

Las habilidades motrices esenciales representan actividades motoras fundamentales que sientan las bases para un desarrollo motor más sofisticado. Se identifican como tales, entre otras, las destrezas de movimiento, rebote, rotación, lanzamiento y captura, todas las cuales se entrelazan con la coordinación y estabilidad de los niños durante su participación en el mini baloncesto (Alvarado, 2018).

Según las fuentes consultadas, las habilidades motoras fundamentales emergen no solo como resultado de la maduración biológica, sino también debido a la interacción activa del niño con su entorno. A partir del primer año de vida, el infante comienza a familiarizarse con su entorno, a comprender su cuerpo y a ejecutar sus primeras actividades motoras. Basándose en la coordinación de su propio cuerpo, el niño gradualmente expandirá su entorno, logrando así establecer una relación espacio-temporal (Roa et al., 2019).

En fin, se resalta la importancia de la interacción activa del niño con su entorno en el desarrollo de las habilidades motoras fundamentales, además de la influencia de la maduración biológica se enfatiza que, desde temprana edad, el niño se familiariza con su entorno y comienza a comprender su propio cuerpo, lo que le permite llevar a cabo actividades motoras iniciales. Se destaca también cómo, a través de la coordinación de su

cuerpo, el niño expande progresivamente su entorno, lo que le permite establecer una relación espacio-temporal.

4.4.2. Evolución

El proceso de desarrollo de las habilidades motrices en los niños abarca varias etapas clave, cada una con sus propias características y enfoques educativos específicos. Estas fases son fundamentales para cultivar una base sólida en la destreza física y el rendimiento atlético, lo que contribuye a una formación integral de los estudiantes desde las primeras etapas de su educación. El desarrollo de las habilidades motrices se lleva a cabo en los niños siguiendo las siguientes fases:

1ª fase (4-6 años)

- Desarrollo de las habilidades perceptivas a través de tareas motrices habituales.
- Desarrollo de capacidades perceptivas tanto del propio cuerpo como a nivel espacial y temporal.
- Las tareas habituales incluyen: caminar, tirar, empujar, correr, saltar.
- Se utilizan estrategias de exploración y descubrimiento.
- Se emplean juegos libres o de baja organización.
- Para el desarrollo de la lateralidad se emplean segmentos de uno y otro lado para que el alumno descubra y afirme su parte dominante.

2ª fase (7-9 años)

- Desarrollo de las habilidades y destrezas básicas mediante movimientos básicos que impliquen el dominio del propio cuerpo y el manejo de objetos.
- Estos movimientos básicos están referidos a desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones.
- En la actividad física se utiliza el componente lúdico-competitivo.
- Se busca el perfeccionamiento y una mayor complejidad de los movimientos de la etapa anterior.

- Se siguen estrategias de búsqueda fundamentalmente, pero a veces será necesaria la instrucción directa por parte del profesor para enseñar algunos movimientos complejos.

3ª fase (10-13 años)

- Se da una iniciación a las habilidades y tareas específicas que tienen un carácter lúdico-deportivo y se refieren a actividades deportivas o actividades expresivas.
- Se trabajan habilidades genéricas comunes a muchos deportes.
- Se inician habilidades específicas de cada deporte y técnicas para mejorar los gestos.

4ª fase (14-17)

- Esta fase se sale de nuestro campo de Primaria, e incluye:
- Desarrollo de habilidades motrices específicas.
- Iniciación a la especialización deportiva.
- Trabajo de técnica y táctica con aplicación real (Sánchez, 1992).

En la primera fase, que abarca entre los 4 y los 6 años, se enfatiza el desarrollo perceptivo a través de tareas motrices cotidianas, promoviendo la conciencia del propio cuerpo y la comprensión espacial y temporal. Se fomenta la exploración y el descubrimiento mediante juegos de baja organización, lo que permite el reconocimiento y la consolidación de la lateralidad.

En la segunda fase, de los 7 a los 9 años, se enfoca en la adquisición de habilidades y destrezas básicas, implicando el dominio corporal y el manejo de objetos. Se promueve un enfoque lúdico-competitivo en las actividades físicas, buscando perfeccionar y ampliar la complejidad de los movimientos aprendidos anteriormente, a través de estrategias de enseñanza combinadas entre la exploración y la instrucción directa en casos más complejos.

La tercera fase, de los 10 a los 13 años, implica una iniciación específica en habilidades y tareas lúdico deportivas, centradas en actividades deportivas y expresivas. Se trabajan habilidades genéricas comunes a varios deportes, junto con técnicas específicas de cada deporte para mejorar los gestos y habilidades relacionadas.

La cuarta fase, que se sitúa en el rango de edad de 14 a 17 años, se adentra en el desarrollo de habilidades motrices más específicas y la introducción a la especialización deportiva. Se pone énfasis en el trabajo técnico y táctico con aplicaciones prácticas en contextos reales.

En fin, a través de las diferentes etapas del desarrollo de habilidades motrices, se observa una progresión desde las actividades fundamentales y la exploración lúdica hasta una mayor especialización y aplicación práctica, lo que demuestra la importancia de una instrucción cuidadosa y progresiva en la educación física durante la infancia y la adolescencia, sentando las bases para un desarrollo físico y deportivo más avanzado en etapas posteriores de la vida.

4.4.3 Clasificación de habilidades motrices

Las habilidades motrices básicas se pueden clasificar en tres categorías principales. En primer lugar, las habilidades locomotoras abarcan acciones como caminar, correr, saltar, saltar a la pata coja, galopar, saltar a la cuerda, deslizarse, trepar y rodar, fundamentales para la movilidad.

Por otro lado, las habilidades manipulativas, que implican el manejo de objetos, como lanzar, atrapar, patear, golpear, recibir, driblar, botar, agarrar, recoger y manipular objetos pequeños, son esenciales para el desarrollo de la coordinación mano-ojo y la destreza manual.

Por último, las habilidades estabilizadoras, relacionadas con el control postural y la estabilidad durante el movimiento y la manipulación de objetos, incluyen equilibrio estático y dinámico, flexibilidad, coordinación, agilidad, rotación, giros y pivotes.

Estas categorías proporcionan una base sólida para comprender y enseñar las habilidades motrices básicas, lo que resulta crucial para el desarrollo físico, cognitivo y socioemocional en niños y adolescentes. El dominio de estas habilidades básicas sienta las bases para la adquisición de habilidades más complejas y el fomento de un estilo de vida físicamente activo y saludable.

Según la clasificación propuesta por Serra (1996), las habilidades motrices básicas se dividen en tres categorías principales: locomotrices, no locomotrices y proyección/recepción. Dentro de las habilidades locomotrices se encuentran diversas acciones como caminar, correr, saltar, galopar, deslizarse, rodar, reptar, ponerse de pie, botar, trepar, subir y bajar. En cuanto a las habilidades no locomotrices, estas se centran en el control y dominio del cuerpo en el

espacio, incluyendo acciones como el balanceo, la inclinación, el estiramiento, el giro, el doblamiento, el empuje, la fracción, el colgamiento y el equilibrio. Por último, en la categoría de proyección/recepción se destacan habilidades como los lanzamientos, tanto a distancia como de precisión, así como las recepciones, paradas, controles y recogidas.

La clasificación propuesta por Serra (1996) identifica tres categorías principales de habilidades motrices básicas: locomotrices, no locomotrices y proyección/recepción. Las habilidades locomotrices, que abarcan una variedad de acciones fundamentales como caminar, correr, saltar, galopar, deslizarse, rodar, reptar, ponerse de pie, botar, trepar, subir y bajar, forman la base para la movilidad y la coordinación corporal durante la infancia.

Por otro lado, las habilidades no locomotrices se centran en el control y dominio del cuerpo en el espacio, abarcando acciones como el balanceo, la inclinación, el estiramiento, el giro, el doblamiento, el empuje, la fracción, el colgamiento y el equilibrio. Estas habilidades son fundamentales para el desarrollo de la conciencia corporal y la coordinación fina en los niños, permitiéndoles explorar y comprender su entorno físico de manera más precisa.

Finalmente, la categoría de proyección/recepción enfatiza habilidades específicas como lanzamientos a distancia y de precisión, así como recepciones, paradas, controles y recogidas. Estas habilidades desempeñan un papel esencial en el desarrollo de la coordinación ojo-mano y la percepción espacial, sentando las bases para el desarrollo de habilidades deportivas más avanzadas en etapas posteriores de la infancia y la adolescencia.

Este análisis detallado de la clasificación propuesta por Serra (1996) resalta la importancia de estas habilidades motrices básicas en el desarrollo físico y motor durante la infancia, proporcionando una comprensión integral de su papel en el fomento de una base sólida para el desarrollo motor y cognitivo en los niños en edad temprana.

4.5. Minibasket.

4.5.1. Definición

El minibasket puede ser definido como una adaptación del baloncesto convencional, específicamente diseñado para niños en etapas tempranas de desarrollo se caracteriza por el uso de aros ajustados a la altura y las capacidades de los niños, así como por reglas modificadas que facilitan la participación activa y el aprendizaje progresivo del juego y también el énfasis principal se sitúa en el desarrollo de habilidades básicas y fundamentos técnicos, promoviendo el trabajo en equipo, la socialización y el disfrute del deporte en un

entorno adecuado y seguro para el desarrollo integral de los niños. Afirma Arguello (2018) “El Mini-Baloncesto es el juego en el que puedes usar tu arte y experiencia para ir al objetivo, de modo que el pequeño aprenda hasta el producto final, en el que se convierte, utilizando los instrumentos de enseñanza y los ejercicios básicos. Y para desarrollar sus habilidades naturales” (p. 10). Del mismo modo Mejia et al. (2018) “El mini baloncesto es un juego para niños que tengan 11 años o menos, es un deporte de competencia en equipo para niños de nivel escolar pues los fundamentos y la moral son los factores más importantes en el desarrollo de un equipo triunfante. El conocimiento y la práctica de los fundamentos técnicos harán que un equipo evolucione en forma positiva (p. 33).

En fin, el Mini-Baloncesto como un medio para fomentar el aprendizaje práctico y la progresión hacia la habilidad en el juego en especial, destaca la importancia de utilizar métodos de enseñanza y ejercicios básicos como herramientas clave para guiar a los niños hacia el dominio de las habilidades necesarias. Sobre todo, la idea central radica en el desarrollo y la mejora de las habilidades naturales de los niños a través de la práctica continua y el enfoque educativo adecuado.

4.5.2. Historia

El surgimiento y la evolución del Minibasket, un deporte adaptado para niños pequeños, se atribuye en gran medida a Jay Archer, un destacado deportista nacido en 1912 en Scranton, Pensilvania. Motivado por la falta de opciones deportivas adecuadas para los niños en su época, Archer se embarcó en la creación del "Biddy Basket" en 1950, un juego diseñado específicamente para facilitar el aprendizaje y la diversión de los niños en el baloncesto.

Jay Archer, nacido en 1912 en Scranton, Pensilvania, de ascendencia italiana, destacó como jugador All-Star en 1936, tras graduarse en educación física en la Universidad de Stroudsburg en su estado natal. Profundamente influenciado por los principios pedagógicos de la Escuela Nueva y motivado por la escasez de deportes adaptados para niños pequeños, en 1950 creó el "Biddy Basket", nombre inspirado en una petición caprichosa de su hija para un "biddy" (pastel pequeño), un término popular que significa "polluelo". Inicialmente, el juego se centró en aros más bajos y balones más pequeños para facilitar los movimientos de los niños, con reglas simples que fomentaban el disfrute y la motivación en la práctica del deporte. La difusión del juego se aceleró con la visita de los Globetrotters y Pat Kennedy, un destacado árbitro de la época, a Scranton, lo que atrajo la atención del público a través de la

televisión. Desde su introducción en EE.UU. a principios de 1951, el Minibasket se extendió rápidamente por todo el mundo, llegando a Europa en 1964 a través de España, donde adquirió su nombre actual. Anselmo López desempeñó un papel fundamental en su promoción en España, siendo considerado su principal impulsor en el país. Como presidente de la Federación Española de Baloncesto en la década de 1970, fomentó el desarrollo del Minibasket como cantera de jugadores y defendió su importancia a nivel internacional en la FIBA. Actualmente, el Minibasket es practicado en todo el mundo y es supervisado por el Comité Internacional de Minibasket (C.I.M.) de la FIBA, con un enfoque en el desarrollo físico, psicológico y ético de los niños, fomentando valores positivos y un ambiente de aprendizaje y diversión equilibrado (Silva, 2016).

La popularidad del juego se incrementó con la difusión mediática impulsada por la visita de los Globetrotters y Pat Kennedy a Scranton. A partir de su introducción en EE.UU. en 1951, el Minibasket se expandió globalmente, llegando a Europa en 1964, donde Anselmo López fue clave en su promoción en España. Durante su presidencia en la Federación Española de Baloncesto en la década de 1970, López abogó por el desarrollo del Minibasket como cantera de jugadores y su reconocimiento internacional en la FIBA. Actualmente, el Minibasket, supervisado por el Comité Internacional de Minibasket (C.I.M.) de la FIBA, se enfoca en el desarrollo integral de los niños, fomentando valores positivos y un ambiente de aprendizaje y diversión equilibrado.

4.5.3. Fundamentos básicos del minibasket

El jugador de mini baloncesto tiene que dominar los fundamentos básicos de este deporte, (el drible, el pase, el tiro, amagues y no hay que olvidarse de la defensa.) Por ello un jugador de mini baloncesto no se hace en tres horas, sino que se tarda años y años en perfeccionar la técnica, hasta que los movimientos son instintivos. Por eso la persona que quiere ser un jugador importante para un equipo debe trabajar duro en el entrenamiento, o fuera de ellos si dispone de tiempo libre suficiente, para perfeccionar su técnica.

4.5.4 Posiciones y desplazamientos

El jugador del minibasket debe mantener una postura adecuada a su formación técnica individual, que le permita moverse con seguridad y desplazarse por la cancha según la táctica adoptada por el equipo.

El equilibrio del cuerpo es un factor fundamental en la ejecución de las maniobras individuales. El jugador distribuye equitativamente su peso sobre ambos pies, un poco inclinado hacia adelante, con las rodillas flexionadas, el centro de gravedad bajo, pies separados y dirigidos levemente hacia afuera, tronco inclinado al frente, cabeza erguida. La flexión natural de los brazos contribuye a mejorar el equilibrio y favorece la arrancada rápida.

Puede decirse que la posición de equilibrio descrita corresponde al ataque, cuando el jugador está en posesión de la pelota y se agacha lo suficiente para proteger el balón con su cuerpo. En la posición de equilibrio correspondiente a la defensa, los brazos se utilizan para obstruir los tiros a cesta, interceptar y dificultar los pases. Desde una posición correcta el jugador puede desplazar sus pies con mayor libertad, intentando arrancadas, cambios de velocidad, parada, saltos, rebotes, etc.

4.5.5 Dominio del balón

El balón tendrá de 75 a 78 cm. de circunferencia y su peso será de 600 a 650 gr. Consta de una cámara de goma inflada de madera que al ser lanzada sobre un suelo de madera desde una altura de 1.80 mts rebota a una altura de 120 a 140 mts., tomada desde el borde superior de la pelota.

En el baloncesto o básquetbol entendemos el dominio del balón como requisito previo al pase. Para ello es prioritario saber recibir o atrapar una pelota. La mano siempre se adapta al balón, ahuecando la palma sin llegar a tocar la pelota.

Los dedos separados y dirigidos hacia arriba, pulgares en posición casi horizontal, sujetando con fuerza. Aprender a ser amigo del balón, ya que se refiere al manejo del balón, la familiarización con el implemento y se debe realizar ejercicios para desarrollar: la percepción del espacio, el tiempo, la coordinación ojo – mano, el equilibrio y la movilidad.

Si no se maneja bien el balón no se podrá dominar los fundamentos por lo tanto los niños no podrán jugar Mini basquetbol, en cada sesión se deberá ir aumentando el grado de dificultad. Entre las variedades que se puede dar en la clase de educación física se presenta las siguientes actividades:

- Cada niño con un balón realiza las siguientes tareas: golpear el balón con las partes del cuerpo: cabeza, hombros, pecho, cadera, muslos, pies y rodillas.

- Conducir el balón con las diversas partes del cuerpo: con el pie, hombro, cabeza y rodillas.
- Conducir el balón con las manos por las líneas de la cancha.
- Conducir el balón con los pies y las manos.
- Posición básica golpear la bola con la una y otra mano con las palmas totalmente abiertas. ▪ Tomar el balón y golpearlo con las dos manos fuertemente contra el piso.
- Agarrar el balón soltarlo y volverlo a tomarlo sin que caiga al piso, cada vez ir separando más las manos abriendo los brazos.
- Pasarse el balón describiendo el ocho alrededor de las dos piernas. (Olivera, 2013) ▪ Sentados poner el balón en el vientre y desplazarse como el cangrejo hacia atrás en distintas direcciones.

Por parejas el mismo anterior pasarle al compañero que recibe con las manos se coloca en los tobillos y pasa para atrás.

Se ha realizado ejercicios en el lugar buscando progresivamente el agarre y manejo del balón y el desarrollo de las cualidades físicas, para luego pasar a ejercicios en movimiento primeramente caminando, trotando y finalmente corriendo. (Castejon, 2015)

4.5.6 Drible

Mediante el regate (baloncesto o básquetbol) o "drible" (del inglés, drible: transporte de la pelota en deportes tales como el fútbol y el baloncesto) el jugador se desplaza en la cancha con la pelota, considerándose éste un arma tanto en el ataque como en la defensa.

Cerda (2015) afirma:

El drible o conducción es un fundamento necesario para el juego del mini basquetbol mediante este el jugador puede moverse en la cancha en cualquier dirección, es el fundamento que más se practica, pero el que menos se utiliza ya que el movimiento del jugador es más lento que el movimiento del balón cuando es pasado, sin embargo, proporciona al jugador un buen manejo del balón y a base de los ejercicios se desarrolla la resistencia. (p.25)

Cada jugador debe practicar el regate con cualquiera de las manos, hasta dominar perfectamente esta forma de desplazamiento con el balón. Sin embargo, no debe olvidarse que

su empleo excesivo puede perjudicar el trabajo de conjunto y que el pase imprime mayor velocidad que el regate a los ataques.

El drible o conducción es un fundamento necesario para el juego del mini basquetbol mediante este el jugador puede moverse en la cancha en cualquier dirección, es el fundamento que más se practica, pero el que menos se utiliza ya que el movimiento del jugador es más lento que el movimiento del balón cuando es pasado, sin embargo, proporciona al jugador un buen manejo del balón y a base de los ejercicios se desarrolla la resistencia.

4.5.7 Lanzamiento y tiro

Un buen encestador es importante en un equipo, pero no olvidemos que también lo es un buen defensa ya que por las mismas reglas del juego la victoria no es solamente para aquel que anota más sino además para el que menos tantos permiten.

Se constituye en el fundamento más importante puesto que de este depende la victoria, el lanzamiento se basa en la efectividad y no en la potencia.

Valero.,et (2013)

Los factores que se deben tomar en cuenta para la efectividad del lanzamiento son: la distancia y la velocidad, ya que una buena posición para lanzar dura muy poco tiempo, por lo que hay que seleccionar el lanzamiento. Se puede decir que el tiro es la parte más importante del baloncesto. Ya que de este depende el resultado de un encuentro, por lo tanto, se debería practicar con frecuencia este fundamento que tiene mucha incidencia en el juego. (p.5)

Lanzamiento constituye el remate de todos los esfuerzos realizados por un equipo en la ofensiva desde que, apoderándose del balón, intenta conseguir el objetivo final de hacerlo pasar de arriba a abajo, a través de la circunferencia del aro que soporta la red.

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

Podemos considerar el lanzamiento desde dos aspectos, uno es el psicológico, en el cual intervienen diversos factores decisivos para la superación del movimiento; otros son los factores físicos, controlables mediante una buena preparación

4.5.8 El Pase

El pase es un fundamento que se diferencia de los demás por relacionar a los dos jugadores que intervienen en la acción, y ser por tanto una parte muy importante del juego de conjunto. La importancia del pase radica en la rapidez con que permite el desplazamiento del balón por el campo. De la calidad del pase depende en gran medida el éxito de una acción posterior; así, es claro el ejemplo de un jugador con buena posición de tiro que recibe un pase que, aunque no sea malo no le permita lanzar con rapidez, lo cual hará que probablemente no pueda realizar el tiro en buenas condiciones.

Es fundamental pues, familiarizar al jugador con una serie de sensaciones respecto al peso, dimensión, tacto y evoluciones del balón, decisivo en el desarrollo de las siguientes etapas: pase, tiro, etc. Es muy importante el hecho de no mirar el balón mientras se maneja. Podemos decir que el manejo del balón, como tal, no es un fundamento concreto propiamente dicho, sino una gama de ejercicios que permiten al jugador dominar absolutamente el balón y que le permite el correcto desarrollo de su aprendizaje.

Hay muchos tipos de pase y cada uno de ellos posee unas características particulares que lo hacen más efectivo en determinadas circunstancias.

4.5.9 Recepciones.

Es el acto de tomar el balón, bien sea por un pase, que es lo más usual, o para tomar un rebote. En el mini básquet durante la recepción de un pase intervienen varios factores que condicionarán el movimiento. Algunos de ellos son: la proximidad de las defensas, la trayectoria, velocidad y vuelo de la pelota, la posición y los movimientos del receptor.

El jugador debe tener la pelota en constante visión (directa o periférica) hasta que llegue a sus manos. Una vez en sus manos la pelota debe ser amortiguada con los dedos, muñecas y brazos del receptor. Los antebrazos se flexionan para absorber la fuerza que trae el balón. La forma ideal de recibir la pelota es con ambas manos.

Es fundamental para una buena recepción la coordinación entre ambos jugadores, el que pasa y el que recibe. El pasador a su vez debe realizar un buen pase, tratando de que la pelota llegue a las manos del receptor. Es un mal pase si la pelota llega demasiado alta o demasiado baja, adelantada o retrasada, con demasiado efecto o con mucha, velocidad.

4.5.10 Pivote.

El pivote consiste en un movimiento de giro del cuerpo, moviendo un pie en una o varias direcciones mientras que el otro (pie de pivote) se mantiene sobre un punto en contacto con la cancha.

El pivote se emplea para eludir a un contrario, para asegurarse la posesión de la pelota y también para evitar saltos entre dos. Al pivotar, el cuerpo se mueve de un lado a otro con la finalidad de proteger la pelota.

El pie de pivote no debe ser levantado del suelo, sino que se arrastra hasta que la pelota haya sido lanzada, pasada o driblada. Cualquiera de los dos pies puede ser el pie de pivote en caso de recibir la pelota con ambos pies en el suelo, si al momento de recibir el balón se apoya un pie primero hay que pivotar sobre éste. La fuerza del pivote se imprime con el pie de rotación que puede moverse libremente a derecha, izquierda, delante o atrás. Si en el comienzo de un regate se levanta el pie de pivote antes de soltar la pelota se considera violación y hay pérdida del balón. Para un mejor equilibrio durante un pivote el peso del cuerpo alterna entre los dos pies, tratando de no levantar mucho el pie de rotación, el balón se protege colocando el cuerpo entre él y el defensa.

La cabeza en el pivote va levantada y la mirada debe estar atenta a las evoluciones de los compañeros de equipo. Los pivotes pueden clasificarse en: Pivote hacia adelante, pivote hacia atrás, pivote en reverso.

4.5.11 Entradas

Este tipo de tiro es el que más se utiliza en los contraataques, para realizar la entrada primero hay que aprender a dar los pasos de entrada. Si entramos por la derecha a la vez que cogemos el balón damos un paso un poco más largo con el pie derecho, seguidamente damos el paso con el pie izquierdo más corto y nos impulsamos con este hacia arriba, esto es muy importante puesto que mientras más cerca este del aro más fácil resultará encestar.

En todo momento tenemos que tener el balón bien sujeto con las dos manos si no el contrario puede quitar con mayor facilidad, en esta parte el jugador comienza a elevarse, en ese momento sube el balón (con las dos manos) a la altura de la frente aproximadamente y ya puede tirar.

El tiro que puede realizar en esta posición es de dos formas, como un tiro en suspensión o una bandeja.

Para realizar una bandeja la posición de la mano derecha sigue siendo por debajo del balón, pero en este caso los dedos no apuntan hacia la frente sino hacia el otro lado, hacia canasta, una vez alcanzado el punto máximo del salto se impulsará la pelota con la muñeca para que pase por encima del aro, este impulso no tiene que ser con un golpe seco puesto que así solo conseguirá que la pelota suba o que tenga mucho efecto y el balón salga despedido cuando toque el tablero.

Cuando realice la entrada por la izquierda esta se realiza de la misma forma, pero el primer paso se realiza con la izquierda y el impulso se obtiene con la derecha. Una de las cosas más importantes es tirar también con la izquierda, esto se debe a que es la que más lejos del defensor va estar por lo tanto a este le resultará más difícil quitársela, el jugador que es igual de bueno tirando con la derecha que con la izquierda es un adversario temible para cualquiera mientras que si sólo se sabe entrar por uno de los lados el defensor tiene una gran ventaja sobre el atacante.

Además, el jugador que entra no tiene que tener miedo a los golpes puesto que, si recibe alguno, "lo más seguro" es que piten falta, también hay que tener en cuenta que a pesar de haber recibido un golpe tiene que tirar puesto que así obtiene los dos puntos y un tiro adicional a su favor, si logra meter la canasta.

5. Metodología

5.1 Área de estudio

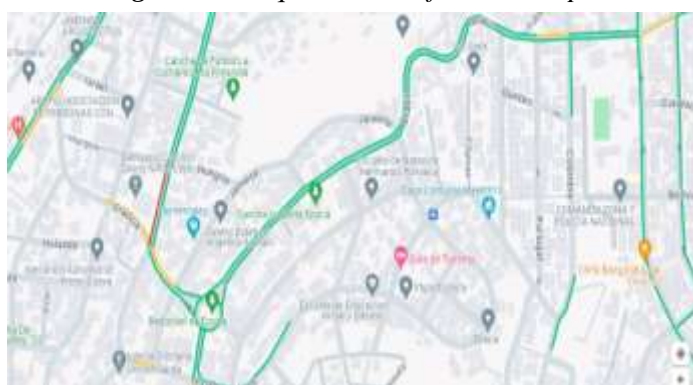
La investigación se desarrolló con la participación de 14 deportistas pertenecientes al club formativo Época, situado en la intersección de las avenidas Estados Unidos y Brasil, en el barrio Época. Los entrenamientos se realizan en dicho club en horarios de 14:00 pm a 17:00 pm. Para recabar datos, se aplicaron varios test iniciales que abordaron aspectos de equilibrio, orientación temporo-espacial, ritmo y coordinación dinámica general, habilidades motrices básicas, como correr, saltar, lanzar del mismo se aplicaron fichas de observación de fundamentos básicos de minibasket con el propósito de recoger información detallada sobre el desempeño de los deportistas.

Por otra parte, se implementó una propuesta alternativa se diseñó en función de las deficiencias identificadas en los resultados iniciales obtenidos de los instrumentos mencionados anteriormente. La propuesta alternativa incluye ejercicios específicamente orientadas a mejorar la coordinación dinámica general, equilibrio, ritmo, orientación tempore espacial y las habilidades motrices básicas, correr, saltar, lanzar.

5.1.1 Escenario

La presente investigación se llevó a cabo en el club formativo Época, ubicado en Av. Estados Unidos y Av. Brasil en el barrio época en el cual entrenan a los niños en horarios 14:00 a 17:00. El trabajo de integración curricular se ejecutó en el año 2023 desde el 03 de abril 2023, donde se empezó con los primeros acercamientos al club hasta el 30 de septiembre del mismo año.

Figura 2. Croquis del club formativo Época



Nota: La imagen muestra la ubicación del club formativo Época.

Fuente: Ubica Ecuador. (s.f). Club formativo Época [imagen]. <https://www.google.com/maps/@-4.0100788>

5.2. Procedimiento

5.2.1. Enfoque de la investigación.

Para llevar a cabo la presente investigación, se empleó un esquema sistematizado que resultó fundamental para alcanzar las metas y objetivos planteados. Se optó por la utilización de un enfoque mixto **cuanti-cualitativo**, el cual se adaptó hábilmente para abarcar la recolección, análisis y la tabulación de los resultados. Permitió no solo una comprensión más profunda y holística del fenómeno investigado, sino también la posibilidad de explorar y analizar las múltiples dimensiones del tema en cuestión desde diferentes perspectivas, enriqueciendo así la calidad y la amplitud de los resultados obtenidos.

5.2.2. Alcance de investigación

Del tipo **descriptivo**, ya que permitió obtener información detallada sobre la problemática identificada, que en este caso fue la falta de trabajo en coordinación dinámica general y habilidades motrices básicas en la enseñanza de los fundamentos básicos del minibasket.

5.2.3. Diseño de investigación

Corresponde a un **diseño pre experimental**, en el cual se manipularon variables con el objetivo de observar los resultados mediante la implementación de una propuesta alternativa. Este diseño de pre experimental se basa en la realización de un análisis antes y después de la intervención, conocido como pre y post test, para abordar la problemática de mejorar la coordinación dinámica general y las habilidades motrices básicas en los fundamentos básicos del minibasket.

5.3 Métodos

En el presente trabajo, se utilizarán diferentes métodos investigativos para garantizar la veracidad de los resultados y el desarrollo adecuado del proyecto. A continuación, se describen brevemente cada uno de estos métodos:

5.3.1 Método Científico

Permitió avanzar en la investigación al realizar búsquedas en internet y examinar textos en formato físico y digital. A través de estas fuentes de información bibliográfica relacionadas con nuestra investigación, pude establecer los cimientos para todo el proceso de investigación.

5.3.2 Método Analítico Sintético

Fue fundamental para el desarrollo del proyecto, ya que se utilizó para la segregación de resultados y datos estadísticos. Este método aborda los hechos partiendo de la descomposición del objeto de estudio en cada una de sus partes para estudiarlas individualmente (análisis), y luego se integran dichas partes para unificarlas de manera holística e integral (sintético).

5.3.3 Método estadístico

Permitió el uso de técnicas estadísticas para describir, analizar e interpretar datos numéricos obtenidos en el pre test y post test.

5.3.4 Método inductivo-deductivo

Facilitó la investigación al permitir avanzar de lo más simple a lo más complejo, lo que resultó en conclusiones válidas y rigurosas.

