



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE –UTN

**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA
FECYT**

CARRERA:

LICENCIATURA EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

INFORME FINAL DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

TEMA:

Las capacidades coordinativas en el Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”.

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciatura en Entrenamiento Deportivo

Línea de Investigación: Salud y bienestar integral.

Autora: Enríquez Bautista Milena Aracely

Director: MSc. Segundo Vicente Yandún Yalamá

Ibarra 2022



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

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

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

DATOS DEL CONTACTO	
CÉDULA DE IDENTIDAD:	1004407605
APELLIDOS Y NOMBRES:	Enríquez Bautista Milena Aracely
DIRECCIÓN	Atuntaqui, calle Ángel Imbaquingo y Pichincha
EMAIL:	milenaaracelybautistaenriquez@gmail.com
TELÉFONO FIJO:	S/N Teléf. móvil: 0961119223
DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO	“Las capacidades coordinativas en el Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”.
AUTOR(A):	Milena Aracely Enríquez Bautista
FECHA:	2022-11-16
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA: Presencial	Pregrado <input checked="" type="checkbox"/> Posgrado <input type="checkbox"/>
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciatura en Entrenamiento Deportivo
ASESOR/DIRECTOR:	MSc. Segundo Vicente Yandún Yalamá

2. CONSTANCIAS

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

Ibarra, a los 01 días del mes de diciembre de 2022



Enríquez Bautista Milena Aracely
CI: 1004407605

CERTIFICADO DEL DIRECTOR

Ibarra, 16 de noviembre de 2022

MSc. Segundo Vicente Yandún Yalamá

DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CERTIFICA

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



MSc. Segundo Vicente Yandún Yalamá
CC. 1001684685

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

El tribunal Examinador del trabajo de titulación “Las capacidades coordinativas en el Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”, previo a la obtención del título de Licenciatura en Entrenamiento Deportivo, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte.



MSc. Vicente Yandún
CC. 1001684685
DIRECTOR



(f) PhD. Elmer Meneses
CC. 0400754073
OPOSITOR



(f) MSc. Richard Encalada
CC. 1002583639
OPOSITOR

DEDICATORIA

A Dios: Fuente de Sabiduría

A mi madre Carmen Bautista y a mi abuelita María Imbaquingo por sus consejos y apoyo incondicional

A mi tía Mercedes Bautista por ser guía en mi crecimiento personal y espiritual por apoyarme en mi formación académica e integral.

A mis familiares y amigos por su apoyo moral para poder cumplir con mi objetivo propuesto de obtener un título de tercer nivel de Licenciatura en Entrenamiento Deportivo.

Milena

AGRADECIMIENTO

Un agradecimiento a Dios por ser mi fortaleza he inspiración y a la Universidad Técnica del Norte, en especial a la Carrera de Entrenamiento Deportivo y a todos los docentes, por impartirme sus valiosos conocimientos y formarme profesionalmente.

A mi Director de Trabajo de Investigación, MSc Vicente Yandún y mis asesores MSc. Richard Encalada y PhD. Elmer Meneses, quienes con sus conocimientos, experiencia y paciencia me motivaron a no rendirme y poder terminar mi estudio.

De igual manera a los entrenadores y deportistas del Club formativo de Liga deportiva Antonio Ante, así como también a los dirigentes de este importante Club, quienes me autorizaron para realizar y culminar con éxito, esta importante investigación.

Milena

RESUMEN

“Las capacidades coordinativas en el Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”.

Autora: Milena Aracely Enríquez Bautista

Director: MSc. Vicente Yandún

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo fundamental determinar cómo influyen las capacidades coordinativas en el Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club Escuela Formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022. Inicialmente, la presente investigación se desarrolló bajo los lineamientos metodológicos de un enfoque mixto, con la utilización de los enfoques cuantitativo y cualitativo; de tipo descriptiva, de campo y bibliográfica; mediante los métodos inductivo, deductivo y sintético. De igual manera se utilizó como técnica de investigación el test 3JS que sirvió para evaluar capacidades coordinativas generales; por otra parte, se utilizó una ficha de observación valorando los fundamentos ofensivos del mini básquet como son el lanzamiento, drible y pase con sus respectivos indicadores. Finalmente, la recolección de los datos se realizó en el Club de Liga deportiva Antonio Ante con niños y niñas de 8 y 10 años. Como resultados se logró detectar que la mayoría los jugadores mantienen un porcentaje bajo en relación con el desarrollo de las capacidades coordinativas y con respecto a los fundamentos ofensivos, se encontró varias falencias técnicas de acuerdo con los criterios analizados. En conclusión, considerando los resultados obtenidos se planteó una alternativa de solución a esta problemática, elaborando una guía metodológica con ejercicios físico técnicos coordinativos que contiene una variedad de ejercicios coordinativos y de juegos predeportivos para mejorar su capacidad de coordinación en el Mini básquet.

