



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

## FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA FECYT

### CARRERA: LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

### INFORME FINAL DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

### MODALIDAD: PRESENCIAL

#### TEMA:

“Estudio de las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2020”.

#### **Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado/a en Educación Física.**

**Línea de investigación:** Gestión, calidad de la educación, procesos pedagógicos e idiomas

**Autor:** Josebeth Nicole Almeida Bustamante

**Director:** MSc. Álvaro Fabián Yépez Calderón

Ibarra - enero - 2021



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

## BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

### AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

#### 1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
<b>CÉDULA DE IDENTIDAD:</b>	100411267-6		
<b>APELLIDOS Y NOMBRES:</b>	Almeida Bustamante Josebeth Nicole		
<b>DIRECCIÓN:</b>	Atuntaqui		
<b>EMAIL:</b>	nicolalmeida55@gmail.com		
<b>TELÉFONO FIJO:</b>	062530916	<b>TELÉFONO MÓVIL:</b>	0967371556

DATOS DE LA OBRA	
<b>TÍTULO:</b>	“Estudio de las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2020”.
<b>AUTOR (ES):</b>	Almeida Bustamante Josebeth Nicole
<b>FECHA:</b>	19-02-2021
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
<b>PROGRAMA:</b>	<input checked="" type="checkbox"/> <b>PREGRADO</b> <input type="checkbox"/> <b>POSGRADO</b>
<b>TITULO POR EL QUE OPTA:</b>	Licenciatura en Educación Física
<b>ASESOR /DIRECTOR:</b>	MSc. Álvaro Fabián Yépez Calderón

## **CONSTANCIAS**

El autor Josebeth Nicole Almeida Bustamante manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es el titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 19 días del mes de febrero de 2021

### **EL AUTOR:**



Nombre: Josebeth Nicole Almeida Bustamante  
C.C 1004112676

## CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR

Ibarra, 25 de enero de 2021  
*MSc. Álvaro Fabián Yépez Calderón*  
DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

### CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de titulación, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología (FECYT) de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.



(f) .....

*MSc. Fabián Yépez*

C.C. 100159460-3

## APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

*El Tribunal Examinador del trabajo de titulación “Estudio de las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2020”. Elaborado por Josebeth Nicole Almeida Bustamante, previo a la obtención del título de Licenciado/a en Educación Física, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte:*



(f): .....

*MSc. Fabián Yépez  
C.C. 100159460-3*



(f): .....

*MSc. Zoila Realpe  
C.C. 100177647-3*



(f): .....

*MSc. Alicia Cevallos  
C.C. 1707535033*

## **DEDICATORIA**

Quiero dedicar este trabajo de investigación a mi madre, ya que es el pilar fundamental en mi vida, siempre ha estado presente con un consejo y palabras de fortaleza y sin su apoyo en cada momento de mi vida no habría sido posible, culminar con mi carrera profesional y con el presente informe.

Y a mi ángel en el cielo, mi abuelita.

Nicole Almeida.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a la Universidad Técnica del norte por permitirme formarme, y obtener día a día nuevos conocimientos y aprendizajes para formarme como profesional, a la Facultad de Educación, ciencia y tecnología y en especial a la carrera de Educación Física.

A los docentes que conforman el instituto de Educación Física, por aportar con sus conocimientos a mi formación profesional.

Nicole Almeida

## RESUMEN

El presente informe de investigación da a conocer cuál es el aporte de las capacidades coordinativas en la ejecución de los diferentes gestos o fundamentos técnicos en la disciplina del baloncesto en los niños de Liga Deportiva Cantonal Otavalo de las categorías U7 –U9 -U11 en el año 2020. Posteriormente se redacta el planteamiento del problema, donde se explica la base de la investigación, la justificación, que manifiesta las razones por las cuales se está investigando el tema, cuáles son los aportes del mismo y a quienes va a beneficiar los resultados obtenidos, y el impacto que genera o generará la investigación en la sociedad. A continuación, se plantea los objetivos tanto generales como específicos, y la formulación del problema. Luego consta del respectivo marco teórico en donde se abordan los temas de capacidades coordinativas, su clasificación y se analiza cada una de ellas y posterior se aborda la segunda variable que son los fundamentos técnicos del baloncesto, en donde más se hace un enfoque en los fundamentos que se practican en las categorías formativas, se indago y busco información en libros, revistas, internet, artículos y sitios web. Después se procedió a desarrollar el capítulo de metodología de la investigación, refiriéndonos al tipo de investigación, métodos, técnicas e instrumentos y población, posteriormente se aplicó la ficha de observación en cuanto a fundamentos técnicos del baloncesto, una encuesta a los entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo, luego se procedió a realizar el análisis y discusión de resultados de cada una de las fichas de observación y encuestas, Finalmente se procedió a crear una propuesta alternativa , que viene a ser una guía de ejercicios para mejorar las capacidades coordinativas y el fundamento técnico, y finalmente se llegó a redactar las conclusiones y recomendaciones.

**Palabras claves:** Capacidad – Coordinativa – Fundamento – Técnico – Baloncesto.





## ABSTRACT

This report reveals what is the contribution of the coordinative capacities in the execution of the different gestures or technical foundations in basketball in the children of the Otavalo Cantonal Sports League of the categories U7 -U9 -U11 in the year 2020. Subsequently, the statement of the problem is formulated, where the basis of the research, the justification, which states the reasons why the subject is examined, its contributions, who will benefit from the results, and the impact this research generates or will give rise to. At that point, the general and specific objectives are proposed, and the formulation of the problem.

It consists of the theoretical framework where the issues of coordinating capacities are addressed, their classification and each one of them is analyzed and later the second variable is addressed, which are the technical foundations of basketball, focused on the fundamentals that are practiced in the formative categories, gathering information in books, magazines, the internet, articles, and websites. Afterward, the research methodology chapter was developed, referring to the type of research, methods, techniques, and instruments, and population. The observation sheet was applied regarding the technical foundations of basketball, a survey of the Sports League coaches Cantonal Otavalo, which was analyzed and discussed the results of each of the observation and survey files. To develop an alternative proposal, as an exercise guide to improve coordination capacities and the foundation technical, and finally, the conclusions and recommendations were drawn up.

Keywords: ability - coordinative - foundation - technical - basketball.



*Raúl Rodríguez*

*Reviewed by Victor Raúl Rodríguez Viteri*

# ÍNDICE DE CONTENIDOS

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE.....	ii
CONSTANCIAS.....	iii
CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR.....	ix
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	x
INDICE DE TABLAS.....	xii
INTRODUCCIÓN.....	13
Justificación.....	14
Impacto.....	15
Formulación del problema.....	15
Objetivos.....	16
Objetivo general.....	16
Objetivos específicos.....	16
Preguntas de investigación.....	16
1    CAPÍTULO I.....	18
MARCO TEÓRICO.....	18
1.1    Capacidades Coordinativas.....	18
1.1.1    Capacidades coordinativas generales o básicas.....	20
1.1.2    Capacidades coordinativas especiales.....	21
1.1.3    Capacidades coordinativas complejas.....	26
1.2    Fundamentos técnicos de baloncesto.....	27
1.2.1    El bote o drible.....	28
1.2.2    El tiro o lanzamiento.....	29
1.2.3    Tiro libre.....	30
1.2.4    El pase.....	31
1.3    CAPACIDADES COORDINATIVAS DE LOS NIÑOS EN LAS EDADES DE 7-9-11 A...	34

2	CAPÍTULO II.....	36
	METODOLOGÍA.....	36
2.1	Tipos de investigación .....	36
2.1.1	Investigación Descriptiva.....	36
2.1.2	Investigación bibliográfica o Documental.....	36
2.1.3	Investigación de campo.....	36
2.1.4	Investigación propositiva .....	36
2.2	Métodos de investigación.....	37
2.2.1	Método deductivo .....	37
2.2.2	Método inductivo.....	37
2.2.3	Método analítico .....	37
2.2.4	Método sintético .....	37
2.3	Técnicas e instrumento de investigación .....	37
2.3.1	Encuesta .....	37
2.3.2	Entrevista.....	38
2.3.3	Ficha de observación.....	38
2.4	Matriz Diagnóstica .....	39
2.5	Participantes .....	40
3	CAPÍTULO III.....	41
	ANÁLISIS Y DISCUSIÓN.....	41
3.1	Encuesta de conocimiento a entrenadores de baloncesto de "Liga Deportiva Cantonal .....	41
3.2	Entrevista realizada al metodólogo deportivo de Liga deportiva cantonal Otavalo .....	50
3.3	Ficha de observación aplicada a los niños de las categorías U7 –U9 – U11 de Liga deportiva cantonal Otavalo .....	55
	CAPÍTULO IV .....	64
	PROPUESTA .....	64
	CONCLUSIONES .....	100
	RECOMENDACIONES .....	100
	REFERENCIAS .....	104
	ANEXOS.....	

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Conocimiento de capacidades coordinativas .....	41
Tabla 2 Edades de desarrollo de capacidades coordinativas .....	42
Tabla 3 Conocimiento de capacidades Coordinativas .....	43
Tabla 4 Test de capacidades coordinativas .....	44
Tabla 5 Test de capacidades coordinativas .....	45
Tabla 6 Entrenamiento de capacidades coordinativas .....	46
Tabla 7 Fundamentos técnicos del baloncesto .....	47
Tabla 8 Capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos .....	48
Tabla 9 Guía sobre capacidades coordinativas .....	49
Tabla 10 Fundamento técnico boteo categoría U7 .....	55
Tabla 11 Fundamento técnico boteo categoría U9 .....	56
Tabla 12 Fundamento técnico boteo categoría U11 .....	57
Tabla 13 Fundamento técnico Pase categoría U7 .....	58
Tabla 14 Fundamento técnico Pase categoría U9 .....	59
Tabla 15 Fundamento técnico Pase categoría U11 .....	60
Tabla 16 Fundamento técnico lanzamiento categoría U7 .....	61
Tabla 17 Fundamento técnico lanzamiento categoría U9 .....	62
Tabla 18 Fundamento técnico lanzamiento categoría U11 .....	62

## INTRODUCCIÓN

En el momento en que un niño/a se integra y comienza a practicar el baloncesto, se inculca en él, todos los fundamentos técnicos de este deporte, sin tomar en cuenta también el previo nivel con el que cuentan los niños de capacidades coordinativas, y que son requeridas en la ejecución de los fundamentos técnicos de baloncesto y en todos los movimientos o acciones que se puede encontrar en este deporte.

El baloncesto es un deporte que requiere de una correcta técnica en los jugadores. En muchos casos se observa que los niños ejecutan los fundamentos técnicos con errores que no son corregidos a tiempo y la mayoría de veces se mantienen con estos hasta su juventud e incluso adultez, varios de estas dificultades en la ejecución son dadas por la poca actividad o práctica de capacidades coordinativas en edades tempranas.

Es por ello que esta investigación brinda la posibilidad de conocer la importancia de la práctica y desarrollo de las capacidades coordinativas y de cómo el dominio previo de ellas logra una mejor calidad de ejecución del fundamento técnico, y puesto en práctica en las categorías formativas de baloncesto permitirá que los niños se desenvuelvan de una mejor manera con mejor calidad en la ejecución de los fundamentos y con un menor esfuerzo físico.

**Capítulo I:** Referente al marco teórico, sustentado por la revisión de varios textos, sitios web, documentos web, libros, revistas y artículos todos ellos relacionados a las capacidades coordinativas y a los fundamentos técnicos del baloncesto, además de contar con el posicionamiento teórico personal, glosario de términos, interrogantes y matriz categorial.

**Capítulo II:** Abarca del tipo de investigación, la metodología y técnicas e instrumentos de investigación con los cuales se realizó el trabajo de investigación, en este capítulo también consta la población y muestra.

**Capítulo III:** Está conformado por el análisis y discusión de resultados con el debido instrumento aplicado a los niños de las categorías U7- U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo, así como también el instrumento de investigación aplicado a los entrenadores.

**Capítulo IV:** Conformado por la propuesta alternativa que es una guía de ejercicios para mejorar las capacidades coordinativas mediante la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo.

### **Planteamiento del problema**

Las capacidades coordinativas son un prerrequisito fundamental del niño o deportista en la práctica de la cualquier actividad física y de manera especial en la ejecución de los fundamentos del baloncesto, muchas veces se observa que el gesto técnico no es ejecutado de una manera correcta, es decir que existen errores en la ejecución y esto se debe a la falta de desarrollo coordinativo de los niños.

Si se observa de manera general todos los fundamentos, se visualiza que para que sean ejecutados de manera adecuada debe ser necesario que lo hagan con equilibrio, con ritmo, reacción de las capacidades coordinativas.

Observando una competencia deportiva se puede distinguir que el jugador que se destaca es aquel que hace todo a mayor velocidad, que cambia de ritmo, el que tiene una mayor posibilidad de equilibrio, el que reacciona más rápido ante cierta acción, y para que sean ejecutados de manera adecuada es necesario haber desarrollado las capacidades coordinativas para aplicarlo en cada fundamento técnico del baloncesto.

Por ello es conveniente analizar cuán importante son estas capacidades al momento de realizar los diferentes fundamentos técnicos del baloncesto, si se hace que los niños practiquen las capacidades coordinativas para el desarrollo de estas, el resultado será que haya categorías formativas superiores técnicamente debido a que es conveniente ejercitarlo en estas edades, y dedicarle tiempo al trabajo de capacidades coordinativas conjuntamente con los diferentes gestos técnicos. De esta manera se podrá observar que los niños tendrán más facilidad para ejecutar todos los gestos y movimientos del baloncesto.

### **Justificación**

La presente investigación brinda la observación del correcto desarrollo de las capacidades coordinativas en los niños y sobre todo su relación con el adecuado trabajo de la técnica, y de esta manera lograr visualizar si los fundamentos técnicos del baloncesto son trabajados de manera correcta.

Esta investigación es de gran importancia, debido a que se conocerá si en las categorías de iniciación del baloncesto los niños cuentan con un buen nivel en cuanto a capacidades coordinativas o, si se está entrenando de manera correcta estas capacidades en los niños para así luego poder inculcar en ellos cierto fundamento técnico, y conseguir calidad en su ejecución.

El trabajo de investigación realizado en Liga Deportiva Cantonal Otavalo será de mucho aporte, ya que al conocer la importancia que tiene manejar también la práctica de capacidades coordinativas a la par con los fundamentos técnicos del baloncesto, los docentes o entrenadores tomarán más en cuenta que los deportistas cuenten con un buen dominio de estas capacidades para poder ejecutar eficientemente los diferentes fundamentos y sobre todo, desarrollarán también un entrenamiento de estas capacidades, de manera que los docentes puedan dar a conocer cómo se puede desarrollar de mejor manera el aprendizaje de los fundamentos gracias a estas capacidades.

### **Impacto**

La investigación a realizarse permitirá a los entrenadores y formadores deportivos tener el conocimiento suficiente para incluir de ahora en adelante en sus sesiones de entrenamiento ejercicios o actividades específicas que incluyan el desarrollo de las diferentes capacidades coordinativas y enfocarse en ellas para que de esta manera exista un mejor dominio de los fundamentos técnicos del baloncesto.

Se verá reflejada la importancia de una capacidad coordinativa al iniciar en cualquier deporte o como lo es el caso del baloncesto, puesto que estas capacidades las podemos observar ya sea desde un ligero movimiento o acción en la vida cotidiana, mucho más en los deportes que requiere de acciones rápidas y del movimiento de todo el cuerpo.

### **Formulación del problema**

¿El insuficiente desarrollo de las capacidades coordinativas no permite una correcta ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo?

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

- Analizar las capacidades coordinativas en la ejecución de fundamentos técnicos del baloncesto en las categorías U7 - U9 - U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2020.

### **Objetivos específicos**

- Determinar el nivel de conocimiento que tienen los entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo acerca de capacidades coordinativas.
- Diagnosticar la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías U7 - U9 - U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2020, mediante la aplicación del instrumento de investigación.
- Conocer el nivel de dominio de capacidades coordinativas de los niños de las categorías U7-U9-U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo.
- Elaborar una guía de ejercicios motrices para mejorar las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto de las categorías U7 - U9 - U11 de Liga deportiva cantonal Otavalo.

### **Preguntas de investigación**

1. ¿Cuál es el nivel de conocimiento que tienen los entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo acerca de capacidades coordinativas?
2. ¿Cuál es el nivel de capacidades coordinativas especiales con el que cuentan los niños de las categorías U7- U9- U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo?
3. ¿Cuál es el nivel de ejecución de los fundamentos técnicos en los niños de las categorías U7- U9- U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo?



4. ¿Qué contiene la guía de ejercicios de baloncesto para ayudar al desarrollo de capacidades coordinativas?

# CAPÍTULO I

## MARCO TEÓRICO

### 1.1 Capacidades Coordinativas

Las capacidades coordinativas son acciones complejas que en el baloncesto se ve reflejado en uno o en la serie de movimientos que se realiza, en cada acción motriz ejecutada por el deportista ya sea simple o compleja, intervienen las capacidades coordinativas y éstas se ven reflejadas en la calidad y fluidez con la que el niño realiza cada actividad, de manera que el control que el deportista tenga de su propio cuerpo y de los movimientos que realiza es gracias al nivel de capacidad sensorio motriz que este haya desarrollado.

Según (Cañizares Márquez & Carbonero Celis, 2016). Son capacidades complejas que influyen en la calidad del acto motor y en toda actividad que implique movimiento. Es una capacidad sensorio - motriz, se manifiestan a partir de la capacidad de la regulación del movimiento que posea el individuo.

Depende mucho del dominio de las capacidades coordinativas que el deportista tenga, la calidad con la que va a realizar los diferentes movimientos y gestos. Estas capacidades intervienen desde la más simple acción motora y se ven reflejadas en la calidad con la que realizamos cada actividad, hasta permitirnos controlar y mejorar los diferentes movimientos o acciones que se dan en el baloncesto.

Estas capacidades van a verse manifestadas en la calidad de cualquier acción motriz, y en como controla y regula cada gesto realizado: En cada movimiento o fundamento técnico siempre van a intervenir una o más capacidades coordinativas, y en el baloncesto estas van a determinar la calidad con la que se realice cualquier acción requerida en el juego.

Moreno (2014), manifiesta que “En el baloncesto las capacidades coordinativas están eminentemente presentes, en la ejecución de cada fundamento. Depende mucho de cómo dominemos estas capacidades la calidad con la que ejecutamos el fundamento técnico”. (p.78)

El deportista debe contar con un buen nivel de las capacidades coordinativas para poder realizar los fundamentos técnicos de una manera correcta debido a que estas capacidades son necesarias en cada acción, ya sea realizando la entrada a canasta o la necesidad de un buen equilibrio del cuerpo al realizar un pase o lanzamiento. La calidad de ejecución de un fundamento

técnico va a verse siempre reflejado de acuerdo al nivel de capacidades coordinativas que ese deportista ha alcanzado a desarrollar.

Según (Carrillo & Rodriguez, 2005). Las capacidades coordinativas básicas son los fundamentos para regular y organizar el movimiento coordinado, Están situadas dentro de las capacidades motoras, que son las capacidades que utilizan la energía disponible en el organismo y a la vez determinan la capacidad física del individuo. (p.96)

Las capacidades coordinativas y condicionales forman parte de las capacidades motoras y las tres en conjunto realizan la acción motriz, la capacidad coordinativa se ve reflejada en la ejecución de la capacidad condicional y esta, es la encargada de darle calidad al ejercicio realizado, es decir en este caso a todas las acciones que se evidencian en el baloncesto.