5.3.5 Método descriptivo

El método descriptivo fue esencial para comprender la relación entre la coordinación dinámica general y las habilidades motrices básicas, y su incidencia en la enseñanza del minibasket permitió obtener una descripción detallada y precisa del nivel de coordinación y habilidades motrices básica de los niños, mediante observaciones durante las sesiones de entrenamiento y la recopilación de datos a través de fichas de observación y test esta información fue crucial para identificar las áreas de mejora y diseñar una propuesta metodológica alternativa dirigida a fortalecer estas habilidades.

5.4 Técnicas de investigación

Las técnicas aplicadas en esta investigación fueron fundamentales, ya que permitieron recopilar información de manera precisa a través de la observación directa y los test. Estas técnicas contribuyeron al éxito del estudio.

5.4.1 Recopilación Bibliográfica

Esta técnica permitió la comprensión, desarrollo y creación de la bibliografía como instrumento de trabajo, proporcionando información clave para descubrir la existencia o identidad de libros y otros materiales documentales relevantes para la investigación.

5.4.2 Test

El uso de los test ayudó a obtener datos sobre la población tanto al inicio como al final del trabajo, permitiendo medir el impacto de las actividades realizadas en el grupo de estudio.

5.4.3 Fichas de observación:

Las fichas de observación facilitaron la recopilación, organización y análisis de datos de manera sistemática y objetiva, contribuyendo a generar conocimientos significativos y confiables.

5.5. Instrumentos de investigación

Se utilizaron distintos instrumentos, como la recopilación bibliográfica y los test, para obtener información y conocimientos. Cada uno fue aplicado de acuerdo con los protocolos establecidos en los métodos correspondientes

5.5.1 Recopilación bibliográfica

Este instrumento permitió organizar la información clave de cada fuente bibliográfica, facilitando el análisis y la captación de datos relevantes para la investigación.

5.5.2 Test

El test abordó aspectos clave como el equilibrio, la orientación temporo-espacial, el ritmo y la coordinación dinámica general, además de las habilidades motrices básicas, como correr, saltar y lanzar. Estos elementos fueron evaluados para conocer las condiciones físicas iniciales de los estudiantes y, posteriormente, medir su progreso al finalizar la propuesta, comparando los resultados obtenidos en el pre-test y el post-test.

5.5.3 Fichas de observación

Se utilizó para medir los fundamentos básicos del minibaloncesto como son el dribbling, pase, tiro.

5.6 Población y muestra

Se contó con la participación de 14 estudiantes que se encontraban en la edad de 10-11 años en el club formativo Época, igualmente, la presente investigación fue con el

docente encargado del club, de tal manera que se tomó el 100% de la muestra, ya que, era para ejecutar el trabajo de investigación.

5.6.1 Tipo de muestreo

En la investigación se empleó el tipo de muestreo denominado simple al **azar**, el cual expresa que todos los participantes tienen la misma probabilidad de ser elegidos, dentro de la investigación, se tomó en cuenta a todos los deportistas en edades de 10-11 años del club formativo Época sin importar sus características individuales.

5.6.2 Criterios de inclusión

- Estudiantes que cumplan el rango de edad para la aplicación de los test. (entre 10-11 años).

5.6.3 Criterios de exclusión

- Estudiantes que no estén dentro del rango de edad para aplicar el Test de las habilidades motrices básicas (menores de 8 y mayores a 9 años).

Tabla 1. Población y muestra del presente proyecto

Deportistas	Población	Muestra
Deportistas del club formativo Época	50 deportistas	14 deportistas
Total	50	14

Nota: información obtenida de los deportistas del Club Época

Por: Paz, P. (2023)

Tabla 2. Numero de deportistas del club formativo Época en edades 10-11 años

Deportistas del club formativo Época de 10-11 años	Número de participantes
Hombres	8
Mujeres	6
Total	14

Nota: Deportistas del club formativo Época en edades 10-11 años.

Por: Paz, P. (2023)

5.6.4 Los criterios de selección para determinar la muestra fueron los siguientes

- Predisposición del docente encargado del club y de los estudiantes del club formativo Época para la ejecución de la investigación.
- Permiso del presidente de club formativo Época para que la investigación sea desarrollada de manera adecuada y ordenada.
- Compromiso de la institución y de los estudiantes para que se lleve a cabo la investigación.

5.6.5. Procesamiento y análisis de los datos obtenidos

Durante el proceso de ejecución de la investigación se la llevo de la siguiente manera: para dar cumplimiento a cada uno de los objetivos, en primer lugar, se realizó un diagnóstico de cada uno de los estudiantes a través de la aplicación del pre-test y fichas de observación en el cual todos los alumnos de manera individual fueron valorados.

A partir de los resultados obtenidos se procedió a diseñar y aplicar sesiones de ejercicios, con la finalidad de mejorar la coordinación dinámica general y habilidades motrices básicas.

Por último, al finalizar las sesiones de ejercicios a los deportistas del club formativo Época en edades de 10-11 años, se procedió a la aplicación de post- test, con el propósito de comparar los resultados obtenidos, para verificar si existió mejora en los fundamentos básicos de minibasket.

5.6.6 Proceso para el desarrollo de propuesta alternativa

Objetivos que persigue la presente propuesta:

Objetivo General

- Diseñar una propuesta de ejercicios específicamente dirigidos a mejorar la coordinación dinámica general y las habilidades motrices básicas para fortalecer los fundamentos del minibasket en niños de 10-11 años pertenecientes al club Época en el año 2023.

Objetivo Específicos

- Aplicar ejercicios metodológicos destinados a mejorar la coordinación dinámica general, equilibrio, ritmo, orientación temporo-espacial y fortalecer los fundamentos básicos del minibasket en el club Época durante el año 2023.
- Aplicar ejercicios metodológicos destinados mejorar las habilidades motrices básicas, correr, saltar, lanzar y fortalecer los fundamentos básicos del minibasket de 10-11 años en el club Época durante el año 2023.
- Evaluar la eficacia de los ejercicios implementados en el desarrollo de la coordinación dinámica general, equilibrio, ritmo, orientación temporo-espacial y las habilidades motrices básicas correr, saltar, lanzar con el fin de mejorar los fundamentos del minibasket en niños de 10-11 años del club formativo Época en el año 2023.

DATOS INFORMATIVOS

DEPORTE: Minibasket

CATEGORÍA: Iniciación Deportiva

EDAD: 10 a 11 años

GÉNERO: Masculino y Femenino

DIAS DE APLICACIÓN: lunes a viernes

HORA: 16H00 A 17H00

En la presente investigación relacionada diseñar ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general y habilidades motrices y fortalecer los fundamentos básicos del minibasket se elaboró y desarrolló la siguiente manera:

Tabla 3. Proceso para el desarrollo de la propuesta de intervención

Semana 1	Aplicación de Pre test y fichas de observación.
	<hr/> SESIÓN I Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de orientación tiempo y espacio. Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de orientación mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general. <hr/>
	SESIÓN II Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de orientación tempo espacial óculo mano. Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de orientación mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general. <hr/>
	SESIÓN III Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de orientación tempo espacial óculo mano. Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de orientación mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general. <hr/>
Semana 2	<hr/> SESIÓN IV Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de orientación tiempo y espacio óculo mano. Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de orientación mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general. <hr/>
	SESIÓN V Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de orientación tiempo y espacio óculo mano. Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de orientación mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general. <hr/>
	<hr/> SESIÓN VI Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de equilibrio dinámico. Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de equilibrio dinámico mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general. <hr/>
Semana 3	SESIÓN VII Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de equilibrio dinámico. Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de equilibrio dinámico mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general. <hr/>
	SESIÓN VIII Tema: Realizar ejercicios para mejorar la capacidad de equilibrio estático. <hr/>

Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de equilibrio estático mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general.

SESIÓN IX

Tema: Realizar ejercicios para mejorar la capacidad de equilibrio estático.

Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de equilibrio estático mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general.

SESIÓN X

Tema: Realizar ejercicios para mejorar la capacidad de equilibrio dinámico y estático

Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de equilibrio dinámico y estático mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general

SESIÓN XI

Tema: Realizar ejercicios rítmicos sonoros para mejorar la capacidad de ritmo.

Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de ritmo mediante ejercicios sonoros para mejorar la coordinación dinámica general.

SESIÓN XII

Tema: Realizar ejercicios rítmicos sonoros para mejorar la capacidad de ritmo.

Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de ritmo mediante ejercicios sonoros para mejorar la coordinación dinámica general.

Sesión XIII

Semana 4

Tema: Realizar ejercicios de la capacidad rítmico viso-mano.

Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de ritmo viso-mano mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general.

SESIÓN XIV

Tema: Realizar ejercicios de la capacidad rítmico viso-mano.

Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de ritmo viso-mano mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general.

Sesión XV

Tema: Realizar ejercicios de la capacidad rítmico viso-mano.

Objetivo educativo: Desarrollar la capacidad de ritmo viso-mano mediante ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general.

SESIÓN XVI

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de coordinación óculo-manual.

Objetivo educativo: Desarrollar la coordinación óculo manual a través de ejercicios para

mejorar la coordinación dinámica general.

SESIÓN XVII

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de coordinación óculo-manual.

Semana 5

Objetivo educativo: Desarrollar la coordinación óculo manual a través de ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general.

SESIÓN XVIII

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de coordinación óculo-manual.

Objetivo educativo: Desarrollar la coordinación óculo manual a través de ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general.

SESIÓN XIX

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de coordinación dinámica general.

Objetivo educativo: Desarrollar la coordinación dinámica general a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

Sesión xx

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la capacidad de coordinación dinámica general.

Objetivo educativo: Desarrollar la coordinación dinámica general a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXII

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de caminar lento.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXIII

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de caminar rápido.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXIV

Semana 6

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de caminar rápido.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXV

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de caminar rápido.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXI

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de caminar lento.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXVI

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de correr.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXVII

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de correr.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

Semana
7

SESIÓN XXVIII

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de correr.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXIX

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de correr en velocidad.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXX

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de correr en velocidad.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXXI

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de salto vertical.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

Semana 8

SESIÓN XXXII

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de salto vertical.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXXIII

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de salto vertical.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXXIV

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de salto vertical.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos del minibasket 10-11 años club época, 2023.

SESIÓN XXXV

Tema: Realizar ejercicios para trabajar la habilidad de salto vertical.

Objetivo educativo: Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de ejercicios para mejorar los fundamentos básicos el minibasket 10-11 años club época, 2023.

Semana 9

Aplicación del Post Test y Fichas de observación.

Autor: Paz, P. (2023)

6. Resultados

Los resultados que se presentan en la siguiente sección fueron recolectados de los deportistas del club formativo Época de la ciudad de Loja, sierra del Ecuador por ende no constituyen un resultado generalizable del país, debido al tamaño de la muestra.

Siendo importante los datos que se recabaron, por el nivel de dominio de la coordinación dinámica general y habilidades motrices básicas, en etapas pre deportivas se manifiesta en un correcto desarrollo multilateral lo cual favorece en la enseñanza de los fundamentos básicos del minibasket

En este contexto la presente investigación obtuvo los siguientes resultados, los cuales están expresados en las tablas que contienen aspectos relacionados con capacidades coordinativas como equilibrio dinámico, estático, capacidad de ritmo, de orientación tempore espacial, capacidad de coordinación dinámica general. Del mismo modo consta de habilidades motrices básicas como correr, saltar, lanzar. Por otra parte, las fichas observación de los fundamentos básicos como dribling, pase, tiro, en cada una de sus fases.

En este marco de ideas, a continuación, se presenta el análisis de los test y fichas de observación utilizados aplicados a los deportistas del club formativo Época en edades de 10-11 años.

Tabla 4. Población con la que se trabajó en la investigación

Edad y Genero				
Edad	Hombres		Mujeres	
	F	%	F	%
10	5	63%	3	50%
11	3	38%	3	50%
Total	8	100%	6	100%

Fuente: Datos obtenido mediante del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz (2023)

Figura 3. Edad y género de los deportistas del club formativo Época en edades de 10-11 años, 2023.

Figura 3

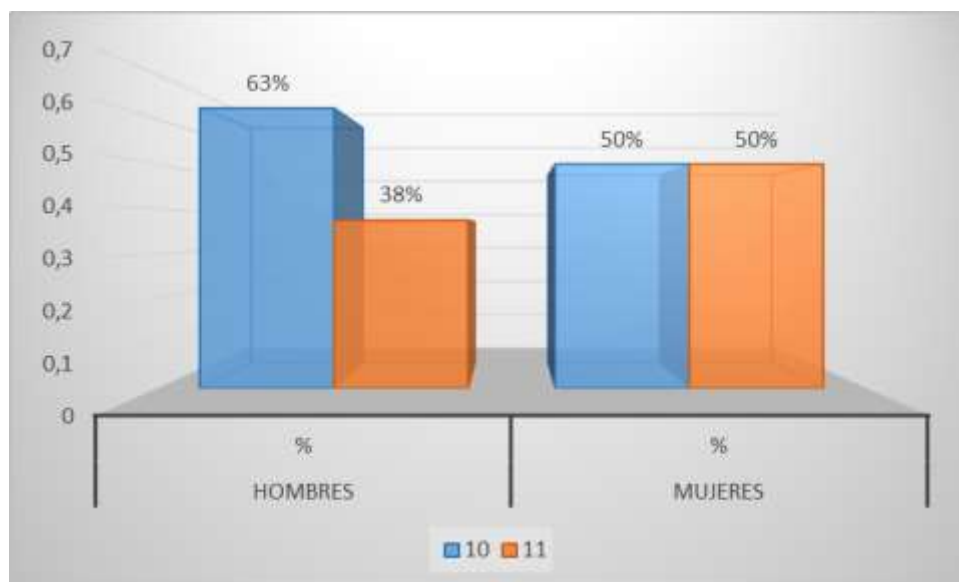


Figura 3: Edad y género de la muestra obtenida

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación

Sobre los datos de edad y género de la demostración del estudio en la Tabla, es evidente que el 63% de la población masculina se encuentra dentro del grupo de edad de 10 años, mientras que el 50% de la población femenina se encuentra dentro del mismo grupo de edad. Además, el 38% de los hombres y el 50% de las mujeres tienen 11 años. En comparación con los hombres, esta distribución muestra una representación ligeramente mayor de mujeres en la categoría de 11 años. la categoría de 11 años en la muestra estudiada.

Tabla 5. Test de equilibrio dinámico

Indicadores	Barra de Equilibrio			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	6	43%		0%
Bien	2	14%	6	43%
Muy Bien	6	43%	8	57%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Resultados obtenidos del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz, (2023)

Figura. 4

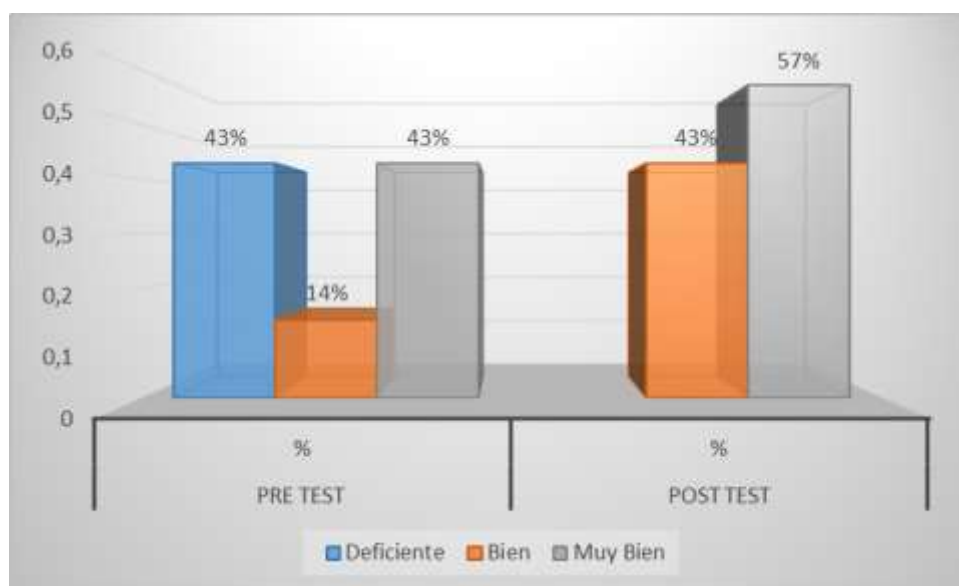


Figura 4: Barra de equilibrio

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

El equilibrio implica la capacidad de mantener el cuerpo en posición vertical mediante contrarrestar movimientos a través de la coordinación de habilidades motrices generales y específicas. Esta coordinación se manifiesta tanto cuando una persona está quieta (equilibrio estático) como cuando está en movimiento (equilibrio dinámico). La relevancia del equilibrio radica en su función crucial para contrarrestar la fuerza de la gravedad, lo que resulta en la estabilidad del cuerpo y un control efectivo frente a las diversas fuerzas que actúan sobre él.

El resultado del pre test revela que el 43% de los deportistas se ubicaban en un nivel regular, mientras que el 14% se encontraba en un nivel bien, y el restante 43% en un nivel muy bien, mientras en el post test, el 43% de los participantes ascendió al nivel bien, y el 57% alcanzó el nivel muy bien.

Esto deduce que existió una mejora notable global del 43% este incremento en los porcentajes indica un cambio positivo sustancial en el rendimiento de los deportistas, demostrando la eficacia de la propuesta alternativa aplicada durante la investigación.

Tabla 6. Test de Equilibrio estático

Indicadores	Equilibrio Flamenco			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	7	50%		0%
Bien	7	50%	8	57%
Muy Bien		0%	6	43%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Resultados obtenidos del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz (2023)

Figura 5

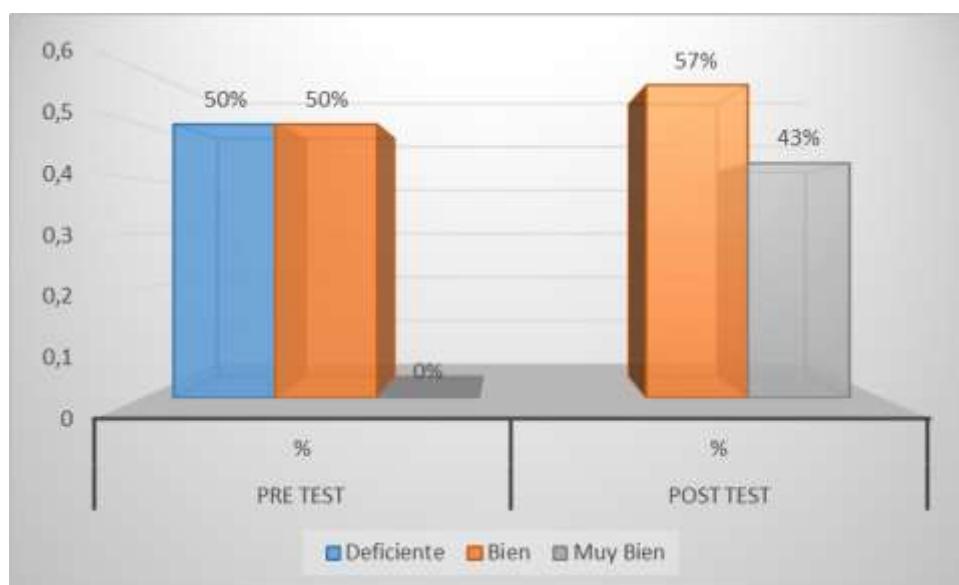


Figura 5: Equilibrio Flamenco

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

El equilibrio estático es la capacidad de mantener una postura estable sin movimiento el equilibrio monopodal es la capacidad de mantener el equilibrio sobre un solo pie, es decir, se puede definir como la capacidad de mantener una postura estable sin movimiento es una habilidad física importante que se utiliza en muchas actividades cotidianas, así como en deportes y actividades físicas.

En el pre test, se observó que el 50% de los niños se ubicaba en un nivel Bien, mientras que el otro 50% se encontraba en un nivel Regular. En el post test, se evidenció un cambio con el 57% de los participantes alcanzando el nivel Bien y el 43% clasificándose como muy bien. En contraste, se refleja una mejora considerable del 50% estos resultados indican un cambio positivo significativo en la habilidad de equilibrio estático.

Tabla 7. Test de Ritmo

Indicadores	RITMO			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	9	64%		0%
Bien	5	36%	10	71%
Muy Bien		0%	4	29%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Resultados obtenidos del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz (2023)

Figura 6

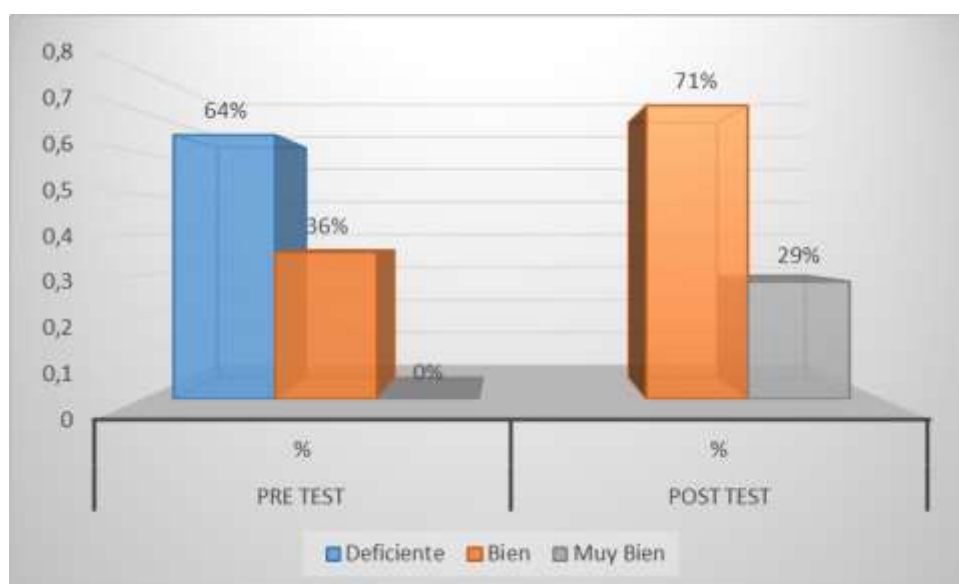


Figura 6: Ritmo

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

Ritmo es la capacidad de percibir, reproducir y variar los ritmos es una habilidad física importante que se utiliza en muchas actividades cotidianas, como caminar, correr, bailar y tocar instrumentos musicales.

En el análisis de los resultados del pre test, se observa que el 64% de los deportistas se situaban en un nivel regular, mientras que el 36% se encontraba en un nivel bien. En el post test, el 71% de los deportistas alcanzaron el nivel bien, y el 29% se clasificó en un nivel muy bien.

En conclusión, el 64% de los deportistas experimentaron una mejora global este aumento en los porcentajes sugiere una evolución positiva rendimiento de los deportistas.

Tabla 8. Test de orientación temporo espacial

Indicadores	Test de orientación temporo espacial			
	Pre test		Post test	
	F	%	f	%
deficiente	6	43%		0%
bien	6	43%	8	57%
muy bien	2	14%	6	43%
total	14	100%	14	100%

Fuente: Resultados obtenidos del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz (2023)

Figura 7

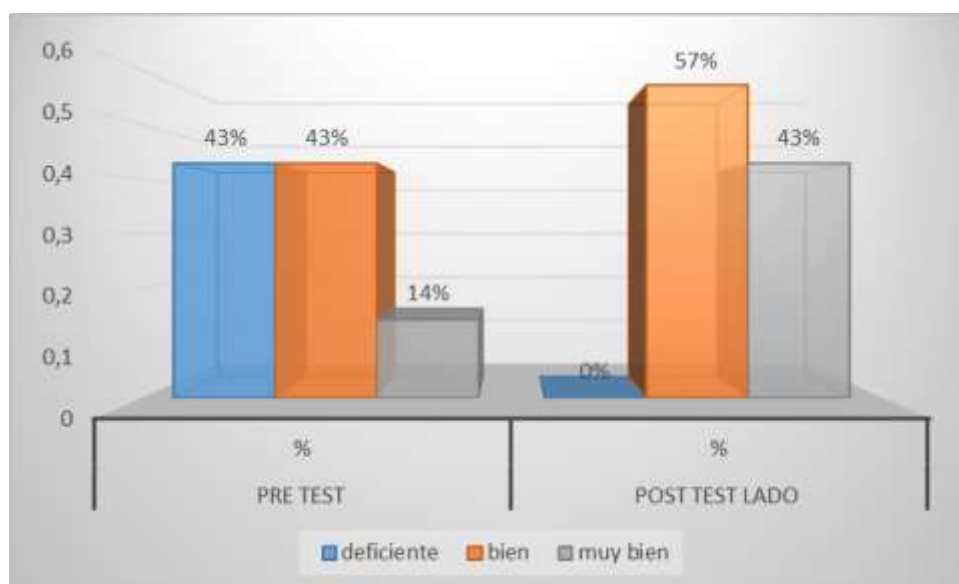


Figura 7: orientación temporespacial

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

La capacidad temporo espacial es la capacidad de percibir y organizar el tiempo y el espacio es una habilidad física importante que se utiliza en muchas actividades cotidianas, como caminar, correr, conducir, bailar y jugar deportes se la puede definir como la capacidad de percibir y organizar el tiempo y el espacio es una habilidad física importante que se utiliza en muchas actividades cotidianas, así como en deportes y actividades físicas.

En el análisis y resultados del pre test, se observa que el 43% de los deportistas se encontraban en un nivel deficiente, el 43% en un nivel bien y el 14% en un nivel muy bien.

En el post test, el porcentaje de deportistas que alcanzaron el nivel bien aumentó al 57%, mientras que el porcentaje de deportistas que alcanzaron el nivel muy bien aumentó al 43%.

Se deduce, que 43% de los deportistas mejoraron significativamente la capacidad de orientación temporoespacial esta mejora es significativa evidencia que la intervención a través de la propuesta alternativa tuvo un efecto positivo.

Tabla 9. Test de coordinación dinámica general

Indicadores	Coordinación dinámica general			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	4	29%		
Bien	9	64%	9	62%
Muy Bien	1	7%	5	38%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Resultados obtenidos del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz (2023)

Figura 8

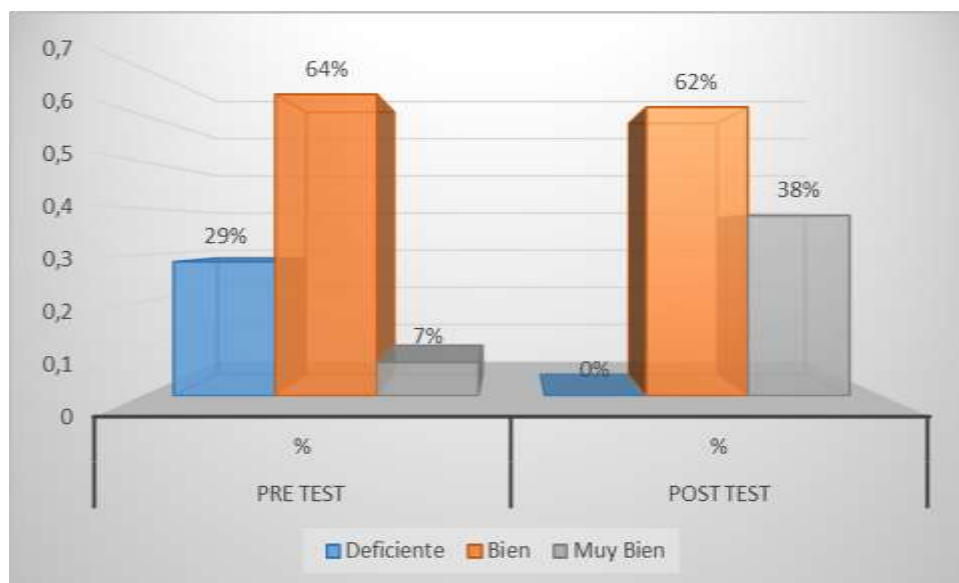


Figura 8: Coordinación dinámica general.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

Coordinación dinámica general es la capacidad de coordinar los movimientos de diferentes partes del cuerpo de forma eficiente y eficaz. Es una habilidad física importante que se utiliza en muchas actividades cotidianas, como caminar, correr, saltar, bailar y jugar deportes.

En el pre test, se observó que el 29% de los deportistas se encontraban en un nivel deficiente, el 64% en un nivel bien, y el 7% en un nivel muy bien. En el post test, estos porcentajes cambiaron, con el 62% de los deportistas se encontraron en nivel de bien, y el 38% en nivel muy bien.

Por lo tanto, podemos concluir que, en términos generales, se evidenció una mejora del 29% en el nivel de coordinación dinámica general de los deportistas esta mejora resulta significativa, destacando que los deportistas que estaban en un nivel deficiente experimentaron un avance hacia un nivel bien o muy bien.

Test de habilidades motrices básicas

Tabla 10. Test de la habilidad de correr

Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	6	43%	0	0%
Bien	7	50%	9	64%
Muy Bien	1	7%	5	36%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Resultados obtenidos del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz, (2023)

Figura 9

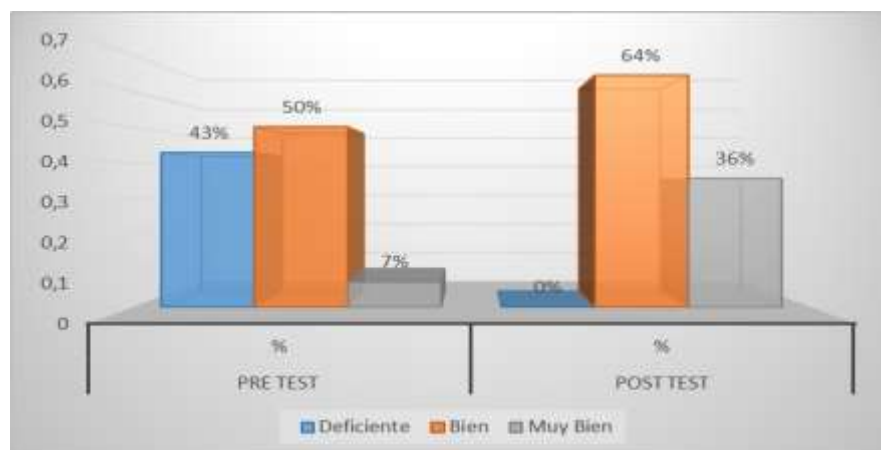


Figura 9: Habilidad de correr

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

El correr es una destreza fundamental que implica la bípeda locomoción a velocidades superiores a la marcha. Durante la fase aérea, se destaca por una secuencia de movimientos cíclicos en los que ambos pies se despegan del suelo al mismo tiempo.