Palabras claves: Capacidades coordinativas, Mini básquet, fundamentos ofensivos, ejercicio físico

ABSTRACT

"The coordinative capacities in the Mini basketball in girls and boys from 8 to 10 years of the Antonio Ante Sports League Training School Club, period 2021-2022".

Author: Milena Aracely Enriquez Bautista

Director: MSc: Vicente Yandún

The main objective of this research work was to determine how coordination skills influence Mini basketball in girls and boys aged 8 to 10 years of the Antonio Ante Sports League Training School Club, period 2021-2022. Initially, the present investigation was demonstrated under the methodological guidelines of a mixed approach, with the use of quantitative and qualitative approaches; descriptive, field and bibliographic; by inductive, deductive and synthetic methods. In the same way, the 3JS test was used as a research technique, which served to evaluate general coordination capacities; on the other hand, an observation sheet was obtained assessing the offensive fundamentals of mini basketball such dribbling as throwing and passing with their respective indicators. Finally, the data collection was carried out at the Antonio Ante Sports League Club with boys and girls aged 8 and 10 years. As results, it was detected that most of the players maintain a low percentage in relation to the development of coordination abilities and with respect to the offensive fundamentals, several technical shortcomings were found according to the criteria analyzed. In conclusion, considering the results obtained, an alternative solution to this problem was proposed, elaborating a methodological guide with physical technical coordination exercises that contains a variety of coordination exercises and pre-sports games to improve their coordination capacity in Mini basketball.

Keywords: Coordinative abilities, Mini basketball, offensive fundamentals, physical exercise

ÍNDICE DE CONTENIDOS

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE	II
CERTIFICADO DEL DIRECTOR	IV
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL.....	V
DEDICATORIA	VI
AGRADECIMIENTO	VII
RESUMEN	VIII
ABSTRACT.....	IX
ÍNDICE DE CONTENIDOS	X
ÍNDICE DE FIGURAS.....	XIV
ÍNDICE DE TABLAS	XV
INTRODUCCIÓN	1
El problema de investigación.....	2
Delimitación del problema.....	4
Formulación del problema	4
Justificación	4
Factibilidad	6
Objetivos.....	7
Objetivo general.....	7
Objetivos.....	7
Preguntas específicas:	7
CAPÍTULO I	9
MARCO TEÓRICO.....	9
1.1 Capacidades coordinativas.....	9
1.2 Generalidades.....	11
1.2.1 Coordinación.....	12
1.2.2 Tipos de coordinación.....	13
1.2.3 Factores que intervienen en la coordinación.....	17
1.3 Capacidades coordinativas especiales.....	18
1.3.1 Orientación.....	19

1.3.2 Equilibrio	19
1.3.3 Reacción.....	19
1.3.4 Ritmo.....	20
1.3.5 Anticipación.....	21
1.3.6 Diferenciación.....	21
1.3.7. Acoplamiento.....	22
1.4 Test físicos capacidades coordinativas	22
1.5. Mini básquet: generalidades	24
1.6. Fundamentos técnicos del Mini básquet.....	25
1.7. Fundamentos ofensivos.....	26
1.7.1. Bote o dribling	26
1.7.2. Pase	27
1.7.3. Tiro.....	28
1.8. Fundamentación Legal.....	29
1.8.1. Constitución de la República del Ecuador	29
1.8.2. Código de la Niñez y Adolescencia	30
1.8.3. Ley del deporte, educación física y recreación.....	31
CAPÍTULO II.....	32
MARCO METODOLÓGICO.....	32
2.1 Enfoque de la investigación	32
2.2 Tipo de investigación	32
2.2.1 Descriptiva	32
2.2.2 Campo	33
2.2.3 Bibliográfica	33
2.3 Métodos de investigación	33
2.3.1 Inductivo	33
2.3.2 Deductivo.....	34
2.3.3 Analítico.....	34
2.4 Variables	35
2.4.1 Variable independiente	35
2.4.2 Variable dependiente	36