Un deportista que se adapta de una manera mucho más rápida a las diferentes situaciones de cambio que se dan en un partido y que en mucho de los casos son nuevas para él, y que aprende la técnica correcta de un fundamento del baloncesto de una manera más rápida es debido a que tiene sus cualidades coordinativas mucho más desarrolladas, y esto se ve reflejado en el momento que aprende y domina cierta técnica de una manera más rápida ante otros deportistas que tienen un menor desarrollo de estas capacidades.

Según indica (Cañizares Márquez & Carbonero Celis, 2016).

“Un factor esencial en el aprendizaje de las técnicas deportivas es el nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas, mientras el dominio de los niños de cualidades coordinativas sea positivo, esto se verá reflejado en la ejecución de la técnica”. (p.90)

Existe un gran balance de relación entre capacidad coordinativa y fundamento técnico del baloncesto, debido a que mientras el nivel de capacidad coordinativo se encuentre más desarrollado, esto se verá reflejado en el niño ya que adoptará una mejor ejecución de la técnica, por lo cual es importante conocer con qué nivel de estas capacidades se encuentra cada deportista y con el entrenamiento diario de los fundamentos técnicos, potenciar las capacidades coordinativas en cada actividad realizada.

### **1.1.1 Capacidades coordinativas generales o básicas**

Es la primera clasificación de las capacidades coordinativas y permite darle calidad y realizar correctamente cualquier movimiento básico. Prieto Mondragón, Giraldo, & Salas (2019). “Son la base para regular y organizar un movimiento en cualquier acción cotidiana o modalidad deportiva”. (p.18)

Estas capacidades son la base para ordenar al cuerpo a actuar ante las situaciones cambiantes y también nuevas que se dan ya sea en una habilidad básica, ejecución de un fundamento técnico de cualquier deporte e incluso en el juego, y actividades lúdicas.

- **Capacidad de adaptación**

Esta capacidad es la que permite al individuo adaptarse a los nuevos movimientos que se le presentan para poder ejecutarlos, la adaptación permite que, en cada variante de los fundamentos técnicos, debido a que se presenta una nueva situación el niño adopte esa situación y la logre realizar y así cada situación nueva que se le presenta. Por ello es importante entrenar cada fundamento en diferentes situaciones para así adaptar al organismo a dichas situaciones y que esta no sea desconocida. Matos (2013). “Capacidad que tiene el organismo de adaptarse a las diferentes situaciones y condiciones en que se realizan los movimientos, cuando se presenta una nueva situación y tiene que cambiar y adaptarse a ello”. (p.65)

La adaptación va a variar de acuerdo al nivel de percepción que el deportista tenga y esto es de acuerdo a su experiencia motora, es decir a los movimientos que ha realizado y logro dominar y adaptarlos a su cuerpo, para de esta manera poder acoger nuevos movimientos de acuerdo al objetivo motor.

- **Capacidad de regulación del movimiento**

En la ejecución de los fundamentos técnicos es necesario regular cada movimiento de acuerdo a la situación que se presente, hay que manejar cada movimiento tomando en cuenta la velocidad que necesito para realizarlo, o el tiempo y espacio que tengo y la capacidad de regulación del movimiento es la que permite dar un cumplimiento correcto de los diferentes movimientos técnicos en el baloncesto.

(René, 2000), manifiesta que esta capacidad “Se manifiesta cuando el sujeto regula sus acciones para cumplir sus objetivos propuestos. Mientras mayor es la cantidad

de elementos a realizar para cumplir una tarea motora, mayor es la complejidad, y, mayor debe ser la regulación de los movimientos. (p.24)

Mientras mayor sea la serie de movimientos que se debe realizar y los factores a tomar en cuenta para realizar cualquier actividad motora y cumplir con el objetivo que se requiere, mayor es la regulación que el deportista debe tener de sus movimientos.

### **1.1.2 Capacidades coordinativas especiales**

Las capacidades coordinativas se subdividen en capacidades generales o básicas, capacidades coordinativas complejas y las capacidades coordinativas especiales que son las que se revisa a continuación. Chinguel (2018). “Están integradas por el grupo más grande de capacidades. De la forma como interactúan, durante la realización de los movimientos y su eficacia en el rendimiento deportivo dependerá su enlace con las capacidades condicionales”. (p.98)

Las capacidades coordinativas especiales se ven reflejadas entre una o varias de ellas, durante la realización de ciertos movimientos o acciones, y estas capacidades se interrelacionan dando calidad a las capacidades condicionales que intervienen también de una manera directa en el fundamento técnico.

- **Capacidad de reacción**

La reacción es característica principal en el niño durante el aprendizaje motriz, cada ser humano tiene una diferente capacidad de reacción, esta se refiere al intervalo entre la recepción de un estímulo y como se actúa de una manera instantánea ante este. En el baloncesto mientras más rápido se actué ante las diferentes acciones que se dan, más eficiente será el juego tanto individual como colectivo, y esto significará que los niños deportistas tienen desarrollado una mayor capacidad de reacción. Mingo Solis & Adell Plá (2012) “Capacidad de dar una respuesta (cambio de situación) adecuada con la mayor rapidez posible. Hay una serie de elementos que intervienen en la coordinación y de los cuales dependerá el mayor o menor desarrollo de dicha capacidad”. (p.80)

La reacción nos permite dar una respuesta instantánea ante un estímulo que se presente, en el baloncesto evidenciamos la capacidad de reacción para recibir el balón ante un pase inesperado, reacción ante un rebote defensivo u ofensivo para contraatacar inmediatamente o para volver a intentar hacer una canasta respectivamente.

La capacidad de reacción puede darse de manera simple y compleja; de manera simple observamos cuando reaccionamos frente a un estímulo ya advertido con anterioridad, y de manera compleja, que esta forma de reacción se da cuando actuamos ante un estímulo no advertido o esperado, pero de una manera distinta y debemos resolver esa situación y ejecutar la solución con rapidez.

- **Capacidad de anticipación**

El baloncesto es un deporte rápido, lo que significa que las acciones que se dan son cambiantes o inesperadas de acuerdo a la situación del juego, por lo cual, requiere que los deportistas se desenvuelvan de una manera muy rápida en la cancha. El desarrollo de esta capacidad en el niño permite que este sepa orientarse y pueda preparar a su cuerpo para una combinación de movimientos.

(Perera Díaz, 2001) nos manifiesta que:

Es la adecuación del cuerpo de la fase anterior o movimiento previo al movimiento principal o al que continúa. Esta preparación previa generalmente no se puede captar en un movimiento simple, es más factible en las combinaciones o complejos de habilidades. (p.26)

Esta capacidad nos permite adecuar todo nuestro cuerpo para un siguiente movimiento, podemos evidenciar a la capacidad de anticipación en una combinación de movimientos y no solo en uno; por ejemplo en el baloncesto puede ser al recibir el balón mediante un pase, podemos preparar nuestro cuerpo antes de recibir el pase para atacar mediante el bote, o para realizar un lanzamiento si nos encontramos cerca al aro, es decir realizamos la acción que está sucediendo en ese instante al mismo tiempo que preparamos o anticipamos como su nombre lo indica, nuestro cuerpo para una siguiente acción.

- **Capacidad de Orientación**

La capacidad de orientación permite que el individuo ubique su cuerpo tomando en cuenta el espacio y tiempo en el que se encuentra, para de esta manera recopilar información de lo que le rodea y así realizar sus acciones tomando en cuenta los factores tanto externos como internos con los que la persona cuenta. Esto se da por medio de los sentidos y las sensaciones somáticas que son las que recopilan la información sensitiva del cuerpo, y posterior a esto se da la realización de un movimiento en específico.

Con respecto a la capacidad de orientación (Cadierno Matos, 2003) expresa:

“Capacidad que tiene el hombre durante la ejecución de los ejercicios de mantener una orientación de la situación que ocurre y de los movimientos del cuerpo en el espacio y tiempo, según la actividad, percibe lo que sucede a su alrededor y regula sus acciones para cumplir el objetivo propuesto”. (p.133)

La capacidad de orientación nos permite ubicarnos en el campo de juego, saber cómo movernos y en qué tiempo hacerlo, el jugador necesita tener conciencia de dónde está ubicado en las diferentes acciones que se dan durante la enseñanza y posterior la puesta en práctica, mantener el control de su cuerpo en dicha situación.

Para recibir un pase y así mismo para ejecutarlo, el niño debe estar consciente de cuál es el mejor momento y cuál es la mejor posición para la recepción o ejecución, en qué lugar se encuentra y los factores externos a los que se enfrenta, asimismo ocurre con el lanzamiento y los diferentes fundamentos técnicos. Es importante que el jugador se encuentre siempre en una buena posición, que tenga la capacidad de realizar sus movimientos en espacio y tiempo correctos, tomando en cuenta los factores tanto internos como externos que se presentan en dicha situación.

- **Capacidad de ritmo**

El ritmo es la capacidad que permite al niño realizar sus movimientos de una manera fluida, coordinada, adecuándolos a la situación en la que se encuentra y con la velocidad o cambios de ritmo según dicha acción lo requiera. (Mingo Solis & Adell Plá, 2012), el ritmo “Se refiere a la capacidad de realizar una acción a una velocidad determinada con posibilidad de variarla en un tiempo concreto”. (p.19)

En el caso del baloncesto se debe tener claro que no se refiere al ritmo de juego, ya que esta habla de la manera en que el equipo se está desarrollando de una manera colectiva, y la capacidad de ritmo dentro del aspecto coordinativo más bien hace referencia a la fluidez individual de cada jugador en la acción que se le presenta. Cadierno Matos (2003), menciona acerca del ritmo “Capacidad del organismo de alternar fluidamente las tensiones y distensión de los músculos, el hombre puede percibir los ritmos de los movimientos que debe realizar en un ejercicio e influir en ellos, variarlos, diferenciarlos, acentuarlos y crear nuevos ritmos”. (p.55)

En el baloncesto si se enfoca a la entrada a canasta o filtración que son los pasos coordinados que se realiza para lanzar al anillo y realizar una canasta, este gesto requiere de la

capacidad de ritmo sin mencionar a las otras capacidades que también son necesarias en este fundamento, el ritmo que domina el niño se ve reflejado aquí al observar con que velocidad lo realiza, si ejecuta todos los movimientos con fluidez, sin adelantarse a realizar la entrada o hacerla muy despacio o muy lento, si no por el contrario con la situación que se requiera.

- **Capacidad de equilibrio**

Al hablar de equilibrio, estamos refiriéndonos al control de la postura del cuerpo en un espacio y situación determinada, manteniendo su centro de gravedad, en el baloncesto el dominio de esta capacidad se puede reflejar tanto en movimientos técnicos estáticos o dinámicos lo que quiere decir al caer después de un salto en un rebote o equilibrio al realizar la entrada o canasta o simplemente en el momento en el que el deportista se encuentra desplazándose mediante el boteo. El niño en el baloncesto necesita controlar su centro de gravedad al ejecutar los diferentes fundamentos es por ello que el desarrollo de esta capacidad es indispensable en este deporte. Mingo Solis & Adell Plá (2012). “Se refiere a la capacidad de asumir y mantener la posición del cuerpo o de parte de éste en contra de la gravedad”. (p.21)

La capacidad de equilibrio nos permite mantenernos en una postura correcta para de esta manera poder realizar de manera eficiente los diferentes fundamentos técnicos que demanda el baloncesto. Se requiere adoptar una postura del cuerpo adecuada pese a los diferentes factores ya sean externos o internos que se nos presenten en el momento de la ejecución de una acción, para la realización correcta del mismo. “Capacidad que tiene el organismo para mantener el centro de gravedad a pesar de las fuerzas tanto internas como externas, así como para adoptar posturas correctas”. (Trujillo, Jesús Martín Acosta, Molina Delgado, & Sánchez Villanueva, n.d.)

El equilibrio permite al niño que controle su centro de gravedad en situaciones determinadas, y como lo es en el caso del baloncesto, este le permite controlar su cuerpo en las diferentes acciones técnico deportivas.

Wissel (2008). “El equilibrio, es decir, estar bajo control, es el factor crítico para aumentar la rapidez al efectuar una técnica”. (p. 121). Mantener una postura optima del cuerpo nos permite ejecutar rápidamente cualquier gesto técnico. Si el deportista maneja una posición del cuerpo correcta, en primera instancia realizará el fundamento de una manera más rápida y de la mano de esto, también ejecutará este fundamento de la forma adecuada lo que también quiere decir con más calidad y con la técnica que se requiere, ya que este se encontrará bajo control de su cuerpo y en una posición que le permitirá realizar el gesto eficientemente.



(Wissel, Baloncesto Aprender y progresar, 2008), manifiesta que “Los requisitos previos para realizar correctamente cada una de las técnicas fundamentales son el equilibrio y la rapidez, son los atributos físicos más importantes de un jugador, puede mejorar su equilibrio al efectuar las técnicas de baloncesto mediante la práctica”. (p.11)

El equilibrio es una de las capacidades coordinativas fundamental que debemos dominar previamente para ejecutar los diferentes fundamentos técnicos. Se considera a la estatura como la causa del éxito en el juego del baloncesto, sin embargo, este no es un factor fundamental puesto que la estatura no se puede aumentar o mejorar, muy por el contrario del equilibrio que si puede mejorar y potenciarlo para que el trabajo de esta capacidad se vea reflejada al momento de realizar cierto gesto técnico en el juego.

**Equilibrio dinámico :** (Lee E. Brown, 2007). Capacidad de mantener el control del cuerpo mientras este se mueve. Cuando el cuerpo está en movimiento obtenemos una retroacción, mediante el uso de la vista, la capacidad propioceptiva, y las perturbaciones provocadas por el sistema nervioso, que nos permiten ajustar a nuestro centro de gravedad. (p.90)

**Equilibrio Estático :** (Romero, 2009), nos manifiestan que Es la capacidad de mantener una postura sin movimiento. Se mantiene gracias a los reflejos de equilibrarían, que son el resultado de relaciones propioceptivas. El equilibrio estático es el fundamento del equilibrio dinámico, es decir se debe tener un correcto dominio del cuerpo bajo un equilibrio estático, para después someterlo a ejercicios de equilibrio dinámico.

Tenemos dos tipos de equilibrio dinámico que nos permite mantener bajo control nuestro cuerpo en situaciones desplazamiento y estático que nos permite tener un control postural en una posición sin desplazamiento y ambos tipos de equilibrio son utilizados al ejecutar los diferentes fundamentos del baloncesto.

El equilibrio estático en el baloncesto es fundamentalmente requerido al realizar un lanzamiento, al ejecutar y recibir un pase, al pivotar, al efectuar un rebote ya que debemos mantener el control postural en todas estas diferentes situaciones de juego.

El equilibrio dinámico es fundamental al ejecutar una entrada a canasta en la cual podríamos tener un defensa al frente y tener un contacto con él y lo ideal sería no perder el equilibrio para poder

llegar al aro y realizar la canasta, asimismo al botear y diferentes direcciones es necesario un correcto equilibrio de nuestro cuerpo.

### **1.1.3 Capacidades coordinativas complejas**

La última clasificación de las capacidades coordinativas son las capacidades complejas divididas en agilidad y aprendizaje motor, estas se van a reflejar de acuerdo al desarrollo de las otras capacidades, y para verlas reflejadas en cada ejecución del fundamento técnico se requiere que previamente haya un dominio de las demás capacidades. Perera Díaz (2001). “Estas están en dependencia del desarrollo de las demás capacidades, y son producto de las capacidades coordinativas básicas y especiales, así como también de las habilidades”. (p.40)

Estas capacidades se ven reflejadas de acuerdo al nivel de desarrollo de las otras capacidades, lo que quiere decir que influye en la acción de las capacidades coordinativas básicas y especiales, de manera que permite que los movimientos requeridos sean mejor ejecutados.

- **Capacidad de Agilidad**

Esta capacidad enfocándonos en los fundamentos técnicos del baloncesto permite realizar cada acción de este deporte y cambios, de un movimiento a otro con rapidez, efectuar de una manera precisa y coordinada el objetivo motriz, ya sea una serie de movimientos simples o complejos. (Mori, Bahamón, & Méndez, 2008), definen a la agilidad como “Capacidad de realizar una secuencia de movimientos globales a máxima velocidad, con cambios de dirección y sobre los tres planos del espacio, generalmente en situaciones imprevistas”. (p.2)

La agilidad requiere cambiar de manera rápida ya sea la dirección, ejecución o el sentido de un movimiento y que este cambio sea eficiente en la persona que lo realiza, abarca lo que es esta capacidad. Mori, Bahamón, & Méndez (2008) citando a Hernández Corvo (1989). “La capacidad o habilidad de cambiar de modo rápido y seguro una conducta espacial o la dirección del movimiento durante una actividad, constituyen la esencia de la agilidad”. (p.2)

Esta capacidad es definida como la habilidad para mover el cuerpo en el espacio y tiempo determinado y de una forma eficaz lo que quiere decir ejecutando cada acción de la manera adecuada y requerida, mientras más habilidades el deportista pueda aprender a diario en sus entrenamientos, más desarrollará esta capacidad.

- **Capacidad de aprendizaje motor**

En el baloncesto el niño se va a encontrar con el aprendizaje de nuevos movimientos o de variantes de la ejecución de la técnica o simplemente con el aprendizaje de un nuevo fundamento técnico, y es gracias a la ayuda que brinda esta capacidad, que el niño logra dominar y aprender estas nuevas acciones técnicas.

Según manifiesta (Cadierno Matos, 2003). Capacidad que posee el hombre de dominar en el menor tiempo posible la técnica de nuevas acciones motrices, está determinada en primer lugar por las particularidades individuales de asimilación de cada sujeto y por la dirección del proceso de enseñanza- aprendizaje. (p. 24)

El aprendizaje motriz es la capacidad que tiene el deportista de realizar movimientos que son nuevos para él o ella, y lograr efectuarlos en el menor tiempo posible y de la manera correcta, va a variar el aprendizaje de cierta acción en base a la asimilación que posea el individuo ya sea lenta o rápida, y en esta capacidad también tiene mucho que ver, la enseñanza del docente, es decir las técnicas y métodos de enseñanza que emplee.

## **1.2 Fundamentos técnicos de baloncesto**

El baloncesto requiere de movimientos o acciones específicas de este deporte que son considerados como fundamentos técnicos los cuales mediante su unión nos permiten cumplir de una manera eficaz con los objetivos de este juego. Daiuto (1981). “Son los movimientos de un jugador de baloncesto. Se denominan como fundamentales, puesto que son sobre los que se basa todo el juego”. (p.88)

La técnica es una herramienta indispensable en cualquier deporte y el baloncesto no es la excepción, la técnica permite que los jugadores se desenvuelvan de una mejor manera tanto de forma individual como colectiva. Mientras más se trabaje los fundamentos técnicos en cada deportista esto se va a ver reflejado en el momento de un juego real, puesto que la técnica se debe trabajar a diario y es la base del baloncesto. “Son movimientos que permiten ejecutar las acciones propias del baloncesto sin transgredir las reglas propias del juego”. (Perera Díaz 2001 p.23).

Existen fundamentos individuales y colectivos, no enfocaremos en hablar de los fundamentos que se realizan de manera individual y en analizar como intervienen las diferentes cualidades coordinativas al momento de su ejecución.

### 1.2.1 El bote o drible

Botear es el movimiento básico en el baloncesto ya que es la manera legal por la cual el deportista puede desplazarse en la cancha de juego y no ser sancionado por cometer una infracción técnica, por lo cual es indispensable trabajar este fundamento en el niño conjuntamente con ejercicios y actividades que vayan potencializando la correcta ejecución de este.