En el Pre- Test, el 43% de los participantes se encontraban en la categoría "Deficiente", el 50% en la categoría "bien" y el 7% en la categoría y Muy bien. Sin embargo, en el Post Test, ni una sola persona permaneció en la categoría "Deficiente", lo que indica una mejora significativa. Sin embargo, en el Post Test, ningún participante permaneció en la categoría "Deficiente", lo que indica una mejora significativa en un aumento notable del 64% en la categoría de Bien, pasando del 50% al 64%, y un aumento notable del 7% al 36% en la categoría de Muy Bien. En conclusión, se puede evidenciar una mejora global del 43% en la habilidad de correr lo que indica que los ejercicios planificados en la propuesta ayudaron a mejorar esta habilidad.

Tabla 11. Test de habilidad de lanzar

Indicadores	Lanzar con dos manos							
	Pre Test hombres		Post Test Hombres		Pre Test Mujeres		Post Test Mujeres	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Deficiente	5	36%			7	50%		
Bien	8	57%	5	36%	4	29%	8	57%
Muy Bien	1	7%	9	64%	3	21%	6	43%
Total	14	100%	14	100%	14	100%	14	100%

Fuente: Resultados obtenidos del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz (2023)

Figura 10

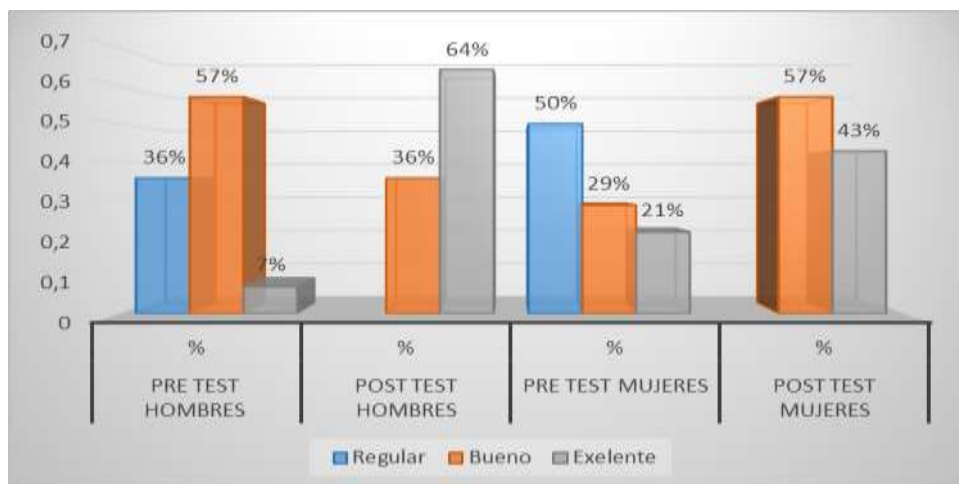


Figura 10: habilidad de lanzar

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

Lanzar es una habilidad motriz básica que permite al sujeto desprenderse de un móvil con la ayuda de los miembros superiores para posteriormente recorrer una trayectoria.

En el pre test, se observa que el 36% de los hombres se encontraban en el nivel deficiente, el 57% en el nivel de bien, y el 7% en el nivel muy bien. Por otro lado, en el post test, estos porcentajes cambiaron, con el 50% de los hombres en nivel deficiente, el 36% en nivel bien, y el 64% en nivel de muy bien. En el caso de las mujeres, en el pre test el 29% se ubicaban en el nivel de bien, el 21% en nivel de muy bien, mientras que en el post test el 57% se encontraban en nivel de bien y el 43% en nivel muy bien. Este cambio revela una mejora global del desempeño, donde se observa un aumento del 14% en el nivel deficiente entre los hombres, y un incremento significativo del 57% al 64% en el nivel de muye bien.

En resumen, el análisis entre el pre test y el post test revela una mejora global significativa en hombres del 36% y mujeres de 50% en el desempeño de los participantes estos resultados indican un progreso sustancial en el rendimiento deportivo de los participantes tras la intervención, lo que sugiere la efectividad de las estrategias implementadas y el potencial para continuar mejorando en el futuro.

Tabla 12. Test de la habilidad de saltar

Indicadores	Salto vertical							
	Pre Test Hombres		Post Test Hombres		Pre Test Mujeres		Post Test Mujeres	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Excelente	2	14%	6	43%	4	29%	8	57%
Bueno	3	21%	5	36%	2	14%	5	36%
Medio	3	21%	3	21%	3	21%	1	7%
Bajo	5	36%			4	29%		
Muy bajo	1	7%			1	7%		
Total	14	100%	14	100%	14	100%	14	100%

Fuente: Resultados obtenidos del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz (2023)

Figura 11

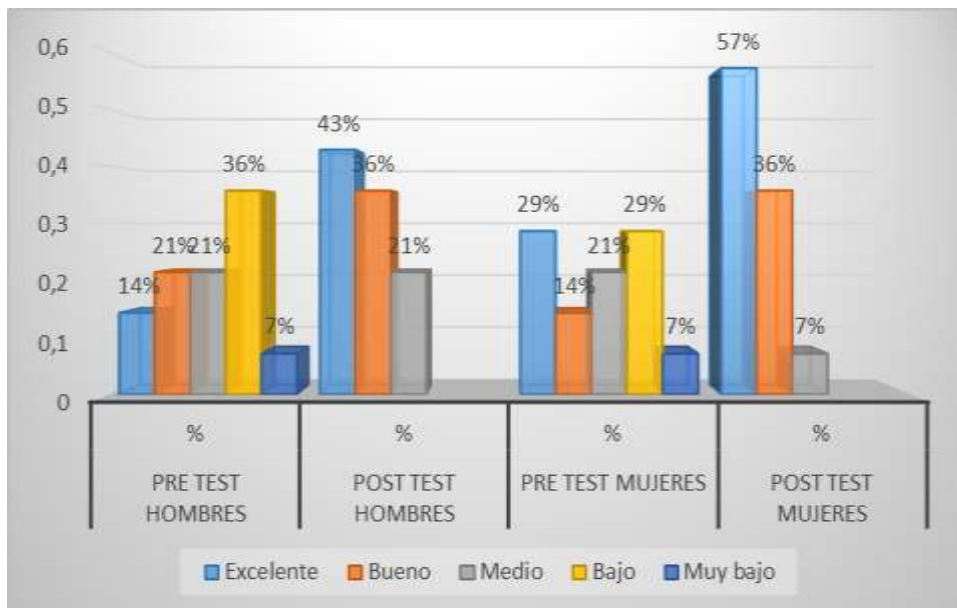


Figura 11: Salto Vertical.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

Salto vertical es la capacidad de un individuo de elevar su cuerpo lo más alto posible en el aire desde una posición de pie.

En el pre test, se observa que el 14% de los hombres se ubicaban en el nivel excelente, el 21% en el nivel bueno, el 21% en el nivel medio, y el 36% en el nivel bajo. Respecto a las mujeres, el 29% se encontraba en el nivel excelente, el 14% en el nivel bueno, el 21% en el nivel medio, y el 7% en el nivel muy bajo.

En el post test, se evidencia un cambio significativo. El 43% de los hombres alcanzó el nivel excelente, el 36% el nivel bueno, el 21% el nivel medio, y el 0% el nivel muy bajo. Por otro lado, entre las mujeres, el 57% se encontraba en el nivel excelente, el 36% en el nivel bueno, el 7% en el nivel medio, y el 7% en el nivel muy bajo.

En conclusión, los hombres mostraron una mejora del 39%, mientras que las mujeres mostraron una mejora del 28% este resultado sugiere que la intervención tuvo un efecto ligeramente mayor en las mujeres que en los hombres es posible que esto se deba a que las mujeres estaban inicialmente en una posición más baja que los hombres, y por lo tanto tenían un mayor margen de mejora.

Tabla 13. Test de salto en longitud

Indicadores	Salto en longitud							
	Pre Hombres		Test Hombres		Pre Mujeres		Test Mujeres	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Excelente	1	7%	4	33%	1	7%	7	50%
Bueno	3	21%	5	42%	3	21%	5	36%
Medio	4	29%	3	25%	2	14%	2	14%
Bajo	4	29%			5	36%		
Muy bajo	2	14%			3	21%		
Total	14	100%	12	100%	14	100%	14	100%

Fuente: Resultados obtenidos del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz (2023)

Figura 12

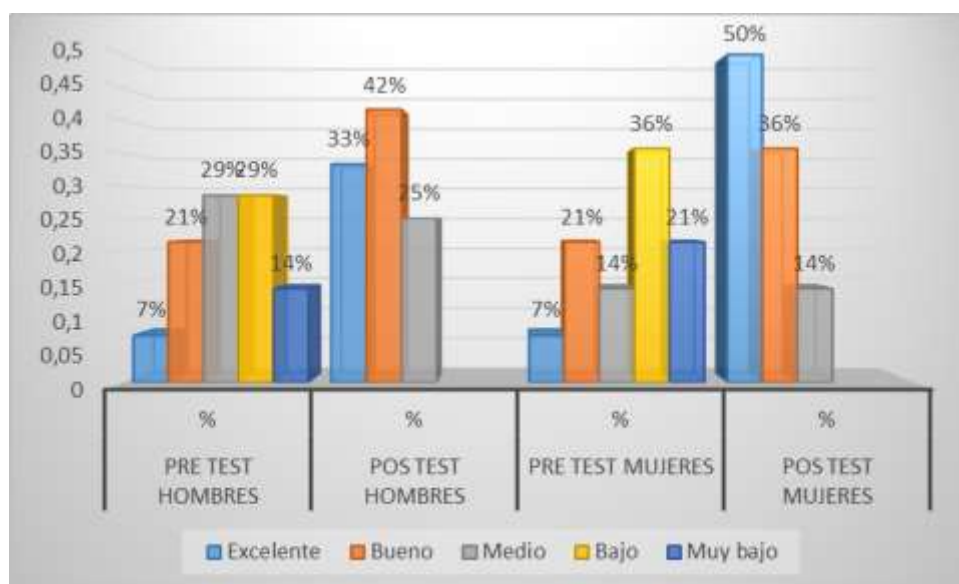


Figura 12: Salto en longitud.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

La habilidad de salto, en términos generales, se refiere a la capacidad de una persona para elevar su cuerpo desde el suelo con la ayuda de los músculos de las piernas y otros grupos musculares relacionados. Es una medida de la fuerza explosiva y la potencia muscular de una persona.

En el pre test, se observa que el 7% de los hombres se ubicaban en el nivel excelente, el 21% en el nivel bueno, el 29% en el nivel medio, y el 29% en el nivel bajo. Respecto a las

mujeres, el 7% se encontraba en el nivel excelente, el 21% en el nivel bueno, el 14% en el nivel medio, y el 14% en el nivel muy bajo. En el post test, se evidencia un cambio significativo en el desempeño. El 33% de los hombres logró alcanzar el nivel excelente, el 42% el nivel bueno, el 25% el nivel medio, y ningún individuo se encontraba en el nivel muy bajo. Por otro lado, entre las mujeres, el 50% se encontraba en el nivel excelente, el 36% en el nivel bueno, el 14% en el nivel medio, y el 0% en el nivel muy bajo.

Se evidencia una mejora global significativa en el desempeño tanto de hombres como de mujeres, se observa una mejora del 26% en el desempeño de los hombres y del 43% en el desempeño de las mujeres, desde el pre test al post test.

Tabla 14. Test de salto monopodales

Indicadores	Saltos Monopodales			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Muy bien	2	14%	6	43%
Bien	5	36%	8	57%
Deficiente	7	50%		
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Resultados obtenidos del Test aplicado a los deportistas del Club formativo Época en edades 10-11 años.

Autor: Paz (2023)

Figura 13

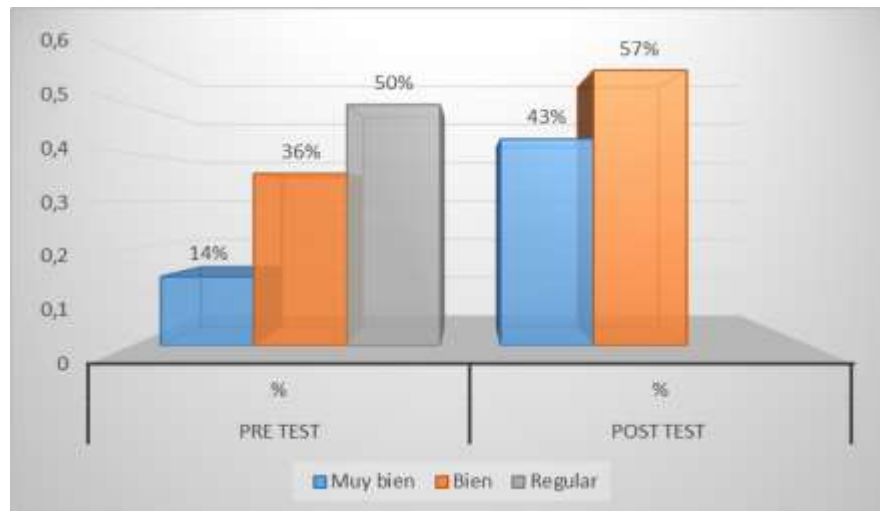


Figura 13: Saltos monopodales.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

El salto monopodal es un movimiento que implica saltar con un solo pie, manteniendo el equilibrio y la estabilidad del cuerpo durante el proceso.

En el pre test, se observa que el 14% de los participantes se ubicaban en el nivel "Muy bien", mientras que el 36% se encontraba en el nivel "Bien" y el 50% en el nivel "Regular". Respecto al post test, se evidencia un cambio significativo en el desempeño. El 43% de los participantes logró alcanzar el nivel "Muy bien", el 57% el nivel "Bien", y no se registraron datos para el nivel "Regular".

Estos resultados sugieren una mejora global del 62% en el desempeño de los participantes después de la intervención, reflejando un aumento en los niveles de desempeño "Muy bien" y "Bien", mientras que el nivel "Regular" no mostró cambios significativos.

Ficha de observación de los fundamentos básicos del minibasket en los deportistas del club formativo época 2023

Tabla. 15 Test de pase pecho fase de preparación

Indicadores	Fase de Preparación del pase de pecho			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	8	57%		0%
Bien	3	21%	6	43%
Muy Bien	3	21%	8	57%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023)

Figura 14

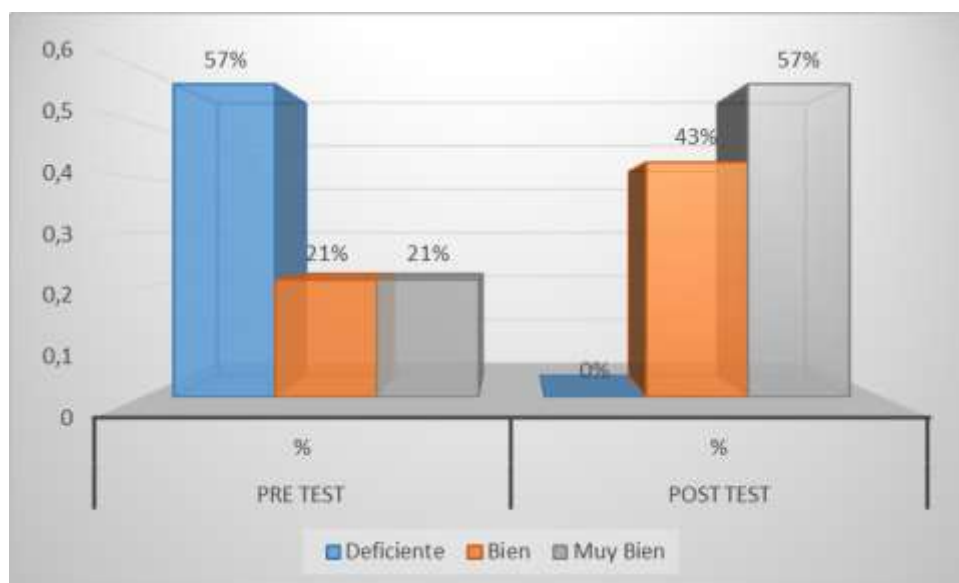


Figura 14: Fase de Preparación del pase de pecho.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

El pase de pecho es la técnica en la cual el jugador toma el balón con ambas manos lo pone a la altura del pecho y realiza un lanzamiento a su compañero con la fuerza y dirección suficiente para que le llegue a la misma altura. En la fase de preparación el jugador debe; localizar el objetivo sin mirarlo, la postura del cuerpo es equilibrada, las manos están ligeramente detrás del balón, las manos están en posición relajada, el balón sale frente del pecho y los codos se encuentran hacia dentro.

En el total de los deportistas a quienes se les aplicó el pre test del pase de pecho en la fase de preparación, el 57% se encontraba en un nivel deficiente, el 21% en un nivel bien y otro 21% en un nivel muy bien. En el post test, el 43% de los deportistas se encontraba en un nivel muy bien y el 57% en un nivel bien.

Por lo tanto, los resultados del estudio indican una mejora significativa en el nivel de ejecución del pase de pecho en los deportistas que participaron en la fase de preparación. Un 58% de los deportistas que realizaron el post test mejoraron su nivel de ejecución hasta alcanzar un nivel muy bien.

Tabla 16. Test de fase de ejecución del pase de pecho

Indicadores	Fase de Ejecución del Pase de Pecho			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	10	71%		0%
Bien	3	21%	5	38%
Muy Bien	1	7%	8	62%
Total	14	100%	13	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz, (2023)

Figura 15

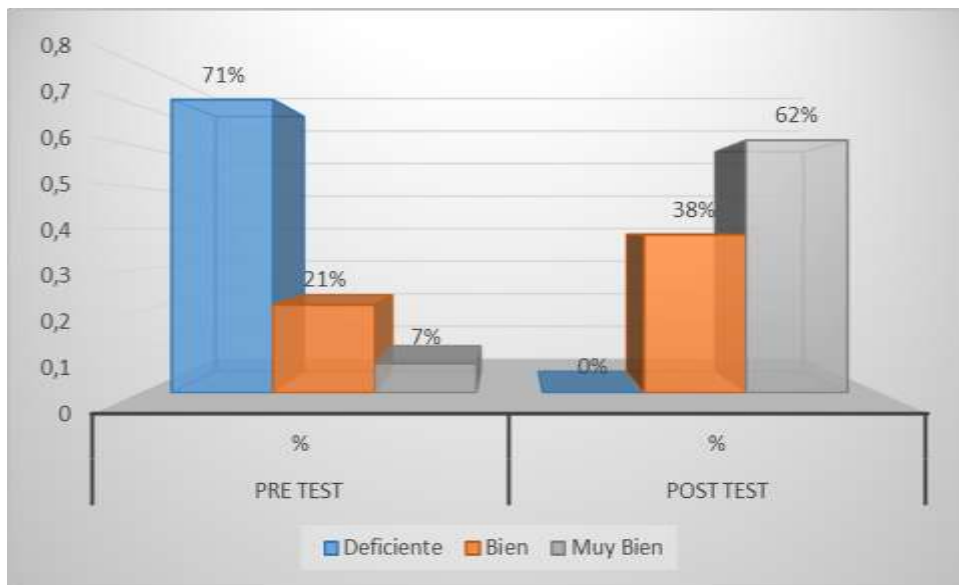


Figura 15: Fase de ejecución del pase de pecho.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis e interpretación de datos

El pase de pecho es la técnica en la cual el jugador toma el balón con ambas manos lo pone a la altura del pecho y realiza un lanzamiento a su compañero con la fuerza y dirección suficiente para que le llegue a la misma altura. En la fase de ejecución el jugador debe; Localizar el objetivo sin mirarlo, mirar a otro sitio o finta antes de pasar, realiza un paso en dirección del pase, extender las rodillas, espaldas y brazos, utiliza la fuerza de las muñecas y dedos, iguala la fuerza de ambas manos, impulsa el balón con dedo índice y corazón y bota el balón a la altura del pecho.

En el total de los deportistas que se aplicó el pre test del pase de pecho en la fase de ejecución el 7% de los estudiantes se encuentran muy bien, el 21% se encuentra bien y el 71% en deficiente; mientras que en el post test el 62% se encuentra muy bien, el 38% se encuentra bien.

Esto deduce que existió una mejora en la realización del pase de pecho en la fase de ejecución de los deportistas en donde 79% mejoraron su desempeño en el pase de pecho, pasando de un nivel deficiente a un nivel muy bien o bien.

Tabla 17. Test de seguimiento pase pecho

Indicadores	Fase de Seguimiento del Pase de Pecho			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	9	64%		0%
Bien	3	21%	3	21%
Muy Bien	2	14%	11	79%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo "Época"

Autor: Paz (2023)

Figura 16

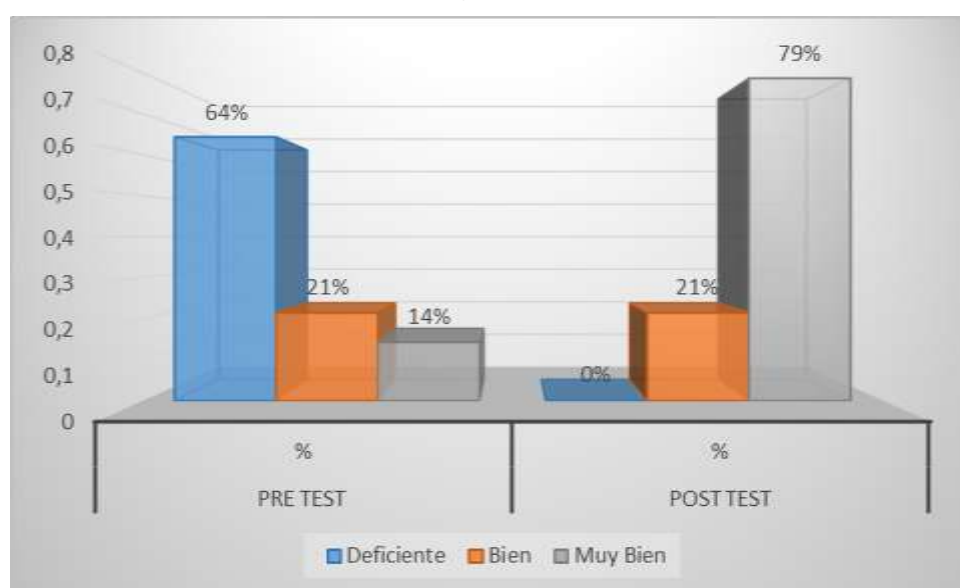


Figura 16: Fase de seguimiento del Pase de pecho.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

El pase de pecho es la técnica en la cual el jugador toma el balón con ambas manos lo pone a la altura del pecho y realiza un lanzamiento a su compañero con la fuerza y dirección suficiente para que le llegue a la misma altura. En la fase de ejecución el jugador debe; Localizar el objetivo sin mirarlo, mirar a otro sitio o finta antes de pasar, realiza un paso en dirección del pase, extender las rodillas, espaldas y brazos, utiliza la fuerza de las muñecas y dedos, iguala la fuerza de ambas manos, impulsa el balón con dedo índice y corazón y bota el balón a la altura del pecho.

En el pre test de pase de pecho en la fase de seguimiento el 14% de los deportistas se encuentran muy bien, el 21% se encuentra bien y el 64% en deficiente; mientras que en el post test el 79% se encuentra muy bien, el 21% se encuentra bien.

Esto deduce que existió una mejora global del 65% en la realización del pase de pecho en la fase de seguimiento en donde los deportistas mejoraron su desempeño, pasando de un nivel deficiente a un nivel muy bien o bien.

Tabla 18. Test de pase pecho

Indicadores	Pase de Pecho			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	10	71%		0%
Bien	3	21%	2	14%
Muy Bien	1	7%	12	86%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023)

Figura 17

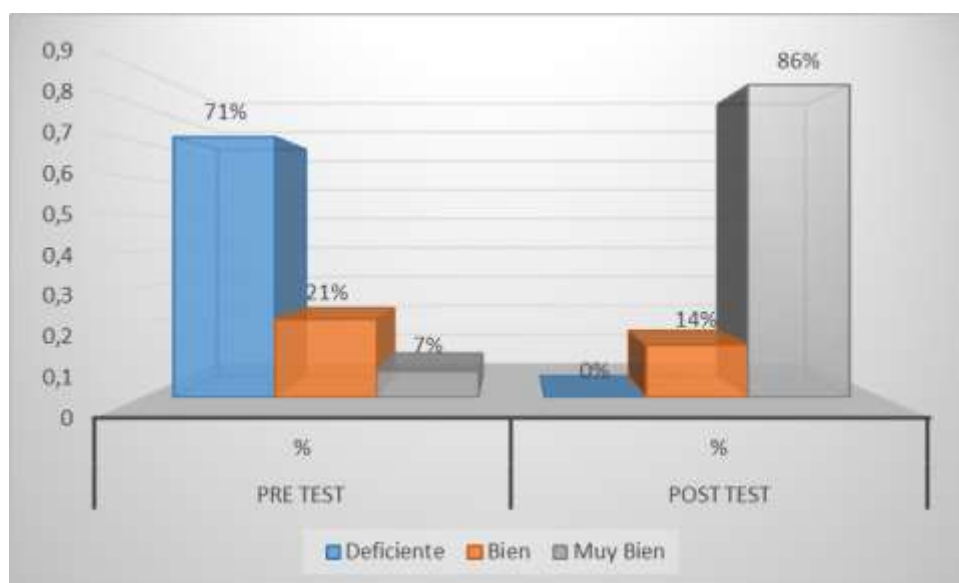


Figura 17: Pase de pecho.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

Evaluar la ejecución técnica del pase de pecho. Para la ejecución de esta prueba, nos ubicamos en parejas a una distancia de 4 metros a la señal del controlador, realizan de forma ininterrumpida el pase de pecho durante 30 segundos, se realizarán tres intentos y se calculará el promedio de ellos. El pase de pecho es la técnica en la cual el jugador toma el balón con ambas manos lo pone a la altura del pecho y realiza un lanzamiento a su compañero con la

fuerza y dirección suficiente para que le llegue a la misma altura. Para realizar correctamente esta acción técnica, presentamos la fase de preparación, la fase de ejecución y la fase de seguimiento.

En el total de los estudiantes evaluados se obtuvo una técnica total de la realización del pase de pecho en el pre test de que el 7% se encuentran muy bien, el 28% bien y el 71% deficiente mientras que en el post test el 86% se encuentra muy bien, el 14% se encuentra bien.

Esto deduce que existió una mejora en la acción técnica en cada una de las fases evaluadas del pase de pecho de los deportistas en cada una de las fases de realización del pase de pecho en del 72%.

Tabla 19. Test de fase de preparación del pase por sobre la cabeza

Fase de Preparación del Pase por Sobre la Cabeza				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	10	71%		0%
Bien	3	21%	6	43%
Muy Bien	1	7%	8	57%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo "Época"

Autor: Paz (2023)

Figura 18

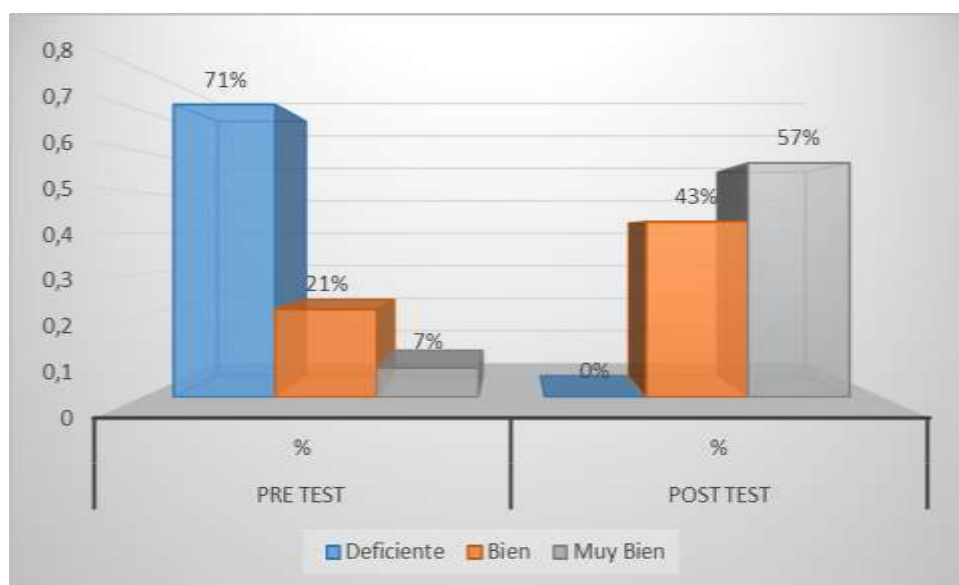


Figura 18: fase de preparación del pase por sobre la cabeza

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

El pase por encima de la cabeza exige una técnica precisa. En la fase de preparación, sin perder de vista el objetivo, adoptamos una postura equilibrada. Las manos se ubican ligeramente detrás del balón, que se eleva por encima de la frente con los codos flexionados hacia el cuerpo. Para el lanzamiento, los brazos se extienden ligeramente flexionados, sin presionar el balón. Este se impulsa con un movimiento combinado de brazos y tronco, que desplaza el peso corporal hacia adelante. La extensión final de los brazos asegura la tensión y precisión de la trayectoria

En el Pre Test, se identificó que el 71% de los participantes demostraron una ejecución deficiente, el 21% mostró un desempeño considerado como bueno, y el 7% logró un nivel muy bueno. En el Pos Test, se observó una mejora significativa en la ejecución del pase: el 57% de los participantes alcanzaron un nivel muy bueno, el 43% demostró un desempeño bueno.

Estos resultados indican una notable mejoría en la fase de preparación del pase por Sobre la Cabeza después de la fase de preparación del 72%, donde se evidenció un aumento en el porcentaje de participantes que alcanzaron niveles más altos de ejecución.

