



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

**TEMA:**

**“ESTUDIO DEL ENTRENAMIENTO DE LA COORDINACIÓN EN LA DISCIPLINA DEL BALONCESTO MEDIANTE JUEGOS PREDEPORTIVOS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA ESCUELA FORMATIVA DE BALONCESTO DE LA LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO EN EL AÑO 2012”**

Trabajo de grado previo a la obtención del Título de Licenciada en la Especialidad de Entrenamiento Deportivo

**AUTORA:**

GUERRERO ENCALADA EVELYN PATRICIA

**DIRECTOR:**

MSC. JESÚS LEÓN VINUEZA

Ibarra, 2013

## ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado con satisfacción participar como Director de Tesis del siguiente tema:

**“ESTUDIO DEL ENTRENAMIENTO DE LA COORDINACIÓN EN LA DISCIPLINA DEL BALONCESTO MEDIANTE JUEGOS PREDEPORTIVOS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA ESCUELA FORMATIVA DE BALONCESTO DE LA LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO EN EL AÑO 2012”**, realizado por la Señorita **Guerrero Encalada Evelyn Patricia.**, previo a la obtención del Título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo.

Considerando que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes, para ser sustentado públicamente ante el tribunal que sea designado oportunamente

---

Msc. Jesús León V.

**DIRECTOR DE TESIS**

## DEDICATORIA

Primeramente a Dios por ser mi guía en esta dura lucha encaminada hacia el éxito, brindándome salud, esperanza y sabiduría los cuales fueron parte fundamental para el cumplimiento de los propósitos deseados y por ende llegar a mi meta final.

A toda mí querida familia, principalmente a mis Padres Franklin y Rocío, mi Hermano Franklin Vicente,mi sobrino Adrielito,ya que con su apoyo y comprensión supieron impulsar mi carrera y darme las fuerzas cuando más las necesitaba.

Va dedicado también a la persona que supo comprenderme en los momentos más sublimes, a mi amor Stalyn ya que con su entusiasmo e incondicional ayuda me impulso para alcanzar mi meta.

Por lo que hago el fiel compromiso de continuar superándome profesionalmente.

*Evelyn G.*

## AGRADECIMIENTO

A Dios por estar presente en todas mis actividades

A toda mi familia, que sin su apoyo no hubiese podido llegar a la consecución de mi objetivo; a mis padres, mi hermano, sobrino. ¡Gracias Por Todo!

Agradezco a una persona muy importante para mí, Stalyn ya que hemos compartido muchos momentos felices y también momentos arduos; gracias porque durante todos estos años estas a mi lado apoyándome en todas mis decisiones.

Además como olvidar el grandioso aporte de los facilitadores de la Carrera de Entrenamiento Deportivo que con su Don de gente, su amplia trayectoria y sus vastos conocimientos nos dieron su tiempo y paciencia, especialmente Msc. Jesús León V. que tuvo la suficiente entereza y dedicación para saber enrumbarme y corregir sabiamente mis errores sin dejarme caer, siempre con sus aceradas y buenas recomendaciones supo infundir en mi esa confianza que tanto necesitaba.

¡Mil Gracias a Todos!

*Evelyn G.*

## ÍNDICE GENERAL

### Contenido

Aceptación del Director.....	ii
Dedicatoria.....	iii
Agradecimiento.....	iv
Índice General.....	v
Resumen.....	xii
Summary.....	xiii
Introducción.....	xiv

### CAPÍTULO I

1	El Problema de Investigación.....	1
1.1	Antecedentes.....	1
1.2	Planteamiento del Problema.....	4
1.3	Formulación del Problema.....	6
1.4	Delimitación Espacial Temporal.....	6
1.5	Objetivos.....	7
1.5.1	Generales.....	7
1.5.2	Específicos.....	7
1.6	Justificación.....	7
2	CAPÍTULO II	
2.1	Marco Teórico.....	10
2.1.1	Fundamentación Epistemológica.....	10
2.1.2	Fundamentación Pedagógica.....	11
2.1.3	Fundamentación Filosófica.....	12
2.1.4	Fundamentación Sociológica.....	13
2.1.5	Fundamentación Axiológica.....	14
2.1.6	El Entrenamiento Deportivo.....	15
2.1.6.1	Definición de Entrenamiento Deportivo.....	17
2.1.6.2	Metodología de enseñanza (entrenamiento).....	19
2.1.7	Los juegos en la iniciación deportiva.....	19
2.1.7.1	Juego y Deporte.....	21

2.1.7.2	Características del juego.....	21
2.1.8	Los Juegos Predeportivos.....	23
2.1.9	Coordinación.....	31
2.1.9.1	Concepto de coordinación.....	32
2.1.9.1.1	Tipos de coordinación. Clasificación.....	33
2.1.9.1.2	Factores que intervienen en la coordinación.....	34
2.1.9.1.3	Proceso evolutivo de la coordinación.....	34
2.1.9.1.4	Evaluación de la coordinación.....	36
2.1.9.1.5	Coordinación Dinámica General.....	36
2.1.9.1.6	Coordinación óculo-segmentaria.....	36
2.1.9.2	Entrenamiento de la coordinación.....	37
2.1.9.3	Clasificación de la coordinación y de sus niveles de complejidad.....	38
2.1.9.3.1	Coordinación general.....	38
2.1.9.3.2	Coordinación específica.....	39
2.1.9.3.3	Coordinación óculo manual.....	39
2.1.9.3.3.1	Fases de la coordinación óculo-manual.....	40
2.1.9.3.4	La coordinación y su preparación.....	41
2.1.9.4	Trabajo de coordinación .....	42
2.1.9.4.1	Metodología del trabajo de coordinación.....	43
2.1.9.5	Medios para incrementar la coordinación en baloncesto.....	46
2.1.9.5.1	Ejercicios para desarrollar la coordinación en baloncesto.....	48
2.1.10	Baloncesto.....	50
2.2	Posicionamiento teórico personal.....	51
2.3	Glosario de términos.....	52
2.4	Respuesta de las Interrogantes.....	55
2.5	Matriz categorial.....	56
	CAPÍTULO III	57
3	Metodología de la Investigación.....	57
3.1	Tipos de Investigación.....	57
3.1.1	Investigación bibliográfica.....	58
3.1.2	Investigación de campo.....	58
3.1.3	Investigación descriptiva.....	58
3.1.4	Investigación propositiva.....	59

	Métodos de Investigación.....	59
3.2	Empíricos.....	59
	Observación científica.....	59
	Recolección de información.....	60
3.2.1	Métodos teóricos.....	60
3.2.1.2	Método científico.....	60
3.2.1.2	Métodos deductivo e inductivo.....	60
3.2.1.3	Método descriptivo.....	60
3.2.1.4	Método analítico y sistemático.....	60
3.2.1.5	Método descriptivo.....	61
3.2.1.6	Método estadístico.....	61
3.3	Técnicas e instrumentos.....	61
	Técnicas.....	62
	La encuesta.....	62
	Instrumentos.....	62
3.4	Población.....	62
3.5	Muestra.....	62
4	CAPÍTULO IV	63
4.1	Análisis e Interpretación de Resultados.....	63
5	CAPÍTULO V	86
5.1	Conclusiones.....	86
5.2	Recomendaciones.....	86
6	CAPÍTULO VI	88
6.1	Propuesta alternativa.....	88
6.1	Título de la propuesta.....	88
6.1	Justificación e importancia.....	88
6.3	Fundamentación.....	89
	¿Qué es una guía didáctica?.....	89
	Juegos predeportivos.....	91
	Baloncesto.....	92

El juego.....	92
6.4 Objetivos.....	93
6.4.1 Objetivo general.....	93
6.4.2 Objetivos específicos.....	93
6.5 Ubicación sectorial y física.....	93
Factibilidad.....	94
6.6 Desarrollo de la propuesta.....	94
Unidad	96
Juegos Predeportivos.....	96
Juego nº 1 balón prisionero.....	95
Juego nº 2 balón tocado.....	96
Juego nº 3 balón torre.....	97
Juego nº 4 cuatro por cuatro.....	98
Juego nº 5 blocabalón.....	99
Juego nº 6 roba balones.....	100
Juego nº 7 el bote.....	101
Juego nº 8 sumar 10 pases.....	102
Juego nº 9 la eliminación.....	103
Juego nº 10 básquet ciego.....	104
Juego nº 11 juego de números.....	105
Juego nº 12 el juego de fuera de área.....	106
Juego nº 13 corre-corre .....	107
Juego nº 14 corre al centro.....	108
Juego nº 15 coordinación balón – ulas .....	109
Juego nº 16 burreito.....	110
Juego nº 17 el k.o. ....	111
Juego nº 18 cambios de pelota.....	112
Juego nº 19 juegos de conducción.....	113
Juego nº 20 ajedrez.....	114
Juego nº 21 arruinar cuadros.....	115
Juego nº 22 balón contacto.....	116
Juego nº 23 basket con pases exteriores.....	117
Juego nº 24 blancos y negros.....	118



	Juego n° 25carreras de relevos con globo y balón.....	119
	Juego n° 26cazadores y liebres.....	120
	Juego n° 27gestos de balones.....	121
	Juego n° 28la caza del balón.....	122
	Juego n° 29proteger el castillo.....	123
	Juego n° 30el toque.....	124
6.7	Impactos.....	125
	Impacto educativo.....	125
6.8	Impacto social.....	125
6.9	Difusión.....	125
	Bibliografía.....	126
ANEXOS		128
	Árbol de Problemas	
	Matriz de Coherencia	
	Fichas de observación realizada	
	Instrumento dirigido a docentes	
	Certificados	
	Fotografías	

## ÍNDICE DE TABLAS

### FICHA DE OBSERVACIÓN

#### EL PICHI

Tabla N° 1 Ubicación en el juego.....	64
Tabla N° 2 Cumplimientos de las reglas.....	65
Tabla N° 3 Dominio del Juego.....	66
Tabla N° 4 Ejecución del juego.....	67
Tabla N° 5 Coordinación movimientos en la realización del juego.....	68

#### EL TABLERO

Tabla N° 6 Ubicación en el juego.....	69
Tabla N° 7 Cumplimientos de las reglas.....	70
Tabla N° 8 Dominio del Juego.....	71
Tabla N° 9 Ejecución del juego.....	72
Tabla N° 10 Coordinación de los movimientos en la realización del juego.....	73

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

#### EL PICHI

Gráfico N° 1 Ubicación en el juego.....	64
Gráfico N° 2 Cumplimientos de las reglas.....	65
Gráfico N° 3 Dominio del Juego.....	66
Gráfico N° 4 Ejecución del juego.....	67
Gráfico N° 5 Coordinación movimientos en la realización del juego.....	68

#### EL TABLERO

Gráfico N° 6 Ubicación en el juego.....	69
Gráfico N° 7 Cumplimientos de las reglas.....	70
Gráfico N° 8 Dominio del Juego.....	71
Gráfico N° 9 Ejecución del juego.....	72
Gráfico N° 10 Coordinación de los movimientos en la realización del juego.....	73

## ÍNDICE DE TABLAS

### ENCUESTA A LOS ENTRENADORES

Tabla N° 1.....	74
Tabla N° 2 .....	75
Tabla N° 3 .....	76
Tabla N° 4 .....	77
Tabla N° 5.....	78
Tabla N° 6 .....	79
Tabla N° 7 .....	80
Tabla N° 8 .....	81
Tabla N° 9 .....	82
Tabla N° 10 .....	83
Tabla N° 11.....	84
Tabla N° 12.....	85

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1 .....	74
Gráfico N° 2 .....	75
Gráfico N° 3 .....	76
Gráfico N° 4 .....	77
Gráfico N° 5.....	78
Gráfico N° 6 .....	79
Gráfico N° 7 .....	80
Gráfico N° 8 .....	81
Gráfico N° 9 .....	82
Gráfico N° 10 .....	83
Gráfico N° 11 .....	84
Gráfico N° 12 .....	85

## RESUMEN

El problema de estudio del presente Trabajo de Grado, se refiere a la aplicación de juegos predeportivos son una herramientas fundamental para el entrenamiento de cualquier destreza deportiva es por ello que se deben considerar como una unidad, la cual ha sido experimentada por autores durante muchos años en su labor con niños y jóvenes que se inician en la práctica deportiva. Queriendo recalcar que las disciplina deportivas, como el baloncesto ha sido ampliamente divulgado, pero es lamentable que su entrenamiento se ha limitado a una forma monótona, lo que conlleva a la pérdida o desinterés de los participantes; es por ello que es importante crear nuevos medios para el entrenamiento de esta disciplina, especialmente en los grupos que están iniciando en ella, ya que necesitan una correcta formación e incentivación para continuar esta práctica deportiva, y que puedan desarrollar con plenitud sus capacidades físicas. La práctica del baloncesto ofrece múltiples acciones para la actividad física, como explorar, descubrir y aprender como desplazarse en su entorno, liberar energías y desarrollar sus capacidades físicas. Una vez detectada esta falencia, se ha creído necesario aplicar los conocimientos recibidos en la Carrera de Entrenamiento Deportivo realizando un monitoreo y análisis de cómo se realizan las actividades deportivas especialmente de la práctica del baloncesto en la Liga Deportiva Cantonal Otavalo para descartar cualquier duda sobre la aplicación de una metodología idónea para el entrenamiento de la coordinación del baloncesto mediante los juegos predeportivos para las edades tempranas. Queriendo recalcar que las disciplina deportivas, como el baloncesto ha sido ampliamente divulgado, pero es lamentable que su entrenamiento se ha limitado a una forma monótona, lo que conlleva a la pérdida o desinterés de los participantes; es por ello que es importante crear nuevos medios para el entrenamiento de esta disciplina, especialmente en los grupos que están iniciando en ella, ya que necesitan una correcta formación e incentivación para continuar esta práctica deportiva, y que puedan desarrollar con plenitud sus capacidades físicas. Se debe tener claro que la iniciación deportiva corresponde con la primera fase de un sujeto. Es de hacer notar que la preparación de quien induce o contribuye a la formación de otros individuos es determinante en los logros alcanzados dentro de este deporte, de allí que la ejecución de éste estudio aspire a contribuir con el diseño de un conjunto de juegos predeportivos dirigido a los entrenadores del baloncesto donde se proporcionan herramientas que han de contribuir al desarrollo armónico y motivacional de la auto realización personal, de sus alumnos, beneficiando de ésta manera a todos.

## SUMMARY

The study of this problem Degree Plan refers to the application of predeportivos games are a vital tool for any sport skill training is therefore to be considered as a unit, which has been experienced by authors over the years in their work with children and young people who are new to the sport. Wanting to emphasize that the discipline sports, such as basketball has been widely reported, but it is unfortunate that his training has been limited to a monotonous way, which leads to loss or lack of participants, which is why it is important to create new media for training in this discipline, especially in the groups are starting on it, and they need proper training and encouragement to continue this sport, and that they can fully develop their physical abilities. Basketball practice offers many activities for physical activity, such as explore, discover and learn how to navigate in their environment, free energy and develop their physical abilities. Once detected this flaw, it was thought necessary to apply the knowledge received in the Athletic Training Race conducting a monitoring and analysis of how to perform the sport especially playing basketball in the Liga Deportiva Cantonal Otavalo to eliminate any doubt about the application of a suitable methodology for training coordination predeportivos basketball through games for young ages. Wanting to emphasize that the discipline sports, such as basketball has been widely reported, but it is unfortunate that his training has been limited to a monotonous way, which leads to loss or lack of participants, which is why it is important to create new media for training in this discipline, especially in the groups are starting on it, and they need proper training and encouragement to continue this sport, and that they can fully develop their physical abilities. It should be clear that the sport initiation corresponds to the first phase of a subject. Es be noted that the preparation of who induces or contributes to the formation of other individuals is critical for the achievements within the sport, hence the execution of this study aspires to contribute to the design of a set of games intended predeportivos basketball coaches where tools are provided that would contribute to the harmonious development and motivational self-fulfillment, of his pupils, thus benefiting to all.

## INTRODUCCIÓN

El baloncesto, un deporte donde las situaciones cambiantes del juego cada día se hacen más ricas y complejas, reclaman de los deportistas un alto grado de perfeccionamiento de las acciones técnico tácticas para evadir o hacerle resistencia a un contrario. Como esto exige del baloncestista un alto empeño de superación, de preparación tanto general como especial, juega un gran papel dentro de ello, el desarrollo de las capacidades de coordinación de los movimientos, los cuales se desarrollan a grandes velocidades y exigen una gran precisión en la ejecución por parte de los baloncestistas.

Si el desarrollo de las capacidades condicionadas de los deportistas (fuerza, rapidez, resistencia, etc.) tienen gran importancia dentro de la preparación, no es menos cierto que las capacidades de coordinación en nuestro deporte son la base de una correcta ejecución de las acciones técnico-tácticas en situaciones tan cambiantes como las del juego en sí y que las mismas aseguran el éxito en la lucha frente al adversario. Si la técnica es la principal arma en la lucha contra el adversario (su base), la forma con la que se maneja esa arma, en situaciones cambiantes e imprevistas nos asegurará el éxito en la misma.

**CAPÍTULO I** contiene el problema de la investigación, los antecedentes, el planteamiento del problema, la formulación del problema, la delimitación, los objetivos y la justificación.

**CAPÍTULO II** contiene el Marco Teórico, dentro de este capítulo consta la fundamentación teórica, posicionamiento teórico personal, glosario de técnicas, interrogantes y matriz de variables.

**CAPÍTULO III** contiene la metodología de la Investigación, el tipo de investigación, los métodos, técnicas e instrumentos, la población y muestra y esquema de la propuesta.

**CAPÍTULO IV** contiene el análisis e interpretación de resultados

**CAPÍTULO V** contiene las conclusiones y recomendaciones

**CAPÍTULO VI** contiene la propuesta alternativa en donde consta título de la propuesta, la justificación e importancia, la fundamentación, los objetivos, la ubicación, desarrollo de la propuesta, impactos y difusión.

## **CAPITULO I**

### **1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1. ANTECEDENTES**

El desarrollo y auge de diversas organizaciones, las cuales tienen el propósito de encaminar a las nuevas generaciones hacia el máximo aprovechamiento de sus potencialidades, exige, la formulación y la aplicación de estrategias productivas mediante la planificación acorde a las necesidades y expectativas de la población a la cual va dirigido el trabajo que se va a realizar; que se ponga en manifiesto las experiencias motivacionales de naturaleza no sólo cognitivas o psicomotriz, sino social y emocional que enriquezca su vida familiar y faciliten el desarrollo pleno de las diversas potencialidades, respetando las individualidades y cultivando el trabajo en equipo.

La práctica del baloncesto ofrece múltiples acciones para la actividad física, como explorar, descubrir y aprender como desplazarse en su entorno, liberar energías y desarrollar sus capacidades físicas. Es de hacer notar que la preparación de quien induce o contribuye a la formación de otros individuos es determinante en los logros alcanzados dentro de este deporte, de allí que la ejecución de éste estudio aspire a contribuir con el diseño de un conjunto de juegos predeportivos dirigido a los entrenadores del baloncesto donde se proporcionan herramientas que han de contribuir al desarrollo armónico y motivacional de la auto realización personal, de sus alumnos, beneficiando de ésta manera a todos.



En este estudio se realizó con el fin de integrar los juegos predeportivos al entrenamiento del baloncesto para mejorar el proceso y la evolución del mismo, como una disciplina que tome muy en cuenta la pedagogía para su desarrollo, divulgación y masificación; respetando todos los principios científicos y pedagógicos que están inmersos en la iniciación de cualquier deporte o disciplina.

La aplicación de juegos predeportivos son una herramientas fundamental para el entrenamiento de cualquier destreza deportiva es por ello que se deben considerar como una unidad, la cual ha sido experimentada por autores durante muchos años en su labor con niños y jóvenes que se inician en la práctica deportiva.

Queriendo recalcar que las disciplina deportivas, como el baloncesto ha sido ampliamente divulgado, pero es lamentable que su entrenamiento se ha limitado a una forma monótona, lo que conlleva a la pérdida o desinterés de los participantes; es por ello que es importante crear nuevos medios para el entrenamiento de esta disciplina, especialmente en los grupos que están iniciando en ella, ya que necesitan una correcta formación e incentivación para continuar esta práctica deportiva, y que puedan desarrollar con plenitud sus capacidades físicas. Se debe tener claro que la iniciación deportiva corresponde con la primera fase de un sujeto.

Ya que en la infancia se comienza a aprender habilidades específicas; por lo que se puede plantear que cuanto antes se inicie en un deporte determinado, mayor posibilidad tendrá de desarrollar sus habilidades motrices; al respecto no debe olvidarse que en definitiva, la iniciación deportiva no es más que un proceso de enseñanza aprendizaje, como tal debe tener muy en cuenta todos los elementos que participan este

proceso con el fin de conseguir la máxima eficiencia Bayer (1986). En este mismo orden de ideas se resalta lo expuesto por Velázquez M. (2003), cuando habla sobre la importancia del juego, visto como estrategia pedagógica bien planificado, para desarrollar objetivos de entrenamiento, de esta manera se desarrolla en los niños una actitud de participación autónoma en el desarrollo de sus capacidades ludo – afectivos – socio - motrices; de igual manera los juegos pre deportivos sirven de herramienta para el entrenamiento de cualquier deporte en específico, debido a su gran adaptabilidad en cualquier ámbito pues se necesita, solo las ganas de trabajar con disciplina y motivación al logro para salir de la monotonía y alcanzar el éxito buscado en todos los deportes.

Por otra parte la autora antes señalada resalta que Valera (1993), Phillips (1992) y Vásquez (2000) coinciden en plantear que las estrategias basadas en juegos producen cambios significativos en la conducta de los humano, en ese mismo sentido, se quiere orientar las estrategias utilizadas por el baloncesto puesto que se vienen dando en una forma tradicional a pesar de los cambios evolutivos de nuestra sociedad, y la cual exige la urgente renovación de estrategias de entrenamiento que contribuyan al abordaje de nuevas acciones orientadas a lograr la optimización del proceso enseñanza aprendizaje de la disciplinas.

Todas estas consideraciones son de gran relevancia para tratar en lo posible que mejoren los sistemas de entrenamiento utilizando por la disciplina del baloncesto, es allí donde se pretende mediante el estudio proporcionar a Liga Deportiva Cantonal Otavalo, un conjunto de juegos predeportivos dirigido a los entrenadores con el objeto que implementen nuevas estrategias y despierten la creatividad en todos los individuos inmersos en la práctica de dicha disciplina.

## 1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En las últimas décadas se ha ido incorporando en el cantón la práctica del baloncesto en niños y niñas y han proliferado escuelas formativas de baloncesto que por falta de personal adecuado y poco capacitado no han podido estructurar un trabajo para niños por el temor de no saber que trabajar o que metodología utilizar y la falta de conocimiento por parte de los entrenadores sobre los juegos predeportivos en la coordinación debido a la falta de documentación acerca de los juegos predeportivos para la coordinación. Por otro lado existe abundante bibliografía basada en la práctica de este deporte donde se da hincapié a los de edad adolescente.

Una vez detectada esta falencia, se ha creído necesario aplicar los conocimientos recibidos en la Carrera de Entrenamiento Deportivo realizando un monitoreo y análisis de cómo se realizan las actividades deportivas especialmente de la práctica del baloncesto en la Liga Deportiva Cantonal Otavalo para descartar cualquier duda sobre la aplicación de una metodología idónea para el entrenamiento de la coordinación del baloncesto mediante los juegos predeportivos para las edades tempranas.