(Faucher D. , 2007), lo define como:

Habilidad que debe ser desarrollada desde el inicio y ejecutada en todas las situaciones prácticas, cuanto más mejore el drible más confianza adquirirá el jugador. El bote del balón es una acción de juego ubicua, puede practicarse en cualquier sitio. (p.102)

El bote o drible es el fundamento por el cual el deportista se puede desplazar en la cancha esquivando al jugador o jugadores adversario para llegar al aro y anotar una canasta. Este es uno de los gestos principales del baloncesto ya que es único medio por el que el niño puede avanzar su ataque y este es parte de la conocida triple amenaza.

Según (Wissel, 2019, pág. 79). Driblar es una parte integral del baloncesto y vital para el juego individual y de equipo. Un jugador mantiene la posesión del balón, mientras se desplaza, driblando. Al inicio del bote, el balón debe abandonar su mano antes de levantar el pie pivote del suelo.

La correcta ejecución del bote es con una sola mano o con ambas manos, pero alternadamente, no es permitido agarrar el balón con las dos manos al mismo tiempo, reteniendo el balón puesto que se considera una infracción.

Existen dos tipos de bote el de avance y el de protección:

**Bote de avance o desplazamiento:** “Es el que uso normalmente para desplazarme por el campo cuando no tengo defensores cerca”. (Del Río, 2003, p. 21)

El bote o drible es el fundamento por el cual el deportista se puede desplazar en la cancha esquivando al jugador o jugadores adversarios mediante el drible, para llegar al aro y anotar una

canasta. Este es uno de los gestos principales del baloncesto ya que es único medio por el que el niño puede avanzar y realizar su ataque y este es parte de la conocida triple amenaza.

**Bote de protección:** (Del Río, 2003, pág. 21). “Se utiliza siempre que se defiende de cerca y debe sacrificar la rapidez en aras de la seguridad. También se emplea cuando intento progresar hacia el aro bajo un fuerte marcaje, o cuando espero botando que mis compañeros realicen alguna acción de desmarque”.

Existe el bote de protección que nos permite cubrir el balón mientras el equipo se encuentra en situación de ataque y proteger el balón mientras boteamos requiere de coordinación para no perder el balón o realizar un doble, y tomando en cuenta que no se puede retener el balón con la mano puesto que es una infracción.

Es importante tener en cuenta que la ejecución correcta del bote es no mirando al piso, si no la mirada al frente siempre observando a los jugadores oponentes y a todo el juego en sí, para estar preparados para una siguiente acción, y al mismo tiempo lograr tener una vista periférica de la situación del juego.

### **1.2.2 El tiro o lanzamiento**

De este fundamento depende la ganancia o pérdida de un partido de acuerdo a las reglas de este juego por lo cual es trascendental enseñar este movimiento desde las edades tempranas en las que se inicia este deporte como lo es el caso de la categoría mosquitos de Liga Deportiva Cantonal Otavalo y practicarlo hasta lograr desarrollar una correcta ejecución del mismo. (Arjonilla & De Torres, s/f). “Tirar es la acción motriz de lanza el balón hacia el aro con intención de que entre en la canasta, lo que constituye la forma de anotación en el baloncesto, objetivo último de este deporte”. (p.143)

El lanzamiento en el baloncesto constituye el fundamento principal ya que debido a este se gana o se pierde un partido y por lo cual es indispensable efectuar este gesto con la técnica correspondiente.

- **Lanzamiento en estático**

El lanzamiento es uno de los fundamentos básicos del baloncesto, se lo puede realizar de corta, media y larga distancia, dependiendo en donde se ubique el jugador que tiene el control del balón y se encuentra en posición de lanzamiento tratando siempre de adoptar la técnica correcta.

Este es el primer lanzamiento que realiza un niño cuando tiene el control y manejo del balón. Se puede ejecutar desde cualquier distancia y en diferentes posiciones, tratando siempre de manejar la técnica adecuada. Cuando el niño domina este lanzamiento, posteriormente ingresa a aprender otras variaciones del lanzamiento. (Jordana Dot, Laín Gomez, & Martín León, 2011, p. 159)

El jugador que realice el lanzamiento en estático, debe adoptar siempre y en cualquier situación una buena postura en la medida de lo posible puesto que esto va de la mano de una técnica correcta de lanzamiento, y así mismo mejorará su nivel de capacidades coordinativas puesto que someterá al cuerpo a realizar una técnica eficaz

### **1.2.3 Tiro libre**

Según (Del Río, 2003, p.73). “Es el único tiro que siempre se realiza desde la misma distancia y orientación al aro, y es el único que la defensa no puede impedir. Esto hace más sencillo su aprendizaje, al poder obviar toda circunstancia externa al mismo”.

El tiro libre en el juego de baloncesto es concedido al jugador que recibe una falta defensiva, si el jugador recibe la falta, pero realiza la canasta, a este se le concede un tiro libre solamente y la canasta vale, mientras que si no encesto se le concederán dos tiros libres. “Es una oportunidad concedida a un jugador para que consiga un punto sin oposición, desde una posición situada detrás de la línea de tiros libres y dentro del semicírculo”. (Sanchez, 2013, p. 99)

Es importante conocer que este fundamento técnico se debe realizar ubicados correctamente en la zona determinada tras la línea de lanzamiento de tiro libre, evitando pasarse de esta línea al realizar el lanzamiento, puesto que de esta manera el tiro no sería válido, es importante en este tipo de lanzamiento realizar la técnica correcta del mismo.

- **La entrada a canasta**

La entrada es la manera más sencilla de conseguir lograr una canasta y esta debe enseñarse en la iniciación al baloncesto en edades tempranas, para con el tiempo ir perfeccionando. Este gesto se lo puede realizar ya sea por el lado izquierdo, derecho o incluso por el medio y es importante entrenar a los deportistas por las tres opciones mencionadas y no únicamente por el lado que este tenga un mejor dominio. “Consiste en un movimiento coordinado de tres tiempos en secuencia que

constituyen, dos pasos y un salto en el cual se realiza un lanzamiento del balón”. (Zamora, 2010, p. 88)

Este movimiento se basa en dar dos pasos consecutivos y terminar con el lanzamiento y el salto al mismo tiempo, si se realiza la entrada por el lado derecho, se debe iniciar con el pie derecho un paso largo, siguiéndolo el paso izquierdo un poco más corto sosteniendo el balón fuerte y con ambas manos y terminando con el lanzamiento a canasta, de la misma manera por el lado izquierdo, el ultimo pie con el que el niño dejaría de botear sería con el pie izquierdo, sosteniendo el balón y realizando el primer paso de entrada que sería el izquierdo luego el paso derecho y finalmente el lanzamiento.

- **Bandeja**

Este lanzamiento varía básicamente en la posición del brazo, antebrazo y mano que tiene el control del balón al instante de realizar el lanzamiento.

(Salmerón Sanchez, 2012), menciona que. Para lanzar pondremos la mano debajo del balón con los dedos dirigidos hacia el aro, y ésta lo dejará o empujará a la canasta. Los dedos al final impulsan suavemente hacia arriba el balón mediante una flexión de los mismos. Los dedos deben de quedar perpendiculares al aro.

Esta es una opción de la entrada a canasta en la cual el balón se sube con ambas manos, independientemente de por qué lado se esté ejecutando la entrada. La palma de la mano hacia arriba y debajo del balón acercando la mano hacia él, tablero y anillo lo que más se pueda manteniendo nuestros ojos todo el tiempo fijo al objetivo donde queremos colocarlo, es decir al anillo.

#### **1.2.4 El pase**

Debido a que este es un deporte de carácter colectivo, el pase es el fundamento por el cual pueden participar todos los integrantes del equipo de juego y transferir el balón de una persona a otra, existen pases de corta media y larga y asimismo diferentes maneras de realizar estos pases. “Acción entre dos jugadores de un mismo equipo, uno de ellos transfiere el control del balón al otro. Principal para el

desarrollo del juego de equipo. En él se basa principalmente el avance y movimiento del balón para alcanzar el objetivo del ataque”. (Arjonilla & De Torres, s/f, p. 49)

El baloncesto es un juego en el que los movimientos deben ser muy rápidos y precisos, y una de las maneras más eficaces de avanzar rápidamente hacia la canasta del oponente, es mediante el pase, siempre y cuando este sea eficaz y muy bien ejecutado, y para ello, el niño debe tener bien desarrolladas las capacidades coordinativas que están inmiscuidas en este movimiento técnico.

Según (Faucher D. , 2007). “Uno de los fundamentos cruciales del juego es el pase certero. La fuerza y las habilidades que los jugadores desarrollan para pasar el balón con eficacia son las mismas que utilizarán para otros fundamentos. El lanzamiento es simplemente una prolongación del pase”. (p.14)

Este fundamento técnico forma parte de la conocida triple amenaza en el baloncesto, nos permite combinar el balón al compañero de equipo, en situaciones en las que se dejó de botear o simplemente para que el equipo que se encuentra con la posesión del balón logre avanzar de una manera más rápida a la canasta con la ayuda de este gesto.

- **Pase de pecho**

Esta variación del pase se denomina así, debido a que la acción de este movimiento inicia sosteniendo el balón con ambas manos a la altura del pecho, a esto se debe su nombre, y termina con la extensión completa de nuestros brazos hacia al frente para despojarnos del balón. El otro jugador recibirá el balón de la manera más adecuada, y de acuerdo a la situación en la que se encuentra y no será precisamente al pecho. (Arjonilla et.al). “Es el pase básico. Parte de un agarre simétrico y se saca el balón desde la altura del pecho del pasador, razón por la que se denomina pase de pecho, no porque se dirija al pecho del receptor”. (p.49)

Para efectuar este tipo de pase se requiere de una correcta orientación, así como reacción, adaptación a este movimiento y agilidad. Faucher D (2007). “Los jugadores sujetan el balón por los lados con los dedos y los pulgares por detrás. Hágales dar un paso hacia el objetivo, extender las muñecas y acompañar el balón”. (p.15)

Esta variación del pase requiere que el jugador tenga un control seguro del balón, lo que quiere decir sostenerlo con ambas manos. Es recomendable que para efectuar este pase se anticipar siempre un paso hacia adelante antes de efectuar el pase a la otra persona.



- **El pase picado**

En cuanto a esta variación del pase (Faucher D. , 2007, pág. 14) menciona que:

Los jugadores sostienen el balón por los lados con los dedos y los pulgares por detrás. Provocar el bote antes del punto medio hará que el balón se eleve demasiado y no llegará al receptor adecuadamente; botarlos cerca de los pies del receptor dificulta la recepción.

El pase picado o de pique se lo puede también realizar con una sola mano, se recomienda siempre dar un paso hacia adelante, antes de efectuar el pase, mantener la regla de provocar el bote de este paso un poco más allá del punto medio, con respecto a la distancia en la que se encuentre el jugador que va a recibir el balón, con el fin de que el balón llegue más arriba de la cintura del receptor.

Este pase resulta muy eficiente cuando un jugador se detiene con el balón y debe pasarlo cuando tiene a su defensa frente a él. También se lo realiza cuando el jugador que receptorá se encuentra cerca de este, puesto que el pase picado no tendrá buenos resultados al realizarlo ante una distancia larga.

- **Pase por encima de la cabeza**

Otra variante de pase se da por encima de la cabeza y se ocupa para enviar el balón hacia una distancia más larga o cuando se tiene al frente nuestro un adversario muy cercano. “Los jugadores sostienen el balón con ambas manos por encima de la cabeza. Se debe dar un paso hacia la persona designada, extender las muñecas y acompañar el balón hacia el objetivo”. (Faucher D. , 2007, p. 16)

Por lo general en las categorías formativas los niños utilizan este pase cuando tiene frente a ellos un jugador oponente más alto a él, utilizado más comúnmente en los saques, y este tipo de saque se emplea cuando se requiere ejecutar un pase a una distancia un poco más larga.

- **Pase de béisbol**

Por lo general este pase se ve utilizado en los saques de línea de fondo hacia una distancia media o larga, requiere la utilización de un solo brazo y de una buena orientación y práctica para su correcta ejecución. Faucher D. G (2007). “Se trata de un lanzamiento a una mano, normalmente empleado en pases largos como en el caso de un contraataque que cuando el jugador atacante corre hacia la canasta, habitualmente después de un rebote. (p.16)

Este pase es utilizado para enviar el balón del juego en distancia largas, cuando nuestro compañero se encuentra bastante distante para su recepción y se lo realiza con una sola mano.

### **1.3 CAPACIDADES COORDINATIVAS DE LOS NIÑOS EN LAS EDADES DE 7-9-11 AÑOS**

El desarrollo de las capacidades coordinativas se logra dar de una manera más intensa en la etapa prepuberal, es decir antes de la pubertad, aproximadamente entre los 6 a 12 años de edad. En donde el niño podrá dominar las capacidades para ejecutar los fundamentos con una mejor técnica, y lograr desenvolverse de una manera más fluida en cada acción deportiva que realice.

“Existe una fase sensible para la formación de capacidades coordinativas en el período de edad que abarca de 7 a 10.11 años en las niñas o 12 años para los niños. Sin embargo, corresponde orientarse hacia un desarrollo de estas capacidades en edad preescolar”. (Ruiz, 2010, p. 11)

La fase sensible se refiere a la etapa en la cual el ser humano tiene un mayor desarrollo de ciertas habilidades y reaccionando de una manera más intensa es esta fase sensible, antes que, en otros periodos normales, por lo cual es importante que el docente o entrenador, tome en cuenta estas edades para obtener un mayor desarrollo de las capacidades coordinativas con la intención de obtener resultados más favorables.

(García, 2004), menciona que “Las capacidades coordinativas tiene su desarrollo más intensivo hasta el inicio de la pubertad, la edad de 11/12 años. Con mayor edad, disminuye la disposición para el aprendizaje motriz espontáneo, y cede finalmente a favor de los procesos de aprendizaje más bien racionales, en la adolescencia”.(p.49)

La edad propicia para el desarrollo de las capacidades coordinativas se da en la infancia, ya que en estas edades brinda un mayor aprendizaje hacia el ejercicio multilateral siendo este el factor primordial para la iniciación deportiva y más aún en el baloncesto que conlleva varias acciones

motrices que determinan el aprendizaje significativo de los fundamentos técnicos en las capacidades coordinativas. Ruiz (2010). “Desde los 6 a los 11-13 años, las capacidades coordinativas tendrán un desarrollo más marcado y en la práctica se podrá ver notables progresos en estas edades”. (p.32)

Mediante la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto y realizando ejercicios en donde interviene la práctica de capacidades coordinativas para su desarrollo, se logrará observar en el niño/a resultados positivos y una mejora de la técnica, puesto que su desarrollo más marcado se encuentra entre estas edades.

Las capacidades coordinativas adquiridas en edad escolar son de gran relevancia para las acciones motrices durante el resto de la vida. Cuanto más ampliadas, estables y diversificadas sean las experiencias motrices en estas edades, mayor será la seguridad motriz en la adultez. (Ruiz, 2010, p. 32)

El nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas que adquiere el niño en la edad escolar, es decir entre los 6 y 12 años, es trascendental, debido a que le servirá y se apoyará del dominio de estas para las acciones motrices que realice durante toda su vida, y mientras más amplias sean las experiencias o actividades en las que el niño se desenvuelva y desarrolle estas capacidades, esto le brindará una mayor seguridad motriz en las actividades motoras que realice en la adultez. “La multilateralidad permite un desarrollo integral del niño/a, cuando finaliza este periodo, el sujeto tendría desarrollado un amplio abanico de capacidades fisiológicas y morfológicas necesarias para ejecutar con alta eficacia y destreza técnica”. (Lekue, Leibar, Calleja, & Terrados, s/f, p. 178).

La práctica del principio de multilateralidad en el niño está enfocada hacia el desarrollo de todas las habilidades y capacidades tanto condicionales como coordinativas de manera simultánea, de manera que, al finalizar este periodo, el niño tenga un gran alcance para realizar los fundamentos técnicos del baloncesto eficientemente y con la técnica correcta. Por ello es debido que los formadores deportivos integren a sus entrenamientos sesiones que abarquen un entrenamiento multilateral, para obtener mejores resultados en cuanto al rendimiento de sus niños/as.

## **CAPÍTULO II**

### **METODOLOGÍA**

#### **2.1 Tipos de investigación**

##### **2.1.1 Investigación Descriptiva**

Debido a que nos permitió describir cual es la influencia de un buen nivel de capacidades coordinativas que presentan los niños durante la ejecución de los diferentes fundamentos técnicos del baloncesto y denotar las fallas o errores, en este caso el conocimiento de los entrenadores y asistentes técnicos mediante las encuestas aplicadas y entrevista.

##### **2.1.2 Investigación bibliográfica o Documental**

Para desarrollar el informe de investigación se ha acudido a fuentes como documentos válidos y confiables, información obtenida en libros, revistas, publicaciones, artículos científicos, sitios web y otras, en cuanto a las variables de capacidades coordinativas y fundamentos técnicos del baloncesto, con el propósito de ampliar y profundizar diferentes enfoques, teorías, conceptualizaciones, criterios de diversos autores.

##### **2.1.3 Investigación de campo**

El presente trabajo es de campo porque como investigador he acudido a liga Deportiva Cantonal Otavalo con la finalidad de lograr evidenciar el problema de investigación.

##### **2.1.4 Investigación propositiva**

Una vez conocido los resultados de diagnóstico sobre las capacidades coordinativas y de los fundamentos técnicos en Liga deportiva cantonal Otavalo se busca mejorar la ejecución de la técnica en los deportistas de las categorías U7 – U9 – U11 y a los entrenadores mejorando el estilo de enseñanza de estas variables.

## **2.2 Métodos de investigación**

### **2.2.1 Método deductivo**

Permitió centrarnos en un punto específico, mediante este método se focaliza únicamente en las capacidades coordinativas y se enfoca de una manera especial también en los fundamentos técnicos que se trabaja y se aplica en estas categorías formativas.

### **2.2.2 Método inductivo**

Partiendo de la investigación realizada mediante este método se pudo llegar a las conclusiones de acuerdo a las preguntas de investigación planteadas previamente, partiendo de las particularidades del problema hasta lograr comprenderlo de una forma general.

### **2.2.3 Método analítico**

Este método permitió analizar minuciosamente la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto y las capacidades coordinativas, logrando comprender como actúa cada una de estas acciones por separado para una técnica eficiente dentro de este deporte.

### **2.2.4 Método sintético**

Permitió enfocarnos en analizar cómo cada capacidad coordinativa actúa en la ejecución de acciones deportivas en el baloncesto y obtener la información requerida en el marco teórico, también permite redactar las conclusiones y recomendaciones de acuerdo al análisis de resultados obtenido.

## **2.3 Técnicas e instrumento de investigación**

### **2.3.1 Encuesta**

Se utilizó la encuesta que será aplicada a los entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo, se aplicará el cuestionario de preguntas, el cual aborda las variables de capacidades coordinativas y fundamentos técnicos del baloncesto.

**Link:**

<https://docs.google.com/forms/d/1dik3jBRsyInP-9-chY5xLOP9vU0XwWorexYoCmge5gA/edit?usp=sharing>

### **2.3.2 Entrevista**

Se utilizó la entrevista que será aplicada al metodólogo deportivo de Liga Deportiva Cantonal Otavalo, con el fin de tratar los temas de amabas y variables y conocer la importancia de estas capacidades para su ejecución.

**Link:**

[https://drive.google.com/file/d/1BfpFhoGARnErotIms\\_WmXVekIRMjoc-P/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1BfpFhoGARnErotIms_WmXVekIRMjoc-P/view?usp=sharing)

### **2.3.3 Ficha de observación**

Se aplicó una ficha de observación a los niños deportistas de las categorías formativas U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo, mediante la cual se podrá visualizar la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto.

