

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES

TÍTULO:

**“EL DESCONOCIMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS DEL
BALONCESTO, INFLUYE EN EL DESARROLLO
COMPETITIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO
AÑO DE EDUCACION BASICA DE LA INSTITUCIÓN
FISCOMISIONAL “LA DOLOROSA” DEL CANTÓN
CHAGUARPAMBA, PROVINCIA DE LOJA”**

Tesis previa a la Obtención del Grado
de Licenciado en Ciencias de la
Educación, Mención: Cultura Física.

AUTOR: Wilmer Efrén Torres Riofrío

DIRECTOR: Lic. Luis Valverde Jumbo Mg. Sc.

LOJA – ECUADOR
2014

CERTIFICACIÓN

Lic. Luis Rafael Valverde Jumbo. Mg. Sc.

DIRECTOR DE TESIS

Certifica:

Que el trabajo titulado “EL DESCONOCIMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO, INFLUYE EN EL DESARROLLO COMPETITIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACION BASICA DE LA INSTITUCIÓN FISCOMISIONAL “LA DOLOROSA” DEL CANTÓN CHAGUARPAMBA, PROVINCIA DE LOJA”, realizado por el Sr..Wilmer Efrén Torres Riofrío, ha sido guiado y revisado periódicamente y cumple normas estatutarias establecidas por la Universidad Nacional de Loja en el Reglamento de Régimen Académico en vigencia.

Debido a su trascendencia educativa y social se recomienda su presentación para en análisis y estudio del Tribunal de Estudio.

Loja, 11 de Abril del 2014



Lic. Luis Rafael Valverde Jumbo. Mg. Sc.

DIRECTOR DE TESIS

AUTORIA

Yo, .Wilmer Efrén Torres, declaro ser autor del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones, por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional – Biblioteca Virtual.

Autor: .Wilmer Efrén Torres Riofrío

Firma: 

Cédula: 1104860380

Fecha: Loja, 24 de Julio del 2014

CARTA DE AUTORIZACION DE TESIS POR PARTE DEL AUTOR, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCION PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACION ELECTRONICA DEL TEXTO COMPLETO

Yo, Wilmer Efrén Torres Riofrío, declaro ser el autor de la tesis titulada: **“EL DESCONOCIMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO, INFLUYE EN EL DESARROLLO COMPETITIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACION BASICA DE LA INSTITUCIÓN FISCOMISIONAL “LA DOLOROSA” DEL CANTÓN CHAGUARPAMBA, PROVINCIA DE LOJA”**; como requisito para optar el Grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención: Cultura Física, autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de su contenidos de la siguiente manera en el Repositorio Digital Institucional.

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

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de la tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los veinte y cuatro días del Mes de Julio del 2014, firma el autor.

Firma: _____

Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío

Cédula: 1104860380

Dirección: Chaguarpamba

Correo Electrónico: wilmertorres_1989@hotmail.com

Teléfono: 0969258324

DATOS COMPLEMENTARIOS:

Director de Tesis: Lic. Luis Rafael Valverde Jumbo. Mg. Sc.

Tribunal de Grado: Dr. Mg. Sc José Efraín Macao Naula

Dra. Mg. Sc Rosa Ibelia Álvarez Tacuri

Dr. Mg. Sc. Luis Montesinos Guarnizo

AGRADECIMIENTO

Mi más sincero agradecimiento a todos aquellos que me apoyaron y me alentaron a seguir adelante sobre todo en momentos en que me vieron con alguna duda.

Primeramente a Dios, por brindarme salud, bienestar físico y espiritual durante el trayecto de mi vida.

A la Universidad Nacional de Loja, Carrera de Cultura Física por darme la oportunidad de adquirir los conocimientos en sus aulas; a mis docentes por brindarme su apoyo, guía y sabiduría para culminar con éxito este trabajo; en forma especial al Sr. Lic. Luis Valverde Jumbo. Mg. Sc, director de este trabajo académico

A los directivos, profesionales y niños de la Institución “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba de la Ciudad de Loja; por la colaboración desinteresada para culminar con éxito este trabajo investigativo,

A todas las personas que participaron directa e indirectamente, e hicieron posible este proyecto, muchas gracias por su apoyo y enseñanza.

DEDICATORIA

El esfuerzo y la dedicación del presente trabajo investigativo va dedicado primeramente al Dios todo poderoso que siempre me bendice, por darme y concederme la oportunidad de vivir, la fuerza de vencer obstáculos y la inteligencia para actuar de mejor manera.

A mis padres quienes a más de ser mi apoyo son la fuente de mi inspiración para la consecución de mis metas personales y profesionales, a mis hermano, familiares y amigos quienes me brindaron todo el cariño, apoyo y comprensión, sentimientos que me han ayudado a llegar a una feliz culminación de mi Carrera.

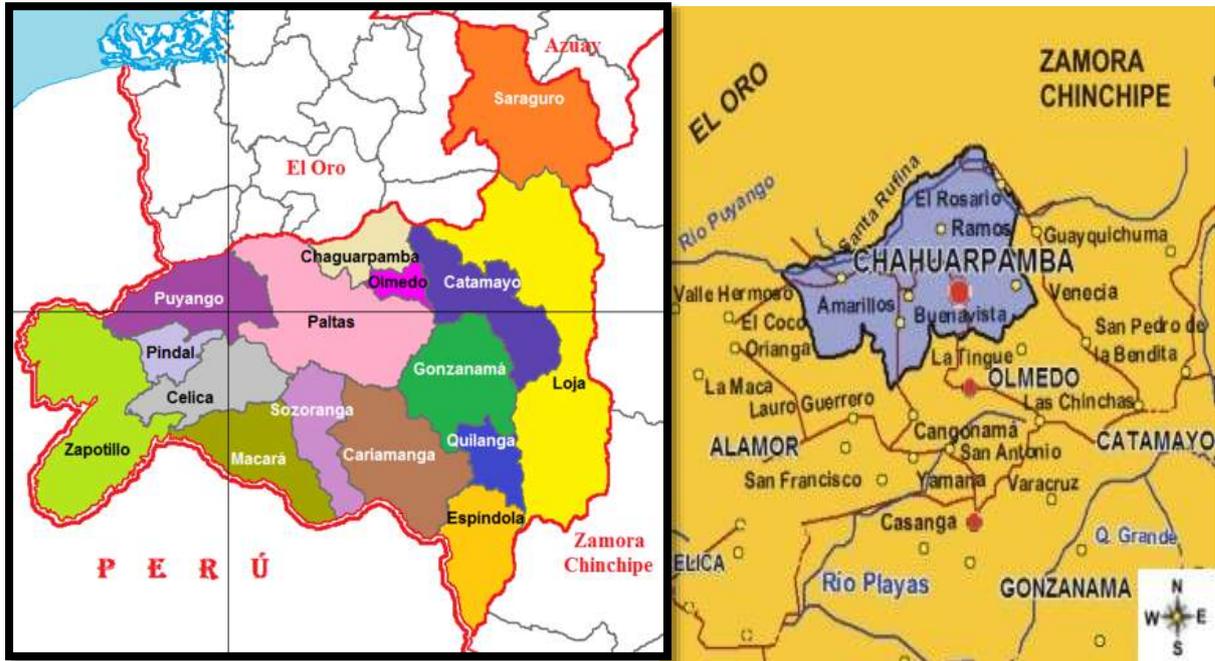
Wilmer Efrén Torres Riofrío

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

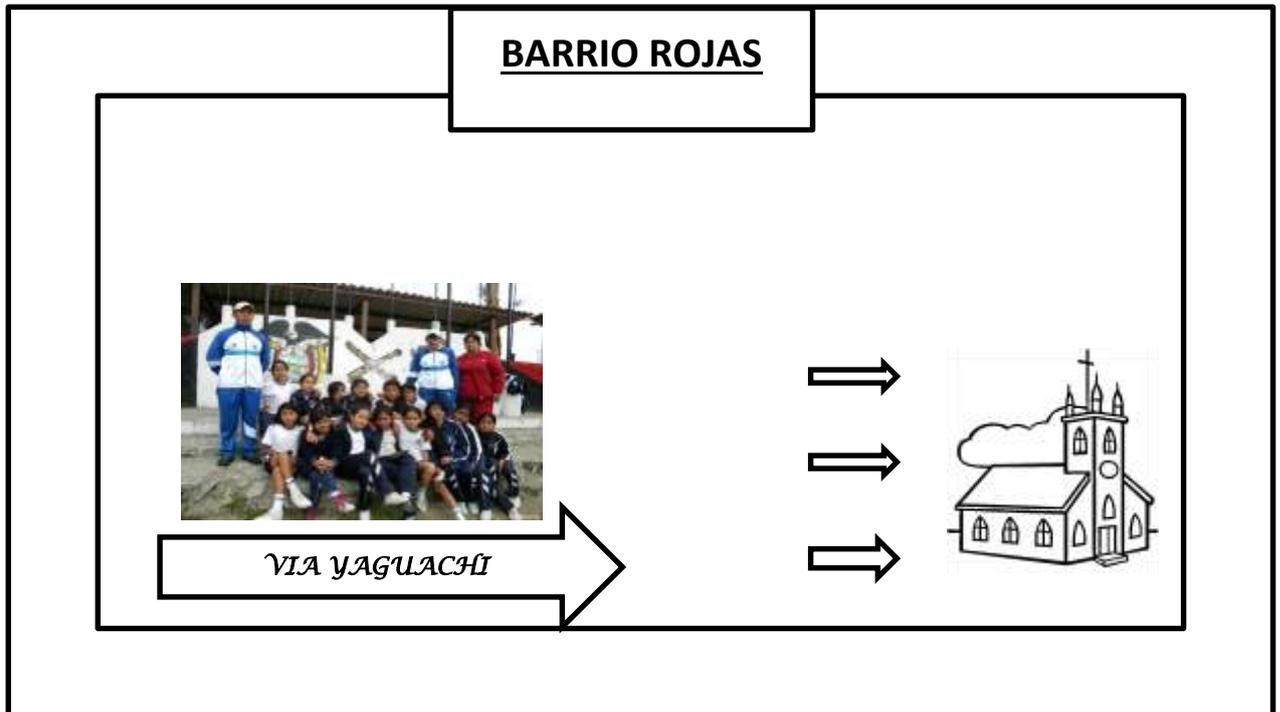
BIBLIOTECA, Área de la Educación el Arte y la Comunicación

TIPO DE DOCUMENTO	AUTOR/NOMBRE DEL DOCUMENTO	FUENTE	FECHA AÑO	ÁMBITO GEOGRÁFICO							NOTAS OBSERVACIONES
				NACIONAL	REGIONAL	PROVINCIA	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIOS COMUNIDAD	OTRAS DEGRADACIONES	
TESIS	Wilmer Efrén Torres Riofrío: “EL DESCONOCIMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO, INFLUYE EN EL DESARROLLO COMPETITIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACION BASICA DE LA INSTITUCIÓN FISCOMISIONAL “LA DOLOROSA” DEL CANTÓN CHAGUARPAMBA , PROVINCIA DE LOJA”	UNL	2014	ECUADOR	ZONA 7	LOJA	CHAGUARPAMBA	CHAGUARPAMBA	CENTRAL	CD	Lic. Ciencias de la Educación, mención: Cultura Física

MAPA GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN



CROQUIS DE UBICACIÓN



ESQUEMA DE TESIS

Portada

Certificación

Autoría

Agradecimiento

Dedicatoria

Ámbito geográfico de la Investigación

Mapa Geográfico.

Esquema de Contenidos

- a. Título
 - b. Resumen en Castellano y traducido al inglés.
 - c. Introducción
 - d. Revisión de Literatura
 - e. Materiales y Métodos
 - f. Resultados
 - g. Discusión
 - h. Conclusiones
 - i. Recomendaciones
 - j. Bibliografía
 - k. Anexos. Proyecto Aprobado
- Índice

a. TÍTULO

“EL DESCONOCIMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO, INFLUYE EN EL DESARROLLO COMPETITIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACION BASICA DE LA INSTITUCIÓN FISCOMISIONAL “LA DOLOROSA” DEL CANTÓN CHAGUARPAMBA, PROVINCIA DE LOJA”

b. RESUMEN

El presente trabajo investigativo nos permite determinar que la escuela a través de sus autoridades se ven interesados en realizar una planificación, la misma que tendrá una connotación reflexiva, participativa y centrada en lo que es el Desconocimiento de los Fundamentos del Baloncesto del Séptimo Año de Educación Básica por lo que se verá reflejada positivamente en la aplicación de los procesos recomendados. Es importante resaltar que durante el tiempo de permanencia en el plantel educativo se dieron todas las facilidades y el apoyo requerido en el manejo y aplicación de la encuesta a los señores estudiantes, la cual ha permitido percibir las falencias y la falta de preparación para las competencias internas de los niños. Considero también que la problemática planteada y que es motivó de esta investigación se transforme en una oportunidad de crecimiento, fortalecimiento tanto a la institución como en los estudiantes. Dentro de los objetivos plantee Establecer la incidencia de los fundamentos durante la preparación de la disciplina del baloncesto para un proceso competitivo de los estudiantes del séptimo año de Educación Básica de la Institución Fisco misional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja. El tipo de investigación que realizare será una investigación participativa debido a la técnica de encuesta (recolección de la información) la misma que lo realizaremos en forma directa en los niños de séptimo año de Educación Básica la Institución Fisco misional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja”. La conclusión del presente trabajo investigativo se evidencio que al realizar este trabajo con los estudiantes del séptimo año de educación básica, nos dimos cuenta que son entes positivos dispuestos a un cambio.

SUMMARY

This research work allows us to determine that the School through its authorities are interested in making a schedule, which will have the same reflective, participatory and focused on what is the Lack of Basketball Fundamentals Seventh Year of Education connotation basic so will be reflected positively on the implementation of the recommended processes. Importantly, during the time spent on campus all facilities and support required in the management and implementation of the survey to the gentlemen students, which has led to perceive the shortcomings and lack of preparation for the competitions were given internal children. I also consider the issues raised and is motivated this research is turned into an opportunity for growth, strengthening both the institution and the students. Among the objectives arising establish the incidence of the foundations for the preparation of the discipline of basketball competitive process for students in the seventh year of Basic Education Institution Treasury missionary "La Dolorosa" Chaguarpamba Canton, Province of Loja. The type of research that I will perform will be a participatory research because of the technical survey (data collection) that will do the same directly at children seventh year of the Basic Education Institution Treasury missionary "La Dolorosa" Canton Chaguarpamba, Province of Loja. "The conclusion of this research work was evident that to make this work with students in the seventh year of basic education, we realized that we are willing to change positive entities.

c. INTRODUCCIÓN

Esta investigación se origina en la necesidad de conocer los fundamentos del baloncesto, para desarrollar de mejor manera las técnicas del mismo, que propicien un cambio en la manera tradicional de desarrollar las destrezas y habilidades fundamentales de la competencia del baloncesto en los estudiantes de Séptimo Año de Educación Básica de la Institución Fisco misional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja.

El Baloncesto es un juego de equipo, es un juego en donde la acción colectiva es la base fundamental que tienen que manejar los equipos para lograr los objetivos propuestos. Sin embargo para formar esta técnica colectiva es precisa que los jugadores que integran un equipo reúnan los elementos que posibiliten la construcción de este grupo que debe rodar corporativamente como una unidad, pudiendo así lograr un equipo ganador.

En la actualidad es uno de los deportes más populares y más jugados en el mundo. En más de cien países lo practican organizadamente, en muchos de ellos se han igualado o superado en popularidad con el futbol y el beisbol.

La práctica del baloncesto en los niños fomenta el trabajo en equipo, el compañerismo, la generosidad y la solidaridad, el baloncesto tiene muchos beneficios físicos en los niños, en especial contribuyendo a quemar calorías favoreciendo que los niños no sufran problemas como la obesidad infantil.

El Baloncesto se caracteriza por establecer una actividad a realizar, por estar regido por un sistema de reglas que marcan su dinámica interna como actividad física organizada y por hacer efectiva la posibilidad de utilizar estrategias de actuación en lo que se refiere al valor de la responsabilidad.

El objeto de esta investigación es presentar algunos principios, valederos en la vida particular en cuanto a la preparación. Se recomienda que todo niño preparador inicie con una definida filosofía deportiva, que le va a servir para

cristalizar sus actitudes e inquietudes y guiarle en su forma de pensar, lo que traducirá del valor positivo de su preparación.

En la actualidad diaria los niños y la juventud descuidan considerablemente la actividad física, lo cual presenta problemas sustanciales luego de la selección y aprobación en el proceso competitivo, el mismo que evalúa al estudiante con la aplicación de los fundamentos en el baloncesto. Ya que el desconocimiento de los Fundamentos puede darse desde los primeros inicios del baloncesto, o del poco interés de los niños lo cual es evidente en este grupo de estudiantes

Es el entrenador el elemento más importante en el perfeccionamiento de su profesión. Cada preparador que se obliga con su esfuerzo a mejorar su trabajo por su porvenir.

En el capítulo uno se establece el planteamiento del problema, se detalla la contextualización, el análisis crítico, el producto de la interrelación entre las causas y el efecto del problema. A continuación se detalla la justificación, indicando la importancia, la necesidad, utilidad, factibilidad e impacto de la presente investigación. De la misma manera se explica la prognosis y los objetivos generales y específicos, que manifiestan Establecer la incidencia de los fundamentos durante la preparación de la disciplina del baloncesto para un proceso competitivo de los estudiantes del séptimo año de Educación Básica de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja.

En el capítulo dos, se realiza una investigación bibliográfica para argumentar desde diferentes aspectos; así se determina la fundamentación filosófica, en la que se establece las características más importantes de la propuesta que se fundamenta en el juego del baloncesto.

Centrando la información en los FUNDAMENTOS DE BALONCESTO: Son ejercicios físicos y mentales que nos llevan al desarrollo, manejo y perfeccionamiento de aspectos técnicos, encaminados a aplicaciones tácticas del juego. FUNDAMENTOS BASICOS: Driblen (Bote), pase, recepción, el pivote,

tiro, el rebote, etc.

En el capítulo tres se expresa la modalidad de la investigación que de acuerdo a las características se establece como: aplicada por los objetivos, con un enfoque mixto cualitativo, por el alcance, descriptiva, de campo porque se realiza en la propia institución y por su naturaleza es de acción. Además se determina el universo que se va a trabajar, así como las técnicas y los instrumentos que se utilizarán para la recolección de la información.

En el capítulo cuatro, se procede a analizar e interpretación de los resultados para lo cual se maneja porcentajes, con su respectiva graficación basada en tablas y gráficos lo cual permitirá establecer la verificación de la hipótesis.

En el capítulo cinco se establecen las conclusiones y recomendaciones necesarias en sentido coherente, es decir a cada conclusión le corresponde una recomendación.

En el capítulo seis, se elabora la propuesta con un sentido crítico propositivo, verificando su investigación en sus detalles y proponiendo una solución para el mejoramiento en su contexto.

d. REVISIÓN DE LITERATURA

ANTECEDENTES DEL BALONCESTO

El Baloncesto podría ser una derivación de uno de los juegos más antiguos del mundo: el tlachtli o juego de la pelota. Los mayas construían en la mayoría de sus centros ceremoniales unas edificaciones de formas características para practicar este ritual. Uno de los mejores recintos del juego de pelota se encuentra en Chichén Itzá.

El Baloncesto fue inventado en diciembre de 1891 por el profesor de educación física canadiense James Naismith. Él introdujo el juego cuando era instructor en la Young Men's Christian Association (YMCA) en Springfield (Massachusetts), donde organizó un pasatiempo que consideraba apropiado



para jugar en pista cubierta durante el invierno. El juego incluía elementos de fútbol americano, fútbol y hockey. La primera pelota usada fue de fútbol.

Alrededor de 1897 se reglamentaron los equipos de cinco jugadores. El juego se extendió rápidamente por Estados Unidos, Canadá y otras partes del mundo, jugado tanto por hombres como mujeres; también llegó a ser un popular deporte informal al aire libre.

Un gran número de colegios universitarios estadounidenses adoptaron el juego entre 1893 y 1895. En 1934 se celebraron los primeros juegos intercolegiales en el Madison Square Garden de la ciudad de Nueva York. En la década de 1950 llegó a ser un deporte de colegios mayores.

La primera liga profesional, la Nacional Basketball League, se formó en 1898. Aunque sólo estuvo vigente durante cinco años su desaparición propició un número de ligas inconexas en el noroeste de Estados Unidos.

Uno de los primeros y más grandes equipos profesionales fue el Original Celtics, organizado en 1915 en la ciudad de Nueva Cork. Los Harlem Globetrotters, grupo que se fundó en 1927, fue un notable equipo de exhibición. En 1949 dos ligas profesionales posteriores, la National Basketball League y la Básquetbol Association of América, se unieron para crear la Nacional Básquetbol Association (NBA). Los Boston Celtics, dominaron la NBA desde finales de la década de los 50 hasta finales de la década siguiente.

La historia de la NBA nace en 1946 (llamada BAA hasta 1949) como complemento del mayor espectáculo americano de la época, el hockey sobre hielo, mientras ésta atravesaba su parón invernal. Para entonces ya existía una liga profesional, la NBL, la cual se fusionó con la BAA (fundada en 1946) en 1949 para dar nacimiento a la NBA. El primer encuentro de la liga corresponde a un New York Knicks – Toronto Huskies. Philadelphia Warriors fue el primer campeón y George Mikan el primer gran dominador con 5 anillos con Minneapolis Lakers. En 1955, Bob Pettit se convertiría en el primer MVP de la temporada y Chuck Cooper en el primer jugador de raza negra elegido en el draft. Con los finales de 50' y 60' irrumpen los Celtics de los 11 anillos liderados por Bill Russell (récord individual) y Red Auerbach. Russell y Wilt Chamberlain protagonizaron una de las rivalidades más grandes de la historia. Wilt llegó a encestar 100 puntos en un encuentro y es valedor de muchos récords en la liga. Con el ocaso de estos, en 1969 surge un nuevo dominador, Lew Alcindor, quien más tarde adoptaría el nombre de Kareem Abdul-Jabbar, máximo anotador en la historia.

En 1968 nace la ABA con el objetivo destronar a la NBA por medio de unas reglas encaminadas a crear todavía más espectáculo, pero que debido a la aplastante superioridad de la NBA terminaría por desaparecer en 1976. Dejó un legado en la NBA de 4 franquicias (Denver Nuggets, Indiana Pacers, New York Nets y San Antonio Spurs). Los años 1970 fueron de los modestos, no hubo un dominador claro y hasta 8 equipos diferentes se alzaron con el anillo. New York Knicks, uno de los 3 equipos que perduran desde el inicio, estrenó su palmarés con su primer título en 1970.

En la década de 1980 la NBA logra su momento de máximo esplendor con el 'showtime' de Los Angeles Lakers, dirigidos por el gran base Earvin Magic Johnson,¹ y la eficaz sobriedad de los Boston Celtics, liderados por el gran alero Larry Bird. La eterna rivalidad Celtics-Lakers se convirtió en un clásico de las finales de la NBA.

La problemática de los desconocimientos de los fundamentos del baloncesto, de los niños estudiantes del séptimo año de educación básica de la Institución Fiscomisional "La Dolorosa" del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja" se ha hecho evidente a partir del año 2009, año en el cual se inicia un proceso de renovación constante de los niños, entrenadores y profesores de Cultura Fisca de la Institución Fiscomisional "La Dolorosa" por lo cual se han presentado las complicaciones antes mencionadas y asido interés de todos los integrantes el dar solución a este problema en su totalidad, por lo tanto es necesario fundamentar estos trabajos de investigación con una base metodológica que permita su correcta ejecución.