El propósito fundamental de este plan de trabajo de grado es incorporar el entrenamiento de la coordinación mediante los juegos predeportivos, donde por medio de esta el individuo que ejecuta el rol de entrenador pueda obtener las herramientas esenciales y en forma creativa, utilice las estrategias didácticas que contribuyan a la captación y mantenimiento de los infantes que se encuentran ejerciendo la disciplina deportiva.

Muchas veces se ha observado que las actividades escolares y horarios y a esto se suma el mundo tecnológico en el estamos dificultan al

niño el entrenamiento del baloncesto siendo este el principal problema para que no asistan normalmente a las sesiones de entrenamiento y que en muchos casos deserten de la práctica del baloncesto.

La falta de interés por parte de los entrenadores hacia la coordinación a llevado a que este tipo de capacidad no se la tome mucho en cuenta en las distintas planificaciones que realizan y mucho menos que la pueden entrenar mediante los juegos predeportivos de una forma recreativa para los niños y que esto puede tener muchos beneficios a lo largo del entrenamiento como que el niño no llegue a ver que el practicar baloncesto es monótono y aburrido.

Es por ello que este plan de trabajo va dirigida a aquellos entrenadores que se preocupan por impartir este arte de la mejor forma posible y que pueda despertar interés de los nuevos integrantes de esta familia que se inician con gran expectativa y ganas de aprender este deporte, así mismo facilitar el desarrollo de las capacidades físicas necesarias, para la práctica del baloncesto.

En este mismo sentido se quiere determinar la función de los juegos predeportivos en el entrenamiento del baloncesto, que beneficien el desarrollo de la coordinación y el disfrute pleno del infante y que no lo manifieste solo de manera competitiva, sino a beneficio de su convivencia en un aspecto social, enlazando las formas tradicionales de dicha disciplina con las tendencias pedagógicas.

### **1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cuál es la coordinación mediante los juegos predeportivos en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2012?

### **1.4 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA**

#### **1.4.1 UNIDADES DE OBSERVACIÓN**

Esta investigación se realizó a niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo

#### **1.4.2 DELIMITACIÓN ESPACIAL**

Esta investigación se realizó a niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo, con la autorización respectiva de las autoridades del establecimiento.

#### **1.4.3 DELIMITACIÓN TEMPORAL**

Esta investigación se realizó con los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2012.

## **1.5 OBJETIVOS**

### **1.5.1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar la coordinación mediante los juegos predeportivos en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo.

### **1.5.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- ❖ Diagnosticar la coordinación óculo-manual en el entrenamiento de la disciplina del baloncesto en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo.
- ❖ Analizar qué tipo de juegos predeportivos utilizan los entrenadores para la enseñanza de la fundamentación técnica en el baloncesto en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo?
- ❖ Elaborar la propuesta alternativa de los juegos predeportivos para el entrenamiento de la coordinación en la disciplina del baloncesto dirigida a los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal de Otavalo.

## **1.6 JUSTIFICACIÓN**

Tras realizar una recopilación de varias fuentes pretendo que se le reconozca y comprenda a los juegos predeportivos su valor como fenómeno social y cultural.

Este plan de trabajo justifica que está dirigido para niños y niñas que comprendan también sus potenciales y limitaciones, que la práctica del deporte sea una forma adecuada para forjar el cuerpo, mente y voluntad a la superación, que temple el alma con humildad en el triunfo y dignidad en la derrota, que entienda aquello que en “cuerpo sano, mente sana”, estos requerimientos se los alcanzará mediante la utilización de una metodología activa, participativa, plenamente planificada, que genere el interés propio del niño, que se motive a participar de las actividades previstas y que el buen desarrollo corporal levante su autoestima y su convicción de realizar estas actividades bajo preceptos éticos sujetos a valores reconocidos y aceptados por todos.

Lo que justifica la presente es que brindará a los entrenadores un documento para el trabajo más dinámico y divertido en las horas de entrenamiento ya que permitirá dar un aporte a la misma, atendiendo el alto nivel de importancia que tiene para esta desarrollar nuevos medios; tomando en cuenta que es la base para el futuro de dicha disciplina, mediante este plan de trabajo se pretende la unificación de actividades que admitan conectarla con los juegos pre deportivos que a su vez permitan desarrollar aspectos fundamentales en los cuales el individuo que se quiere formar, aproveche al máximo este tipo de acciones, contribuyendo así a la ejecución de habilidades motoras que han de adquirir maduras de acuerdo a la etapa de desarrollo en la cual se encuentre ; se debe tomar en cuenta este tipo de juego para no atrasar, perjudicar, alterar e irrespetar estas etapas, mediante cualquier exigencia no acorde al grupo en formación. Cabe indicar, que una de las principales actividades para la institución será de despertar el interés por los juegos predeportivos, los mismos que mejoraran el estado de ánimo, la predisposición para el entrenamiento y dentro de sus actividades diarias.

Este trabajo sirvió para investigar la falta de la práctica de juegos predeportivos dentro de las escuelas formativas de baloncesto de nuestra provincia.

Las personas que deseen y estén interesados por este tipo de trabajo podrán hacer uso del mismo por lo cual contribuirá para el desarrollo del entrenamiento.

En lo legal el Ecuador mantiene una legislación que sirve de apoyo a los individuos y organizaciones dedicadas al desarrollo del deporte nacional.

Se justifica por la factibilidad, pues se cuenta con el material humano para la investigación y ser atendidos favorablemente por los entrenadores de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo, los recursos económicos, el tiempo y lo más importante la voluntad para realizarlo de la mejor manera.

En lo financiero el presupuesto económico del plan de trabajo será financiado por el investigador del presente proyecto



## CAPITULO II

### 2. MARCO TEÓRICO

#### 2.1 Fundamentaciones

##### 2.1.1 Fundamentación epistemológica

Teoría Constructivista

**PELLEJERO, (2001). También se puede definir como el modelo que permite que las personas vayan construyendo su propio aprendizaje a través de conocimientos previos que se van enriqueciendo día a día generando un cambio en la conducta (pensar, sentir, actuar). [regimarixiba.blogspot.com/2009/04/paradigma-constructivista.html](http://regimarixiba.blogspot.com/2009/04/paradigma-constructivista.html).**

La epistemología se ha minimizado como teoría general del conocimiento, no obstante como la naturaleza humana ha desarrollado distintas maneras del conocer, al irse precisando que era conocimiento y al separarse la ciencia de la filosofía, también se fue precisando la noción de epistemología con lo que se independizó de la filosofía y su objeto de estudio pasó a ser reconstruir el proceso de construcción del conocimiento científico, distinguir la ciencia de la que no lo era, criticar programas y resultados y sugerir nuevos enfoques para la investigación científica. [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com) Henry Portela Guarín (2001)

La Epistemología, para Aristóteles, citado por Tamayo (1996 p 31), significa ciencia, ósea conocer las cosas en esencia y en sus causas;

según Hoyos (1990 p 12-13) ubica el Epistheme como uno de los escalones para ascender al saber, cuyo primer escalón es el sentir, como primera manifestación de la realidad para el hombre, el segundo escalón es el retener (memorizar), el cual permite al acceso a la experiencia.

### **2.1.2 Fundamentación Pedagógica**

Teoría Naturalista

Sintia Molina (2001),

**Emili Zola (Furst 1972,12). Para Zola el hombre es producto tanto de su fisiología como de su ambiente. La impotencia que experimenta frente al medio que lo rodea lo debilita y lo hace fatalista. La visión del hombre como ser vacío, sin esperanzas, que plantea la novela naturalista, tiene su origen en las ideas de Darwin sobre la evolución y desarrollo del hombre. En ambas teorías se percibe cierto desdén para con el hombre común, a quien se caracteriza como débil e incapaz de su propio desarrollo y de su liberación. Precisamente en esta actitud reside la limitación de la teoría naturalista decimonónica. (p.17)**

Para la Pedagogía y la Psicología contemporáneas constituye una tarea esencial la organización de un sistema coherente de educación, que debe realizarse, por una parte, en correspondencia con el modelo social que encarna las exigencias de nuestra sociedad hacia el hombre y, por otra, en función de las características específicas de cada etapa del desarrollo.

El educador que conoce las regularidades generales de la formación de la personalidad, así como las características de sus alumnos, puede orientar su trabajo de forma tal que contribuya al desarrollo adecuado de los escolares.

Lic. Yaíma Saz Bejarano (2007)

### 2.1.3 Fundamentación Filosófica

Teoría humanística.

Dennis Coon (2004),

**Su gran virtud es la atención que presta a las dimensiones positivas de la personalidad. Como señala Maslow (1968): “La naturaleza humano es tan mala como se ha creído. Es como si Freud nos presentara la mitad enferma de la psicología y como si nosotros tuviéramos que llenarla con la mitad sana”. No obstante sus aportaciones, a los humanistas pueden criticárseles por utilizar conceptos “vagos”, difíciles de medir y estudiar objetivamente. Aúna así, han estimulado a muchos a buscar mayor autoconciencia y crecimiento personal. Además, son conceptos que han dado excelentes resultados en la consejería y la psicoterapia. (p.531-532)**

“La conducta manifiesta de la persona no responde a la realidad, responde a su propia experiencia y a su interpretación subjetiva de la realidad externa, en tanto la única realidad que cuenta para la persona es la suya propia”.

Rogers cree que el individuo percibe el mundo que le rodea de un modo singular y único; estas percepciones constituyen su realidad o mundo privado, su campo fenoménico. En la preparación física especial es muy necesaria esta teoría para poder sensibilizar al deportista que siempre debe tener por dentro un espíritu de superación y de llegar a hacer realidad sus sueños

#### 2.1.4 Fundamentación Sociológica

Teoría socio-crítica.

Varios Autores (2007),

**La teoría socio-crítica trata de superar las deficiencias de los anteriores paradigmas que no habían tenido suficientemente en cuenta el análisis sociológico. Se vuelve a racionalizar, pero una racionalidad para la transformación social, cultural política o educativa. Se caracteriza por su compromiso con la acción. Conceptos como intereses, coaliciones, estrategias políticas o poder son términos básicos para su análisis, y en la escuela se desarrollan dinámicas de carácter micro político que tiene similitud con lo que acontece dentro de la sociedad en general. Desde este paradigma, los fenómenos sociales y la ciencia van a quedar sometidos a una lectura socio-política e ideológica. Bajo este punto de vista las organizaciones se entenderán como la construcción social mediada por la realidad sociocultural y política más amplia (Ball, 1989). (p.36-37)**

“Se centra en el revelar inconsistencias y contradicciones de la comunidad para la transformación por medio de una acción comunicativa y la formación redes humanas para realizar procesos de reflexión crítica y creando espacios para el debate, la negociación y el consenso”.Esta teoría es muy interesante porque el punto de vista de otras personas es relevante al momento de entrenar para mejorar y replantear en lo que se está deficiente y si se tiene una buena asimilación externa se enfocara en las falencias físicas especiales que tienen los deportista al momento del entrenamiento. También se deberá realizar competencias amistosas previas al campeonato intercolegial con miras a mejorar.

### **2.1.5 Fundamentación Axiológica:**

Teoría de los Valores.-

Los valores para Rodrigo, (2000), dice:

**Son características morales que toda persona debe poseer, tales como la humildad, la piedad y el respeto como conjunto de ejemplos que la sociedad establece para las personas en la relación social, son guías de la vida que permiten referirnos a una enseñanza constante y funciones sociales que aseguran la convivencia y el respeto mutuo, así pues que, la comunidad debe implantar valores de respeto entre los ciudadanos y ciudadanas que la integran para que de ese modo hay convivencia armónica en el accionar diario. (p.64).**

El grupo investigador estuvo de acuerdo con la acotación del autor Rodrigo en donde la formación integral de las nuevas generaciones de niños y jóvenes propios de nuestra sociedad sólo se puede lograr sobre la base de

una estrategia teórica que posibilite un enfoque realista, ya que, la formación de valores es un proceso sistémico profundo.

La Axiología es la parte de la Filosofía que estudia los valores, con el objeto de formular una teoría que permita explicar la existencia y la vigencia de todo un mundo de producción humana que tiene importancia definitiva para la vida del hombre y su desarrollo histórico social.

Formar un hombre con una cultura general integral, educado en los más genuinos valores morales como la solidaridad.

### **2.1.6 Entrenamiento deportivo**

#### **Definiciones de Entrenamiento**

**TOMADO DE: J. Wieneck (2005)- Entrenamiento Total – (pág. 15) – Editorial Paidotribo**

El concepto de “entrenamiento” se utiliza en la lengua colonial para los ámbitos más diversos y se suele utilizar en el sentido de un proceso de ejercicio que busca un grado más o menos acentuado de mejorar en los objetivos de cada momento. En un sentido muy general (Martin 1977,14) considera el entrenamiento como un proceso que origina un cambio de estado (físico, motor, cognitivo, afectivo).

La fórmula “entrenamiento deportivo” delimita el significado, pero deja abierta la cuestión del desarrollo gradual (Matveiev 1972,1) entiende por entrenamiento deportivo la preparación física, técnico-táctica, intelectual, psíquica y moral del deportista con la ayuda de ejercicios. Así, el

entrenamiento deportivo es la escuela y el deporte para la salud (v. pág. 605) tiene como objetivo la mejora planificada y selectiva de la capacidad de rendimiento corporal, pero no se plantean, como lo hace el deporte de elite, conseguir el rendimiento máximo individual en un proceso a largo plazo, determinado por regularidades estrictas.

**Desde la perspectiva de la práctica deportiva, Carl (1989, 218) recomienda definir “el entrenamiento deportivo como un proceso de acciones complejas cuyo propósito es incidir de forma planificada y objetiva sobre el estado de rendimiento deportivo y sobre la capacidad de presentar de forma óptima los rendimientos en situaciones de afirmación personal.**

Por ejemplo se entiende aquí un proceso activo destinado a conseguir efectos apropiados sobre todas las características importantes del rendimiento del deportista.

En este contexto, el trabajo es sistemático cuando los objetivos, métodos, contenidos, estructura y organización del entrenamiento están predeterminados, de acuerdo con los postulados científicos y con la experiencia práctica del entrenamiento, cuando la realización del trabajo se orienta en función de dichos postulados y su efecto se evalúa con controles detallados del rendimiento, y si la organización se determina en función del objetivo perseguido (v. Organización del entrenamiento, pág.45; cf. Röthig 1992,520)

Existe objetividad si todas las acciones o medidas dentro del entrenamiento deportivo están encaminadas directamente a conseguir las metas planeadas.

**Dependiendo de la meta planteada, el entrenamiento deberá mejorar el estado de rendimiento del deportista, mantenerlo – hablamos de un “entrenamiento de mantenimiento” (v. pág. 326)- o también disminuirlo de forma selectiva, en cuyo caso hablamos de un “desentrenamiento” (v. pág. 192)**

#### **2.1.6.1 Definición de Entrenamiento Deportivo**

Es un proceso pedagógico que se concreta en la organización del ejercicio físico, que varía en cantidad e intensidad, produciendo una carga creciente, que por una parte estimula los procesos fisiológicos de sobrecompensación y mejora las capacidades físicas, tácticas y psíquicas del atleta, a fin de exaltarlo y consolidar su rendimiento.

**Pérez, (2008) El Entrenamiento Deportivo es un proceso científico - pedagógico sistemático y abarcador, concebido sobre la base de las nuevas combinaciones y aplicaciones de los contenidos, encaminado al logro de las distintas transformaciones y adaptaciones biológicas más profundas, dirigida al aumento de las capacidades de rendimiento físico y psicológico.**

Por la otra parte dicho proceso activa las posibilidades cognoscitivas, tanto por la vía de la instrucción como del auto instrucción intelectual, contribuyendo de igual modo a la formación de la personalidad del deportista, a través de la preparación moral y volitiva en función de las necesidades y prioridades de la sociedad.



Precisamente la misión de preparar al deportista en correspondencia con las necesidades y prioridades de la sociedad en que vive en función de contribuir a su desarrollo de forma sostenida a través de la extrapolación de todas las capacidades y habilidades adquiridas durante su tránsito por las diferentes etapas de la Formación Deportiva a su futuro quehacer social, como protagonista identificado y comprometido con la transformación cualitativa dentro de su esfera de actuación; hacen que la labor pedagógica por parte del entrenador se convierta en el núcleo de este proceso, en cuanto al logro del éxito del mismo.

Para esto el pedagogo - entrenador se sustenta en los conocimientos aportados por la Pedagogía Deportiva, como ciencia encargada de estudiar las particularidades del proceso de Entrenamiento Deportivo, desde el punto de vista formativo o educativo, como puede apreciarse en el contenido que la define.

<http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires

**Según BANGSBO, J y BIRGER, J. (2007),  
“Entrenamiento es el acto de proporcionar  
medios que permitan el aprendizaje en un  
sentido positivo y beneficiosos para que los  
individuos de una empresa puedan desarrollar  
de manera más rápida sus conocimientos,  
aptitudes y habilidades; otorgando beneficios”  
(p.230).**

### **2.1.6.2 Metodología de enseñanza (entrenamiento).**

Rubén Lurante (2006). “Nadie discute, a estas alturas, la importancia del entrenamiento en la programación general de un equipo sea cual sea el deporte practicado” (p 13).

Se refiere a las técnicas, estrategias metodológicas, manera que se utiliza para enseñar, es la base de un incremento correcto en lo físico, lo técnico y lo psicológico de los niños.

Lo primero que se tiene que tener presente en la enseñanza, es la comunicación entre el entrenador y el deportista lo que viene a ser el intercambio de información entre dos personas con el objetivo de comprenderse mejor el uno al otro.

Los jugadores deben ser unas personas capaces de pensar, de crear, de tomar decisiones por sí solos, es decir ya deben realizar con mayor dominio y técnica. Mientras los entrenadores son las personas que dan la posibilidad a los jugadores mediante los entrenamientos de encontrar la variedad de soluciones al aprendizaje de las cualidades físicas y fundamentos a través del juego, utilizando además su creatividad.

### **2.1.7 Los juegos en la iniciación deportiva**

**Oscar A. Zapata** s/a refuerza nuestro criterio sobre la importancia extraordinaria del juego para el niño en su formación integral, al afirmar. "Basta recordar que la actividad vital del niño es el juego, para comprender que bien orientados están los aprendizajes escolares por

medio de juegos motores, se logran aprendizajes significativos que permitirán desarrollar los factores cognoscitivos, afectivos y sociales". De esto no escapan los juegos en la iniciación deportiva agregamos nosotros, los cuales constituyen fuentes inagotables en el establecimiento de estas contradicciones entre lo aprendido y lo nuevo por aprender y los cambios de posiciones que alcanza el niño en los juegos pre-deportivos.

Zapata, destaca además lo siguiente: "Es interesante notar que la posibilidad que tiene el maestro de generar el vínculo entre el material aprendido y los conocimientos previos del alumno, se puede lograr de la forma más natural y sencilla, por medio de juego didácticos, los niños obtienen el mayor número de experiencias y aprendizajes espontáneas, por el juego. Por lo que el juego resulta un instrumento operativo ideal para que el maestro realice aprendizaje significativo en sus alumnos".

El juego siempre ha tenido un papel muy importante dentro de la historia de la humanidad. Ya desde tiempos muy remotos, se integró en la conciencia individual y colectiva de cualquier sociedad pasando a formar parte de su patrimonio cultural. En cada una de esas sociedades, se han desarrollado una serie de prácticas corporales propias con carácter prioritariamente lúdico.

Es éste el elemento fundamental del juego, lo lúdico, buscando la evasión de la vida cotidiana, sometiendo al individuo a unas normas más o menos establecidas y marcando unos objetivos individuales o colectivos que posibiliten el desarrollo de la actividad

### **2.1.7.1 Juego y deporte**

De la relación entre dos términos, se puede decir que el juego, como práctica popular, es el antecedente del deporte tal y como lo conocemos hoy en día.

El deporte es algo “artificial”, que nace en Gran Bretaña a finales del siglo XIX y que pretende unificar las normas de las prácticas populares que se daban entonces. Se crean los reglamentos, las competiciones, se forman los primeros club y se crean también las instituciones que velarán por el correcto desarrollo de estas nuevas prácticas.

Según J. Huizinga “la competición y la exhibición no surgen de la cultura, sino que la preceden”. Éstas son dos características ligadas al concepto de juego

### **2.1.7.2 Características del juego**

Xavier Fusté Masuet (2004) – Juegos de Iniciación a deportes colectivos – 5° edición- Editorial Paidotribo (pág.7)

(Extraídas del libro La Educación Física en la Educación Secundaria Obligatoria, publicada por Editorial Paidotribo)

¿Cuáles son los requisitos necesarios para que podamos hablar de juego?

Los podemos agrupar en cuatro:

1.- lo físico y lo corporal son las condiciones naturales y necesarias. Nos permiten la manifestación de nuestra personalidad de forma natural y espontánea.

2.- El orden, las normas del juego, le confieren al mismo un componente ético. Las normas deben ser aceptadas y respetadas por todos los participantes para que se pueda desarrollar el juego sin que pierda su contenido lúdico. Igualdad de oportunidades, respeto a las normas y al contrario son los aspectos más relevantes del componente ético de cada juego.

3.- El aspecto sociomotor es también básico en el juego, ya que éste se celebra en grupo. Entre los principales se establecen una serie de relaciones y lazos afectivos que, fundamentalmente, vienen determinadas por el desarrollo de la actividad.

Los componentes que forman parte de este aspecto sociomotor son aquellos que se refieren a la emotividad y a las relaciones con el otro. A continuación se enumeran los más relevantes:

- Creatividad
- Motivación elevada
- Aparición de lazos afectivos
- Liberación de tensiones
- Espontaneidad, etc.

4.- El último aspecto a considerar dentro de este capítulo de características del juego (siempre desde el punto de vista de la educación física y el deporte) es el referido a la función agonista del mismo. Entendemos la competición como elemento indispensable del juego pero siempre supeditada a las normas aceptadas por todos.

De no ser así, se perdería el elemento lúdico a favor del ganar de cualquier manera cuando el objetivo primordial es el de pasarlo bien.

Esta función agonística estimula la mejora de las destrezas y habilidades que el juego requiere, así como la capacidad de superación de sus participantes. También permite el afianzamiento del auto concepto ayudándonos a conocer mejor nuestra realidad motriz.

Atendiendo a estas características podríamos definir al juego como: actividad motriz de carácter predominante lúdico, en la que sus participantes buscan la consecución de un determinado objetivo, relacionándose entre ellos y sometiéndose y aceptando unas normas pactadas al inicio, que no tienen por qué ser siempre las mismas.

### **2.1.8 Juegos predeportivos**

El juego predeportivo es una forma lúdica motora esencialmente agónica, de tipo medio entre el juego simple contiene elementos afines a alguna modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de los juegos predeportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor; su contenido, estructura y propósito permite la adquisición de ciertas destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas ya que contienen elementos afines a alguna modalidad deportiva.

Los juegos pre-deportivos son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etc.). Su práctica es recomendable como preparación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta

una serie de recursos físicos y técnicos. Asimilación de habilidades deportivas

En este sentido, los juegos pre-deportivos constituyen una variante de los juegos menores, caracterizada por contenidos que propician la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para los deportes. Por lo general, los juegos pre-deportivos y los juegos deportivos comparten ciertas reglas y asimilación de habilidades deportivas de ahí la significación para nuestro trabajo investigativo y el empeño en demostrar las potencialidades de los juegos pre-deportivos como herramienta para dar cumplimiento a los objetivos de la iniciación deportiva.