## 2.4 Matriz Diagnóstica

Objetivos de diagnóstico	VARIABLES de diagnóstico	Indicadores		Técnicas	Fuentes de información				
Conocer el nivel de dominio de capacidades coordinativas de los niños de las categorías U7 U9 U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo.	Capacidades Coordinativas	Capacidades Coordinativas básicas	Adaptación	-Encuesta -Entrevista -Ficha de Observación	- Entrenadores  -Metodólogo  -Niños categorías U7-U9- U11				
			Regulación del movimiento						
		Capacidades Coordinativas especiales	Reacción						
			Orientación						
			Ritmo						
			Equilibrio						
		Capacidades Coordinativas Complejas	Anticipación						
			Agilidad						
		Diagnosticar la ejecución de los fundamentos técnicos de los niños de las categorías U7 U9 U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo.	Fundamentos técnicos del baloncesto			bote	De desplazamiento	-Encuesta -Entrevista -Ficha de observación	- Entrenadores  -Asistente Técnico  -Niños categorías U7 U9 U11
							De protección		
lanzamiento	Tiro libre								
	Entrada a canasta								
	Bandeja								
pase	Pase de pecho								
	Pase picado								
	Pase sobre la cabeza								
	Pase de béisbol								

## 2.5 Participantes

El trabajo de investigación se fundamentó en niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo”, se aplica el instrumento de investigación a los entrenadores, asistentes y metodólogo de esta institución siendo un total de cuarenta y siete participantes a los cuales se les aplica el instrumento y que conforman esta investigación.

<b>Categorías</b>	<b>Total</b>
U7	10
U9	15
U11	16
<b>TOTAL</b>	<b>41</b>

<b>Participantes</b>	<b>Total</b>
Entrenadores	4
Asistente técnico	1
Metodólogo deportivo	1
<b>TOTAL</b>	<b>6</b>

## 2.7 Procedimiento y plan de análisis de datos

Se procederá a un correcto análisis de los resultados obtenidos en las preguntas de la encuesta y entrevista mediante el programa Excel, así como también en los datos obtenidos en las fichas de observación aplicadas a los niños de las distintas categorías para lograr obtener una tabulación correcta y ordenada.



## CAPÍTULO III

### ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

#### 3.1 Encuesta de conocimiento a entrenadores de baloncesto de "Liga Deportiva Cantonal Otavalo"

**Pregunta 1:** Seleccione la opción correcta: ¿Cuál es el objetivo principal del desarrollo de las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos del baloncesto?

**Tabla 1**  
*Conocimiento de capacidades coordinativas*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Técnica Deportiva	3	60%
Condición física	1	20%
Capacidad de resistencia	0	0%
Control y calidad de los movimientos	1	20%
TOTAL	5	100%

Fuente: Encuesta a entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo

#### **Interpretación**

La mayor parte de entrenadores que representa el 60% manifestó en sus respuestas que el objetivo principal del desarrollo de las capacidades coordinativas es la técnica deportiva, lo cual es incorrecto. ( Gomeñuka & Cabral, 2008). Las capacidades coordinativas están determinadas por los procesos de la conducción y regulación motriz., El objetivo principal de estas capacidades es el control de todos los movimientos a través del Sistema Nervioso central, permitiendo así que se efectuó cada movimiento con calidad a lo que únicamente un pequeño porcentaje, respondió correctamente.

**Pregunta 2:** Seleccione la opción correcta: ¿Cuáles son las edades propicias para el desarrollo de las capacidades coordinativas en el baloncesto?

**Tabla 2**

*Edades de desarrollo de capacidades coordinativas*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
De 2 a 5 años de edad	3	60%
De 6 a 12 años de edad	1	20%
De 7 a 10 años de edad	1	20%
De 8 a 12 años de edad	0	0%
De 12 años en adelante	0	0%
TOTAL	5	100%

Fuente: Encuesta a entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo

### **Interpretación**

Gran parte de los entrenadores encuestados manifestaron que las edades propicias para un desarrollo de las capacidades coordinativas se encuentran entre los 2 a 5 años de edad, mientras que únicamente un solo entrenador respondió correctamente, puesto que las edades propicias en las que se marca este desarrollo se hallan entre los 6 a 12 años de edad. (García, 2004) menciona que “Las capacidades coordinativas tiene su desarrollo más intensivo hasta el inicio de la pubertad, la edad de 11/12 años. Existe un periodo sensible en estas edades, en las que se logra dar un desarrollo más intensivo de estas capacidades.

**Pregunta 3:** Indique con una X las capacidades coordinativas que se desarrollan en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto.

**Tabla 3**

*Conocimiento de capacidades Coordinativas*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No conoce ninguna capacidad coordinativa	0	0%
Conoce pocas capacidades coordinativas	5	100%
Conoce todas las capacidades coordinativas	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta a entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo

### **Interpretación**

Existe una amplia clasificación de lo que son las capacidades coordinativas y ninguno de los entrenadores selecciono a todas las capacidades coordinativas existentes, lo cual quiere decir que desconocen la clasificación que estas tienen. (Cañizares Márquez & Carbonero Celis, 2016). Un factor esencial en el aprendizaje de las técnicas deportivas es el nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas. Es de suma importancia que los entrenadores posean el conocimiento de capacidades coordinativas para un mejor desempeño de sus deportistas.

**Pregunta 4:** ¿Realiza usted test para evaluar el nivel de desarrollo de capacidades coordinativas en las diferentes categorías de baloncesto?

**Tabla 4**

*Test de capacidades coordinativas*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	0	0%
Casi siempre	3	60%
A veces	2	40%
Nunca	0	0%
TOTAL	5	100%

Fuente: Encuesta a entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo

### **Interpretación**

La gran mayoría de entrenadores encuestados mencionaron que casi siempre realizan test para evaluar el nivel de capacidades coordinativas con el que se encuentran los niños. (Cardona, 2018) La importancia de controlar el desarrollo de las capacidades coordinativas mediante test que cumplen los criterios básicos fiabilidad, validez y objetividad. Es imprescindible que los entrenadores evalúen mediante test específicos el nivel coordinativo de sus niños, para lograr un desempeño positivo en su rendimiento.

**Pregunta 5:** Seleccione la opción correcta: ¿Cuál de los siguientes test se debe utilizar para evaluar las capacidades coordinativas?

**Tabla 5**  
*Test de capacidades coordinativas*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Yoyo test	1	20%
Test de Cooper	0	0
Test de Flamenco	3	60%
Test de Conconi	1	20%
TOTAL	5	100%

Fuente: Encuesta a entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo

### **Interpretación**

Gran parte de los encuestados respondió de manera correcta eligiendo al test de flamenco, este un test con el que se mide la capacidad coordinativa especial de equilibrio. (Cardona, 2018). El objetivo de este test es medir el equilibrio estático del cuerpo, requiere que el deportista se equilibre en una pierna mientras que simultáneamente llega lo más lejos posible con la otra pierna. El equilibrio es necesario para realizar las diferentes acciones técnicas que hallamos en el baloncesto.

**Pregunta 6:** ¿Con qué frecuencia trabaja usted en sus entrenamientos de baloncesto, el desarrollo de las siguientes capacidades?

**Tabla 6**

*Entrenamiento de capacidades coordinativas*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	0	0%
Casi siempre	2	40%
A veces	3	60%
Nunca	0	0%
Total	5	100%

Fuente: Encuesta a entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo

### **Interpretación**

Los entrenadores de las diferentes categorías formativas manifestaron que no trabajan regularmente el desarrollo de capacidades coordinativas, eligiendo la alternativa a veces, lo que quiere decir que no toman muy en cuenta el desarrollo de estas capacidades en sus entrenamientos de baloncesto diarios. (Rivera, Gómez, Nuñez, Oliva, & De Armas, 2014). Constituyen una dirección motriz de las capacidades del hombre y solo se hacen efectivas en el rendimiento deportivo. Un entrenamiento constante de capacidades coordinativas a la par con el fundamento técnico permitirá ver mejores resultados en el deportista.

**Pregunta 7:** ¿Con qué frecuencia trabaja usted los fundamentos técnicos del baloncesto?

**Tabla 7**

*Fundamentos técnicos del baloncesto*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	0	0%
Una vez a la semana	0	0%
Dos veces a la semana	2	40%
Tres veces por semana	2	40%
Todos los días	1	20%
TOTAL	5	100%

Fuente: Encuesta a entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo

### **Interpretación**

Los encuestados manifestaron de acuerdo a sus respuestas que le dan prioridad al entrenamiento del fundamento técnico del bote, practicándolo casi a diario mientras que los otros fundamentos los entrenan únicamente una o dos veces por semana o incluso hasta otros, dejan pasar por alto la práctica de cierto fundamento. (Orozco & Vera, 2012) El docente o entrenador debe estar pendiente de toda la información nueva de los nuevos elementos técnicos que faciliten el trabajo de su equipo en general y a cada alumno en particular. Se debe tener un equilibrio entre la práctica de cada fundamento que hay en el baloncesto, no dejando pasar por alto ninguno de los fundamentos que aplican los niños de las categorías formativas en un juego real.

**Pregunta 8:** Según su criterio, ¿Cuánto consideran usted que influye el nivel de capacidades coordinativas de los niños en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto?

**Tabla 8**

*Capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos*

<b>VARIABLE</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Mucho	4	80%
Poco	1	20%
Nada	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta a entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo

### **Interpretación**

De acuerdo a las respuestas dadas por los entrenadores, manifiestan que las capacidades coordinativas influyen mucho en la ejecución del fundamento técnico. (Mora, 2007). Se puede observar que en cada fundamento técnico actúan una o más capacidades coordinativas y que del buen dominio que el deportista tenga de estas capacidades depende la calidad de cualquier acción que se realice en el juego. El nivel de capacidad coordinativa con el que cuente un niño es directamente proporcional a la calidad con la que ejecuta la técnica.



**Pregunta 9:** ¿Considera usted necesario la elaboración de un documento de actividades enfocado al desarrollo de capacidades coordinativas, que permitan el mejoramiento de los fundamentos técnicos en los niños?

**Tabla 9**

*Guía sobre capacidades coordinativas*

<b>VARIABLE</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Muy necesario	3	60%
Necesario	2	40%
Poco necesario	0	0%
Nada necesario	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta a entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo

### **Interpretación**

Todos los entrenadores a los que se aplicó la encuesta coinciden en que es bastante necesario contar con un manual de ejercicios que disponga de actividades enfocadas al desarrollo y practica de las diferentes capacidades coordinativas al mismo tiempo que también se realiza los fundamentos técnicos, con el fin de obtener resultados favorables en cada niño para su desempeño deportivo en el baloncesto.

### 3.2 Entrevista realizada al metodólogo deportivo de Liga deportiva cantonal Otavalo

Licenciado Luis Lema

<b>Pregunta 1:</b> ¿Porque considera usted que es importante las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto?	
<b>Respuesta:</b> Es importante porque cuando el deportista tiene una buena capacidad coordinativa, genera un menor gasto energético, en la ejecución del fundamento, es mucho más fácil realizar los fundamentos cuando el niño deportista tiene una buena coordinación.	<b>Interpretación:</b> Se confirma que las capacidades coordinativas de los niños representan un ente sumamente importante al momento de ejecutar cualquier movimiento técnico del baloncesto, y nos manifiesta también que mientras mejor sea el nivel de capacidad coordinativa con el que cuenta el niño, para él será mucho más fácil la ejecución de la técnica y presentara un menor gasto energético.
<b>Pregunta 2:</b> Según su criterio ¿De qué manera influye el nivel de capacidades coordinativas con el que cuentan los niños en la ejecución de los fundamentos técnicos de baloncesto?	
<b>Respuesta:</b> Influye en un nivel muy alto, porque el niño que tiene una buena capacidad coordinativa, es mayor receptor de lo que son los fundamentos técnicos. Nosotros en el proceso de enseñanza, planificamos un tiempo determinado para la enseñanza de la correcta ejecución del fundamento, pero cuando el niño está bien dotado de las capacidades coordinativas el niño ejecuta mucho más rápido el fundamento, y se hace mucho más rápido el seguimiento y el avance de lo que es el proceso de enseñanza. Cuando el niño no tiene buenas condiciones coordinativas, el trabajo se hace muy difícil, entonces se debe realizar primero el trabajo de coordinación, trabajar lo que es el fundamento técnico desde la base con un proceso muy lento para que el niño pueda continuar en su proceso.	<b>Interpretación:</b> Entonces podemos deducir que el nivel de capacidades coordinativas de los niños influye de manera directa en una correcta ejecución de la técnica debido a que estas capacidades permiten un aprendizaje mucho más rápido y eficaz de los diferentes fundamentos técnicos que hay en el baloncesto, por lo que cuando el niño no domina las capacidades coordinativas su aprendizaje de la técnica deportiva es mucho más difícil y tardío en el niño.

<p><b>Pregunta 3:</b> Según su criterio ¿Considera factible evaluar el nivel de capacidades coordinativas con el que cuentan los niños de las diferentes categorías?</p>	
<p><b>Respuesta:</b> Si es muy necesario, resulta muy factible siempre evaluar el nivel de capacidades coordinativas porque de acuerdo a eso nosotros podemos realizar un plan de entrenamiento, un programa de enseñanza. Si nosotros no sabemos en qué nivel de coordinación se encuentra cada uno de los deportistas, no podemos ingresar a la enseñanza de cierto fundamento, porque se estaría cometiendo errores al tratar de indicarles fundamentos, en los cuales generen o necesiten un buen desarrollo coordinativo en los fundamentos que se requiera.</p>	<p><b>Interpretación:</b> Resulta muy necesario evaluar al niño mediante test que permitan observar el dominio de las capacidades coordinativas, Para que, de esta manera, con los resultados que se obtenga se proceda a realizar un plan de entrenamiento adecuado. Si no se toma en cuenta el dominio de capacidades coordinativas , y se comienza a inculcar en los niños los fundamentos técnicos, el niño adoptara errores en la ejecución de los fundamentos técnicos que probablemente llevara esos errores hasta su juventud si no son corregidos a tiempo.</p>
<p><b>Pregunta 4:</b> ¿Usted considera importante el manejo de un programa de entrenamiento por parte de los entrenadores de baloncesto para el desarrollo de las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos en la Liga deportiva cantonal Otavalo?</p>	
<p><b>Respuesta:</b> Sí, es muy importante contar con un programa de desarrollo porque nosotros de acuerdo a eso vamos a poder dar un seguimiento a los deportistas, teniendo siempre el programa de entrenamiento con objetivos claros y las metas que se tiene que cumplir con cada uno de los niños en los tiempos y edades indicadas.</p>	<p><b>Interpretación:</b> En el programa de entrenamiento de baloncesto de los niños, las sesiones de entrenamiento, deben incluir ejercicios que permitan el desarrollo de las capacidades coordinativas, para el mejoramiento de la ejecución de la técnica y lograr obtener resultados positivos.</p>
<p><b>Pregunta 5:</b> ¿Considera usted necesario la elaboración de un documento de actividades enfocado al desarrollo de capacidades coordinativas, que permitan el mejoramiento de los fundamentos técnicos en los niños?</p>	
<p><b>Respuesta:</b> Sí, siempre va a ser muy importante tener una base una guía en la cual nosotros podamos mirar, incluso el desarrollo el avance de los deportistas, la guía siempre</p>	<p><b>Interpretación:</b> En la iniciación deportiva del baloncesto, resulta adecuado contar con una guía de ejercicios que implementen el desarrollo de capacidades coordinativas, al mismo tiempo</p>

<p>será una ayuda para el docente, una herramienta metodológica en la cual se tenga la ayuda desglosado todo el trabajo que se debe realizar con los niños deportistas de las diferentes edades y categorías, desde la iniciación, y la formación hasta categorías de edades superiores, para todos ellos siempre es necesario contar con una guía, y contar con la fundamentación científica para nosotros poder realizar el trabajo adecuado que permita a los niños ejecutar bien los fundamentos técnicos.</p>	<p>que se realiza la práctica de la ejecución de los fundamentos técnicos, con el fin de obtener resultados favorables y que los niños demuestren una mejor ejecución de la técnica, y estos resultados se puedan ver reflejados en un juego o competencia.</p>
--	---

### 3.3 Ficha de observación aplicada a los niños de las categorías U7 –U9 – U11 de Liga deportiva cantonal Otavalo

**Tabla 10**

*Fundamento técnico boteo categoría U7*

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Excelente	0	0%
Muy bueno	4	40%
Bueno	3	30%
Poco	3	30%
Nada	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a niños de liga deportiva cantonal Otavalo

#### **Interpretación**

En la categoría U7 observando el fundamento técnico boteo, se obtuvo como resultado que el 40% de los niños obtuvieron el valor de muy bueno en la ejecución, a diferencia de que el 30% tuvo una buena ejecución y el otro 30% su ejecución fue poco eficiente, Rossotto. et.al (2010) “Es importante que la técnica este aprendida intentando lograr la menor cantidad de errores, dado que por la evolución motriz de la edad de la categoría se está en condición de conseguir este punto del aprendizaje”. Se puede deducir que en su gran mayoría dominan el boteo dentro de la ejecución de los diferentes ejercicios, pero es importante trabajar en el trabajo y mejoramiento constante de este fundamento.

**Tabla 11***Fundamento técnico boteo categoría U9*

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Excelente	2	13%
Muy bueno	6	40%
Bueno	5	33%
Poco	1	7%
Nada	1	7%
<b>TOTAL</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a niños de liga deportiva cantonal Otavalo

**Interpretación**

En la categoría U9 se puede observar que el 40% de los jugadores obtuvieron un rango de muy bueno, por otra parte, el 33% de los jugadores tuvieron un valor de bueno, no obstante, se obtuvo un porcentaje del 7% en poco y nada de eficiencia al ejecutar el boteo. Rossotto. et.al (2010) “Es una etapa importante en cuanto a la fijación de las técnicas de cada uno de los tipos de dribling”. por lo que se evidencia que se debe trabajar con mayor frecuencia este fundamento técnico para que exista un mejor resultado tanto en la práctica como durante una competencia

**Tabla 12***Fundamento técnico boteo categoría U11*

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Excelente	4	25%
Muy bueno	5	31%
Bueno	3	19%
Poco	3	19%
Nada	1	6%
<b>TOTAL</b>	<b>16</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a niños de liga deportiva cantonal Otavalo

**Interpretación**

El boteo es uno de los fundamentos técnicos del baloncesto que refleja todas las capacidades coordinativas, todo depende a la situación en que se esté ejecutando el Boteo. Este es un fundamento completo ya que permite evidenciar la importancia de las diferentes capacidades coordinativas al ejecutarlo. (Cultura, 1988) Las capacidades coordinativas en el baloncesto son la base de una correcta ejecución de las acciones técnicas en el juego. En este fundamento se ven reflejadas La capacidad básica de adaptación, regulación del movimiento, orientación, ritmo, equilibrio y agilidad, para que el deportista domine este movimiento y realice eficientemente la técnica.

## PASE

**Tabla 13**

*Fundamento técnico Pase categoría U7*

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Excelente	0	0%
Muy bueno	3	30%
Bueno	4	40%
Poco	3	30%
Nada	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a niños de liga deportiva cantonal Otavalo

### **Interpretación.**

En la categoría U7 de la liga deportiva cantonal Otavalo se puede visualizar que el 40% se mantiene en el rango de bueno al momento de ejecutar el pase, de igual manera el 30% de los deportistas obtuvieron un rango de muy bueno, y el otro 30% demostró poca eficiencia en la realización del pase. Comisión Nacional del Deporte (2008) "Es el fundamento base de todas las jugadas en movimiento y su importancia para el juego ocupa el segundo lugar después del tiro. Se pueden practicar a pie firme dirigido a 3 direcciones diferentes y en diferentes formaciones". De manera que se puede evidenciar que se necesita fortalecer el trabajo en este fundamento técnico conjuntamente con el trabajo de capacidades coordinativas.