FUNDAMENTACION FILOSÓFICA.

Desde un punto de vista Critico Constructivista, enfocando a las ciencias sociales, el cual desarrolla en el ser humano objeto de estudio, las cualidades necesarias para el cumplimiento cabal entrenamiento de los fundamentos del baloncesto garantizando su correcta preparación y su estabilidad social en el juego.

El objeto de esta investigación es presentar algunos principios, valederos en la vida particular en cuanto a la preparación. Se recomienda que todo niño preparador inicie con una definida filosofía deportiva, que le va a servir para cristalizar sus actitudes e inquietudes y guiarle en su forma de pensar, lo que traducirá del valor positivo de su preparación.

Es el entrenador el elemento más importante en el perfeccionamiento de su profesión. Cada preparador que se obliga con su esfuerzo a mejorar su

trabajo por su porvenir.

Un entrenador debe poseer una visión objetiva del vacío que viene a llenar en el esquema deportivo - educativo con el fin de llevar a cabo su mejor trabajo. Los preparadores con frecuencia cometen errores solamente enseñar el deporte de su especialidad, sin tomar en cuenta que es proceso educativo. Formar niños hoy y siempre. Es la primera misión del entrenador y después el baloncesto.



Citamos algunos valores que el entrenador debe enseñar.

- Equilibrio social, emocional, de la personalidad mental y moral.
- Juego de equipo, espíritu de colaboración.
- Respeto a la autoridad y el entorno donde se desenvuelve.
- Formación de buenos hábitos.
- Civismo.
- Equidad.
- Constancia.
- Libertad.
- Justicia.
- Creatividad.
- Orden.
- Dialogo.
- Tolerancia.
- Sinceridad.
- Responsabilidad.

Finalmente el entrenamiento y la preparación nos otorga el privilegio de enseñar y exhortar la responsabilidad de guiar a los niños en sus años críticos de desarrollo espiritual, mental y físico es una gran oportunidad de servir, por lo tanto el preparador debe ser algo más que un simple preparador de baloncesto. Debe ser un formador de niños.

En este sentido es un educador, un líder, un concejero y sobretodo un guía de los estudiantes.

FUNDAMENTOS DE BALONCESTO: Son ejercicios físicos y mentales que nos llevan al desarrollo, manejo y perfeccionamiento de aspectos técnicos, encaminados a aplicaciones tácticas del juego.

FUNDAMENTOS BASICOS: Driblen (Bote), pase, recepción, el pivote, tiro, el rebote, etc.

El Pívol.- Es el encargado de asegurar los rebotes en la defensa, y buscar en el ataque buenas posiciones cerca de la canasta para anotar con facilidad u optar al rebote ofensivo.

Cuando un jugador que se encuentra en posesión del balón, pretende librarse de marcaje de un contrario, evita la posibilidad de un salto entre dos o asegurarse la posesión del balón,

recurre al "pivote", acción que se realiza en cualquier clase de detención y que constituye uno de los recursos fundamentales para impedir los propósitos del adversario de apoderarse del balón, haciendo uso el jugador que lo ejecuta, de su facultad para girar sobre la punta de uno de sus pies o desplazar la posición del cuerpo, basculando sobre el pie que se mueve.



El Ala Pívot.- Es un jugador que por su estatura (Ala alto y bajo para jugar como Pívot), puede cumplir funciones de tirador y ayudar eficazmente en los rebotes defensivos y ofensivos.

El Pase.- Auténtico fundamento del juego, dado el carácter asociativo del baloncesto. Consiste en ceder la presión de la pelota de un compañero a otro.

El pase no constituye una acción aislada del juego, sino que en todo momento tiene que estar condicionada por al que le precede y por la que seguirá a continuación, debiendo conjugar las que tiene que realizar el que lo ejecuta y el que lo recibe, atendiendo siempre a quién se dirige, a dónde se dirige y cuando se efectúa. Sus principios básicos son: dirección, brevedad, velocidad y precisión

La Recepción.- Es la toma de contacto con la pelota y supone un amortiguamiento de su velocidad.

En el baloncesto o básquetbol durante la recepción de un pase intervienen varios factores que condicionarán el movimiento. Algunos de ellos son: la proximidad de los defensas, la trayectoria, velocidad y vuelo de la pelota, la posición y los movimientos del receptor.

Existen ciertas condiciones que el jugador debe tener en cuenta al momento de recepción, tales como el hecho de mirar la pelota hasta el momento en que llega a las manos. 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.

El Rebote.- Movimiento continuo de la pelota o una persona con rechazo en el piso.

El rebote (baloncesto o básquetbol) se indica como toda acción en procura del balón después que ha rebotado en el tablero y/o en el aro. A mayor cantidad de rebotes, más posibilidades de control de la pelota y por ende

más oportunidades de encestar.

El rebote es importante no sólo para la defensa sino también en el ataque. En la defensa resta oportunidades de lanzamiento al adversario y en el ataque permite remeter con nuevos lanzamientos. La posición de rebote exige equilibrio y coordinación

FUNDAMENTOS DE ALTO NIVEL: Se refiere al tiempo de trabajo y la aplicación de los fundamentos básicos en el juego.

LOS FUNDAMENTOS DE BALONCESTO LOS PODEMOS DIVIDIR EN DOS TIPOS:

□ FUNDAMENTOS OFENSIVOS.

○ SIN BALON

○ CON BALON

□ FUNDAMENTOS DEFENSIVOS.

○ SIN BALON

○ CON BALON



El Baloncesto es un deporte basado en la cooperación y oposición de sus miembros en aras de obtener un objetivo común: GANAR, sumar más puntos que el contrario y evitar que este los anote.

POSICIONES DE LOS JUGADORES

1.- BASE

2.- ALA (ESCOLTA)

3.- ALA



4.- POSTE

5.- PIVOT

POR CATEGORIAS:

1.- JUGADORES EXTERIORES (1, 2, Y 3).

2.- JUGADORES INTERIORES (4 Y 5).

El baloncesto es un deporte de equipo muy completo. Su planteamiento de 5 contra 5 prevé la distribución de papeles diferentes que llegaría complementarse en ellos como en ningún otro equipo.

De hecho, en el baloncesto no existen las expulsiones definitivas y siempre se juega en número igual. Cada jugador ocupa un lugar distinto de la cancha según las características físicas y técnicas.

Al base.- Se le encomienda la dirección del juego, suele ser el jugador(a) con mayor dominio del balón y si además posee carisma personal entre sus compañeros, puede ser el líder que todo equipo necesita, debe comunicarse con facilidad con el entrenador, ya que es el encargado de dirigir el equipo.

Suele ser el más bajo del conjunto y es el que más hace alarde de su agilidad y de su velocidad, tanto en el manejo del balón que en los acelerones para arrancar la acción de ataque, tanto individuales como colectivas.

El Ala.- Recibe la responsabilidad de anotar puntos con tiros desde media y larga distancia o mediante entradas a la canasta.

El alero clásico intercambia también posición con el escolta, atacando sobre todo desde el exterior y creando superioridad a través del regate. El alero-pívot, en cambio, suele asociarse más al pívot y ocupa la zona caliente del área rival, la que se halla muy cerca de la canasta. Este último suele atacar desde muy cerca.

El Escolta (Ala).- Ayuda al base a subir el balón hacia las posiciones ofensivas y sus características técnicas son una mezcla entre base y ala. El escolta no descarta ataques directos en penetración y suele ser de los mejores anotadores en cuanto a puntos.

El Poste.- Es un(a) jugador(a) alto(a), que al igual que el Pívot, juega de espaldas al aro, pero posee mayor flexibilidad para salir de la zona y participar en el juego exterior del equipo.

A menudo sale a bloquear a los rivales para que sus compañeros puedan librarse de un marcaje y puedan atacar de manera más fácil. Sus especialidades son de coger los rebotes, tanto defensivos como ofensivos, y de anotar en proximidad de la canasta.

Los jugadores participan en las dos grandes fases del juego:

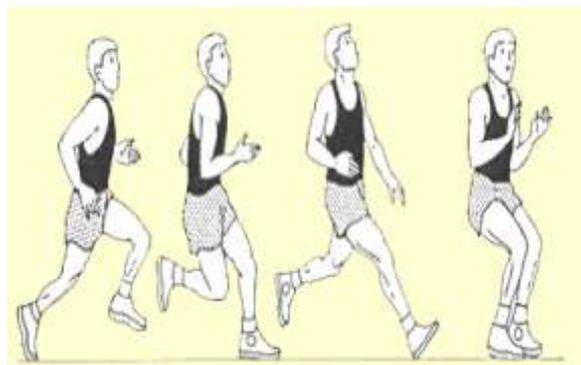
OFENSIVA y DEFENSIVA

Adoptando según sus características físicas, psíquicas y técnicas, los diversos puestos específicos.

Técnica Individual Fundamentos sin Balón

Movimientos de pies

- Arrancadas
- Paradas
- Pivotes
- Cambios de dirección
- Cambios de ritmo



Los pies son la sujeción anatómica de todo el cuerpo. Cualquier movimiento del cuerpo implica una sustentación o un desplazamiento de los pies. Por esta razón, la ejecución ágil y eficaz de cualquier fundamento técnico pasa

por una buena utilización y movimiento de los pies, lo que hace a esta parcela de la técnica individual básica para el desarrollo de otras habilidades.

1. Arrancadas: Es la acción de poner el cuerpo en movimiento hacia adelante de forma rápida mediante el impulso de un pie retrasado, al mismo tiempo que el otro pie va hacia adelante y el tronco se inclina para conseguir velocidad inmediata. La rapidez en la arrancada depende de la velocidad de reacción del jugador.

Podemos distinguir dos formas de arrancada:

Directa. El pie adelantado es el que corresponde a la dirección que vamos a tomar. Si salimos hacia la derecha, el pie derecho se adelantará y el izquierdo será de impulso. También se conoce como salida abierta.

Cruzada. Adelantamos el pie contrario a la dirección que vamos a llevar cruzándolo por delante del cuerpo. Si salimos por la derecha adelantamos el izquierdo cruzándolo hacia el lado derecho del cuerpo. También se conoce como salida cruzada.

2. Paradas: El jugador en movimiento se detiene de forma inmediata con el fin de realizar cualquier fundamento posteriormente. El éxito de esta acción posterior depende de la calidad de la parada.

Hay dos formas de parar:

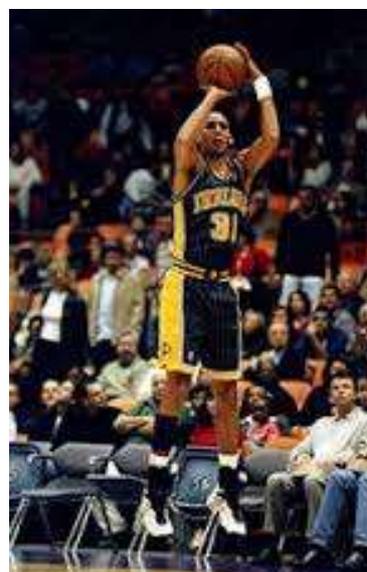
En un tiempo. Los dos pies contactan con el suelo al mismo tiempo. Al dar el paso anterior a la parada dejamos el tronco ligeramente atrasado para compensar la inercia del cuerpo. Damos un salto hacia adelante de poca elevación, casi a ras del suelo, y los pies deslizan sobre el suelo en el momento del contacto. Los pies han de quedar paralelos y separados el ancho de los hombros con las piernas ligeramente flexionadas por las rodillas. Los pies estarán a la misma altura o uno levemente adelantado.

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

El tiro

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

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



El tiro en suspensión

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

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

El tiro en suspensión saltando hacia atrás

Es una variante del tiro en suspensión pero que como su nombre indica el salto tiene que ser hacia atrás. Este salto es muy útil si tenemos la necesidad de alejarnos de nuestro defensor para tirar. Una recomendación es que se realice sólo si estamos cerca del aro puesto que se necesita más fuerza de brazo para alcanzar la canasta y este esfuerzo nos puede desviar nuestro tiro.

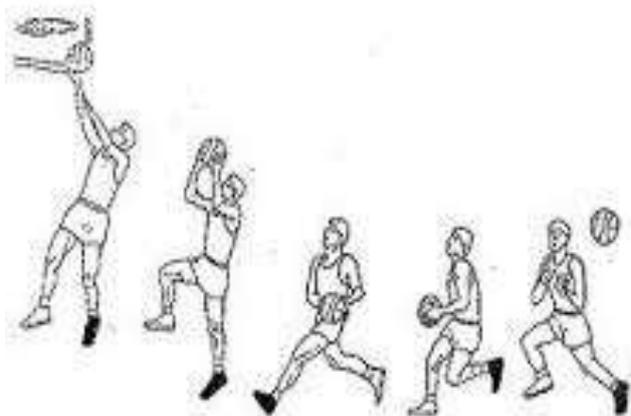
El tiro en suspensión con rotación

Es uno de los más difíciles de meter puesto que en un principio tenemos que estar de espaldas, después realizar un giro rápido que nos puede desorientar y entonces realizar el tiro en suspensión.

El giro se puede realizar hacia adentro, es decir, cuando elegimos un pie de pivote y giramos sobre este, lo hacemos pasando el otro pie más cerca de canasta, también se puede realizar hacia fuera, en este caso cuando giramos sobre el pie de pivote el otro pasa más alejado de canasta. En mi opinión el más fácil y útil es con giro hacia fuera puesto que nos alejamos del defensor y podemos ver si tenemos espacio para realizarlo.

La entrada

Este tipo de tiro es el que más se utiliza en los contraataques o si te consigues ir de tu defensor por velocidad. Para realizar la entrada primero tienes 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 estés del aro más fácil te resultará encestar. En todo momento tenemos que tener el balón bien sujeto con las dos manos si no el contrario puede quitárnoslo con mayor facilidad. Bueno hemos llegado a la parte en la que comenzamos a elevarnos, en ese momento subimos el balón (con las dos manos) a la altura de la frente aproximadamente y ya podemos tirar.



El tiro que podemos realizar en esta posición es de dos formas, como un tiro en suspensión (ver 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 impulsaremos 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 conseguiremos que la pelota suba o que tenga mucho efecto y el balón salga despedido cuando toque el tablero cuando realicemos 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 quitárnosla. 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 hombre 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 tenemos que tirar puesto que así tenemos los dos puntos y un tiro adicional a nuestro favor, si logramos meter la canasta

La entrada a aro pasado

Esta entrada es mortífera si se sabe ejecutar correctamente pero si no es un desperdicio de balón que puede ocasionar un cómodo contraataque del equipo contrario. El ángulo de aproximación tiene que ser poco, puesto que de esta forma cuando sobrepasemos el aro no nos salgamos de la pista, por lo general se realiza en paralelo a la línea de fondo. Los pasos de entrada se realizan de la misma forma que en la entrada normal, pero en esta ocasión el impulso no tiene que ser totalmente hacia arriba, pues entonces nos sobrepasaríamos el aro y cuando tirásemos el balón golpearía en este cuando saltamos extenderemos el brazo hacia delante y arriba y impulsaremos el balón con la muñeca hacia el mismo lado del que veníamos, si nos acercábamos por la derecha el balón lo tendremos que lanzar hacia la derecha y darle un pequeño efecto hacia el mismo lado para que cuando toque el tablero salga en dirección al aro.

El tiro de gancho

El tiro de gancho es un lanzamiento que solo se puede realizar a corta distancia, para efectuarlo tenemos que colocarnos de lado de la canasta. Después colocamos el brazo extendido hacia el lado contrario de la canasta y lo levantamos, siempre extendido, hasta encima de nuestra cabeza donde realizaremos un movimiento de muñeca que llevará el balón hacia el aro

El medio gancho

Este tipo de gancho también es muy efectivo a corta distancia pero además tenemos un mejor control del balón. Este mejor control se debe a que no

tenemos que extender el brazo, sino que, estando también de lado con respecto al aro, levantamos directamente el balón sobre nuestra cabeza y realizamos el movimiento de muñeca requerido

El tiro a tablero es, por definición, un lanzamiento no directo al aro cuyo destino es una superficie lisa que permite amortiguar el impacto del balón y, al mismo tiempo, corregir su dirección hacia el objetivo deseado. Este tipo de lanzamiento requiere del jugador el dominio de una mecánica muy específica. Debe automatizar una serie de movimientos y dominar el tiempo ya que el tiro a tablero al ser menos parabólico y ejecutarse normalmente desde posiciones más cercanas al aro es, sobre el papel, más fácil de taponar. Esto sólo se consigue dedicando horas y horas de entrenamiento. Pero esto último no justifica su declive

PROCESO COMPETITIVO

En el proceso competitivo lo más importante es Construir un proceso de enseñanza-aprendizaje óptimo es el objetivo al que se enfrentan los profesores y entrenadores. El logro de este objetivo depende en gran medida de su intervención pedagógica, de su capacidad para diseñar tareas de aprendizaje que, respetando las características propias que debe tener un aprendizaje para ser significativo, estén fundamentadas en los conocimientos que nos brindan las distintas áreas relacionadas con el proceso de enseñanza y aprendizaje de habilidades deportivas; aprendizaje y desarrollo motor, psicología evolutiva, psicología cognitiva, pedagogía, didáctica, fisiología, neurología, biomecánica,...

'Iniciación al baloncesto. Consideraciones para una enseñanza eficaz' ahonda en el conocimiento actual de las mencionadas áreas con la intención de provocar en el



profesor o entrenador, considerando la diferenciación existente respecto al ámbito de su campo de actuación, una reflexión respecto al qué enseñar y al cómo enseñar. Analiza para ello las características del juego y los dos modelos metodológicos imperantes, el modelo comprensivo (propio del ámbito educativo) y el modelo técnico o tradicional (propio del modelo competitivo o federado), mostrando los aspectos positivos y negativos que tiene cada uno de ellos para su adopción en el ámbito educativo o en el ámbito competitivo.

En la actualidad un sinnúmero de interrogantes aparecen en función de exponer o no a los niños a los efectos de la competición. Existen posturas claramente definidas al respecto, se encuentran por un lado aquellos que sostienen que es ampliamente nociva la competición a edades tempranas y por otra parte, hay quienes consideran que es la única forma posible de que el deportista se acostumbre a la presión de la competición y le pueda resultar satisfactorio.

Personalmente considero que existe una confusión en principio conceptual acerca de que es la competición, como se puede buscar la competitividad en los niños, y esencialmente como cada uno de los procesos que los niños atraviesan se ven claramente influenciados por los reforzadores externos, que terminan configurando la afectividad o no del proceso.

Personalmente considero que resulta más operativo utilizar el enfoque de la Evaluación Social que realiza Martens acerca de la competición, el cual considera que la competición es algo más que un suceso único, sino que implica un proceso que abarca varios estadios o fases:

1. Situación Competitiva Objetiva.
2. Situación Competitiva Subjetiva.
3. Respuesta.
4. Consecuencias.

La situación competitiva objetiva es el desafío de la prueba propiamente dicho, lo cual incluye un patrón de comparación ya sea con otras personas,

con registros personales anteriores o con un nivel ideal de rendimiento.

Por su parte, la fase de competitiva subjetiva es clave y consiste en el modo en que la persona percibe, acepta y valora la situación competitiva objetiva. Factores tales como capacidad percibida, la motivación, la importancia de la situación competitiva y el adversario pueden influir claramente en la evaluación subjetiva del entorno competitivo. El desarrollo de una correcta capacidad de evaluación de la situación competitiva objetiva determinará un estilo de deportista con motivación para el logro, o competitivo.

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

Luego de la respuesta comienza la fase final es decir la comparación de la respuesta del deportista con el patrón de comparaciones. En función de esto las consecuencias normalmente suelen ser positivas o negativas, las cuales suelen asociarse con éxito o fracaso. No obstante es más importante la percepción que el deportista tiene de sus resultados que las consecuencias objetivas. Es decir que si el deportista considera que ha elevado su nivel de ejecución, por más que no haya ganado, posiblemente las consecuencias continúen siendo positivas y actúen como incentivo o motivadoras para próximas situaciones competitivas.

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

En función del modelo de Evaluación Social aquí presentado, existen dos fases en función de las cuales debemos trabajar ayudando a los niños y son

las fases 2 y 4. Una correcta evaluación de la situación competitiva objetiva y consecuencias adecuadas perfilarán sin duda un estado competitivo en los niños deportistas.

La evaluación de la situación competitiva depende en gran manera de la capacidad percibida que tenga el niño acerca de sí mismo. Si el niño considera que puede dominar o no el evento es lo que lo llevará a participar o tenderá a evitar la competición. Ineludiblemente deben existir programaciones cognitivas, a nivel mental de forma tal que posibilite que cada niño encuentre en la competencia una posibilidad de aprendizaje más que una amenaza que atenta contra su capacidad deportiva.

Existen mayoritariamente dos estilos formativos en la progresión deportiva del niño, uno es orientado a la ejecución mientras que el restante es orientado al resultado. Resulta necesario remarcar que es imprescindible que la mejor orientación motivacional es aquella orientada hacia la ejecución.

La misma se caracteriza por la orientación de la persona hacia el esfuerzo por conseguir sus metas, con persistencia a pesar de los fracasos y con la sensación de orgullo por las ejecuciones realizadas. Este estado motivacional de logro en el ámbito deportivo se conoce como competitividad.

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



¿Cómo se configura la competitividad? ¿Qué debemos hacer? Esencialmente lo primero que debe realizarse es definir los roles que cada uno debe asumir. Es decir el entrenador es el encargado de formar al

deportista y los padres son los encargados de acompañar a su hijo deportista, no de acompañar a su hijo ganador o de abandonar a su hijo perdedor. Todas las consecuencias que obtenga el deportista por su actuación servirán como energía para continuar o para evitar las próximas competiciones.

Entonces a partir de lo aquí expuesto es que tenemos que tratar el tema de las recompensas, los premios y los castigos. Ya sea por parte del entrenador o por parte del entorno es esencial premiar el esfuerzo por competir, por mejorarse y olvidarse de castigar por resultados adversos. Habitualmente suele suceder que el viaje de ida es placentero y el viaje de vuelta de la competición resulta un verdadero calvario.

Desde ahí se puede trabajar para formar la competitividad de los deportistas infantiles, premiando sus ejecuciones independientemente del resultado. Trabajando en función de sus ejecuciones mucho más que en función de los resultados obtenidos, de lo contrario pueden llegar a encontrarse con varios deportistas adolescentes totalmente frustrados y alejados de la práctica activa, dado que al ser desarrollados precoces a edades tempranas obtenían muchos resultados y eran constantemente premiados. El riesgo es cuando se equiparan las capacidades físicas y desaparecen los premios, en consecuencia desaparece el placer por la práctica de la actividad

Técnicamente este proceso suele conocerse como agotamiento emocional, y es el producto de castigos por la falta de resultados.

En función de lo expuesto queda planteada la pregunta ¿la competición es buena o es mala? Personalmente considero que la competición es un proceso social, que no es buena ni es mala en sí, sino que depende de los reforzadores que se le apliquen, de la orientación que le otorguen los agentes del contexto deportivo. Mucha gente obtuvo gran placer por competir de la misma forma que otra obtuvo frustración y displacer.

Considero que la práctica deportiva al igual que la educación son un proceso social en sí, y que la idea central para mantener y consolidar estos procesos

no debe ser únicamente obtener doctorados ni maestrías sino asegurarse que la educación inicial cuente cada vez con más participantes.

Es este el desafío que nos queda planteado a todos aquellos que formamos parte del entorno deportivo, no sólo lograr formar campeones sino conseguir que la base de la pirámide deportiva resulte cada vez más grande.