Los profesores que organizan juegos pre-deportivos deben tener una actitud pedagógica sin olvidar que el centro de atención es el niño y su aprendizaje. Con los juegos pre-deportivos, los niños se acercan a la competición y pueden percibir, analizar y tomar decisiones. También se recomienda que, cada día, el entrenador enseñe pocas cosas y de libertad para que los niños improvisen, sin demasiadas explicaciones e interrupciones.

Los juegos pre-deportivos van a suponer la cima, los juegos más reglados y exigentes antes de adentrarnos en el mundo complejo del deporte a través de los deportes reducidos. El juego pre-deportivos va ser un tipo de juego con reglas más complejas, mayor duración y que implica el dominio de un mayor número de habilidades que los juegos simples.

García-Fojeda s/a sitúa al juego pre-deportivos de forma intermedia entre el juego simple y el deporte, como un paso posterior al juego simple y

previo al deporte. Entiende que este tipo de juegos tienen una mayor duración que los juegos simples pero mucho menor que el deporte, y que tiene reglas algo más complejas que los juegos simples pero no tan excesivamente complicadas como las que intervienen en el deporte, y que exige la movilización de capacidades o habilidades hechas a la medida del pre-púber. En definitiva, son juegos complejos que van a desarrollar habilidades deportivas de forma genérica o específica. Ejemplos: batear y correr, fildeo-tiro, tiros y recibo, etc.

Para nuestro trabajo se asume el concepto siguiente de juegos pre-deportivos. Los juegos pre-deportivos son una forma lúdica motora, de tipo intermedio entre el juego y el deporte, que contienen elementos afines a alguna modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de los juegos deportivos para la iniciación y el aprendizaje de deportes concretos con una complejidad estructural y funcional mucho menor; su contenido, estructura y propósito permiten el desarrollo de destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas ya que contienen elementos afines a alguna disciplina deportiva.

Con este tipo de juego se prepara al alumno para el tránsito al deporte mientras el profesor dispone de una variada gama de juegos que aplicados convenientemente, pueden cubrir de una manera divertida y más natural el periodo de formación física que separa al juego del deporte, llenando las fases técnicas y también la formación físico-deportiva escolar. Son una forma didáctica y de la iniciación deportiva, donde el deporte se transforma en juegos más sencillos mediante adaptaciones a su reglamento.



Debido a que los juegos pre-deportivos proporcionan una gran diversidad de situaciones son difíciles de diferenciar de muchos de los juegos que se realizan habitualmente como los de persecución, lanzamientos, etc., sin embargo hay que tener en cuenta que nada distingue a un juego motriz de reglas de otro pre-deportivos más que el objetivo que se persiga.

A través de su práctica se desarrollan capacidades y habilidades motoras, al mismo tiempo que la necesidad de jugar en equipo fomenta las relaciones de grupo, por lo que constituyen un medio formativo por excelencia en la iniciación deportiva.

Los juegos predeportivos son practicados como consecuencia lógica de los motores, dinámicos o menores. Esto último se entiende como acciones motoras atractivas y con cierto grado de emulación, cuyo objetivo es procurar el desarrollo psicomotor y el esparcimiento del jugador.

Por otro lado, los juegos predeportivos es el antecedente lógico del juego deportivo, concebido como un tipo superior de juegos motores que exigen un alto grado de rendimiento físico, técnico y táctico en razón de la competición, en la cual los contrincantes se circunscriben a ciertas reglas oficiales establecidas a nivel nacional o internacional.

Dentro del programa de educación física se encuentran como contenido la iniciación deportiva y el deporte escolar organizado, ambos interrelacionados con los juegos predeportivos.

Su aplicación se halla estrechamente relacionada en el campo del entrenamiento, la recreación y los deportes. Con este tipo de juego se prepara a los niños para el tránsito al deporte mientras el entrenador dispone de una variada gama de juegos que aplicados convenientemente, pueden cubrir de una manera divertida y más natural el periodo de formación física que separa lo predeportivo de lo deportivo, llenando las fases técnicas y también la formación físico-deportiva.

El objetivo fundamental del juego predeportivo es el de enriquecer al jugador, con la adquisición de variadas respuestas motrices concretas, que le ayuden a adaptarse a las necesidades que requiere la práctica del deporte, al tiempo que se puede mejorar las habilidades básicas genéricas y desarrollar armónicamente las capacidades físicas tanto condicionantes como coordinativas.

Distinguimos dos tipos de predeporte: los de carácter genérico, que buscan la adquisición de habilidades y desarrollo de destrezas utilizables en varios deportes y, los de carácter específico, cuyo objetivo es la adquisición y dominio de una actividad específica en un determinado deporte.

La aplicación de este tipo de juegos se basa en el aprendizaje de:

- Los fundamentos técnicos: técnica individual y colectiva
- La aplicación de las técnicas generales de ataque y defensa.
- Los principios tácticos generales de uso más frecuente.
- Los requerimientos de las capacidades físicas y las habilidades específicas de cada deporte.
- Las reglas fundamentales del juego.
- La organización y colaboración en el desarrollo del juego.

Entre las características que poseen contamos con que: dan idea amplia del juego; desarrollan habilidades y destrezas básicas; ejercitan los elementos básicos que más adelante permitirán la construcción de la técnica y la táctica específica a cada deporte.

Dentro del proceso de aprendizaje, el juego predeportivo debe permitir el desarrollo de una serie de capacidades:

- Capacidades motrices, representadas en el desarrollo físico y corporal específicamente representada en la respuesta motriz.
- Capacidades cognitivas, palpables en la observación, análisis e interpretación de las diferentes situaciones de juego
- Capacidades sociales, palpable en el respeto y aceptación de las normas y reglas de juego

Los Juegos Predeportivos consisten en la realización de una actividad física que se concreta con un afán competitivo y en la cual se deben respetar una serie de reglas. Se diferencia de la mera actividad física en que ésta es una simple práctica, mientras que en el deporte siempre hay una competencia que arroja un resultado.

Es una actividad recreativa donde participan uno o más jugadores. Más allá de la competencia, la función principal de los juegos predeportivos es brindar diversión y entretenimiento, mientras que aportan un estímulo mental y físico.

**Según Elkonin D, Citado por Océano se refiere: todos estos efectos educativos se fundan en la influencia que el juego ejerce sobre el desarrollo psíquico del**

**niño y sobre la formación de la personalidad. Los niños en edades tempranas aún tienen poca fuerza y por tanto no la usan en sus juegos. Sin embargo la flexibilidad es una de las principales características y se manifiestan con frecuencia en muchas de sus prácticas lúdicas. Los juegos que podemos recomendar para los niños de 10 a 12 años teniendo en cuenta el pensamiento abstracto se supone que les empieza a gustar las actividades que suponen una prueba para su intelecto ya que en ella aparece la velocidad, la resistencia, y la fuerza**

Los juegos predeportivos son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etc.). Su práctica es recomendable como preparación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta una serie de recursos físicos y técnicos.

En este sentido, los juegos predeportivos constituyen una variante de los juegos menores, caracterizado por contenidos que propician la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para la asimilación de habilidades deportivas. Por lo general, los juegos predeportivos y los juegos deportivos comparten ciertas reglas.

Los profesores que organizan juegos predeportivos deben tener una [actitud](#) pedagógica, sin olvidar que el centro de atención es el niño y su [aprendizaje](#). Con los juegos predeportivos, los niños se acercan a la competición y pueden percibir, analizar y tomar decisiones.

También se recomienda que, cada día, el profesor enseñe pocas cosas y de [libertad](#) para que los niños improvisen, sin demasiadas explicaciones e interrupciones.

Los objetivos y las características de los juegos predeportivos son múltiples, pudiéndose decir que la misma: es una forma real de satisfacer las demandas de la mayoría de la población, en especial la de los niños, y brinda una posibilidad de acceder a las exigencias de una sociedad futura que se está configurando; es una constante promoción de todo, todos pueden participar sin que la edad o sexo se conviertan en limitantes; tienen influencia pedagógica suficiente y capacita de permitir la libre proyección de la personalidad, por sus características se podría definir esta actividad como compensatoria de déficit existenciales de la vida.

Es más, se puede incluir en el concepto de educación permanente; los diferentes comportamientos motrices implican inherentemente un fin educacional, las prácticas de estos tipos de juegos no descartan el buen aprendizaje de habilidades técnicas; potencia la formación de valores, hábitos, habilidades, entre otras; se efectúa libre y espontáneamente, con absoluta libertad para su elección, no debe existir obligatoriedad en la participación, la [evaluación](#) de las actividades debe permitir que la participación sea activa o pasiva; se realizan desinteresadamente, solo la satisfacción que produce da lugar a la liberación de tensiones propias de la vida cotidiana; se realizan en un clima y con una actitud predominantemente entusiasta, contribuyendo a un espacio ideal para la mejora del contacto social; no deberán estar sometida a reglamentaciones demasiado rigurosa o en caminadas a la consecución de objetivos que la determinan o encasillen de forma excesiva, las reglas son creadas y pueden ser adaptadas (a ellos mismos o a la situación) por los propios participantes, sus opciones y posibilidades son elementos fundamentales a tener en cuenta; han de despertar la autonomía de los infantes, en la

decisión de inicio, organización y regulación de la actividad, potencian la colaboración de todos los participantes en la organización de la actividad.

### **2.1.9 Coordinación**

Concepto **Yury Verkhoshansky (2002)**. **“La coordinación es la capacidad de regular las fuerzas externas e internas presentes en la resolución de la tarea motora, para lograr el resultado exigido en el aprovechamiento eficaz del potencial motor del deportista” (p. 245)**

Coordinación es el control neuromuscular del movimiento; la capacidad de controlar todo acto motor. La coordinación se nos presenta como un concepto complejo, multifactorial, implicado de manera constante en el movimiento humano.

#### **2.1.9.1 Tipos de coordinación**

René Vargas (2007), “Coordinación intermuscular.- Es la sincronía (coordinación) del sistema nerviosos central (SNC) y de distintos músculos o bien grupos musculares (Grosser, 1991: 166)” (p. 62)

René Vargas (2007), “Coordinación intramuscular.- Es la sincronía (coordinación) del sistema nerviosos central (SNC) y las fibras musculares dentro de un musculo (p. 62)

Coordinación es el control neuromuscular del movimiento; la capacidad de controlar todo acto motor. La coordinación se nos presenta como un concepto complejo, multifactorial, implicado de manera constante en el movimiento humano.

La coordinación implica la capacidad de controlar y procesar múltiples movimientos de músculos para realizar de modo efectivo habilidades atléticas (Cissik y Barnes 2004). Comporta una interacción fluida de diferentes grupos musculares. Casi todos los movimientos humanos se dan por medio de múltiples articulaciones y músculos que trabajan de modo coordinado para realizar una determinada tarea.

Lee E. Brown, Vance A. Ferrigno (2007)

### **2.1.9.1 Concepto de coordinación**

La coordinación es una capacidad motriz tan amplia que admite una gran pluralidad de conceptos. Entre diversos autores que han definido la coordinación, vamos a destacar a:

- Castañer y Camerino (1991): un movimiento es coordinado cuando se ajusta a los criterios de precisión, eficacia, economía y armonía.
- *Álvarez del Villar (recogido en Contreras, 1998)*: la coordinación es la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad del movimiento.
- Jiménez y Jiménez (2002): es aquella capacidad del cuerpo para aunar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar unas determinadas acciones.

#### **Según Mouche 2008**

**“Rueda el balón y trate de tocar con una señal o diana (un balón en movimiento, números escritos en una pared, señales, etc.).Correr con un brazo hacia adelante y el otro hacia lo alto. Botar sobre el terreno con dos balones alternativamente. El mismo ejercicio anterior pero corriendo Caminando hacia atrás, botar con dos**

**balones. Por parejas botar con dos balones y a una señal, intercambiar los balones.” (p.42)**

#### **2.1.9.1.1 Tipos de coordinación. Clasificación**

Tras realizar un análisis de varias propuestas de autores como Le Boulch (1997), Gutiérrez (1991), Contreras (1998), Escobar (2004), vamos a concretar una clasificación general sobre la Coordinación, en función de dos aspectos importantes:

**A. En función de si interviene el cuerpo en su totalidad, en la acción motriz o una parte determinada, podemos observar dos grandes tendencias:**

- Coordinación Dinámica general: es el buen funcionamiento existente entre el S.N.C. y la musculatura esquelética en movimiento. Se caracteriza porque hay una gran participación muscular.
- Coordinación Óculo-Segmentaria: es el lazo entre el campo visual y la motricidad fina de cualquier segmento del cuerpo. Puede ser óculo-manual y óculo-pédica.

**B. En función de la relación muscular, bien sea interna o externa, la coordinación puede ser:**

- Coordinación Intermuscular (externa): referida a la participación adecuada de todos los músculos que se encuentran involucrados en el movimiento.
- Coordinación Intramuscular (interna): es la capacidad del propio músculo para contraerse eficazmente.



### **2.1.9.1.2 Factores que intervienen en la coordinación**

La coordinación va a influir de forma decisiva sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizajes de destrezas y técnicas específicas, que más tarde harán su aparición en el mundo escolar. Es por ello que la coordinación es una cualidad neuromuscular íntimamente ligada con el aprendizaje y que está determinada, sobre todo, por factores genéticos.

A continuación, vamos a señalar aquellos factores que determinan la coordinación:

- La velocidad de ejecución.
- Los cambios de dirección y sentido.
- El grado de entrenamiento.
- La altura del centro de gravedad.
- La duración del ejercicio.
- Las cualidades psíquicas del individuo.
- Nivel de condición física.
- La elasticidad de músculos, tendones y ligamentos.
- Tamaño de los objetos (si son utilizados).
- La herencia.
- La edad.
- El grado de fatiga.
- La tensión nerviosa.

### **2.1.9.1.3 Proceso evolutivo de la coordinación**

- 1ª Infancia (0-3 años): Se adquiere la suficiente madurez nerviosa y muscular como para asumir las tareas de manejo del propio cuerpo. La mayoría de las coordinaciones son globales, aunque ya comienzan las primeras coordinaciones óculo-manuales al coger objetos. Entre los 18-24 meses, se aprecia un mayor desarrollo

pudiendo abrir y cerrar puertas, ponerse los zapatos, lavarse, etc. (Trigueros y Rivera, 1991).

- Educación Infantil (3-6 años): El repertorio de posibilidades crece con los estímulos que le llegan al niño. Las acciones coordinadas dependerán de la adquisición de un perfecto esquema corporal y del conocimiento y control del propio cuerpo. La actitud lúdica propia de estas edades es protagonista por excelencia de la formación tanto motriz como cognitiva y hacen que las formas motoras se vayan enriqueciendo y complicando.
- Educación Primaria (6-12 años): Se determina el desarrollo del sistema nervioso y, por tanto, los factores neuro-sensoriales de la coordinación, de ahí que sea la etapa ideal para la adquisición de experiencias motrices. La mala aptitud de retención motriz en el primer ciclo y parte del segundo exige en estas edades una profundización del aprendizaje a partir de la repetición de los ejercicios, contribuyendo de esta manera a la automatización del movimiento. Al final del segundo ciclo y todo el tercer ciclo, debido al desarrollo sensitivo y cognitivo, se refleja una buena capacidad perceptiva y de observación. Los ajustes motores son muy eficaces.
- Educación Secundaria y Bachillerato (12-18 años): Desde comienzos de la pubertad hasta finales de la adolescencia, tiene lugar la maduración sexual y un crecimiento general del cuerpo, esto conllevará un retroceso en la coordinación de los movimientos. Más tarde, la coordinación mejorará en función de la mejora de las cualidades físicas.

#### **2.1.9.1.4 Evaluación de la coordinación**

Siguiendo a Picq y Vayer (1977), vamos a evaluar la Coordinación general y óculo-segmentaria basándonos en el **Examen Psicomotor** que estos autores proponen. Teniendo en cuenta las dos etapas que distinguen en la evaluación de la psicomotricidad: la 1ª etapa (2 a 6 años) y la 2ª etapa (6-12 años), algunas de las pruebas que se pueden utilizar, son:

#### **2.1.9.1.5 Coordinación Dinámica General**

- *2-6 años:*
  - Con los ojos abiertos recorrer 2 m en línea recta, poniendo alternativamente el talón de un pie contra la punta del otro.
- *6-12 años:*
  - Posición de pie, una rodilla flexionada en ángulo recto, brazos a lo largo del cuerpo, impulsar por el suelo una caja de cerillas durante 5 m.
  - Salto al aire flexionando las rodillas para tocar los talones por detrás con las manos.

#### **2.1.9.1.6 Coordinación óculo-segmentaria**

- *2-6 años:*
  - Seguir un laberinto con una línea continua en 80" con la mano dominante y 85" con la otra.
- *6-12 años:*
  - Con una pelota de goma, dar a un blanco de 25x25 cm situado a 1,5 m de distancia, con ambas manos.
  - Recibir una pelota lanzada desde 3 m con una mano (Alternamos).

Otro instrumento muy utilizado para evaluar la coordinación general es el Test perceptivo-motor de Survey (citado por Picq y Vayer, 1977). En él se pide al sujeto que camine hacia delante, atrás, de lado, que salte sobre un pie, sobre el otro... que imite determinados movimientos, etc.

Además de las pruebas ya mencionadas, sería conveniente utilizar más instrumentos para llevar a cabo una evaluación más exhaustiva de la coordinación óculo-segmentaria, ya que el uso de lápiz y papel en la escuela pone de manifiesto la necesidad de una correcta coordinación viso-manual, especialmente en la escritura.

Algunos de esos instrumentos (citados por Mariscal), podrían ser:

- Lista de control de conductas perceptivo-motrices de Cratty.
- Test de Coordinación ojo-mano de Frostig.

### **2.1.9.2 Entrenamiento de la coordinación**

La coordinación es una capacidad biomotora compleja, relacionada estrechamente con la velocidad, la fuerza, la resistencia y la flexibilidad. Tiene una importancia determinada para la adquisición y el perfeccionamiento de aspectos técnicos y tácticos, así como para aplicarlos en circunstancias poco habituales.

Este tipo de circunstancias puede comprender los cambios en el suelo, en los equipamientos y aparatos, en la luz, el clima y las condiciones meteorológicas y los adversarios. La coordinación también es solicitada por la orientación espacio-temporal, tanto cuando el cuerpo se encuentra en situaciones poco familiares (pértiga, varios saltos, saltos de trampolín)

como cuando existe una pérdida de equilibrio (condiciones deslizantes, aterrizaje, paradas rápidas, deportes de contacto).

El nivel de coordinación refleja la capacidad de efectuar movimientos de varios grados de dificultad rápidamente y con gran precisión y eficacia, y según los objetivos de entrenamiento específicos.

Se considera que un deportista con una buena coordinación es capaz de ejecutar una destreza perfectamente, así como también de resolver rápidamente una tarea de entrenamiento para la cual él o ella no estaban preparados.

### **2.1.9.3 Clasificación de la coordinación y de sus niveles de complejidad**

La coordinación una cualidad humana muy compleja, está influenciada por varios factores. En la búsqueda de la máxima mejora de las destrezas considere las siguientes recomendaciones.

#### **2.1.9.3.1 Coordinación general**

La coordinación general gobierna la capacidad de ejecutar racionalmente varias destrezas motoras, independientemente de la especialización deportiva.

Después del desarrollo multilateral, todos los deportistas deberían adquirir un nivel de coordinación general adecuado.

El desarrollo multilateral debe empezar con la iniciación de un deporte, porque en el momento de la especialización la coordinación general debe estar bien asimilada.

En estas circunstancias, la coordinación general representa las bases a partir de las cuales el deportista puede desarrollar la coordinación especial.

#### **2.1.9.3.2 Coordinación específica**

La coordinación específica refleja la capacidad de efectuar varios movimientos del deporte seleccionado con rapidez, pero también sin fallos, con facilidad y precisión

#### **2.1.9.3.3 Coordinación óculo manual**

**<http://www.efdeportes.com/efd91/condic.htm>**

La **coordinación** se puede definir como:

La capacidad de utilizar los sentidos (especialmente la visión y la audición) conjuntamente con los sistemas de control nervioso del movimiento y diferentes partes del cuerpo, de manera que pueda desarrollar tareas motrices con precisión y suavidad. (Harvey Montoya Peláez, J.)

En Educación Física podemos definir la coordinación como la habilidad (capacidad) que tiene el cuerpo o una de sus partes para desarrollar en secuencia ordenada, armónica y eficaz un gesto o acción determinada bajo la acción cerebral. En nuestro caso, lanzamiento, golpeo y atrape, la

mano depende del tronco, pero no debe estar soldada a él. Tiene que haber una independencia del brazo con respecto al tronco.

Este es el factor más importante de la precisión en la coordinación óculo-manual.

Por otra parte podemos hablar de varios factores importantes, la apreciación de peso y volumen, está muy relacionado con la coordinación óculo-manual. Es decir, todas las acciones que queramos hacer van a depender de la utilización de unos objetos con un tamaño o un grosor diferente, por eso, hay que enfocar algunas propuestas a que los niños investiguen con estas cualidades que van unidas a los sentidos, táctiles y visuales, y a la kinestesia. (De lo pequeño a lo grande, de lo ligero a lo pesado)

La **coordinación óculo-manual** tiene varias definiciones, nosotros hemos cogido una para contrastar la información: Movimientos de exploración de la mano y del ojo donde éste último anticipa el movimiento de la mano y acopla la exploración totalmente solo. (Harvey Montoya Peláez, J.)

#### **2.1.9.3.3.1 Fases de la coordinación óculo-manual:**

1. Fase de detención de objetos: Se localiza el objeto y se analiza, se extrae la información necesaria para poder realizar correctamente la trayectoria hacia el objeto.
2. Fase de trayectoria: Se desarrollan los programas de ejecución motriz que van a ser patrones motores que colocan la mano y dedos en la

posición adecuada para coger las cosas. Hay dorsiflexión de la muñeca y flexión metacarpofalángica e interfalángica y el grado de flexión depende de la información recibida en cuanto a forma y tamaño del objeto. Es decir, dependiendo del tamaño del objeto, tendremos:

-Objeto grande: menor flexión de interfalángica y mayor dorsiflexión de la muñeca

-Objeto pequeño: mayor flexión de interfalángica y menos dorsiflexión de muñeca

#### **2.1.9.3.4 La coordinación y su preparación**

La capacidad coordinativa permite al jugador de baloncesto demostrar un determinado nivel de control operativo de nuestras acciones motoras en las condiciones más variadas: en la asimilación de nuevos movimientos, en la reproducción de movimientos eficaces cuando el dispendio de tiempo, o espacio es breve, en estado de fatiga, en la anticipación frente a acciones de nuestros rivales y/o compañeros, en improvisaciones frente a situaciones inesperadas, en la transición rápida de unas acciones a otras

En esta capacidad, variada y específica para cada deporte, es posible diferenciar aspectos que se presentan en la actividad competitiva en compleja interacción:

La capacidad para valorar y regular los parámetros dinámicos y espacio-temporales de los movimientos.



La capacidad de mantener una posición.

El sentido del ritmo.

La capacidad de orientarse adecuadamente en el espacio.

La capacidad para relajar voluntariamente los músculos.

El nivel de coordinación de movimientos.

Este cúmulo de necesidades se evidencia en mayor o menor medida en nuestra competición siendo nuestro objetivo trabajarlas en función de esa relevancia.

#### **2.1.9.4 Trabajo de coordinación**

Lo que entendemos por coordinación es una cualidad multifactorial. Sus componentes principales son: la capacidad para valorar y regular los parámetros dinámicos y espaciotemporales de los movimientos, la capacidad de mantener una posición o equilibrio, el sentido del ritmo, la capacidad de relajar voluntariamente los músculos, y la coordinación de los movimientos.