**Tabla 14***Fundamento técnico Pase categoría U9*

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Excelente	4	27%
Muy bueno	4	27%
Bueno	4	27%
Poco	3	19%
Nada	0	0%
<b>TOTAL</b>	15	100%

Fuente: Ficha de observación aplicada a niños de liga deportiva cantonal Otavalo

**Interpretación.**

En esta categoría se puede observar que los resultados se encuentran en un rango de nivel muy aceptable, ya que obtuvieron un rango de excelente, muy bueno y bueno casi la totalidad de los jugadores, representando un porcentaje del 27 % cada uno de ellos, por lo que es necesario afianzar aún más este fundamento técnico, puesto que un 19% muestra una deficiencia en la ejecución del pase. Comisión Nacional del Deporte (2008)” Es el fundamento base de todas las jugadas en movimiento y su importancia para el juego ocupa el segundo lugar después del tiro. Se pueden practicar a pie firme dirigido a 3 direcciones diferentes y en diferentes formaciones”. El pase se debe entrenar conjuntamente con capacidades coordinativas, debido a que es igual de importante que cualquier otro fundamento.

**Tabla 15***Fundamento técnico Pase categoría U11*

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Excelente	3	19%
Muy bueno	4	25%
Bueno	6	37%
Poco	3	19%
Nada	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>16</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a niños de liga deportiva cantonal Otavalo

**Interpretación**

Haciendo un análisis general de las tres categorías U7- U9 – U11 podemos determinar que en su defecto la ejecución del pase en estos niños se encuentra entre bueno y muy bueno, lo que nos permite también analizar que otro porcentaje no ejecuta de una manera correcta este fundamento, por lo cual de acuerdo a la investigación realizada las capacidades coordinativas de estos niños no estarían bien desarrolladas. (Mora, 2007). Podemos observar que en cada fundamento técnico actúan una o más capacidades coordinativas y que del buen dominio que el deportista tenga de estas capacidades depende la calidad de cualquier acción. En este fundamento se ven reflejadas las capacidades de adaptación y regulación del movimiento, capacidad de orientación, capacidad de equilibrio, anticipación, la agilidad y el aprendizaje motor.

## Lanzamiento

**Tabla 16**

*Fundamento técnico lanzamiento categoría U7*

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Excelente	1	10%
Muy bueno	3	30%
Bueno	4	40%
Poco	2	20%
Nada	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a niños de liga deportiva cantonal Otavalo

### **Interpretación**

En la categoría U7 se puede observar que el 40% lo que representa a casi la mitad de los jugadores se mantuvieron en el rango de bueno, por otro lado, se obtuvo un rango de muy bueno un porcentaje del 30 %, un 20% se ubicó en el rango de poco al momento de realizar la ejecución y únicamente un 10 % del total de los jugadores obtuvieron un rango de excelente. Rossotto. et.al (2010). “Es el momento oportuno para la fijación de los contenidos de cada uno de los lanzamientos incorporados en las etapas previas. Y el momento justo para agregar los que faltan, ritmo de un tiempo y gancho”. Es necesario que el trabajo en este fundamento debe fortalecerse ya que este permitirá un resultado positivo dentro del desenvolvimiento de cada jugador en este deporte.

**Tabla 17***Fundamento técnico lanzamiento categoría U9*

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Excelente	4	27%
Muy bueno	4	27%
Bueno	4	27%
Poco	3	19%
Nada	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a niños de liga deportiva cantonal Otavalo

**Interpretación**

Se puede observar que en la categoría U9 existen rangos muy satisfactorios, ya que se mantienen en excelente, muy bueno y bueno, abarcando un porcentaje del 27 %, en cada categoría, mientras que un 19% demuestra poca eficiencia al momento de realizar el lanzamiento. Rossotto. et.al (2010) “Es una etapa de reordenamiento de conceptos y movimientos en relación a las técnicas específicas, por lo tanto, será importante la correcta evaluación y posteriores correcciones para lograr lo ideal”. El trabajo en esta categoría deberá fortalecerse para tener resultados positivos en el trabajo de este fundamento así como también del desarrollo de las capacidades coordinativas.

**Tabla 18***Fundamento técnico lanzamiento categoría U11*

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Excelente	5	31%
Muy bueno	4	25%
Bueno	4	25%
Poco	3	19%
Nada	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>16</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a niños de liga deportiva cantonal Otavalo

**Interpretación**

En el lanzamiento las capacidades que más podemos evidenciar en este movimiento técnico son la capacidad de equilibrio, capacidad de adaptación y regulación del movimiento, orientación y agilidad. (Moreno, 2014) En el baloncesto las capacidades coordinativas están eminentemente presentes, en la ejecución de cada fundamento. Depende mucho de cómo dominemos estas capacidades la calidad con la que ejecutamos el fundamento técnico. El lanzamiento es un fundamento que requiere de mucha técnica, y es debido que los niños adquieran la técnica correcta desde las categorías formativas. Para que no continúen con errores comunes en la ejecución de este fundamento a lo largo de su vida.

## **CAPÍTULO IV**

### **PROPUESTA**

#### **TITULO**

GUÍA DE EJERCICIOS MOTRICES PARA MEJORAR LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN LA EJECUCION DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO DE LOS NIÑOS DE LAS CATEGORÍAS U7 - U9 - U11 DE LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO.

#### **JUSTIFICACIÓN**

La presente guía de ejercicios es realizado de acuerdo a los resultados obtenidos en la investigación, enfocándose así al mejoramiento de las capacidades coordinativas en los niños de las categorías formativas U7 – U9 – U11, para de esta manera mejorar la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto mediante la aplicación de ejercicios en las sesiones de entrenamiento que generen un desarrollo de las capacidades coordinativas mientras se practica cierto fundamento técnico y de esta manera lograr en el niño deportista un mejor rendimiento técnico, una mejor calidad de los movimientos que realiza en este deporte y por ende un menor gasto de su energía.

Los resultados obtenidos en la investigación realizada en cada una de las categorías de Liga deportiva cantonal Otavalo, arrojan resultados no muy satisfactorios en el ámbito coordinativo, tomando en consideración las capacidades coordinativas en cuestión, de tal manera se pudo evidenciar también que varios de los fundamentos técnicos no son ejecutados de una manera eficaz, por lo que el resultado final del movimiento es erróneo en el desempeño del baloncesto. La problemática en mención, es el desconocimiento sobre el gesto técnico correcto, para la ejecución de los fundamentos técnicos y los movimientos coordinativos que con antelación son un factor determinante dentro del desarrollo integral del jugador de baloncesto para una futura especificidad deportiva, de manera que es necesario realizar un instrumento que pueda servir como un aporte mediante ejercicios motrices que desarrollen las capacidades coordinativas en los fundamentos técnicos del baloncesto.

Esto permite disminuir los errores que cometen los niños en la ejecución de la técnica del baloncesto, y que muchas veces adquieren errores técnicos que conllevan a lo largo de su práctica deportiva, debido a que no fueron corregidos a tiempo en la niñez.

Esta guía de ejercicios también será un apoyo hacia los entrenadores de las categorías formativas, para que puedan contar con ejercicios que mejoren el nivel de capacidades coordinativas, en los niños, así como también será un aporte a sus conocimientos teóricos y

puedan aplicarlo en la práctica de sus entrenamientos y enseñanzas. Por ende, la presente propuesta permitirá un mejoramiento del rendimiento técnico de los niños deportistas, teniendo siempre en cuenta la importancia que tienen las capacidades coordinativas en la acción de cada movimiento técnico deportivo.

## **FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

### **FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO**

La técnica en el baloncesto es esencial para un correcto desarrollo del nivel de juego de los niños y es importante que esta técnica se adquiriera desde las edades tempranas, puesto que son las propicias para inculcar en él, los fundamentos y pueda ir potenciándolos con el tiempo.

Son movimientos técnicos que permiten ejecutar las acciones propias del Básquetbol sin transgredir las reglas propias del juego. Hay que enseñar correctamente la técnica de los movimientos y ponerlas en práctica en situaciones reales de juego. A estos fundamentos hay que conocerlos, perfeccionarlos y ejecutarlos con rapidez y fluidez, esto nos lleva a formar a un jugador. (Rossotto, Correa, & Machado, 2010)

El perfeccionamiento de la técnica va a depender mucho del nivel de capacidades coordinativas que haya desarrollado el niño, por ellos es importante manejar un entrenamiento que potencie estas capacidades.

#### **Bote**

En cuanto a la definición del bote (Rossotto, Correa, & Machado, 2010) mencionan que:

El dribling es uno de los fundamentos ofensivos más importantes ya que permite desplazarnos con el balón sin cometer violaciones al reglamento. Es primordial dominar la técnica del dribling para desenvolverse en la cancha sin preocuparse por él y desarrollar los demás aspectos del juego.

El dribling nos permite avanzar con el balón y superar al defensor para obtener un tiro fácil; desmarcarnos del oponente y obtener una buena posición de pase; cruzar rápidamente la cancha y culminar un contraataque

### **Pase**

El pase permite jugar en equipo y requiere de cualidades coordinativas que en conjunto se vean reflejadas al momento de ejecutar este fundamento. Es necesario entrenar este fundamento y no dejar pasar por alto ya que también requiere de un buen nivel de la técnica y a su vez de las capacidades coordinativas.

Es un fundamento que se diferencia de los demás por relacionar a los dos jugadores que intervienen en la acción, tiene dos fases el pase y la recepción del otro. “Un buen pase es medio gol”, “un mal pase cuesta dos puntos”. (Rossotto, Correa, & Machado, 2010)

Existen diferentes variaciones del pase y cada una de ellas requiere que el niño posea un buen nivel de capacidad coordinativa.

### **Lanzamiento**

El lanzamiento es uno de los fundamentos básicos del baloncesto, se lo puede realizar de corta, media y larga distancia, dependiendo en donde se ubique el jugador que tiene el control del balón y se encuentra en posición de lanzamiento tratando siempre de adoptar la técnica correcta.

(Rossotto, Correa, & Machado, 2010) Todos los movimientos y acciones que se realizan con y sin balón en ataque tienen por finalidad poder obtener un lanzamiento en buenas condiciones, donde la probabilidad de encestar sea alta. Varios factores son importantes para la efectividad del lanzamiento.

De este fundamento depende salir victorioso o no en un partido, por ello se debe inculcar desde las categorías formativas una correcta técnica de lanzamiento y con ello, a su vez potenciar las capacidades coordinativas.



## Objetivo General

- Elaborar una guía de ejercicios para mejorar las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos, mediante actividades deportivas motrices a los niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo.

## Objetivos Específicos

- Mejorar las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos a los niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo.
- Facilitar la guía propuesta a los entrenadores y niños deportistas de Liga Deportiva Cantonal Otavalo con el fin de mejorar el desempeño técnico deportivo.

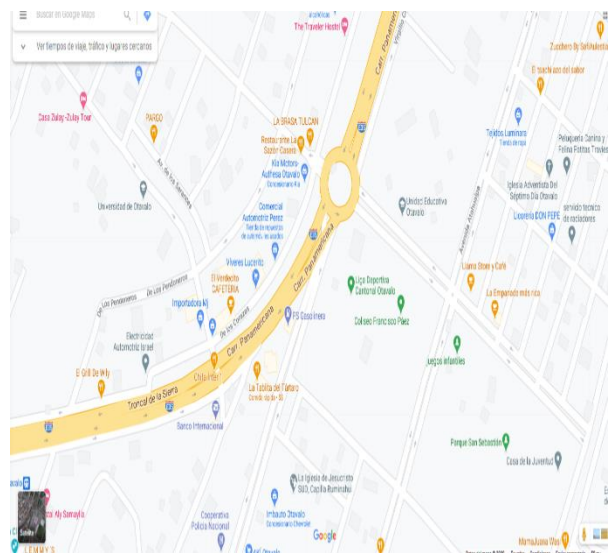
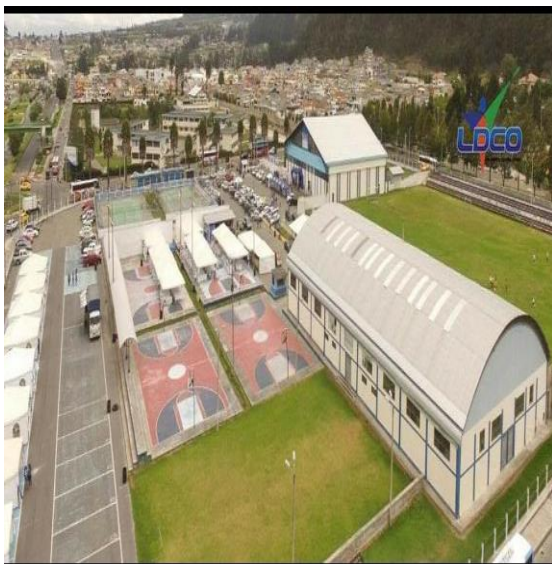
## UBICACIÓN SECTORIAL

**País:** Ecuador

**Provincia:** Imbabura

**Cantón:** Otavalo

**Beneficiarios:** Dirigentes, entrenadores, niños deportistas categorías U7- U9- U11



## **DESARROLLO DE LA PROPUESTA**

### **PRESENTACIÓN**

La presente guía de ejercicios está enfocada al mejoramiento de las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos de la categoría U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo.

Los ejercicios y actividades propuestas están direccionadas a desarrollar cada capacidad coordinativa, mientras se practica también los diferentes fundamentos técnicos básicos más utilizados por las categorías formativas, consta de 3 unidades, en las que cada unidad está dividida por la clasificación de las capacidades coordinativas.

**Unidad I:** Conformada por ejercicios de cada fundamento técnico básico esencial que permita mejorar las capacidades coordinativas básicas que son adaptación y regulación del movimiento.

**Unidad II:** conformada por ejercicios de cada fundamento técnico que mejoren las capacidades coordinativas especiales que son reacción, anticipación, ritmo, diferenciación, orientación, acoplamiento y equilibrio.

**Unidad III:** Conformada por ejercicios de cada fundamento técnico que mejoren las capacidades coordinativas complejas que son agilidad y aprendizaje motriz.



**UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN FISICA**

**TITULO:**

**GUÍA DE EJERCICIOS PARA MEJORAR LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS  
EN LA EJECUCION DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO  
DE LOS NIÑOS DE LAS CATEGORÍAS U7 - U9 - U11 DE LIGA DEPORTIVA  
CANTONAL OTAVALO.**



**AUTOR:**

Nicole Almeida

**TUTOR:**

MSc. Fabián Yépez

Ibarra. 2020






# Unidad I




## CAPACIDADES COORDINATIVAS BÁSICAS




“Son la base para regular un movimiento y organizarlo, en cualquier acción cotidiana o en el ámbito deportivo”.






<b>TALLER N° 1 BOTEÓ</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE ADAPTACIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Esta capacidad permite dar una respuesta motriz, a cada situación diferente o cambiante que se presenta en los diferentes movimientos cotidianos , deportivos y en especial en la ejecución de la técnica.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de adaptación mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
<p>Cada niño/a se ubica en las líneas laterales a una distancia de 2 metros de distancia entre cada niño.</p> <p>Se realizará movimientos que permitan familiarizarse con el balón procurando abarcar ejercicios por entre las piernas, entre la cintura y entre la cabeza. De manera que permita adaptarse al uso del balón con los diferentes movimientos.</p>	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
Realizar el boteo en diferentes posiciones del cuerpo ya sea de rodillas, en cuclillas, sentado con piernas flexionadas, sentado con piernas estiradas, acostado y con otras variantes que permita que el niño se vaya adaptando a estas.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Se Realiza el boteo en diferentes posiciones del cuerpo ya sea de rodillas, en cuclillas, sentado con piernas flexionadas, sentado con piernas estiradas, acostado y con otras posiciones del cuerpo que permita que el niño se vaya adaptando a estas.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	




<b>TALLER N° 2 PASE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE ADAPTACIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Esta capacidad permite dar una respuesta motriz, a cada situación diferente o cambiante que se presenta en los diferentes movimientos cotidianos , deportivos y en especial en la ejecución de la técnica.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de adaptación mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Los niños escogerán a una pareja- La actividad se realiza desplazándose por cualquier lado de la cancha que haya delimitado el entrenador y al realizar una señal o decir las palabras pase en posición de rodillas o en cuclillas, deberán buscar y acercarse donde su pareja colocarse frente a frente y realizar el pase de acuerdo a la posición que el entrenador dictó.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
Realizar el pase con diferentes posiciones del cuerpo que permita que el niño se adapte a ella y logre ejecutar el fundamento. Pase en posición de cuclillas, de rodillas , sentado, un niño acostado y el otro sentado y otras posiciones más como variantes de esta actividad.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Se realiza la misma actividad pero en esta ocasión alternando las posiciones mientras uno se ubica sentado el otro de pie y finalmente ambos con la misma variación de posiciones.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	

<b>TALLER N° 3 LANZAMIENTO</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE ADAPTACIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Esta capacidad permite dar una respuesta motriz, a cada situación diferente o cambiante que se presenta en los diferentes movimientos cotidianos , deportivos y en especial en la ejecución de la técnica.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de adaptación mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
<p>Todos los niños se dispersan por todo el espacio de la cancha deben permanecer boteando y al escuchar la señal de profesor elevar el balón hacia arriba en posición de lanzamiento como si se tuviera un aro imaginario al frente de él. Con la posición correcta de cuerpo brazos y manos.</p>	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
<p>Realizar el lanzamiento con un compañero frente a él que se encuentre de espaldas y como variante que el compañero ahora gire y se coloque de frente, o también con un objeto como puede ser una silla</p>	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
<p>Lanzar el balón con una sola mano para aprender la técnica correcta de lanzamiento, realizando el ligero quiebre de muñeca y que el balón se eleve girando.</p>	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
<p>Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.</p>	

<b>TALLER N° 4</b>	
<b>LANZAMIENTO</b>	
<b>TEMA</b>	<b>CAPACIDAD DE REGULACIÓN DEL MOVIMIENTO.</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	La capacidad de regulación del movimiento se encuentra entre las capacidades generales o básicas porque todas las restantes capacidades coordinativas se caracterizan por el proceso de regulación y control de los movimientos, de lo contrario estos no se pudieran realizar, o no se realizarían con la calidad requerida. (Perera Díaz, 2001)
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de regulación del movimiento mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Los niños se ubican alrededor de la cancha y según la orden que reciban irán cambiando de mano mientras botean, izquierda, derecha, alternando ambas manos y cambiando de velocidades.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
Realizar 10 botes altos, a la altura del pecho aproximadamente, seguido 10 botes cortos, aproximadamente hasta la rodilla, y finalmente 10 botes hasta la cintura, repetir esto varias veces, con la mano izquierda, derecha y con ambas manos alternadamente.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRAFICO</b>
Realizar los mismos botes con la mano contraria, y sosteniendo una pelota pequeña con su otra mano u otro objeto.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	



<b>TALLER N° 5 PASE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE REGULACIÓN DEL MOVIMIENTO</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	La capacidad de regulación del movimiento se encuentra entre las capacidades generales o básicas porque todas las restantes capacidades coordinativas se caracterizan por el proceso de regulación y control de los movimientos, de lo contrario estos no se pudieran realizar, o no se realizarían con la calidad requerida. (Perera Díaz, 2001)
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de regulación de movimiento mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
<p>Todos los niños correrán desplazándose alrededor de la cancha y al escuchar la señal realizarán un pase corto a su compañero más cercano, primero pase de pecho, luego pase de pique, según la orden lo indique.</p>	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
<p>Separarse a un metro de su compañero colocarse frente a frente y realizar el pase, luego irse cada vez un paso hacia atrás y volver a realizar el pase.</p>	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
<p>Realizar la misma actividad, pero con las diferentes variaciones el pase. Por ejemplo, pase de pique pase por encima de la cabeza etc.</p>	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
<p>Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.</p>	


<b>TALLER N° 6 LANZAMIENTO</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE REGULACIÓN DEL MOVIMIENTO</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	La capacidad de regulación del movimiento se encuentra entre las capacidades generales o básicas porque todas las restantes capacidades coordinativas se caracterizan por el proceso de regulación y control de los movimientos, de lo contrario estos no se pudieran realizar, o no se realizarían con la calidad requerida. (Perera Díaz, 2001)
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de regulación mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
<p>Todos los participantes se ubican en un lugar de la cancha separados y elevan el balón hacia arriba con un salto y asimismo tratan de atraparlo con un salto y cayendo con ambos pies.</p>	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
<p>Pararse a una distancia muy cercana de la canasta y realizar el lanzamiento, encestar, y luego retroceder un paso y realizar el lanzamiento, hasta llegar a la zona del tiro libre.</p>	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
<p>Lanzar el balón hacia un lado del tablero y realizar un salto al agarrar el balón con las manos elevadas y una vez agarrado el balón bajarlo hacia el pecho para protegerlo.</p>	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
<p>Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.</p>	




## UNIDAD II

# CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES




Durante la realización de ciertos movimientos o acciones las capacidades coordinativas se ven reflejadas entre una o varias de ellas, para darle calidad a ese movimiento y cumplir con el objetivo motriz, estas capacidades se interrelacionan con las condicionales puesto que estas intervienen de una manera directa en la ejecución de los fundamentos técnicos.