2.4.3 Variable fija o establecida.....	36
2.5 Técnicas e instrumentos de investigación.....	36
2.5.1 Test capacidades coordinativas.....	36
2.5.2 Procedimiento y plan de análisis de datos Test Capacidades Coordinativas (3JS)	36
2.5.3 Test de coordinación motriz.....	37
2.5.3.1 Salto vertical	37
2.5.3.2 Giro en el eje longitudinal.....	37
2.5.3.3 Lanzamiento de precisión	38
2.5.3.4 Golpeo de precisión	39
2.5.3.5 Carrera de eslalon	40
2.5.3.6 Driblar	40
2.5.3.7 Conducción	41
2.5.4 Protocolo de aplicación del test	42
2.5.5 Criterio de valoración del test.....	42
2.5.6 Ficha de observación.....	45
2.5.7 Protocolo de aplicación de la ficha de observación.....	45
2.5.8 Criterio de valoración de la ficha de observación.....	46
2.6 Participantes.....	47
2.6.1 Población.....	47
2.6.2 Muestra	48
CAPÍTULO III.....	49
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	49
3.1 Test capacidades coordinativas (3JS)	49
3.2 Matriz de análisis ficha de observación sobre los fundamentos de mini básquet.....	56
3.3 Contestación a las preguntas de investigación.....	62
CAPÍTULO IV.....	64
PROPUESTA.....	64
4.1 Título de la propuesta.....	64
4.2 Justificación e importancia	64
4.3 Fundamentación de la propuesta.....	65
4.3.1 Guía metodológica.....	65

4.3.2 Estrategias metodológicas.....	66
4.3.3 Los juegos predeportivos	67
4.3.4 Partes de una sesión de juego predeportivos.....	68
4.3.4.1 Calentamiento	68
4.3.4.2 Parte principal	69
4.3.4.3 Vuelta a la calma.....	69
4.4 Objetivos.....	69
4.4.1 Objetivo general.....	69
4.4.2 Objetivos específicos	69
4.4.3 Ubicación sectorial y física.....	70
4.5 Desarrollo de la propuesta	70
4.6 Impactos	90
4.7 Difusión.....	90
CONCLUSIONES	91
RECOMENDACIONES.....	92
BIBLIOGRAFÍA	93
ANEXOS	97
Anexo N° 1: Árbol de problemas	97
Anexo N° 2: Matriz de coherencia	98
Anexo N° 3: Matriz de categorial	99
Anexo N° 4: Matriz de relación diagnóstica.....	101
Anexo N° 5: Test capacidades coordinativas TEST 3JS	103
Anexo N° 6: Ficha de observación fundamentos ofensivos del mini básquet.....	106
Anexo N° 7: Ficha de observación fundamentos ofensivos del mini básquet.....	107
Anexo N° 8: Certificados.....	108

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Estructura de las capacidades coordinativas.....	10
Figura 2. Actividades en donde se emplea la coordinación dinámica general	14
Figura 3. Coordinación óculo manual.....	16
Figura 4. Coordinación espacial	16
Figura 5. Características de los elementos bien coordinados	17
Figura 6. Salto Vertical.....	37
Figura 7. Giro en eje longitudinal	38
Figura 8. Lanzamiento de precisión.....	39
Figura 9. Golpeo de precisión.....	39
Figura 10. Carrera eslalon.....	40
Figura 11. Driblar.....	41
Figura 12. Conducción.....	41
Figura 13. Ficha de Observación fundamentos ofensivos del mini básquet.....	46
Figura 14. Ficha de Observación fundamentos ofensivos del mini básquet.....	47
Figura 15. Salto vertical (Coordinación dinámica general)	49
Figura 16. Giro en el eje longitudinal (Coordinación dinámica general)	50
Figura 17. Lanzamiento de precisión (Coordinación viso - motriz).....	51
Figura 18. Golpeo de precisión (Coordinación viso - motriz)	52
Figura 19. Carrera de eslalon (Coordinación dinámica general)	53
Figura 20. Driblar (Coordinación viso-motriz) casa es apropiado para realizar AF recreativas ..	54
Figura 21. Conducción (Coord.viso-motriz) Espacio de casa es apropiado para realizar AFr.....	55

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Test de coordinación motriz 3JS.....	42
Tabla 2. Fundamentos Ofensivos del Mini Básquet-Lanzamiento.....	56
Tabla 3. Fundamentos Ofensivos del Mini Básquet-Dribling	58
Tabla 4. Fundamentos Ofensivos del Mini Básquet-Pase	60
Tabla 5. Apartados de la guía metodológica.....	70

INTRODUCCIÓN

La iniciación deportiva de los niños en las diferentes disciplinas deportivas, de manera particular el mini básquet adquiere cada momento mayor compromiso y responsabilidad en sentar las bases adecuadas de la práctica deportiva. Para ello se requiere profundizar en las diferentes etapas de preparación del niño, por ende, es importante conocer sus características, físicas, técnicas y coordinativas para aplicar las tareas que sean asimiladas sin complicaciones, ni lesiones. A los niños en estas etapas iniciales de formación deportiva, se les debe impartir variedad de estímulos físicos y técnicos, es decir brindarles una preparación multilateral.