Entre los determinantes del nivel de coordinación de un sujeto sobresalen la percepción, el análisis de los movimientos, los ajustes a modelos dinámicos, espaciales y temporales, la comprensión de la actividad motora y la formación de un plan o método para ejecutar el movimiento, y la memoria motora del sujeto.

Fisiológicamente, el factor determinante es la eficacia de la coordinación intra e intermuscular. Corresponden respectivamente a la capacidad de activar la cantidad indispensable de unidades motoras y la capacidad de lograr una interacción óptima de los músculos sinérgicos,

agonistas y antagonistas que asegure una rápida transición entre tensión y relajación.

El perfeccionamiento de las funciones del aparato visual (mejora del campo visual, equilibrio de los músculos oculares, y la visión profunda) y del aparato vestibular es el fundamento de una actividad repleta de situaciones inesperadas y variables: anticipar acciones, pasar de unas a otras, elegir el momento idóneo para comenzarlas,... las exigencias específicas son:

- 1) Diferenciar y anticipar los componentes espaciotemporales competitivos.
- 2) Elegir el momento para iniciar los movimientos para anticiparse al contrario o actuar con un compañero del propio equipo.
- 3) Determinar la dirección, amplitud, características de la velocidad, la profundidad y ritmo de las acciones propias y ajenas.

#### **2.1.9.4.1 Metodología del trabajo de coordinación**

a) Para la Capacidad de evaluar y regular los parámetros espaciotemporales de los movimientos. Para perfeccionar las capacidades basadas en la sensibilidad propioceptiva, los ejercicios para aumentar la precisión de las percepciones musculares y motoras son instrumentos muy útiles. Por ejemplo, para aumentar el "sentido del balón" para los tiros, lanzamientos o pases, se utilizan balones de distinto volumen y peso. Otro elemento importante es la diversificación de las características de la carga (carácter de los ejercicios, intensidad del trabajo, duración, relación trabajo-descanso,...) durante la ejecución de

los ejercicios. Una técnica eficaz para los modelos de movimiento es la activación de la función de uno de los analizadores mediante la desconexión artificial de los demás. Por ejemplo, realizar ejercicios con los ojos vendados para desarrollar la sensibilidad propioceptiva.

b) Para la Capacidad de mantener el equilibrio. La eliminación de las pequeñas alteraciones del equilibrio se realiza mediante una tensión refleja de los músculos. Si las reacciones forman parte del movimiento de coordinación compleja siendo cada acción fruto de la anticipación, son controladas según el programa motor de las acciones.

Se ha demostrado que la estabilidad estado-dinámica se caracteriza por los índices de amplitud, la frecuencia de los desequilibrios y el tiempo de fijación de la situación de cuerpo. Por ejemplo, conforme aumenta el nivel técnico, la amplitud de las oscilaciones del cuerpo disminuye, aumenta la frecuencia de las correcciones y el tiempo de mantenimiento de los equilibrios complejos.

c) Para el Sentido del Ritmo. Se debe ante todo a la eficacia de la actividad del sistema sensorial o somatosensorial (tacto y propiocepción) junto con los analizadores visual y auditivo. Es un trabajo que exige movilizar activamente los procesos psíquicos (Atención y Entrenamiento Ideomotor: reproducción mental de la acción a desarrollar) Al elegir los ejercicios atenderemos al orden racional de los elementos en toda su posible variedad, el orden y la magnitud de los esfuerzos desarrollados. En etapas iniciales, será preciso el uso de ejercicios simples y dividir las acciones motoras complejas en elementos aislados.

d) Para la Capacidad de orientarse en el espacio. Una compleja actividad de los analizadores visuales, en primer lugar, y de la memoria motora permiten evaluar las condiciones para la ejecución de las acciones, y elegir una acción motora para posteriormente realizarla.

Es fundamental el entrenamiento de la atención voluntaria: la capacidad de distinguir los estímulos más importantes para orientarse en una situación concreta. También importante es la capacidad de trasladar la atención de un estímulo a otro, y de variar el volumen de atención. Siempre con tranquilidad, impermeable hacia los estímulos externos, con naturalidad y suavidad.

e) Para la Capacidad de relajar voluntariamente los músculos. Los músculos que no intervienen en la realización de un movimiento deben estar relajados para facilitar una economía libre y amplia, de esfuerzos. Nuestro deporte implica una gran variedad de acciones motoras, la necesidad de formar composiciones racionales de la actividad muscular en situaciones concretas de la competición.

La tensión excesiva de los músculos puede deberse a factores biomecánicos (como resultado de la aparición de fuerzas reactivas durante la ejecución compleja, amplia y veloz), factores fisiológicos (tensión involuntaria debido a la irradiación de una excitación del Sistema Nervioso Central, por fatiga o por hiperactivación del sujeto), factores psicopedagógicos (excitación emocional y deseo de ejecutar el movimiento movilizándolo al máximo las posibilidades funcionales, o debido a la debilidad muscular cuando al intentar compensarla con músculos que no guardan relación con la ejecución del movimiento creando sincinesias, así como la regulación psíquica del trabajo muscular, la tolerancia al estrés emocional y la generación de tensión psíquica óptima durante el entreno), y las condiciones del medio donde se ejecutan las acciones.

Las técnicas metodológicas a seguir para incrementar la eficacia de los ejercicios mediante el aumento de la capacidad de relajación son:

Formar una estructura de ejercicios donde se observe un paso rápido de la tensión a la relajación.

Dotar de máxima variedad en la ejecución de los ejercicios. Intensidades, duraciones,

Hacer ejecuciones haciendo hincapié en la relajación de los músculos en determinados estados.

Control constante de la relajación de los músculos del rostro, que permite disminuir la tensión general muscular.

#### **2.1.9.5 Medios para incrementar la coordinación en baloncesto**

Observando la estrecha interacción existente entre las cualidades motoras (velocidad, fuerza, resistencia, flexibilidad) y el perfeccionamiento técnico-táctico-psicológico, podemos extraer las referencias que nos ayudan a establecer estos medios.

La utilización del entrenamiento ideomotor permite realizar representaciones mentales en base a sensaciones musculares, en régimen de tensión-relajación (información cinestésica), y la información visual.

La realización práctica de este método exige observar las técnicas que deben estar siempre en el campo visual del entrenador y del entrenado.

La representación mental de los movimientos será de acuerdo con las características de la técnica de las acciones. Es indispensable concentrar la atención en la ejecución de elementos concretos de las acciones. Los deportistas de bajo nivel centrarán su atención sobre parámetros más generales: trayectorias, posiciones principales, ritmo de los movimientos,

El entrenamiento autógeno utiliza las fórmulas de autosugestión para perfeccionar la regulación muscular. Se utiliza más para preparar deportistas de alto nivel.

El trabajo físico debe tener en cuenta:

1) La velocidad de los movimientos: mediante la aplicación de ejercicios que progresan desde lo sencillo hasta lo más complejo. Los ejercicios de mediana intensidad son bastante eficaces para preparar a los jóvenes deportistas. El reparto podría ser:

5-10% ejercicios de poca complejidad.

40-50% ejercicios de complejidad media.

20-30% ejercicios de gran complejidad.

5-10% ejercicios de complejidad casi extrema.

2) La intensidad del trabajo: la progresión obliga a aplicar baja intensidad en las etapas iniciales del perfeccionamiento de una cualidad con acciones motoras concretas, un aumento de la intensidad según se observe la ampliación de las habilidades técnico-tácticas del jugador para pasar a utilizar una intensidad máxima o submáxima cuando se trate de mejorar los resultados competitivos directamente. Como siempre las posibilidades técnicas y el nivel de preparación física determinan la progresión.

3) La duración de cada ejercicio: la duración del trabajo continuo de un ejercicio suele ser de 10-20" periodo de tiempo en el que se logra un control eficaz de la calidad del trabajo y la regulación muscular pre fatiga. La duración para cada uno de los ejercicios de preparación especial y de competición es imposible de planificar de antemano y suele oscilar entre décimas de segundo y varios segundos, si el ejercicio debe permitir asimilar un elemento complejo, y algo mayor cuando la capacidad a desarrollar sea la de un alto nivel de coordinación en condiciones de fatiga como ocurre en las competiciones.

4) La cantidad de repeticiones de un ejercicio (series y sesiones): con un trabajo breve en cada ejercicio (hasta 5"), la cantidad de repeticiones puede ser bastante elevada (desde 6 hasta 10-12). Con trabajos más largos la cantidad disminuirá proporcionalmente no superando las 2 o 3. Si se quiere trabajar la coordinación en fatiga, la cantidad de repeticiones varía hasta 12-15 para ejercicios breve, y hasta 4-5 para los prolongados.

5) La duración y el carácter de la pausa entre ejercicios: suelen ser bastante largas (de 1 a 2-3') para permitir recuperar la capacidad de trabajo con calidad. Para las condiciones de fatiga, la recuperación puede ser más corta (hasta de 10-15"). Los ejercicios en la fase de pausa pueden ser activos o pasivos. El activo es trabajo de poca intensidad, para estirar y relajar los músculos. Puede utilizarse el auto masaje, acciones ideomotoras y autógenas.

#### **2.1.9.5.1 Ejercicios para desarrollar la coordinación en baloncesto**

Los dividiremos en dos grandes grupos: Ejercicios de Preparación

General para desarrollar los distintos tipos-componentes de coordinación ya vistos, y Ejercicios de Preparación Especial directamente relacionados con nuestro deporte.

### **1) Ejercicios de Preparación General:**

Mantenimiento del equilibrio sobre una pierna con distintas posiciones y movimientos de los brazos, del tronco y de la pierna libre.

Diversos movimientos sobre un apoyo limitado: barra de equilibrio, cuerda,

Ejecutar ejercicios cambiando el carácter de los movimientos o deteniendo bruscamente los mismos en una posición determinada.

Ejecución de diversas acciones motoras con los ojos cerrados: recorrer una distancia, hacer puntería con un balón o pelota pequeña, correr distancias con tiempos dados,

Saltos horizontales: sobre suelo (con dos piernas, a pata coja o "1º de triple", alternando apoyos o "2º de triple" o combinando distintos tipos de saltos: 1º y 2º), saltos con combas (con dos piernas, pata coja, cambiando apoyos, adelante-atrás, a un lado-a otro, combinaciones...), saltos subiendo escalones (con dos piernas, 1º de triple, 2º de triple, combinaciones), saltos bajando escalones



Saltos verticales: sobre obstáculos o vallas bajas, con dos piernas, con una o cambiando el apoyo, hacia delante o hacia los lados.

Ejercicios de acrobacia sobre el suelo: mantener el equilibrio por parejas, vertical invertida con distintas posiciones y movimientos de las piernas, volteretas hacia delante-hacia atrás normales o lanzadas, solos o por parejas, ruedas laterales y rondadas. Circuitos de pruebas de habilidad, agilidad y coordinación no específica: salto sobre obstáculos + rueda lateral + reptar por debajo de obstáculos + cuadrúpeda invertida (cangrejo) + carreras en "slalom" + volteretas adelante-atrás + comba

## **2) Ejercicios de Preparación Específica:**

Ejercicios de coordinación óculo-manual de manejo de móviles de distintas dimensiones y pesos. En estático y en dinámico. De pie o variando las posiciones corporales. Con un móvil o con más de uno (igual-diferente, estático-dinámico, variando posiciones,... trabajo sobre bote, pase, lanzamiento y recepción.

Ejercicios de ajuste espacio-temporal: recepciones de pases adelantados sobre una referencia espacial fija, solos o por parejas, recepciones en el aire tras salto, combinaciones complejas de recepciones, botes, saltos y pases o lanzamientos a canasta

### **2.1.10 Baloncesto**

El vocablo baloncesto significa encestar un [balón](#) o pelota, y es la castellanización de la [palabra](#) inglesa "básquet" que significa cesto o "basquetbol", conformado por los vocablos cesto y balón. El baloncesto es

un deporte de equipo que se desarrolla, normalmente, en pista cubierta, en el que dos equipos de cinco jugadores cada uno intentan anotar puntos, también denominados canastas introduciendo un balón en un aro colocado a 3 metros, lo que le da un aspecto de canasta.

## **El juego**

Se dividen dos equipos de cinco jugadores cada cual. Cada equipo se posiciona en uno de los lados de la cancha, y cada lado posee un cesto, ese cesto es el que deberán defender durante el encuentro. El objetivo del juego es encestar en el aro contrario, el que más veces encesta es el que gana el encuentro. El cesto se encuentra en el extremo central de cada lado de la cancha. La pelota se traslada en las manos, avanza por medio de pases o por el avance particular de un jugador haciendo dribbling (dando rebotes a la pelota). No se puede avanzar con la pelota entre las manos, sin hacer pases o rebotes. Con respecto a la puntuación, si un tiro se efectúa desde fuera de la zona de tiro Libre vale el tiro 3 puntos, si se realiza desde ella, valen 2 puntos

## **2.2. POSICIONAMIENTO PERSONAL**

El presente trabajo de investigación está basado en la Teoría cognitivista.

Este plan de trabajo está basado según la teoría de **JEAN PIAGET** que dice: **“El juego con su énfasis en el cómo y el porqué, se convierte en el instrumento primario de adaptación, el niño transforma su experiencia del mundo en juego con rapidez”**

En la actualidad se debe considerar que el entrenamiento se basa en las destrezas habilidades y aptitudes de los niños, esto lo podemos desarrollar mediante los juegos predeportivos. Este constituye un medio para el desarrollo del niño en sus diferentes formas de expresión, de ahí parte la importancia del entrenamiento mediante los juegos predeportivos como estrategia facilitadora en el desarrollo de la coordinación.

Los juegos predeportivos como entrenamiento de la coordinación trata de que se conozcan cuáles juegos se realizan dentro del entrenamiento y que se los pongan en práctica en la actualidad, este trabajo se logrará tomando en cuenta una metodología sistemática que integren todos los elementos del juego. Se parte de un análisis del porque se está dejando la utilización de los juegos predeportivos como entrenamiento, para continuar con el diagnóstico donde conoceremos la situación actual del problema.

De ahí la necesidad de una propuesta con amplias paciones del entrenamiento mediante los juegos predeportivos como estrategias facilitadoras en el desarrollo de la coordinación para que contribuya a la prevención de vicios y del sedentarismo que afecta en la actual a los niños y niñas de la ciudad de Otavalo.

## **2.2 GLOSARIO DE TÉRMINOS**

**Actividad física.-** Es la energía total que se consume por el movimiento del cuerpo. Incluye actividades de la rutina diaria, como las tareas del hogar, ir a la compra, trabajar.

**Actividad.-** (Lataffectio = disposición favorable). El conjunto de las reacciones psíquicas del individuo frente de situaciones provocadas por la vida: contactos con el mundo interior.

**Capacidad.-** Posibilidad de desarrollar una actividad o de concluir algo.

**Cognoscitivo.-** Todos los procesos que llevan a un conocimiento, entendidos desde el punto de vista funcional como guía de la conducta.

**Coordinación.-**Control neuromuscular del movimiento; la capacidad de controlar todo acto motor.

**Creatividad.-** Capacidad de crear, particularmente lo que hace que una persona sea capaz de imaginar, ideas y hacer cosas originales y artísticas.

**Deporte.-** Actividad física ejercida como competición que se rige por unas normas. En muchos países europeos el término deporte abarca todo tipo de ejercicios y actividades físicas realizadas durante el tiempo libre.

**Entrenamiento:** Es un proceso pedagógico que hace posible el logro de las actuaciones de alto nivel, sin que se produzca ningún daño físico o mental, mediante el desarrollo sistemático y planificado de ciertos conocimientos prácticos especiales, condiciones físicas, cualidades morales y adaptación del organismo.

**Estímulo.-** En psicología, cualquier excitación contribuye a desencadenar los mecanismos de la vida mental, afectiva o intelectual. Pueden provenir del exterior o nacer en el organismo mismo.

**Forma física.-** Capacidad del cuerpo humano para satisfacer las exigencias impuestas por el entorno y la vida cotidiana. La forma física es un estado del cuerpo (y de la mente) que ayuda a desarrollar una vida dinámica y positiva y es posible que afecte a casi todas las fases de la

existencia humana. Fuerza muscular, energía, vigor, buen funcionamiento de los pulmones y el corazón, y un estado general de alerta, son signos evidentes de que una persona goza de buena forma física.

**Homogeneidad.-** De la misma naturaleza

**Juego.-** actividad natural pero voluntaria, agradable y motivadora sitúa en un marco imaginario paralelo a la realidad y con un marcado carácter socializador, creativo y expresivo.

**Juegos predeportivos.-**es una forma lúdica motora esencialmente agónica, de tipo medio entre el juego simple y el deporte

**Lúdicas, conducta.-** Conducta del juego, activada permanentemente, que adquiere la forma de una oposición y el valor de un rechazo. Es normal en el niño, pero tiende a limitarse y a manifestarse únicamente en circunstancias de tiempo y de lugar socialmente admitidas.

**Motivar.-** Servir de incentivo para una actividad y también proveer un incentivo o una meta que responda a una actividad.

**Motricidad.-** Propiedad que poseen los centros nerviosos de provocar la contracción muscular.

**Ritmo.-** Propiedad de una serie de sonidos y por extensión de hechos de cualquier tipo, en los que aparece una alternativa regular de tiempos fuertes y de tiempos débiles.

Se refiere expresamente a funciones motrices y a procesos del pensamiento. Es opuesta a la capacidad especial, que se refiere a los problemas particulares de naturaleza e importancia más diversas. v. análisis de trabajo.

**Tópico.-** Lugar común, medicamento de aplicación local.

## **2.4 RESPUESTA A LAS INTERROGANTES**

**❖ ¿Cuál es la coordinación óculo-manual en el entrenamiento de la coordinación en la disciplina del baloncesto los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo?**

Es la coordinación óculo-manual de movimientos de exploración de la mano y del ojo éste último anticipa el movimiento de la mano y acopla la exploración totalmente solo.

**❖ ¿Qué tipo de juegos predeportivos utilizan los entrenadores para la enseñanza de la fundamentación técnica en el baloncesto en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo?**

Los juegos predeportivos que se utilizaran son de dos tipos: los de carácter genérico, que buscan la adquisición de habilidades y desarrollo de destrezas utilizables en varios deportes y, los de carácter específico cuyo objetivo es la adquisición y dominio de una actividad específica en un determinado deporte, en este caso en el baloncesto.



## **CAPITULO III**

### **3.- METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1 Tipo de investigación**

La investigación que se ejecutó según la naturaleza es cuantitativa - cualitativa de tipo descriptivo, por cuanto es el punto de partida para establecer un estudio más profundo relacionado con el entrenamiento mediante los juegos predeportivos para el desarrollo de la coordinación en función de motivar a la práctica frecuente de este tipo de juegos en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo; así como de describir, analizar e interpretar el estado actual del problema de investigación.

Por la modalidad del estudio es un proyecto factible el cual se fundamentó en una investigación de campo y bibliográfica; una vez conocida y procesada la información del diagnóstico, se buscará una posible solución al problema (propuesta).

La investigación es de tipo cualitativo por cuanto se relaciona con criterios de las personas indagadas y se sustentan en las interrogantes de la investigación que posteriormente serán analizadas y verificadas.

Es cuantitativa por la utilización de una estadística descriptiva elemental en cuanto al empleo de frecuencias, porcentajes y cuadros para realizar el análisis e interpretación de los resultados.



- Según el problema es no experimental.
- Según los objetivos es descriptiva.
- Según el lugar es una investigación de campo.

### **3.1.1 Investigación bibliográfica**

Se utilizó la investigación bibliográfica que me permitió recopilar datos sobre el entrenamiento mediante los juegos predeportivos como estrategia facilitadora en el desarrollo de la coordinación. Debiendo acotar que el material bibliográfico investigado fue de gran ayuda para estructurar la propuesta. Se acudió a textos impresos sobre juegos predeportivos donde existe variada información.

### **3.1.2. Investigación de campo**

También se realizó una investigación de campo ya que a más de explorar las condiciones de juegos predeportivos que se practica actualmente en la institución, se realizará una investigación sobre la situación de los maestros que no motivan al entrenamiento a través de los juegos predeportivos en el proceso de entrenamiento del baloncesto.

### **3.1.3 Investigación descriptiva**

Mediante la observación de los hechos que se suscitó en esta institución permitió la recolección y tabulación de datos, para realizar una interpretación de los mismos.

### 3.1.4 Investigación propositiva

Porque sobre la base de los resultados de la investigación se propuso una alternativa pertinente y viable, direccionada al entrenamiento de la coordinación en la disciplina del baloncesto mediante juegos predeportivos en los niños y niñas

## 3.2 MÉTODOS

### Métodos empíricos

**Observación científica.-** Es una técnica que consiste en observar atentamente el fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis.

La observación es un elemento fundamental de todo proceso investigativo; en ella se apoya el investigador para obtener el mayor número de datos. Gran parte del acervo de conocimientos que constituye la ciencia ha sido lograda mediante la observación.

Existen dos clases de observación: **la observación no científica y la observación científica.** La diferencia básica entre una y otra está en la intencionalidad: observar científicamente significa observar con un objetivo claro, definido y preciso: el investigador sabe qué es lo que desea observar y para qué quiere hacerlo, lo cual implica que debe preparar cuidadosamente la observación. Observar no científicamente significa observar sin atención, sin objetivo definido y por tanto, sin preparación previa.

- El trabajo de investigación se realizó a los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo

**Recolección de información.-** Se trabajó con el total de la población y la recolección de datos se realizó a través de encuestas dirigidas a los deportistas y a los entrenadores de la institución.

### **3.2.1 Métodos teóricos**

Entre los métodos teóricos de investigación que se utilizaron son:

**3.2.1.2 Método científico:** Porque permite alcanzar un conocimiento claro sistemático de las cosas a través del juego ya que los niños y niñas tienen la oportunidad de descubrir y crear su propio conocimiento.

**3.2.1.2 Métodos deductivo e inductivo:** que permitió a partir de lo general llegar a aspectos particulares; proceso lógico que producirá validez de las conclusiones a las que se llegue.

**3.2.1.3 Método descriptivo:** se emplea de manera especial en el capítulo inicial del trabajo; la descripción teórica de contenidos y la recopilación de bases teóricas necesarias requeridas de este camino para alcanzar lo propuesto

**3.2.1.4 Método analítico y sistemático:** Para el análisis del problema se utilizará datos obtenidos en las interpretaciones sobre los juegos recreativos como práctica educativa que permita desarrollar la creatividad

de los niños y niñas, este método ayudará enfrentar adaptaciones que facilitará la elaboración de objetivos.

En el presente trabajo se aplicará el método empírico, ya que se tomará como instrumento la técnica de la encuesta a entrenadores y los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo”por lo que permite recopilar información mediante un cuestionario que es elaborado previamente por el investigador, para conocer la valoración y criterio de los encuestados sobre los que deseamos saber que generalmente son aplicados a diferentes estratos de población o universo de estudio.

Esta técnica me permite recoger información al inicio, mediante la ejecución y el final para lograr verificar la viabilidad de este proyecto.

**3.2.5 Método descriptivo:** se empleará de manera especial en el capítulo inicial del trabajo; la descripción teórica de contenidos y la recopilación de bases teóricas necesarias requerirá de este camino para alcanzar lo propuesto.

**3.2.6 Método estadístico:** con el cual se recogerá, representará y analizará la información estadística recogida para las conclusiones y recomendaciones necesarias del trabajo.