Tabla 20. Test fase de ejecución del pase por sobre la cabeza

Fase de Ejecución del Pase por Sobre la Cabeza				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	9	64%		0%
Bien	3	21%	3	21%
Muy Bien	2	14%	11	79%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 19

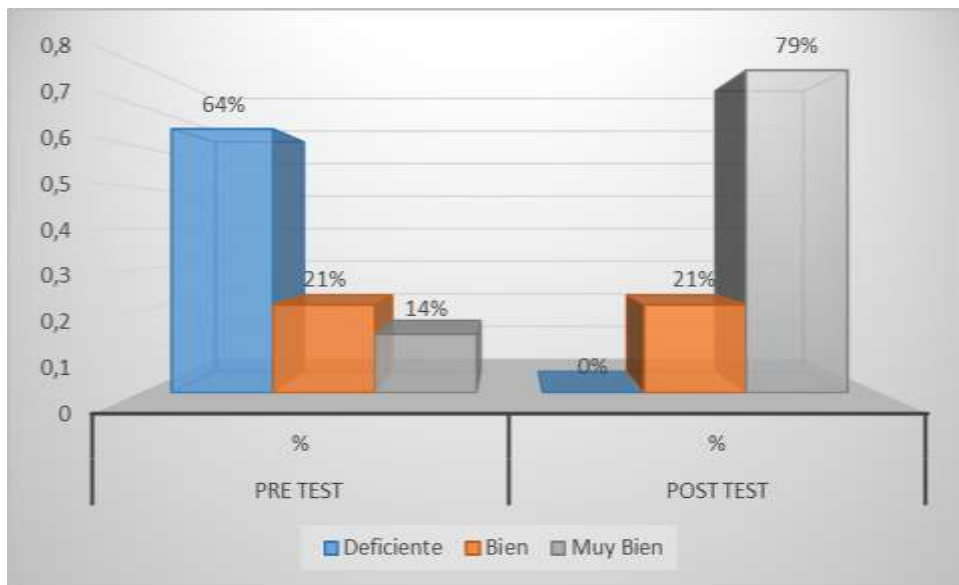


Figura 19: fase de ejecución del pase por sobre la cabeza.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

El pase sobre la cabeza se lleva a cabo con los brazos estirados, pero algo doblados, sin ejercer mucha presión sobre el balón. Se debe posicionar un poco retrasado y por encima de la cabeza para ser lanzado con un impulso generado por los brazos y el tronco. Se realiza una ligera flexión del cuerpo hacia adelante mientras se extienden los brazos para mantener la trayectoria tensa. Durante la ejecución, el estudiante busca el objetivo sin mirarlo directamente, desviando la mirada o realizando una finta antes de realizar el pase. Avanza un paso hacia la dirección del pase, estira las rodillas, la espalda y los brazos, dobla la muñeca y los dedos, y finalmente impulsa el balón con los dedos índice y corazón.

En el Pre Test, se encontró que el 64% de los participantes mostraban una ejecución deficiente del pase por sobre la cabeza, seguido por un 21% con un desempeño considerado como "bien" y un 14% con un nivel de ejecución "muy bien". Tras la intervención (Post Test), se evidenció una notable mejora en la ejecución del pase por sobre la cabeza. El 21% mostró un desempeño "bien". Sorprendentemente, el 79% de los participantes alcanzaron un nivel de ejecución "muy bien", representando una significativa mejoría.

En resumen, es importante resaltar que los resultados del Post Test reflejan una notable de 65% progresión en la fase de ejecución del pase por sobre la cabeza, indicando una efectiva repercusión de la intervención realizada.

Tabla 21. Test de fase de seguimiento del pase por sobre la cabeza

Fase de seguimiento del pase por sobre la cabeza				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	10	71%		0%
Bien	3	21%	5	36%
Muy Bien	1	7%	9	64%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 20

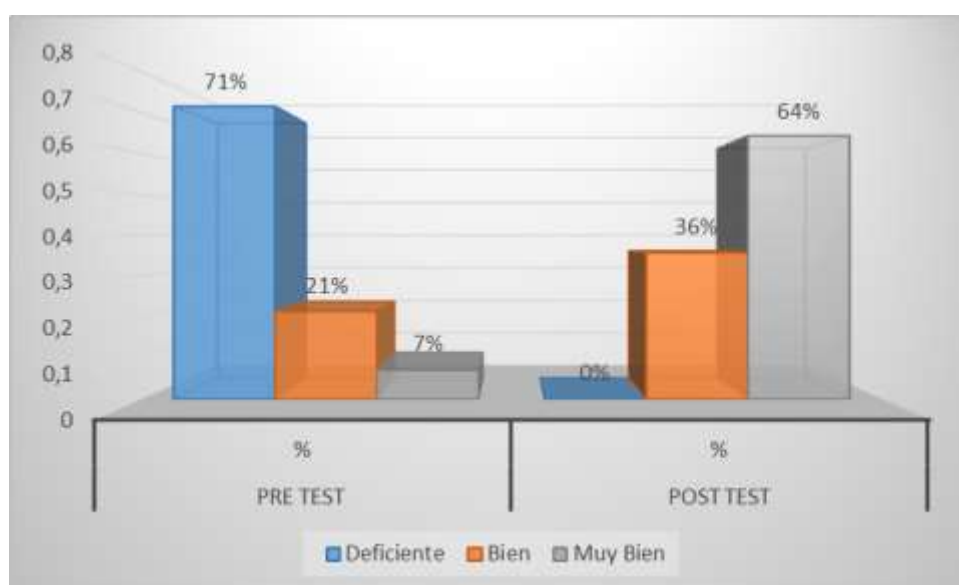


Figura 20: fase de seguimiento del pase por sobre la cabeza

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

El lanzamiento por encima de la cabeza se efectúa con los brazos estirados, aunque algo flexionados, y sin ejercer una gran presión sobre el balón. El balón se lleva un poco hacia atrás y por encima de la cabeza para ser lanzado con un impulso que involucra tanto los brazos como el tronco, desplazando el peso del cuerpo hacia adelante con una ligera inclinación, mientras que la extensión de los brazos asegura la precisión de la trayectoria. Durante la fase de seguimiento, el estudiante localiza el objetivo, mantiene los brazos extendidos con las palmas hacia abajo y los dedos apuntando hacia el objetivo.

En el Pre Test, se encontró que el 71% de los participantes mostraron un desempeño deficiente, el 21% un desempeño bien, y el 7% un desempeño muy bien. En el Pos Test, se

observó una mejora significativa: el 36% un desempeño bien, y el 64% un desempeño muy bien.

Estos resultados indican una mejora general de un 72% en el desempeño de los participantes en la fase de seguimiento del pase por sobre la cabeza, con un aumento notable en el número de participantes que lograron un desempeño muy bien, pasando del 7% al 64%.

Tabla 22. Test de pase por sobre la cabeza

Pase por sobre la cabeza				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	9	64%		%
Bien	3	21%	6	43%
Muy Bien	2	14%	8	57%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 21

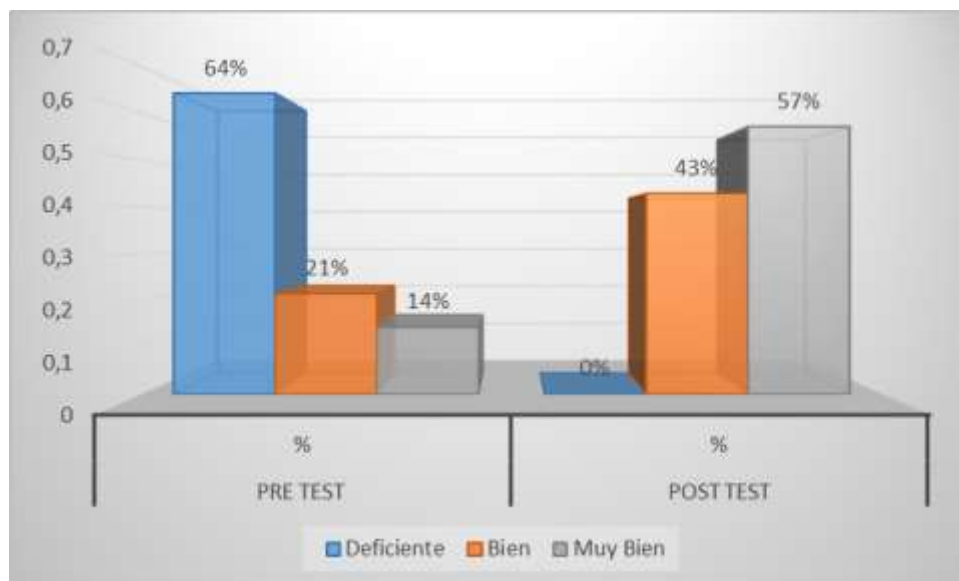


Figura 21: *pase por sobre la cabeza.*

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

La evaluación de la técnica de ejecución del pase por encima de la cabeza implica situarnos en parejas a una distancia de 4 metros al recibir la señal del coordinador. Durante 30 segundos, se realiza de manera continua el pase por sobre la cabeza, con tres intentos en total,

calculando luego el promedio de los resultados obtenidos. Este tipo de pase se ejecuta manteniendo los brazos extendidos, aunque con una ligera flexión, y sin aplicar una presión excesiva al balón. Se lleva el balón un poco retrasado y por encima de la cabeza, lanzándolo mediante un impulso que involucra los brazos y el tronco. Durante este proceso, una ligera flexión del tronco adelanta el peso del cuerpo, al mismo tiempo que la extensión de los brazos asegura la precisión de la trayectoria.

En el Pre Test, el 64% de los participantes mostraron un desempeño deficiente en el pase por sobre la cabeza, seguido por el 21% con un nivel de desempeño clasificado como bien y el 14% con un desempeño considerado muy bien. En el Post Test, el 43% logra un nivel de desempeño bien y el 57% alcanza un nivel de desempeño muy bien.

Por lo tanto, la mejora global en el desempeño entre el Pre Test y el Post Test en la técnica de "Pase por sobre la cabeza" es del 65%. Esto indica un aumento significativo en el número de participantes que lograron niveles de desempeño "Bien" y "Muy Bien" después de la intervención.

Tabla 23. Test de fase de preparación del pase béisbol brazo izquierdo

Fase de preparación del pase de béisbol brazo izquierdo				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	10	71%		0%
Bien	3	21%	7	50%
Muy Bien	1	7%	7	50%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 22

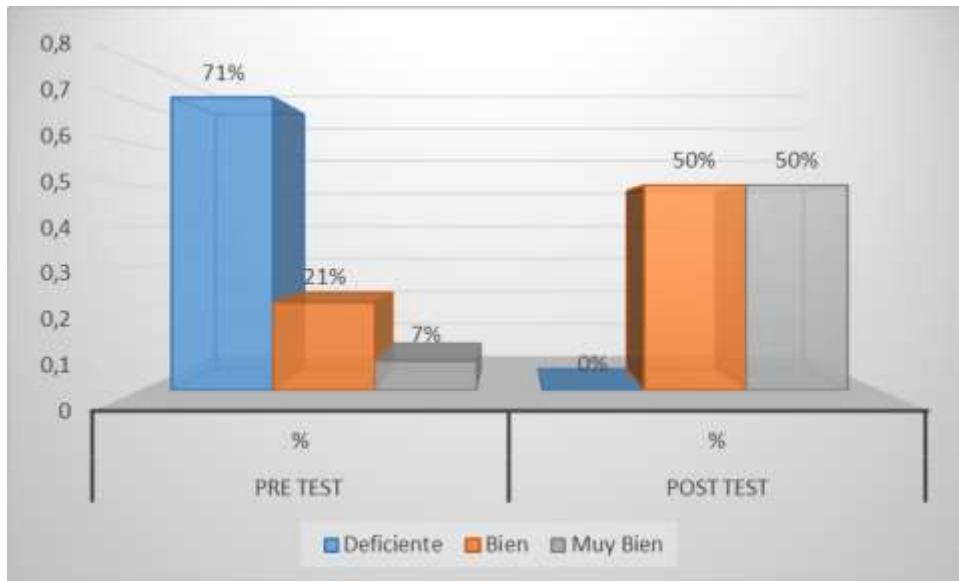


Figura 22: fase de preparación del pase béisbol brazo izquierdo
Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

La técnica para realizar el pase de béisbol implica colocar el balón sobre y detrás de la oreja del hombro del brazo que lanzará. Al mismo tiempo, se extiende el otro brazo en la dirección del lanzamiento mientras se avanza con la pierna más adelantada en la misma dirección. Durante el lanzamiento, se transfiere el peso del cuerpo de la pierna trasera a la pierna delantera. El balón se libera con el brazo extendido completamente, permitiendo que la pierna trasera siga el impulso del cuerpo hasta que todos los movimientos se completen de manera equilibrada. Durante la fase de preparación, el estudiante enfoca el objetivo sin mirarlo directamente, mantiene una postura equilibrada con el cuerpo inclinado ligeramente hacia un lado, concentra el peso en el pie trasero (el pivote), la mano de pase se sitúa detrás del balón mientras que la otra mano está delante, las manos se encuentran relajadas, el balón se ubica junto a la oreja, y el codo está hacia adentro.

En el Pre Test, se identificó que el 71% de los participantes presentaban un desempeño deficiente en la técnica del pase, seguido por el 21% que lo ejecutaban de manera aceptable (Bien), y solo el 7% lo realizaban de forma óptima (Muy Bien). En el Post Test, se evidenció una mejora significativa en la ejecución del pase: el 50% de los participantes lograron un desempeño Muy Bien, el 50% lo hicieron Bien.

Estos resultados evidencian un avance notable de un 72% en fase de preparación del pase béisbol brazo izquierdo.

Tabla 24. Test fase de ejecución pase de béisbol brazo izquierdo

Fase de ejecución pase de béisbol brazo izquierdo				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	9	64%		
Bien	3	21%	5	36%
Muy Bien	2	14%	9	64%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 23

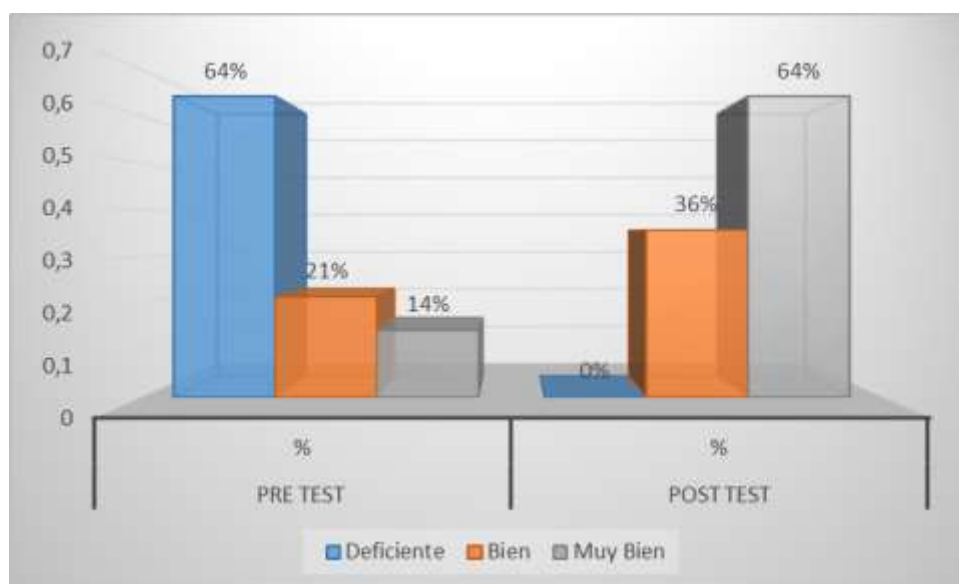


Figura 22: fase de ejecución del pase béisbol brazo izquierdo

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

La técnica para realizar el pase de béisbol implica llevar el balón sobre y detrás de la oreja del hombro del brazo que realizará el lanzamiento. Al mismo tiempo, se estira el otro brazo hacia la dirección del lanzamiento mientras se da un paso (en la misma dirección) con la pierna más adelantada. Se lanza el balón mientras se transfiere el peso del cuerpo de la pierna trasera a la que está adelantada. Se libera el balón con una extensión completa del brazo y se permite que la pierna trasera siga el impulso del cuerpo hasta que todos los movimientos se completen de manera equilibrada. Durante la fase de ejecución, el estudiante

enfoca el objetivo sin mirarlo directamente, dirige la mirada a otro lugar o realiza un movimiento falso antes de realizar el pase. Se da un paso en dirección del pase, se estiran las rodillas, la espalda y los brazos, las manos permanecen en el balón hasta soltarlo, y se impulsa el balón con el dedo índice y el corazón.

En el pre test, se identificó que el 64% de los participantes mostraron un desempeño deficiente, seguido por el 21% con un nivel bien y el 14% con un nivel muy bien. Posteriormente, en el post test, se evidenció una mejora significativa, donde el 7% demostró un desempeño deficiente, el 29% un nivel bien, y el 64% un nivel muy bien.

En resumen, se evidencia una mejora global del 65% durante ejecución del pase de béisbol con el brazo izquierdo.

Tabla 25. Test de fase de seguimiento pase de béisbol brazo izquierdo

Fase de seguimiento pase de béisbol brazo izquierdo				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	11	79%		0%
Bien	2	14%	6	43%
Muy Bien	1	7%	8	57%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 24

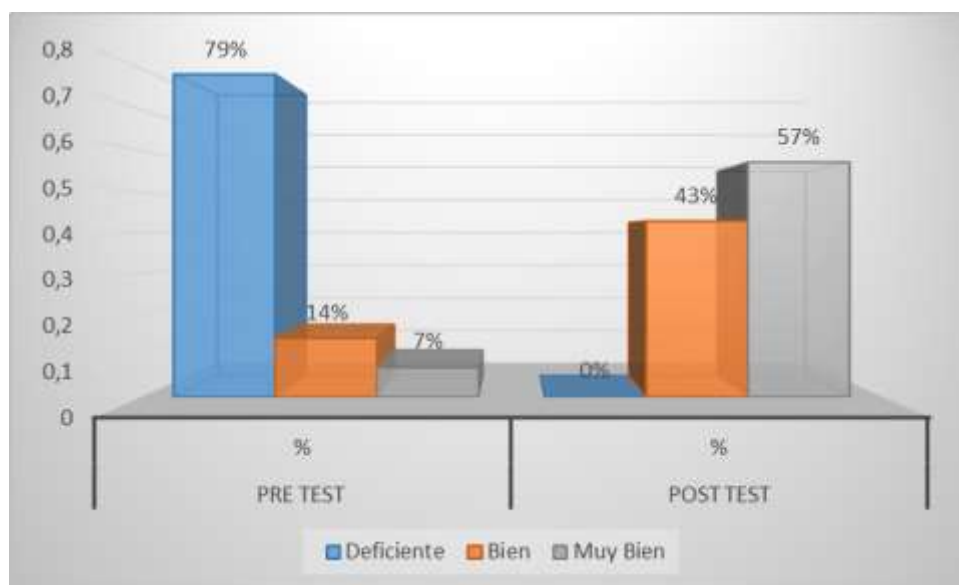


Figura 23: fase de seguimiento pase de béisbol brazo izquierdo

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

La técnica de lanzamiento de béisbol implica colocar el balón sobre y detrás de la oreja del hombro del brazo utilizado para lanzar. Al mismo tiempo, se extiende el otro brazo hacia la dirección del lanzamiento mientras se avanza con la pierna más adelantada en la misma dirección. Durante el lanzamiento, el peso del cuerpo se transfiere de la pierna trasera a la delantera. El balón se libera con el brazo completamente extendido, permitiendo que la pierna trasera siga el impulso del cuerpo hasta que todos los movimientos se completen de manera equilibrada. Durante la fase de seguimiento, el estudiante identifica el objetivo, mantiene el brazo extendido con la palma hacia abajo y los dedos apuntando hacia el objetivo

En el análisis de los resultados, se observa que, en el pre test, el 79% de los participantes mostró un desempeño deficiente en el pase de béisbol con el brazo izquierdo, mientras que el 14% se desempeñó bien y el 7% muy bien. el post test, se registró una mejora significativa en el desempeño de los participantes. El 57% de los participantes logró un desempeño muy bueno, el 43% obtuvo una calificación de bien.

Por otra estos resultados indican una mejora general 79% en el desempeño de los participantes en el pase de béisbol con el brazo izquierdo en la fase de seguimiento.

Tabla 26. Test de pase de béisbol brazo izquierdo

Pase de béisbol brazo izquierdo				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	8	57%		0%
Bien	4	29%	3	14%
Muy Bien	2	14%	11	79%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 25

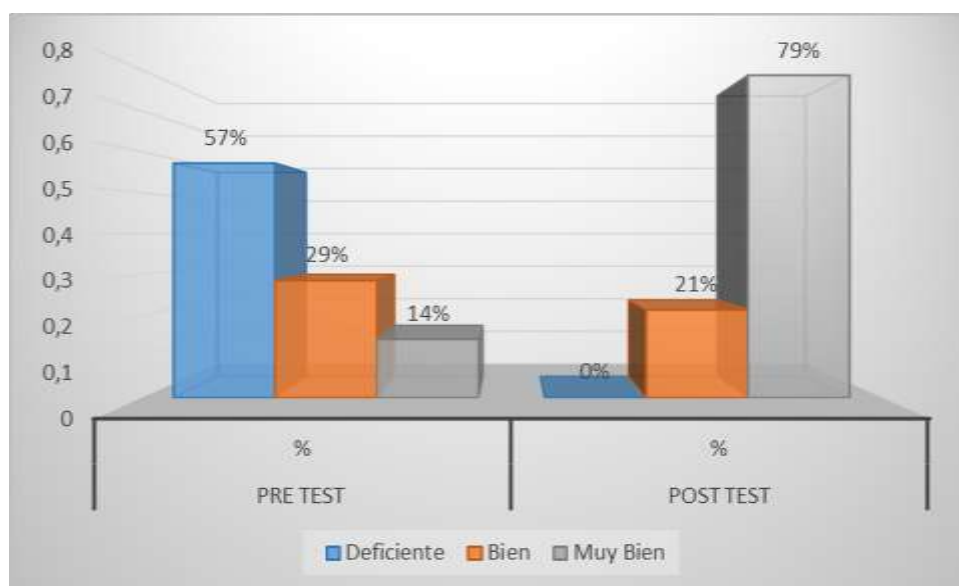


Figura 24: pase de béisbol brazo izquierdo

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

En la técnica del pase de béisbol, se posiciona el balón sobre y detrás de la oreja del hombro del brazo que va a lanzar. Simultáneamente, se estira el otro brazo hacia la dirección del lanzamiento mientras se da un paso con la pierna más adelantada en la misma dirección. Durante el lanzamiento, se mueve el peso del cuerpo de la pierna trasera hacia la delantera. Se libera el balón con el brazo extendido completamente y se permite que la pierna trasera siga el impulso del cuerpo hasta completar todos los movimientos de manera equilibrada. Durante la fase de seguimiento, el estudiante enfoca el objetivo, manteniendo el brazo extendido con la palma hacia abajo y los dedos apuntando hacia el objetivo.

En el análisis de los resultados del pase de béisbol brazo izquierdo, se observa una mejora significativa en el desempeño de los participantes entre el pre test y el post test. En el pre test, se identificó que el 57% de los participantes presentaban un desempeño deficiente, el 29% un desempeño bien, y el 14% un desempeño muy bien. Por otro lado, en el post test, se observa que s el 21% un desempeño bien, y el 79% un desempeño muy bien.

Estos resultados sugieren una mejora global de un 57% en la ejecución del pase de béisbol brazo izquierdo después de la intervención. Específicamente, se evidencia un incremento en el porcentaje de participantes que lograron un desempeño clasificado como "muy bien" en el post test, lo que indica un progreso positivo en la habilidad evaluada. La

intervención parece haber tenido un impacto significativo en la mejora de la técnica y ejecución del pase de béisbol brazo izquierdo entre los participantes evaluados.

Tabla 27. Test de fase de preparación del pase de béisbol brazo derecho

Fase de preparación del pase de béisbol Brazo derecho				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	8	57%		%
Bien	4	29%	3	21%
Muy Bien	2	14%	11	79%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo "Época" Autor: Paz (2023).

Figura 26

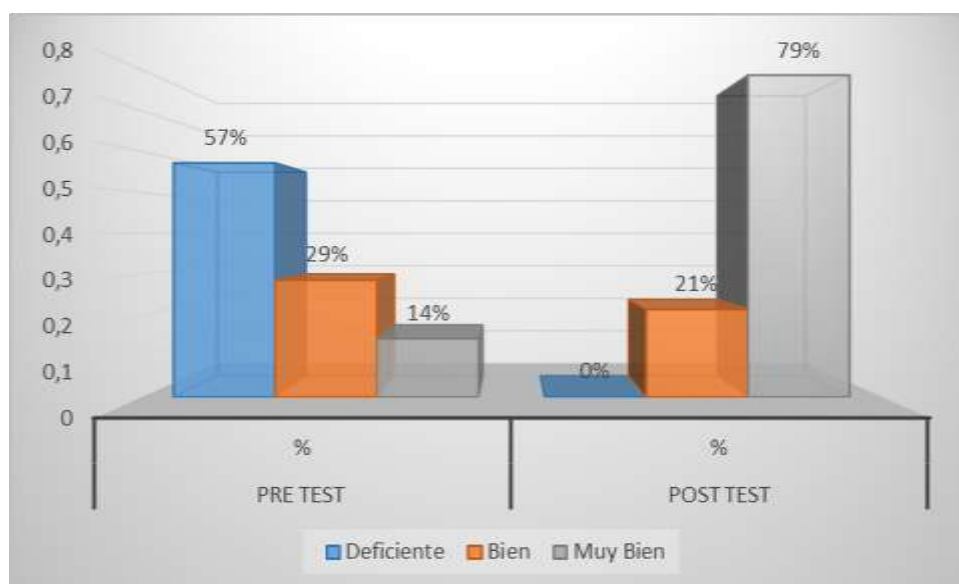


Figura 26: fase de preparación del pase de béisbol brazo derecho.
Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

La técnica para realizar el pase de béisbol implica llevar el balón sobre y detrás de la oreja del hombro del brazo que va a lanzar. Al mismo tiempo, el otro brazo se extiende hacia la dirección del lanzamiento mientras se avanza un paso (en la misma dirección) con la pierna más adelantada. Durante el lanzamiento, se transfiere el peso del cuerpo de la pierna trasera a la que está adelantada. Se libera el balón con una extensión completa del brazo y se permite que la pierna trasera siga el impulso del cuerpo hasta que se completen todos los movimientos de manera equilibrada. Durante la fase de preparación, el estudiante identifica el objetivo sin mirarlo directamente, manteniendo una postura equilibrada con el cuerpo ligeramente inclinado hacia un lado. El peso se distribuye sobre el pie más retrasado (pivote), con una

mano detrás del balón y la otra delante. Las manos están relajadas, el balón se encuentra junto a la oreja, y el codo se mantiene hacia adentro.

En el pre test, se observa que el 57% de los participantes presentaban un nivel deficiente en el pase de béisbol con el brazo derecho, mientras que el 29% lo realizaban de manera adecuada (bien) y el 14% demostraba un desempeño excelente (muy bien). En el post test, se evidencia una mejora significativa: el 79% logró ejecutar el pase de manera sobresaliente, el 21% mantuvo un nivel bien.

Estos resultados sugieren una notable progresión en la ejecución del pase de béisbol con el brazo derecho tras la fase de preparación, evidenciando un incremento considerable del 57% en el número de participantes que lograron ejecutar la técnica de manera óptima.

Tabla 28. Test de fase de ejecución del pase de béisbol brazo derecho

Indicadores	Fase de ejecución del pase de béisbol Brazo derecho			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	8	57%	0	0%
Bien	5	36%	4	29%
Muy Bien	1	7%	10	71%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 27

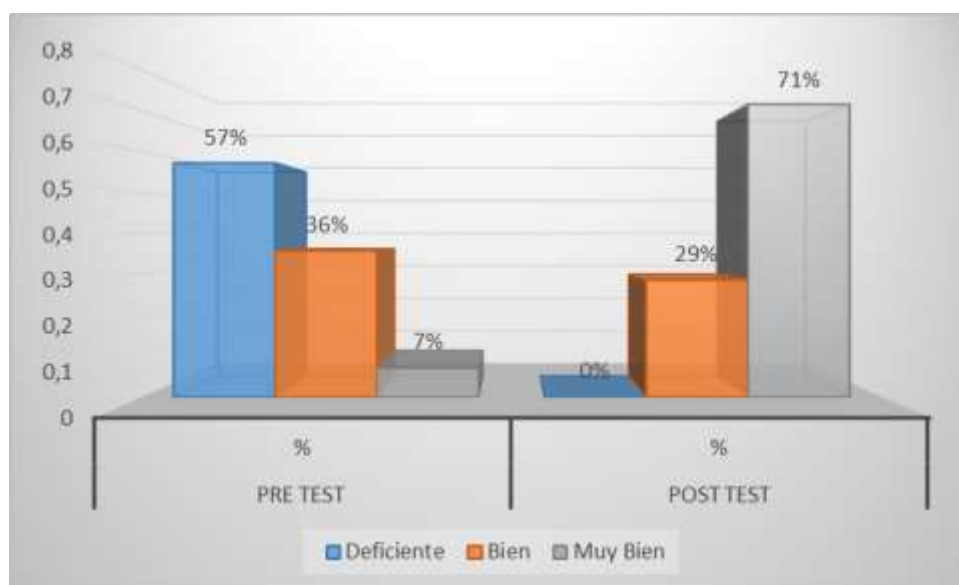


Figura 27: fase de ejecución del pase de béisbol brazo derecho.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

La técnica para ejecutar el pase de béisbol implica llevar el balón sobre y detrás de la oreja del hombro del brazo que realizará el lanzamiento. Inmediatamente, el otro brazo se extiende hacia la dirección del lanzamiento al mismo tiempo que se da un paso con la pierna más adelantada en la misma dirección. Durante el lanzamiento, se traslada el peso del cuerpo de la pierna trasera a la que está adelantada. Se libera el balón con una extensión completa del brazo y se permite que la pierna trasera siga el impulso del cuerpo hasta que todos los movimientos se completen de manera equilibrada. Durante la fase de ejecución del pase de béisbol, el estudiante busca el objetivo sin mirarlo directamente, desvía la mirada o hace un movimiento falso antes de realizar el pase. Avanza un paso en dirección del pase, estira las rodillas, la espalda y los brazos, manteniendo las manos en el balón hasta soltarlo, y finalmente impulsa el balón con el dedo índice y el corazón.

En el pre test, se encontró que el 57% de los participantes demostraron un desempeño deficiente, el 36% mostró un desempeño bueno, y solo el 7% exhibió un desempeño muy bueno. En total, se evaluaron 14 participantes. En el post test, los resultados mejoraron significativamente. El 71% de los participantes demostraron un desempeño muy bueno, el 29% un desempeño bueno,

En conclusión, estos resultados indican una mejora notable del 57% en la ejecución del pase de béisbol con el brazo derecho después de la intervención.