Antes de tomar una posición definitiva en torno a la aceptación o negación de la competencia en niños deportistas, es oportuno revisar qué es la competición, y esencialmente cómo cada uno de los procesos que los niños atraviesan se ven claramente influenciados por los reforzadores externos que terminan configurando lo acertado o no del proceso. La situación competitiva objetiva es el desafío de la prueba propiamente dicho. Por su parte, la fase de competitiva subjetiva es clave y consiste en el modo en que la persona percibe, acepta y valora la situación competitiva objetiva. Factores tales como capacidad percibida, la motivación, la importancia de la situación competitiva y el adversario pueden influir claramente en la evaluación subjetiva del entorno competitivo. Una vez que la persona ha evaluado la situación decide si participar en ella o no, iniciando la tercera fase del proceso de competición que es la respuesta. La misma se da en niveles conductuales, fisiológicos y psicológicos. Luego de la respuesta comienza la fase final es decir la comparación de la respuesta del deportista con el patrón de comparaciones. En función de esto las consecuencias normalmente suelen ser positivas o negativas, las cuales suelen asociarse con éxito o fracaso. No obstante es más importante la percepción que el deportista tiene de sus resultados que las consecuencias objetivas. Es decir que si el deportista considera que ha elevado su nivel de ejecución, por más que no haya ganado, posiblemente las consecuencias continúen siendo positivas y actúen como incentivo o motivadoras para próximas situaciones competitivas. Pero también hay que tener en cuenta otro aspecto en esta fase final, especialmente en el deporte infantil, y es la valoración de los terceros cercanos al deportista. El entrenador, los padres, los amigos o familiares puedan transformar una valoración positiva del deportista en una catástrofe emocional. Suele encontrarse en ocasiones que parte del entorno del deportista vivencia cada derrota de su niño como un fracaso catastrófico.

Indudablemente esta sensación desencadena emociones negativas en el deportista y lo único que propicia es la evitación de la situación competitiva.

¿Cómo se configura la competitividad?

¿Qué debemos hacer?

Esencialmente lo primero que debe realizarse es definir los roles. El entrenador es el encargado de formar al deportista y los padres son los encargados de acompañar a su hijo deportista, no de acompañar a su hijo ganador o de abandonar a su hijo perdedor. Entonces a partir de lo aquí expuesto tenemos que tratar el tema de las recompensas, los premios y los castigos. Ya sea por parte del entrenador o por parte del entorno, es esencial premiar el esfuerzo por competir, por mejorarse y olvidarse de castigar por resultados adversos. Trabajando en función de sus ejecuciones mucho más que en función de los resultados obtenidos, de lo contrario pueden llegar a encontrarse con varios deportistas adolescentes totalmente frustrados y alejados de la práctica activa. En función de lo expuesto queda planteada la pregunta ¿la competición es buena o es mala? Personalmente considero que la competición es un proceso social, que no es buena ni es mala en sí, sino que depende de los reforzadores que se le apliquen, de la orientación que le otorguen los agentes del contexto deportivo. Mucha gente obtuvo gran placer por competir de la misma forma que otra obtuvo frustración y displacer. Es este el desafío que nos queda planteado a todos aquellos que formamos parte del entorno deportivo, no sólo lograr formar campeones sino conseguir que la base de la pirámide deportiva resulte cada vez más grande.

Practicar deporte o en su defecto realizar actividades físicas, es un elemento primordial en la formación del ser humano. Así lo afirma Vera Guardia (1977), quien opina que "el deporte, en sus



manifestaciones como práctica para todos y como DEPORTE DE COMPETENCIA, contribuye de manera esencial al desarrollo integral del ser humano. Asimismo la salud, agente indispensable en el bienestar del individuo y parte integrante de la calidad de vida, es, sin duda, uno de los grandes favorecidos de la práctica deportiva".

Los problemas de salud y la frecuente pérdida de valores éticos y morales, hacen que el deporte deje de ser una simple actividad y se convierta en una exigencia a la población, dado el reconocimiento de sus facultades para contribuir a recuperar en el ser humano, la pérdida del equilibrio biosicofísico, ocasionada por el sedentarismo sociocultural de masas. Uno de los conceptos que se maneja en cuanto a la función socio integradora del deporte, afirma que la práctica de alguna actividad deportiva une a personas de distintas capas sociales, de diferentes grupos de la sociedad y diversos países en un colectivo nacional; el deporte crea una conciencia común.

Por otra parte, el deporte impone además de los valores tradicionales, otros que son elementos estructurales de la sociedad moderna, como motivación, rendimiento, capacidad de planear el futuro, igualdad de oportunidades en la competencia, conciencia democrática, planeación basada en conocimientos científicos, racionalización y economicidad.

Por medio del deporte, el individuo aprende a conducirse a sentir, pensar y a responder de acuerdo a un determinado fin; su práctica diaria ayuda al entrenamiento y continuidad en el deporte, se constituye en un acompañante del desarrollo y crecimiento del individuo, del colectivo y de la sociedad.

El deporte competitivo como una de las manifestaciones del deporte, lo vemos como un medio inter-dependiente, de las acciones integrales orientadas al desarrollo humano, a mejorar la calidad de vida y formar parte importante y determinante de la socialización, salud y educación de los individuos.

Por sus características, se constituye en un proceso estratégico para la generación de modelos sociales que representan una cultura de logro, de

superación, de constancia, sacrificio y esfuerzo para alcanzar objetivos socialmente deseables.

Por ello, el deporte se presenta como una alternativa aceptada plenamente por la juventud y en general por la misma sociedad. Si bien es cierto que la sociedad deportiva es jerarquizada, sus propios valores son superiores, a los basados en la mera tenencia de bienes materiales.

A esto debemos unirle que el deporte sirve para ayudar a modificar la sociedad, por si solo no la modifica, pero sirve para hacerla más compacta. Compartiendo estímulos, emociones e ilusiones las gentes se unen y no se desunen.

Cuando se juega, cuando se compete, las diferencias sociales entre el compañero y el contrincante, desaparecen en los recintos o el centro deportivo.

Siguiendo la frase de Heywood Hale (periodista deportivo) , el deporte y la competición, no construyen el carácter, lo revelan. Yo diría más, no solo nos muestran el carácter del niño sino que lo afirman. En muchas ocasiones sirve para marcar las diferencias entre los niños, donde los menos preparados o con un desarrollo más lento estarán en el banquillo y los que tienen mejores cualidades, tendrán más oportunidades de mejorar.

Por otro lado está la exigencia de padres y entrenadores sobre la consecución de resultados. Se da la exaltación del triunfo y no se prepara para la derrota. Muchas veces los niños ganan las competiciones para los mayores.

Uno de los aspectos más importantes en la etapa de iniciación deportiva debe ser la formación. Deberíamos buscar los factores socializadores del deporte, buscar la cooperación en los deportes colectivos, la superación individual y evidentemente, la mejora en el desarrollo físico y psicológico de los niños. Y como niños que son, mediante actividades que no dejen de lado el componente lúdico.

También se ha tratado en muchas ocasiones la falta de entrenadores “titulados” para el trabajo desde la base. Y si bien es cierto que en nuestro campo hay mucho intrusismo, no todos los titulados tienen la personalidad adecuada para trabajar con niños.

La competitividad basada en la superación personal, en la cooperación con los compañeros y el respeto hacia los adversarios, es parte del proceso de formación integral de los niños.

Cabe destacar en este campo la influencia de los medios de comunicación. Titulares como “Nadal machaca a Robredo” e incluso los apodos que algunos adoptan (siguiendo el caso de Nadal: el killer de las pistas), en referencia a aquellos deportistas a los que los niños aspiran a ser, pueden fomentar este sentimiento de ganar a toda cosa y si puede ser, humillando al adversario. De todas formas creo que aquí tiene mucho más valor la labor del entrenador y los valores que les transmita.

En un contexto como el educativo, el desarrollo de la competitividad genera mucho interés y preocupación por parte de los padres. Ellos se debaten entre la disyuntiva conformada por el mundo competitivo en el que sus hijos viven y el deseo de que sus hijos tengan un desarrollo feliz y sin mayores presiones, por lo menos durante la etapa escolar. Esto último no implica, como creen algunos, que luego no puedan tener la capacidad competitiva desarrollada.

El deporte hoy en día mueve el interés de millones de personas alrededor del mundo globalizado, así como muchos millones de dólares y se vuelve cada vez más competitivo y duro. Esta competitividad muchas veces es trasladada innecesariamente a los deportistas de los colegios haciendo parecer la práctica deportiva una guerra cuando su fin es justamente recrear, divertir, formar lazos de amistad, compañerismo, formar una moral e instaurar valores. Cuando se aplica de esta manera lo único que hace es generar estrés y ansiedad, lo cual lleva a una disminución de la diversión en la práctica deportiva y puede llegar, incluso, a generar una serie de

malestares físicos y psicológicos. El fin de los colegios no es conseguir premios deportivos sino formar personas, y parte importante de esta formación incluye la práctica deportiva tanto recreativa como competitiva.

El deporte no puede estar separado de la educación. Si queremos mejores deportistas necesitamos formar mejores seres humanos. Si la educación mejora, inevitablemente, lo hará el deporte, ya que lo hará más responsable, comprometido, ampliará su criterio para tomar decisiones, etc., el progreso y éxito de una va unida a la otra. El deporte en el ámbito educativo es tan importante como las materias regulares como comunicación integral, matemáticas, etc., porque contribuye a la formación integral del alumno así como lo hacen las artes.

El deporte establece y brinda una serie de herramientas a los niños que les serán útiles y de mucha importancia en el futuro, como son la disciplina, perseverancia, espíritu de lucha, superación de sí mismos, respeto a la autoridad, tolerancia a la frustración, confianza, autoestima, salud, calidad de vida, ética de trabajo y vida, etc. Instaurando en ellos una cultura del deporte, el ideal es que esta los acompañe a lo largo de toda su vida. Para lograr esto es importante, también, a la hora de preguntar sobre los partidos no hacer la clásica y arcaica pregunta: ¿ganaste o perdiste? sino ¿cómo te fue? ¿te divertiste? ¿mejoraste tu técnica? Hay que recordar que el éxito deportivo es netamente subjetivo (aunque parezca objetivo), sobre todo en el ámbito escolar, la competencia debe estar dada con uno mismo, el deportista debe superarse personalmente (el ideal es que esto se dé, también, en la alta competencia y es más saludable psicológicamente).

LAS ETAPAS:

En el deporte nacional observamos como erróneamente se exige un alto nivel de competitividad y obtención de grandes resultados en estadios muy tempranos. Se organizan campeonatos competitivos de 6, 8, 10 y/o 12 años, edades en las cuales el deporte debe ser netamente recreativo y formativo (tanto en la parte emocional, física y técnica), para ir instaurando bases

sólidas en la formación completa e integral del niño dentro del deporte: aspectos técnicos (de acuerdo a cada deporte), aspecto físico (coordinación, resistencia,



velocidad y más adelante la fuerza), fortalecimiento de la vida emocional del niño (autoestima, confianza, personalidad, competitividad, entre otros) y la instauración de normas, disciplina, valores, moral, ética, perseverancia, tolerancia a la frustración, etc.

Se debe resaltar que no se debe promover ni fomentar la competitividad en los chicos menores de trece años de edad, se debe estimular únicamente la práctica por diversión y los entrenadores deben hacer que todos los chicos jueguen. En estos estadios lo único que interesa es la diversión lúdica (a la par que van aprendiendo como jugando las técnicas) y no los resultados deportivos.

Hay etapas de desarrollo físico y psicológico que deben respetarse y esperarse, no se pueden apresurar, llegan cuando tienen que llegar y el intentar acelerar este proceso (porque no se puede apresurar) lo que podrá ocasionar son lesiones, burnout (fenómeno psicológico de saturación), estancamiento deportivo, aburrimiento, etc. Recién después de los trece años de edad aproximadamente se puede comenzar a trabajar y fomentar la competitividad en los jóvenes sin dejar nunca de lado la diversión. Es recién a partir de los 13 años aproximadamente (recordemos la individualidad de cada sujeto por lo que esto puede adelantarse o retrasarse) cuando debe comenzarse a trabajar y exigir la competitividad como proceso, no puede ser intempestivamente, sino de manera paulatina. No puede pedírsele a un bebé que corra antes de caminar o a un niño que escriba antes de leer (además a nadie se le ocurre hacerlo).

El desarrollo académico puede homologarse con el deportivo. Existen etapas psicológicas, evolutivas y de desarrollo que se respetan. Hay una edad para aprender a caminar, una edad para aprender a leer, otra para las ecuaciones

y demás operaciones matemáticas, etc. En el deporte es exactamente igual: primero se debe trabajar el aspecto psicomotriz, la coordinación y otros áreas, no se puede introducir una fuerte carga de trabajo de potencia a chicos de 8 o 10 años, ocasionaría lesiones y atentaría contra el crecimiento, esto en lo referente a lo físico, de igual manera con lo psicológico. Por eso la importancia de los juegos menores, juegos libres sin una estructura definida y juegos pre deportivos, juegos de forma poco estructurada que van familiarizando a los pequeños con las actividades deportivas, creando en ellos el gusto por la actividad física y el deporte, incrementado su confianza en sí mismo, su autoestima y el gusto por divertirse por la actividad misma, obteniendo una recompensa intrínseca y el fin justamente sería la actividad deportiva. El deporte es y debe ser juego y diversión (esto hasta en las más altas esferas competitivas, lamentablemente esto muchas veces no sucede así). Si antes de que esté instaurado ese amor por el trabajo físico y el deporte, se comienza insistir en la competitividad, presión por ganar y conseguir éxitos se podría ir matando a un potencial deportista.

No parece lógico pensar que un niño guste de realizar una actividad que lo asusta, en dónde hay gritos, discusiones de padres, castigos por malos resultados, entrenadores, árbitros, barras, incluso peleas u otros. Buscará por el contrario evitar esas situaciones estresantes y atemorizantes. Estos estímulos van dejando una marca en la mente que puede ser imborrable, originando una aversión al deporte competitivo o incluso al deporte en general. El deporte en todos sus niveles debe ser divertido, tanto cuando es formativo como competitivo (aunque se sabe que es más difícil de lograr en este), no tiene sentido practicar un deporte que no genere diversión y alegría.

Es importante destacar que la competitividad tiene estadios que se deben respetar pero que no necesariamente se desarrollan a su más alto nivel. Su desarrollo es paulatino, por etapas y paso a paso, pero no todos logran llegar al nivel máximo (al igual que el desarrollo moral). El querer forzar su desarrollo en etapas tempranas que no corresponden, hacen más probable que el desarrollo de esta se quede truncado y no llegue a su más alto nivel.

e. MATERIALES Y MÉTODOS

Materiales:

Dentro de los materiales que se utilizó el bond A 4 para la impresión del cuestionario, apoyados siempre con el proyecto, así como, también fue necesaria la computadora Pentium 4 para procesar la información, CD para guardar las tabulaciones, lápices y borradores

Cuaderno para el trabajo de campo, y registro de la entrevista a los profesionales que trabajan en la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” material impreso para las encuestas y la propuesta efectuada.

Para la realización de las prácticas respectivas se utilizaron materiales como balones, conos, cuerdas, etc. Que se desarrollaron dentro de la propia institución.

El tipo de investigación realizaré será una investigación participativa debido a la técnica de encuesta (recolección de la información) la misma que lo realizaremos en forma directa en los niños de séptimo año de Educación Básica la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja”.

Este tipo de investigación nos permitirá adecuarnos al entorno y así poder llegar al cumplimiento de los objetivos propuestos por esta investigación.

INSTRUMENTOS

- Se aplicó una encuesta a los niños participantes que medirán el conocimiento, las falencias que encontradas en este deporte
- La encuesta a los profesionales que laboran en este Centro, los mismos que fueron informantes de calidad que permitió confrontar los resultados del trabajo de campo, lo teórico y lo científico en relación a las variables de la investigación.

- La Propuesta Alternativa que tras una previa planificación lograra elevar los conocimientos de los estudiantes en mención y lograr una evolución significativa,

MÉTODOS

La metodología utilizada en la investigación constituyó un factor importante en el desarrollo y explicación, durante todo su proceso de ejecución, puesto que permitió tener una visión más real y objetiva de la misma con los procedimientos pertinentes y adecuados hasta llegar hacia donde se proyectaron los objetivos e hipótesis.

En el desarrollo de la investigación se utilizó varios métodos, técnicas e instrumentos que permitieron contrastar el conocimiento empírico con la importancia del conocimiento científico, haciendo más efectivo el trabajo investigativo utilizando para ello los siguientes métodos:

Analítico – Sintético.- Es cuando se estudió los fundamentos del baloncesto y se procede a revisar ordenadamente cada uno de ellos por separado. Consistió en la extracción de las partes de un todo, con el objeto de estudiarlas y examinarlas por separado, para ver, por ejemplo las relaciones entre las mismas.

Se utilizó el **método analítico sintético**, por cuanto se analiza todas las fuentes de información y bibliografía para sintetizar la mayor parte de criterios útiles en la ejecución de este trabajo

Hipotético – Deductivo.- Se conoce como el planteamiento de una hipótesis que se puede analizar deductiva o inductivamente y posteriormente comprobar experimentalmente, es decir que se buscó que la parte teórica no pierda su sentido, por ello la teoría se relaciona posteriormente con la realidad, método que permitió la verificación de las hipótesis que manifiesta la importancia del conocimiento del baloncesto en la población de la investigación.

Inductivo – Deductivo.- Encontramos en ella aspectos importantes a tener en cuenta para realizar una investigación como por ejemplo la cantidad de elementos del objeto de estudio, que tanta información podemos extraer de estos elementos, las características comunes entre ellos, y si queremos ser más específicos como en el caso de la inducción científica, entonces tomamos en cuenta las causas y caracteres necesarios que se relacionan con el objeto de estudio; por lo tanto este método se lo utilizó en la discusión y análisis, interpretación de resultados, en el cumplimiento de los objetivos y sobre todo en las conclusiones y recomendaciones.

POBLACIÓN Y MUESTRA

La población está dirigida a 50 estudiantes del séptimo año de Educación Básica y 2 Profesionales de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja”,

Muestra

Por ser una investigación que tiene el propósito de diagnosticar el desconocimiento del baloncesto en la Institución Fiscomisional “La Dolorosa”; los entes protagonistas del presente trabajo son:

PARTICIPANTES EN LA INVESTIGACIÓN

INFORMANTES	f	%
Profesionales	2	3%
Niños(as)	50	97%
TOTAL :	52	100%

f. RESULTADOS

ENCUESTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES

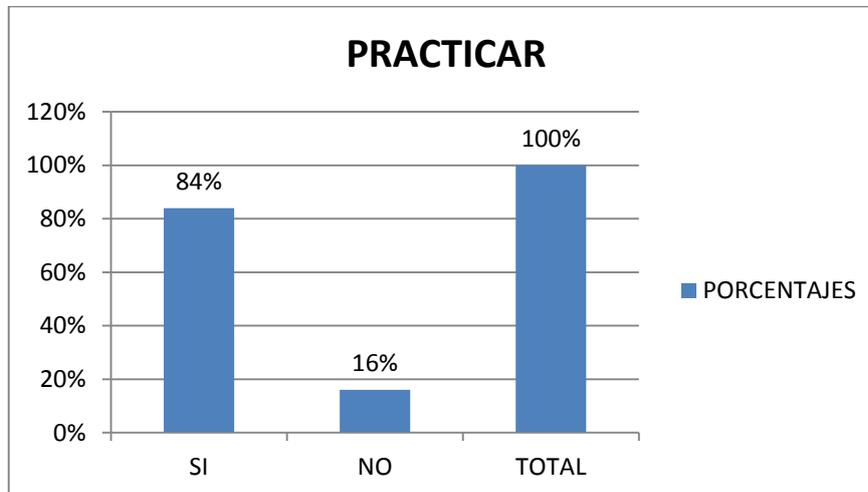
Cuadro 1

PRÁCTICA DEL BALONCESTO

INDICADORES	F	%
SI	42	84%
NO	8	16%
TOTAL	50	100%

Fuente: Alumnos del Séptimo año de la Escuela "La Dolorosa"
Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Gráfico 1



ANALISIS: De los 50 niños encuestados, el 84% manifiesta que si le gustaría practicar el baloncesto como deporte, mientras que el 16% manifiesta que no es de su interés dicho deporte.

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que a la mayoría de niños les gustaría practicar el baloncesto ya que es un deporte animado, y que exige habilidad, movimientos precisos, rapidez y eficiencia física

Cuadro 2

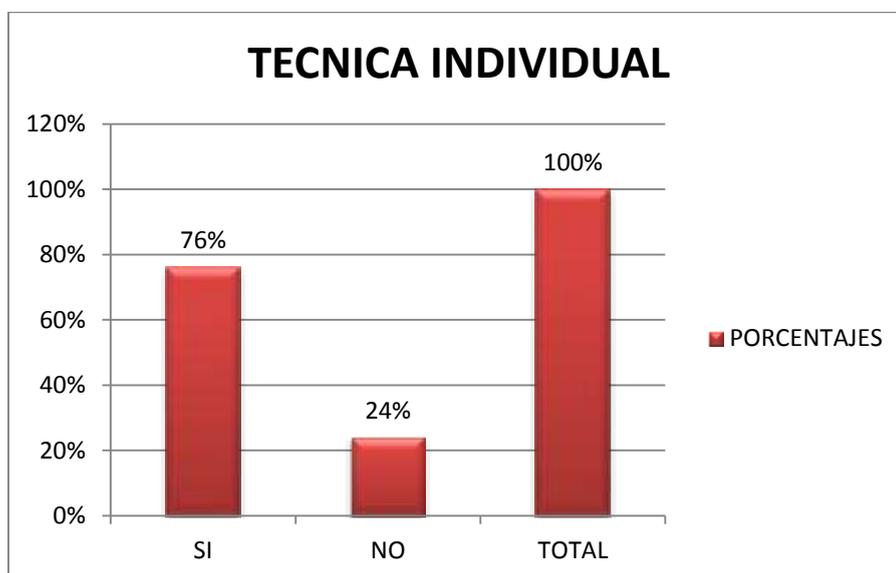
TECNICA INDIVIDUAL DEL BALONCESTO

INDICADORES	f	%
SI	38	76%
NO	12	24%
TOTAL	50	100%

Fuente: Alumnos del Séptimo año de la Escuela "La Dolorosa"

Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 2



ANALISIS: De los 50 niños encuestados, encuestados el 76% manifiesta que si es necesaria conocer la técnica individual para la práctica del baloncesto, mientras que el 24% manifiesta que la técnica individual no es de mucha importancia

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que si es importante conocer la técnica individual para practicar el baloncesto, ya que es la base, el origen de donde debe partir cualquiera que desee practicar dicho deporte.