### **3.3 Técnicas e instrumentos**

Los instrumentos que se utilizó en el trabajo de investigación fue la ficha de observación que estuvieron diseñadas en base a las categorías,

objetivos e indicadores, para conocer si utilizan en el entrenamiento de la coordinación mediante los juegos predeportivos en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo

### **Técnicas**

**La encuesta:** aplicada a los entrenadores de la Institución determinada en la investigación. Técnicamente hablando la entrevista consistió en una serie de preguntas que busco generar un conjunto de respuestas.

### **Instrumentos**

- Cuestionarios
- Ficha de Observación

### **3.4 Población**

La población que fue investigada es a niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo

<b>INSTITUCIÓN</b>	<b>NIÑOS Y NIÑAS</b>	<b>ENTRENADORES</b>
LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO	150	5
<b>TOTAL</b>	155	

### **3.5 Muestra**

En la investigación se trabajó con el total de la población

## **CAPITULO IV**

### **4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

Los instrumentos de recolección de información se elaboraron con el objetivo de conocer los juegos predeportivos para el entrenamiento del baloncesto en la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo

La organización y análisis de los resultados obtenidos en la aplicación de los diferentes instrumentos a los entrenadores y deportistas, fueron organizados y tabulados para luego ser procesados en términos de medidas descriptivas, como frecuencias y porcentajes, de acuerdo a los ítems formulados en cada uno de los instrumentos.

Las respuestas dadas por los investigados se organizaron de la siguiente manera:

- Análisis descriptivo de cada pregunta.
- Gráfico, análisis e interpretación de los resultados en función de la información teórica y posicionamiento del investigador.
- El programa estadístico empleado fue Microsoft Excel.

## JUEGO EL PICHI

### Pregunta N° 1

#### Ubicación en el juego

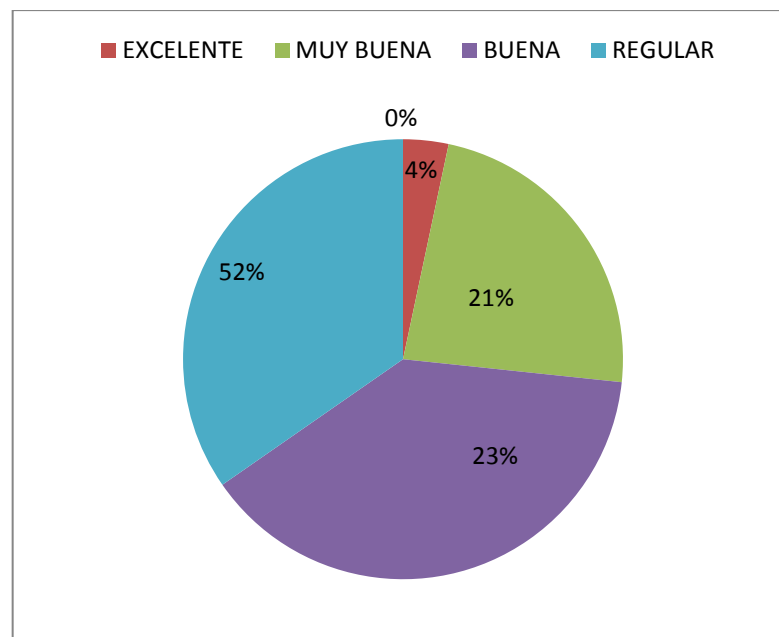
**TABLA N° 1**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	5	4
MUY BUENA	32	21
BUENA	35	23
REGULAR	78	52
TOTAL	150	100

Fuente: Ficha de Observación

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 1**



Fuente: tabla 1

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que más de la mitad de los observados son regulares en la ubicación en el juego; así mismo menos de la mitad son buenos en la ubicación en el juego; en cambio menos de la cuarta parte son muy buenos en la ubicación en el juego

## Pregunta N° 2

### Cumplimientos de las reglas

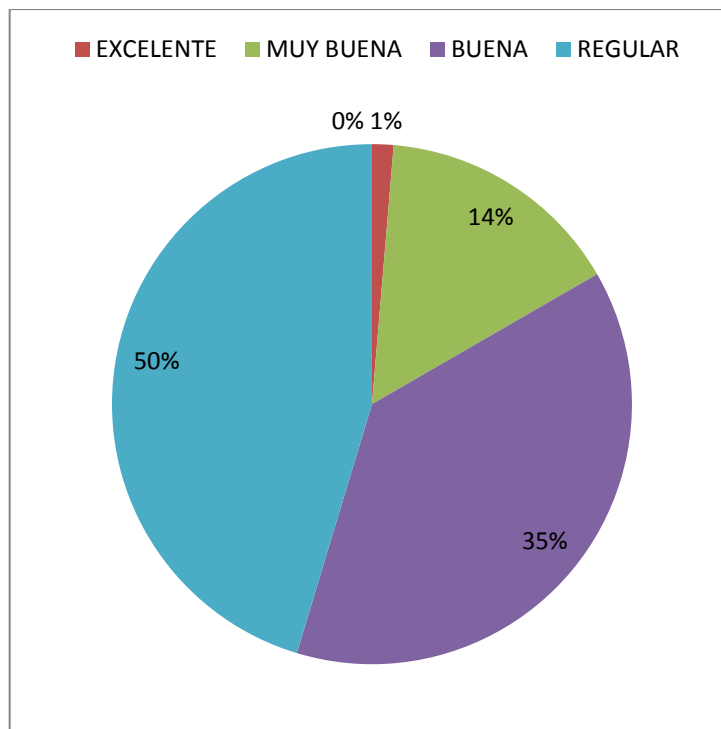
**TABLA N° 2**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	2	1
MUY BUENA	21	14
BUENA	52	35
REGULAR	75	50
TOTAL	150	100

Fuente: Ficha de Observación

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 2**



Fuente: tabla 2

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que la mitad de los observados son regulares en el cumplimiento de las reglas; así mismo menos de la mitad son buenos en el cumplimiento de las reglas; en cambio menos de la cuarta parte son muy buenos en el cumplimiento de las reglas



**Pregunta N° 3**  
**Dominio del Juego**

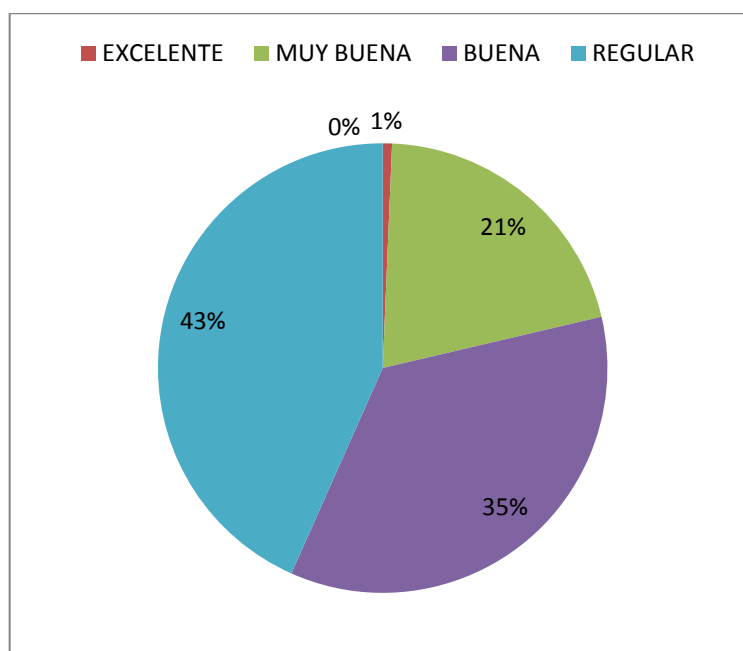
**TABLA N° 3**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	1	1
MUY BUENA	31	21
BUENA	76	51
REGULAR	42	27
TOTAL	150	100

Fuente: Ficha de Observación

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 3**



Fuente: tabla 3

**INTERPRETACIÓN:**

En base a los resultados obtenidos se evidencia que más de la mitad de los observados son buenos en el dominio del juego; así mismo más de la cuarta parte son regulares en el dominio del juego; en cambio menos de la cuarta parte son muy buenos en el dominio del juego

**Pregunta N° 4**  
**Ejecución del juego**

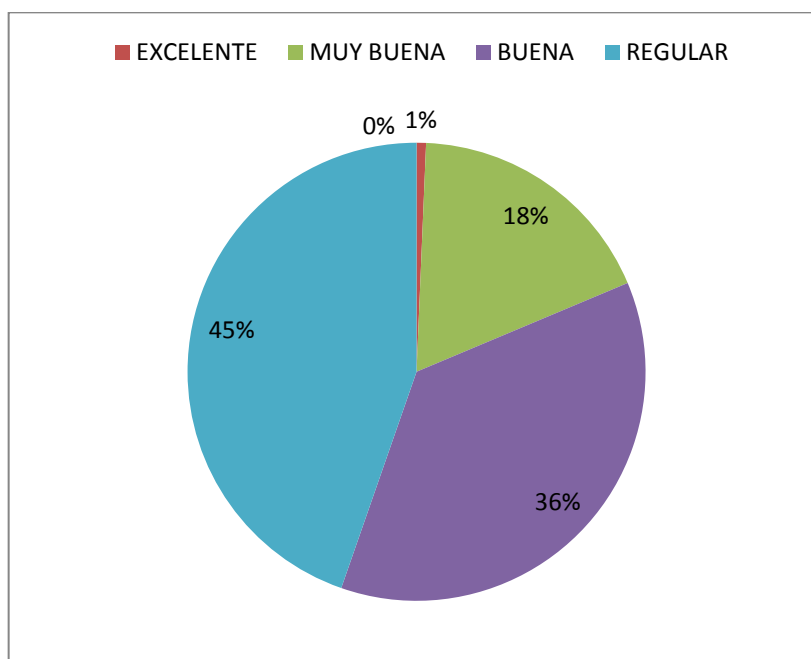
**TABLA N° 4**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	1	1
MUY BUENA	27	18
BUENA	55	36
REGULAR	67	45
TOTAL	150	100

Fuente: Ficha de Observación

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 4**



Fuente: tabla 4

**INTERPRETACIÓN:**

En base a los resultados obtenidos se evidencia que menos de la mitad de los observados son regulares en la ejecución del juego; así mismo menos de la mitad son buenos en la ejecución del juego; en cambio menos de la cuarta parte son muy buenos en la ejecución del juego.

### Pregunta N°5

#### Coordinación de los movimientos en la realización del juego

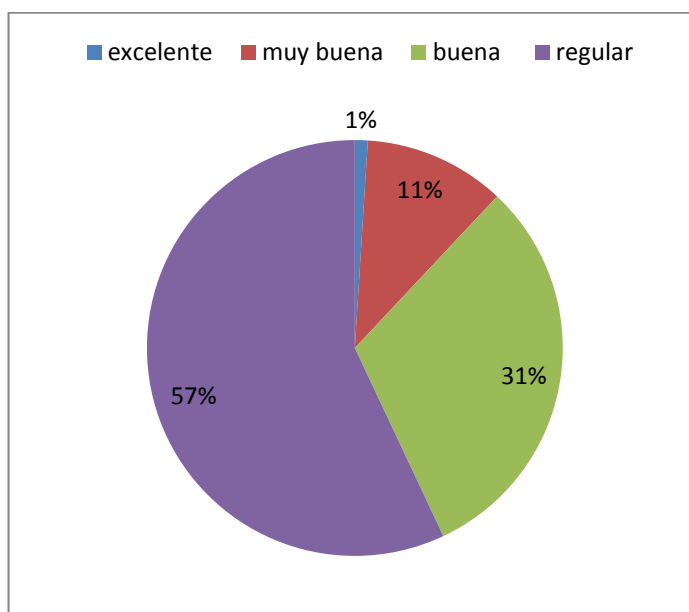
**TABLA N° 5**

	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	1	1
MUY BUENA	17	11
BUENA	47	31
REGULAR	85	57
TOTAL	150	100

Fuente: Ficha de Observación

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 5**



Fuente: tabla 5

#### **INTERPRETACIÓN:**

En base a los resultados obtenidos se evidencia que más de la mitad de los observados son regulares en la coordinación de los movimientos en la realización del juego; así mismo menos de la mitad son buenos en la coordinación de los movimientos en la realización del juego; y una mínima parte son muy buenos en la coordinación de los movimientos en la realización del juego

## JUEGO DEL TABLERO

### Pregunta N° 6

#### Ubicación en el juego

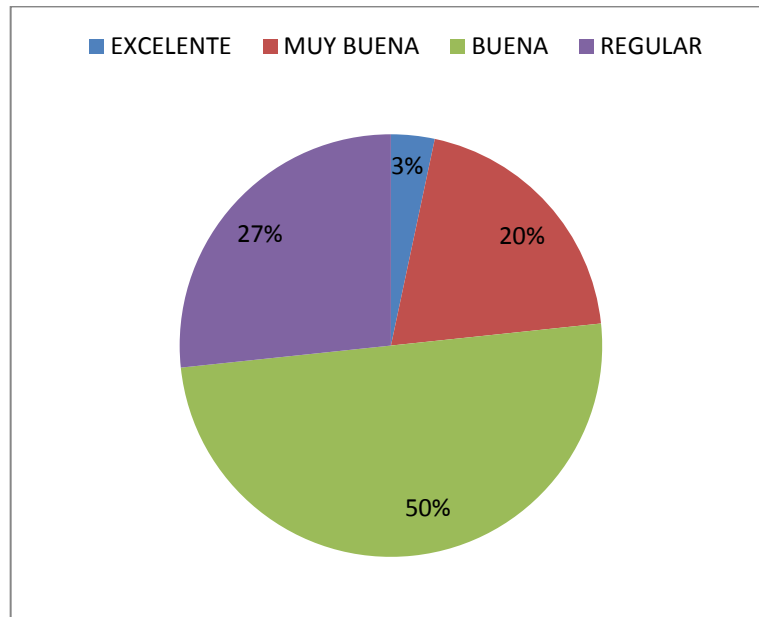
TABLA N° 6

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	5	3
MUY BUENA	30	20
BUENA	75	50
REGULAR	40	27
TOTAL	150	100

Fuente: Ficha de Observación

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

GRAFICO N° 6



Fuente: tabla 6

#### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que la mitad de los observados son buenos en la ubicación en el juego; así mismo menos de la mitad son regulares en la ubicación en el juego; y menos de la cuarta parte son muy buenos en la ubicación en el juego

## Pregunta N° 7

### Cumplimientos de las reglas

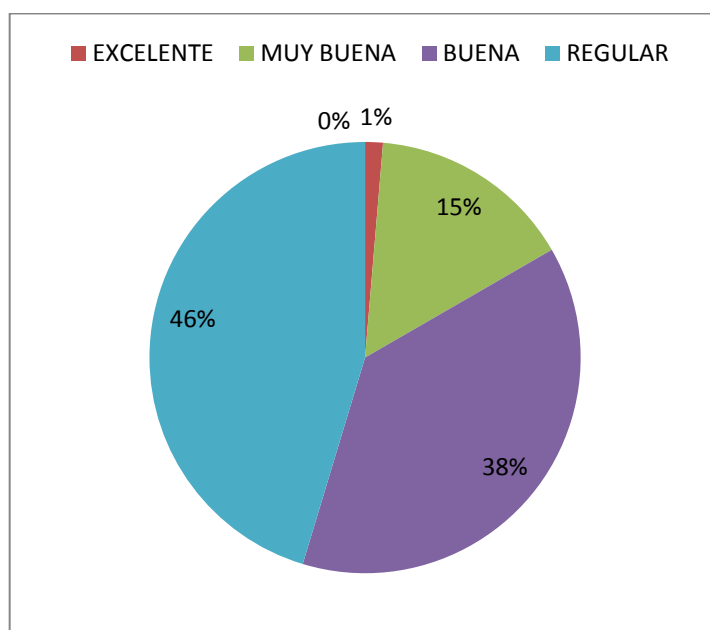
**TABLA N° 7**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	3	1
MUY BUENA	23	15
BUENA	56	38
REGULAR	68	46
TOTAL	150	100

Fuente: Ficha de Observación

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 7**



Fuente: tabla 7

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que menos de la mitad de los observados son regulares en el cumplimiento de las reglas; así mismo menos de la mitad son buenos en el cumplimiento de las reglas; y una mínima parte son muy buenos en el cumplimiento de las reglas

**Pregunta N° 8**  
**Aceptación al juego**

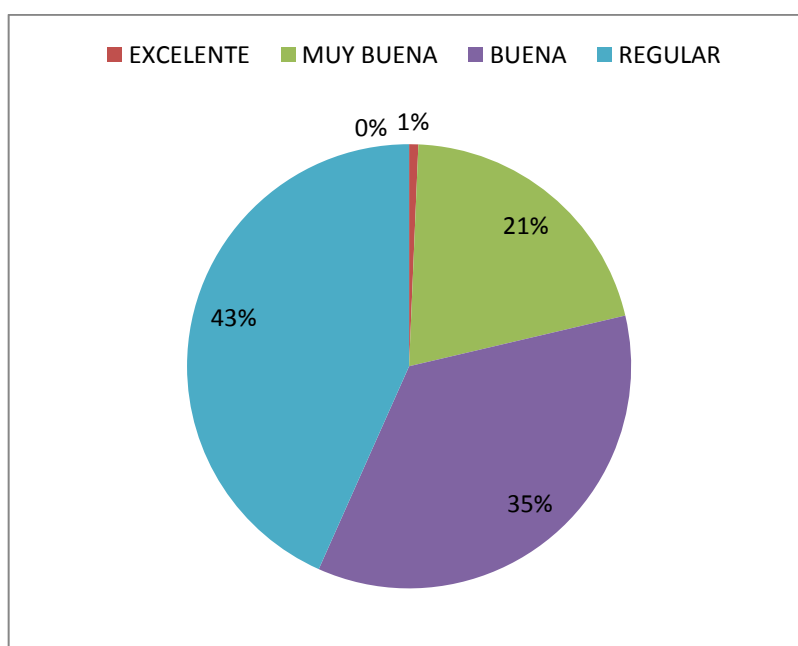
**TABLA N° 8**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	7	1
MUY BUENA	25	21
BUENA	68	43
REGULAR	50	35
TOTAL	150	100

Fuente: Ficha de Observación

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 8**



Fuente: tabla 8

**INTERPRETACIÓN:**

En base a los resultados obtenidos se evidencia que menos de la mitad de los observados son buenos en la aceptación del juego; así mismo menos de la mitad son regulares en la aceptación del juego; y una mínima parte son muy buenos en la aceptación del juego

**Pregunta N° 9**  
**Ejecución del juego**

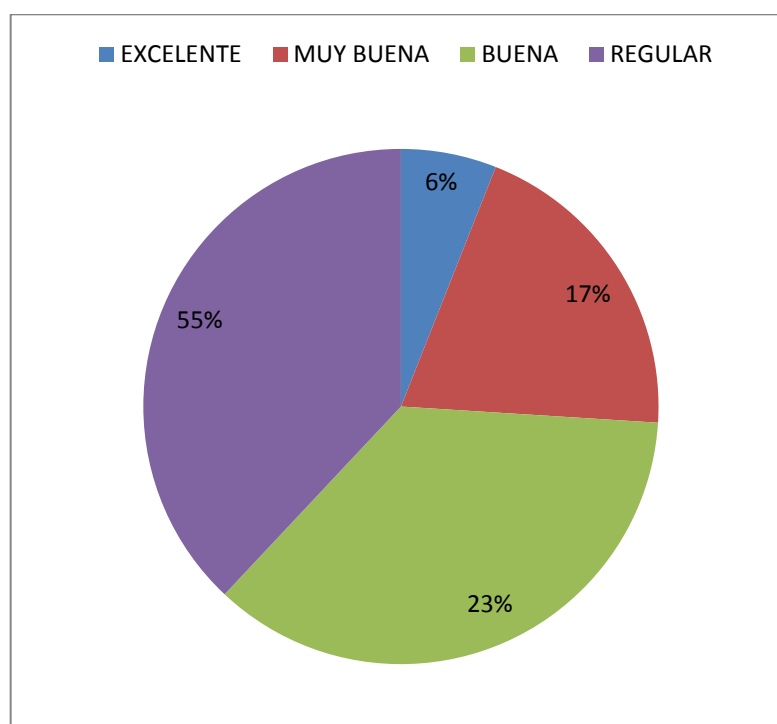
**TABLA N° 9**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	9	6
MUY BUENA	25	17
BUENA	34	23
REGULAR	82	55
TOTAL	150	100

Fuente: Ficha de Observación

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N°9**



Fuente: tabla 9

**INTERPRETACIÓN:**

En base a los resultados obtenidos se evidencia que más de la mitad de los observados son regulares en la ejecución del juego; así mismo menos de la cuarta parte de los observados son buenos en la ejecución del juego; y una mínima cantidad son muy buenos en la ejecución del juego.

## Pregunta N°10

### Coordinación de los movimientos en la realización del juego

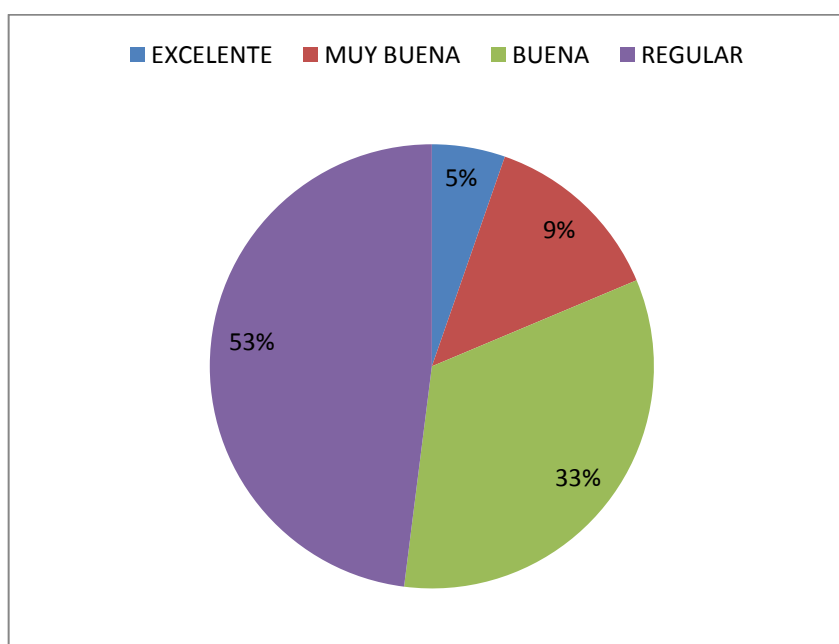
**TABLA N° 10**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	8	5
MUY BUENA	13	9
BUENA	50	33
REGULAR	79	53
TOTAL	150	100

Fuente: Ficha de Observación

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 10**



Fuente: tabla 10

### **INTERPRETACIÓN:**

En base a los resultados obtenidos se evidencia que más de la mitad de los observados son regulares en la coordinación de los movimientos en la realización del juego; así mismo menos de la mitad son buenos en la coordinación de los movimientos en la realización del juego; y una mínima parte son muy buenos en la coordinación de los movimientos en la realización del juego



## ENCUESTA DIRIGIDA A DOCENTES

### Pregunta N°1

1.- ¿Presta atención en el desarrollo de la coordinación en los niños?