Como un breve comentario se puede manifestar, que lo que se pierde en la niñez, es decir el aprendizaje de las diferentes Capacidades coordinativas jamás se recobra en los años posteriores de su evolución. Conocidos estos antecedentes es importante y motivante ejecutar una investigación que ayude en la solución de este problema detectado acerca las capacidades coordinativas en el Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”.

Para conocer con mayor profundidad estas dos variables de estudio, se hace necesario conocer las características de cada una de ellas como es el Mini básquet que se define como Juegos de acción / reacción (Mejía, 2018). Esta disciplina antes mencionada se encuentra ubicada en el contexto de los deportes, donde sus deportistas son rápidos y estas acciones lo necesitan hacer en un determinado espacio de tiempo. Estas acciones se pueden ejecutar en situaciones cambiantes y para ello es muy importante en estas edades tempranas trabajar las capacidades coordinativas generales, especiales o complejas, conforme vayan avanzando en la edad y también su periodo de preparación, para ello también en forma paralela se debe preparar los fundamentos técnicos ofensivos.

Luego de conocer las características del Mini básquet, se hace necesario trabajar las capacidades físicas dentro de los procesos de iniciación deportiva, estas capacidades se dividen en capacidades condicionales y las capacidades coordinativas, siendo esta última, la más importante, dentro de los procesos de iniciación deportiva, en estas edades que son motivo de investigación. Trabajar de forma multilateral y conocer la biomecánica de los diferentes movimientos de los gestos técnicos del Mini básquet es importante, es por ello que el entrenador debe conocer el principio de variabilidad, en donde proporcione al niño de una gama amplia de ejercicios físico-técnicos y se trabaje de manera particular las capacidades coordinativas especiales, que resultan primordiales en estas edades tempranas.

El problema de investigación

La presente investigación se llevará a cabo en el Club de la escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante que se encuentra ubicado en las calles Abdón Calderón y Av. Julio Miguel Aguinaga. En esta escuela formativa se está trabajando la disciplina de Mini básquet con niñas y niños de 8 a 10 años, se entrena todos los días en el horario de 2:30 a 4:00 pm.

El desarrollo de las capacidades coordinativas es uno de los problemas que más se ha estado investigando por la ciencia deportiva en los últimos años por cuanto se ha llegado a las conclusiones sólidas de que tener un alto nivel de las capacidades condicionales como la resistencia, fuerza y rapidez no es posible preparar de una forma adecuada al atleta, sino que está integración con las capacidades coordinativas representan una unidad de interacción del movimiento la cual el atleta utiliza para cumplimentar sus objetivos con relación al rendimiento (Salfran et al., 2013).

En esta escuela formativa de Mini básquet se ha detectado las siguientes causas y efectos que configuran el problema de investigación, entre ellas las siguientes:

Los entrenadores del club escuela formativa de Liga deportiva Antonio no evalúan las Capacidades coordinativas, estas capacidades en los procesos de formación deportiva antes mencionadas le han dejado a un segundo plano, solo se han dedicado a la preparación de las capacidades condicionales y técnicas, esta situación antes planteada trae como consecuencia malos resultados en sus deportistas, al no existir una planificación.

En las sesiones de preparación formativa del mini básquet, los entrenadores no incluyen ejercicios que desarrollen las capacidades coordinativas, esto ha ocasionado como resultado una deficiente coordinación de movimientos con y sin balón de los fundamentos técnicos ofensivos, como son el dribling, el pase y el tiro.

El deficiente control y evaluación de los fundamentos ofensivos del mini básquet por parte de los entrenadores, trae como resultado una deficiente preparación de los fundamentos técnicos ofensivos del mini básquet, esto se detecta durante los entrenamientos y las acciones de juego presentando dificultades para reaccionar cuando tienen que ganar un balón a un adversario o un adecuado equilibrio en los cambios de dirección aumentando o disminuyendo el ritmo de juego.