Tabla 29. Test de fase de seguimiento de pase béisbol brazo derecho

Indicadores	Fase de seguimiento del pase de béisbol Brazo derecho		Post Test	
	Pre Test		F	%
Deficiente	8	57%		0%
Bien	4	29%	4	29%
Muy Bien	2	14%	10	71%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 28

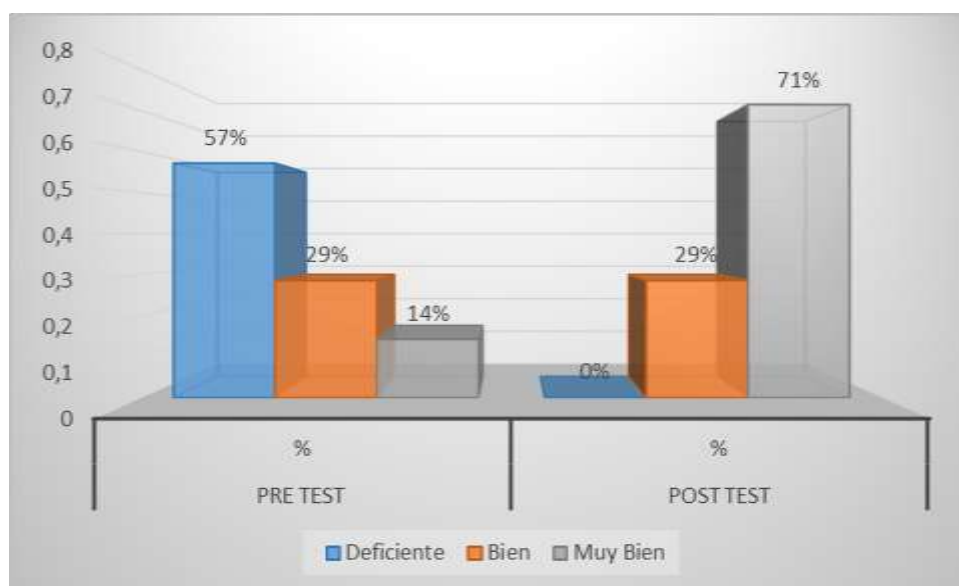


Figura 28: fase de seguimiento de pase béisbol brazo derecho.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

La técnica para realizar el pase de béisbol implica posicionar el balón sobre y detrás de la oreja del hombro del brazo que realizará el lanzamiento. De inmediato, el otro brazo se extiende hacia la dirección del lanzamiento al mismo tiempo que se da un paso (en la misma dirección) con la pierna más adelantada. Durante el lanzamiento, se transfiere el peso del cuerpo de la pierna trasera a la que está adelantada. Se libera el balón con una extensión completa del brazo y se permite que la pierna trasera siga el impulso del cuerpo hasta que todos los movimientos se completen de manera equilibrada. Durante la fase de seguimiento del pase de béisbol, el estudiante busca el objetivo, extendiendo el brazo con la palma de la mano hacia abajo y los dedos apuntando hacia el objetivo.

En el Pre Test, se identificó que el 57% de los participantes mostraban un desempeño deficiente, mientras que el 29% presentaba un nivel considerado como bien y el 14% exhibía un nivel muy bueno. Por otro lado, en el Pos Test, se evidenció una mejora notable, donde no se registraron participantes con desempeño deficiente. El 71% mostró un nivel muy bueno, seguido por el 29% que mantuvo un nivel considerado como bien.

En resumen, los resultados muestran una tendencia hacia un mejor desempeño en el Pos Test en comparación con el Pre Test, con un incremento significativo del 57% en el número de participantes que alcanzaron niveles de desempeño muy buenos.

Tabla 30. Test de pase béisbol brazo derecho

Pase de béisbol brazo derecho				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	10	71%		0%
Bien	3	21%	4	29%
Muy Bien	1	7%	10	71%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 29

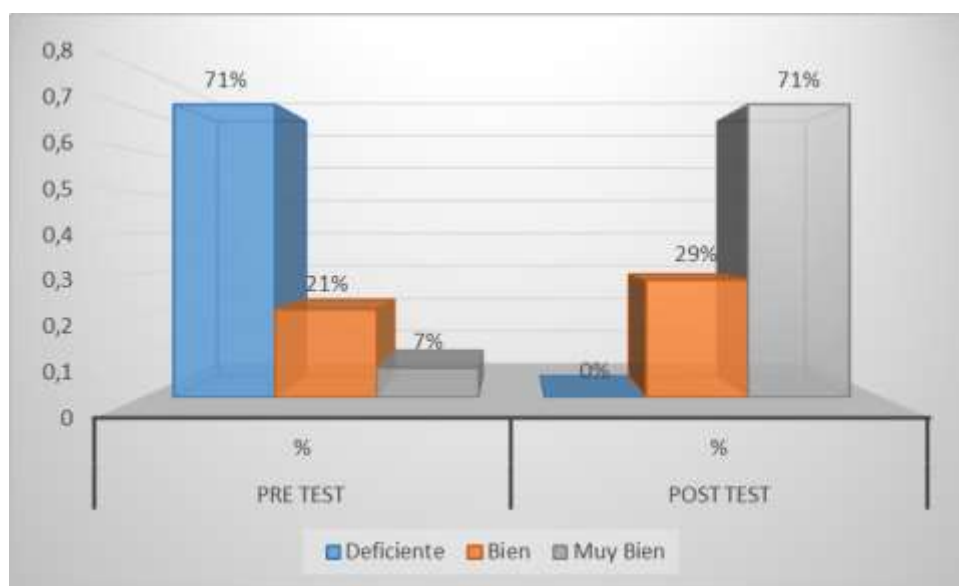


Figura 29: pase béisbol brazo derecho.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

La técnica para efectuar el pase de béisbol consiste en llevar el balón sobre y detrás de la oreja del hombro del brazo que realiza el lanzamiento. Simultáneamente, se estira el otro brazo hacia la dirección del lanzamiento mientras se avanza un paso (en la misma dirección) con la pierna más adelantada. Durante el lanzamiento, se transfiere el peso del cuerpo de la pierna trasera a la que está adelantada. Se libera el balón con una extensión completa del brazo y se permite que la pierna trasera siga el impulso del cuerpo hasta que todos los movimientos se completen de manera equilibrada.

En el análisis del pase de béisbol con el brazo derecho, se observan cambios significativos entre el Pre Test y el Pos Test en los diferentes indicadores. En el Pre Test, el

71% de los participantes mostró un desempeño deficiente, mientras que el 21% lo hizo de manera aceptable y solo el 7% demostró un desempeño muy bueno. Por otro lado, en el Pos Test, se observa una mejora considerable: el 71% de los participantes lograron un desempeño muy bueno, el 29% lo hizo de manera aceptable y no se registraron participantes con un desempeño deficiente.

En resumen, se evidencia una transformación positiva del 70% en el desempeño de los participantes en el pase de béisbol con el brazo derecho, pasando de un predominio de deficiencias a un mayor dominio de habilidades.

Tabla 32. Test de dribling de protección mano izquierda

Indicadores	Dribling de protección mano izquierda			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	10	71%	0	0%
Bien	3	21%	6	43%
Muy Bien	1	7%	8	57%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 30

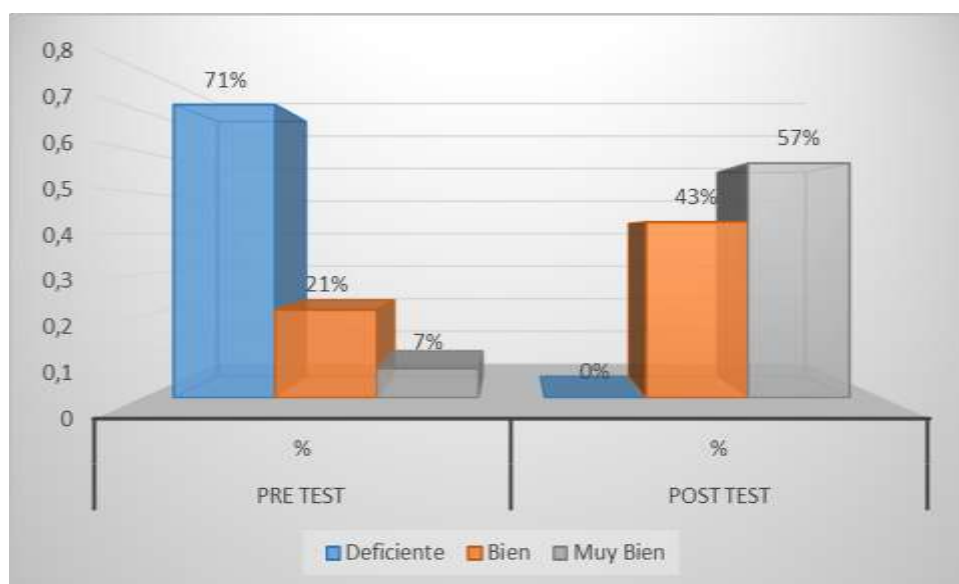


Figura 30: dribling de protección mano izquierda.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

La técnica de dribling de protección se lleva a cabo cuando se adopta una posición corporal más inclinada que la posición básica, con el fin de resguardar mejor el balón. Al mantener el cuerpo más inclinado, el dribling se realiza a una altura más baja, cercana a la rodilla de la pierna que queda más atrás. Por lo tanto, se avanza la pierna y el brazo opuesto a la mano que realiza el dribling; a este brazo se le denomina brazo de protección, ya que se sitúa delante del defensor, con la palma de la mano orientada hacia él. Este brazo no permanece rígido, sino que adopta una posición similar a la de un arco

En el Pre Test, se identificó que el 71% de los participantes tenían un desempeño deficiente, mientras que solo el 7% mostraba un nivel de habilidad adecuado. En contraste, en el Post Test, se evidenció una mejora considerable, donde el 57% de los participantes demostraron un desempeño "Muy Bien", Además, se registró un aumento en la categoría "Bien" del 21% al 43%.

Estos resultados sugieren una notable del 72% progresión en la ejecución del dribling con la mano izquierda tras la intervención.

Tabla 33. Test de dribling protección mano derecha

Indicadores	Dribling de protección mano derecha		Dribling de protección mano izquierda	
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	9	64%	0	0%
Bien	4	29%	4	29%
Muy Bien	1	7%	10	71%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 31

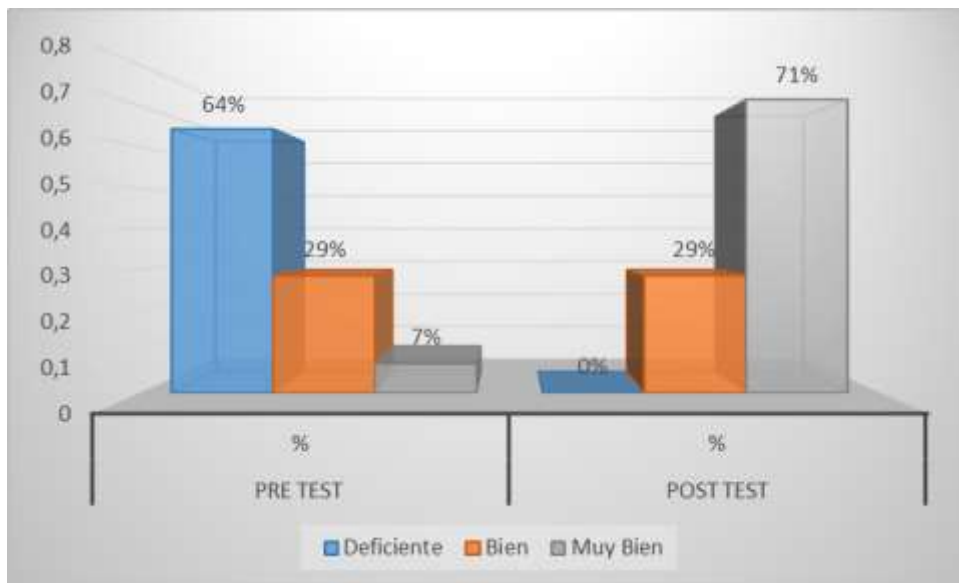


Figura 31: dribling protección mano derecha

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

La técnica de dribling de protección se emplea cuando se adopta una postura corporal más inclinada que la posición básica, con el fin de resguardar mejor el balón. Al mantener el cuerpo más inclinado, el dribling se realiza a una altura más baja, cerca de la rodilla de la pierna que está más atrás. Por lo tanto, se avanza la pierna y el brazo opuesto a la mano que efectúa el dribling; a este brazo se le denomina "brazo de protección", dado que se sitúa delante del defensor, con la palma de la mano dirigida hacia él. El brazo no permanece rígido, sino que adopta una posición similar a la de un arco.

Durante el Pre Test, se identificó que el 64% de los participantes mostraron un desempeño deficiente, mientras que el 29% lo hicieron bien y solo el 7% lo hicieron muy bien. Por otro lado, en el Pos Test, se evidencia una mejora notable: ningún participante mostró un desempeño deficiente, el 29% lo hizo bien y el 71% alcanzó un nivel de desempeño muy bien.

Estos resultados indican una progresión significativa en la ejecución del dribling de protección mano derecha tras la intervención, con una disminución notoria en la cantidad de participantes con un desempeño deficiente y un aumento sustancial del 64% en aquellos que lograron ejecutar la técnica de manera satisfactoria.

Tabla 34. Test de dribling de protección técnica total

Dribling de protección técnica total				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	11	79%	1	7%
Bien	2	14%	2	14%
Muy Bien	1	7%	11	79%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 32

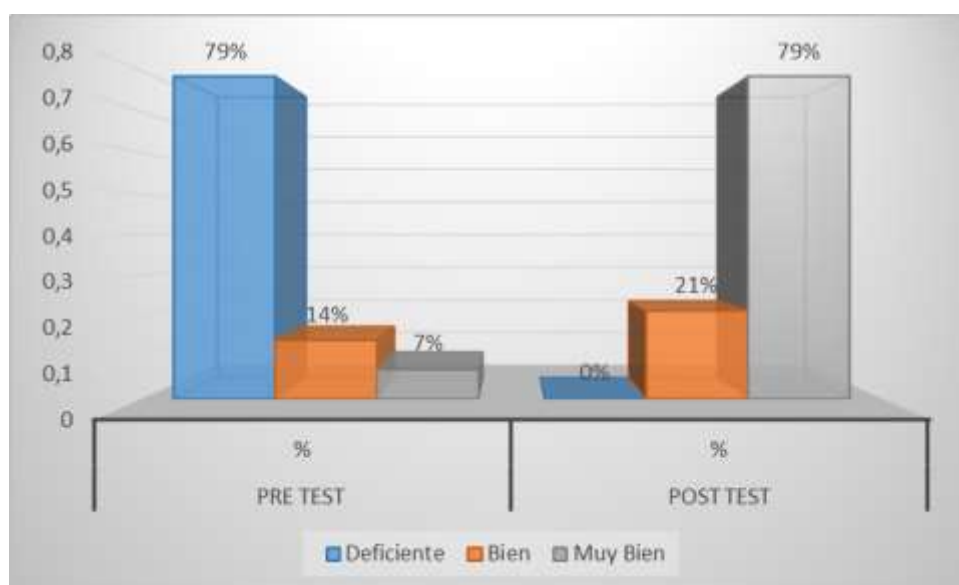


Figura 32: dribling de protección técnica total

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

Se procederá a evaluar la ejecución técnica del dribling de protección. Para llevar a cabo esta evaluación, se diseñará un circuito de ejercicios en la cancha. El participante deberá realizar el dribling en zigzag entre obstáculos dispuestos a una distancia de 1 metro entre cada uno. La distancia total del recorrido será de 10 metros, realizando ida y vuelta de manera continua. Se llevarán a cabo tres intentos alternando entre la mano derecha e izquierda, y se calculará el promedio de estos intentos.

En el Pre Test, el 79% de los participantes demostró un nivel deficiente, mientras que el 14% mostró un nivel bien y el 7% un nivel muy bien. En contraste, en el Pos Test, se evidenció una mejora significativa: el 79% alcanzó un nivel muy bien, el 21% un nivel bien y

Esto sugiere una notable evolución del 79% en el desempeño de los participantes en el dribling de protección técnica total, con una marcada preferencia hacia un nivel muy bien en el Pos Test en comparación con el Pre Test.

Tabla 35. Test de dribling de velocidad mano izquierda

Dribling de velocidad mano izquierda				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	12	86%		0%
Bien	1	7%	4	29%
Muy Bien	1	7%	10	71%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 33

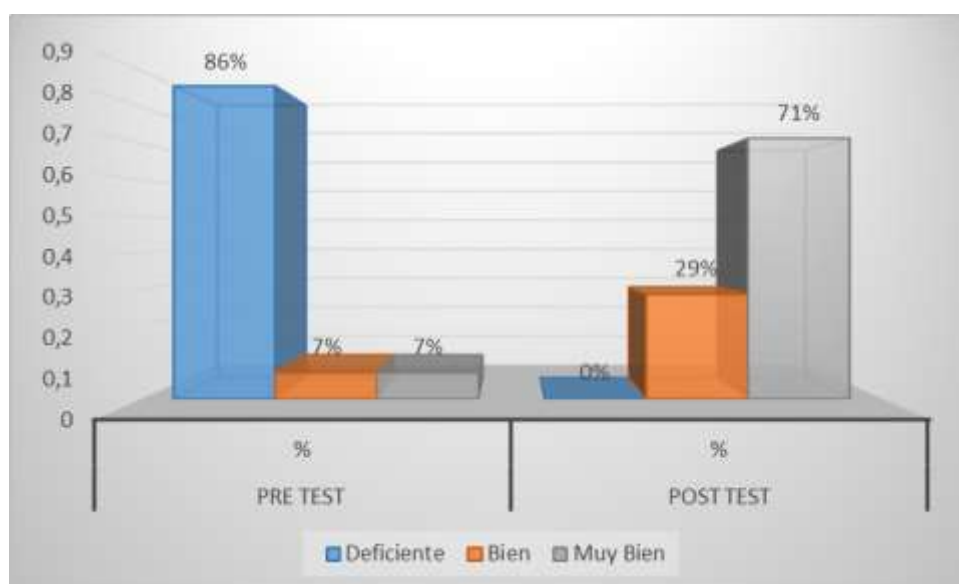


Figura 33: dribling de velocidad mano izquierda

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

Para llevar a cabo el dribling de velocidad, el jugador impulsa el balón hacia adelante con un contacto prolongado con el suelo al botarlo, lo que permite una progresión rápida. Durante este proceso, el jugador que realiza el dribling puede dar varios pasos entre cada botada. Es crucial mantener el control del balón al aumentar la velocidad del dribling, asegurándose de que sea el jugador quien dirija el balón y no al revés. Para lograrlo, el cuerpo

debe estar ligeramente inclinado hacia adelante, y el brazo del driblador no debe estar pegado al cuerpo, sino más adelantado. Finalmente, el balón alcanza una altura cercana a las caderas.

En el pre test, se identificó que el 86% de los participantes demostraron un nivel deficiente en la técnica, mientras que solo el 7% mostró un desempeño considerado como bueno y otro 7% fue calificado como muy bien. Por otro lado, en el pos test, se observó una mejora notable, donde el 71% de los evaluados alcanzaron un nivel considerado como muy bien, el 29% mostró un nivel bueno.

En resumen, se evidenció una mejora generalizada de 86% en el desempeño de los participantes en el dribling de velocidad con la mano izquierda, reflejando un progreso significativo en la destreza evaluada.

Tabla 36. Test de dribling de velocidad mano derecha

Dribling de velocidad mano derecha				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	8	57%		0%
Bien	3	21%	2	14%
Muy Bien	3	21%	12	86%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 34

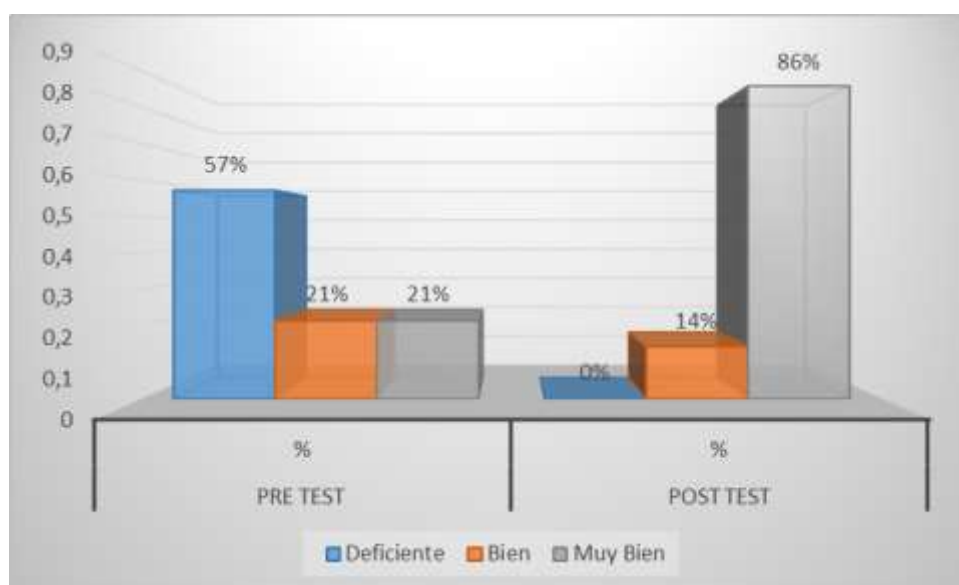


Figura 34: dribling de velocidad mano derecha.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

Para realizar el dribling de velocidad, se empuja el balón hacia adelante con una larga interacción con el suelo al rebotar, lo que permite una rápida progresión. Durante este proceso, el jugador que está driblando puede dar múltiples pasos entre cada rebote. Es fundamental, al incrementar la velocidad del dribling, que el jugador mantenga siempre el control del balón, dirigiéndolo en lugar de ser dirigido por él. Para lograrlo, es necesario inclinar ligeramente el cuerpo hacia adelante y permitir que el brazo del jugador que dribla se adelante, ya no pegado al cuerpo. Al final, el balón se eleva hasta alcanzar la altura de las caderas.

En el Pre Test, se encontró que el 57% de los participantes presentaban un desempeño deficiente, mientras que el 21% lo ejecutaba bien y otro 21% lo realizaba muy bien. En el Pos Test, se registró una mejora significativa en el desempeño de los participantes. El 86% logró ejecutar el dribling de velocidad con la mano derecha de manera muy bien, mientras que el 14% lo realizaba bien.

Tabla. 37 Test de dribling de velocidad técnica total

Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	9	64%		0%
Bien	3	21%	2	14%
Muy Bien	2	14%	12	86%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 35

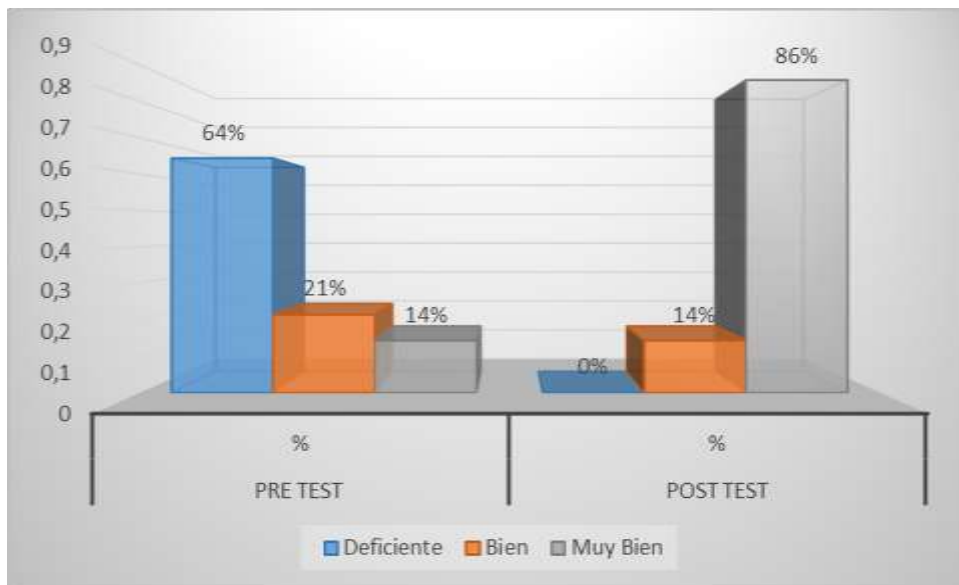


Figura 35: *dribling de velocidad técnica total.*

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

Se procederá a evaluar la ejecución técnica del dribling de velocidad. Para llevar a cabo esta evaluación, se diseñará un circuito de ejercicios en la cancha. El participante deberá realizar el dribling en línea recta, cubriendo una distancia de 10 metros, y luego continuar la secuencia ejecutando el dribling en una distancia adicional de 5 metros, realizando ida y vuelta de manera continua. Se llevarán a cabo tres intentos alternando entre la mano derecha e izquierda, y se calculará el promedio de estos intentos.

Durante la evaluación inicial del dribling de velocidad técnica total, se observó que el 64% de los participantes mostraba un desempeño deficiente, el 21% tenía un rendimiento aceptable, y el 14% se desempeñaba muy bien. En contraste, en la evaluación posterior, el 86% mejoró significativamente, logrando un desempeño muy bueno, mientras que el 14% mantuvo un nivel aceptable.

En conclusión, se evidenció una mejora notable de un 65% en la ejecución del dribling de velocidad técnica total tras el período de intervención.

Tabla 38. Test de fase de preparación del tiro básico

Fase de Preparación del tiro básico					
Indicadores	Pre Test		Post Test		
	F	%	F	%	
Deficiente	10	71%		0%	
Bien	3	21%	9	64%	
Muy Bien	1	7%	5	36%	
Total	14	100%	14	100%	

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 36

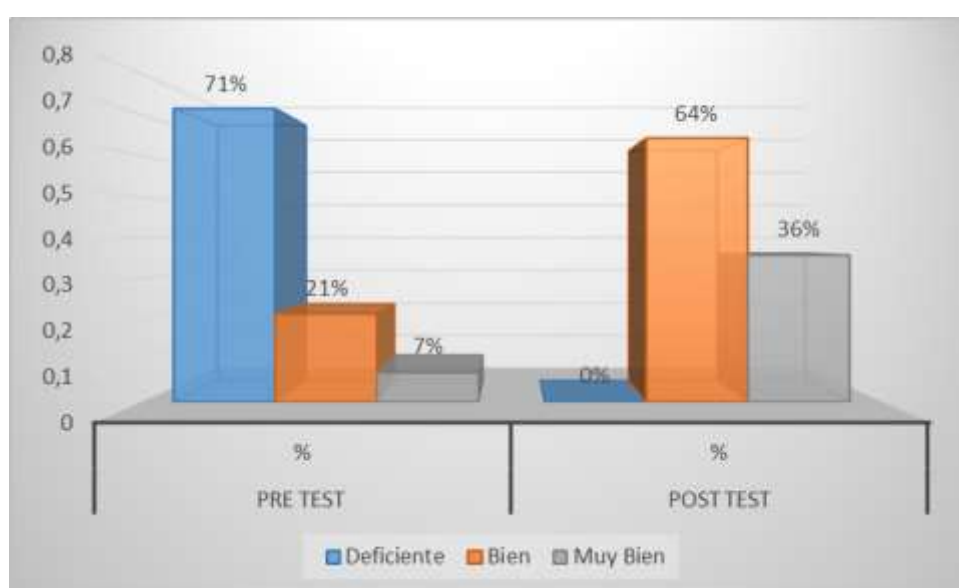


Figura 36: fase de preparación del tiro básico.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

En la técnica de ejecución del tiro básico, se recomienda mantener los pies separados aproximadamente a la anchura de los hombros, con el pie correspondiente a la mano que tira ligeramente adelantado y ambos pies dirigidos hacia el aro. Se sugiere flexionar las piernas por las rodillas de manera moderada, evitando exageraciones (manteniendo la rodilla y la punta del pie alineadas verticalmente). El tronco debe permanecer recto, pero inclinado ligeramente hacia adelante, con el balón posicionado a la altura de la sien. El codo del brazo que realiza el lanzamiento debe apuntar hacia el aro, manteniendo todos los segmentos del brazo en una posición completamente vertical. La mano que sostiene el balón debe colocarse debajo de él, con solo los dedos tocándolo y separados, sin tensión excesiva, permitiendo que el pulgar se separe del índice para un mejor control del balón. Se debe asegurar que el balón

esté estable. El brazo opuesto debe apoyar la mano a media altura del balón en su lateral, formando una T entre los dos pulgares. La cabeza debe mantenerse erguida con la mirada fija en el aro. Desde esta posición inicial, el jugador debe realizar un movimiento fluido, coordinando la extensión de las piernas y los brazos para lanzar el balón hacia el aro, con un golpe de flexión de muñeca al momento de la extensión final del brazo. El movimiento debe ser suave y sin brusquedades, asegurando que el equilibrio y la estabilidad no se vean comprometidos. El brazo que lanza se eleva ligeramente hacia arriba y adelante, con la muñeca impulsando el balón con los cinco dedos extendidos, siendo el índice y el medio los últimos en separarse del balón, y los dedos deben quedar dirigidos hacia el aro y relajados. La mano opuesta debe separarse sin movimientos abruptos, soltando el balón cuando ya no lo toque. Los ojos deben mantenerse fijos en el aro en todo momento.

En el Pre Test, el 71% de los participantes demostraron un desempeño deficiente, mientras que el 21% mostró un nivel aceptable y únicamente el 7% se destacó con un desempeño muy bueno. En contraste, en el Pos Test, se observó una mejora considerable: el 64% alcanzó un nivel de desempeño bueno, el 36% demostró un desempeño muy bueno

Estos resultados indican una notable evolución en la técnica de preparación del tiro básico entre ambas evaluaciones, con un incremento significativo de 79% en la proporción de participantes que lograron niveles de desempeño superiores.