<b>TALLER N° 7 BOTEÓ</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE REACCIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Esta capacidad permite que el individuo actúe de manera inmediata ante un estímulo ya sea este sonoro o visual, y poder dar una respuesta a la tarea motriz lo más rápido posible. Hay una única respuesta al estímulo presentado.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de reacción mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Todos los niños se desplazarán boteando de un extremo de la cancha a otro reaccionando a diferentes estímulos mandados por el entrenador.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
Este ejercicio permite al niño reaccionar mediante el estímulo del sonido, cuando escuche uno boteara con ambas manos alternadamente, cuando escuche dos boteara con mano izquierda, cuando escuche 3, se desplazara boteando hacia delante con velocidad hasta una zona señalada y cuando escuche 4 tendrá que botear con la mano derecha.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Los niños se colocarán en dos grupos en la línea de fondo y línea lateral de una manera equivalente, cada grupo deberá reaccionar a un estímulo diferente y cuando sea su turno desplazarse hacia el lado opuesto de donde se encuentra sin equivocarse.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	

<b>TALLER N° 8 PASE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE REACCIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Esta capacidad permite que el individuo actúe de manera inmediata ante un estímulo ya sea este sonoro o visual, y poder dar una respuesta a la tarea motriz lo más rápido posible. Hay una única respuesta al estímulo presentado.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de reacción mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Todos los niños correrán desplazándose alrededor de la cancha y al escuchar la señal realizarán un pase corto a su compañero más cercano, primero pase de pecho, luego pase de pique, según la orden lo indique.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño se encontrará boteando frente a una pared y cuando escuche que el profesor diga la palabra “amarillo” realizará el pase picado, cuando escuche “azul” realizará el pase de pecho, si escucha “rojo” realizará el pase por encima de la cabeza” y “verde” el pase de gancho. El niño debe encontrarse a una distancia prudente de la pared y siempre se deberá mantener boteando hasta escuchar un color.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
La variante de este ejercicio será ahora hacerlo con otro compañero y una vez dominada la actividad hacerlo en grupos de tres o cuatro participantes.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	







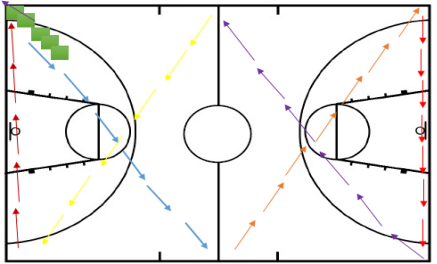
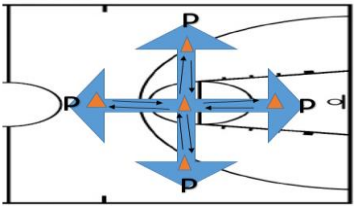
<b>TALLER N° 9 LANZAMIENTO</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE REACCIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Esta capacidad permite que el individuo actúe de manera inmediata ante un estímulo ya sea este sonoro o visual, y poder dar una respuesta a la tarea motriz lo más rápido posible. Hay una única respuesta al estímulo presentado.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de reacción mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Como calentamiento ejercicio adelante y atrás El niño se encontrará boteando con ambas manos alternadamente y cuando escuche la palabra” adelante” agarrará el balón y se desplaza hacia adelante; asimismo cuando escuche la palabra atrás, cambiará de dirección hacia atrás. También se lo puede realizar desplazando hacia adelante y cuando escuche la palabra se detiene y gira.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño se encuentra boteando el balón desplazándose hacia un lado y hacia otro, en la zona de tiro libre, y cuando escuche un pitido lanzara hacia la canasta.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño se encontrará realizando el bote frente a un compañero y frente al tablero, a un lado del anillo y cuando escuche la palabra “rebote” deberá lanzar el balón hacia un lado del tablero, el compañero que estaba al frente deberá girar y deberán competir por ganar el balón en el rebote.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	


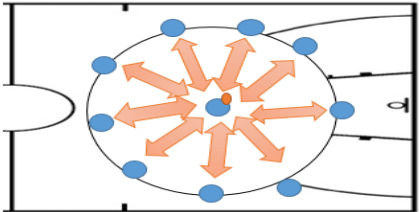

<b>TALLER N° 10 BOTEÓ</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE ANTICIPACIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Brinda la posibilidad de prevenir o adelantarse a un movimiento para posibles situaciones futuras, es la capacidad de prevenir y modificar los movimientos para las secuencias motoras futuras. También se requiere de un análisis a tiempo, cuando cierta situación cambia para lograr reaccionar con el movimiento correcto en la acción correspondiente.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de anticipación mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Desplazarse de un extremo al otro de la cancha, realizando un cambio de dirección en forma de zig-zag hasta llegar al otro extremo y luego volver realizando el mismo movimiento.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El ejercicio se lo realiza en parejas, un niño realiza un pase de pique hacia adelante y el otro compañero corre hacia el balón y sin detenerse, se desplaza hacia delante boteando. Impidiendo que el balón deje de botear, y sin detener la carrera una vez que inicio a correr.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Ejercicio en parejas Un niño vendrá boteando hacia el aro y realizará la entrada, al otro lado de la zona de 3 segundos se encontrará el otro niño que es quien hará el rebote del balón impidiendo que este toque el suelo.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	




<b>TALLER N° 11 PASE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE ANTICIPACIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Brinda la posibilidad de prevenir o adelantarse a un movimiento para posibles situaciones futuras, es la capacidad de prevenir y modificar los movimientos para las secuencias motoras futuras. También se requiere de un análisis a tiempo, cuando cierta situación cambia para lograr reaccionar con el movimiento correcto en la acción correspondiente.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de anticipación mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Movilidad articular Todos los niños correrán desplazándose alrededor de la cancha y al escuchar la señal realizarán un pase corto a su compañero más cercano, primero pase de pecho, luego pase de pique, según la orden lo indique.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
Este ejercicio se lo realizara en grupos de tres niños El primer participante se ubicara en el centro de la cancha, el segundo se acercara boteando desde la línea de fondo y le dará un pase al que se encuentra en la mitad de la cancha, este tendrá ya preparado su posición del cuerpo para recibir ese pase e inmediatamente pasarlo a su tercer compañero, este recibirá el balón y de igual manera se desplazara boteando hacia la línea de fondo y regresara para volver a repetir el mismo ejercicio.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Se colocarán en posición de un pase frente a frente pero el tercer participante ira en la mitad, viendo hacia uno de sus compañeros. El que está a un costado efectuará un pase al de la mitad este realizará el pivote girará y pasará el balón al niño del otro extremo. Luego los participantes cambiarán de posición.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	





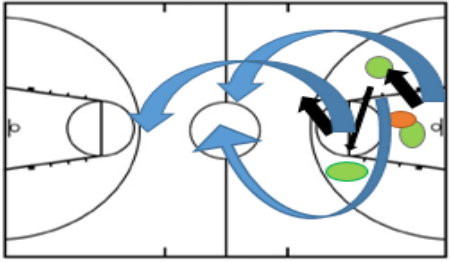
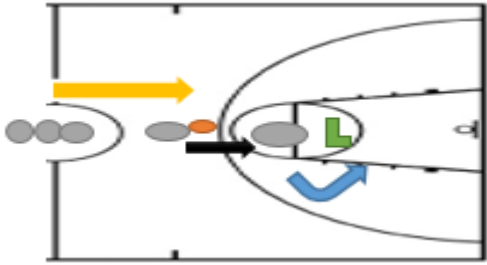
<b>TALLER N° 12 LANZAMIENTO</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE ANTICIPACIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Brinda la posibilidad de prevenir o adelantarse a un movimiento para posibles situaciones futuras, es la capacidad de prevenir y modificar los movimientos para las secuencias motoras futuras. También se requiere de un análisis a tiempo, cuando cierta situación cambia para lograr reaccionar con el movimiento correcto en la acción correspondiente.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de orientación mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Movilidad articular Botear 10 canchas variando las manos izquierda-derecha- y luego con ambas Efectuar lanzamientos de la zona de tiro libre.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El ejercicio se lo realizara en parejas Uno se colocará en la línea de saque bajo el aro realizará un pase al segundo participante, y este inmediatamente la recibir el pase ejecutará un lanzamiento al aro.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Para la variante se alternarán los papeles, y uno efectuará el saque mientras la otra lanza. Luego se procederá a colocar uno y dos jugadores más respectivamente que realizaran la defensa.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	

<b>TALLER N° 13 BOTEAO</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE ORIENTACIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	(Weineck, 2005) Es la capacidad para determinar y modificar la situación y los movimientos del cuerpo en base o de acuerdo al espacio y en el tiempo determinado, en relación con campo de acción definido y/o con un objeto en movimiento”
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de orientación mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Lubricación articular Desplazamientos con boteo a lo largo y ancho de la cancha Adelante- atrás Izquierda- derecha.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
<b>Ejercicio de la X:</b> Se utiliza toda la cancha de baloncesto, se inicia en una esquina de la línea de fondo, luego se desplaza boteando de manera diagonal hasta un lado de la media cancha. Luego se desplaza nuevamente de manera diagonal hacia la línea de fondo del lado contrario de la cancha, luego se desplaza por toda la línea de fondo de un lado hacia otro y repite la misma forma de X por la cancha.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Colocar conos en forma de una cruz, y el niño debe ir por donde se encuentran ubicados cada uno de los conos y realizando el bote y desplazándose hacia cada dirección diferente.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	




<b>TALLER N° 14 PASE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE ORIENTACIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	(Weineck, 2005) “Es la capacidad para determinar y modificar la situación y los movimientos del cuerpo en base o de acuerdo al espacio y en el tiempo determinado, en relación con campo de acción definido y/o con un objeto en movimiento”
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de orientación mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Movilidad articular Todos los niños correrán desplazándose alrededor de la cancha y al escuchar la señal realizarán un pase corto a su compañero más cercano, primero pase de pecho, luego pase de pique, según la orden lo indique.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
<b>La rueda</b> Realizar un círculo con uno de los niños en la mitad y los demás todos separados formando un círculo, el niño que se encuentra en el medio deberá ir girando y realizando un pase a cada uno de los que está alrededor.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Colocar el balón arriba de su cabeza y extender completamente los brazos hacia arriba con el balón en las manos, luego realizar el mismo ejercicio pero ahora lanzando el balón hacia arriba al extender los brazos.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	

<b>TALLER N° 15 LANZAMIENTO</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE ORIENTACIÓN</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	(Weineck, 2005) “Es la capacidad para determinar y modificar la situación y los movimientos del cuerpo en base o de acuerdo al espacio y en el tiempo determinado, en relación con campo de acción definido y/o con un objeto en movimiento”
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de orientación mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Lubricación articular Ejercicios de calentamiento general y específicos. Todos los niños se desplazarán boteando de un extremo de la cancha a otro reaccionado a diferentes estímulos mandados por el entrenador.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño debe colocarse cerca al aro y ejecutar el lanzamiento, luego de eso vendar los ojos y lanzar desde la misma posición, realizar estos lanzamientos desde diferentes posiciones cerca de la canasta con y sin vendaje.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Todos forman un semicírculo en la mitad de la cancha cada participante deberá vendarse los ojos, estar bajo el aro según las ordenes que le digan y lanzar al aro hasta lograr realizar la canasta.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	

<b>TALLER N° 16 BOTE O</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE RITMO</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	(Platonov & Bulatova, 2001) Al respecto dicen: “el sentido del ritmo entendido como la capacidad de variar y reproducir los parámetros de fuerza - velocidad y espaciotemporales de los movimientos predeterminada en gran parte el nivel en cualquier deporte” (pág.217). Capacidad de ejecutar los movimientos de una manera armónica y con una velocidad determinada.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de ritmo mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Lubricación articular Ejercicio de elevación de rodillas con bote con mano izquierda, mano derecha, con ambas manos Talones hacia atrás con bote utilizando mano izquierda, mano derecha y con ambas manos.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño debe colocarse en la posición correcta de bote y realizar el bote de protección colocando una pierna hacia adelante y un brazo al costado y luego a la señal del profesor cambiar de lado, pero debe mantener siempre el bote.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Marcamos 5 posiciones (o más) en la pista. Los jugadores salen cada uno con su balón botando hacia el primer punto, allí lanzan, van a su rebote y vuelven al centro del campo. Después repiten el movimiento y solo cambian de punto cuando logran una (o más) canastas en el anterior. (Rossotto, Correa, & Machado, 2010)	Fuente: (Rossotto, Iniciación en Basquetbol, 2010)
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	



<b>TALLER N° 17 PASE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE RITMO</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	(Platonov & Bulatova, 2001) Al respecto dicen: “el sentido del ritmo entendido como la capacidad de variar y reproducir los parámetros de fuerza - velocidad y espaciotemporales de los movimientos determinada en gran parte el nivel en cualquier deporte” (pág.217). Capacidad de ejecutar los movimientos de una manera armónica y con una velocidad determinada.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de ritmo mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Lubricación articular Ejercicio de elevación de rodillas con bote con mano izquierda, mano derecha, con ambas manos Talones hacia atrás con bote utilizando la mano izquierda, mano derecha y con ambas manos. Juegos de dominio del balón.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
La trenza Se lo realiza con 3 participantes, que se colocaran en la línea de fondo uno en medio y los dos a los costados el balón iniciara en el medio, el del medio realizara el primer pase y se desplazara por detrás hacia el lugar donde envió el pase, luego el que recibió el pase lanzara el balón al siguiente compañero , y de la misma manera se dirigirá por atrás al lugar del compañero al que le dio el pase, y continuaran así hasta llegar hasta la línea de fondo opuesta a la que iniciaron	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Ubicaremos un obstáculo, en la zona de tiros libres. Y frente a esa silla se ubicará un niño. Los jugadores se situarán en fila en un extremo de la línea de medio cancha, e irán saliendo sucesivamente una vez que el anterior haya terminado su ejercicio; irán boteando hasta llegar frente a su compañero, realizaran un pase, y el que recibe el balón efectuarán un pivote hacia atrás y entrará a canasta con un solo bote.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	






<b>TALLER N° 18 LANZAMIENTO</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE RITMO</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	(Platonov & Bulatova, 2001) Al respecto dicen: “el sentido del ritmo entendido como la capacidad de variar y reproducir los parámetros de fuerza - velocidad y espaciotemporales de los movimientos predeterminada en gran parte el nivel en cualquier deporte” (pág.217). Capacidad de ejecutar los movimientos de una manera armónica y con una velocidad determinada.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de ritmo mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Lubricación articular Ejercicio de elevación de rodillas con bote con mano izquierda, mano derecha, con ambas manos Talones hacia atrás con bote utilizando mano izquierda, mano derecha y con ambas manos. Juegos de dominio del balón.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
Un jugador con balón en media pista y otro a mitad de camino entre su compañero y el aro. El jugador de media pista pasa el balón a su compañero y corre para molestar el lanzamiento. El segundo, cuando recibe, realiza un par de botes rápidos para acceder al aro y lanzar. (Rossotto, Correa, & Machado, 2010)	 Fuente: (Rossotto, Iniciación en Basquetbol, 2010) Ejercicio de ritmo en el lanzamiento.
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Marcamos 5 posiciones (o más) en la pista. Los jugadores salen cada uno con su balón botando hacia el primer punto, allí lanzan, van a su rebote y vuelven al centro del campo. Después repiten el movimiento y solo cambian de punto cuando logran una (o más) canastas en el anterior. (Rossotto, Correa, & Machado, 2010)	 Fuente: (Rossotto, Iniciación en Basquetbol, 2010) Ejercicio de ritmo en el lanzamiento
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	

<b>TALLER N° 19 BOTE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE EQUILIBRIO</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Es la capacidad que hace posible que el cuerpo o una parte del mantenga constantemente la posición correcta durante o después de una acción motriz, es importante señalar que el aparato vestibular es el encargado del equilibrio. Esta capacidad varía mucho según el deporte que se practique.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de equilibrio mediante ejercicios estáticos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Lubricación articular Ejercicios de calentamiento general Elevación de rodillas talones hacia atrás, skipping etc. Desplazamientos con boteo y detenerse con un pie y mantener el equilibrio.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño se colocará en un solo pie, mientras mantendrá la otra pierna elevada, hacia un costado inclinada, luego cambiara de posición la pierna que se mantiene en el aire, hacia delante y hacia atrás mientras se mantiene realizando el boteo. Luego repetir con la otra pierna.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño se coloca tras 3 conos o platos uno al frente y dos laterales y primero deberá ir tocando cada cono alternadamente y en un solo pie. Luego deberá realizar la misma secuencia pero ahora boteando el balón.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	



<b>TALLER N° 20 PASE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE EQUILIBRIO</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Es la capacidad que hace posible que el cuerpo o una parte del mantenga constantemente la posición correcta durante o después de una acción motriz, es importante señalar que el aparato vestibular es el encargado del equilibrio. Esta capacidad varía mucho según el deporte que se practique.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de equilibrio mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Lubricación articular Ejercicios de calentamiento general Elevación de rodillas talones hacia atrás, skipping etc. Desplazamientos con boteo y detenerse con un pie y mantener el equilibrio. Realizar diferentes posiciones boteando y manteniendo el equilibrio.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño se pondrá frente a frente con su pareja y realizara el pase, apoyado en un solo pie, puede realizar las variantes del pase que son pase picado, pase de pecho, pase por encima de la cabeza. Y luego repetir con la otra pierna.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño se pondrá frente a frente con su pareja y realizara el pase, apoyado en un solo pie, puede realizar las variantes del pase que son pase picado, pase de pecho, pase por encima de la cabeza. Y luego repetir con la otra pierna. Elevará la pierna inclinada hacia el lado derecho e izquierdo.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	



<b>TALLER N° 21 LANZAMIENTO</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE EQUILIBRIO</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Es la capacidad que hace posible que el cuerpo o una parte del mantenga constantemente la posición correcta durante o después de una acción motriz, es importante señalar que el aparato vestibular es el encargado del equilibrio. Esta capacidad varía mucho según el deporte que se practique.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de equilibrio mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Lubricación articular Ejercicios de calentamiento general Elevación de rodillas talones hacia atrás, skipping etc. Desplazamientos con boteo y detenerse con un pie y mantener el equilibrio. Realizar diferentes posiciones manteniendo el equilibrio.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
Realizar el lanzamiento con un solo pie, flexionando un poco la pierna, luego repetir la misma acción el otro pie mientras el otro está en el aire, y finalmente una vez que se repita, realizar la ejecución correcta del lanzamiento con ambos pies de apoyo.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Colocar un cono a un lado, lanzar el balón hacia arriba, y saltar con ambos pies sobre el cono hacia un lado, agarrar el balón con las manos elevadas, evitando que el balón caiga al suelo. Luego cuando se logre dominar este ejercicio, realizarlo con un solo pie.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	


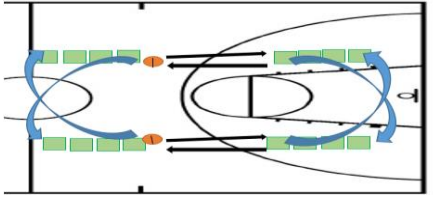

## **UNIDAD III**

# **CAPACIDADES COORDINATIVAS COMPLEJAS**




Se encuentran en dependencia del desarrollo de las demás capacidades, y son producto de las capacidades coordinativas básicas y especiales.