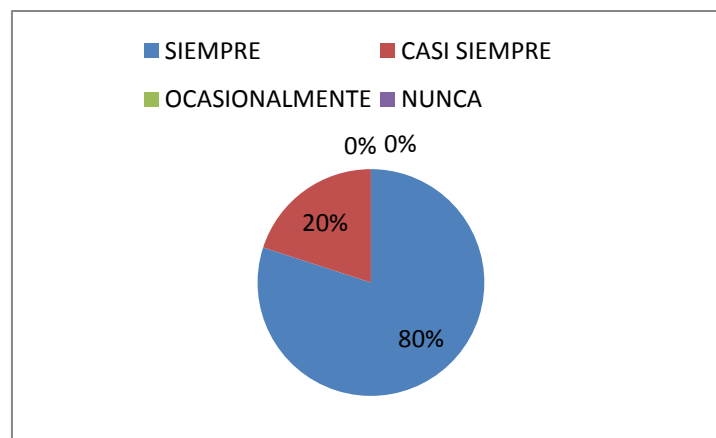
**TABLA N° 1**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	4	80
CASI SIEMPRE	1	20
OCASIONALMENTE	0	0
NUNCA	0	0
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 1**



Fuente: tabla 1

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que más de la mitad de los entrenadores encuestados manifiestan que siempre presta atención en el desarrollo de la coordinación óculo-manual en los niños; mientras que equivalente a una mínima cantidad manifiesta que casi siempre presta atención en el desarrollo de la coordinación óculo-manual en los niños.

## Pregunta N°2

### 2.- Subraye ¿Qué son los juegos predeportivos?

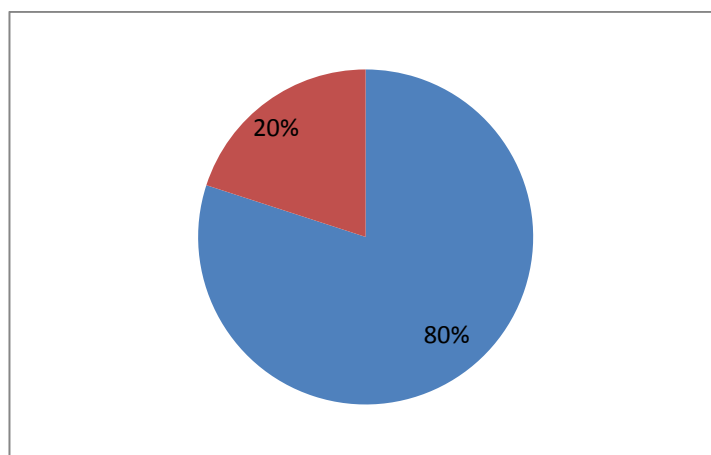
TABLA N° 2

ALTERNATIVA	F	%
a).- es una forma lúdica motora esencialmente agónica, de tipo medio entre el juego simple y el deporte	4	80
b).-es la actividad natural pero voluntaria, agradable y motivadora con carácter socializador, creativo y expresivo.	1	20
c). es la actividad que solo lo pueden realizar los niños en su tiempo libre	0	0
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

GRAFICO N° 2



Fuente: tabla 2

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que más de la mitad de los entrenadores encuestados manifiestan que los juegos predeportivos es una forma lúdica motora esencialmente agónica, de tipo medio entre el juego simple y el deporte; y una mínima cantidad manifiestan que los juegos predeportivos es la actividad natural pero voluntaria, agradable y motivadora con carácter socializador, creativo y expresivo.

### Pregunta N°3

#### 3.- Sus niños manifiestan que desean jugar a:

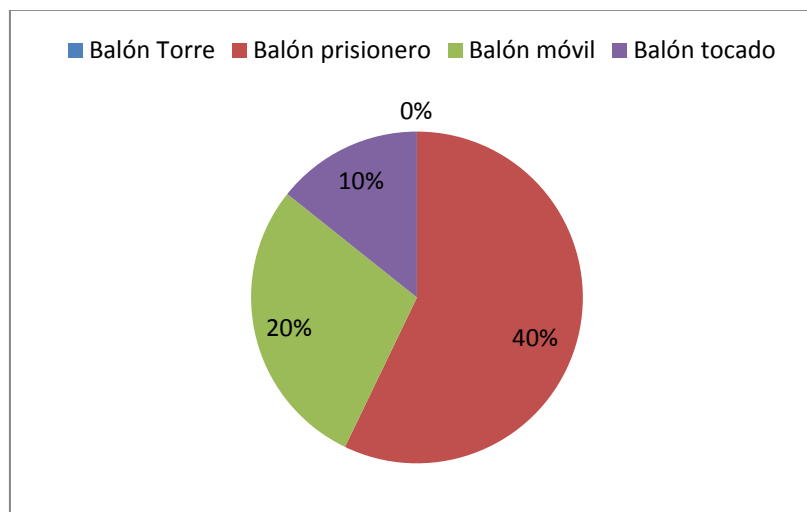
**TABLA N° 3**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
Balón Torre	0	0
Balón prisionero	2	40
Balón móvil	1	20
Balón tocado	2	10
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 3**



Fuente: tabla 3

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que menos de la mitad de los entrenadores encuestados manifiestan que sus niños desean jugar a Balón; un equivalente a menos de la cuarta parte de los entrenadores encuestados manifiestan que sus niños desean jugar a Balón móvil; una mínima cantidad de los entrenadores encuestados manifiestan que sus niños desean jugar a Balón tocado

#### Pregunta N°4

4.- ¿Qué importancia le da a los juegos predeportivos en el desarrollo del entrenamiento de baloncesto de los niños y niñas?

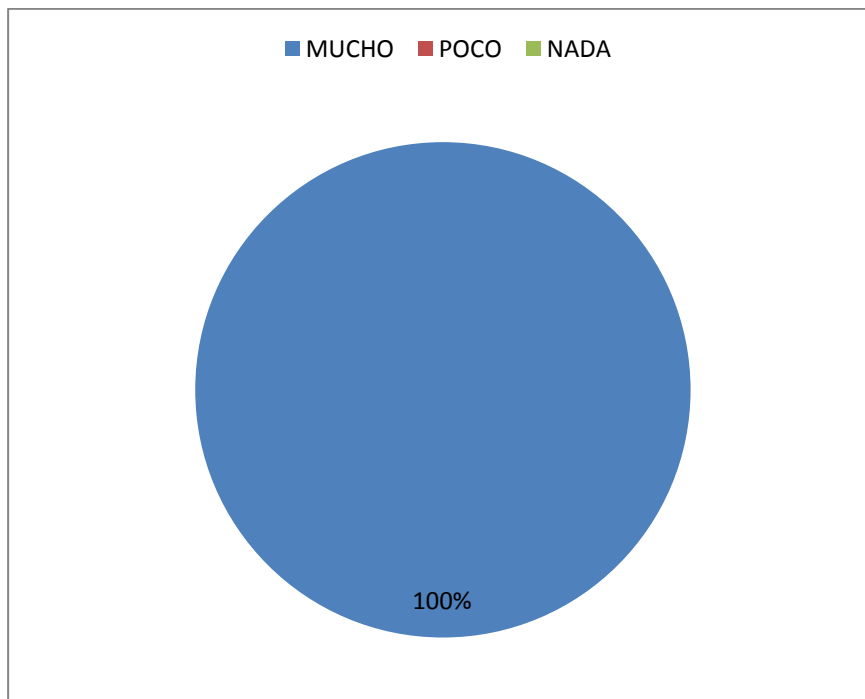
**TABLA N° 4**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
MUCHO	5	100
POCO	0	0
NADA	0	0
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 4**



Fuente: tabla 4

#### **INTERPRETACIÓN:**

En base a los resultados obtenidos se evidencia que la totalidad de los encuestados da mucha importancia a los juegos predeportivos en el desarrollo del entrenamiento de baloncesto de los niños y niñas.

### Pregunta N° 5

5.- ¿Usted ha realizado en sus niños SALTAR UNA VALLA Y REALIZAR UN SLALOM para que le ayude en el desarrollo de la coordinación óculo -manual en el baloncesto?

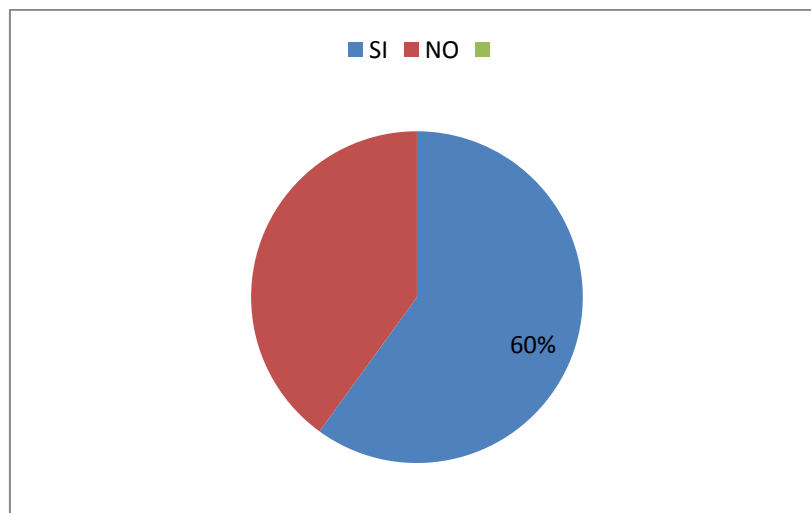
TABLA N° 5

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
SI	3	60
NO	2	40
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

GRAFICO N° 5



Fuente: tabla 5

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que un equivalente a más de la mitad de los encuestados manifiesta que si han realizado en sus niños saltar una valla y realizar un slalom para que le ayude en el desarrollo de la coordinación óculo -manual en el baloncesto; y en un equivalente mínimo manifiestan que no han realizado en sus niños saltar una valla y realizar un slalom para que le ayude en el desarrollo de la coordinación óculo -manual en el baloncesto

### Pregunta N° 6

6.- ¿Cree que los juegos predeportivos ayuden en el entrenamiento del baloncesto en los niños y niñas?

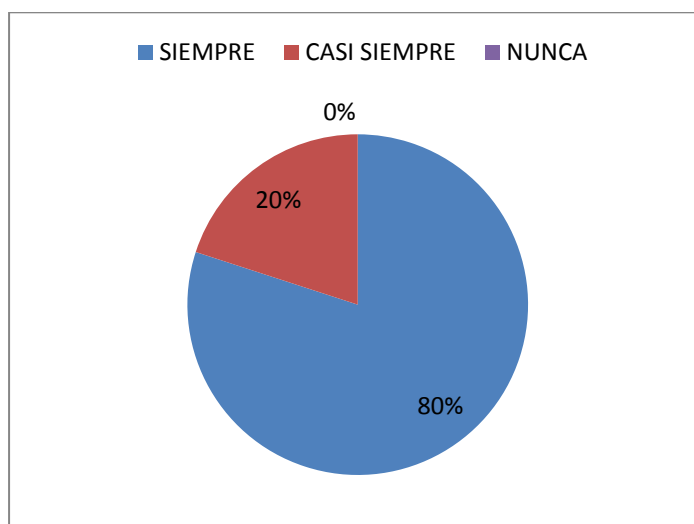
**TABLA N° 6**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	4	80
CASI SIEMPRE	1	20
NUNCA	0	0
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 6**



Fuente: tabla 6

### **INTERPRETACIÓN:**

En base a los resultados obtenidos se evidencia que más de la mitad de los entrenadores encuestados crehén que los juegos predeportivos siempre ayuden en el entrenamiento del baloncesto en los niños y niñas; mientras que equivalente a una mínima cantidad manifiesta crehén que los juegos predeportivos casi siempre ayuden en el entrenamiento del baloncesto en los niños y niñas

### Pregunta N° 7

7.- ¿Cree usted que la realización del juego del EL PICHI ayuda a los niños y niñas para el desarrollo de su coordinación?

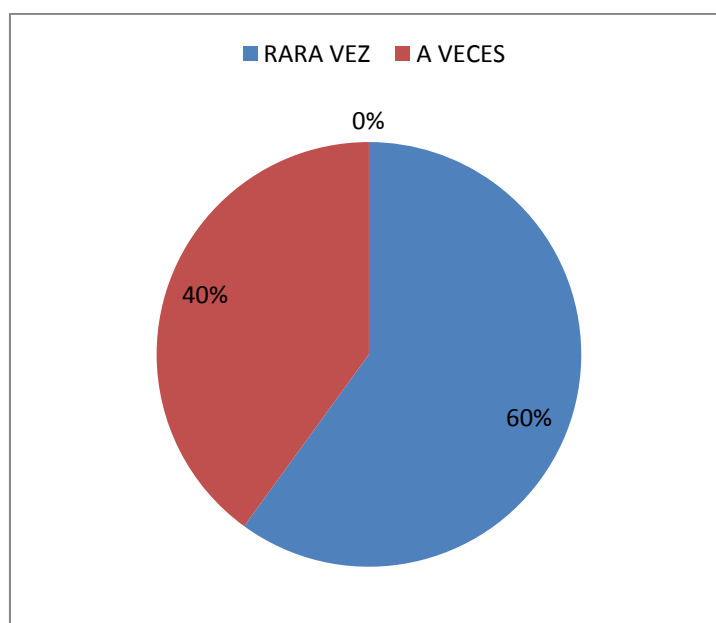
**TABLA N° 7**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	0	0
A VECES	2	40
RARA VEZ	3	60
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 7**



Fuente: tabla 7

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que un equivalente a más de la mitad de los encuestados manifiesta que rara vez han realizado el juego del pichi para que les ayude a los niños y niñas para el desarrollo de su coordinación; y en un equivalente mínimo manifiestan que a veces han realizado el juego del pichi para que les ayude a los niños y niñas para el desarrollo de su coordinación.

### Pregunta N° 8

8.- Indique si sus niños han realizado el juego del TABLERO en el entrenamiento de baloncesto

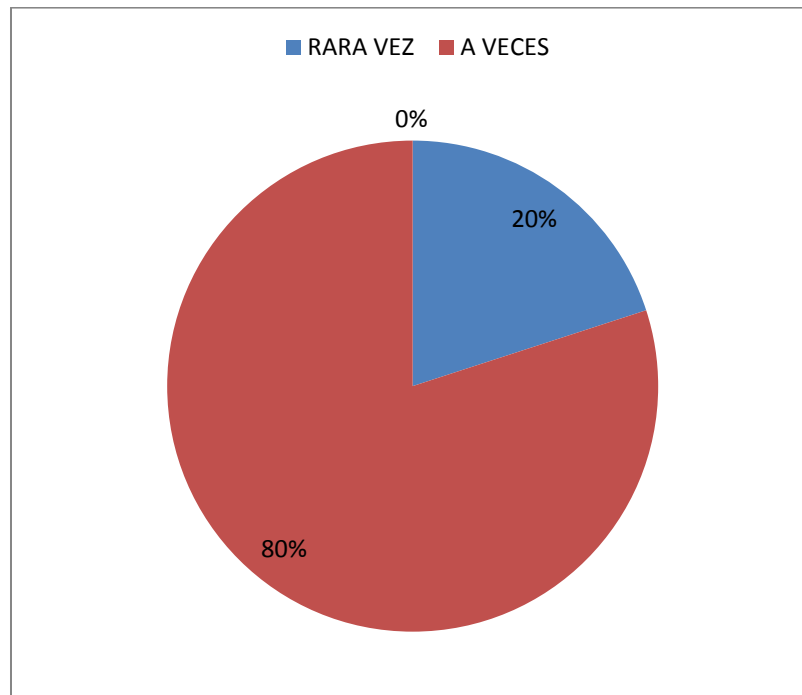
**TABLA N° 8**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
RARA VEZ	1	20
A VECES	4	80
SIEMPRE	0	0
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 8**



Fuente: tabla 8

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que un equivalente a más de la mitad de los encuestados manifiesta que a veces han realizado el juego del tablero en el entrenamiento de baloncesto; y en un equivalente mínimo manifiestan que rara vez han realizado el juego del tablero en el entrenamiento de baloncesto



### Pregunta N°9

9.- ¿Usted ha realizado en el entrenamiento del baloncesto BALÓN PRISIONERO?

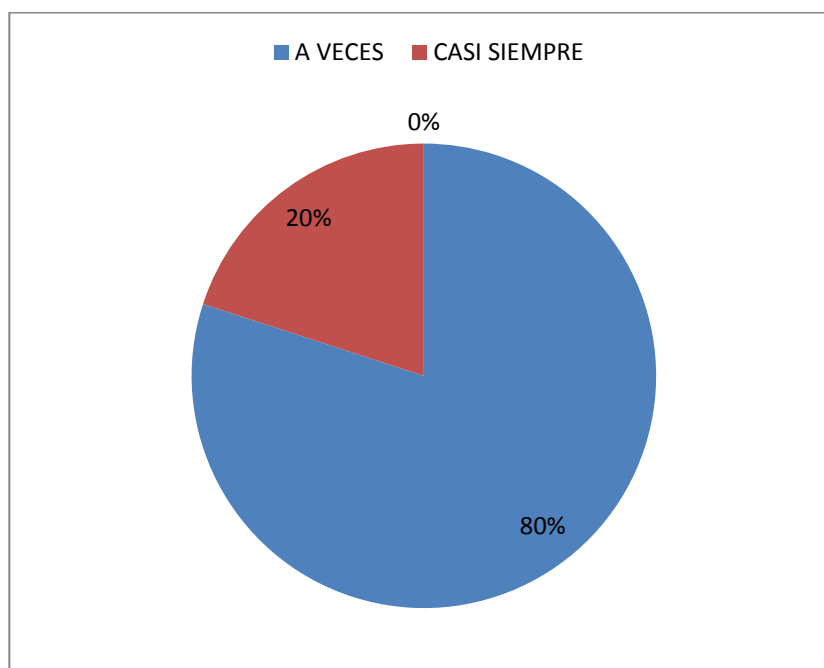
TABLA N° 9

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
A VECES	4	80
CASI SIEMPRE	1	20
SIEMPRE	0	0
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

GRAFICO N° 9



Fuente: tabla 9

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que un equivalente a más de la mitad de los encuestados manifiesta que a veces han realizado en el entrenamiento del baloncesto balón prisionero; y en un equivalente mínimo manifiestan que casi siempre han realizado en el entrenamiento del baloncesto balón prisionero

### Pregunta N° 10

10.- ¿Conoce el juego predeportivo BALÓN TORRE?

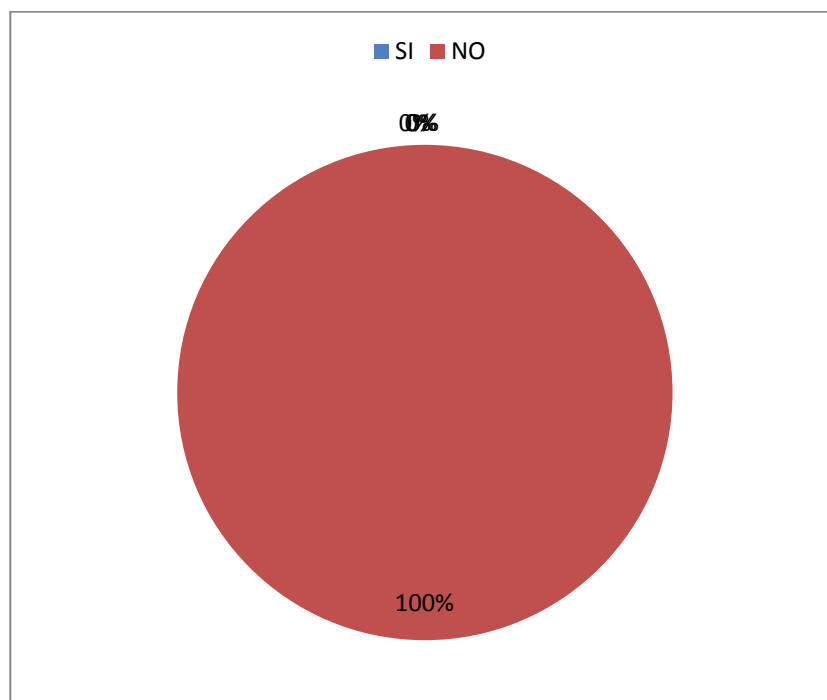
**TABLA N° 10**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
SI	0	0
NO	5	100
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 10**



Fuente: tabla 10

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que la totalidad de los encuestados NO conoce el juego predeportivo balón torre

### Pregunta N°11

11.- ¿Usted ha realizado **BOTE CON LOS OJOS CERRADOS** que le ayudado en el entrenamiento de la coordinación en el baloncesto?

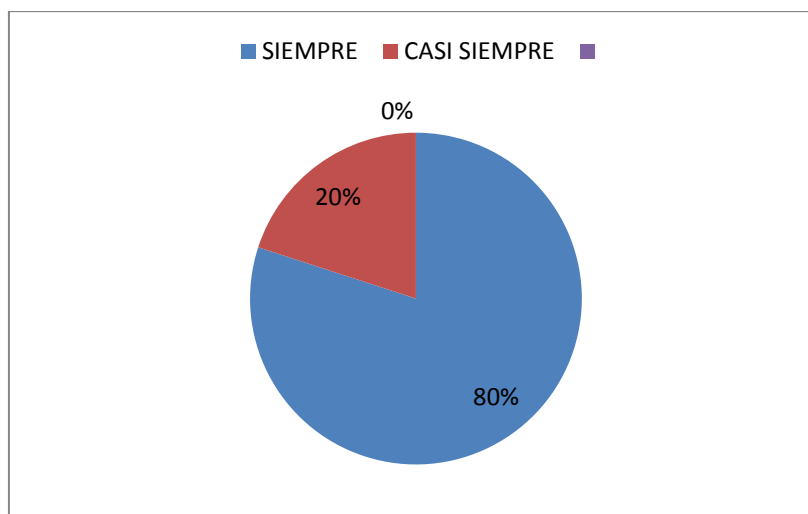
**TABLA N° 11**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	4	80
CASI SIEMPRE	1	20
A VECES	0	0
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

**GRAFICO N° 11**



Fuente: tabla 11

### **INTERPRETACIÓN:**

En base a los resultados obtenidos se evidencia que un equivalente a más de la mitad de los encuestados manifiesta que siempre han realizado bote con los ojos cerrados que le ayudado en el entrenamiento de la coordinación en el baloncesto; y en un equivalente mínimo manifiestan que casi siempre han realizado bote con los ojos cerrados que le ayudado en el entrenamiento de la coordinación en el baloncesto

## Pregunta N°12

12.- ¿Ha realizado en el entrenamiento de baloncesto BOTE CON DOS BALONES para el desarrollo de la coordinación en los niños?