Tabla 39. Test fase de ejecución tiro a canasta básico

Indicadores	Fase de ejecución del tiro básico			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	9	64%		0%
Bien	3	21%	10	71%
Muy Bien	2	14%	4	29%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 37

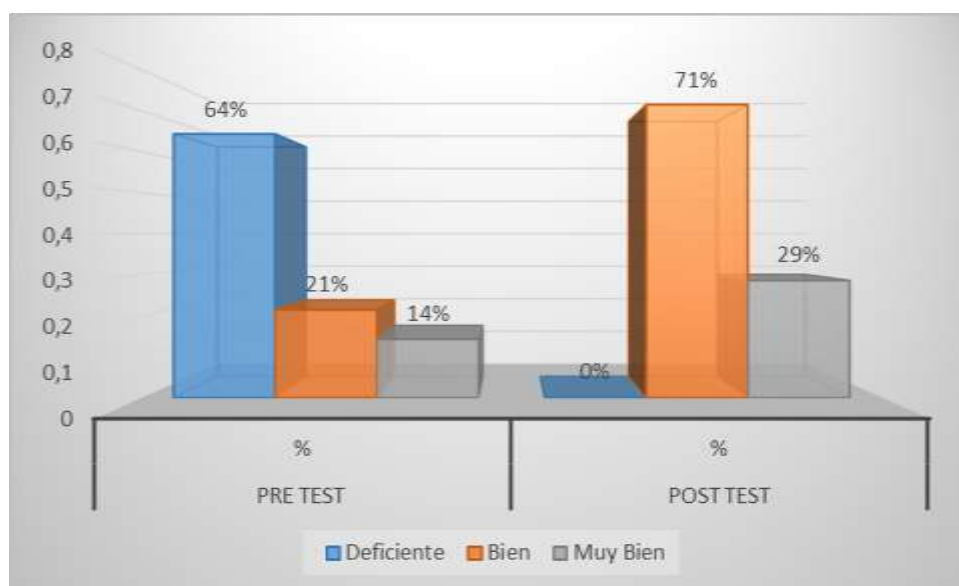


Figura 37: fase de ejecución del tiro a canasta básico.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

En la técnica de ejecución del tiro básico, se recomienda que los pies estén separados aproximadamente a la anchura de los hombros, con el pie correspondiente a la mano que va a lanzar ligeramente adelantado, y ambos pies deben apuntar hacia el aro. Se aconseja que las piernas estén dobladas por las rodillas, pero no excesivamente, manteniendo la línea vertical entre la rodilla y la puntera del pie. El tronco debe permanecer recto, aunque ligeramente inclinado hacia adelante, mientras que el balón se coloca a la altura de la sien. El codo del brazo que realiza el lanzamiento debe apuntar hacia el aro, y los segmentos del brazo deben estar en un plano vertical. La mano que sostiene el balón debe estar debajo de él, y solo los dedos deben tocarlo, manteniéndolos separados, pero sin tensión, con el pulgar separado del índice para un mejor control del balón y asegurándose de que el balón esté estable. El brazo contrario debe apoyar su mano a media altura del balón en el lateral del mismo, formando una "T" entre los dos pulgares. La cabeza debe estar erguida y con la mirada fija en el aro. Desde esta posición inicial, el jugador debe realizar un movimiento continuo, coordinando la extensión de las piernas y los brazos para lanzar el balón hacia el aro, con un golpe de flexión de muñeca al final de la extensión del brazo. La acción debe ser fluida, sin movimientos bruscos y asegurándose de que el final sea suave, sin comprometer el equilibrio y la estabilidad. El brazo que lanza debe subir ligeramente hacia adelante, y al final, la muñeca impulsa el balón con los cinco dedos extendidos, siendo los dedos índice y medio los últimos

en dejar el balón, y los dedos deben quedar apuntando hacia el aro y relajados. La mano contraria debe separarse suavemente, soltando el balón cuando no lo toque. Los ojos deben permanecer fijos en el aro en todo momento.

En el pre test, se evidenció que el 64% presentaba un desempeño deficiente, el 21% mostraba habilidades aceptables y el 14% ejecutaba el tiro de manera destacada. Por otro lado, en el pos test, se constató una mejora considerable: el 71% había alcanzado un desempeño satisfactorio y el 29% un nivel de muy bien.

Estos resultados señalan una evolución notable de 65% en la ejecución del tiro básico, evidenciando un progreso sustancial en la técnica de los participantes a lo largo del proceso de evaluación.

Tabla 39. Test Fase de Seguimiento del tiro básico

Fase de Seguimiento del tiro básico				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	10	71%	0	0%
Bien	3	21%	6	43%
Muy Bien	1	7%	8	57%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 38

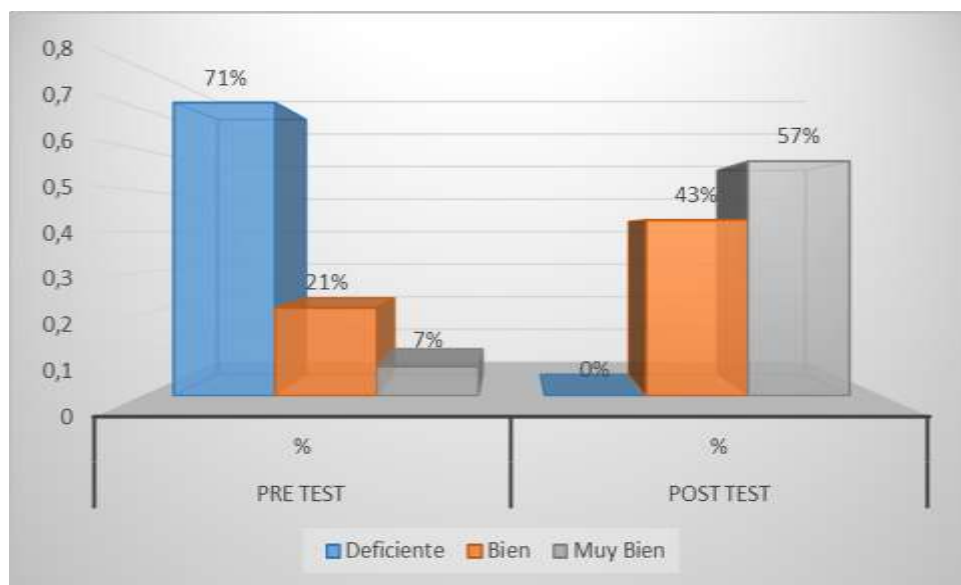


Figura 38: fase de seguimiento de tiro básico.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

En la técnica de ejecución del tiro básico, se recomienda que los pies estén separados aproximadamente a la anchura de los hombros, con el pie correspondiente a la mano que va a lanzar ligeramente adelantado, y ambos pies deben apuntar hacia el aro. Se aconseja que las piernas estén dobladas por las rodillas, pero no excesivamente, manteniendo la línea vertical entre la rodilla y la puntera del pie. El tronco debe permanecer recto, aunque ligeramente inclinado hacia adelante, mientras que el balón se coloca a la altura de la sien. El codo del brazo que realiza el lanzamiento debe apuntar hacia el aro, y los segmentos del brazo deben estar en un plano vertical. La mano que sostiene el balón debe estar debajo de él, y solo los dedos deben tocarlo, manteniéndolos separados, pero sin tensión, con el pulgar separado del índice para un mejor control del balón y asegurándose de que el balón esté estable. El brazo contrario debe apoyar su mano a media altura del balón en el lateral del mismo, formando una "T" entre los dos pulgares. La cabeza debe estar erguida y con la mirada fija en el aro. Desde esta posición inicial, el jugador debe realizar un movimiento continuo, coordinando la extensión de las piernas y los brazos para lanzar el balón hacia el aro, con un golpe de flexión de muñeca al final de la extensión del brazo. La acción debe ser fluida, sin movimientos bruscos y asegurándose de que el final sea suave, sin comprometer el equilibrio y la estabilidad. El brazo que lanza debe subir ligeramente hacia adelante, y al final, la muñeca impulsa el balón con los cinco dedos extendidos, siendo los dedos índice y medio los últimos en dejar el balón, y los dedos deben quedar apuntando hacia el aro y relajados. La mano contraria debe separarse suavemente, soltando el balón cuando no lo toque. Los ojos deben permanecer fijos en el aro en todo momento.

En el Pre Test, se identificó que el 71% de los participantes demostraron un nivel deficiente, mientras que el 21% lo realizó de manera adecuada y el 7% lo ejecutó muy bien. Por otro lado, en el Pos Test, se evidenció una mejora notable: el 57% logró un nivel muy bueno, el 43% lo realizó bien.

Estos resultados indican una progresión significativa en la técnica del tiro básico desde la evaluación inicial hasta la evaluación posterior. En resumen, se observó un aumento sustancial de 72% en el rendimiento de los participantes, reflejando un mejor dominio y ejecución del tiro básico.

Tabla 40. Test de tiro básico técnica total

Tiro básico técnica total				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	11	79%		0%
Bien	2	14%	6	43%
Muy Bien	1	7%	8	57%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 39

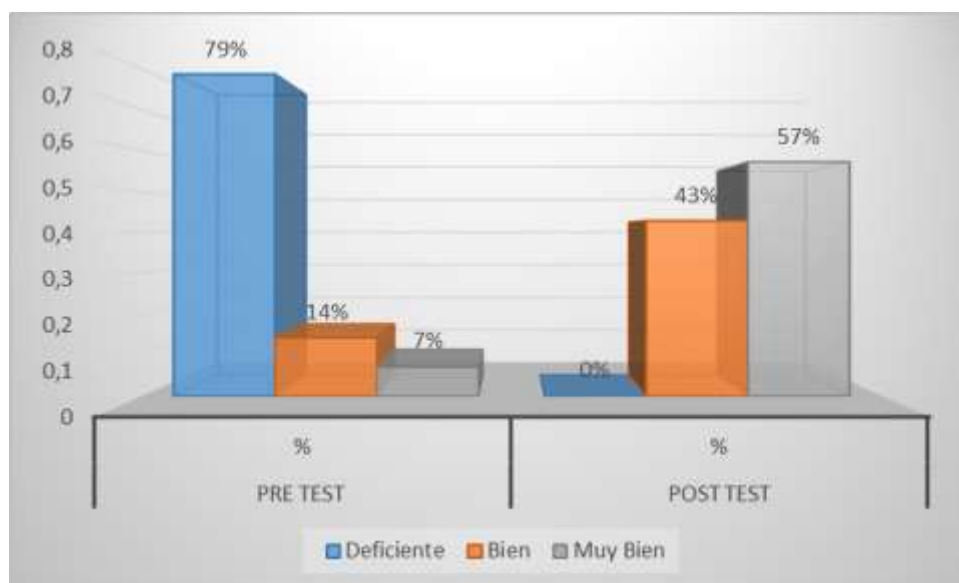


Figura 38: Tiro básico técnica total.

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

Se procederá a evaluar la ejecución técnica del tiro básico. En esta prueba, el participante deberá realizar lanzamientos al aro desde la línea del tiro libre del mini básquet. Se llevarán a cabo tres intentos utilizando la mano dominante, y se calculará el promedio de ellos.

En cuanto a la técnica del tiro básico, se requiere que los pies estén separados aproximadamente a la anchura de los hombros, con el pie correspondiente a la mano que va a tirar ligeramente adelantado, y ambos pies deben apuntar hacia el aro. Las piernas deben estar dobladas por las rodillas, manteniendo una alineación vertical entre la rodilla y la punta del pie. El tronco debe permanecer recto, con una ligera inclinación hacia adelante, y el balón debe situarse a la altura de la sien.

El codo del brazo que realiza el lanzamiento debe apuntar en dirección al aro, y los segmentos del brazo deben estar en un plano completamente vertical. La mano que sostiene el balón debe estar debajo de este, con solo los dedos en contacto, separados, pero sin tensión. Es crucial que el pulgar se separe del índice para un mejor control del balón, y se debe asegurar que el balón esté estable.

El brazo contrario debe apoyar su mano a media altura del balón en el lateral del mismo, formando una "T" entre los dos pulgares. La cabeza debe mantenerse erguida, con la mirada fija en el aro. Desde esta posición inicial, el jugador debe realizar un movimiento continuo, coordinando la extensión de las piernas y los brazos para lanzar el balón hacia el aro, con un golpe de flexión de muñeca en el momento de la extensión final del brazo.

La acción debe realizarse sin movimientos bruscos, asegurándose de que el final sea suave y que ningún movimiento altere el equilibrio y la estabilidad. El brazo que lanza debe subir ligeramente hacia adelante, y al final, la muñeca debe impulsar el balón con los cinco dedos extendidos, siendo los dedos índice y medio los últimos en abandonar el balón. Los dedos deben apuntar hacia el aro y permanecer sueltos.

En el análisis de los indicadores de la técnica total del tiro básico, se observa en el pre test, el 79% de los participantes presentan un nivel deficiente, el 14% un nivel bien y el 7% un nivel muy bien. Por otro lado, en el pos test, se evidencia un cambio significativo, donde el 57% demuestra un nivel muy bien, el 43% un nivel bien.

Por lo tanto, se observó un aumento sustancial una mejora global de un 79% en el rendimiento de los participantes, reflejando un mejor dominio del tiro básico.

Tabla 41. Test Tiro a canasta después del dribling

Indicadores	Test del tiro a la canasta después del dribling.			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	11	80%		0%
Bien	2	13%	8	57%
Muy Bien	1	7%	6	43%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo "Época"

Autor: Paz (2023).

Figura 40

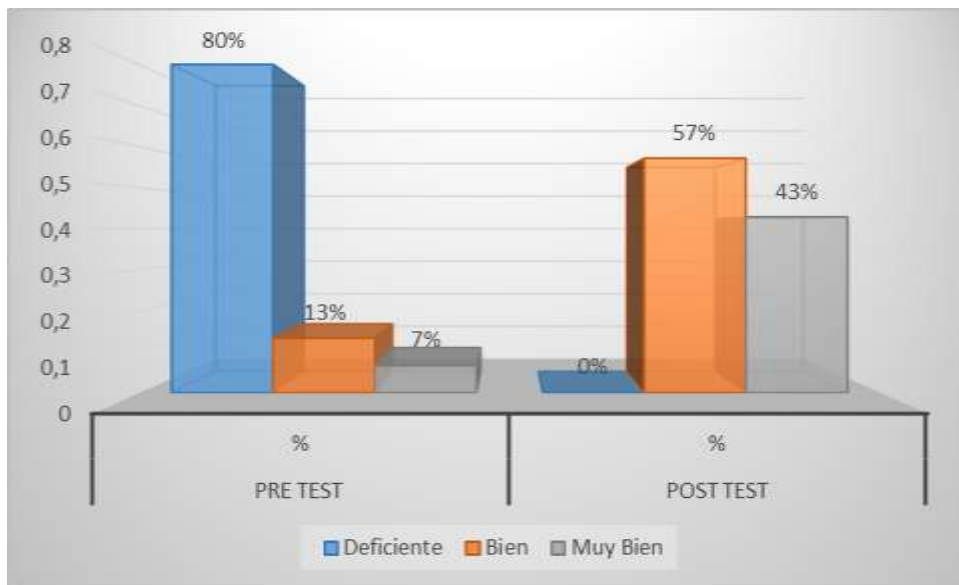


Figura 40: Tiro a canasta después del dribling

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

En este proceso técnico, se inicia recogiendo el balón después de un bote, luego se avanza con los pasos, donde es esencial que el primer paso sea amplio para ocupar el mayor espacio posible, realizado con el mismo lado que el bote. El segundo paso se da con la pierna opuesta a la mano que sostiene el balón, y debe ser más corto que el primero para mantener el equilibrio del cuerpo. La acción comienza con la pierna izquierda para impulsar el balón, que se sostiene firmemente con ambas manos, hacia la canasta. Al mismo tiempo, se levanta la rodilla correspondiente a la mano que realiza el lanzamiento, mientras la otra mano se mantiene como apoyo.

Conforme el cuerpo se eleva, el balón se eleva simultáneamente, y el momento óptimo para lanzar es cuando alcanza su altura máxima. Después de ejecutar el gesto de lanzamiento, se amortigua la caída, procurando mantener el equilibrio para prepararse para el siguiente movimiento.

En la etapa de preparación, el estudiante enfoca la mirada en la canasta, el último paso es más corto, la rodilla se flexiona, los hombros están relajados, la mano de apoyo se sitúa debajo del balón, la mano de lanzamiento se ubica detrás del balón, el codo se posiciona hacia dentro de la mano que lanza, y el balón se sitúa entre la oreja y el hombro.

En el análisis del desempeño en el Test del tiro a la canasta después del dribling, se observan diferencias significativas entre el Pre Test y el Pos Test. En el Pre Test, el 80% demostró un desempeño deficiente, mientras que solo el 13% estuvo en la categoría de Bien y el 7% en Muy Bien. Por otro lado, en el Pos Test, el escenario cambió notablemente: el 57% alcanzó la categoría de Bien, el 43% la de Muy Bien.

Es evidente que hubo una mejora sustancial de 80% en el desempeño general de los participantes en el Pos Test respecto al Pre Test.

Tabla 42. Test de fase de ejecución del tiro a la canasta después del dribling

Indicadores	Fase de Ejecución del tiro a la canasta después del dribling			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	10	71%		0%
Bien	2	14%	4	29%
Muy Bien	2	14%	10	71%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 41

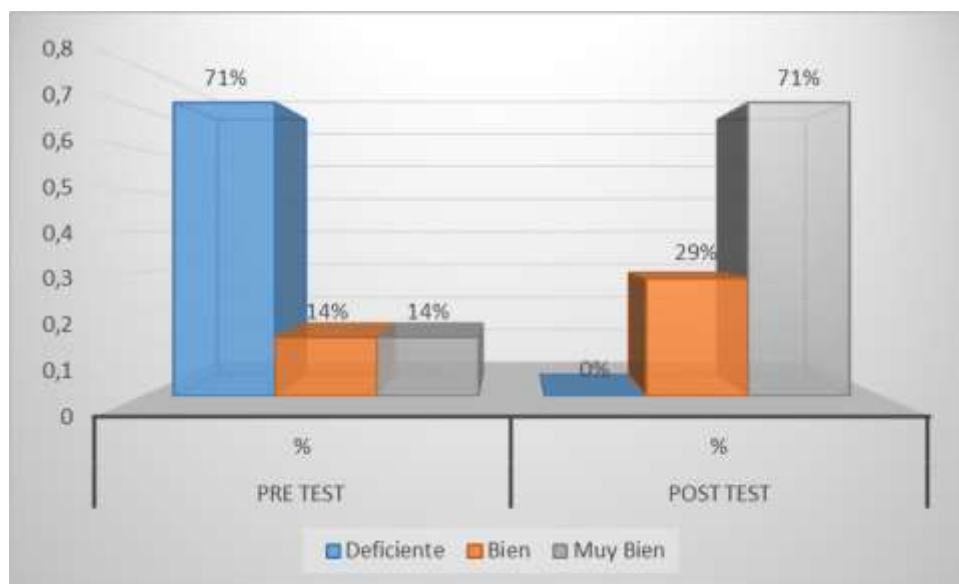


Figura 41: fase de ejecución del tiro a la canasta después del dribling

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

En este procedimiento técnico, se inicia recogiendo el balón después de un bote, y luego se procede a dar los pasos necesarios. Es crucial que el primer paso sea amplio para

ocupar la mayor cantidad de espacio posible, y se realiza con el mismo lado que se ejecutó el bote. El segundo paso se realiza con la pierna opuesta a la mano que sostiene el balón y debe ser más corto que el primero para mantener el equilibrio del cuerpo. El impulso inicial se da con la pierna izquierda, elevando la pelota que se sujeta firmemente con ambas manos. Posteriormente, se avanza hacia la canasta impulsándose y levantando la rodilla correspondiente al lado desde el que se va a tirar, mientras la otra mano se mantiene como protección.

A medida que el cuerpo se eleva, el balón también sube, y el momento más adecuado para lanzar es cuando alcanza su punto más alto. Después de realizar el gesto de lanzamiento, se amortigua la caída, procurando mantener el equilibrio para realizar el siguiente movimiento.

Durante la fase de ejecución, el estudiante debe levantar la rodilla del lado desde el que va a tirar, saltar, extender las piernas, la espalda y el hombro, además de extender el codo y flexionar la muñeca y los dedos hacia adelante. El balón se impulsa con el dedo índice, y la mano de apoyo se mantiene en el balón hasta soltarlo.

En el pre test, se evidenció que el 71% de los participantes presentaban un desempeño deficiente, mientras que el 14% lo realizaban bien y otro 14% muy bien. Por otro lado, en el pos test, se observó una mejora significativa, donde el 71% de los participantes lograron un desempeño muy bien, el 29% bien.

Es evidente que hubo una mejora sustancial de 72% en el desempeño general de los participantes en el Pos Test respecto al Pre Test.

Tabla 43. Test fase de seguimiento del tiro a la canasta después del dribling

Indicadores	Fase de Seguimiento del tiro a la canasta después del dribling			
	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	9	64%		0%
Bien	3	21%	4	29%
Muy Bien	2	14%	10	71%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 42

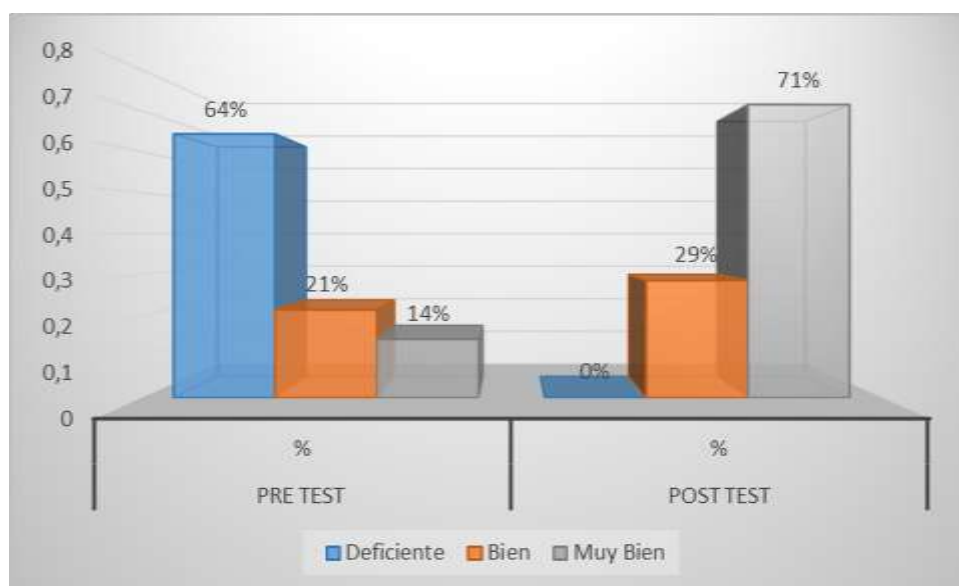


Figura 42: fase de seguimiento del tiro a la canasta después del dribbling

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

En esta técnica de ejecución, se inicia recuperando el balón después de botarlo. Luego, se procede a realizar los pasos, siendo crucial que el primer paso sea amplio para maximizar el espacio y se realice con el mismo lado desde el que se hizo el bote. El segundo paso se da con la pierna opuesta a la mano que sostiene el balón, y debe ser más corto que el primero para mantener el equilibrio del cuerpo. El impulso comienza con la pierna izquierda, elevando la pelota que se sujeta firmemente con ambas manos. Posteriormente, se avanza hacia la canasta impulsándose y levantando la rodilla correspondiente al lado desde el cual se va a tirar, mientras la otra mano se utiliza como protección. A medida que el cuerpo se eleva, el balón también asciende, siendo el momento óptimo para lanzar cuando alcanza su punto más alto. Después de completar el gesto de lanzamiento, se amortigua la caída, procurando mantener el equilibrio para el próximo movimiento.

En la fase de seguimiento, el estudiante dirige su mirada hacia la canasta, cae en equilibrio con las rodillas semiflexionadas, y las manos elevadas, con la palma de la mano de apoyo hacia arriba.

En el pre test, el 64% mostró un rendimiento deficiente, contrastando con el 7% que se desempeñó de manera muy bien, y el 21% que lo hizo bien. Sin embargo, en el pos test, se evidenció una mejora considerable: el 29% demostró un desempeño muy bien, el 71% bien.

En resumen, hubo una transformación 72% de positiva en la técnica de los participantes en la fase de seguimiento del tiro a la canasta después del dribling.

Tabla 44. Test de tiro a la canasta después del dribling

Tiro a la canasta después del dribling				
Indicadores	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Deficiente	8	57%		0%
Bien	4	29%	4	29%
Muy Bien	2	14%	10	71%
Total	14	100%	14	100%

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz (2023).

Figura 43

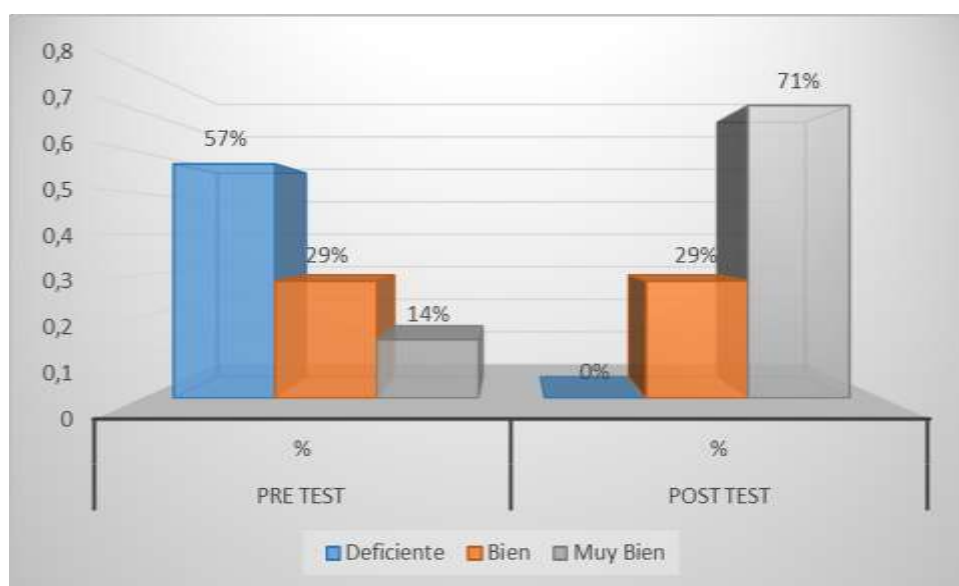


Figura 43: tiro a la canasta después del dribling

Elaborado: Paz, P (2023)

Análisis y resultados

Se procederá a evaluar la técnica de tiro al aro en movimiento después del dribling. Para llevar a cabo esta evaluación, se establecerá un esquema específico en la cancha donde el jugador realizará un dribbling a lo largo de 5 metros y luego efectuará una entrada al aro, finalizando con un lanzamiento, tanto desde el lado izquierdo como desde el lado derecho. Cada alumno realizará tres intentos, y se calculará el promedio de sus desempeños.

En esta ejecución técnica, el proceso comienza recogiendo el balón después de realizar un bote. Luego, se avanza a los pasos, donde es crucial que el primer paso sea amplio para aprovechar al máximo el espacio disponible y se dé con la misma pierna que se utilizó para el bote. El segundo paso se dará con la pierna opuesta a la mano que sostiene el balón, siendo más corto que el primero para mantener el equilibrio corporal. El impulso se inicia con la pierna izquierda, elevando la pelota firmemente sostenida con ambas manos, y luego impulsándose hacia la canasta mientras se levanta la rodilla correspondiente al lado desde donde se lanzará el balón, con la otra mano protegiendo. A medida que el cuerpo se eleva, el balón también sube, siendo el momento óptimo para lanzar cuando alcanza su altura máxima. Después de completar el gesto de lanzamiento, se amortigua la caída, procurando mantener el equilibrio para el próximo movimiento. Esta acción técnica se divide en tres fases para su correcta ejecución.

En el análisis inicial, se observa que el 57% mostró un desempeño deficiente, el 29% un rendimiento aceptable y el 14% un nivel sobresaliente. Sin embargo, en la evaluación posterior ningún participante exhibió un desempeño deficiente, el 29% mantuvo un rendimiento aceptable y el 71% alcanzó un nivel sobresaliente. Por lo tanto, se constata una mejora significativa del 57%.

7. Discusión

En el presente trabajo de integración curricular denominado: **La coordinación dinámica general, las habilidades motrices básicas y su incidencia en la enseñanza del minibasket 10-11 años club época, 2023**. El cual, se realizó a 14 deportistas del club formativo época en edades de 10-11 años, de los cuales 8 son del sexo masculino y 6 del sexo femenino, de acuerdo a los datos obtenidos en la aplicación del test pre y post y fichas de observación, se pudo realizar la discusión

La coordinación dinámica es la capacidad del cuerpo para realizar movimientos sincronizados de manera voluntaria e involuntaria en la cual implica varios grupos musculares. En cuanto al **Ritmo** capacidad innata del ser humano de percibir, interpretar y producir patrones temporales de manera precisa y coordinada. Es decir, implica ser capaz de mantener un tiempo o ritmo, así como adaptarse a diferentes ritmos y patrones de movimientos de manera fluida y coordinada. Del mismo modo **Equilibrio es la capacidad** de mantener el cuerpo en una posición estable y controlada tanto en reposo como en movimiento, y de mantener el centro de gravedad dentro de ajustar la postura. En esta capacidad se involucran varios sistemas como el vestibular, sistema visual, propioceptivo. Por otra parte, **Orientación temporo espacial** capacidad en la cual que implica la percepción y comprensión del tiempo y espacio en relación con uno mismo y el entorno circundante, esta capacidad nos permite entender la ubicación, dirección, distancia, velocidad, tiempo transcurrido y la duración de eventos en tiempo y espacio.

Resultados iniciales de **Equilibrio dinámico** el pre test indica que el 43% de los deportistas se ubican en nivel deficiente, el 14% en nivel bien, y 43% restante en un nivel muy bien. **Equilibrio estático** pre test, se observó que el 50% de los deportistas se ubicaba en un nivel considerado como "Bien", mientras que el otro 50% se encontraba en un nivel "deficiente". **Ritmo** en el análisis de los resultados del pre test, el 64% de los deportistas se situaban en un nivel deficiente, mientras que el 36% se encontraba en un nivel bien. **Orientación temporo espacial** pre test pre test, se observa que el 43% de los deportistas se encontraban en un nivel deficiente, el 43% en un nivel bien y el 14% en un nivel muy bien. **Coordinación dinámica general** pre test, el 29% de los deportistas se encontraban en un nivel deficiente, el 64% en un nivel bien, y el 7% en un nivel muy bien.

Los resultados iniciales muestran déficit en toda la capacidad de coordinación dinámica general, ritmo, equilibrio y orientación temporo espacial esto incide negativamente en las habilidades motrices básicas de correr, saltar y lanzar, ya que al momento de correr los deportistas no alternan los brazos, corren descoordinados, no tenían un ritmo constante, carecían de coordinación óculo manual, al realizar las entradas perdían el ritmo se desorientaron, por lo tanto la carencia de estas capacidades incide negativamente en las habilidades motrices básicas de correr saltar, y lanzar.