<b>TALLER N° 22 BOTE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE AGILIDAD</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Se constituye como una capacidad compleja, debido a que es el producto de las capacidades coordinativas generales, específicas y también de las capacidades condicionales, siendo la capacidad que posee un individuo para ejecutar rápida, pronto, ligero y eficazmente las tareas motrices.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de agilidad mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Ejercicios de lubricación de articulaciones Boteo sosteniendo una pelota pequeña con la mano contraria y elevando ligeramente hacia arriba. Luego intentar cambiar de mano las pelotas sin dejar de botear.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
Se realizará un circuito de boteo. Se utilizará la mitad de la cancha Inicia en una esquina de la línea de fondo se coloca conos, y el niño deberá botear y girar por detrás de donde están ubicados los conos, que se encontraran en cada esquina. En la parte final del circuito, el niño deberá realizar skipping.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Este ejercicio se realiza en parejas, mientras el uno se va a encontrar frente al aro, desplazándose a velocidad de un lado a otro, tocando los conos donde estén ubicados, el otro jugador realizará lo mismo en el círculo de tiro libre, desplazándose de un lado a otro, y cuando se dé la señal, el jugador de atrás recogerá del suelo el balón que estará en la zona de tiro libre. Y ejecutara el tiro, mientras el jugador de adelante realizará el rebote, luego los jugadores invertirán los papeles.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	

<b>TALLER N° 23 PASE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE AGILIDAD</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Se constituye como una capacidad compleja, debido a que es el producto de las capacidades coordinativas generales, específicas y también de las capacidades condicionales, siendo la capacidad que posee un individuo para ejecutar rápida, pronto, ligero y eficazmente las tareas motrices.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de agilidad mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Lubricación articular Ejercicios de calentamiento general Elevación de rodillas talones hacia atrás, skipping etc. Desplazamientos con boteo y detenerse con un pie y mantener el equilibrio. Realizar diferentes posiciones boteando y manteniendo el equilibrio.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
Se ubican 4 columnas, una al frente de la otra formando una especie de cuadrado. Se utilizarán únicamente dos balones. Los dos primeros de cada columna que tienen el balón realizarán el pase al primero de la columna de al frente e inmediatamente, deberá correr e ir a colocarse a la parte de atrás de la columna que tiene a su lado. Este ejercicio requiere de mucha agilidad y velocidad.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
El jugador realizará el pivote, pero tendrá un defensa cubriéndole, deberá pivotear, hasta escuchar la señal y salir boteando y entrar a canasta. Luego cambiarán los roles del ejercicio.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	






<b>TALLER N° 24 LANZAMIENTO</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE AGILIDAD</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Se constituye como una capacidad compleja, debido a que es el producto de las capacidades coordinativas generales, específicas y también de las capacidades condicionales, siendo la capacidad que posee un individuo para ejecutar rápida, pronto, ligero y eficazmente las tareas motrices.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de agilidad mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Movilidad articular Botear 10 canchas variando las manos izquierda-derecha- y luego con ambas Efectuar lanzamientos de la zona de tiro libre y la entrada a canasta por izquierda y derecha.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño se ubica en la línea media del círculo de tiro libre, deberá realizar pasos rápidos delante y detrás de la línea, solo deberá tocar el suelo la parte delantera del pie, durante 10 segundos y seguido de eso efectuar la técnica correcta del lanzamiento. Como variante deberá repetir lo mismo pero ahora ambos pies juntos.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
El jugador realizará el pivote, pero tendrá un defensor cubriéndole, deberá pivotar, hasta escuchar la señal y salir boteando y entrar a canasta. O efectuar un lanzamiento. Luego cambiarán los roles del ejercicio.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	

<b>TALLER N° 25 BOTE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE APRENDIZAJE MOTOR</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Se constituye como una capacidad compleja, debido a que es el producto de las capacidades coordinativas generales, específicas y también de las capacidades condicionales, siendo la capacidad que posee un individuo para ejecutar rápida, pronto, ligero y eficazmente las tareas motrices.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de agilidad mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Movilidad articular Botear 10 canchas variando las manos izquierda- derecha- y luego con ambas Efectuar lanzamientos de la zona de tiro libre y la entrada a canasta por izquierda y derecha. Jugar a las cogidas boteando.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño deberá realizar el boteo y cambio de mano por atrás de su cuerpo, por su espalda. Para ello primero debe colocar bien su cuerpo flexionar las rodillas hacia adelante arquear un poco la espalda , y también realizar ejercicios previos que le permitan dominar este movimiento, como puede ser arrimarse a una pared como estar sentado en una silla imaginaria y pasar el balón por debajo de las piernas, primero arrastrándolo y luego boteando.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño adoptara la posición correcta para realizar el bote, piernas separadas rodillas semiflexionadas mirada al frente y espalda recta y realizara un cruce por el medio de las piernas hasta dominarlo	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	

<b>TALLER N° 26 PASE</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE APRENDIZAJE MOTOR</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Se constituye como una capacidad compleja, debido a que es el producto de las capacidades coordinativas generales, específicas y también de las capacidades condicionales, siendo la capacidad que posee un individuo para ejecutar rápida, pronto, ligero y eficazmente las tareas motrices.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de agilidad mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
Los niños se ubicarán en un espacio y mientras efectúan el bote, escucharán la señal del profesor para tocarse una parte de su cuerpo. Luego se realizara esta actividad en parejas y tocara la parte del cuerpo de su pareja que indique el entrenador.	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
El niño se deberá acostar en el suelo y lanzar el balón hacia arriba, primero lo realizara con una mano dominante, es decir empujara el balón con más fuerza con ese brazo y mano, luego lo hará con la otra mano y al final con las dos. Este ejercicio es con el fin de potenciar la ejecución del pase. Un compañero deberá ubicarse atrás de él,, en caso de que el balón se vaya, poder pasárselo, para que pueda seguir realizando el ejercicio.	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
Se aprenderá a hacer el pivote con un amague y salida por el lado contrario. El niño avanzara boteando realizara una parada en un tiempo, realizará un pivote hacia el lado izquierdo, realizando un amague y saldrá boteando por el lado derecho realizando un amague. Luego el jugador cambiará de lado.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.	



<b>TALLER N° 27 LANZAMIENTO</b>	
<b>TEMA:</b>	<b>CAPACIDAD DE APRENDIZAJE MOTOR</b>
<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	Se constituye como una capacidad compleja, debido a que es el producto de las capacidades coordinativas generales, específicas y también de las capacidades condicionales, siendo la capacidad que posee un individuo para ejecutar rápida, pronto, ligero y eficazmente las tareas motrices.
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar la capacidad de agilidad mediante ejercicios dinámicos que permitan la ejecución de los fundamentos técnicos.
<b>INDICACIÓN</b>	<b>CALENTAMIENTO</b>
<p>Movilidad articular</p> <p>Botear 10 canchas variando las manos izquierda- derecha- y luego con ambas</p> <p>Efectuar lanzamientos de la zona de tiro libre</p> <p>Lanzamientos dentro de diferentes lados de la zona restringida.</p> <p>Repaso del quiebre de muñeca y rotación del balón</p>	
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRÁFICO</b>
<p>Mediante este ejercicio, el niño aprenderá a ejecutar la técnica correcta del tiro libre, se colocarán en cinco columnas en la línea de fondo avanzarán hacia el otro lado de la cancha botearlo, y al escuchar la señal se detendrán realizando la postura correcta del cuerpo para lanzar, con los pies al mismo recto, a la altura de los hombros, rodillas ligeramente flexionadas, agarrando el balón correctamente y ejecutarán el lanzamiento hacia el aire dejando que el balón caiga al suelo, y luego seguir avanzando hasta escuchar la siguiente señal.</p>	
<b>VARIANTE</b>	<b>GRÁFICO</b>
<p>Los jugadores se sitúan en dos grupos separados y se colocan en posiciones iguales. El primer jugador de cada grupo lanza a canasta y va a su rebote. Si consigue anotar el lanzamiento suma 2 puntos para su equipo y si coge el rebote (entre o no el balón) antes de que el balón toque el suelo, tiene opción a otro lanzamiento desde el lugar donde lo cogió, y en caso de convertirlo le concede un punto más. Después de anotar pasa el balón al siguiente de la fila. Gana el primer equipo que llega a un número determinado de puntos. (Rossotto, Correa, &amp; Machado, 2010)</p>	 <p style="text-align: center;">Fuente: (Rossotto, Iniciación en Basquetbol, 2010)</p>
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
<p>Se realiza ejercicios de estiramiento articular y de relajación e hidratación y charla sobre el aprendizaje adquirido y corrección de errores.</p>	

## **CONCLUSIONES**

- Los entrenadores deben contar con un conocimiento vasto de capacidades coordinativas, para poder inculcar en sus sesiones de entrenamiento un correcto desarrollo de las mismas, puesto que influyen directamente de una manera positiva en la ejecución de los fundamentos técnicos.
- Los niños presentan dificultades, en cuanto al nivel de desarrollo de sus capacidades coordinativas, por lo que se verá afectada la calidad con la que ellos ejecuten los fundamentos técnicos del baloncesto.
- El buen nivel de capacidades coordinativas en los niños influye de una manera positiva en la ejecución del fundamento técnico en los niños que practican baloncesto.
- Se debe inculcar en los niños los fundamentos técnicos, siempre partiendo de una base de acuerdo al nivel de dominio técnico y coordinativo en el que estos se encuentren.
- La guía de ejercicios ayuda al desarrollo de las capacidades coordinativas y a su vez a la ejecución correcta y eficiente de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías formativas.

## **RECOMENDACIONES**

- Se recomienda a los entrenadores, capacitarse continuamente ya que es debido siempre estar actualizados en cuanto al conocimiento de los procesos de entrenamiento en las categorías formativas.
- Se recomienda evaluar a los niños mediante test específicos de cada capacidad coordinativa, para contar con la información respectiva y de acuerdo a ello, los entrenadores puedan trabajar en sus sesiones de entrenamientos, las fallas o debilidades que presenten en los niños.

- Se recomienda incluir en las sesiones de entrenamiento diario de los niños deportistas, ejercicios que permitan el desarrollo de las diferentes capacidades coordinativas, y que de esta manera exista un mejor rendimiento técnico.
- Se recomienda tomar en cuenta al momento que un niño inicia en el baloncesto, o aún más inicia el aprendizaje de cierto fundamento técnico, tomar en cuenta las necesidades de ese niño, y el nivel con el que parte, para de esa manera se logre un avance significativo e individualizado.
- Se recomienda aplicar la propuesta alternativa que es la guía de ejercicios, con el fin de mejorar el rendimiento técnico y coordinativo a los niños de las categorías formativas U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo.

## Glosario

**Fundamento.-** Es el principio o cimiento sobre el que se apoya y se desarrolla una cosa. Puede tratarse de la base literal y material de una construcción o del sustento simbólico de algo.

**Habilidad.** - Hace referencia a la maña, el talento, la pericia o la aptitud para desarrollar alguna tarea. La persona hábil, por lo tanto, logra realizar algo con éxito gracias a su destreza.

**Eficiencia.** - Es virtud o facultad para lograr un efecto. También, es la acción con que se logra ese efecto, correcta utilización de recursos disponibles para la obtención de resultados o lograr los objetivos planteados.

**Eficacia.-** es la capacidad de alcanzar el efecto que espera o se desea tras la realización de una acción. No debe confundirse este concepto con el de eficiencia.

**Calidad.** - La calidad se refiere a la capacidad que posee un objeto para satisfacer necesidades implícitas o explícitas según un parámetro, un cumplimiento de requisitos de cualidad, es un concepto subjetivo, la calidad está relacionada con las percepciones de cada individuo para comparar una cosa con cualquier otra de su misma especie.

**Gesto. Técnico.** - El gesto técnico deportivo es la suma de una variedad de movimientos específicos que se realizan de forma coordinada para cumplir con un objetivo. En todos los deportes se encuentra presente, ya que su importancia es fundamental para la ejecución efectiva de un movimiento determinado.

**Motriz.** - Que mueve o genera movimiento.

**Valoración.** - Se denomina valoración a la importancia que se le concede a una cosa o persona. El término puede utilizarse en infinidad de ámbitos, pero remite en la consideración que tiene un elemento con respecto a una mirada subjetiva. Por lo general, las valoraciones no dependen únicamente de una sola persona, sino que son procesos sociales que son difíciles de manipular. Cada individuo puede tener algún grado de valoración propia en función de sus circunstancias personales.

**Dominio.** - Es el conocimiento o manejo que un individuo ostenta sobre una materia, ciencia, arte, asunto, etc. Se conoce como dominio al poder que un individuo posee sobre el uso y disposición de lo que es suyo.

**Serie.** - Es un conjunto de cosas que tienen una relación entre sí y que se suceden unas a otras.

**Aptitud.** - Es la habilidad o postura que posee una persona o cosa para efectuar una determinada actividad o la capacidad y destreza que se tiene para el desarrollo y buen desempeño de un negocio, industria, arte, deporte, entre otros.

**Armonizar.** - Poner en armonía dos o más partes de un todo, o dos o más cosas que deben concurrir al mismo fin. Guardar armonía unas cosas con otras. Que tiene armonía (equilibrio, proporcionalidad y correspondencia adecuada) entre sus partes.

**Coordinar.** - Disponer ordenadamente una serie de cosas de acuerdo con un método o sistema determinado.

**Gasto energético.**- Se emplea con referencia a la cantidad de energía que el organismo necesita para desarrollar sus actividades y funciones. Dicha cantidad, medida en calorías, se calcula según el uso de la energía que se halla conservada en los enlaces químicos de los nutrientes.

**Sistemático.**- aquello que respeta o se adapta a un sistema: un conjunto ordenado o estructurado de principios o elementos que se relacionan entre sí.

**Interacción.** - Acción, relación o influencia recíproca entre dos o más personas o cosas.

**Determinante.** - Que constituye la causa que determina o decide algo que se considera importante.

**Esfuerzo.** - Acción de emplear gran fuerza física o moral con algún fin determinado.

**Propiocepción.** - Es la capacidad que tiene nuestro cerebro de saber la posición exacta de todas las partes de nuestro cuerpo en cada momento. Dicho de otra manera, a nuestro cerebro le llegan diferentes órdenes desde las articulaciones y los músculos de la posición exacta de los mismos. De esta manera, en este sistema se “procesan” todas estas órdenes y se puede saber en qué posición exacta se encuentra nuestro cuerpo en cada momento.

**Velocidad.** - La capacidad de reaccionar y realizar movimiento ante un estímulo concreto, en el menor tiempo posible, con la mayor eficacia y donde el cansancio aún no ha hecho acto de presencia.

## REFERENCIAS

1. Gomeñuka, N., & Cabral, M. (2008). Las capacidades coordinativas en los alumnos del profesorado de Educación Física. *efdeportes*, 1. Recuperado el 23 de Septiembre de 2020, de <https://www.efdeportes.com/efd124/las-capacidades-coordinativas-en-los-alumnos-del-profesorado-de-educacion-fisica.htm>
- Arjonilla, N., & De Torres, A. ( s/f). *Fundamentos individuales*. Barcelona: Paidotribo.
- Cadierno Matos, O. (Junio de 2003). Clasificación y características de las capacidades motrices. *EF Deportes*. Recuperado el 23 de julio de 2020, de <https://www.efdeportes.com/efd61/capac.htm>
- Cardona, F. (2018). *Confiabilidad de los test que miden las capacidades coordinativas en deportes acíclicos*. Bogotá: Universitaria.
- Carrillo, A., & Rodriguez, J. (2005). *El basquet a su medida, escuela de nasquet de 6 a 8 años*. España: INDE.
- Chinguel, J. (2018). *Calameo*. Recuperado el 1 de agosto de 2020, de Capacidades Físicas: <https://es.calameo.com/read/005676094b13251c4b924>
- Cortez, O. (2013). *“Las capacidades coordinativas y su influencia en la ejecución de los lanzamientos del baloncesto en los deportistas de la categoría sub-14 de la Liga deportiva cantonal de Mocha”*. Tesis , Ambato. Recuperado el 30 de julio de 2020
- Cultura, S. d. (1988). *Desarrollo de las capacidades coordinativas en el baloncesto* . Medellín.
- Daiuto, M. (1981). *BASQUETBOL Metodología de la enseñanza*. Stadium. Recuperado el 30 de julio de 2020
- Del Río, J. A. (2003). *Metodología del baloncesto*. Barcelona: Paidotribo.
- Encalada, R. (2000). *procesos de capacidadades coordinativas en el mini basquet*. ibarra: utn. Recuperado el 20 de junio de 2020
- Faucher, D. (2007). *Enseñar baloncesto a los jóvenes*. Barcelona: Paidotribo.
- Faucher, D. G. (2007). *Enseñar baloncesto a los juvenes*. España: Paidotribo.
- García, M. G. (2004). *Problemas evolutivos de coordinación motriz y percepción de competencia en el alumnado de primer curso de educación secundaria obligatoria en la clase de Educación Física*. Madrid: Universidad Complutense.
- Incarbone, O. (2005). *Juegos en el jardín. El juego y la actividad fisica en la educacion inicial*. Buenos Aires: Stadium.