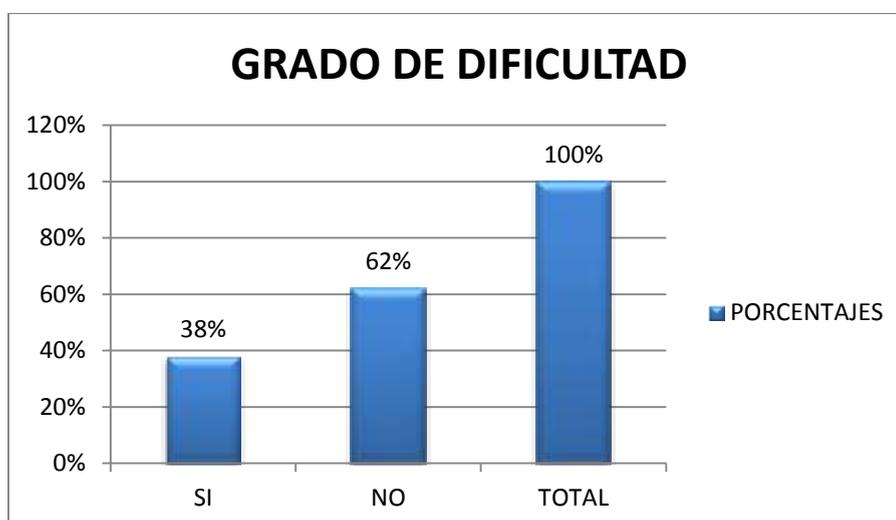
Cuadro 3
DEPORTE DIFICIL

INDICADORES	f	%
SI	19	38%
NO	31	62%
TOTAL	50	100%

Fuente: Alumnos del Séptimo año de la Escuela "La Dolorosa"

Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 3



ANALISIS: De los 50 niños encuestados, el 62% manifiesta no presentar dificultad en la práctica del baloncesto, mientras el 38% afirma que si es difícil la práctica del baloncesto.

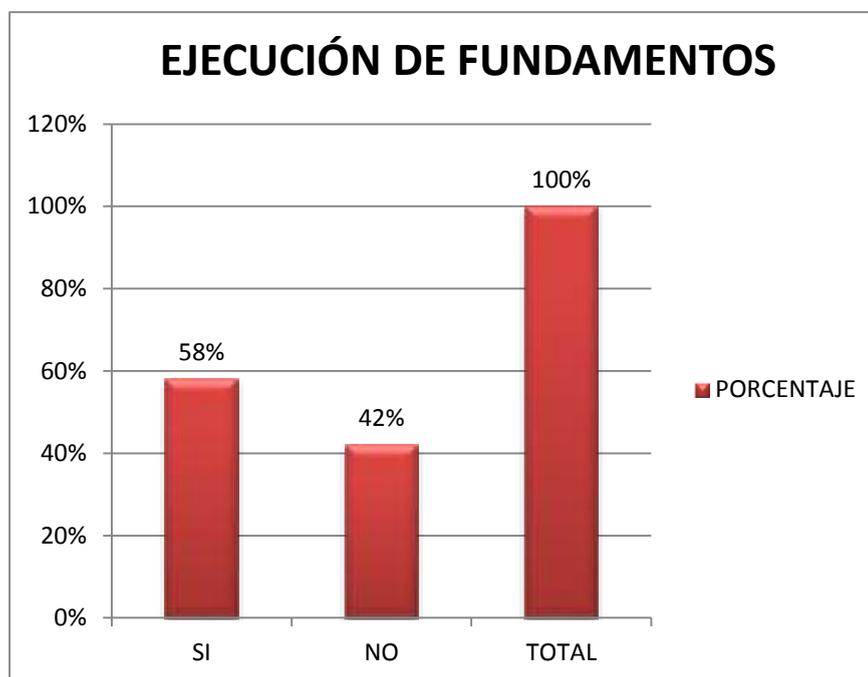
ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que el baloncesto no es un deporte difícil, es más diríamos que es un juego donde la acción colectiva es la base fundamental que tienen que mejorar los equipos para lograr los objetivos propuestos.

Cuadro 4 EJECUCION DE FUNDAMENTOS

INDICADORES	f	%
SI	29	58%
NO	21	42%
TOTAL	50	100%

Fuente: Alumnos del Séptimo año de la Escuela "La Dolorosa"
Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 4



ANALISIS: De los 50 niños encuestados, el 58% afirma que es necesaria una buena ejecución de fundamentos para la eficacia durante la práctica, mientras que 42% restante, dice que no es necesario una ejecución de fundamentos para la práctica del baloncesto.

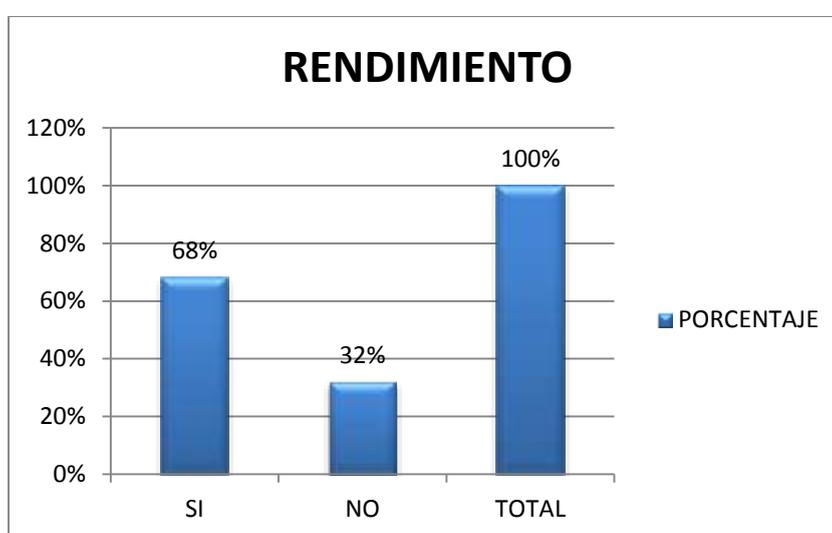
ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye, que para la práctica del baloncesto es necesaria una buena ejecución de los fundamentos hasta lograr su completa correcta mecanización.

Cuadro 5 RENDIMIENTO ÓPTIMO

INDICADORES	f	%
SI	34	68%
NO	16	32%
TOTAL	50	100%

Fuente: Alumnos del Séptimo año de la Escuela "La Dolorosa"
Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 5



ANALISIS: De los 50 niños encuestados, el 68% dice alcanzar un rendimiento óptimo, mientras que el 32% afirma que no alcanza un rendimiento óptimo en la práctica del baloncesto.

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos, se concluye que si se puede alcanzar un rendimiento óptimo en el juego del baloncesto, donde el factor aprendizaje deberá estar por encima de cualquier otra consideración.

Cuadro 6

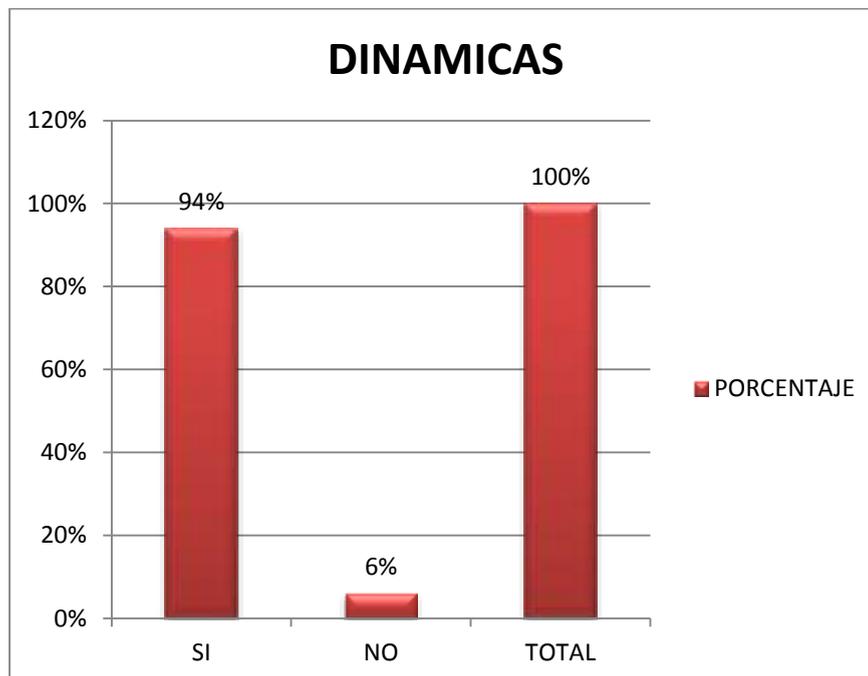
DINAMICAS EN EL APRENDIZAJE

INDICADORES	f	%
SI	47	94%
NO	3	6%
TOTAL	50	100%

Fuente: Alumnos del Séptimo año de la Escuela "La Dolorosa"

Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 6



ANALISIS: De los 50 niños encuestados, el 94% piensa que es necesario utilizar dinámicas para que así se pueda mejorar el proceso de aprendizaje del baloncesto mientras que el 6% restante dice que no es necesario dinámicas para la enseñanza del baloncesto.

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que si es aconsejable utilizar dinámicas en el aprendizaje del baloncesto, ya que es un deporte mucho más sencillo y simple de lo que muchas veces queremos entender.

Cuadro 7

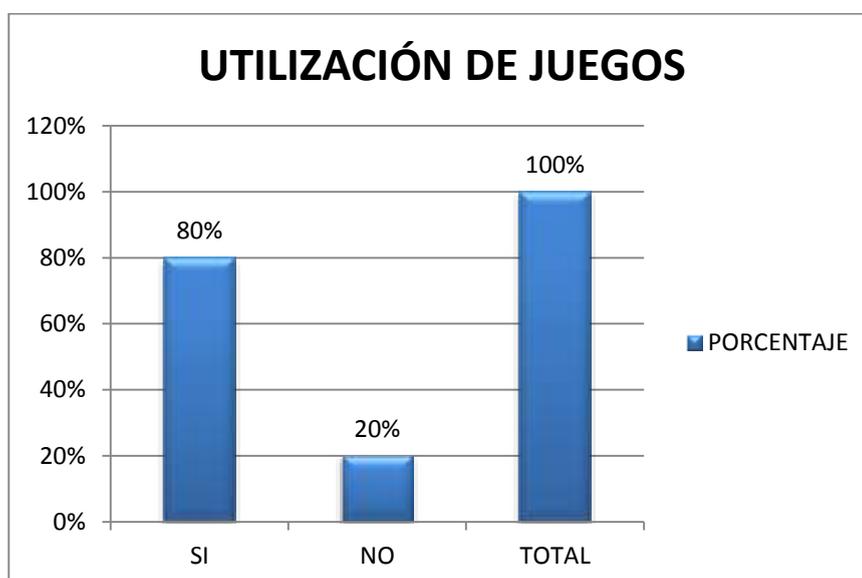
PROFUNDIZACION DE JUEGOS RECREATIVOS

INDICADORES	f	%
SI	40	80%
NO	10	20%
TOTAL	50	100%

Fuente: Alumnos del Séptimo año de la Escuela "La Dolorosa"

Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 7



ANALISIS: De los 50 niños encuestados, el 80% cree que es necesario la utilización de juegos recreativos en el baloncesto para así poder amenizar su práctica, mientras que el 20% restante dice que no es necesario incluir los juegos recreativos en la práctica del baloncesto.

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que si se puede profundizar la utilización de juegos recreativos en la práctica del baloncesto ya que mediante juegos podemos observar sus reflejos en la posición del juego en el campo.

RESULTADO DE LA ENCUESTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES

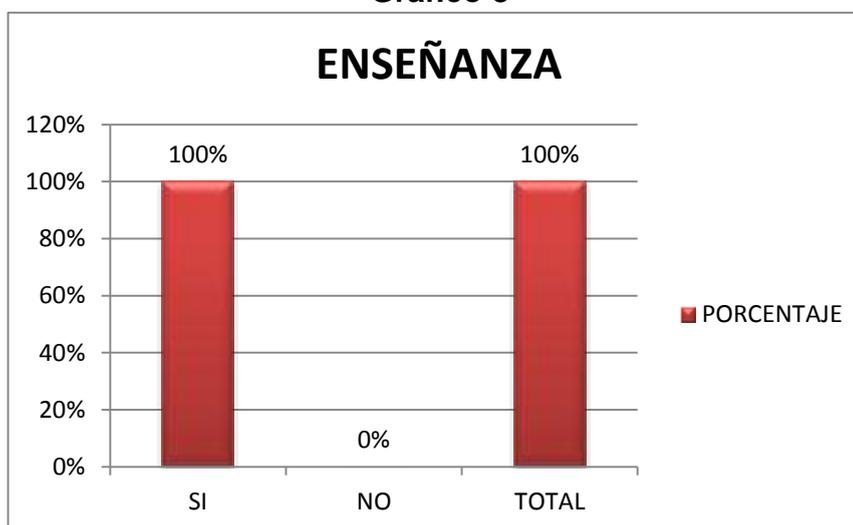
Cuadro 8
ENSEÑANZA

INDICADORES	f	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela "La Dolorosa"

Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 8



ANALISIS: De los 2 profesores encuestados, el 100% afirma que le gustaría enseñar baloncesto a sus alumnos.

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que si les gustaría enseñar el baloncesto a sus alumnos, ya que el deporte es salud.

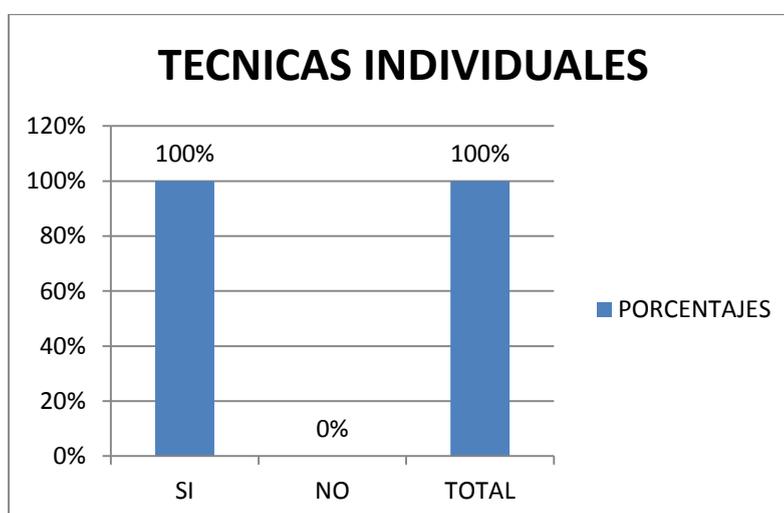
Cuadro 9

TECNICAS INDIVIDUALES DEL BALONCESTO

INDICADORES	f	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela "La Dolorosa"
Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 9



ANALISIS: De los 2 profesores encuestados, el 100% considera que si es necesario que sus alumnos aprendan las técnicas individuales del baloncesto para lograr mejores resultados.

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que si es importante que los estudiantes conozcan las técnicas del baloncesto, ya que sin un mínimo de conocimiento de las reglas de juego difícilmente podríamos practicar este deporte.

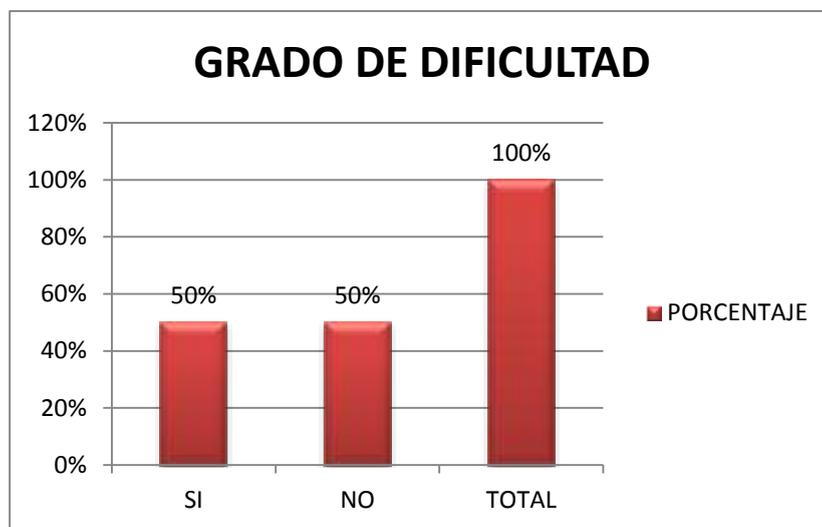
Cuadro 10

DEPORTE DIFICIL

INDICADORES	f	%
SI	1	50%
NO	1	50%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela "La Dolorosa"
Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 10



ANALISIS: De los 2 profesores encuestados, el 50% dice que el baloncesto es un deporte que presenta grado de dificultad, mientras que el otro 50% concluye que el baloncesto no presenta ningún grado de dificultad.

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que el baloncesto no es un deporte difícil para los estudiantes solo habría que buscarle al SENTIDO COMUN un sitio preferente en nuestro quehacer diario.

Cuadro 11

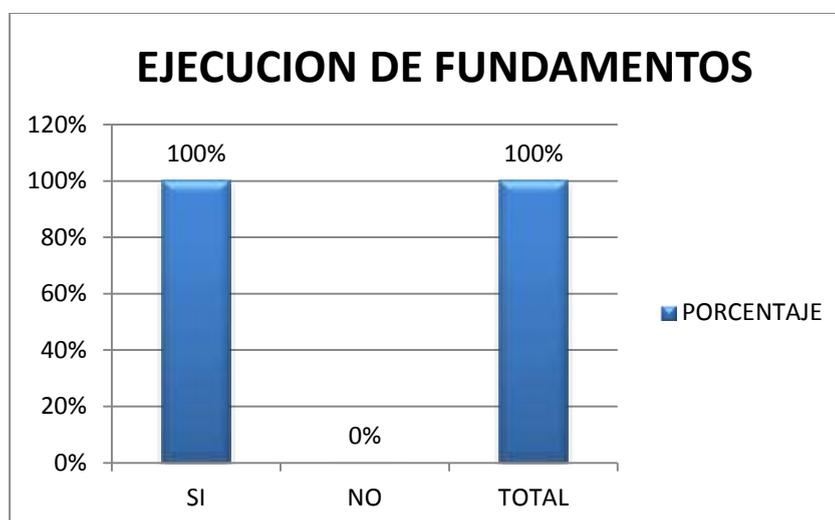
EJECUCION DE FUNDAMENTOS

INDICADORES	f	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela "La Dolorosa"

Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 11



ANALISIS: De los 2 profesores encuestados, el 100% manifiesta que es necesaria una buena ejecución de fundamentos, para la práctica del baloncesto.

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye, que para la práctica del baloncesto si es necesario una buena ejecución de los fundamentos ya que es el conjunto de gestos técnicos que nos permite realizar las acciones propias del juego sin transgredir las reglas del mismo.

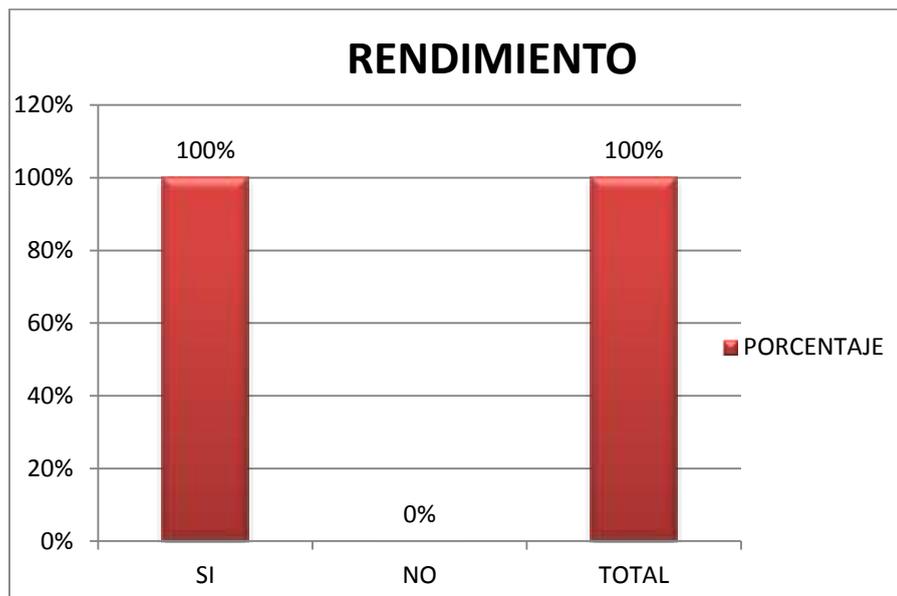
Cuadro 12

RENDIMIENTO ÓPTIMO

INDICADORES	f	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela "La Dolorosa"
Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 12



ANALISIS: De los 2 profesores encuestados, el 100% cree alcanzar un rendimiento óptimo en la práctica del baloncesto con sus estudiantes

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que si se puede alcanzar un rendimiento óptimo con los estudiantes en la práctica del baloncesto para lo cual se debe dedicar más tiempo en las categorías de formación.

Cuadro 13

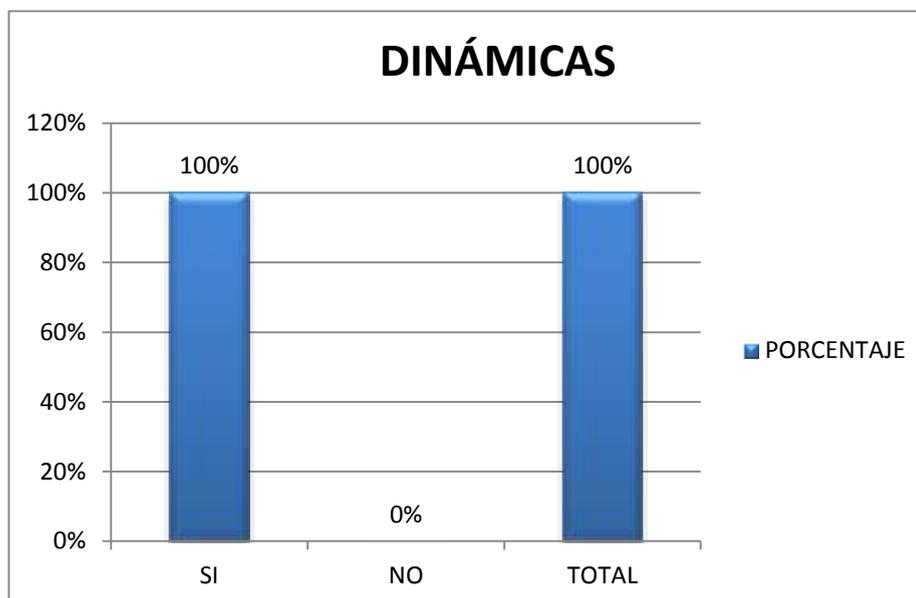
DINAMICAS EN EL BALONCESTO

INDICADORES	f	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela "La Dolorosa"

Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 13



ANALISIS: De los 2 profesores encuestados, el 100% piensa que es bueno utilizar dinámicas en la práctica del baloncesto.

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que si es aconsejable utilizar dinámicas en el aprendizaje del baloncesto para así lograr una buena relación y sobre todo el compañerismo en los estudiantes.

Cuadro 14

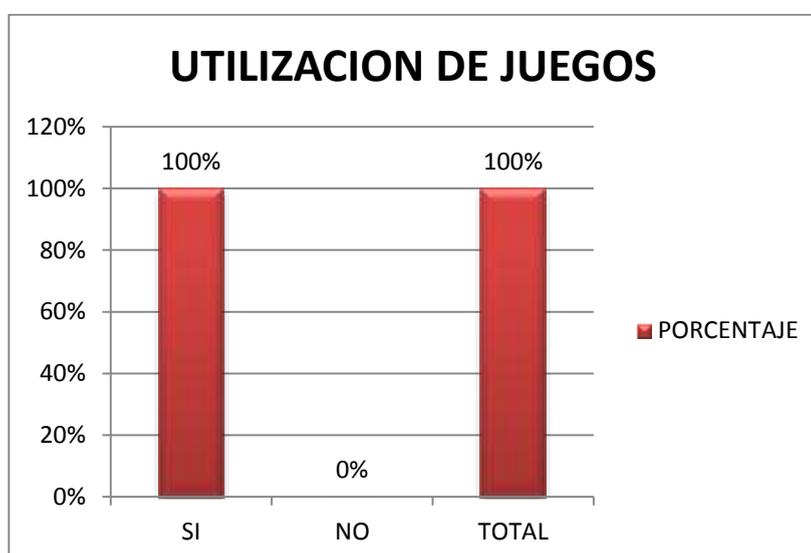
PROFUNDIZACIÓN DE JUEGOS RECREATIVOS

INDICADORES	f	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela "La Dolorosa"

Autor: Wilmer Efrén Torres Riofrío. Año 2014

Grafico 14



ANALISIS: De los 2 profesores encuestados, el 100% considera que es necesario profundizar la utilización de juegos recreativos en la práctica del baloncesto.