Habilidades motrices básicas son actos motores que se producen de forma natural son fundamentales en el desarrollo del ser humano desde la niñez y durante toda su vida estas habilidades van enlazadas con la evolución y maduración de las habilidades perceptivas desde el nacimiento y son fundamentales para la participación activa y efectiva en actividades recreativas y deportivas a lo largo de la vida. En su clasificación tenemos locomoción, caminar, correr, saltar, manipulación lanzar atrapar y golpear, equilibrio pararse, balancearse y empinarse.

Resultados iniciales **habilidad de correr** en el Pre test, el 43% de los participantes se encontraban en nivel deficiente, el 50% en nivel "bien" y el 7% en nivel Muy bien. **Habilidad de lanzar** en el pre test, se observa que el 36% de los hombres se encontraban en el nivel deficiente, el 57% en el nivel bueno, y el 7% en el nivel muy buen. En el caso de las mujeres, el 29% se ubican en nivel bueno, el 21% en nivel muy bueno, mientras que en el post test el 57% se encontraban en nivel bueno y el 43% en nivel muy bueno.

Habilidad de saltar: salto vertical en pre test, se observa que el 14% de los hombres se ubicaban en el nivel excelente, el 21% en el nivel bueno, el 21% en el nivel medio, y el 36% en el nivel bajo. Respecto a las mujeres, el 29% se encontraba en el nivel excelente, el 14% en el nivel bueno, el 21% en el nivel medio, y el 7% en el nivel muy bajo. **Salto en longitud** en el pre test, se observa que el 7% de los hombres se ubicaban en el nivel excelente, el 21% en el nivel bueno, el 29% en el nivel medio, y el 29% en el nivel bajo. Respecto a las mujeres, el 7% se encontraba en el nivel excelente, el 21% en el nivel bueno, el 14% en el nivel medio, y el 14% en el nivel muy bajo. **Saltos monopodales** en el pre test, se observa que el 14% de los participantes se ubican en el nivel "Muy bien", mientras que el 36% se encontraba en el nivel "Bien" y el 50% en el nivel "deficiente".

En los resultados iniciales de habilidades motrices se puede evidenciar un nivel deficiente en cuanto a la habilidad de correr, saltar, lanzar. Ya que incide negativamente lo cual afecta los fundamentos básicos del mini baloncesto como el **pase pecho** no localizan el balón objetivo sin mirarlo, en cuanto el dabling de protección los deportistas hay una mala ejecución, no tienen dominio del balón al instante, ya que al momento del bote no protege el balón el balón no sale del pecho, en el **dribling de velocidad** no existe dominio en los deportistas ya que al momento de la ejecución no impulsan el balón hacia adelante y el boteo lo realizan más arriba de la cintura, en el pase sobre la cabeza es carente de dominio por falencia tanto en la fase de ejecución la cual no impulsa en balón con los dedos, **pase de béisbol** no colocan adecuadamente las manos y lanzan el balón desde el pecho, lo que resulta en una falta de control y dominio sobre el balón, en el tiro básico los deportistas no muestran dominio debido a la falta de habilidad en la fase de preparación, donde no posicionan el cuerpo con los pies separados a la anchura de los hombros y las rodillas semiflexionadas además, durante la fase de seguimiento, la palma de la mano de equilibrio no se encuentra orientada hacia arriba, carecen de dominio en el tiro a la canasta después del dribling porque, durante la fase de preparación, dan un paso final largo después del dribling, en la fase de ejecución no elevan la rodilla del lado del tiro y, en la fase de seguimiento, al caer, el cuerpo queda desequilibrado.

Los resultados iniciales confirmaron la necesidad de implementar una intervención para mejorar la coordinación dinámica general, equilibrio, ritmo y orientación temporeespacial y las habilidades motrices básicas como correr, saltar y lanzar en los niños del Club Época. Del mismo modo la aplicación de la propuesta alternativa fue durante un período de 8 semanas, con una continuidad de 1 hora por día y 5 sesiones por semana. Del mismo modo se elaboró en base a los resultados del diagnóstico inicial y a la revisión de la literatura sobre el tema la implementación, se realizó de forma organizada y sistemática, con el apoyo de los recursos necesarios.

Resultados finales **Equilibrio dinámico** en el post test, el 43% de los participantes ascendió al nivel bien, y el 57% alcanzó el nivel muy bien. **Equilibrio estático** en el post test, se evidenció un cambio, con el 57% de los participantes alcanzando el nivel "Bien" y el 43% clasificándose como "muy bien". **Ritmo** post test, el 71% de los deportistas alcanzaron el nivel bien, y el 29% se clasificó en un nivel muy bien. **Orientación temporo espacial** post test, los deportistas que alcanzaron el nivel bien aumentó al 57%, mientras que el porcentaje

de deportistas que alcanzaron el nivel muy bien aumentó al 43%. **Coordinación dinámica general** en el post test, estos porcentajes cambian, con el 62% de los deportistas se encontraron en nivel bien, y el 38% en nivel muy bien.

Correr en el Post Test, el 7% estaba en la categoría "Muy bien". Sin embargo, en el Post Test, ningún participante permaneció en la categoría "Deficiente", lo que indica una mejora significativa. **Lanzar** en el post test los hombres, los porcentajes cambiaron, con el 50% de los hombres en nivel regular, el 36% en nivel bueno, y el 64% en nivel excelente, por otra parte, las mujeres en el post test el 57% se encontraban en nivel bueno y el 43% en nivel excelente. **Saltar, salto vertical** en el post test, se evidencia un cambio significativo en los hombres el 43% de los hombres alcanzó el nivel excelente, el 36% el nivel bueno, el 21% el nivel medio, y el 0% el nivel muy bajo. Por otro lado, en las mujeres entre las mujeres, en el post test el 57% se encontraba en el nivel excelente, el 36% en el nivel bueno, el 7% en el nivel medio, y el 7% en el nivel muy bajo. **Salto en longitud** en el post test, el 33% de los hombres logró alcanzar el nivel excelente, el 42% el nivel bueno, el 25% el nivel medio, y ningún individuo se encontraba en el nivel muy bajo. Por otro lado, entre las mujeres, el 50% se encontraba en el nivel excelente, el 36% en el nivel bueno, el 14% en el nivel medio, y el 0% en el nivel muy bajo. **Salto monopodales** en cuanto al post test, se evidencia un cambio significativo en el desempeño. El 43% de los participantes logró alcanzar el nivel "Muy bien", el 57% el nivel "Bien", y no se registraron datos para el nivel "Deficiente".

Estos resultados son consistentes con investigaciones previas como las de Aliaga (2020) los resultados obtenidos tras procesar y analizar los datos muestran que la coordinación dinámica general influye significativamente en los pases básicos del baloncesto en los jugadores Categoría Sub-15 de la Academia Basadrina, Villa el Salvador, 2020. Esto se demuestra mediante la prueba RhO Spearman. 0,00 (valor de $p = 0,000 < 0,05$).

Igual que Álvarez (2020), los resultados alcanzados muestran una diferencia significativa entre el primer y el segundo examen aplicado, lo que demuestra la validez y efectividad de la estrategia sugerida para elevar el nivel técnico. Quienes encontraron que la coordinación dinámica general y las habilidades motrices básicas tienen un impacto significativo en el rendimiento de los jugadores de baloncesto de diferentes edades.

Beltrán (2012) indica en su propuesta suplir la falta de información específica sobre el trabajo coordinativo en las edades formativas del básquetbol y proporcionar herramientas a

los profesores de clubes y establecimientos educativos para mejorar sus trabajos y complementar sus actividades utilizando la propuesta de ejercicios para el trabajo coordinativo en las edades formativas del básquetbol, establecer las edades formativas del básquetbol con bases teóricas y fundamentadas, tomando en cuenta los aspectos fisiológicos y evolutivos de cada jugador, de 8 a 12 años.

Se confirman la importancia de trabajar la coordinación dinámica general y habilidades motrices básicas en la enseñanza del minibasket ya que se potencian capacidades coordinativas como equilibrio, ritmo, orientación tempore espacial y coordinación dinámica general, de igual manera habilidades motrices básicas como correr, saltar y lanzar, lo cual beneficia los fundamentos básicos del minibaloncesto que estaban siendo afectados por no trabajar capacidades y habilidades.

8. Conclusiones

- La coordinación dinámica general es fundamental en el desarrollo motor de los deportistas ya que de ella dependen la ejecución de movimientos complejos y sincronizados de manera eficiente armoniosa es decir permite al cuerpo realizar movimientos fluidos y coordinados que involucran múltiples del cuerpo partes desde el tren superior y tren inferior dentro de la coordinación dinámica general incluye la capacidad de ritmo, equilibrio, orientación tempo espacial, estas capacidades inciden en las habilidades motrices básicas ya permite la ejecución precisa de movimientos, como correr, saltar, lanzar, atrapar y girar la coordinación dinámica general sienta las bases para el desarrollo de habilidades motoras más avanzadas trabajar este tipo de coordinación facilita el aprendizaje y dominio de habilidades deportivas y actividades físicas más complejas.
- Las habilidades motrices básicas desarrolladas correctamente inciden positivamente en los fundamentos básicos del minibasket como son el dribling, el pase y el tiro, debido a que el correr y el saltar permiten la movilidad en dentro de la cancha, mientras que el lanzar y atrapar son precursores indispensables para el dominio de las habilidades motrices específicas por deporte en el minibasket como deporte formativo.
- La coordinación dinámica general y las habilidades motrices básicas son componentes esenciales en los fundamentos básicos del minibasket como el dribling, pase, tiro se mejoraron sustancialmente porque se aplicó un plan de entrenamiento en coordinación dinámica general y habilidades motrices básica.

9. Recomendaciones

- Los entrenamientos del minibasket se debe trabajar la coordinación dinámica general, la capacidad de orientación temporo-espacial, el ritmo, el equilibrio dinámico y estático, para el correcto desarrollo de las habilidades motrices básicas.
- Diseñar ejercicios que ayuden a mejorar las habilidades motrices básicas, como el correr, saltar y lanzar, los cuales deben ser variados, progresivos y adaptados a las necesidades individuales de cada jugador según el nivel de habilidad del grupo.
- La aplicación de esta propuesta metodológica en la etapa de iniciación deportiva ya que incluye ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general, orientación temporo-espacial, equilibrio, ritmo, y habilidades motrices básicas como correr, saltar y lanzar. Estas capacidades y habilidades son fundamentales para un correcto desarrollo de los fundamentos básicos del minibasket.

10. Bibliografía

- Aliaga, S. (2021). *Efectos de la coordinación dinámica general en los pases básicos del Baloncesto en los jugadores categoría sub-15 de la Academia Basadrina, Villa El Salvador, 2020. [Tesis de pregrado. Universidad Alas Peruanas].* Acceso libre a Informacion Cientifica para la innovacion. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12990/10582>
- Alvarado Sánchez, F. J. (2018). *Estrategias del mini baloncesto en el desarrollo de habilidades motrices básicas. [Tesis de pregrado. Universidad de Guayaquil].* Repositorio institucional de Universidad de Guayaquil. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/32524>
- Alvarado, F. J. (2018). *Estrategias del mini baloncesto en el desarrollo de habilidades motrices básicas. [Tesis de pregrado. Universidad de Guayaquil].* Repositorio institucional de Universidad de Guayaquil. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/32524>
- Arguello, R. M. (2018). *FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL MINI BALONCESTO HACIA LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE NIÑOS DE 6 A 8 AÑOS. [Tesis de pregrado. Universidad de Guayaquil.].* Repositorio de Universidad de Guayaquil. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/35242/1/Arguello%20Reyes%20Mauricio%20Antonio%20%20068-2018.pdf>
- Cabrera, E. M. (s.f.). “*LA COORDINACIÓN MOTRIZ Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LOS ESTUDIANTES DEL DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR A” DE LA CIUDAD DE AMBATO*”. UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO, Ambato.
- Chicaiza ., Rodrigo. (2022). *LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA DEL DRIBLING EN EL BALONCESTO. [Tesis de pregrado].* <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/34232/1/10.%20EST.%20CHICAIZA%20LAURA%20BRAYAN%20RODRIGO%20TESIS.pdf>. Repositorio de la universidad tecnica de Ambato.
- Marín Arenas, A. (2018). *Programa de educación física rural para el abordaje de la coordinación dinámica general. [Tesis de maestría. Universidad Católica de Manizales].*

Manizales: Universidad Católica de Manizales. Obtenido de <https://repositorio.ucm.edu.co/handle/10839/1960>

Mejia, M., & Naranjo, M. (2018). *El proceso de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos con balón y su incidencia en la práctica del minibasquet en los estudiantes del séptimo año de la escuela "Luis Antonio Erique Ortega", Loja 2016-2017.*[Tesis de pregrado, Repositorio UNL]. Loja: Repositorio de la Universidad Nacional de Loja. Obtenido de <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/21447>

Mori, H. R. (2008). LA COORDINACIÓN Y MOTRICIDAD ASOCIADA A LA MADUREZ MENTAL EN NIÑOS DE 4 A 8 AÑOS. *UFE*, 139-154.

Osorio Gómez, J. A. (2018). *La coordinación dinámica general y la educación física rural un reto para el siglo XXI. La coordinación dinámica general y la educación física rural un reto para el siglo XXI. [Tesis de maestría. Universidad Católica de Manizales].* Manizales: Universidad Católica de Manizales. Obtenido de <https://repositorio.ucm.edu.co/handle/10839/1961>

Peña, R. S. (2018). LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES EN EL DESARROLLO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEFENSIVOS Y OFENSIVOS DEL BALONCESTO CON NIÑOS DE 10- 14 AÑOS DEL SAN FRANCISCO DE QUITO". 2018. UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS, Quito.

Perez, R. (1995). Capacidades coordinativas. *PubliCE*, 1-3. Obtenido de <https://gse.com/capacidades-coordinativas-13-sa-757cfb270e604d>

Roa et al., H. e. (2019). Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa Educa a tu Hijo. *Scielo*. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000400386#:~:text=Es%20la%20etapa%20de%20ejecuci%C3%B3n,les%20lamos%20habilidades%20motrices%20b%C3%A1sicas.

Sánchez, B. F. (1992). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*. Madrid: Gymnos.

Schreiner, P. (2002). *ENTRENAMIENTO DE LA COORDINACIÓN EN EL FÚTBOL*. Editorial Paidotribo.

Silva, C. L. (1 de Abril de 2016). *IDOCPUB*. Obtenido de <https://idoc.pub/documents/historia-de-mini-basket-jlk9m37xk545>

Torres, M. A. (2005). *Enciclopedia de la Educación Física y el Deporte*. Barcelona: Ediciones del Serbal.

Vasquez, A. (2021). *Programa motor para mejorar la coordinación dinámica global y el equilibrio en niños de tres años. [Tesis de pregrado.Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]*. Repositorio de tesis USAT. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12423/2582>

11. Anexos

Anexo 1. Oficio de apertura a la institución.



unl

Universidad
Nacional
de Loja

Facultad
de la Educación,
el Arte y la Comunicación

Loja, 24 de marzo de 2023

Lic.
Gerardo Morocho.
DIRECTOR DEL CLUB ÉPOCA DE LA CIUDAD DE LOJA.
Ciudad.

De mi consideración:

Por medio de la presente le hago llegar un cordial y atento saludo junto con los mejores deseos de éxito en las labores que usted desempeña.

Me dirijo a usted de la manera más comedida para solicitarle se autorice al sr. estudiante **PAZ JARA PABLO EDUARDO** con CI: 1105655409, que actualmente cursa el 8º ciclo de la **Carrera: Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, en la **Universidad Nacional de Loja**, para que realice su trabajo de investigación en el club época de la ciudad de la ciudad de Loja que usted acertadamente dirige, el mismo que según la planificación prevista en el presente ciclo se realizará el proyecto y el trabajo de integración curricular o de titulación.

De acuerdo a la naturaleza de la investigación será necesario establecer contacto con los Docentes y niños de manera presencial en el club época.

Seguro de contar con su colaboración, desde ya le anticipo mis sinceros agradecimientos, no sin antes expresarle mis sentimientos de alta consideración y estima.

Atentamente,

Mg. Sc. Ramiro Andrés Correa Contento
RESPONSABLE DE PROYECTOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.
DOCENTE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
DEPORTE

Recibida
24-03-2023

Anexo 2. Informe de estructura coherencia y pertinencia del trabajo de integración curricular.

Loja, 05 de mayo de 2023

Mgtr.

José Gregorio Picoita Quezada

DIRECTOR DE LAS CARRERAS DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES, PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Ciudad.-

De mi consideración:

En atención al Memorando Nro.: FEAC-C-CFD y PAFD-2023-000147M, de fecha 05 de abril de 2023, mediante el cual se solicita el informe de Estructura, Coherencia y Pertinencia, del Proyecto de Tesis titulada: **"LA COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL, LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS Y SU INCIDENCIA EN LA ENSEÑANZA DE MINIBASKET 10-11 AÑOS CLUB ÉPOCA 2023"**, cuya autoría corresponde al señor : **Pablo Eduardo Paz Jara**, alumno de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, el mismo que ha sido revisado minuciosamente, y; el tema planteado por el estudiante pasa a estructurarse de la siguiente manera: **"LA COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL, LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS Y SU INCIDENCIA EN LA ENSEÑANZA DE MINIBASKET 10-11 AÑOS CLUB ÉPOCA 2023"**. Por lo que me permito emitir el informe de Estructura, Coherencia y Pertinencia, con la finalidad de que continúe con el trámite correspondiente.

Particular que comunico a Usted, para los fines consiguientes.

Atentamente,

Dr. Milton Eduardo Mejía Balcázar, Mg.Sc.
DOCENTE DE LA CARRERA DE CULTURA FÍSICA



Anexo 3. Oficio de aprobación y designación del director del trabajo de integración curricular.



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Carrera de
Cultura Física
y Deportes

Memorando Nro.: UNL-FEAC-C.CFD y PAFD-2023-000184M.
Loja, 11 de mayo del 2023

Doctor.
Milton Mejía Balcázar.
DOCENTE DE LA CARRERA PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE – FEAC UNL.
Ciudad.
De mi consideración.

Asunto. Designación como Director del Trabajo de Integración Curricular. CPAFD.

Es grato dirigirme a usted y desearle éxitos en sus funciones en beneficio de nuestra Carrera.

En calidad de Director de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte y de conformidad al Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, en vigencia, en lo referente Art. 225, que expresa: "Si el informe fuera favorable, el/la aspirante presentará el proyecto de investigación al Coordinador de la Carrera, quién designará al Director del Trabajo de Integración Curricular o de titulación y autorizará su ejecución." y el Art. 228, que expresa: "El Director del trabajo de integración curricular o de titulación tiene la obligación de asesorar y monitorear con pertinencia y rigurosidad científica la ejecución del proyecto de investigación, así como revisar oportunamente los informes de avance de la investigación, devolviéndolo al aspirante con las observaciones, sugerencias y recomendaciones necesarias para asegurar la calidad de la misma.

Luego de receiptar el informe favorablemente presentado por usted en calidad de Docente designado para analizar la estructura y coherencia del proyecto de investigación denominado: "LA COORDINACION DINÁMICA GENERAL, LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS Y SU INCIDENCIA EN LA ENSEÑANZA DE MINIBASQUET 10-11 AÑOS CLUB EPOCA 2023", de la autoría del Señor: Pablo Eduardo Paz Jara, estudiante del Ciclo Octavo y aspirante a Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte; y, de conformidad al cuerpo legal referido, me permito designarle **DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACION CURRICULAR**, del mencionado proyecto investigativo que se describe y se adjunta. Para lo cual le solicito brindar la orientación correspondiente al estudiante, se desarrolle el trabajo bajo su asesoría y responsabilidad, de acuerdo al cronograma establecido dando estricto cumplimiento a la parte reglamentaria a fin de proceder con los trámites de graduación.

Particular que pongo en su conocimiento para los fines legales pertinentes.

Atentamente.



JOSE GREGORIO
PICOITA QUEZADA

Mag. José Gregorio Picoita Quezada
DIRECTOR DE LA CARRERAS. CULTURA FISICA Y DEPORTES.
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE.

Aut. JP./Eib. Mcy.
C/c. Estudiante. Pablo Eduardo Paz Jara.
C/C.-Archivo.

Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación
072-54-5997
Ciudad Universitaria "Guillermo Falconi Espinosa",
Casilla letra "S", Sector La Argelia - Loja - Ecuador

Anexo 4. Test



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS

Nombre del deportista:

TEST N°1 DE LA BARRA DE EQUILIBRIO

Objetivo: Medir el equilibrio dinámico del sujeto al desplazarse en un espacio limitado.

Materiales: 1 barra de equilibrio (2 mts de longitud y 5 cm de ancho), 1 Cronómetro, 1 Silbato, Cancha.

Descripción del Test: Para la realización de esta prueba, el ejecutante se mantendrá de pie sobre el extremo de una barra de equilibrio. A la señal del controlador, el ejecutante comenzará a caminar sobre la viga hasta una marca situada a 2 m. de distancia. Una vez superada ésta, el examinando dará la vuelta para volver al punto de partida. Repetirá la acción de ejecución cuantas veces pueda hasta que pierda el equilibrio y caiga tocando el suelo. Si el sujeto realiza ininterrumpidamente el ejercicio, se concluirá la tentativa a los 45 seg. Se realizarán tres intentos y se calculará el promedio de ellos.

VALORACIÓN

Rango	Puntuación
34 y menos	Deficiente
35 a 40 seg	Bien
41 a 45 seg.	Muy Bien

GRÁFICO





UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS

Nombre del deportista:

TEST N°2 DE EQUILIBRIO FLAMENCO (EUROFIT)

Objetivo: Medir el equilibrio estático del sujeto al permanecer de pie en un espacio limitado.

Materiales: 1 tabla de equilibrio (30 cm de longitud y 3 cm de ancho), 1 Cronómetro, 1 Silbato, Cancha.

Descripción del Test: Inicialmente, el ejecutante pasará el peso del cuerpo a la pierna elevada sobre la tabla, flexionando la pierna libre y con las manos sujeta un balón para botear el balón al suelo. El test se interrumpe en cada pérdida de equilibrio del sujeto, hasta un tiempo total 1 min. Si ejecutante cae más de quince veces en los primeros 30 seg se finaliza la prueba. Se contabilizará el número de intentos necesarios para guardar el equilibrio en 1 min., y se realizarán varios intentos previos antes de cronometrar al sujeto o la prueba definitiva.

VALORACIÓN

Rango	Puntuación
30 seg y menos	Deficiente
31 seg a 40 seg	Bien
1 minuto y mas	Muy bien

GRAFICO





UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE
TEST PARA LA VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS

Nombre del deportista:

TEST N°3 DE BURPEE RITMO

Objetivo: Medir el ritmo del sujeto en un espacio limitado.

Materiales: 1 Cronómetro, 1 Silbato, Cancha.

Descripción del Test: Para la realización de este test se han de ejecutar la secuencia movimientos de las que consta el ejercicio durante un minuto, el mayor número de veces posible.

El ejercicio consta de 5 posiciones:

Posición 1: De pie y brazos colgando

Posición 2: En cuclillas, piernas flexionadas y brazos en el suelo

Posición 3: Con apoyo de manos en el suelo, se realiza una extensión de piernas. Posición

4: Flexión de piernas y vuelta a la posición 2.

Posición 5: Salto vertical y vuelta a la posición inicial (posición 1).

VALORACIÓN

Acción	Puntuación
> 20 repeticiones	Deficiente
21 – 30 repeticiones	Bien
31 – 40 = Bueno	Muy Bien

GRÁFICO





UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE
TEST PARA LA VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS

Nombre del deportista:

TEST N°4 DE ORIENTACIÓN ESPACIO-TEMPORAL

Objetivo: Medir la orientación temporo-espacial del sujeto en un espacio limitado.

Materiales: 1 balón, 1 ula, 1 Cronómetro, 1 Silbato, Cancha.

Descripción del Test: Se coloca un alumno dentro de una ula o un círculo dibujado en el suelo, luego el alumno deberá lanzar el balón hacia arriba dar un giro de 360° y receptor el balón sin salirse de la ula o el círculo. Se trabajará 5 repeticiones por cada lado.

VALORACIÓN

Acción	Puntuación	
No logra orientarse	1	Deficiente
Se orienta pero presenta dificultades	2	Bien
Se orienta rápido	3	Muy Bien

GRÁFICO





UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA VALORACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS

Nombre del deportista:

TEST DE LA HABILIDAD DE SALTAR

Objetivo: Medir la habilidad de salto vertical del sujeto en espacio amplio.

Materiales: Pared/Superficie plana, cinta métrica, silla o banco, gis/tinta

Descripción del test: Se deben pintar los dedos anular, medio e índice del evaluado con el gis/tinta.

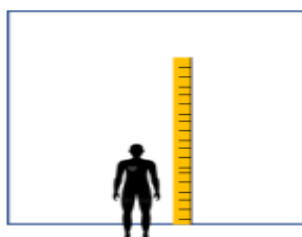
Posición inicial: de pie, el evaluado se coloca a un costado de la pared con su lado dominante; las piernas deberán estar separadas a lo ancho de las caderas. El siguiente paso será con la mano dominante extendida en su totalidad, la palma de la mano apoyada sobre la pared, se marcará en la pared el dedo medio de la misma, a este lo denominaremos punto A. Se regresa a la posición inicial.

Desarrollo: desde la posición inicial, se le pide al evaluado que flexione las rodillas a media sentadilla, seguidamente y al mismo tiempo que realice en un solo movimiento un impulso en conjunto con los brazos hacia arriba sin detener el movimiento. El evaluado deberá marcar con los dedos el punto más alto al que llegue (al que llamaremos punto B) el ejercicio se realiza 3 veces. El valor que se tomará será la distancia entre el punto A y el punto B (el punto B tomaremos el salto con mayor distancia recorrida tal como se muestra en la imagen)

VALORACIÓN

	Mujeres	Hombres
Puntuacion	Rango	Rango
Excelente	≥ 58 cm	≥ 65
Bueno	57 – 47	64 – 50
Medio	46 – 36	49 – 40
Bajo	35 – 26	39 – 30
Muy bajo	≤ 25	≤ 29

GRAFICO





UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA VALORACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS

Nombre del deportista:

TEST DE LA HABILIDAD DE SALTAR

Objetivo: Medir la habilidad de salto en longitud del sujeto sin impulso.

Materiales: Superficie plana mayor a 7 metros, cinta métrica. conos

Descripción del test: Posición inicial de pie, pies separadas a lo ancho de las cadera y pegados a la línea de despegue. Brazos extendidos arriba y al frente, el tronco ligeramente inclinado hacia delante.

Desarrollo: desde la posición inicial, se realiza una flexión de rodillas seguido de un balanceo de brazos, posteriormente un movimiento explosivo de salto hacia delante tratando de alcanzar la mayor distancia posible. La caída debe ser equilibrada y sin el apoyo de las manos en el piso, se repite la prueba tres veces y se toma el salto con mayor distancia alcanzada tomando como referencia la punta de los pies.

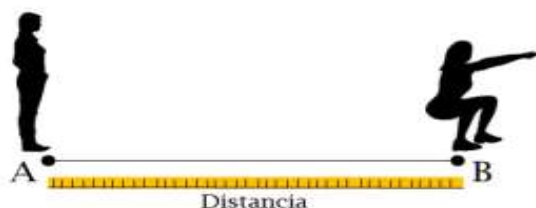
Indicaciones metodológicas:

- Marcar en la superficie plana un punto A, para que este sea el punto de inicio.
- Verificar que los pies del evaluado se encuentren en la línea de despegue.
- Verificar que los pies del evaluado se encuentren apoyados en su totalidad.

VALORACIÓN

	Mujeres	Hombres
Excelente	≥ 190	≥ 230
Bueno	189– 175	229– 205
Medio	174– 160	204– 185
Bajo	159– 145	184– 165
Muy bajo	≤ 155	≤ 164

GRAFICO





UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA VALORACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS

Nombre del deportista:

TEST DE LA HABILIDAD DE SALTAR

Objetivo: Medir la habilidad de saltos mono pódales del sujeto en espacio amplio.

Materiales: 12 placas de espuma con las siguientes dimensiones: 50cmx20cmx5cm. Fichas de registro.

Descripción del test: El ejercicio consiste en saltar en un pie (primero con el pie hábil y luego con el no hábil) por encima de una o más placas de espuma superpuestas, colocadas transversalmente a la dirección del salto. El niño debe iniciar el salto de acuerdo con la altura recomendada para la edad de acuerdo con Schilling y Kiphard (1974).

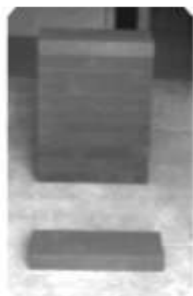
- 6 años 5 centímetros (1 placa)
- 7 a 8 años 15 centímetros (3 placas)
- 9 a 10 años 25 centímetros (5 placas)
- 11 a 14 años 35 centímetros (7 placas).

En el caso de que el estudiante no obtenga éxito en la altura inicial de la prueba, deberá retroceder 5 centímetros en la altura hasta obtener éxito. Para saltar, el niño debe tener un espacio adecuado para poder impulsarse (cerca de 1,5 metros), siendo éste ejecutado apenas con un pie. La recepción deberá ser hecha con el mismo pie con que inició el salto, no pudiendo con el otro tocar el suelo. Son permitidos 3 tentativas en cada altura a saltar para ejecutar el salto. En cada altura a evaluar es realizado un ejercicio previo de 2 tentativas por pie.

Puntuación: se atribuyen tres puntos en la primera tentativa cuando: el niño o niña cae correctamente con el pie indicado, ya sea derecho o izquierdo. En la segunda tentativa se le asignan dos puntos si cae correctamente con el pie que corresponde (derecho o izquierdo) y, finalmente, se asigna 1 punto en la tercera tentativa si logró con éxito caer con el pie asignado y cero puntos cuando fracasa. El resultado es igual a la sumatoria de los puntos conseguidos con el pie derecho y con el pie izquierdo en todas las alturas evaluadas, siendo atribuidas más 3 puntos por cada placa colocada para la altura inicial de la prueba. El máximo puntaje posible es de 72 puntos.

VALORACIÓN

Rango	Puntuacion
66 puntos o más	Muy bien
46 a 65	Bien
0 a 45 menos	Deficiente





UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA VALORACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS

Nombre del deportista:

TEST DE LA HABILIDAD DE LANZAR

Objetivo: Medir la habilidad de lanzar realizando lanzamientos con dos manos.

Materiales: 1 Cronómetro, 1 Silbato, Cancha, Balón medicinal, Cinta metrica.