- Jordana Dot, R., Laín Gomez, J., & Martín León, M. (2011). *Baloncesto en la iniciación*. Federación Española de baloncesto.
- Lee E. Brown, V. A. (2007). *Entrenamiento de velocidad, agilidad y rapidez*. México: Paidotribo.
- Lekue, J., Leibar, X., Calleja, J., & Terrados, N. (s/f). *Iniciación al alto rendimiento deportivo*. Oviedo. Recuperado el 30 de julio de 2020
- Matos, O. C. (Junio de 2013). Clasificación y características de las capacidades motrices. *efdeportes*, 1. Recuperado el 22 de julio de 2020, de <https://www.efdeportes.com/efd61/capac.htm>
- Mejía, J. E. (2017). “*Capacidades coordinativas y su relación con el rendimiento técnico del mini básquet en los niños de 11 a 12 años de la unidad educativa “Letort” de la ciudad de Quito en el año lectivo 2016 – 2017*”. tesis, Ibarra. Recuperado el 30 de julio de 2020
- Mingo Solis, R., & Adell Plá, L. (2012). *Educación Física Contenidos conceptuales nuevas bases metodológicas*. Barcelona: Paidotribo.
- Mora, J. G. (2007). *Bases del acondicionamiento físico*. Sevilla: Wanceulen.
- Moreno, D. C. (2014). *Programas de entrenamiento en sala de entrenamiento polivalente*. España: IC.
- Mori, I., Bahamón, J., & Méndez, D. (2008). *Validez, fiabilidad y especificidad de las pruebas de agilidad*. Bogotá: Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales. Recuperado el 23 de julio de 2020, de Validez, fiabilidad y especificidad de las pruebas de agilidad
- Orozco, M., & Vera, J. (2012). La enseñanza-aprendizaje de los fundamentos técnicos en la asignatura de baloncesto. *efdeportes*.
- Peña, S. (2018). “*Las capacidades coordinativas especiales en el desarrollo de los fundamentos técnicos defensivos y ofensivos del baloncesto con niños de 10 – 14 años del colegio menor San Francisco de Quito*”. Tesis, Quito. Recuperado el 30 de julio de 2020
- Perera Díaz, R. (2001). *Las capacidades físicas*. Cuba: Universitaria.
- Prieto Mondragón, L. D., Giraldo, A. F., & Salas, M. F. (2019). PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PROPIOCEPTIVO Y SU IMPORTANCIA EN LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN FUTBOL FEMENINO. *Revista digital: Actividad Física y Deporte*, 22. Recuperado el 28 de JULIO de 2020, de <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1262/1756>
- René, P. D. (2000). *Las capacidades físicas*. Cuba: Universitaria. Recuperado el 22 de Julio de 2020
- Rivera, H., Gómez, Á., Nuñez, O., Oliva, B., & De Armas, E. (2014). Consideraciones teóricas acerca de las capacidades coordinativas desde las clases de Educación Física. *efdeportes*.
- Romero, C. C. (2009). *Educación Física y su didáctica I: El equilibrio*. Recuperado el 29 de julio de 2020
- Rosotto, G. (2010). *Iniciación en Basquetbol*. Cordoba.

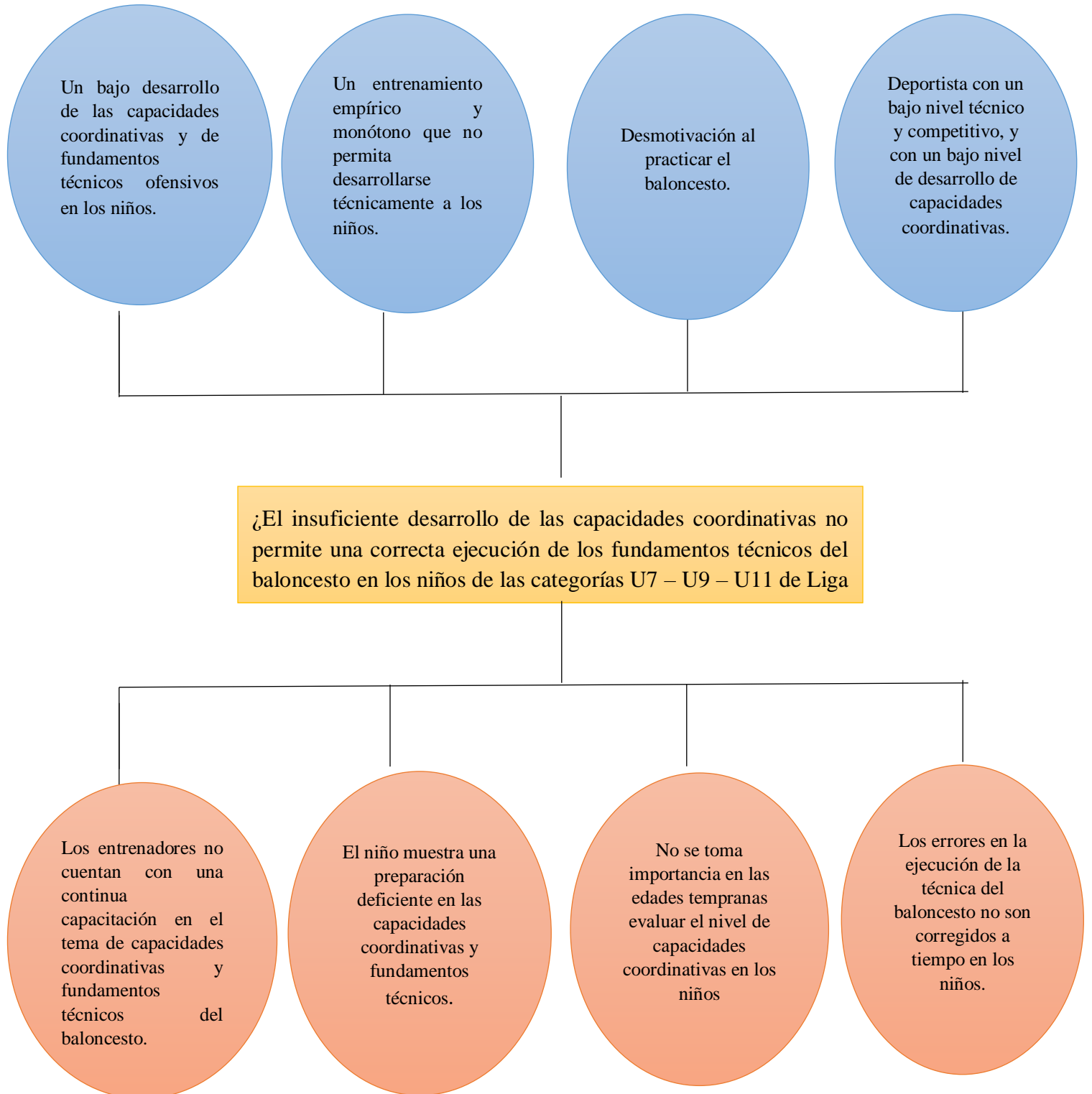
- Rossotto, G., Correa, M., & Machado, D. (2010). *Iniciación en Basquetbol*. Cordoba: CABB-ENEBA.
- Rossotto, G., Correa, M., & Machado, D. (2010). *INICIACIÓN EN BASQUETBOL*. Montevideo: CABB-ENEBA.
- Ruiz, R. C. (2010). *Diseño y estudio científico para la validación de un test combinado complejo psicomotor original, que evalúe los niveles de las capacidades perceptivo-motrices en alumnos y alumnas de educación infantil y primaria*. Granada: Universitaria. Recuperado el 28 de julio de 2020
- Sanchez, G. E. (2013). *El libro de los deportes*. Armenia - Colombia: Kinesis.
- Tamba, P. I. (2018). *investigación "Estudio de las capacidades coordinativas y su incidencia de los fundamentos técnicos ofensivos del taekwondo en la categoría infantil en las Ligas cantonales De Otavalo, Antonio Ante, Cotacachi, en la provincia de Imbabura en 2018*. tesis, Ibarra. Recuperado el 30 de julio de 2020
- Wissel, H. (2008). *Baloncesto Aprender y progresar*. España: Paidotribo.
- Wissel, H. (2019). *Baloncesto: Aprender y progresar*. España: Paidotribo.
- Wissel, H. (2019). *Baloncesto: Aprender y progresar*. España: Paidotribo.
- Zamora, J. L. (2010). *Manual de la enseñanza técnico- metodológica del baloncesto de nivel primario*. Guatemala. Recuperado el 30 de julio de 2020





## ANEXOS

### Anexo 1. Árbol de problemas



## Anexo 2. Matriz Categorial

Concepto	Categorías	Dimensiones	Indicadores
<p>“Las capacidades coordinativas son capacidades sumamente complejas que influyen en la calidad del acto motor y en toda la actividad que implique movimiento dentro de la actividad humana. Esta es una capacidad sensorio - motriz, que se manifiestan a partir de la capacidad de control y regulación del movimiento que posea el individuo”. (Cañizares Márquez &amp; Carbonero Celis, 2016)</p>	Capacidades Coordinativas	Capacidades coordinativas Básicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad de adaptación</li> <li>• Capacidad de regulación del movimiento</li> </ul>
		Capacidades coordinativas Especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad de reacción</li> <li>• Capacidad de anticipación</li> <li>• Capacidad de orientación</li> <li>• Capacidad de ritmo</li> <li>• Capacidad de equilibrio</li> </ul>
		Capacidades coordinativas Complejas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad de Agilidad</li> <li>• Capacidad de aprendizaje motriz</li> </ul>
Serie de elementos que combinan la destreza de manejo corporal combinado con el dominio del balón	Fundamentos técnicos Del Baloncesto	Boteo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bote de desplazamiento</li> <li>• Bote de protección</li> </ul>
		Lanzamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiro libre</li> <li>• Entrada a canasta</li> </ul>
		Pase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pase de pecho</li> <li>• Pase picado</li> <li>• Pase sobre la cabeza</li> <li>• Pase de béisbol</li> </ul>

### Anexo 3. Matriz de coherencia

<b>Problema de Investigación</b>	<b>Objetivo General</b>
<p>¿El insuficiente desarrollo de las capacidades coordinativas no permite una correcta ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo?</p>	<p>Analizar las capacidades coordinativas en la ejecución de fundamentos técnicos del baloncesto en las categorías U7 - U9 - U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2020.</p>
<b>Preguntas de Investigación</b>	<b>Objetivos específicos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es el nivel de conocimiento que tienen los entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo acerca de capacidades coordinativas?</li> <li>• ¿Cuál es el nivel de capacidades coordinativas especiales con el que cuentan los niños de las categorías U7- U9- U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo?</li> <li>• ¿Cuál es el nivel de ejecución de los fundamentos técnicos en los niños de las categorías U7- U9- U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo?</li> <li>• ¿Qué contiene la guía de ejercicios de baloncesto para ayudar al desarrollo de capacidades coordinativas?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar el nivel de conocimiento que tienen los entrenadores de Liga Deportiva Cantonal Otavalo acerca de capacidades coordinativas.</li> <li>• Diagnosticar la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías U7 - U9 - U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2020, mediante la aplicación del instrumento de investigación.</li> <li>• Conocer el nivel de dominio de capacidades coordinativas de los niños de las categorías U7-U9-U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo.</li> <li>• Elaborar una guía de ejercicios motrices para mejorar las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto de las categorías U7 - U9 - U11 de Liga deportiva cantonal Otavalo.</li> </ul>

#### **Anexo 4. Instrumento aplicado**

##### **Encuesta de conocimiento a entrenadores de baloncesto de "Liga Deportiva Cantonal Otavalo"**

Estimado entrenador de Liga Deportiva Cantonal Otavalo

Para responder,

Lea detenidamente y seleccione la respuesta que mejor refleje su criterio o conteste de acuerdo a lo solicitado.

Le encarecemos responda con absoluta sinceridad y precisión las preguntas.

**Tema: “Estudio de las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2020”.**

##### **ENCUESTA DE CONOCIMIENTO A ENTRENADORES DE BALONCESTO DE LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO.**

- 1. Seleccione la opción correcta: ¿Cuál es el objetivo principal del desarrollo de las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos del baloncesto?**
  - a) Técnica deportiva
  - b) Condición física
  - c) Capacidad de resistencia
  - d) Control y calidad de los movimientos
  
- 2. Seleccione la opción correcta: ¿Cuáles son las edades propicias para el desarrollo de las capacidades coordinativas en el baloncesto?**

De 2 a 5 años de edad	
De 6 a 12 años de edad	
De 7 a 10 años de edad	
De 8 a 12 años de edad	
De 12 años en adelante	

3. **¿Realiza usted test para evaluar el nivel de desarrollo de capacidades coordinativas en las diferentes categorías de baloncesto?**

Siempre	
Casi siempre	
A veces	
nunca	

4. **Indique con una X las capacidades coordinativas que se desarrollan en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto.**

Velocidad		Fuerza	
Reacción		Anticipación	
Plasticidad		Ritmo	
Equilibrio		Diferenciación	
Lateralidad		Acoplacion	
Flexibilidad		Orientación	
Desplazamiento		Aprendizaje Motriz	
Agilidad		Acoplamiento	
Motricidad		Coordinación	

**5. Seleccione la opción correcta: ¿Cuál de los siguientes test se debe utilizar para evaluar las capacidades coordinativas?**

Yoyo Test	
Test De Litwin	
Test De Cooper	
Test De Flamenco	
Test De Conconi	

6) ¿Con qué frecuencia trabaja usted en sus entrenamientos de baloncesto, el desarrollo de las siguientes capacidades?

<b>Capacidad</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
Equilibrio				
Reacción				
Orientación				
Adaptación				
Regulación de los movimientos				
Agilidad				
Anticipación				
Diferenciación				
Ritmo				

7) Con qué frecuencia trabaja usted los fundamentos técnicos del baloncesto?

<b>Fundamento técnico</b>	<b>Nunca</b>	<b>Una vez por semana</b>	<b>Dos veces por semana</b>	<b>Tres veces por semana</b>	<b>Todos los días</b>
Bote					
Pase					
Lanzamiento					
Rebote					
Pivote					

**8) Según su criterio, ¿Cuánto consideran usted que influye el nivel de capacidades coordinativas de los niños en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto?**

Mucho	
Poco	
Nada	

**9) ¿Considera usted necesario la elaboración de un documento de actividades enfocado al desarrollo de capacidades coordinativas, que permitan el mejoramiento de los fundamentos técnicos en los niños?**

Muy necesario	
Necesario	
Poco necesario	
Nada necesario	



## Anexo 5. Instrumento aplicado



### UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA



### CARRERA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

FICHA DE OBSERVACIÓN							
<b>TEMA:</b>	"Estudio de las capacidades coordinativas en la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en los niños de las categorías U7 – U9 – U11 de Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2020".						
<b>OBJETIVO:</b>	Valorar el nivel de capacidades coordinativas mediante la ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto						
<b>LUGAR:</b>	Liga Deportiva Cantonal Otavalo	<b>OBSERVADOR:</b>		Nicole Almeida			
<b>FECHA:</b>	<b>CATEGORÍA :</b>						
<b>FUNDAMENTO TÉCNICO</b>	<b>CAPACIDADES COORDINATIVAS</b>		<b>1 NADA</b>	<b>2 POCO</b>	<b>3 BUEN O</b>	<b>4 MUY BUENO</b>	<b>5 EXCELE NTE</b>
BOTE O	Básicas	Adaptación					
		Regulación del movimiento					
	Especiales	Reacción					
		Orientación					
		Ritmo					
		Equilibrio					
		Anticipación					
Complejas	Aprendizaje motor						
	Agilidad						
PASE S	Básicas	Adaptación					
		Regulación del movimiento					
	Especiales	Reacción					
		Orientación					
		Ritmo					
		Equilibrio					
		Anticipación					
Complejas	Aprendizaje motor						
	Agilidad						
LANZAMIENTO S	Básicas	Adaptación					
		Regulación del movimiento					
	Especiales	Reacción					
		Orientación					
		Ritmo					
		Equilibrio					
		Anticipación					
Complejas	Aprendizaje motor						
	Agilidad						

## Anexo 6. Fotografías



Fuente: Nicole Almeida



Fuente: Nicole Almeida



Fuente: Nicole Almeida



Fuente: Nicole Almeida



Fuente: Nicole Almeida



Fuente: Nicole Almeida



Fuente: Nicole Almeida



Fuente: Nicole Almeida



## Anexo 7. Certificado de aplicación del instrumento



LIGA DEPORTIVA CANTONAL  
OTAVALO

Fundada el 25 de Octubre de 1942 - Acuerdo Ministerial No. 208



### DEPARTAMENTO TECNICO

## CERTIFICADO

Otavalo, 02 de febrero de 2021

Por medio del presente me permito certificar que la señorita **ALMEIDA BUSTAMANTE JOSEBETH NICOLE**, con cedula de ciudadanía número **1004112676**, aplicó las encuestas y fichas de observación a los deportistas y entrenadores de la disciplina de baloncesto de las escuelas de formación de nuestra institución.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad para los fines consiguientes.

Atentamente

Lic. Luis Lerna Villalba

DIRECTOR

DEPARTAMENTO TECNICO METODOLOGICO

LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO

LIGA DEPORTIVA CANTONAL  
OTAVALO OTAVALO  
RUC 1091708554001  
Telf.  
OTAVALO - ECUADOR

## Anexo 8. Certificado de socialización

# LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO

Fundada el 25 de Octubre de 1942 - Acuerdo Ministerial No. 208

## DEPARTAMENTO TECNICO

### CERTIFICADO

Otavalo, 02 de febrero de 2021

Por medio del presente me permito certificar que la señorita **ALMEIDA BUSTAMANTE JOSEBETH NICOLE**, con cedula de ciudadanía número **1004112676**, realizó la socialización de la propuesta de trabajo de investigación con el tema **"ESTUDIO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS PARA LA EJECUCION DE LOS FUNDAMENTOS TECNICOS DEL BALONCESTO EN LOS NIÑOS DE LAS CATEGORIAS U7-U9-U11 DE LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO, EN EL AÑO 2020"**.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad para los fines consiguientes.

Atentamente

Lic. Luis Lema Villalba

DIRECTOR

DEPARTAMENTO TECNICO METODOLOGICO

LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO

LIGA DEPORTIVA CANTONAL  
OTAVALO  
RUC 1091708554001  
TELEFONO: 2921 6800

Panamericana Norte y Juan de Albaracín · Telefax: 2925 201 / Telf: 2921 680 · Email: ldc\_otavalo@yahoo.es








## Anexo 9. Reporte URKUND.



### Document Information

Analyzed document	NICOLE ALMEIDA- TRABAJO DE TITULACIÓN.docx (D93595705)
Submitted	1/26/2021 3:54:00 AM
Submitted by	
Submitter email	nicol-46@hotmail.com
Similarity	5%
Analysis address	raencalada.utn@analysis.arkund.com

### Sources included in the report

<b>W</b>	URL: <a href="https://docs.google.com/forms/d/1dik3jBR5ylnP-9-chY5xLOP9vU0XwW0rexYoCmge5gA/edit? ...">https://docs.google.com/forms/d/1dik3jBR5ylnP-9-chY5xLOP9vU0XwW0rexYoCmge5gA/edit? ...</a> Fetched: 1/26/2021 3:55:00 AM	 32
<b>W</b>	URL: <a href="http://dspace.unLedu.ec:9001/jspui/bitstream/123456789/5091/1/Diego%20Fernando%20 ...">http://dspace.unLedu.ec:9001/jspui/bitstream/123456789/5091/1/Diego%20Fernando%20 ...</a> Fetched: 12/10/2020 2:40:02 AM	 3
<b>W</b>	URL: <a href="https://www.slideshare.net/pumabikers/las-capacidades-coordinativas-y-su-relacin-c ...">https://www.slideshare.net/pumabikers/las-capacidades-coordinativas-y-su-relacin-c ...</a> Fetched: 1/26/2021 3:55:00 AM	 1
<b>W</b>	URL: <a href="https://core.ac.uk/download/pdf/200329201.pdf">https://core.ac.uk/download/pdf/200329201.pdf</a> Fetched: 7/28/2020 5:21:31 PM	 2
<b>W</b>	URL: <a href="https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6760/1/FCHE_LCF_263.pdf">https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6760/1/FCHE_LCF_263.pdf</a> Fetched: 11/15/2020 11:28:55 AM	 1
<b>W</b>	URL: <a href="https://ened.conade.gob.mx/Documentos/Manuales/manual%20basquetbol%20%20academia%2 ...">https://ened.conade.gob.mx/Documentos/Manuales/manual%20basquetbol%20%20academia%2 ...</a> Fetched: 12/3/2020 1:25:11 AM	 1
<b>SA</b>	<b>PARA EL URKUND.docx</b> Document PARA EL URKUND.docx (D75379505)	 1