ANALISIS E INTERPRETACION: De los resultados obtenidos se concluye que si es aconsejable utilizar dinámicas en el aprendizaje del baloncesto para así lograr una buena relación y sobre todo el compañerismo en los estudiantes.

g. DISCUSIÓN

ENUNCIADO

El desconocimiento de los fundamentos del baloncesto influye notoriamente en los niños del séptimo año de Educación Básica de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa”, para que no obtengan resultados positivos en las competencias deportivas del Cantón Chaguarpamba, Ciudad de Loja,

ANÁLISIS

Al analizar el cuadro # 2 relacionado con la necesidad de conocer la técnica individual en la práctica del Baloncesto; la mayoría considera importante el conocimiento de este parámetro siendo fundamental para obtener aprendizajes significativos.

En el cuadro # 4 referente a L la ejecución de los fundamentos, la mayoría de los encuestados considera necesaria su ejecución para lograr su completa correcta mecanización.

En el cuadro #9 manifiestan los encuestados la necesidad del aprendizaje de las técnicas individuales por parte de sus alumnos, con el objetivo de desarrollar un proceso de enseñanza-aprendizaje concluyente.

En el cuadro # 12 los encuestados manifiestan que es posible evidenciar una evolución en el proceso competitivo para lo cual se debe dedicar más tiempo en las categorías de formación

INTERPRETACIÓN

Los Fundamentos son la base, de una buena técnica individual, que permiten realizar acciones propias del juego, con una adecuada preparación física, y sin transgredir las reglas del juego.

En el proceso competitivo lo más importante es el logro de un objetivo ya que depende en gran medida de la capacidad, para diseñar tareas de aprendizaje y representando las características propias de los fundamentos, ya que es un deporte que requiere de mucha práctica, esfuerzo, inteligencia, habilidad movimiento, mediante dinámicas de proceso de todo su equipo por el escenario, poniendo en práctica las defensas del espacio de juego.

DECISIÓN

De acuerdo a la interpretación de las encuestas al docente, Alumnos y según la base de aprobación se puede concluir que la HIPÓTESIS PLANTEADA SE LA APRUEBA, por cuanto, se manifiesta que el desconocimiento de los fundamentos del baloncesto no genera una evolución dentro del proceso competitivo.

h. CONCLUSIONES

Realizada la tabulación de los resultados obtenidos en las encuestas se establece como conclusiones los siguientes:

- Al realizar este trabajo de investigación con los estudiantes del séptimo año de educación básica, nos dimos cuenta que son entes positivos dispuestos a un cambio.
- El desconocimiento de los fundamentos del Baloncesto generan un atraso en el proceso competitivo de los estudiantes del séptimo año de Educación Básica del Instituto Fiscomisional “La Dolorosa”.
- La mayoría de estudiantes denotan cierto interés por el baloncesto y mencionar no presentar dificultad para su práctica, tomando lo mencionado como punto referencial para ejecutar la ejecución del mismo.
- Las Técnicas Individuales dentro del Baloncesto son parte esencial para lograr un mejor aprendizaje y por consiguiente elevar el proceso competitivo en los estudiantes del séptimo año de Educación Básica del Instituto Fiscomisional “La Dolorosa.
- Los juegos recreativos y las dinámicas generan un aprendizaje más armonioso produciendo un mayor interés en los entes protagonistas, logrando así un aprendizaje más significativo.

I. RECOMENDACIONES

De lo expuesto anteriormente se puede llegar a establecer las siguientes recomendaciones

- Se sugiere que el trabajo mediante proyectos se incremente de forma general dentro de los establecimientos educativos para mejorar el nivel deportivo en el basquetbol.
- Realizar una guía o un proyecto para impartir los fundamentos del baloncesto y sus conocimientos en el establecimiento educativo, por medio del cual se logren visualizar cambios evolutivos en el proceso competitivo de los entes protagonistas.
- Incentivar a los estudiantes a la práctica del baloncesto siendo este un deporte mucho más sencillo y simple de lo que muchas veces queremos entender, habría que buscarle sentido común, un sitio preferente en nuestro quehacer diario.
- La técnica individual juega un papel preponderante en la práctica del Baloncesto, para mejorar el aprendizaje es necesaria la utilización de métodos distintos como el juego, medio visuales que generen mayor logro en los estudiantes.
- Utilizar el juego, dinámicas concernientes al Baloncesto para que el estudiante sienta más comodidad al momento de la practica dl Baloncesto, fomentando así el compañerismo y facilitando el proceso de enseñanza-aprendizaje

PROPUESTA ALTERNATIVA

TEMA:

Guía de actividades que permita mejorar el conocimiento de los fundamentos del baloncesto en los niños de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba de la Ciudad de Loja

DATOS INFORMATIVOS

○ **NOMBRE DE LA INSTITUCION.**

Institución Fiscomisional “La Dolorosa”

○ **BENEFICIARIOS:**

Docentes, alumnos, autoridades, padres de familia de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba de la Provincia de Loja

○ **UBICACION:**

Cantón: Chaguarpamba: Barrio La Dolorosa

○ **TIEMPO ESTIMADO PARA LA EJECUCION:**

INICIO: Noviembre 2013

FINALIZACION: Mayo 2014

○ **EQUIPO RESPONSABLE:**

INVESTIGADOR: Wilmer Efrén Torres Riofrío

ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA.

Luego de la investigación realizada se determinó crear una guía de conocimientos que permita mejorar el conocimiento de los fundamentos del baloncesto en los niños de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba de la Ciudad de Loja

El mismo que se fundamenta en los datos obtenidos en la aplicación de la encuesta a docentes, estudiantes los mismos que demostraron la necesidad de que los alumnos, docentes conozcan y manejen una guía buscando siempre dinamizar sus diferentes componentes, para encontrar diferentes posibilidades de mejoramiento institucional.

Sobre esta propuesta no se ha encontrado mayor información, sin embargo algunas instituciones educativas, han hecho el esfuerzo por diseñar algunos documentos que sirven de apoyo para el mejoramiento de la educación, las cuales han servido de referencia para fundamentar nuestra propuesta.

JUSTIFICACION.

La elaboración de la guía de los fundamentos se justifica por cuanto ha sido elaborada y planificada como una herramienta que sirve para mejorar la gestión Institucional partiendo de la planificación, ejecución y control de la Institución Educativa.

El adecuado manejo de la guía de los fundamentos del baloncesto, y la potenciación del ser humano como Filosofía de la vida en la Institución, será el fundamento clave para la aplicación de la Visión y Misión, a su vez la identidad Institucional y su base teórica servirá para la aplicación práctica de los objetivos y metas propuestas, las mismas que se implementaran en la Institución y en la cancha.

Se hace necesario contar con una guía o con una planificación que sea didácticamente utilizada por todos los responsables del diseño y ejecución de la propuesta. Con el fin de contar con normas y procedimientos como parámetros o estándares que nos den la calidad buscada y mediante la socialización de un proceso de capacitación o permite la sensibilización de todos los actores.

Por otra parte la planificación ofrece al personal docente y alumnos una guía para determinar los roles en el cumplimiento de sus labores, que resultara particularmente valioso y de gran utilidad para evitar errores o pasar por alto aspectos fundamentales y elementales que deben abordarse de manera sistémica y sistemática.

La elaboración de una guía sirve como un medio eficaz para la relación de los planes propuestos que en él se contempla a fin de mejorar la calidad y oportunidad de la información.

Esta guía será una fuente importante de información escrita y será un instrumento de acción para el seguimiento y control de las actividades a desarrollarse en el interior de la Institución a demás son medios viables para comunicar políticas y decisiones sobre los cambios a implementarse.

OBJETIVOS GENERAL:

- Guía de actividades que permita mejorar el conocimiento de los fundamentos del baloncesto.

ESPECIFICOS:

- Lograr que los estudiantes practiquen el baloncesto, poniendo en práctica la guía elaborada.

- Demostrar que en base a la práctica del baloncesto existe una integración de alumnos-maestros y directivos en la Institución.

ANALISIS DE FACTIBILIDAD:

El presente trabajo se justifica ya que al elaborar la guía permitirá mejorar el conocimiento de los fundamentos del baloncesto en los niños de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba de la Ciudad de Loja

FUNDAMENTACION:

Científico – Técnico

Guía Didáctica

LA GUIA DE ACTIVIDADES

En esta presentación encontrara lo que es una guía de actividades y como al utilizarla de manera adecuada y así poder obtener resultados de excelente calidad.

LA GUIA DE ACTIVIDADES

La guía de actividades o guía didáctica es un documento creado por el tutor del curso, esta tiene por objeto orientar al estudiante en una tarea a desarrollar dentro del proceso de aprendizaje virtual. Usted, que ha participado ya en estudios virtuales entenderá la importancia de este documento. Del buen uso de esta herramienta, de su lectura detenida y su buena interpretación dependerá el resultado de la tarea a desarrollar.

Una guía didáctica es un instrumento con orientación técnica para el estudiante, que incluye toda la información necesaria para el correcto y provechoso desempeño de este dentro de las actividades deportivas de aprendizaje independiente. La guía didáctica debe apoyar al estudiante a decidir qué, cómo, cuándo y con ayuda de qué estudiar los contenidos de un

curso a fin de mejorar el aprovechamiento del tiempo disponible y maximizar el aprendizaje y su aplicación. Es la propuesta metodológica que ayuda al alumno a estudiar el material, incluye el planteamiento de los objetivos específicos o particulares, así como el desarrollo de todos los componentes de aprendizaje incorporados por tema, apartado, capítulo o unidad.

Los componentes básicos de una guía didáctica que posibilitan sus características y funciones son los siguientes:

- Presentación
- Objetivos generales
- Esquimal resume de los contenidos.
- Temática de estudio
- Actividad o actividades a desarrollar
- Rúbrica de evaluación
- Bibliografía sugerida

¿Qué debe contener una guía de actividades?

Recomendaciones

- Lea cuidadosamente la guía de actividades
- Cerciórese que la ha comprendido en su extensión
- Descárguela en su equipo para tener acceso fácil a ella
- Si le es posible imprímala para consultarla de forma inmediata.
- No dude en consultar cualquier inquietud que le surja con su tutor/a
- Contraste o compare su trabajo final con la guía, de forma que cumpla con los requisitos mínimos exigidos

En el verdadero éxito, la suerte no tiene nada que ver; la suerte es para los improvisados y aprovechados; y el éxito es el resultado obligado de la constancia, de la responsabilidad, del esfuerzo y de la organización. Ahora los y las invito a hacer un buen uso de las instrucciones para tener mejores resultados, y por qué no, aventúrense a construir una.

Propuesta para la elaboración de guías didácticas

Resumen

El material didáctico que acompañan propuestas de formación en la modalidad de educación a distancia debe ir acompañado de un cuidadoso diseño y elaboración que permita obviar las dificultades de la Separación física profesor-alumno.

La guía didáctica constituye un instrumento que apoya al alumno en el estudio independiente. Dentro de los aspectos que caracterizan la guía didáctica está el presentar información acerca del contenido, orientar en relación a la metodología establecida y enfoque del curso, indicaciones generales y actividades que apoyen el estudio independiente.

Los componentes básicos considerados para una guía didáctica son: índice cuya función es ubicar los temas de la manera más rápida posible; presentación en donde se expone el propósito general; objetivos que identifican los requerimientos a fin de orientar el aprendizaje; resumen que incluye los puntos fundamentales del tema correspondiente; desarrollo del contenido; actividades para el aprendizaje; ejercicios de auto evaluación y bibliografía de apoyo.

Sin embargo no debemos olvidar que la estructura de la guía didáctica obedece a las condiciones que la misma institución patrocinadora establezca.

Introducción

Las transformaciones que la sociedad está viviendo en la última década, están penetrando y modificando el tejido y las bases de nuestra sociedad desarrollada. Y, evidentemente, a estos cambios radicales están contribuyendo de forma manifiesta las tecnologías avanzadas, de la información y la comunicación, y más Particularmente Internet, que vienen

afectando a todos los ámbitos de desarrollo y progreso social.

El mundo de la educación no puede ignorar esta realidad tecnológica ni, como objeto de estudio ni, mucho menos, como instrumento del que valerse para formar a los ciudadanos que ya se organizan en esta sociedad a través de entornos virtuales. Y la modalidad que desde su nacimiento más predisposición mostró para la asunción de las innovaciones tecnológicas, fue sin duda la educación a distancia.

La mayoría de las propuestas de formación que se ofrecen en la modalidad de educación a distancia. Tienen como aspecto básico el material impreso, de ahí que el proceso de enseñanza-aprendizaje a distancia vaya precedido de un cuidadoso diseño y elaboración de los materiales, que permita obviar las dificultades de la separación física profesor-alumno.

Conviene tener presente que mientras en la enseñanza presencial puede reajustar con inmediatez su estrategia didáctica en función del grado de comprensión de los mensajes educativos que manifiesten los alumnos, esta particularidad no se da en la formación a distancia. En ésta, la interacción profesor-alumno queda más referida en el espacio y normalmente en el tiempo.

Definición de guía didáctica.

Una guía didáctica es un instrumento impreso con orientación técnica para el estudiante, que incluye toda la información necesaria para el correcto uso y manejo provechoso del libro de texto, para integrarlo al complejo de actividades de aprendizaje para el estudio independiente de los contenidos del curso.

La guía didáctica debe apoyar al estudiante a decidir qué, cómo, cuándo y con ayuda de qué estudiar los contenidos de un curso a fin de mejorar el aprovechamiento del tiempo disponible y maximizar el aprendizaje y su aplicación.

Es la propuesta metodológica que ayuda al alumno a estudiar el material, incluye el planteamiento de los objetivos específicos o particulares, así como el desarrollo de todos los componentes de aprendizaje incorporados por tema, apartado, capítulo o unidad.

La guía didáctica acompaña un libro de texto o bien una compilación de lecturas, que en el mejor de los casos es una antología, los cuales constituyen la bibliografía básica de un curso o una asignatura.

Aspectos que caracterizan la guía didáctica

Son características deseables de la guía didáctica las siguientes:

- Ofrecer información acerca del contenido y su relación con el programa de estudio para el cual fue elaborado.
- Presentar orientaciones en relación a la metodología y enfoque del curso
- Presentar indicaciones acerca de cómo lograr el desarrollo de las habilidades, destrezas y aptitudes del educando.
- Definir los objetivos específicos y las actividades de estudio independiente para orientar la planificación de las lecciones, informar al alumno de lo que ha de lograr a fin de orientar al evaluación.

Funciones básica.

a) Orientación

- Establecer las recomendaciones oportunas para conducir y orientar el trabajo del estudiante.
- Aclarar en su desarrollo dudas que previsiblemente puedan obstaculizar el progreso en el aprendizaje.

- Especificar en su contenido la forma física y metodológica en que el alumno deberá presentar sus productos.

b) Promoción del aprendizaje auto sugestivo

- Sugiere problemas y cuestiona a través de interrogantes que obliguen al análisis y reflexión.
- Propicia la transferencia y aplicación de lo aprendido.
- Contiene previsiones que permiten al estudiante desarrollar habilidades de pensamiento lógico que impliquen diferentes interacciones para lograr su aprendizaje.

c) Auto evaluación del aprendizaje

- Establece actividades integradas de aprendizaje en que el alumno hace evidente su aprendizaje.
- Propone estrategias de monitoreo para que el estudiante evalúe su progreso y lo motive a compensar sus deficiencias mediante el estudio posterior.
- Usualmente consiste en una evaluación mediante un conjunto de preguntas y respuestas diseñadas para este fin. Esta es una función que representa provocar una reflexión por parte del estudiante sobre su propio aprendizaje

Componentes estructurales

Los componentes básicos de una guía didáctica que posibilitan sus características y funciones son los siguientes:

Índice

En él debe consignarse todos los títulos ya sean de 1°, 2° o 3° nivel, y su correspondiente página para que, como cualquier texto, el destinatario pueda ubicarlos rápidamente.

Presentación

Antecede al cuerpo del texto y permite al autor exponer el propósito general de su obra, orientar la lectura y hacer consideraciones previas útiles para la comprensión de los contenidos del material de lectura.

Objetivos generales

Los objetivos permiten al participante identificar los requerimientos conceptuales procedimentales y actitudinales básicos a los que se debe prestar atención a fin de orientar el aprendizaje.

Son la mejor guía para que el estudiante sepa que se espera de su trabajo, cuáles son los aspectos fundamentales a los que debe prestar atención en las lecturas y con qué criterios será evaluado su aprendizaje.

La definición de los objetivos debe hacerse en términos de conocimientos, destrezas o habilidades, actitudes y conducta futura de los estudiantes.

Esquema resumen de contenidos

Presenta en forma esquemática y resumida al alumno todos los puntos fundamentales de que consta el tema correspondiente, facilitando así su acceso o bien su reforzamiento.

Desarrollo de contenidos

Aquí se hace una presentación general de la temática, ubicándola en su campo de estudio, en el contexto del curso general y destacando el valor y la utilidad que tendrá para el futuro de la labor profesional o dentro de la organización.

Temática de estudio

Los contenidos básicos se presentan a manera de sumario o bien de esquema según sea el caso, con la intención de exponer de manera sucinta y representativa, los temas y subtemas correspondientes a las lecturas.

Actividades para el aprendizaje.

Es indispensable incluir actividades para que el estudiante trabaje y actúe sobre los contenidos presentados, a fin de desarrollar las competencias o capacidades planteadas en los objetivos generales o específicos.

Son tareas, ejercicios, prácticas o actividades diversas que el autor pide al estudiante para que se apropie del contenido y refuerce o amplíe uno o varios puntos del desarrollo del tema.

Esto fomenta la transferencia de los aprendizajes mediante la realización de prácticas en las que el alumno aplique los conocimientos a situaciones nuevas.

Se deben evitar las actividades que sean simplemente una repetición o memorización de lo estudiado y presentar actividades que orienten la comprensión lectora, promuevan la aplicación de lo aprendido y generen su análisis crítico.

Ejercicios de auto evaluación.

Tienen como propósito ayudar al alumno a que se evalúe por sí mismo, en lo que respecta a la comprensión y transferencia del contenido del tema.

Incluye ejercicios de auto evaluación, cuestionarios de relación de columnas, falsa y verdadera, complementación, preguntas de ensayo y de repaso, análisis de casos y, por supuesto, respuestas a los ejercicios y cuestionarios.

Es aconsejable que los materiales de estudio ofrezcan la posibilidad de retroalimentación al estudiante, por lo que se le sugiere la inclusión de respuestas o soluciones explicativas a todos los ejercicios; desarrollo pasó a paso de los ejercicios; resúmenes o instrucciones claras para la resolución de modelos de ejercicios.

Bibliografía de apoyo.

No se debe olvidar la pertinencia de proponer bibliografía tanto básica como complementaria, en el cual el destinatario pueda encontrar, en caso de necesitarlo, otras explicaciones sobre lo que se está estudiando.

Se puede incluir información de bibliografía adicional, videos, visitas para la consulta y ampliación de los temas a sugerencia del asesor.

Consideraciones finales

No existen modelos únicos ni determinantes. La estructura de la guía didáctica obedece a las condiciones institucionales en que se determina su producción y uso, no es así, sus características y funciones básicas que son en materias escritas la traducción de una metodología de enseñanza propia del docente que promueve.

GUIA RAPIDA DEL ENTRENADOR DE LA ESCUELA

PARA EMPEZAR

Preparar el entreno diario.

Hacer una mini planificación de objetivos anuales a trabajar.

Realizar diariamente un control de asistencia, llamando a los padres para preocuparse por las ausencias.

Mostrar preocupación e interés ante las inquietudes de los padres.

EN EL ENTRENAMIENTO

Objetivo prioritario: que el niño se divierta.

Para ello es importante que el entrenador transmita ilusión, ya que esto es algo que se contagia.

Ser cariñoso con el niños y cercano resultará básico para que éste se sienta a gusto en la actividad.

La herramienta de entrenamiento básica debe ser el juego y las competiciones.

El niño debe estar en contacto continuo con el balón y moviéndose.

Es bueno trabajar puntería de forma general, no teniendo que necesitar la

canasta: tirar a dar en una línea, meter el balón en un aro, dar en un cono, etc.

Es vital trabajar las muñecas y los dedos del jugador, los movimientos rápidos y variados de pies y manos, sin necesidad para ello de recurrir a un trabajo específico de técnica individual de baloncesto, sino haciendo cosas más generales.

Debemos estirar brevemente al inicio y al final, más que por necesidad, por hábito de cara al futuro.

El entrenamiento debe o puede ser multideporte, usando de vez en cuando otros balones y objetos (aros, combas, balones de fútbol, pelotas de tenis, etc.) que lo den riqueza. Pero el niño debe percibir que está haciendo baloncesto, que es lo que ha demandado. Por ello resulta necesario hacer en todos los entrenamientos cosas como tirar a canasta (aunque trabajemos puntería de otras formas).

DEBEMOS EDUCAR DESDE EL PRINCIPIO EN COSAS COMO...

No hablar cuando el entrenador hable.

No botar el balón cuando el entrenador hable. Para ello es buena estrategia que el jugador pise el balón.

Venir rápido cuando el entrenador llame.

Respetar a los compañeros, evitando peleas e insultos.

DEBEMOS EVITAR

Hacer filas en las que los niños estén mucho tiempo parados.

Transmitir un exceso de competitividad con las competiciones que hagamos.

No posibilitar que todos los niños puedan en determinadas competiciones triunfar.

EJEMPLO DE ENTRENAMIENTO TIPO

1. Juego de calentamiento tipo “tula”, todos con balón.
2. Breves estiramientos.
3. Competición por relevos en la que podemos meter un fundamento técnico sin explicar en exceso: “correr con balón, hacer una parada en un tiempo en medio campo, pivotar y hacer otra parada en la línea de fondo, pasando a mi compañero, que hará lo mismo”.
4. Juego de puntería: “de un bote fuerte, a ver quién mete canasta”, “desde lejos, por parejas, a ver quién mete el balón en el aro”
5. Juego con bote: “buldog”.
6. Competición por relevos, haciendo un determinado gesto técnico de forma sencilla, teniendo que tirar a canasta, sin necesidad de meter, antes de volver a dar el relevo a mi compañero”.
7. Juego en el que haya que utilizar el pase: “competición por tríos o cuartetos a ver quién da más pases seguidos sin que se caiga el balón o a ver quién da antes x pases”
8. Tiro a canasta.
9. Juego para acabar (por ejemplo el Kao, pero variado (no abusar de él ni hacerle siempre igual) y sin que el eliminado esté quieto, sino que trabaje algo en el otro aro para volver) o Partidillo. El partidillo: jugar poco tiempo (5 o 10 minutos máximo) y no todos los días (cada dos o tres entrenamientos).

CARACTERÍSTICAS EVOLUTIVAS: La edad de doce años se caracteriza por un notable crecimiento físico en las niñas, mientras que los niños conservan, aunque un poco más desarrollado, su estructura corporal.