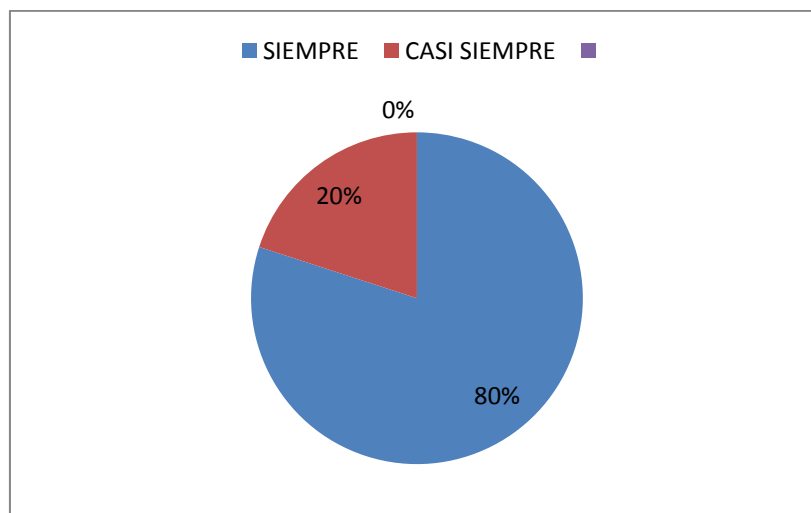
12

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	4	80
CASI SIEMPRE	1	20
NUNCA	0	0
TOTAL	5	100

Fuente: Encuesta

Autor: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

### GRAFICO N° 12



Fuente: tabla 12

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que un equivalente a más de la mitad de los encuestados manifiesta que siempre han realizado en el entrenamiento de baloncesto bote de dos balones para el desarrollo de la coordinación en los niños; y en un equivalente mínimo manifiestan que casi siempre han realizado en el entrenamiento de baloncesto bote de dos balones para el desarrollo de la coordinación en los niños

## **CAPITULO V**

### **5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

Luego de aplicar las fichas de observación y analizar sus resultados, determinados las siguientes conclusiones y recomendaciones

#### **CONCLUSIONES**

- ❖ En la institución observada se pudo evidenciar que los deportistas no ejecutan correctamente los juegos predeportivos para el desarrollo de la coordinación en el baloncesto.
- ❖ De los deportistas observados de la institución un alto porcentaje no coordinaron los movimientos en la realización del juego en el entrenamiento del baloncesto.
- ❖ En la encuesta realizada a los entrenadores de la institución en su totalidad no poseen un variado repertorio de juegos predeportivos para el entrenamiento de la coordinación en el baloncesto.

#### **5.2. RECOMENDACIONES**

- ❖ Se recomienda que en las horas de entrenamiento se dé a conocer sobre los juegos predeportivos a los niños y niñas para una correcta ejecución de los mismos.
- ❖ Para la coordinación de los movimientos en la realización del juego en el entrenamiento del baloncesto se recomienda utilizar más a menudo

la práctica de juegos predeportivos que este direccionado hacia el desarrollo de la coordinación.

- ❖ Es muy fundamental que los entrenadores puedan adquirir una variedad de juegos predeportivos para la hora de entrenamiento de la coordinación para que así puedan aplicarlo y su entrenamiento sea más dinámico y atraiga la atención de los deportistas

## **CAPITULO VI**

### **6. PROPUESTA ALTERNATIVA**

#### **6.1 Título de la Propuesta**

**“GUÍA DIDÁCTICA DE JUEGOS PREDEPORTIVOS PARA EL ENTRENAMIENTO DEL BALONCESTO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO”**

#### **6.2 JUSTIFICACIÓN**

La presente propuesta que constituida en la elaboración de una guía didáctica está diseñada para los entrenadores de la liga deportiva cantonal Otavalo, los mismos que deben partir de una realidad en la que se desenvuelve nuestra sociedad, para alcanzar esta meta los entrenadores debemos buscar cambios que nuestro entrenamiento se vuelva activo y dinámico.

Es lo que todos los profesionales de entrenamiento deportivo, debemos estar preparándonos continuamente. Por ellos nosotros como entrenadores no debemos olvidar que nuestra niñez debe formarse en función de ideas pedagógicas, que partan de la vida material utilizando siempre métodos teóricos prácticos, didácticos, científicos que han demostrado ser lo más adecuados para educar a los niños, para alcanzar buenos hábitos , siempre sobre la base principio integral del hombre. Hoy entendemos que la utilización del juego predeportivo se debe aplicar

desde las divisiones menores para lograr un perfeccionamiento en el desarrollo de la coordinación en el baloncesto.

Es factible ya que es posible llevarlo a cabo propuesta sobre la elaboración de una Guía didáctica para el entrenamiento del baloncesto a través de Juegos Predeportivos para los niños y niñas de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo.

Trabajado en forma responsable, consiste, y pesando en el mejoramiento de la coordinación de los niños y niñas, para que las autoridades, entrenadores de la institución investigada concienticen la importancia de poner en práctica esta Guía Didáctica que contienen Juegos Predeportivos de fácil comprensión y ejecución para lograr un mejor entrenamiento en el baloncesto.

Los juegos predeportivos son apropiados para la edad que tienen los deportistas, su ejecución no necesita de una inversión, sino de una buena voluntad, predisposición para el trabajo y ganas de superarse, que se sientan capaces de alcanzar sus objetivos propuestos y tener una visión futurista con el este deporte.

### **6.3 FUNDAMENTACIÓN**

#### **¿QUÉ ES UNA GUÍA DIDÁCTICA?**

Para García Aretio (2002, p. 241) La Guía Didáctica es “el documento que orienta el estudio, acercando a los procesos cognitivos del alumno el material didáctico, con el fin de que pueda trabajarlos de manera autónoma”.



La Guía Didáctica es una herramienta valiosa que complementa y dinamiza el texto básico; con la utilización de creativas estrategias didácticas, simula y reemplaza la presencia del profesor y genera un ambiente de diálogo, para ofrecer al estudiante diversas posibilidades que mejoren la comprensión y el auto aprendizaje. Guía Didáctica, modelo pedagógico, interacción, comprensión, textos

Comprometidos con la calidad y después de una experiencia en el diseño de materiales impresos, no muy positiva, se optó, en nuestro modelo educativo, por el uso de textos convencionales, que si bien son actualizados y lo mejor que existe en el mercado, no están diseñados con metodología para la enseñanza-aprendizaje a distancia; es entonces cuando la Guía Didáctica cobra vital importancia, convirtiéndose en pieza clave, por las enormes posibilidades de motivación, orientación y acompañamiento que brinda a los alumnos, al aproximarles el material de estudio, facilitándoles la comprensión y el aprendizaje; lo que ayuda su permanencia en el sistema y suple en gran parte la ausencia del docente.

De ahí la necesidad de que este material educativo esté didácticamente elaborado.

### **La Guía Didáctica**

Tomado de Lorenzo García Aretio, febrero de 2009 Titular de la CUED  
Editor del BENED

La Guía didáctica (Guía de estudio) la veníamos entendiendo como el documento que orienta el estudio, acercando a los procesos cognitivos del alumno el material didáctico, con el fin de que pueda trabajarlo de manera autónoma<sup>3</sup>. En realidad, una Guía didáctica bien elaborada, y al

servicio del estudiante, debería ser un elemento motivador de primer orden para despertar el interés por la materia o asignatura correspondiente.

Debe ser instrumento idóneo para guiar y facilitar el aprendizaje, ayudar a comprender y, en su caso, aplicar, los diferentes conocimientos, así como para integrar todos los medios y recursos que se presentan al estudiante como apoyos para su aprendizaje. Ahí se marca el camino adecuado para el logro del éxito. Y todo ello planteado en forma de diálogo entre el autor(es) y el estudiante.

En suma, ha de ser el andamiaje preciso para el logro de competencias.

## **JUEGOS PREDEPORTIVOS**

Los **juegos predeportivos** son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etc.).

Su práctica es recomendable como preparación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta una serie de recursos físicos y técnicos. En este sentido, los juegos predeportivos constituyen una variante de los juegos menores, caracterizada por contenidos que propician la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para la asimilación de habilidades deportivas. Por lo general, los juegos predeportivos y los juegos deportivos comparten ciertas reglas.

Los entrenadores que organizan juegos predeportivos deben tener una actitud pedagógica, sin olvidar que el centro de atención es el niño y su aprendizaje. Con los juegos predeportivos, los niños se acercan a la competición y pueden percibir, analizar y tomar decisiones. También se recomienda que, cada día, el entrenador enseñe pocas cosas y de libertad para que los niños improvisen, sin demasiadas explicaciones e interrupciones

## **BALONCESTO**

El vocablo baloncesto significa encestar un [balón](#) o pelota, y es la castellanización de la [palabra](#) inglesa “básquet” que significa cesto o “basquetbol”, conformado por los vocablos cesto y balón. El baloncesto es un deporte de equipo que se desarrolla, normalmente, en pista cubierta, en el que dos equipos de cinco jugadores cada uno intentan anotar puntos, también denominados canastas introduciendo un balón en un aro colocado a 3 metros, lo que le da un aspecto de canasta.

## **EL JUEGO**

Se dividen dos equipos de cinco jugadores cada cual. Cada equipo se posiciona en uno de los lados de la cancha, y cada lado posee un cesto, ese cesto es el que deberán defender durante el encuentro.

El objetivo del juego es encestar en el aro contrario, el que más veces encesta es el que gana el encuentro. El cesto se encuentra en el extremo central de cada lado de la cancha. La pelota se traslada en las manos, avanza por medio de pases o por el avance particular de un jugador haciendo dribling (dando rebotes a la pelota). No se puede avanzar con la

pelota entre las manos, sin hacer pases o rebotes. Con respecto a la puntuación, si un tiro se efectúa desde fuera de la zona de tiro Libre vale el tiro 3 puntos, si se realiza desde ella, valen 2 puntos

#### **6.4. OBJETIVOS.**

##### **6.4.1. OBJETIVOS GENERALES.**

Proponer una guía didáctica de juegos predeportivos para los entrenadores de baloncesto de la liga deportiva cantonal Otavalo.

##### **6.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

Motivar a los deportistas a la práctica del baloncesto mediante los juegos predeportivos para mejorar su formación deportiva.

Incentivar a los entrenadores y deportistas a la correcta utilización de la guía didáctica de juegos predeportivos para el entrenamiento de baloncesto

Mejorar el entrenamiento del baloncesto de los niños y niñas a través del conocimiento y práctica de juegos predeportivos.

#### **6.5. UBICACIÓN SECTORIAL.**

Liga Deportiva Cantonal Otavalo, se encuentra ubicada en la Provincia de Imbabura, cantón Otavalo, en la avenida Juan de Albarracín y Panamericana Norte frente al Instituto Tecnológico Otavalo

**Factibilidad:** La ley del Deporte, Educación Física y Recreación del Ecuador contempla en el artículo 90.- de la Recreación, Es obligación de todos los niveles del Estado programar, planificar, ejecutar e incentivar las prácticas deportivas y recreativas, incluyendo a los grupos de atención prioritaria, impulsar y estimular a las instituciones públicas y privadas en el cumplimiento de este objetivo.

## **6.6 DESARROLLO DE LA PROPUESTA**

Es un instrumento, una Guía, un recurso que va a facilitar al entrenador el desarrollo del proceso de entrenamiento a sus deportistas; está basado en la utilización de juegos predeportivos que ayudará en el entrenamiento del baloncesto. La siguiente propuesta se desarrolla de una sola Unidad de Juegos predeportivos para el baloncesto

**UNIDAD**  
**JUEGOS PREDEPORTIVOS**  
**JUEGO N° 1**  
**BALÓN PRISIONERO**

**Material:** Un balón o pelota blanda.

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:** Favorecer la cooperación del grupo, la actitud de lanzamiento y desplazamiento.

**Desarrollo:** Dos equipos. Cada uno en media cancha. Detrás de cada línea de fondo se sitúa la zona de "cementerio". Se pueden aprovechar las líneas de los campos de voleibol, baloncesto, tenis, etc. dependiendo del número de alumnos. Los equipos se lanzan el balón tratando de golpear a un contrario. El jugador alcanzado queda "muerto" pasando al cementerio del otro campo, pudiéndose salvar si desde allí, logra alcanzar a algún contrario. Si un jugador coge el balón que lanza el otro equipo, no se considera "muerto", pero si se le cae sí; Cuando en un equipo quede un solo jugador y no le dan en diez lanzamientos, éste puede recuperar a un compañero.

**Evaluación:** Determinar la forma de desplazamiento y la forma correcta del lanzamiento



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°2 BALÓN TOCADO

**Material:** Un balón

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:** Favorecer la cooperación del grupo, la actitud de lanzamiento y desplazamiento.

**Descripción:** Se forman equipos de 10 y 8 de ellos se colocan formando un círculo y los otros dos en el medio. Los jugadores de fuera se hacen pases entre ellos y los del medio intentarán tocar el balón.

**Evaluación:** Determinar la forma de desplazamiento y la forma correcta del lanzamiento



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°3 BALÓN TORRE

**Material:** Un balón

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:** Determinar la forma del lanzamiento

**Descripción:** Un jugador de cada equipo se sitúa en un círculo, el resto en la otra mitad de la cancha. El jugador torre lanza el balón a sus compañeros para que éstos lo devuelvan sin que toque el suelo. El jugador torre no puede salir del círculo para coger el balón. Si el balón cae, o el jugador torre sale del círculo, el balón pasa al otro equipo.

**Evaluación:** Se verificara la forma correcta de los lanzamientos



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada



## JUEGO N°4 PASTEL CALIENTE

**Material:** Terreno de juego y una pelota.

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:**

**Descripción:** En un círculo sentado o de pie, el niño que reciba el balón debe darse a conocer al decir: el nombre con el que le gusta que se le llame. Terminada la presentación, se lanza el balón a otra persona que continúa el juego.

**Evaluación:** Se verifica que todos se hayan presentado



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°5 BLOCABALÓN

**Material:** Pelotas

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivos:** Ejecución de lanzamientos

**Descripción:** Dos equipos de seis jugadores (atacantes y defensores). Los defensores se colocan en una franja central. Los atacantes se colocan tres a cada lado de la franja central. Los atacantes deben pasar el balón de un extremo a otro sin que los defensores lo bloqueen. Tanto atacantes como defensores no pueden rebasar las líneas que delimitan sus correspondientes zonas.

**Evaluación:** la actividad permite establecer el nivel de concentración y la capacidad de asociación de conceptos por parte de los participantes.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°6 ROBA BALONES

**Material:** Balones

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivos:** Ejecución correcta del bote

**Descripción:** Dos grupos. Los jugadores de un grupo con balones y el otro equipo sin balones.

Deben conducir el balón con las manos, por todo el espacio, evitando que alguno que no lleva balón se lo robe. Quién quede sin balón puede robárselo a otro distinto.

**Evaluación:** Ejecutar del bote y corregir errores.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°7 EL BOTE

**Material:** pelotas

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:** Practicar el bote para incrementar la técnica

**Descripción:** Grupos de seis, en círculo. Un balón por grupo. Golpear el balón con la mano... Volver a golpear. Así sucesivamente, intentando hacer cada vez un menor número de participantes

**Evaluación:** Aplique las técnicas del bote



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## **JUEGO N°8**

### **SUMAR 10 PASES**

**Organización:** Dos equipos en la cancha o sector de juego.

**Material:** 1 pelota.

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:** Conocer el juego y alcanzar los puntos y ganar el juego

**Descripción:** Cada equipo deberá darse pases hasta llegar a 10 consecutivos y así obtener un punto. El otro equipo deberá tratar de quitarla.

**Reglas:** no más de 2 pases entre los mismos jugadores, la infracción se cuenta como un pase y se sigue contando, al perder la pelota se pierde el conteo.

**Evaluación:** Enumere variaciones al juego aplicado



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°9 LA ELIMINACIÓN

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:** Ejecutar correctamente el lanzamiento

El juego consiste en hacer una fila en la línea de libres y solo se precisan dos balones para los primeros dos de la fila...

El primero tira y si le erra sigue intentando hasta encestar pero si erra va el segundo a tirar...si el primero lo mete se la pasa al que sigue pero si el segundo lo encesta y se la pasa y el tercero encesta queda eliminado el primero...Así sucesivamente. Cuando en la final quedan dos tiras el primero que llegue a 3 encestadas gana si encesta tiene que volver a la fila...y tirar de nuevo.

**Evaluación:** Ejecute el lanzamiento



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada



## **JUEGO N°10**

### **BASQUET CIEGO**

**Participantes:** Grupos en parejas.

**Material:** Pelotas de baloncesto una por pareja, canastas.

**Objetivos del juego:** Mejora de la psicomotricidad general (equilibrio, coordinación) y trabajo en equipo.

Desarrollo del juego: Uno de la pareja se tapa los ojos y es el encargado de meter canasta gracias a las indicaciones verbales de su compañero.

Todos meten en la misma canasta desde 2 puntos

**Evaluación:** Demuestre habilidades para alcanzar los lanzamientos



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°11 JUEGO DE NÚMEROS

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:** Conocer el juego y alcanzar los puntos y ganar el juego

El juego consiste en elegir la mitad de chicos para un equipo y la otra mitad para otro...cada cual va con un numero por equipo...Cada uno debe tener el mismo número que el equipo contrario...el entrenador se coloca en la mitad de la cancha y menciona el número de equipo si menciona 14 salen los dos 14 de cada equipo a encestar el que la agarra tiene que encestar...cada uno para distinta dirección y así sucesivamente nombrando números...

**Evaluación:** Enumere variaciones al juego aplicado



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada



## **JUEGO N°12**

### **EL JUEGO DE FUERA DE ÁREA**

**Material:** Cancha de baloncesto o básquet, balón de baloncesto.

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivos del juego:** Mejora de la coordinación (también mejora física del tren superior, tren inferior) y trabajo en equipo.

**Desarrollo del juego:** Cada equipo debe conseguir meter la pelota en la canasta contraria, pero el balón sólo se puede conducir con la mano fuera del área de triple; (y lanzar o despejarse) con la mano.

**Evaluación:** Demuestre habilidades para alcanzar las canastas.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°13 CORRE- CORRE

**Material:** balones

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:** Conocer el juego y alcanzar los puntos y ganar el juego

**Desarrollo del juego:** se realizara un círculo y se dará un número del 1 al 4 a cada participante. Saldrá a carrera botando el balón al escuchar el número que se asignó. Deberá dar una vuelta al círculo y llegar a su sitio de partida. El primero en llegar se le otorgara un punto. Gana el número que más puntos logre.

**Evaluación:** Enumere variaciones al juego aplicado



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°14 CORRE AL CENTRO

**Material:** balones

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:** Conocer el juego y alcanzar los puntos y ganar el juego

**Desarrollo del juego:** se realizara un círculo y se dará un número del 1 al 4 a cada participante. Saldrá a carrera botando el balón al escuchar el número que se asignó. Deberá dar una vuelta al círculo y llegar a su sitio de partida. El primero en llegar se le otorgara un punto. Gana el número que llegue primero al círculo del medio del campo de juego

**Evaluación:** Enumere variaciones al juego aplicado



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N° 15 COORDINACIÓN BALÓN – ULAS

**Material:** balones, ulas

**Capacidad a desarrollar:** Coordinación óculo – manual

**Objetivo:** Conocer, practicar y competir con movimientos de coordinación.

**Desarrollo del juego:** Colocarse en medio de las ulas. Sin dejar de botar el balón alternar un pie dentro de la ula, y el otro fuera de la ula.

**Evaluación:** Demuestre lo aprendido y organice competencias.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N° 16

### BURREITO

**Material / espacio:**

Una pelota cada cuatro alumnos Indistinto.

**Objetivos:** Perfeccionar la capacidad de lanzar con precisión sobre objetos estáticos o móviles.

**Descripción:** Se colocan los alumnos en grupos de cuatro. Tres se disponen haciendo un triángulo y uno se queda en el centro. Los del triángulo comienzan a pasarse la pelota. Si el que está en el centro consigue tocarla, se queda en el centro el último en tocarla. El “saque es libre” (el primer pase no debe ser interceptado).

**Variantes:** El que se queda en el centro no se cambia hasta pasado un tiempo determinado. Cada vez que toque la pelota, suma un punto. Todos deben pasar por el centro. Al final, se comprueba quien tiene más puntos en cada grupo.

**Evaluación:** Intervenga en la practicas y competencias.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada



## JUEGO N° 17

### EL K.O.

**Material / espacio:** Dos pelotas de baloncesto por grupo. Pista de minibasket.

**Objetivos:** Perfeccionar la capacidad de lanzar con precisión sobre objetos estáticos o móviles.

**Descripción:** Se coloca un grupo en fila delante de una canasta. Los dos primeros tienen cada uno una pelota. El primero lanza desde la línea de tiros libres; después lanza el segundo. Si éste encesta antes que el primero, lo elimina; si el primero encesta no ocurre nada, pasa la al tercero de la fila y se va al final. Así se van eliminando hasta que quedan dos. En ese momento los dos tiran a la vez a canasta. El que enceste primero elimina al otro y gana el juego.

**Evaluación:** Demuestre en grupos otras formas de realizar el juego.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N° 18 CAMBIO DE PELOTA

**Material / espacio:**

Una pelota por alumno

Pista de minibasket o cualquier otro espacio delimitado.

**Objetivos:** Coordinar la suma de dos habilidades básicas (lanzamiento – recepción), generando una habilidad genérica como es el bote.

**Descripción:** Cada jugador tiene una pelota de baloncesto. Se encuentran repartidos por la pista de minibasket. Comienzan a desplazarse andando y botando la pelota por donde quiera. A la señal del profesor, dejan su pelota en el suelo y cogen la de cualquier compañero.

**Reglas:** Procurar dejar la pelota en el suelo sin rodar.

**Variantes:** Al que cambie de pelota el último se le anota un punto

**Evaluación:** Demuestre en grupos otras formas de realizar el juego.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N° 19

### JUEGOS DE CONDUCCIÓN.

**Objetivo:** Juegos de aplicación.

**Material:** Un balón por jugador

**Descripción:** Cada jugador conduce su balón e intenta correr por el campo evitando cualquier contacto o choque con los otros jugadores. Paulatinamente se irá aumentando el ritmo de conducción.

**Evaluación:** Crear nuevas formas de carreras.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada



## JUEGO N° 20

### AJEDREZ.

**Funcionalidad:** Velocidad de reacción.

**Objetivo:** Conocer y practicar la organización del bote

**Descripción** Cada equipo se coloca en la línea que delimita su campo. En cada equipo se designa un rey, una reina, dos alfiles, dos caballos, dos torres y el resto peones sin que lo sepa el contrario.

Un miembro de un equipo sale hasta el otro campo y toca a uno de los componentes de ese equipo. El que recibe el contacto debe salir a perseguirle antes de que cruce su propia línea. El que es alcanzado antes de traspasarla es eliminado.

Si se toca a un "peón" saldrá el sólo, pero si se toca a una figura, "alfiles", "caballos" o "torres", saldrán las dos en persecución. Si se toca a una "reina", salen todos menos el "rey", y si se toca al "rey" salen todos en persecución.

Gana la partida el equipo que mata al otro "rey".

**Evaluación:** Intervenga en la practicas y competencias.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N° 21 ARRUINAR CUADROS.

**Material:** 1 pelota.

**Funcionalidad:** Lanzamiento. Velocidad de reacción.

**Objetivos:** Favorecer la cooperación del grupo, la actitud de lanzamiento y desplazamiento.

**Descripción** Distribuir a los grupos en 4 espacios cuadrados. El juego consiste en "matar" mediante lanzamientos efectuados con la pelota desde el cuadrado propio a los jugadores que se encuentran en un cuadrado distinto.

El "muerto" se incorpora al cuadrado desde el que le han matado.

El juego finaliza cuando todos están en el mismo cuadrado.

**Evaluación:** Determinar la forma de desplazamiento y la forma correcta del lanzamiento



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N° 22 BALÓN CONTACTO.

**Material:** 1 balón.

**Funcionalidad:** Habilidades específicas.

**Objetivos:** Favorecer la cooperación del grupo, la actitud de lanzamiento y desplazamiento.

**Descripción** Dos alumnos empiezan el juego siendo los cazadores. Mediante pases van avanzando. Tratan, con el balón agarrado y sin soltarlo, de tocar a otro participante.

El que resulta tocado se convierte en cazador y se une a los dos anteriores hasta que no queda ninguno.

No se permite correr con el balón.

**Evaluación:** Crear nuevas formas de carreras



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N° 23 BASKET CON PASES EXTERIORES.