Descripción del test:

Posición inicial: el ejecutante se colocará en posición de pie, detrás de la línea de lanzamiento, con los pies separados a la anchura de los hombros. El cuerpo estará dispuesto hacia la dirección de lanzamiento, y tendrá el balón simétricamente agarrado con ambas manos.

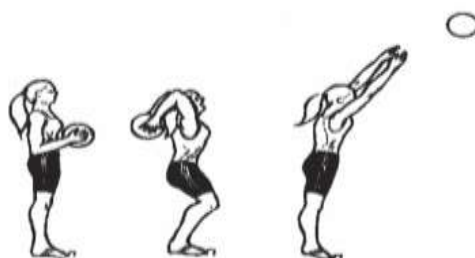
Ejecución: a la señal del controlador, el alumno elevará, con ambas manos, el balón por encima y detrás de la cabeza, simultáneamente podrá extender el tronco, flexionar brazos y piernas, elevando talones, pero sin despegar la puntera del suelo. A partir de aquí, realizará un movimiento explosivo de lanzamiento hacia delante, con el objeto de trasladar el móvil a la mayor distancia posible. El lanzamiento se medirá desde la línea demarcatoria hasta el punto de caída del balón, y se anotará el mejor de dos lanzamientos, registrando la distancia alcanzada en centímetros. Durante el lanzamiento, las manos accionan simétrica y simultáneamente por encima de la cabeza, no pudiendo desplazarse el lanzador mas allá de la línea de lanzamiento.

La mayoría de los autores diferencian el peso del balón según el sexo del ejecutante. Blázquez (1991) establece 3 kg para hombres y 2 kg para mujeres. Legido y col. (1995) recomiendan para esta prueba un peso de 3 kg sin diferencia de sexo, pero añaden que su aplicación en menores de 10 años se debe realizar con un balón de 2 kg. En las pruebas de ingreso al INEF, existe diferencia de sexos, asignando 5 kg para hombres y 3 kg para mujeres.

VALORACIÓN

Table with 3 columns: Indicador, Mujeres, Hombres. Rows include: Peso de balon (2kg/3kg), Excelente (> 10 m / > 12 m), Bueno (8-10 m / 10-12 m), Regular (6-8 m / 8-10 m).

GRAFICO





UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS

Nombre del deportista:

TEST DE SLALOM CON UN BOTE DE BALÓN

Objetivo: Medir la coordinación dinámica global y la coordinación óculo-manual a través de la habilidad en el manejo de un objeto.

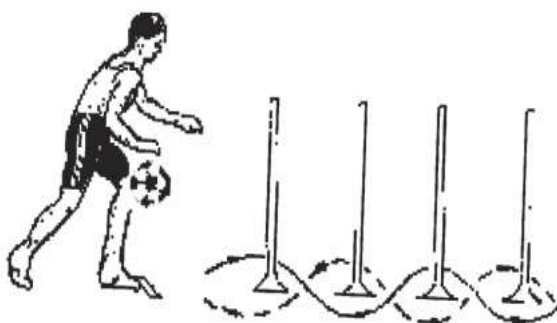
Materiales: Terreno liso y plano, cuatro postes, tiza y cronómetro.

Descripción del Test: Para la realización de esta prueba, se desarrolla en un terreno liso, plano, y antideslizante, donde se colocan 4 postes alineados con separación entre ellos, y del primero a la línea de salida de 2 m. El alumno se colocará detrás de la línea inicial en posición de salida alta, sosteniendo entre sus manos un balón de baloncesto. A la señal del controlador, el ejecutante realizará un recorrido de ida y vuelta en zig zag, botando el balón entre los postes. Se registrará el tiempo empleado por el ejecutante en realizar el recorrido de ida y vuelta hasta sobrepasar de nuevo la línea de salida. El ejecutante podrá botar el balón indistintamente con una u otra mano. Si se escapa el balón o se tira un poste, se permitirá realizar un segundo intento. El tiempo estimado para realizar esta prueba es de 3 min por alumno el tiempo total en desarrollar el test va a depender de la cantidad de alumnos que realicen el ejercicio.

VALORACIÓN

Rango (seg)	Puntuación
11,54-12,96	Deficiente
10,13-10,83	Bien
7,31- 8,72	Muy Bien

GRÁFICO





UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA VALORACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS

Nombre del deportista:

TEST DE LA HABILIDAD DE CORRER

Objetivo: Medir la velocidad de desplazamiento del sujeto de un lugar a otro en el menor tiempo posible en espacio amplio.

Materiales: Cronómetro. Silbato. Hojas de registro. Pista atlética. Cal. Tablero Lápiz

Descripción del test: Posición inicial: El profesor primeramente explica la posición inicial de partida baja; *a sus marcas* posición inclinada, la rodilla de la pierna de apoyo tocando en el piso, pie que está más avanzado a la línea de partida de 15 a 20 centímetros separado de la línea, la rodilla que está en el piso a la altura de la mitad del pie adelantado, manos en la línea de partida con los dedos índice y pulgar separados, cabeza inclinada vista al piso; *listos* el niño se incorpora levanta la rodilla del piso, levanta la cabeza, mirada al frente; *partida* a la señal acústica con el silbato, el niño parte tratando de alcanzar la mayor velocidad posible, recorre los 50 metros y cruza la línea.

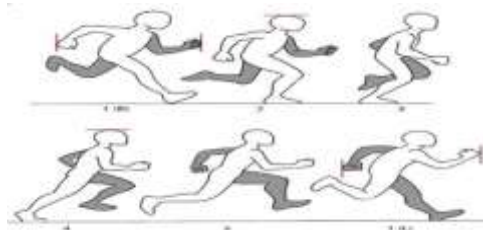
Desarrollo:

Los participantes se colocaron en la línea de salida, en grupos de 4 personas en cada uno de los andariveles. Se anotó el tiempo de cada uno, expresado en segundos y décimas de segundo. Se realiza dos intentos por cada niño, en el primer intento en el caso de haber algún error corregiremos al niño, el segundo intento para escoger el mejor tiempo.

VALORACIÓN

Rango	Calificacion
8'76'' - 8'75'' y menos	Muy bien
8'07'' - 8'08'' - 7'95''	Bien
9'61'' - 9'62'' - 8'06''	Deficiente

GRAFICO





UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA VALORACIÓN DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS
TEST DE PASE DE PECHO

NOMBRE DEL DEPORTISTA			
AÑO		EDAD	SEXO
FECHA			HORA
PRE TEST	POST TEST		

Objetivo: Evaluar la ejecución técnica del pase de pecho

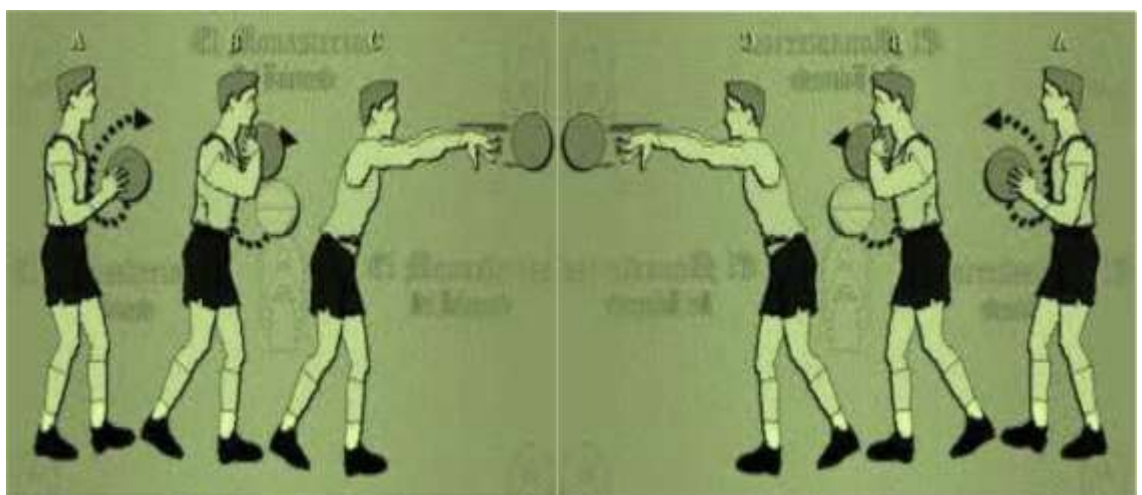
Materiales: Balón de básquet, cronometro, silbato, cancha, conos, platillos.

Descripción del test: Para la ejecución de esta prueba, a una distancia de 4 metros entre dos compañeros realizar de forma ininterrumpida el pase de pecho durante 30 segundos, se realizarán tres intentos y se calculará el promedio de ellos.

VALORACIÓN

Acción	Puntuación	
No alcanza la habilidad requerida	3 – 3,99	Deficiente
En proceso la habilidad requerida	3,01- 4	Bien
Domina la habilidad requerida	4,01 - 5	Muy Bien

GRÁFICO



FICHA DE OBSERVACION

GESTOS TECNICOS	5	4	3
FASE DE PREPARACION			
Localiza el objetivo sin mirarlo			
La postura es equilibrada			
Las manos están ligeramente detrás del balón			
Las Manos están en posición relajada			
El balón sale frente del pecho			
Codos se encuentran hacia dentro			
PROMEDIO			
FASE DE EJECUCION			
Localiza el objetivo sin mirarlo			
Mira a otro sitio o finteas antes de pasar			
Realiza un paso en dirección del pase			
Extiende las rodillas, espaldas y brazos			
Utiliza la fuerza de las muñecas y dedos			
Iguala la fuerza de ambas manos			
Impulsa el balón con dedo índice y corazón			
Bota el balón a la altura del pecho			
PROMEDIO			
FASE DE SEGUIMIENTO			
Localiza el objetivo			
Los brazos quedan extendidos			
Las palmas de las manos quedan hacia abajo			
Los dedos apuntan hacia el objetivo			
PROMEDIO			
PROMEDIO TOTAL			

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz, P (2023)



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

TEST DE PASE POR ENCIMA DE LA CABEZA

NOMBRE DEL DEPORTISTA			
AÑO DE BASICA		EDAD	SEXO
FECHA			HORA
PRE TEST	POST TEST		

Objetivo: Evaluar la ejecución técnica del pase por encima de la cabeza.

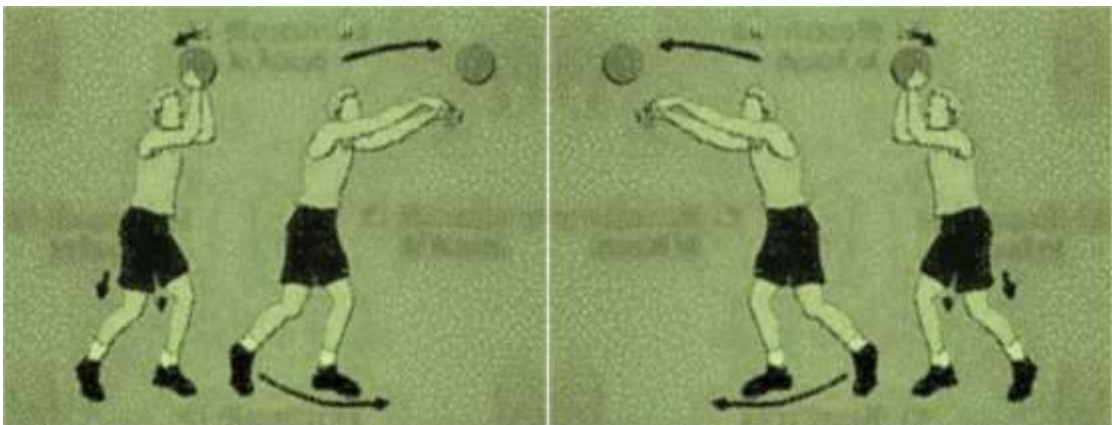
Materiales: Balón de básquet, cronometro, silbato, cancha, conos, platillos.

Descripción del test: Para la ejecución de esta prueba, a una distancia de 4 metros entre dos compañeros realizar de forma ininterrumpida el pase por encima de la cabeza durante 30 segundos, se realizarán tres intentos y se calculará el promedio de ellos.

VALORACIÓN

Acción	Puntuación	
No alcanza la habilidad requerida	3 – 3,99	Deficiente
En proceso la habilidad requerida	3,01- 4	Bien
Domina la habilidad requerida	4,01 - 5	Muy Bien

GRÁFICO



FICHA DE OBSERVACION

GESTOS TECNICOS	5	4	3
FASE DE PREPARACION			
Localiza el objetivo sin mirarlo			
Postura es equilibrada			
Las manos se encuentran ligeramente detrás del balón			
El balón se encuentra más arriba de la frente			
Los codos se encuentran hacia adentro			
PROMEDIO			
FASE DE EJECUCION			
Localiza al objetivo sin mirarlo			
Mira a otro sitio o finta antes de pasar			
Da un paso en dirección del pase			
Extiende rodillas, espalda y brazos			
Flexiona muñeca y dedos			
Impulsa el balón con dedos índice y corazón			
PROMEDIO			
FASE DE SEGUIMIENTO			
Localiza el objetivo			
Los brazos quedan extendidos			
Las palmas de las manos quedan hacia abajo			
Los dedos apuntan hacia el objetivo			
PROMEDIO			
PROMEDIO TOTAL			

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo "Época"
Autor: Paz, P (2023)



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE
TEST DE PASE DE BEISBOL

NOMBRE DEL DEPORTISTA			
AÑO DE BASICA		EDAD	SEXO
FECHA			HORA
PRE TEST	POST TEST		

Objetivo: Evaluar la ejecución técnica del pase de béisbol.

Materiales: Balón de básquet, cronometro, silbato, cancha, conos, platillos.

Descripción del test: Para la ejecución de esta prueba, a una distancia de 4 metros entre dos compañeros realizar de forma ininterrumpida el pase de pecho durante 30 segundos, se realizarán tres intentos con mano derecha e izquierda alternadamente y se calculará el promedio de ellos.

VALORACIÓN

Acción	Puntuación	
No alcanza la habilidad requerida	3 – 3,99	Deficiente
En proceso la habilidad requerida	3,01- 4	Bien
Domina la habilidad requerida	4,01 - 5	Muy Bien

GRÁFICO



FICHA DE OBSERVACION

GESTOS TECNICOS	Brazo derecho			Brazo izquierdo		
	5	4	3	5	4	3
FASE DE PREPARACION						
Localiza el objetivo sin mirarlo						
La postura es equilibrada						
Lo cuerpo lo posiciona hacia un lado						
El peso ubica sobre el pie más atrasado (pivote)						
La mano de pase se encuentra detrás del balón						
Otra mano esta delante del balón						
Las manos se encuentran relajadas						
El balón se encuentra junto a la oreja						
El codo esta hacia dentro						
PROMEDIO						
FASE DE EJECUCION						
Localiza el objetivo sin mirarlo						
Mira a otro sitio o finteas antes de pasar						
Realiza un paso en dirección del pase						
Extiende las rodillas, espaldas y brazos						
Las manos se encuentran en el balón hasta soltarlo						
Impulsa el balón con dedo índice y corazón						
PROMEDIO						
FASE DE SEGUIMIENTO						
Localiza el objetivo						
El brazo queda extendido						
La palma de la mano queda hacia abajo						
Los dedos apuntan hacia el objetivo						
PROMEDIO						
PROMEDIO TOTAL						

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz, P (2023)



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE
TEST PARA LA HABILIDAD DEL DRIBLING DE
PROTECCIÓN

NOMBRE DEL DEPORTISTA			
AÑO DE BASICA		EDAD	SEXO
FECHA			HORA
PRE TEST	POST TEST		

Objetivo: Evaluar la ejecución técnica del drible de protección.

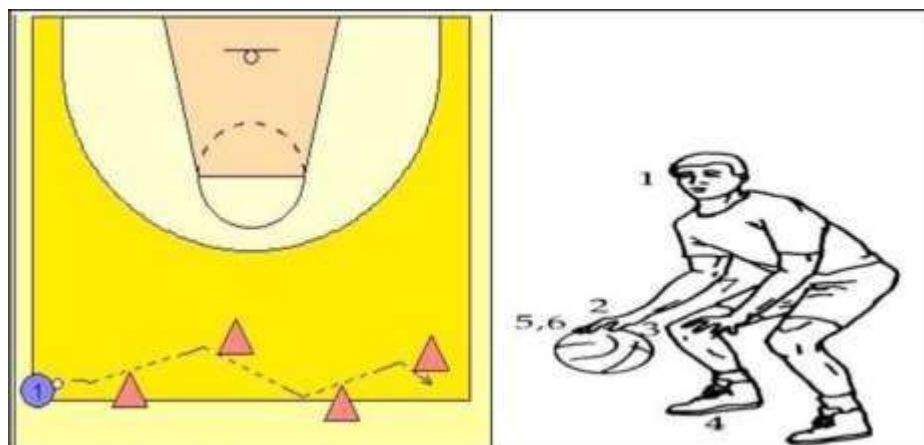
Materiales: Balón de básquet, cronometro, silbato, cancha, conos, platillos.

Descripción del test: Para la ejecución de esta prueba, se establecerá en la cancha un esquema de ejercicio, el ejecutante debe realizar el dribling en zigzag entre obstáculos a una distancia de 1 metro entre cada uno, en una distancia total de 10 metros se ejecutará de ida y vuelta de forma ininterrumpida, se realizarán tres intentos con la mano derecha e izquierda alternadamente y se calculará el promedio de ellos.

VALORACIÓN

Acción	Puntuación	
No alcanza la habilidad requerida	3 – 3,99	Deficiente
En proceso la habilidad requerida	3,01- 4	Bien
Domina la habilidad requerida	4,01 - 5	Muy Bien

GRÁFICO



FICHA DE OBSERVACION

GESTOS TECNICOS	Brazo derecho			Brazo izquierdo		
	5	4	3	5	4	3
FASE DE EJECUCION						
Botea el balón cerca del cuerpo						
Botea a la altura de la rodilla o más bajo						
El balón abandona la mano antes de levantar el pie pivote						
Botea el balón con la yema de los dedos						
Realiza una flexión pronunciada de muñeca y dedos						
El cuerpo y la mano que no botea protege el balón						
PROMEDIO						
PROMEDIO TOTAL						

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo "Época"

Autor: Paz, P (2023)



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA HABILIDAD DEL DRIBLING DE
VELOCIDAD

NOMBRE DEL DEPORTISTA				
AÑO		EDAD		SEXO
FECHA				HORA
PRE TEST		POST TEST		

Objetivo: Evaluar la ejecución técnica del dribling de velocidad.

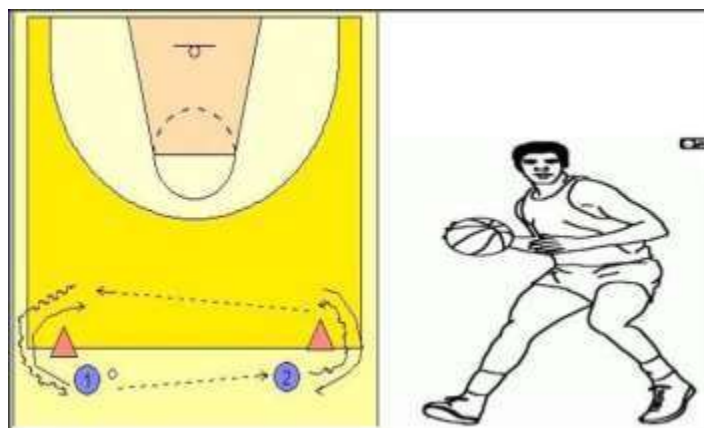
Materiales: Balón de básquet, cronometro, silbato, cancha, conos, platillos.

Descripción del test: Para la ejecución de esta prueba, se establecerá en la cancha un esquema de ejercicio, el ejecutante debe realizar el dribling en línea recta en una distancia de 10 metros y continuar la secuencia luego ejecutando el dribling en una distancia de 5 metros se ejecutará de ida y vuelta de forma ininterrumpida, se realizarán tres intentos con la mano derecha e izquierda alternadamente y se calculará el promedio de ellos.

VALORACIÓN

Acción	Puntuación	
No alcanza la habilidad requerida	3 – 3,99	Deficiente
En proceso la habilidad requerida	3,01- 4	Bien
Domina la habilidad requerida	4,01 - 5	Muy Bien

GRÁFICO



FICHA DE OBSERVACION

GESTOS TECNICOS	Brazo derecho			Brazo izquierdo		
	5	4	3	5	4	3
FASE DE EJECUCION						
Impulsa el balón delante y corre tras el						
Realiza botes sucesivos a la altura de la cintura						
El balón abandona la mano antes de levantar el pie pivote						
Botea el balón con la yema de los dedos						
Realiza una flexión pronunciada de muñeca y dedos						
El cuerpo y la mano que no botea protege el balón						
PROMEDIO						
PROMEDIO TOTAL						

***Fuente:** Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo "Época"*

***Autor:** Paz, P (2023)*



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA HABILIDAD TIRO BASICO

NOMBRE DEL DEPORTISTA					
AÑO		EDAD		SEXO	
FECHA				HORA	
PRE TEST		POST TEST			

Objetivo: Evaluar la ejecución técnica del tiro básico.

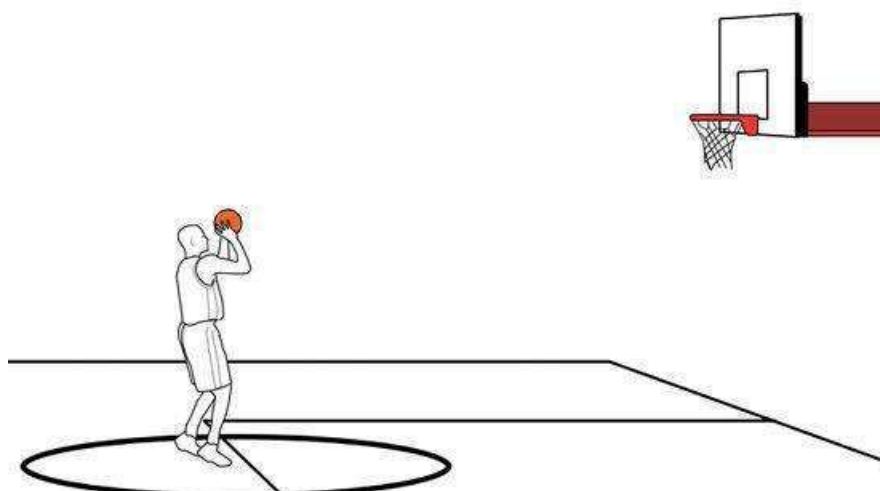
Materiales: Balón de básquet, tablero de básquet, cronometro, silbato, cancha, conos, platillos.

Descripción del test: Para la ejecución de esta prueba, el ejecutante debe realizar un lanzamiento al aro, desde la línea del tiro libre del mini básquet, se realizarán tres intentos con la mano dominante y se calculará el promedio de ellos.

VALORACIÓN

Acción	Puntuación	
No alcanza la habilidad requerida	3 – 3,99	Deficiente
En proceso la habilidad requerida	3,01- 4	Bien
Domina la habilidad requerida	4,01 - 5	Muy Bien

GRÁFICO



FICHA DE OBSERVACION

GESTOS TECNICOS	5	4	3
FASE DE PREPARACION			
Mira la canasta			
Los pies están separados a la anchura de los hombros			
Las puntas de los pies están rectas			
Las rodillas se encuentran semiflexionadas			
Los hombros se encuentran relajados			
La mano de equilibrio se encuentra debajo del balón			
La mano de tiro se encuentra detrás del balón			
El codo esta hacia dentro de la mano que tira			
El balón se ubica entre la oreja y el hombro			
PROMEDIO			
FASE DE EJECUCION			
La mirada esta fija en la canasta			
Extiende piernas, espalda y hombro			
Extiende el codo			
Flexiona la muñeca y dedos hacia adelante			
Impulsa el balón con el dedo índice			
La mano de equilibrio se ubica en el balón hasta soltarlo			
PROMEDIO			
FASE DE SEGUIMIENTO			
Mira la canasta			
El brazo queda extendido			
El dedo índice apunta hacia la canasta			
La palma de la mano de tiro se encuentra hacia abajo			
La palma de la mano de equilibrio arriba			
PROMEDIO			
PROMEDIO TOTAL			

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”
Autor: Paz, P (2023)



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

TEST PARA LA HABILIDAD DEL TIRO AL ARO EN MOVIMIENTO DESPUES DEL DRIBLE

NOMBRE DEL DEPORTISTA				
AÑO		EDAD		SEXO
FECHA			HORA	
PRE TEST	POST TEST			

Objetivo: Evaluar la ejecución técnica del tiro al aro en movimiento después del drible.

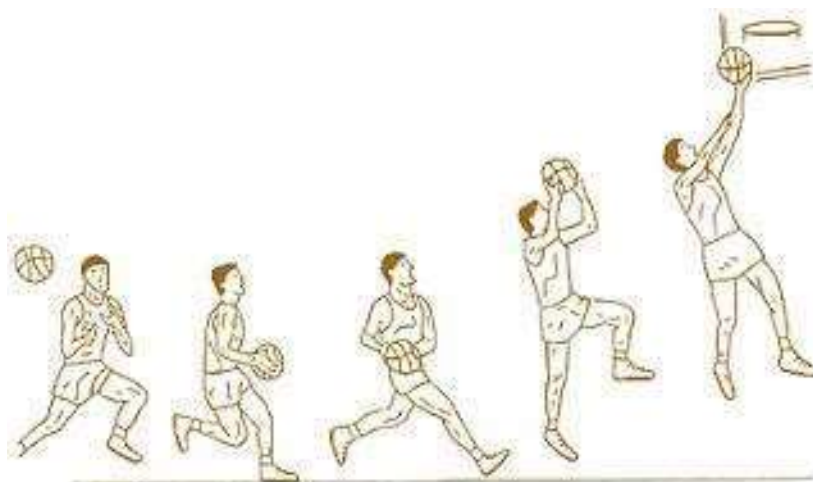
Materiales: Balón de básquet, tablero de básquet, cronometro, silbato, cancha, conos, platillos.

Descripción del test: Para la ejecución de esta prueba, en el esquema determinado en la cancha el ejecutante debe realizar dribling en una distancia de 5 metros y de forma consecutiva una entrada al aro finalizando con un lanzamiento, tanto por el lado izquierdo como por el lado derecho, se realizarán tres intentos por cada alumno y se calculará el promedio de ellos.

VALORACIÓN

Acción	Puntuación	
No alcanza la habilidad requerida	3 – 3,99	Deficiente
En proceso la habilidad requerida	3,01- 4	Bien
Domina la habilidad requerida	4,01 - 5	Muy Bien

GRÁFICO



FICHA DE OBSERVACION

GESTOS TECNICOS	5	4	3
FASE DE PREPARACION			
Mira la canasta			
Paso final es corto			
Baja la rodilla			
Los hombros se encuentran relajados			
La mano de equilibrio se encuentra debajo del balón			
La mano de tiro se encuentra detrás del balón			
El codo esta hacia dentro de la mano que tira			
El balón se ubica entre la oreja y el hombro			
PROMEDIO			
FASE DE EJECUCION			
Levantar rodilla del lado de tiro			
Saltar			
Extiende piernas, espalda y hombro			
Extiende el codo			
Flexiona la muñeca y dedos hacia adelante			
Impulsa el balón con el dedo índice			
La mano de equilibrio se ubica en el balón hasta soltarlo			
PROMEDIO			
FASE DE SEGUIMIENTO			
Mira la canasta			
Cae en equilibrio			
La rodillas esta semiflexionadas			
Las manos se encuentran levantadas			
La palma de la mano de equilibrio arriba			
PROMEDIO			
PROMEDIO TOTAL			

Fuente: Test de ficha de observación de Hal Wissel modificada, aplicado a los deportistas del club formativo Época”

Autor: Paz, P (2023)

Anexo 5. Evidencias Fotográficas





Anexo 6. Propuesta alternativa



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
 FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
 CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
 PROPUESTA ALTERNATIVA



TEMA:

Propuesta de ejercicios metodológicos para desarrollar la coordinación dinámica general, equilibrio, ritmo orientación temporo-espacial y habilidades motrices básicas, correr, saltar, lanzar en los fundamentos básicos del minibasket en los deportistas de 10-11 años del club formativo época, 2023.



Autor:

Pablo Eduardo Paz Jara

Director:

Dr. Milton Eduardo Mejía Balcázar Mg.S.



DATOS INFORMATIVOS

Deporte: Minibasket

Categoría: Iniciación Deportiva



Edad: 10 a 11 años

Género: Masculino y Femenino



DIAS DE APLICACIÓN: lunes a viernes



Hora: 16H00 A 17H00

Loja – Ecuador

2023

Link de la propuesta:

https://drive.google.com/file/d/1kzBLPDxub0dHUhtg02bg87njtEsiz9KO/view?usp=drive_link



Link de planes de clase:

https://drive.google.com/file/d/18TFHKPxouCQvOCPvSswbGcuBIzGFN2sa/view?usp=drive_link



Anexo 7. Anteproyecto

Universidad Nacional de Loja

Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación

Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

**La coordinación dinámica general, las habilidades motrices básicas y su incidencia
en la enseñanza del minibasket 10-11 años del club época, 2023.**

AUTOR

Pablo Eduardo Paz Jara

Loja – Ecuador

2023

Link del proyecto: https://drive.google.com/file/d/19XY6WM_vev2FgpBJg1jtLHe-mtFFielk/view?usp=drive_link

Anexo 8. Certificado de traducción del resumen.

Loja, 20 de febrero de 2024

Mg.S. María Cristina Ortega Patiño

Licenciada en Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros Mención Inglés

A petición de la parte interesada y en forma legal.

CERTIFICA:

Que el Señor **Pablo Eduardo Paz Jara**, con cédula de identidad número 1105655409, estudiante de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, de la Facultad de la Educación el Arte y la Comunicación de la Universidad Nacional de Loja, completó satisfactoriamente la presente traducción de español a inglés del resumen del Trabajo de Integración Curricular denominado: **La coordinación dinámica general, las habilidades motrices básicas y su incidencia en la enseñanza del minibasket 10-11 años Club Formativo Época, 2023.**

Traducción que fue guiada y revisada minuciosamente por mi persona. En consecuencia, se da validez a la presentación de la misma. Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, pudiendo el interesado hacer uso del presente documento en lo que estime conveniente.

Atentamente,



Mg.S. María Cristina Ortega Patiño.

Licenciada en Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros Mención Inglés

Número de Registro Senescyt: 1031-2022-2452274