Según autores como Piaget, esta es la etapa de las operaciones concretas, en las que el niño ya es capaz de hacer operaciones a con objetos que tiene presentes y el comienzo en ciertos niños de la etapa de las operaciones

formales, en la que son capaces de operar independientemente de la realidad que les rodea, pudiendo abstraer hechos y operaciones de la realidad, llegando a una resolución.

En el plano físico, el niño está en la etapa prepuberal, lo que quiere decir que su cuerpo es aún el de un niño y va a presentar una gran elasticidad, buena coordinación debido al conocimiento de su cuerpo, y bastante resistencia aeróbica, debido a la gran actividad que presentan los niños de esta edad.

MATERIAL: balones, aros y cuerdas

ORGANIZACIÓN: Individual, por parejas y por grupos.

TEMPORALIZACIÓN: Cuatro sesiones, una semana.

METODOLOGÍA: Mando directo y aprendizaje por descubrimiento

OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

- Coordinación dinámica específica.
- Mejorar el dominio de ambas manos.
- Manejar el bote del balón.
- Coordinar el bote del balón con desplazamiento.
- Mejorar el dominio de ambas manos.
- Manejar el bote del balón.
- Coordinar el bote del balón con desplazamiento.
- Saltos con balón.
- Coordinación de saltos con lanzamientos.

ÁREA: Educación física.

OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA:

- Resolver problemas que exijan el dominio de patrones motores básicos

adecuándose a los estímulos perceptivos y seleccionando los movimientos, previa evaluación de sus posibilidades.

- Utilizar sus capacidades físicas básicas y destrezas motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
- Participar en juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación en razón de las características personales, sexuales y sociales, así como los comportamientos agresivos y las actitudes de agresividad en las actividades competitivas.

CONTENIDOS DIRECTAMENTE RELACIONADOS CON EL ÁREA:

- El Cuerpo: Habilidades y Destrezas

Conceptos:

- Capacidades físicas, formas y posibilidades de movimiento.

Procedimientos:

- Control y dominio motor y corporal desde un planteamiento previo de la acción (razonamiento motor)
 - Acondicionamiento físico general: Aspectos cuantitativos del movimiento, tratados globalmente y en función de su desarrollo psicobiológico.

Actitudes:

- Interés por aumentar la competencia y habilidad motoras y la calidad del movimiento bien ejecutado.

- Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor.

Los juegos:

Conceptos:

- Tipos de juegos y de actividades deportivas y su regulación.

Procedimientos:

- Utilización de las reglas para la organización de situaciones de juego y de las estrategias básicas (cooperación, oposición, cooperación/oposición).
- Práctica de actividades deportivas adaptadas mediante la flexibilización de las normas del juego.

Actitudes:

- Valoración de las posibilidades como equipo y de la participación de cada uno de sus miembros con independencia del resultado obtenido.
- Aceptación del reto que supone oponerse a otros en situaciones de juego sin que ello derive en actitudes de rivalidad o menosprecio.

OTROS CONTENIDOS RELACIONADOS CON LA SESIÓN:

- Salud corporal:

Conceptos:

- Efectos de la actividad física en la salud y el mantenimiento corporal.

Procedimientos:

- Adecuación de sus posibilidades a la actividad: economía y equilibrio en

la dosificación y alcance del propio esfuerzo; concentración y atención en la ejecución.

Actitudes:

- Aceptación de los propios límites y restricción de los deseos cuando impliquen un riesgo por encima de las posibilidades o un peligro para la salud.

METODOLOGÍA: Mando directo.

OBJETIVOS GENERALES:

- Utilizar sus capacidades físicas básicas y destrezas motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.

CONTENIDOS DIRECTAMENTE RELACIONADOS CON LA SESIÓN:

- El Cuerpo: Habilidades y Destrezas

Conceptos:

- Capacidades físicas, formas y posibilidades de movimiento.

Procedimientos:

- Control y dominio motor y corporal desde un planteamiento previo de la acción (razonamiento motor).

Actitudes:

- Interés por aumentar la competencia y habilidad motoras y la calidad del

movimiento bien ejecutado.

- Los juegos:

Conceptos:

- Tipos de juegos y de actividades deportivas y su regulación.

Procedimientos:

- Práctica de actividades deportivas adaptadas mediante la flexibilización de las normas del juego.

OTROS CONTENIDOS RELACIONADOS CON LA SESIÓN:

Ninguno.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

- Coordinación dinámica específica.

ACTIVIDADES:

- Carrera suave

Con un balón cada alumno, se trata de que lo tiren delante de una pared y lo golpeen indistintamente con distintas partes del cuerpo.

- Se forman dos grupos y se ponen en filas. Hacemos las siguientes actividades:
- Con dos balones, uno lo botan con la mano y el otro lo conducen con el pie.

- Con tres balones, dos los botan con las manos y el otro lo conducen con el pie.
- Con tres balones, dos los conducen con los pies y el tercero con la mano.
- Con cuatro balones, dos los botan con las manos y los otros dos con los pies.

Con cuerdas atadas entre sí, dos personas la dan vueltas y el resto tiene que ir metiéndose en la comba hasta conseguir que este el mayor número de gente. Cuando se pare porque alguien tropiece contra la cuerda, los que están dando vueltas a la cuerda pasarán a ser los que se metan y otra pareja hará esta función.

Cada uno con dos cuerdas y un balón, se trata de que vayan girando las cuerdas una con cada mano a la vez que desplacen el balón con los pies. Luego se propondrá que ellos vayan por parejas de una parte de la sala a la otra haciendo diferentes posturas en las que estén implicadas las dos cuerdas y el balón. Se premiará la originalidad.

Se ponen unos aros en el suelo y se hacen dos grupos. Uno de los grupos se pondrá formando un pasillo dejando los aros en medio y con un balón cada uno. El otro grupo tiene que pasar por los aros mientras que los del otro grupo les lanzan los balones que ellos tendrán que devolver al que se los lanzó a la vez que corren. Cambiamos de papeles.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

- Saltos con balón.
- Coordinación de saltos con lanzamientos.

ACTIVIDADES

- Carrera suave.
- Cuando no se lo esperen, les decimos que el último que se sienten se la queda para el siguiente juego.

Jugamos al torito en alto, que consiste en que el que se la queda en el juego anterior hace de toro y tiene que coger a los demás compañeros, los cuales podrán salvarse si se suben a un sitio en alto.

Cuando el toro coge a alguien, éste se la queda.

Repartimos un balón a cada alumno. Ellos deben tocar lo más rápidamente posible el lugar que diga el maestro (que serán sitios altos para que salten). No vale tirar el balón, deberán tocarlo sin soltar el balón.

Después de hacer la actividad unas seis veces los que han tocado lo dicho el último van a quedársela para la siguiente actividad, que consiste en que se ponen por parejas tanto los que se la quedan como los demás y se les da a cada pareja que se la queda una cuerda y a los demás un balón por pareja. Los que se la quedan deberán sujetar la cuerda por cada extremo y tensarla a una cierta altura. Entonces se trata de que vayan corriendo por la sala haciendo que los demás compañeros salten la cuerda a la vez que se pasan el balón.

Cada vez que tengan que saltar, deben pasar el balón en el aire a su compañero. La pareja que se le caiga el balón o que no lo pase al saltar tendrá que cambiarse con una la pareja que le ha hecho cambiar y los que tenían balón pasan a tener cuerda y los que tenían cuerda balón. No vale subir la cuerda más arriba de las rodillas.

Hacemos cuatro equipos lo más equilibrados posible en cuanto a la altura y con un balón cada integrante. Consisten en que, dispuestos enfrente de las gradas del pabellón, deberán ir con los pies juntos uno por uno a la grada y meter el balón lo más alto posible sin lanzarlo. A cada altura se le asignará una puntuación. Al final ganará el equipo que más puntos consiga.

Imaginamos que estamos en una cama elástica y damos un balón a cada alumno. El juego consiste en que deben encestar el máximo número de balones en la canasta sin dejar de saltar.

MODELO OPERATIVO

FASES	METAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
Socialización De los resultados de la investigación.	Hasta mayo 2014 se Socializara el 100% de la propuesta en la comunidad educativa para conocer los resultados de la investigación.	Organización de la Investigación. Reunión con el personal de la institución. Reunión con los representantes estudiantiles. Reunión con los padres de familia.	Computadoras. - Proyectoras. - Documentos de apoyo. - Circulares de convocatorias.	
Planificación de La propuesta.	Hasta mayo 2014 Estará concluida la planificación de la propuesta.	Análisis de los resultados. Funciones básicas Componentes estructurales	- Equipo de Computación. - Materiales de oficina.	
Ejecución de la Propuesta.	En el año lectivo 2013-2014 se ejecutara la propuesta en el 100%	Propuesta en marcha de la propuesta de acuerdo a las fases programadas.		
Evaluación de La Propuesta.	La propuesta será Evaluada permanente.	Capacitación al personal docente sobre evaluación institucional. Autoevaluación de procesos.		
		Elaboración de informes del desempeño. Aprobaciones institucionales. Toma de correctivos oportunos.		

ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA

Cuadro No. 6

Organismo	Responsables	Fase de Responsabilidad
Equipo de Gestión de institución. Equipo de trabajo (micro-proyectos)	<ul style="list-style-type: none">• Departamentos y Comisiones.• Rector• Directores de área.• Comisión técnico-pedagógica.• Inspector general.• Representantes de padres de familia.• Representantes estudiantiles.• Coordinadores y colaboradores.	<ul style="list-style-type: none">• Organización previa al Proceso.• Diagnostico situacional.• Direccionamiento estratégico participativo.• Discusión y aprobación.• Programación Operativa.• Ejecución del proyecto.

PLAN DE MONITOREO Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA.

Cuadro No. 7

PREGUNTAS BASICAS	EXPLICACION
1.- ¿Quiénes Solicitan evaluar?	<p>Interesados en la evaluación.</p> <p>Equipo de gestión de la institución.</p> <p>Equipo de trabajo (micro proyecto)</p>
2.- ¿Por qué evaluar?	<p>Razones que justifican.</p> <p>Mejorar la calidad deportiva, aplicando los fundamentos del baloncesto a los niños de séptimo año de educación básica.</p>
3.- ¿Para que Evaluar?	<p>Objetivos del plan de evaluación.</p> <p>Conocer los niveles de participación.</p> <p>Facilitar los recursos adecuados y necesarios.</p> <p>Aplicar el manual a nivel institucional.</p>
4.- ¿Qué evaluar?	<p>Aspectos a ser evaluados.</p> <p>Qué efecto ha tenido el anual didáctico en el mejoramiento de la calidad deportiva..</p>
5.- ¿Quién evalúa?	<p>Personal encargado de evaluar.</p> <p>Investigador</p>
6.- ¿Cuándo Evaluar?	<p>En periodos determinados de la propuesta.</p> <p>Al inicio en el proceso y al final en consideración a los periodos educativos.</p>
7. ¿Cómo evaluar?	<p>Proceso metodológico.</p> <p>Mediante observación, Entrevistas, revisión de documentos.</p>

j. BIBLIOGRAFÍA

- ✓ Beltrán, O. (1992) 1250 ejercicios y juegos en baloncesto. Tomo 2.
- ✓ Buceta, J.M. (1993) Algunas consideraciones sobre el entrenamiento y la dirección técnica en los deportes de equipo de elite. Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
- ✓ BUCETA, José María. Psicología del Entrenamiento Deportivo. Editorial Dykinson-psicología. 1998.
- ✓ Caravedo Molinari, L. (2003). Conferencia:
- ✓ De la Paz Rodríguez, Pedro Luis, Baloncesto la ofensiva, edición 1987
- ✓ •GOULD, Daniel y WEINBERG, Robert. Fundamentos De Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico. Editorial Ariel Psicología. . 1996
- ✓ Importancia del Deporte Competitivo Jorge Antonio Muñoz Guillén.
- ✓ MsC. Castro Washington, Modulo de los Fundamentos Técnicos del baloncesto, 2007.
- ✓ Paredes Morales Marco, Técnica y táctica del baloncesto.
- ✓ WILLIAMS, Jean. Psicología Aplicada al Deporte. Editorial. Madrid. 1991.

k. ANEXOS

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

Carrera de Cultura Física

TEMA:

“EL DESCONOCIMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO, INFLUYE EN EL DESARROLLO COMPETITIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACION BASICA DE LA INSTITUCIÓN FISCOMISIONAL “LA DOLOROSA” DEL CANTÓN CHAGUARPAMBA, PROVINCIA DE LOJA ”

Proyecto de Tesis, previo a la Obtención del Grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención: Cultura Física

AUTOR: Wilmer Efrén Torres Friofrío

ASESOR: Lic. Luis Valverde Jumbo Mg. Sc.

LOJA – ECUADOR

2013

a. TEMA

“EL DESCONOCIMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO, INFLUYE EN EL DESARROLLO COMPETITIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACION BASICA DE LA INSTITUCIÓN FISCOMISIONAL “LA DOLOROSA” DEL CANTÓN CHAGUARPAMBA, PROVINCIA DE LOJA”

b. PROBLEMÁTICA

MACRO

El basquetbol, es una expresión inglesa cuya traducción al castellano significa baloncesto.

El baloncesto es un deporte de equipo cuyo objetivo es introducir la pelota en el cesto contrario y se puede practicar fácilmente. Es un deporte animado, y que exige habilidad, movimientos precisos, rapidez y eficacia física.

Se juega con cinco jugadores por equipo, pero es también constituido por cinco personajes: jugador, entrenador, árbitro, dirigente y periodista, cinco personajes que tienen una labor diferente pero que trabajan de la mejor manera por el deporte.

El baloncesto como deporte y como profesión es uno de los más sofisticados de todos los que existen como populares a nivel mundial.

Sus características han hecho que miles de entrenadores o directores técnicos de este deporte se adentren más en su investigación que con el pasar de los años se han convertido más que un arte, en una verdadera ciencia.

En el baloncesto o básquetbol 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.

El buen entrenador lleva a cabo su plan de preparación sincronizando progresivamente la enseñanza de los fundamentos con las técnicas de juego que requiere su sistema.

Algunos movimientos de un jugador de baloncesto se denominan como defensivos fundamentales, puesto que son sobre los que se basa todo el juego. Según un concepto estricto, los "fundamentos" son solamente cuatro: el bote, el pase, el tiro y los movimientos

En esta lista no se incluyen otros movimientos que no se consideran estrictamente fundamentales, como el rebote, el bloqueo, etc., pero que representan también aspectos muy significativos de este deporte.

MESO

En la Ciudad de Loja; se considera el baloncesto como un juego de equipo, es más diríamos que es un juego donde la acción colectiva es la base fundamental que tiene que manejar los equipos para lograr los objetivos propuestos. Sin embargo para formar esta técnica colectiva es preciso que los jugadores que integran nuestro equipo reúnan los elementos que posibiliten la construcción de este grupo que debe rodar corporativamente como una unidad.

Recordando así los siguientes elementos:

- TECNICA INDIVIDUAL
- PREPARACION FISICA
- REGLAS DE JUEGO
- TACTICAS
- PREPARACION MENTAL O PSICOLOGICA

Lógicamente sin un mínimo de acondicionamiento físico no sería posible la práctica del baloncesto en la Provincia de Loja

Sin un mínimo de conocimiento de los fundamentos y reglas del juego difícilmente podríamos practicar este deporte.

Sin una adecuada motivación o un mínimo de ganas, tampoco se podría hacer gran cosa.

Pero evidentemente tampoco podríamos hacer baloncesto sin una base técnica adecuada que nos permita, dentro de unas reglas, alcanzar los fines de este deporte. De ese modo obtendríamos una definición, en línea general, de los FUNDAMENTOS.

MICRO

En la Institución Fiscomisional “ La Dolorosa” del cantón Chaguarpamba los estudiantes de séptimo año de educación básica, conscientes de que les gusta el baloncesto peronunca han tenido la oportunidad de jugar dicho deporte ya que es muy importante conocer los FUNDAMENTOS , ya que es la base, el origen de donde debe partir cualquiera que desee practicar el baloncesto.

El entrenador deberá enseñar a ejecutar correctamente los distintos FUNDAMENTOS individuales hasta su completa y correcta mecanización, para, a continuación, enseñar hacerlo con rapidez, aspecto fundamental esta posteriormente habrá de enseñar a elegir que FUNDAMAENTO o gesto es el más adecuado en cada caso, después habrá de enseñar rápidamente la opción buena para poder acabar realizándola con rapidez.

Aunque todo esto es de aparente complejidad, lo cierto es que el baloncesto es un deporte mucho más sencillo y simple de lo que muchas veces queremos entender. Con unos mínimos conocimientos y mucho sentido común pueden hacerse grandes cosas. Habría que buscarle al SENTIDO COMUN, un sitio preferente en nuestro quehacer diario.

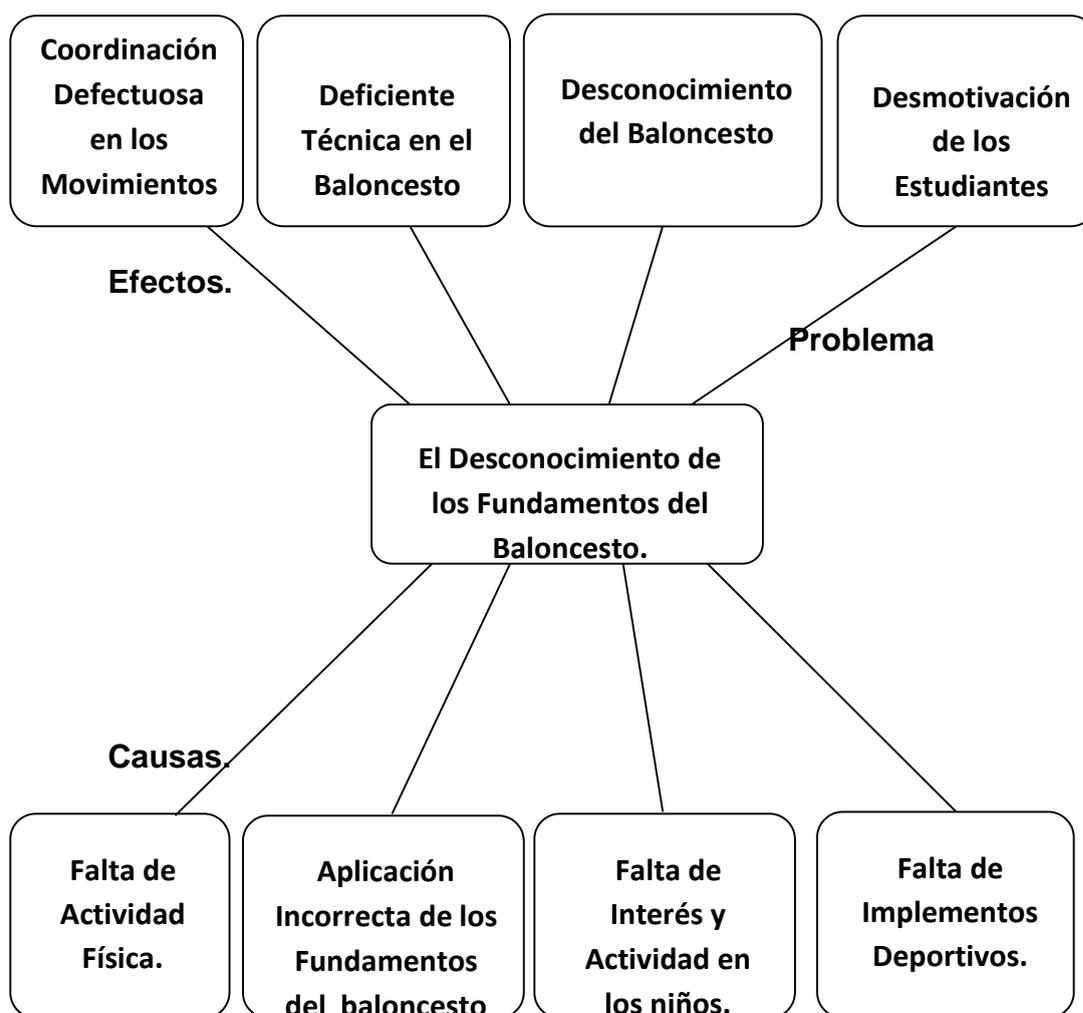
ANALISIS CRÍTICO

Una vez dado a conocer el enfoque global del problema se puede determinar la esencia del mismo, que se enfoca directamente en el desconocimiento de los fundamentos del baloncesto de los niños estudiantes del séptimo año de Educación Básica de la Institución Fiscomisional “ La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja, que se puede presentar por las siguientes causas.

En la actualidad diaria los niños y la juventud descuidan considerablemente la actividad física, lo cual presenta problemas sustanciales luego de la selección y aprobación en el proceso competitivo, el mismo que evalúa al estudiante con la aplicación de los fundamentos en el baloncesto. Ya que el

desconocimiento de los FUNDAMENTOS puede darse desde los primeros inicios del baloncesto, o del poco interés de los niños lo cual es evidente en este grupo de estudiantes.

La falta de interés y actitud permanente para aprender el baloncesto, permite que el estudiante no entregue toda su voluntad y capacidad, produciendo un mal habito en los FUNDAMENTOS durante el proceso competitivo, logrando así un temor por desarrollar de mejor manera su desarrollo deportivo, entonces vertiéndose al contrario de sentir satisfacción al jugar siendo esto una barrera para el aprendizaje.



PROGNOSIS

¿Qué consecuencias pueden presentarse en el proceso competitivo de los niños estudiantes si persiste la falta de conocimientos de los fundamentos del baloncesto?

Las consecuencias que podría presentar a futuro al mantener la falta de interés para dar solución a esta problemática, se haría presente tanto a nivel personal, profesional, institucional, familiar y socialmente del estudiante.

En el primero de estos dos casos se evidencia cuando los estudiantes tengan que enfrentar sanciones disciplinarias en el deporte, evaluaciones temporales y en el peor de los casos pasar a una eliminación y sin poder entrar en los parámetros de calificación del baloncesto.

Aunque todo esto es de aparente complejidad, lo cierto es que el baloncesto es un deporte mucho más sencillo y simple de lo que muchas veces queremos entender. Con unos mínimos conocimientos y mucho sentido común pueden hacerse grandes cosas, solo habría que buscar al sentido común un sitio preferente en nuestro quehacer diario.

Por último una pequeña pero importante precisión. La manera de ejecutar los fundamentos tal como aquí se describe es la manera teórica perfecta de realizarlos, aunque siempre deberá estar presente una flexibilidad que permita a cada jugador el personalizar su propia ejecución de los gestos técnicos sin mermar en absoluto ni su efectividad ni su creatividad.

FORMULACION DEL PROBLEMA

¿Cómo incide el desconocimiento de los fundamentos del baloncesto, en el proceso competitivo de los estudiantes, de séptimo año de Educación Básica de la Institución Fiscomisional “ La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja.

INTERROGANTES

¿Estudiar los FUNDAMENTOS más apropiados para un buen proceso competitivo de los estudiantes del séptimo año de educación básica?

¿Elaborar una guía que permita mejorar el conocimiento de los fundamentos del baloncesto?

¿Establecer el nivel de conocimientos que poseen cada uno de los maestros de cultura física sobre el desconocimiento de los fundamentos del baloncesto?

c. JUSTIFICACIÓN

Los múltiples problemas que se producen en los niños de la Institución Fiscomisional “ La Dolorosa” del cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja a provocado el interés para investigar, el desconocimiento de los fundamentos del baloncesto en los niños de séptimo año de Educación Básica para buscar posibles soluciones con el fin de evitar dicho problema.