**Estructura:** Sociomotor.

**Material:** 1 balón. Campo de Baloncesto.

**Funcionalidad:** Habilidades específicas.

**Objetivos:** Conocer el juego y alcanzar los puntos y ganar el juego

**Descripción** Dos equipos juegan en oposición para meter canasta.

Los participantes de un mismo equipo se pasan el balón para encontrar la ocasión de conseguirlo.

No se puede botar el balón.

Fuera del campo están repartidos los jugadores del 3º equipo que ayudan al equipo que está en posesión del balón.

El balón debe ser pasado dentro - fuera del campo y fuera - dentro.

Al coger el rebote del tablero o del aro hay que volver a pasar fuera.

**Evaluación:** Enumere variaciones al juego aplicado



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N° 24 BLANCOS Y NEGROS.

**Material:** Ninguno.

**Funcionalidad:** Velocidad de desplazamiento, Velocidad de reacción.

Colección Área de: Primeros Juegos Infantiles y Juegos Predeportivos orientados al Baloncesto.

**Objetivos:** Conocer, practicar y competir con movimientos de coordinación.

**Descripción** Los niños se colocan en mitad del campo de juego formando 2 equipos enfrentados en línea a 3 metros de distancia.

Un equipo es de " blancos " y otro de " negros".

Cada equipo tiene detrás, a su espalda, su línea de fondo que limita el campo de juego.

El profesor dice el nombre de un equipo, y sus componentes han de salir en persecución de los del otro equipo.

Para escapar deberán cruzar su línea de fondo sin ser tocados.

El que es tocado queda eliminado

**Evaluación:** Crear nuevas formas de carreras



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada



## JUEGO N° 25 CARRERAS DE RELEVOS CON GLOBO Y BALÓN.

**Estructura:** Sociomotor.

**Material:** Globos y pelotas (1 por grupo).

**Funcionalidad:** Coordinación óculo - manual.

**Objetivo:** Experimentar las habilidades básicas para mantener un objeto en el juego en el juego

**Descripción** Los niños estarán repartidos en grupos de 3 y en un espacio de 15 metros.

Efectuarán carreras de relevos botando un balón con una mano mientras con la otra palmearán un globo sin que se caiga al suelo.

**Evaluación:** Mantenga los objetos usados en el juego, varíe movimientos.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N° 26 CAZADORES Y LIEBRES.

**Estructura:** Sociomotor.

**Material:** 1 pelota. Petos de 2 colores.

**Funcionalidad:** Velocidad de desplazamiento.

**Objetivo:** iniciar la práctica de habilidades elementales para el baloncesto

**Descripción** En un campo de juego claramente delimitado, por ejemplo una cancha de baloncesto, se forman dos grupos con igual número de componentes.

Los del equipo de los " cazadores " se tienen que pasar el balón intentando matar de un pelotazo a las " liebres".

La " liebre " a la que " matan " se queda quieta.

A la " liebre muerta " que le llega la pelota, se salva

**Evaluación:** Demuestre el lanzamiento, presente variantes al juego.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N° 27

### GESTOS DE BALONCESTO.

**Estructura:** Psicomotor.

**Material:** 1 balón para cada participante, aros de diferentes colores.

**Funcionalidad:** Habilidades específicas.

**Descripción** Se distribuyen por la cancha aros de diferentes colores.

**Objetivo:** Practicar pases, lanzamientos, boteo que mejoren estos juegos. El profesor señala la acción que el alumno debe realizar cuando se encuentre ante un aro de un color determinado.

Pueden señalarse: cambios de mano, parada en bote y salidas, paradas cogiendo el balón y pivotando, etc.

Los alumnos se desplazan en dribbling hacia los aros y realizan las acciones señaladas según sea el color del aro frente al que se encuentran.

**Evaluación:** Ejecute pases, lanzamientos, boteo en parejas y grupos.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada



## JUEGO N° 28 LA CAZA DEL BALÓN.

**Material:** 1 balón y pelotas.

**Funcionalidad:** Lanzamiento. Precisión.

**Objetivo:** Practicar lanzamientos que mejoren este juego.

**Descripción** Los alumnos forman un cuadrado con un equipo en cada lado.

En el centro se coloca un balón que cada equipo tratará de desplazar hacia un lado mediante el lanzamiento de pelotas.

Cuando el balón llega a un lado, el equipo situado en el lado contrario obtiene el punto aunque no sea el causante del desplazamiento.

**Evaluación:** Ejecute lanzamientos entre el grupo.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°29 PROTEGER EL CASTILLO.

**Estructura:** Sociomotor.

**Material:** 1 bloque goma - espuma, 1 pelota.

**Funcionalidad:** Lanzamiento. Velocidad de reacción.

**Objetivo:** incentivar la práctica de este juego para el desarrollo del lanzamiento en el baloncesto.

**Descripción** Se coloca un bloque de goma - espuma en el suelo, verticalmente.

El defensor del "castillo" tiene que evitar su caída protegiéndolo de los lanzamientos del balón que harán los demás.

Los atacantes deben pasarse el balón para conseguir mejor ángulo de lanzamiento sobre el "castillo".

La distancia del área de lanzamiento debe ser adecuada a las características físicas y de habilidad de los participantes.

**Evaluación:** Presente en grupo variaciones a los juegos.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## JUEGO N°30 EL TOQUE.

**Material:** Ninguno.

**Funcionalidad:** Habilidades específicas.

**Objetivo:** Conocer y variar las reglas del juego.

**Descripción** El juego consiste en tocar, sin ser tocado, una parte determinada del compañero (rodilla, pie, etc.).

Hacer combates a 5 puntos.

**Evaluación:** Presente libremente en grupos variaciones al juego.



Fuente: Evelyn Patricia Guerrero Encalada

## **6.7 IMPACTO**

### **IMPACTO SOCIAL**

Con esta guía, se pretende apoyar al entrenador para facilitar su entrenamiento diario; trata de ofrecer múltiples y diversas alternativas para evitar la rutina e incentivar el ejercicio innovador al entrenador.

Con la aplicación de esta guía se intenta que el entrenador convierta la sesión de entrenamiento en una sesión dinámica, atrayendo y obteniendo la atención de los niños y niñas.

### **IMPACTO EDUCATIVO**

En lo referente al campo educativo la propuesta va dirigida a los niños y niñas de la Escuela Permanente Formativa de Baloncesto que pondrá en uso los juegos predeportivos, lo que permitirá un trabajo dinámicamente atractivo y motivador para incentivar mejor la práctica en el baloncesto, siendo este un trabajo debidamente metódico y planificado llegando a la predisposición al estudio y al interaprendizaje.

## **6.8 DIFUSIÓN**

Dar a conocer mediante la entrega de una impresión física de la Guía didáctica, a cada uno de los entrenadores de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo para que puedan observar su proceso, su estructura y su aplicación.

## 6.9 BIBLIOGRAFÍA

1. Andreas Hohmann. (2005) –Introducción a la ciencia del entrenamiento-Editorial Paidotribo (pág. 15)
2. ArndtLöscher (2001) Juegos predeportivos en grupos - Editorial Paidotribo - 4° edición
3. Gerard Bosc (2011). Baloncesto iniciación y perfeccionamiento – Editorial Hispano Europea –
4. JürgenWeineck (2005) Entrenamiento Total (pág. 15) – Editorial Paidotribo
5. Lee E. Brown, Vance A. Ferrigno (2007) – Entrenamiento de velocidad, agilidad y rapidez – Editorial Paidotribo
6. Méndez A, Méndez C.: Los juegos en el curriculum de la educación física – (pág. 318) Editorial Paidotribo - 5° edición
7. Méndez A, (2005) Técnicas de enseñanza en la iniciación al baloncesto- INCE Publicaciones – primera edición
8. Xavier FustéMasuet (2004) – Juegos de Iniciación a deportes colectivos – 5° edición- Editorial Paidotribo (pág.7-8-9-12-125)
9. Xavier Fusté Masuet (2004) – Juegos de Iniciación a deportes colectivos – 5° edición- Editorial Paidotribo (pág.7)
10. Vasconcelos Raposo (2005) – Planificación y organización del entrenamiento deportivo – 2° edición. Editorial Paidotribo

## LINCOGRAFIA

1. [http:// www.guiastur.com/DEPORTES/DEPORTEASTUR.htm](http://www.guiastur.com/DEPORTES/DEPORTEASTUR.htm)
2. [http:// www.redcreacion.orgdocumentos/congresoS/REBautista.htm](http://www.redcreacion.orgdocumentos/congresoS/REBautista.htm)
3. <http://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm>
4. <http://books.google.com.ec/books?id=CdFGR1KumKMC&printsec=frontcover&dq=baloncesto&hl=es&sa=X&ei=jcYIUyIVJJCu8ATz54HwBQ&ved=0CDgQ6AEwAg>
5. <http://books.google.com.ec/books?id=2X0BkqELeBQC&printsec=frontcover&dq=capacidad+fisica+de+la+coordinacion+en+el+basquet&hl=es&sa=X&ei=LrxUb73FITm>

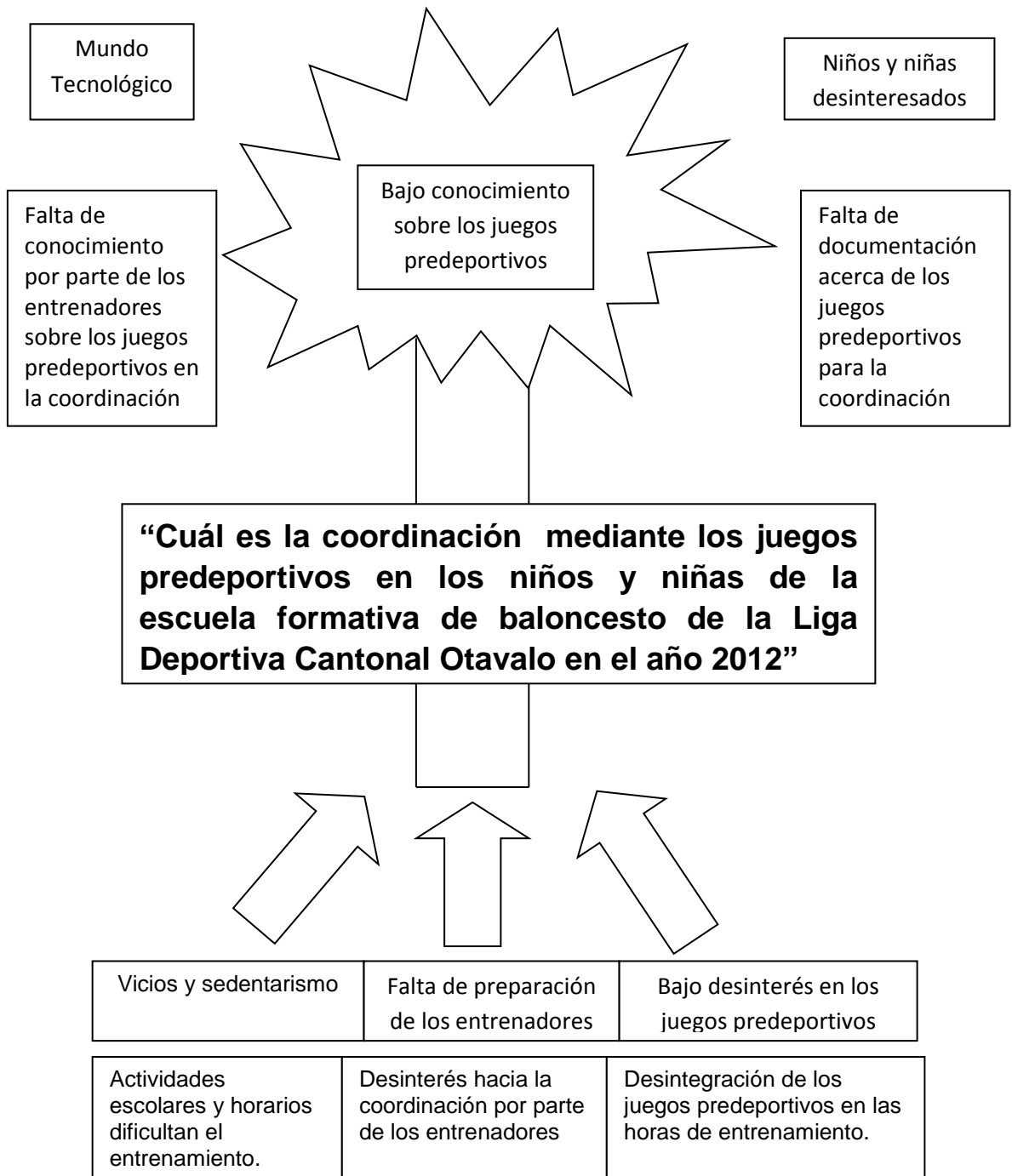
[9gTJulDwDw&ved=0CDIQ6AEwAQ#v=onepage&q=capacidad%20fisica%20de%20la%20coordinacion%20en%20el%20basquet&f=false](http://www.monografias.com/trabajos81/juegos-predeportivos-espacios-reducidos/juegos-predeportivos-espacios-reducidos3.shtml)

6. <http://www.monografias.com/trabajos81/juegos-predeportivos-espacios-reducidos/juegos-predeportivos-espacios-reducidos3.shtml>
7. <http://www.monografias.com/trabajos81/juegos-predeportivos-espacios-reducidos/juegos-predeportivos-espacios-reducidos3.shtml>
8. <http://www.monografias.com/trabajos81/juegos-predeportivos-espacios-reducidos/juegos-predeportivos-espacios-reducidos3.shtml>
9. <http://www.monografias.com/trabajos81/juegos-predeportivos-espacios-reducidos/juegos-predeportivos-espacios-reducidos3.shtml>
10. <http://www.monografias.com/trabajos81/juegos-predeportivos-espacios-reducidos/juegos-predeportivos-espacios-reducidos3.shtml>
11. <http://www.monografias.com/trabajos81/juegos-predeportivos-espacios-reducidos/juegos-predeportivos-espacios-reducidos3.shtml>
12. [https://www.google.com.ec/search?hl=es&newwindow=1&tbo=d&spell=1&q=\(Harvey+Montoya+Pel%C3%A1ez,+Y.\)+coordinaci%C3%B3n+%C3%B3culo-manual&sa=X&ei=sQIUZmwBKjK0wGSh4HwCg&ved=0CCwQBSqA&biw=1024&bih=667](https://www.google.com.ec/search?hl=es&newwindow=1&tbo=d&spell=1&q=(Harvey+Montoya+Pel%C3%A1ez,+Y.)+coordinaci%C3%B3n+%C3%B3culo-manual&sa=X&ei=sQIUZmwBKjK0wGSh4HwCg&ved=0CCwQBSqA&biw=1024&bih=667)
13. [http://www.basketjavier.com/CMS/index.php?option=com\\_content&task=view&id=31&Itemid=26](http://www.basketjavier.com/CMS/index.php?option=com_content&task=view&id=31&Itemid=26)
14. [Concepto de baloncesto - Definición en DeConceptos.com http://deconceptos.com/ciencias-sociales/baloncesto#ixzz2JSlijbGl](http://deconceptos.com/ciencias-sociales/baloncesto#ixzz2JSlijbGl)

**AMENOS**

**ANEXO Nº 1**

**ÁRBOL DE PROBLEMAS**





## ANEXO Nº 2

### MATRIZ DE COHERENCIA

<b>FORMULACIÓN DEL PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVO GENERAL</b>
<p>¿Cuál es la coordinación mediante los juegos predeportivos en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo en el año 2012?</p>	<p>Determinar la coordinación mediante los juegos predeportivos en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo.</p>
<b>INTERROGANTES</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>
<p>1. ¿Cuál es la coordinación óculo-manual en el entrenamiento de la coordinación en la disciplina del baloncesto los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo?</p> <p>2. ¿Qué tipo de juegos predeportivos utilizan los entrenadores para la enseñanza de la fundamentación técnica en el baloncesto en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo?</p>	<p>1. Diagnosticar la coordinación óculo-manual en el entrenamiento de la disciplina del baloncesto en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo.</p> <p>2. Analizar qué tipo de juegos predeportivos utilizan los entrenadores para la enseñanza de la fundamentación técnica en el baloncesto en los niños y niñas de la escuela formativa de baloncesto de la Liga Deportiva Cantonal Otavalo?</p>

**ANEXO Nº 3**

<b>FICHA DE OBSERVACIÓN</b>				
ENTRENAMIENTO DE LA COORDINACIÓN EN LA DISCIPLINA DEL BALONCESTO MEDIANTE JUEGOS PREDEPORTIVOS				
<b>OBJETIVO</b>				
Determinar la coordinación mediante los juegos predeportivos				
<b>DATOS INFORMATIVOS</b>				
<b>INSTITUCIÓN:</b>		<u>LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO</u>		
<b>FECHA:</b>		<u>03 DE DICIEMBRE DEL 2012</u>		
<b>JUEGOS:</b>		<u>EL PACHI – EL TABLERO</u>		
<b>NOMBRE:</b>				
<b>ASPECTOS A OBSERVARSE</b>	<b>APRECIACIÓN</b>			
	EXCELENTE	MUY BUENA	BUENA	REGULAR
<b>EL PACHI</b>				
Ubicación en el juego				
Cumplimientos de las reglas				
Dominio del juego				
Ejecución del juego				
Coordinación de los movimientos en la realización del juego.				
<b>EL TABLERO</b>				
Ubicación en el juego				
Cumplimientos de las reglas				
Dominio del juego				
Ejecución del juego				
Coordinación de los movimientos en la realización del juego.				
<b>OBSERVACIONES</b>				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				

## ANEXO Nº 4

### ENCUESTA DIRIGIDA A DOCENTES

Estimad@ Compañer@:

Solicito comedidamente responder la siguiente encuesta que tiene como finalidad obtener la información necesaria para desarrollar un trabajo de investigación con el tema: **“ESTUDIO DEL ENTRENAMIENTO DE LA COORDINACIÓN EN LA DISCIPLINA DEL BALONCESTO MEDIANTE JUEGOS PREDEPORTIVOS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA ESCUELA FORMATIVA DE BALONCESTO DE LA LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO EN EL AÑO 2012”**

La información es reservada por lo que no es necesario poner su nombre.

Agradezco su colaboración

#### CUESTIONARIO:

1.- ¿Presta atención en el desarrollo de la coordinación en los niños?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  OCASIONALMENTE  NUNCA

2.- Subraye ¿Qué son los juegos predeportivos?

a).- es una forma lúdica motora esencialmente agónica, de tipo medio entre el juego simple y el deporte

b).-es la actividad natural pero voluntaria, agradable y motivadora con carácter socializador, creativo y expresivo.

c). es la actividad que solo lo pueden realizar los niños en su tiempo libre

3.- Sus niños manifiestan que desean jugar a:

Balón Torre		Balón móvil	
Balón prisionero		Balón tocado	

4.- ¿Qué importancia le da a los juegos predeportivos en el desarrollo del entrenamiento de baloncesto de los niños y niñas?

MUCHO  POCO  NADA

5.- ¿Usted ha realizado en sus niños SALTAR UNA VALLA Y REALIZAR UN SLALOM para que le ayude en el desarrollo de la coordinación óculo - manual en el baloncesto?

SI  NO

6.- ¿Cree que los juegos predeportivos ayuden en el entrenamiento del baloncesto en los niños y niñas?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  NUNCA

7.- ¿Cree usted que la realización del juego del EL PACHI ayuda a los niños y niñas para el desarrollo de su coordinación?

SIEMPRE  RARA VEZ  A VECES

8.- Indique si sus niños han realizado el juego del TABLERO en el entrenamiento de baloncesto

RARA VEZ  A VECES  SIEMPRE

9.- ¿Usted ha realizado en el entrenamiento del baloncesto BALÓN PRISIONERO?

A VECES  CASI SIEMPRE  SIEMPRE

10.- ¿Conoce el juego predeportivo BALÓN TORRE?

SI  NO

11.- ¿Usted ha realizado BOTE CON LOS OJOS CERRADOS que le ayudado en el entrenamiento de la coordinación en el baloncesto?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  A VECES

12.- ¿Ha realizado en el entrenamiento de baloncesto BOTE DE DOS BALONES para el desarrollo de la coordinación en los niños?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  NUNCA

¡¡MUCHAS GRACIAS!!

# COGRAFIA

# LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO

## ESCUELA FORMATIVA DE BALONCESTO



























LIGA DEPORTIVA CANTONAL  
OTAVALO

Fundado el 25 de Octubre de 1942 - Acuerdo Ministerial N° 208

**DEPARTAMENTO TECNICO**

**CERTIFICADO**

En mi calidad de Director del Departamento Técnico de Liga Deportiva Cantonal Otavalo, tengo a bien certificar:

**Que:** la Srta. **EVELYN PATRICIA GUERRERO ENCALADA**, portadora de la cédula de identidad N° **100309842-1**, estudiante del Octavo Semestre de la Licenciatura de Entrenamiento Deportivo del Instituto de Cultura Física de la Universidad Técnica del Norte, aplicó la **SOCIALIZACION DE LA GUIA DIDACTICA DE JUEGOS PREDEPORTIVOS PARA EL ENTRENAMIENTO DEL BALONCESTO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO** el día viernes 12 de julio de 2013; demostrando conocimiento, capacidad, disciplina y responsabilidad.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, facultándole a la interesada hacer uso del presente como creyere conveniente.

Otavalo, julio 26 de 2013

Atentamente,  
**POR UN OTAVALO MEJOR.**



**Lic. Luis Jaramillo Paredes**  
**DIRECTOR D.T.M. DE LIGA DEPORTIVA**  
**CANTONAL "OTAVALO"**



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE  
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

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

#### 1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	100309842-1		
APELLIDOS Y NOMBRES:	GUERRERO ENCALADA EVELYN PATRICIA		
DIRECCIÓN:	OTAVALO		
EMAIL:	evelyn_g78@hotmail.com		
TELÉFONO FIJO:	924647	TELÉFONO MÓVIL:	0991891718

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	"ESTUDIO DEL ENTRENAMIENTO DE LA COORDINACION EN LA DISCIPLINA DEL BALONCESTO MEDIANTE JUEGOS PREDEPORTIVOS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA ESCUELA FORMATIVA DE BALONCESTO DE LA LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO EN EL AÑO 2012"
AUTOR (ES):	GUERRERO ENCALADA EVELYN PATRICIA
FECHA: AAAAMMDD	2013-10-7
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciada en la Especialidad de Entrenamiento Deportivo.
ASESOR /DIRECTOR:	MSC. JESÚS LEÓN VINUEZA

PROCESO DE AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

**2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD**

Yo, GUERRERO ENCALADA EVELYN PATRICIA, con cédula de identidad Nro. 100309842-1, en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

**3. CONSTANCIAS**

El autor (es) manifiesta (n) 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 (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 7 días del mes de Octubre de 2013

EL AUTOR:

(Firma) 

Nombre: GUERRERO ENCALADA EVELYN PATRICIA

C.C.: 100309842-1





UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO  
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, GUERRERO ENCALADA EVELYN PATRICIA, con cédula de identidad Nro. 100309842-1, manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado denominado: "ESTUDIO DEL ENTRENAMIENTO DE LA COORDINACION EN LA DISCIPLINA DEL BALONCESTO MEDIANTE JUEGOS PREDEPORTIVOS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA ESCUELA FORMATIVA DE BALONCESTO DE LA LIGA DEPORTIVA CANTONAL OTAVALO EN EL AÑO 2012<sup>er</sup> añ", que ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciada en la Especialidad de Entrenamiento Deportivo, en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 7 días del mes de Octubre de 2013

(Firma) \_\_\_\_\_

Nombre: GUERRERO ENCALADA EVELYN PATRICIA

Cédula: 100309842-1