La Institución Fiscomisional “ La Dolorosa”, ha evidenciado durante el transcurso de los últimos tiempos la falta de participación en los campeonatos inter escolares de baloncesto, debido al desconocimiento de los fundamentos del mismo, por lo que ha provocado en los niños una baja autoestima, deficientes movimientos motores, falta de coordinación, flexibilidad, equilibrio, destrezas y habilidades que son necesarias y fundamentales en esta edad para la práctica del Baloncesto.

Por lo que el resultado de este trabajo Investigativo ayudara a solucionar algunos de los problema antes mencionados y también obligara a asumir con más responsabilidad a las autoridades, profesores y padres de familia, para que se planifique de la mejor manera la Cultura Física.

d. OBJETIVOS

GENERAL.

Establecer la incidencia de los fundamentos durante la preparación de la disciplina del baloncesto para un proceso competitivo de los estudiantes del séptimo año de Educación Básica de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja.

ESPECIFICOS.

- Estudiar los fundamentos más apropiados para un buen proceso competitivo de los estudiantes del séptimo año de educación básica.
- Elaborar una guía que permita mejorar el conocimiento de los fundamentos del baloncesto.
- Establecer el nivel de conocimientos que poseen cada uno de los maestros de cultura física sobre el desconocimiento de los fundamentos del baloncesto.

e. MARCO TEÓRICO

ANTECEDENTES DEL BALONCESTO.

El Baloncesto podría ser una derivación de uno de los juegos más antiguos del mundo: el tlachtli o juego de la pelota. Los mayas construían en la mayoría de sus centros ceremoniales unas edificaciones de formas características para practicar este ritual. Uno de los mejores recintos del juego de pelota se encuentra en Chichén Itzá.

El Baloncesto fue inventado en diciembre de 1891 por el profesor de educación física canadiense James Naismith. Él introdujo el juego cuando era instructor en la Young Men's Christian Association (YMCA) en Springfield (Massachusetts), donde organizó un pasatiempo que consideraba apropiado para jugar en pista cubierta durante el invierno. El juego incluía elementos de fútbol americano, fútbol y hockey. La primera pelota usada fue de fútbol.

Alrededor de 1897 se reglamentaron los equipos de cinco jugadores. El juego se extendió rápidamente por Estados Unidos, Canadá y otras partes del mundo, jugado tanto por hombres como mujeres; también llegó a ser un popular deporte informal al aire libre. Los soldados estadounidenses participantes en la II Guerra Mundial popularizaron el deporte en muchos otros países.

Un gran número de colegios universitarios estadounidenses adoptaron el juego entre 1893 y 1895. En 1934 se celebraron los primeros juegos intercolegiales en el Madison Square Garden de la ciudad de Nueva York. En la década de 1950 llegó a ser un deporte de colegios mayores.

La primera liga profesional, la National Basketball League, se formó en 1898. Aunque sólo estuvo vigente durante cinco años su desaparición propició un número de ligas inconexas en el noroeste de Estados Unidos. Uno de los primeros y más grandes equipos profesionales fue el Original Celtics, organizado en 1915 en la ciudad de Nueva York. Los Harlem Globetrotters, grupo que se fundó en 1927, fue un notable equipo de exhibición. En 1949 dos ligas profesionales posteriores, la National

Basquetbol League y la Básquetbol Association of América, se unieron para crear la Nacional Básquetbol Association (NBA). Los Boston Celtics, dominaron la NBA desde finales de la década de los 50 hasta finales de la década siguiente.

En esa misma época, equipos profesionales jugaron anualmente de costa a costa sufrió un bajón de popularidad a finales de la década de 1970, pero resucitó a través del crecimiento de la fama de sus jugadores más destacados: Larry Bird de los Boston Celtics y a Earvin Magic Johnson, de los Ángeles Lakers, se les atribuye haber transmitido emoción en la liga gracias a su mayor habilidad y a su rivalidad durante la década. A finales de la década de 1980 Michael Jordan de los Chicago Bulls ayudó a su equipo a dominar la NBA a comienzos de la década de los 1990. Una nueva generación de estrellas, como Shquille O'Neal, de Orlando Magic, y Larry Jonson, de los Charlotte Hornets, ha sostenido el aumento de la fama de la NBA ante millones de espectadores.

La problemática de los desconocimientos de los fundamentos del baloncesto, de los niños estudiantes del séptimo año de educación básica de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja” se ha hecho evidente a partir del año 2009, año en el cual se inicia un proceso de renovación constante de los niños, entrenadores y profesores de Cultura Fisca de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” por lo cual se han presentado las complicaciones antes mencionadas y asido interés de todos los integrantes el dar solución a este problema en su totalidad, por lo tanto es necesario fundamentar estos trabajos de investigación con una base metodológica que permita su correcta ejecución

FUNDAMENTACION FILOSÓFICA.

Desde un punto de vista Critico Constructivista, enfocando a las ciencias sociales, el cual desarrolla en el ser humano objeto de estudio, las cualidades necesarias para el cumplimiento cabal entrenamiento de los fundamentos del baloncesto garantizando su correcta preparación y su estabilidad social en el juego.

El objeto de esta investigación es presentar algunos principios, valederos en la vida particular en cuanto a la preparación. Se recomienda que todo niño preparador inicie con una definida filosofía deportiva, que le va a servir para cristalizar sus actitudes e inquietudes y guiarle en su forma de pensar, lo que traducirá del valor positivo de su preparación.

Es el entrenador el elemento más importante en el perfeccionamiento de su profesión. Cada preparador que se obliga con su esfuerzo a mejorar su trabajo por su porvenir.

Un entrenador debe poseer una visión objetiva del vacío que viene a llenar en el esquema deportivo - educativo con el fin de llevar a cabo su mejor trabajo. Los preparadores con frecuencia cometen errores solamente a enseñar el deporte de su especialidad, sin tomar en cuenta que es proceso educativo. Formar niños hoy y siempre. Es la primera misión del entrenador y después el baloncesto.

Citamos algunos valores que el entrenador debe enseñar.

- Equilibrio social, emocional, de la personalidad mental y moral.
- Juego de equipo, espíritu de colaboración.
- Respeto a la autoridad y el entorno donde se desenvuelve.
- Formación de buenos hábitos.
- Civismo.
- Equidad.
- Constancia.
- Libertad.
- Justicia.
- Creatividad.
- Orden.
- Dialogo.
- Tolerancia.
- Sinceridad.
- Responsabilidad.

Finalmente el entrenamiento y la preparación nos otorga el privilegio de

enseñar y exhortar la responsabilidad de guiar a los niños en sus años críticos de desarrollo espiritual, mental y físico es una gran oportunidad de servir, por lo tanto el preparador debe ser algo más que un simple preparador de baloncesto. Debe ser un formador de niños. En este sentido es un educador, un líder, un concejero y sobretodo un guía de los estudiantes.

FUNDAMENTOS DE BALONCESTO: Son ejercicios físicos y mentales que nos llevan al desarrollo, manejo y perfeccionamiento de aspectos técnicos, encaminados a aplicaciones tácticas del juego.

FUNDAMENTOS BASICOS: Driblen (Bote), pase, recepción, el pivote, tiro, el rebote, etc.

El Pívor.- Es el encargado de asegurar los rebotes en la defensa, y buscar en el ataque buenas posiciones cerca de la canasta para anotar con facilidad u optar al rebote ofensivo.

El Ala Pívor.- Es un jugador que por su estatura (Ala alto y bajo para jugar como Pívor), puede cumplir funciones de tirador y ayudar eficazmente en los rebotes defensivos y ofensivos.

El Pase.- Auténtico fundamento del juego, dado el carácter asociativo del baloncesto. Consiste en ceder la presión de la pelota de un compañero a otro.

La Recepción.- Es la toma de contacto con la pelota y supone un amortiguamiento de su velocidad.

El Rebote.- Movimiento continuo de la pelota o una persona con rechazo en el piso.

FUNDAMENTOS DE ALTO NIVEL: Se refiere al tiempo de trabajo y la aplicación de los fundamentos básicos en el juego.

LOS FUNDAMENTOS DE BALONCESTO LOS PODEMOS DIVIDIR EN DOS TIPOS:

- FUNDAMENTOS OFENSIVOS.
 - SIN BALON
 - CON BALON

- FUNDAMENTOS DEFENSIVOS.
 - SIN BALON
 - CON BALON

El Baloncesto es un deporte basado en la cooperación y oposición de sus miembros en aras de obtener un objetivo común: GANAR, sumar más puntos que el contrario y evitar que este los anote.

POSICIONES DE LOS JUGADORES

1.- BASE

2.- ALA (ESCOLTA)

3.- ALA

4.- POSTE

5.- PIVOT

POR CATEGORIAS:

1.- JUGADORES EXTERIORES (1, 2, Y 3).

2.- JUGADORES INTERIORES (4 Y 5).

Al base.- Se le encomienda la dirección del juego, suele ser el jugador(a) con mayor dominio del balón y si además posee carisma personal entre sus compañeros, puede ser el líder que todo equipo necesita, debe comunicarse con facilidad con el entrenador, ya que es el encargado de dirigir el equipo.

El Ala.- Recibe la responsabilidad de anotar puntos con tiros desde media y larga distancia o mediante entradas a la canasta.

El Escolta (Ala).- Ayuda al base a subir el balón hacia las posiciones ofensivas y sus características técnicas son una mezcla entre base y ala.

El Poste.- Es un(a) jugador(a) alto(a), que al igual que el Pívot, juega de espaldas al aro, pero posee mayor flexibilidad para salir de la zona y participar en el juego exterior del equipo.

Los jugadores participan en las dos grandes fases del juego:

OFENSIVA y DEFENSIVA

Adoptando según sus características físicas, psíquicas y técnicas, los diversos puestos específicos.

Técnica Individual Fundamentos sin Balón

Movimientos de pies

- ✓ Arrancadas
- ✓ Paradas
- ✓ Pivotes
- ✓ Cambios de dirección
- ✓ Cambios de ritmo

Los pies son la sujeción anatómica de todo el cuerpo. Cualquier movimiento del cuerpo implica una sustentación o un desplazamiento de los pies. Por esta razón, la ejecución ágil y eficaz de cualquier fundamento técnico pasa por una buena utilización y movimiento de los pies, lo que hace a esta parcela de la técnica individual básica para el desarrollo de otras habilidades.

1. Arrancadas: Es la acción de poner el cuerpo en movimiento hacia adelante de forma rápida mediante el impulso de un pie retrasado, al mismo tiempo que el otro pie va hacia adelante y el tronco se inclina para conseguir velocidad inmediata. La rapidez en la arrancada depende de la velocidad de reacción del jugador.

Podemos distinguir dos formas de arrancada:

Directa. El pie adelantado es el que corresponde a la dirección que vamos a tomar. Si salimos hacia la derecha, el pie derecho se adelantará y el izquierdo será de impulso. También se conoce como salida abierta.

Cruzada. Adelantamos el pie contrario a la dirección que vamos a llevar cruzándolo por delante del cuerpo. Si salimos por la derecha adelantamos el izquierdo cruzándolo hacia el lado derecho del cuerpo. También se conoce como salida cruzada.

2. Paradas: El jugador en movimiento se detiene de forma inmediata con el fin de realizar cualquier fundamento posteriormente. El éxito de esta acción posterior depende de la calidad de la parada.

Hay dos formas de parar:

En un tiempo. Los dos pies contactan con el suelo al mismo tiempo. Al dar el paso anterior a la parada dejamos el tronco ligeramente atrasado para compensar la inercia del cuerpo. Damos un salto hacia adelante de poca elevación, casi a ras del suelo, y los pies deslizan sobre el suelo en el

momento del contacto. Los pies han de quedar paralelos y separados el ancho de los hombros con las piernas ligeramente flexionadas por las rodillas. Los pies estarán a la misma altura o uno levemente adelantado.

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

El tiro

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

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

El tiro en suspensión

Es el más útil en el juego estático para realizar este tipo de tiro tenemos que colocar el brazo derecho formando un ángulo recto con el pecho, el codo también tiene que formar otro ángulo recto. Los dedos de la mano tienen que estar apuntando a la frente y a una distancia de unos cuatro dedos en horizontal de la misma, también tienen que estar lo más abiertos posibles, pero la pelota solo tocará la yema de estos y nunca la palma de la mano. El dedo de la mano izquierda y el de la mano derecha tienen que formar una T, pero los dedos tienen que tener unos centímetros de separación. Las piernas tienen que tener una abertura igual que la altura de tus hombros, sino tendrás poco equilibrio en el salto (piernas muy juntas) o perderás potencia en el mismo (piernas muy separadas) y el salto que debe realizarse es hacia arriba.

Después es importante que el movimiento de piernas, brazos, y muñeca sea fluido. Cuando llegemos al punto más alto del salto extenderemos el brazo derecho hacia arriba, no para los lados o para delante, mientras que la mano izquierda se separa del balón, una vez extendido el brazo realizaremos un golpe seco de muñeca, el cual impulsará el balón hacia la canasta y producirá una rotación del balón. Y nos tenemos que quedar en esa posición hasta tocar suelo. En el tiro el balón no tiene que ir ni muy alto ni en línea recta. Y tenemos que apuntar a la parte más cercana a nosotros del aro.

El tiro en suspensión saltando hacia atrás

Es una variante del tiro en suspensión pero que como su nombre indica el salto tiene que ser hacia atrás. Este salto es muy útil si tenemos la necesidad de alejarnos de nuestro defensor para tirar. Una recomendación es que se realice sólo si estamos cerca del aro puesto que se necesita más fuerza de brazo para alcanzar la canasta y este esfuerzo nos puede desviar nuestro tiro.

El tiro en suspensión con rotación

Es uno de los más difíciles de meter puesto que en un principio tenemos que estar de espaldas, después realizar un giro rápido que nos puede desorientar y entonces realizar el tiro en suspensión. El giro se puede realizar hacia adentro, es decir, cuando elegimos un pie de pivote y giramos sobre este, lo hacemos pasando el otro pie más cerca de canasta, también se puede realizar hacia fuera, en este caso cuando giramos sobre el pie de pivote el otro pasa más alejado de canasta. En mi opinión el más fácil y útil es con giro hacia fuera puesto que nos alejamos del defensor y podemos ver si tenemos espacio para realizarlo.

La entrada

Este tipo de tiro es el que más se utiliza en los contraataques o si te consigues ir de tu defensor por velocidad. Para realizar la entrada primero tienes 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 estés del aro más fácil te resultará encestar. En todo momento tenemos que tener el balón bien sujeto con las dos manos si no el contrario puede quitárnoslo con mayor facilidad. Bueno hemos llegado a la parte en la que comenzamos a elevarnos, en ese momento subimos el balón (con las dos manos) a la altura de la frente aproximadamente y ya podemos tirar.

El tiro que podemos realizar en esta posición es de dos formas, como un tiro en suspensión (ver 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 impulsaremos 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 conseguiremos que la pelota suba o que tenga mucho efecto y el balón salga despedido cuando toque el tablero cuando realicemos 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 quitárnosla. 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 hombre 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 tenemos que tirar puesto que así tenemos los dos puntos y un tiro adicional a nuestro favor, si logramos meter la canasta

La entrada a aro pasado

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

forma cuando sobrepasemos el aro no nos salgamos de la pista, por lo general se realiza en paralelo a la línea de fondo. Los pasos de entrada se realizan de la misma forma que en la entrada normal, pero en esta ocasión el impulso no tiene que ser totalmente hacia arriba, pues entonces nos sobrepasaríamos el aro y cuando tirásemos el balón golpearía en este cuando saltemos extenderemos el brazo hacia delante y arriba e impulsaremos el balón con la muñeca hacia el mismo lado del que veníamos, si nos acercábamos por la derecha el balón lo tendremos que lanzar hacia la derecha y darle un pequeño efecto hacia el mismo lado para que cuando toque el tablero salga en dirección al aro.

El tiro de gancho

El tiro de gancho es un lanzamiento que solo se puede realizar a corta distancia, para efectuarlo tenemos que colocarnos de lado de la canasta. Después colocamos el brazo extendido hacia el lado contrario de la canasta y lo levantamos, siempre extendido, hasta encima de nuestra cabeza donde realizaremos un movimiento de muñeca que llevará el balón hacia el aro

El medio gancho

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

El tiro a tablero es, por definición, un lanzamiento no directo al aro cuyo destino es una superficie lisa que permite amortiguar el impacto del balón y, al mismo tiempo, corregir su dirección hacia el objetivo deseado. Este tipo de lanzamiento requiere del jugador el dominio de una mecánica muy específica. Debe automatizar una serie de movimientos y dominar el tiempo ya que el tiro a tablero al ser menos parabólico y ejecutarse normalmente desde posiciones más cercanas al aro es, sobre el papel, más fácil de taponar. Esto sólo se consigue dedicando horas y horas de entrenamiento. Pero esto último no justifica su declive.

Las ventajas de este tipo de lanzamiento son indudables. Nadie mejor que George Yardley, extraordinario jugador de la década de los cincuenta y miembro del Hall o Fame para contárnoslo. Yardley, como otros muchos jugadores de su época utilizaba el tablero profusamente. Al respecto de este recurso decía: “el tiro a tablero me permite lanzar la bola con más fuerza sin perder eficacia. Aunque la distancia no sea la adecuada, si el balón toca el tablero en el punto idóneo será canasta”

Este ejemplo ilustra un hecho esencial si pretendemos analizar el juego desde sus fundamentos. ¿Por qué hacerlo más difícil si puedes hacerlo más fácil? Pensemos en dos jugadores que han utilizado el tablero de manera muy diferente: Tim Duncan y Tracy McGrady. El primero como punto de apoyo cuando lanza desde tres o cuatro metros, situación en la que alcanza una efectividad asombrosa. El segundo como recurso para auto asistirse antes de un mate lo que le ha convertido en especialista de un tipo de jugada que siendo muy espectacular no es recomendable pues las posibilidades de que el balón acabe dentro del aro (objetivo final del juego, no lo olvidemos) son mínimas.

PROCESO COMPETITIVO

En el proceso competitivo lo más importante es Construir un proceso de enseñanza-aprendizaje óptimo es el objetivo al que se enfrentan los profesores y entrenadores. El logro de este objetivo depende en gran medida de su intervención pedagógica, de su capacidad para diseñar tareas de aprendizaje que, respetando las características propias que debe tener un aprendizaje para ser significativo, estén fundamentadas en los conocimientos que nos brindan las distintas áreas relacionadas con el proceso de enseñanza y aprendizaje de habilidades deportivas; aprendizaje y desarrollo motor, psicología evolutiva, psicología cognitiva, pedagogía, didáctica, fisiología, neurología, biomecánica,...

‘Iniciación al baloncesto. Consideraciones para una enseñanza eficaz’ ahonda en el conocimiento actual de las mencionadas áreas con la intención de provocar en el profesor o entrenador, considerando la diferenciación existente

respecto al ámbito de su campo de actuación, una reflexión respecto al qué enseñar y al cómo enseñar. Analiza para ello las características del juego y los dos modelos metodológicos imperantes, el modelo comprensivo (propio del ámbito educativo) y el modelo técnico o tradicional (propio del modelo competitivo o federado), mostrando los aspectos positivos y negativos que tiene cada uno de ellos para su adopción en el ámbito educativo o en el ámbito competitivo.

En la actualidad un sinnúmero de interrogantes aparecen en función de exponer o no a los niños a los efectos de la competición. Existen posturas claramente definidas al respecto, se encuentran por un lado aquellos que sostienen que es ampliamente nociva la competición a edades tempranas y por otra parte, hay quienes consideran que es la única forma posible de que el deportista se acostumbre a la presión de la competición y le pueda resultar satisfactorio.

Personalmente considero que existe una confusión en principio conceptual acerca de que es la competición, como se puede buscar la competitividad en los niños, y esencialmente como cada uno de los procesos que los niños atraviesan se ven claramente influenciados por los reforzadores externos, que terminan configurando la afectividad o no del proceso.

Personalmente considero que resulta más operativo utilizar el enfoque de la Evaluación Social que realiza Martens acerca de la competición, el cual considera que la competición es algo más que un suceso único, sino que implica un proceso que abarca varios estadios o fases:

1. Situación Competitiva Objetiva.
2. Situación Competitiva Subjetiva.
3. Respuesta.
4. Consecuencias.

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

Por su parte, la fase de competitiva subjetiva es clave y consiste en el modo en que la persona percibe, acepta y valora la situación competitiva objetiva. Factores tales como capacidad percibida, la motivación, la importancia de la situación competitiva y el adversario pueden influir claramente en la evaluación subjetiva del entorno competitivo. El desarrollo de una correcta capacidad de evaluación de la situación competitiva objetiva determinará un estilo de deportista con motivación para el logro, o competitivo.

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

Luego de la respuesta comienza la fase final es decir la comparación de la respuesta del deportista con el patrón de comparaciones. En función de esto las consecuencias normalmente suelen ser positivas o negativas, las cuales suelen asociarse con éxito o fracaso. No obstante es más importante la percepción que el deportista tiene de sus resultados que las consecuencias objetivas. Es decir que si el deportista considera que ha elevado su nivel de ejecución, por más que no haya ganado, posiblemente las consecuencias continúen siendo positivas y actúen como incentivo o motivadoras para próximas situaciones competitivas.

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

En función del modelo de Evaluación Social aquí presentado, existen dos fases en función de las cuales debemos trabajar ayudando a los niños y son las fases 2 y 4. Una correcta evaluación de la situación competitiva objetiva y

consecuencias adecuadas perfilarán sin duda un estado competitivo en los niños deportistas.

La evaluación de la situación competitiva depende en gran manera de la capacidad percibida que tenga el niño acerca de sí mismo. Si el niño considera que puede dominar o no el evento es lo que lo llevará a participar o tenderá a evitar la competición. Ineludiblemente deben existir programaciones cognitivas, a nivel mental de forma tal que posibilite que cada niño encuentre en la competencia una posibilidad de aprendizaje más que una amenaza que atenta contra su capacidad deportiva.

Existen mayoritariamente dos estilos formativos en la progresión deportiva del niño, uno es orientado a la ejecución mientras que el restante es orientado al resultado. Resulta necesario remarcar que es imprescindible que la mejor orientación motivacional es aquella orientada hacia la ejecución.

La misma se caracteriza por la orientación de la persona hacia el esfuerzo por conseguir sus metas, con persistencia a pesar de los fracasos y con la sensación de orgullo por las ejecuciones realizadas. Este estado motivacional de logro en el ámbito deportivo se conoce como competitividad.

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

¿Cómo se configura la competitividad? ¿Qué debemos hacer?

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

Entonces a partir de lo aquí expuesto es que tenemos que tratar el tema de las recompensas, los premios y los castigos. Ya sea por parte del entrenador o por

parte del entorno es esencial premiar el esfuerzo por competir, por mejorarse y olvidarse de castigar por resultados adversos. Habitualmente suele suceder que el viaje de ida es placentero y el viaje de vuelta de la competición resulta un verdadero calvario.

Desde ahí se puede trabajar para formar la competitividad de los deportistas infantiles, premiando sus ejecuciones independientemente del resultado. Trabajando en función de sus ejecuciones mucho más que en función de los resultados obtenidos, de lo contrario pueden llegar a encontrarse con varios deportistas adolescentes totalmente frustrados y alejados de la práctica activa, dado que al ser desarrollados precoces a edades tempranas obtenían muchos resultados y eran constantemente premiados. El riesgo es cuando se equiparan las capacidades físicas y desaparecen los premios, en consecuencia desaparece el placer por la práctica de la actividad.

Técnicamente este proceso suele conocerse como agotamiento emocional, y es el producto de castigos por la falta de resultados.

En función de lo expuesto queda planteada la pregunta ¿la competición es buena o es mala? Personalmente considero que la competición es un proceso social, que no es buena ni es mala en sí, sino que depende de los reforzadores que se le apliquen, de la orientación que le otorguen los agentes del contexto deportivo. Mucha gente obtuvo gran placer por competir de la misma forma que otra obtuvo frustración y displacer.

Considero que la práctica deportiva al igual que la educación son un proceso social en sí, y que la idea central para mantener y consolidar estos procesos no debe ser únicamente obtener doctorados ni maestrías sino asegurarse que la educación inicial cuente cada vez con más participantes.

Es este el desafío que nos queda planteado a todos aquellos que formamos parte del entorno deportivo, no sólo lograr formar campeones sino conseguir que la base de la pirámide deportiva resulte cada vez más grande.

Antes de tomar una posición definitiva en torno a la aceptación o negación de la competencia en niños deportistas, es oportuno revisar qué es la competición, y esencialmente cómo cada uno de los procesos que los niños atraviesan se ven

claramente influenciados por los reforzadores externos que terminan configurando lo acertado o no del proceso. La situación competitiva objetiva es el desafío de la prueba propiamente dicho. Por su parte, la fase de competitiva subjetiva es clave y consiste en el modo en que la persona percibe, acepta y valora la situación competitiva objetiva. Factores tales como capacidad percibida, la motivación, la importancia de la situación competitiva y el adversario pueden influir claramente en la evaluación subjetiva del entorno competitivo. Una vez que la persona ha evaluado la situación decide si participar en ella o no, iniciando la tercera fase del proceso de competición que es la respuesta. La misma se da en niveles conductuales, fisiológicos y psicológicos. Luego de la respuesta comienza la fase final es decir la comparación de la respuesta del deportista con el patrón de comparaciones. En función de esto las consecuencias normalmente suelen ser positivas o negativas, las cuales suelen asociarse con éxito o fracaso. No obstante es más importante la percepción que el deportista tiene de sus resultados que las consecuencias objetivas. Es decir que si el deportista considera que ha elevado su nivel de ejecución, por más que no haya ganado, posiblemente las consecuencias continúen siendo positivas y actúen como incentivo o motivadoras para próximas situaciones competitivas. Pero también hay que tener en cuenta otro aspecto en esta fase final, especialmente en el deporte infantil, y es la valoración de los terceros cercanos al deportista. El entrenador, los padres, los amigos o familiares puedan transformar una valoración positiva del deportista en una catástrofe emocional. Suele encontrarse en ocasiones que parte del entorno del deportista vivencia cada derrota de su niño como un fracaso catastrófico. Indudablemente esta sensación desencadena emociones negativas en el deportista y lo único que propicia es la evitación de la situación competitiva.

¿Cómo se configura la competitividad?

¿Qué debemos hacer?

Practicar deporte o en su defecto realizar actividades físicas, es un elemento primordial en la formación del ser humano. Así lo afirma Vera Guardia (1977), quien opina que "el deporte, en sus manifestaciones como práctica para

todos y como DEPORTE DE COMPETENCIA, contribuye de manera esencial al desarrollo integral del ser humano. Asimismo la salud, agente indispensable en el bienestar del individuo y parte integrante de la calidad de vida, es, sin duda, uno de los grandes favorecidos de la práctica deportiva".

Los problemas de salud y la frecuente pérdida de valores éticos y morales, hacen que el deporte deje de ser una simple actividad y se convierta en una exigencia a la población, dado el reconocimiento de sus facultades para contribuir a recuperar en el ser humano, la pérdida del equilibrio biosicofísico, ocasionada por el sedentarismo sociocultural de masas. Uno de los conceptos que se maneja en cuanto a la función socio integradora del deporte, afirma que la práctica de alguna actividad deportiva une a personas de distintas capas sociales, de diferentes grupos de la sociedad y diversos países en un colectivo nacional; el deporte crea una conciencia común.

Por otra parte, el deporte impone además de los valores tradicionales, otros que son elementos estructurales de la sociedad moderna, como motivación, rendimiento, capacidad de planear el futuro, igualdad de oportunidades en la competencia, conciencia democrática, planeación basada en conocimientos científicos, racionalización y economicidad.

Por medio del deporte, el individuo aprende a conducirse a sentir, pensar y a responder de acuerdo a un determinado fin; su práctica diaria ayuda al entrenamiento y continuidad en el deporte, se constituye en un acompañante del desarrollo y crecimiento del individuo, del colectivo y de la sociedad.

El deporte competitivo como una de las manifestaciones del deporte, lo vemos como un medio inter-dependiente, de las acciones integrales orientadas al desarrollo humano, a mejorar la calidad de vida y formar parte importante y determinante de la socialización, salud y educación de los individuos.

Por sus características, se constituye en un proceso estratégico para la generación de modelos sociales que representan una cultura de logro, de superación, de constancia, sacrificio y esfuerzo para alcanzar objetivos socialmente deseables.

Por ello, el deporte se presenta como una alternativa aceptada plenamente por la juventud y en general por la misma sociedad. Si bien es cierto que la sociedad deportiva es jerarquizada, sus propios valores son superiores, a los basados en la mera tenencia de bienes materiales.

A esto debemos unirle que el deporte sirve para ayudar a modificar la sociedad, por sí solo no la modifica, pero sirve para hacerla más compacta. Compartiendo estímulos, emociones e ilusiones las gentes se unen y no se desunen.

Cuando se juega, cuando se compete, las diferencias sociales entre el compañero y el contrincante, desaparecen en los recintos o el centro deportivo. Siguiendo la frase de Heywood Hale (periodista deportivo), el deporte y la competición, no construyen el carácter, lo revelan. Yo diría más, no solo nos muestran el carácter del niño sino que lo afirman. En muchas ocasiones sirve para marcar las diferencias entre los niños, donde los menos preparados o con un desarrollo más lento estarán en el banquillo y los que tienen mejores cualidades, tendrán más oportunidades de mejorar.

Por otro lado está la exigencia de padres y entrenadores sobre la consecución de resultados. Se da la exaltación del triunfo y no se prepara para la derrota. Muchas veces los niños ganan las competiciones para los mayores.

Uno de los aspectos más importantes en la etapa de iniciación deportiva debe ser la formación. Deberíamos buscar los factores socializadores del deporte, buscar la cooperación en los deportes colectivos, la superación individual y evidentemente, la mejora en el desarrollo físico y psicológico de los niños. Y como niños que son, mediante actividades que no dejen de lado el componente lúdico. Como nos decían en Magisterio, *el niño no es un pequeño hombre*. Si el niño tiene cualidades en esa práctica deportiva podremos orientar su preparación, atendiendo a las fases sensibles del desarrollo y sin quemar etapas.

En un contexto como el educativo, el desarrollo de la competitividad genera mucho interés y preocupación por parte de los padres. Ellos se debaten entre la disyuntiva conformada por el mundo competitivo en el que sus hijos

viven y el deseo de que sus hijos tengan un desarrollo feliz y sin mayores presiones, por lo menos durante la etapa escolar. Esto último no implica, como creen algunos, que luego no puedan tener la capacidad competitiva desarrollada.

El deporte hoy en día mueve el interés de millones de personas alrededor del mundo globalizado, así como muchos millones de dólares y se vuelve cada vez más competitivo y duro. Esta competitividad muchas veces es trasladada innecesariamente a los deportistas de los colegios haciendo parecer la práctica deportiva una guerra cuando su fin es justamente recrear, divertir, formar lazos de amistad, compañerismo, formar una moral e instaurar valores. Cuando se aplica de esta manera lo único que hace es generar estrés y ansiedad, lo cual lleva a una disminución de la diversión en la práctica deportiva y puede llegar, incluso, a generar una serie de malestares físicos y psicológicos. El fin de los colegios no es conseguir premios deportivos sino formar personas, y parte importante de esta formación incluye la práctica deportiva tanto recreativa como competitiva.

El deporte no puede estar separado de la educación. Si queremos mejores deportistas necesitamos formar mejores seres humanos. Si la educación mejora, inevitablemente, lo hará el deporte, ya que lo hará más responsable, comprometido, ampliará su criterio para tomar decisiones, etc., el progreso y éxito de una va unida a la otra. El deporte en el ámbito educativo es tan importante como las materias regulares como comunicación integral, matemáticas, etc., porque contribuye a la formación integral del alumno así como lo hacen las artes.

El deporte establece y brinda una serie de herramientas a los chicos que les serán útiles y de mucha importancia en el futuro, como son la disciplina, perseverancia, espíritu de lucha, superación de sí mismos, respeto a la autoridad, tolerancia a la frustración, confianza, autoestima, salud, calidad de vida, ética de trabajo y vida, etc.

LAS ETAPAS:

En el deporte nacional observamos como erróneamente se exige un alto nivel de competitividad y obtención de grandes resultados en estadios muy tempranos. Se organizan campeonatos competitivos de 6, 8, 10 y/o 12 años, edades en las cuales el deporte debe ser netamente recreativo y formativo (tanto en la parte emocional, física y técnica), para ir instaurando bases sólidas en la formación completa e integral del niño dentro del deporte: aspectos técnicos (de acuerdo a cada deporte), aspecto físico (coordinación, resistencia, velocidad y más adelante la fuerza), fortalecimiento de la vida emocional del niño (autoestima, confianza, personalidad, competitividad, entre otros) y la instauración de normas, disciplina, valores, moral, ética, perseverancia, tolerancia a la frustración, etc.

Se debe resaltar que no se debe promover ni fomentar la competitividad en los chicos menores de trece años de edad, se debe estimular únicamente la práctica por diversión y los entrenadores deben hacer que todos los chicos jueguen. En estos estadios lo único que interesa es la diversión lúdica (a la par que van aprendiendo como jugando las técnicas) y no los resultados deportivos.

Hay etapas de desarrollo físico y psicológico que deben respetarse y esperarse, no se pueden apresurar, llegan cuando tienen que llegar y el intentar acelerar este proceso (porque no se puede apresurar) lo que podrá ocasionar son lesiones, burnout (fenómeno psicológico de saturación), estancamiento deportivo, aburrimiento, etc. Recién después de los trece años de edad aproximadamente se puede comenzar a trabajar y fomentar la competitividad en los jóvenes sin dejar nunca de lado la diversión. Es recién a partir de los 13 años aproximadamente (recordemos la individualidad de cada sujeto por lo que esto puede adelantarse o retrasarse) cuando debe comenzarse a trabajar y exigir la competitividad como proceso, no puede ser intempestivamente, sino de manera paulatina. No puede pedírsele a un bebé que corra antes de caminar o a un niño que escriba antes de leer (además a nadie se le ocurre hacerlo). Cada etapa tiene su momento, y no se pueden “saltar” o “quemar”, así lo deseen con todas las fuerzas, el joven, padres y/o entrenadores.

El desarrollo académico puede homologarse con el deportivo. Existen etapas psicológicas, evolutivas y de desarrollo que se respetan. Hay una edad para aprender a caminar, una edad para aprender a leer, otra para las ecuaciones y demás operaciones matemáticas, etc. En el deporte es exactamente igual: primero se debe trabajar el aspecto psicomotriz, la coordinación y otros áreas, no se puede introducir una fuerte carga de trabajo de potencia a chicos de 8 o 10 años, ocasionaría lesiones y atentaría contra el crecimiento, esto en lo referente a lo físico, de igual manera con lo psicológico. Por eso la importancia de los juegos menores, juegos libres sin una estructura definida y juegos pre deportivos, juegos de forma poco estructurada que van familiarizando a los pequeños con las actividades deportivas, creando en ellos el gusto por la actividad física y el deporte, incrementado su confianza en si mismo, su autoestima y el gusto por divertirse por la actividad misma, obteniendo una recompensa intrínseca y el fin justamente sería la actividad deportiva. El deporte es y debe ser juego y diversión (esto hasta en las más altas esferas competitivas, lamentablemente esto muchas veces no sucede así). Si antes de que esté instaurado ese amor por el trabajo físico y el deporte, se comienza insistir en la competitividad, presión por ganar y conseguir éxitos se podría ir matando a un potencial deportista.

f. METODOLOGIA

MODALIDAD BASICA DE LA INVESTIGACION.

El problema de la investigación es un enfoque predominante, cuál- cuantitativo el cual es un método establecido para estudiar de manera científica una muestra reducida de los objetivos investigados.

Dentro de la modalidad básica de la investigación, hemos tomado en cuenta los siguientes:

DE CAMPO:

El presente trabajo de investigación de campo se realizó en el mismo lugar, en el que sucede el fenómeno investigado, tomando contacto con la realidad, para tener la información de acuerdo a las variables, a los objetivos y la hipótesis planteada.

DOCUMENTAL BIBLIOGRAFICA:

Se utilizó la consulta bibliográfica por que se amplió y se profundizo las conceptualizaciones y criterios a partir de diversos autores basándose en fuentes primarias como libros, revistas, periódicos, internet.

Logrando de esta manera información de acuerdo con los objetivos del proyecto como son:

- Lograr que los estudiantes se valoren y se respeten a sí mismo,
- Crear un clima de confianza y amistad en la práctica del baloncesto
- Fomentar las relaciones interpersonales en el grupo.

- Facilitar una integración de alumnos-maestros y directivos en la Institución.
- Identificar cualidades y valores a nivel personal, grupal y familia.

NIVEL O TIPO DE INVESTIGACION. EXPLORATORIA, FUNDAMENTAL Y BIBLIOGRAFICA.

El tipo de investigación realizaré será una investigación participativa debido a la técnica de encuesta (recolección de la información) la misma que lo realizaremos en forma directa en los niños de séptimo año de Educación Básica la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja”.

Este tipo de investigación nos permitirá adecuarnos al entorno y así poder llegar al cumplimiento de los objetivos propuestos por esta investigación.

Para poder realizar esta investigación se ha determinado un tiempo aproximado de cinco semanas, lo suficiente en cuanto al tiempo para obtener resultados satisfactorios con los estudiantes, y que estos nuevos conocimientos adquiridos quede impregnado en los mismos para siempre.

POBLACION Y MUESTRA

La población está dirigida a 50 estudiantes del séptimo año de Educación Básica y 2 profesionales de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa” del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja”,

OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

Variable independiente.- DESCONOCIMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO.

CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS BASICO	TECNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Los Fundamentos son la base, de una buena técnica individual, que permiten realizar acciones propias del juego, con una adecuada preparación física, y sin transgredir las reglas del juego. Evidentemente tampoco podríamos hacer baloncesto sin una buena ejecución de las técnicas, ya que son la base, el origen de donde parte cualquiera que desee practicar la disciplina del baloncesto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Técnica individual 	<p>Arrancadas, paradas, pivotes.</p>	<p>¿Cree Ud. Que es importante la técnica individual?</p>	<p>ENCUESTAS CUESTIONARIO</p>
	<ul style="list-style-type: none"> Preparación física 	<p>Sin balón con balón.</p>	<p>¿Le gustaría practicar el baloncesto?</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> Reglas de juego 	<p>Campo de juego, material de juego, árbitros y entrenadores.</p>	<p>¿Considera Ud. Que el baloncesto es un deporte difícil?</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> Técnicas 	<p>Cambios de dirección, cambios de ritmo.</p>	<p>¿Cree Ud. Que para la práctica del baloncesto es necesario una correcta ejecución de los fundamentos?</p>	

POBLACION Y MUESTRA.

CUADRO N: 1

POBLACION	MUESTRA	TOTAL
PROFESORES	2	2
ESTUDIANTES	50	50

PLAN DE RECOLECCION DE LA INFORMACION.

PREGUNTAS	EXPLICACION
1.- ¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos propuestos en la presente investigación.
2.- ¿A qué personas está dirigida?	Profesores, estudiantes
3.- ¿Sobre qué aspectos?	Sobre el desconocimiento de los fundamentos del baloncesto.
4.- ¿Quién investiga?	Investigador: Wilmer Torres
5.- ¿Cuándo?	Noviembre – Mayo 2014
6.- ¿Lugar de recolección de la información?	IF “La Dolorosa”
7.- ¿Cuántas veces?	A 50 estudiantes y 2 profesores
8.- ¿Qué técnicas de recolección?	Encuestas.
9.- ¿Con que?	Cuestionarios.
10.- ¿En qué situación?	En la escuela porque existió la colaboración por parte de los involucrados.

HIPOTESIS.

El desconocimiento de los fundamentos del baloncesto influye notoriamente en los niños del séptimo año de Educación Básica de la Institución Fiscomisional “La Dolorosa”, para que no obtengan resultados positivos en las competencias deportivas del Cantón Chaguarpamba, Provincia de Loja,

SEÑALAMIENTO DE VARIABLES.

VARIABLES INDEPENDIENTES

Desconocimiento de los fundamentos del baloncesto.

VARIABLES DEPENDIENTES

En el proceso competitivo.

g. CRONOGRAMA

Año: 2013-2014

ORDEN	TIEMPO	Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero				Marzo				Abril				Mayo				Junio				Julio		
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3
1	Presentación del proyecto, revisión y aprobación				x	x	x																													
2	Elaboración del referente teórico																																			
3	Diseño de instrumentos de investigación									x	x	x	x																							
4	Recopilación de la información de campo													x	x	x																				
5	Tabulación de datos																	x	x																	
6	Análisis de resultados																					x	x	X												
7	Inferir conclusiones y recomendaciones																									x	X			X						
8	Primer borrador del informe																													x	X					
9	Presentación del informe																																	X		
10	Defensa de la tesis																																		x	X

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

Recursos humanos

- *Director de tesis.*
- Investigador: Wilmer E. Torres Riofrío
- Docentes de Inst. Fiscomisional “ La Dolorosa”
- Estudiantes Séptimo Año de Inst. Fiscomisional “ La Dolorosa”

Recursos materiales

- Material bibliográfico
- Útiles de escritorio
- Computadora
- Diskettes, Cd, Internet, USB.
- Guías de Organización y Planificación Educativa en Cultura Física
- Cámara fotográfica.

Presupuesto

➤ Bibliografía	200.00
➤ Material de escritorio	700.00
➤ Movilización y transporte	200.00
➤ Levantamiento del texto	250.00
➤ Aranceles, derechos	250.00
➤ Imprevistos	200.00
TOTAL:	1.800.00

Financiamiento

➤ Recursos propios	1.800.00
TOTAL:	1.800.00

i. BIBLIOGRAFÍA

- ✓ Beltrán, O. (1992) 1250 ejercicios y juegos en baloncesto. Tomo 2.
- ✓ Buceta, J.M. (1993) Algunas consideraciones sobre el entrenamiento y la dirección técnica en los deportes de equipo de elite. Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
- ✓ Paredes Morales Marco, Técnica y táctica del baloncesto.
- ✓ De la Paz Rodríguez, Pedro Luis, Baloncesto la ofensiva, edición 1987
- ✓ MsC. Castro Washington, Modulo de los Fundamentos Técnicos del baloncesto, 2007.
- ✓ BUCETA, José María. Psicología del Entrenamiento Deportivo. Editorial Dykinson-psicología. 1998.

- ✓ •GOULD, Daniel y WEINBERG, Robert. Fundamentos De Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico. Editorial Ariel Psicología. . 1996.
- ✓ WILLIAMS, Jean. Psicología Aplicada al Deporte. Editorial. Madrid. 1991.
- ✓ Importancia del Deporte Competitivo Jorge Antonio Muñoz Guillén.
- ✓ Caravedo Molinari, L. (2003). Conferencia:

WEBGRAFIA

- ✓ <http://www.tiquicia.com/columnas/deportes/014q20401.asp>
- ✓ <http://www.efdeportes.com/efd49/estatis.htm>.
- ✓ <http://www.efdeportes.com/efd54/basq.htm>.
- ✓ <http://www.efdeportes.com/efd49/estatis.htm>.
- ✓ <http://www.efdeportes.com/efd54/basq.htm>.
- ✓ www.planetabasketball.com/



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACION EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA**

Estimado Estudiante:

Como egresado de la licenciatura en Ciencias de la Educación carrera de Cultura Física de la Universidad Nacional de Loja, me encuentro realizando el proyecto de tesis denominado: **“EL DESCONOCIMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO, INFLUYE EN EL DESARROLLO COMPETITIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACION BASICA DE LA INSTITUCIÓN FISCOMISIONAL “LA DOLOROSA” DEL CANTÓN CHAGUARPAMBA, PROVINCIA DE LOJA”**

El objetivo es obtener pautas, que permitan ayudar a la solución de esta problemática, por lo que le solicitamos brindar la información solicitada

ENCUESTA DIRIGIDA A: ESTUDIANTES.

1 ¿Le gustaría practicar el baloncesto?

- SI ()
- NO ()

2 Cree Ud. Que es importante conocer la técnica individual para la práctica del baloncesto?

- SI ()
- NO ()

3 ¿Considera Ud. Que el baloncesto es un deporte difícil?

- SI ()
- NO ()

- 4 ¿Cree Ud. Que para la práctica del baloncesto es necesario una buena ejecución de los fundamentos?
- SI ()
 - NO ()
- 5 ¿Cree Ud. alcanzar un rendimiento óptimo en el juego del baloncesto?
- SI ()
 - NO ()
- 6 ¿Es aconsejable utilizar dinámicas en el aprendizaje del baloncesto?
- SIEMPRE ()
 - NUNCA ()
 - FRECUENTEMENTE ()
- 7 ¿Considera necesario profundizar la utilización de juego recreativo en la práctica del baloncesto?
- SI ()
 - NO ()

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACION EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA**

Sr(a). Docente(s):

Como egresado de la licenciatura en Ciencias de la Educación carrera de Cultura Física de la Universidad Nacional de Loja, me encuentro realizando el proyecto de tesis denominado: **“EL DESCONOCIMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO, INFLUYE EN EL DESARROLLO COMPETITIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACION BASICA DE LA INSTITUCIÓN FISCOMISIONAL “LA DOLOROSA” DEL CANTÓN CHAGUARPAMBA, PROVINCIA DE LOJA”**

El objetivo es obtener pautas, que permitan ayudar a la solución de esta problemática, por lo que le solicitamos brindar la información solicitada

ENCUESTA DIRIGIDA A: PROFESORES.

1 ¿Le gustaría enseñar el baloncesto a sus alumnos?

- SI ()
- NO ()

2 ¿Cree Ud. Que es importante que los estudiantes conozcan las técnicas individuales del baloncesto?

- SI ()
- NO ()

3 ¿Considera Ud. Que el baloncesto es un deporte difícil para los estudiantes?

- SI ()
- NO ()

4 ¿Cree Ud. Que para la práctica del baloncesto es necesario una buena ejecución de los fundamentos?

- SI ()
- NO ()

5 ¿Cree Ud. alcanzar un rendimiento óptimo en los estudiantes con la práctica del baloncesto?

- SI ()
- NO ()

6 ¿Es aconsejable utilizar dinámicas en el aprendizaje del baloncesto?

- SIEMPRE ()
- NUNCA ()
- FRECUENTEMENTE ()

7 ¿Considera necesario profundizar la utilización de juego recreativo en la práctica del baloncesto?

- SI ()
- NO ()

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXOS





ÍNDICE

PORTADA	i
CERTIFICACIÓN	ii
AUTORÍA	iii
CARTA DE AUTORIZACIÓN	iv
AGRADECIMIENTO	v
DEDICATORIA	vi
ÁMBITO GEOGRÁFICO	vii
MAPA GEOGRÁFICO	viii
ESQUEMA DE CONTENIDOS	ix
a. Título	1
b. Resumen	2
Summary	3
c. Introducción	4
d. Revisión de Literatura	7
e. Materiales y Métodos	34
f. Resultados	37
g. Discusión	51
h. Conclusiones	53
i. Recomendaciones	54
j. Bibliografía	80
k. Anexos	81
Proyecto	81