El escaso desarrollo multilateral en las sesiones de entrenamiento del mini básquet ha influido en el desarrollo de las capacidades coordinativas especiales, que es fundamental para la ejecución de los fundamentos ofensivos del mini básquet.

Frente a estas causas y efectos, nos formulamos la siguiente pregunta, que en el proceso de investigación será contestado “¿Cuál es la edad indicada para el desarrollo de la coordinación? La respuesta a esta interrogante marcará las claves para poder descifrar el concepto de las edades formativas. Para esto se deberá analizar una gama de factores y procesos que afectan al niño: su desarrollo motor, crecimiento, maduración, los cambios hormonales sufridos en su desarrollo y diferenciar las edades cronológicas con respecto a la biológica. De esta forma se puede precisar y

puntualizar por qué el trabajo de la coordinación se debe promover fuertemente en las edades formativas.

Delimitación del problema

La presente investigación se llevó a cabo en el Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante en el periodo 2021-2022

Formulación del problema

¿La inadecuada aplicación de las capacidades coordinativas influye en el aprendizaje del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022?

Justificación

La presente investigación se justifica por las siguientes razones; por el valor educativo y deportivo, por el primer aspecto los entrenadores tendrán una herramienta pedagógica, cuyo objetivo fundamental es la enseñanza de los movimientos que se necesita en el mini básquet incluido las capacidades coordinativas que están inmersas en los movimientos naturales y además para la enseñanza de los fundamentos ofensivos del baloncesto. Por el valor deportivo los entrenadores tendrán herramientas para trabajar las capacidades coordinativas, que en los procesos de entrenamiento han sido relegadas a un segundo plano, por lo que la guía contendrá aspectos relacionados con las capacidades coordinativas especiales asociada a los fundamentos técnicos ofensivos del mini básquet.

Dentro de la investigación a realizar tiene su importancia al ejecutarse con niños de 8 a 10 años. Esta edad es indicada para trabajar las capacidades coordinativas generales, especiales, complejas, el trabajo multilateral de todos sus movimientos. Al respecto Del campo (2001), manifiesta que las capacidades coordinativas tienen su desarrollo más intenso hasta el inicio de la

adolescencia, disminuyendo progresivamente las posibilidades de su desarrollo a partir de esta edad. Por ello, debemos intentar trabajar éstas en las primeras edades de forma prioritaria respecto al resto de las capacidades condicionales.

La contribución de esta investigación fue muy importante para los entrenadores de esta disciplina deportiva tendrán una herramienta didáctica metodológica, donde encontrarán ejercicios de capacidades coordinativas, que irán desde lo más simple a lo más complejo; otro de las contribuciones, es que se va a trabajar respetando los procesos de la iniciación deportiva, su etapa de formación deportiva. Según Cancio (2010) indica que la edad entre los 8 y 10 años se podrá comenzar con actividad pre deportiva, mini deportes. Esto último les permitirá elegir destrezas que estén de acuerdo con sus aptitudes motrices y funcionales.

Los resultados de esta investigación tendrán el objetivo de beneficiar a Liga Cantonal de Antonio Ante y como beneficiarios directos tenemos a los niños de 8 a 10 años y los entrenadores del Club de baloncesto de Liga Deportiva Antonio Ante y como beneficiarios indirectos estarán los padres de familia, dirigentes. Es decir, los niños de estas categorías se beneficiarán por desarrollar la coordinación general y específica, estas capacidades coordinativas serán relacionadas y practicadas con el mini básquet.

Esta investigación es de gran impacto y relevancia, por cuanto los entrenadores de baloncesto de Liga Cantonal Antonio Ante tendrán una guía, donde conste los procesos de iniciación deportiva, características de esta etapa, que ejercicios y actividades hacer, como desarrollar las capacidades coordinativas, formas de evaluación y combinar ejercicios coordinativos con los fundamentos del baloncesto. Según Beltran (2012) manifiesta que esta investigación tiene como objetivo principal crear una propuesta de ejercicios para la coordinación en edades formativas que oriente y le sirva de guía a todos los involucrados en el mundo del

básquetbol. En base a esto, los Profesores de educación física, entrenadores e instructores podrán perfeccionarse y tener una herramienta concreta a la hora de realizar sus clases.

Esta investigación se inserta en la línea 6 gestión y calidad de la educación procesos educativos e idiomas de la Universidad Técnica del Norte.

Dentro del plan nacional de desarrollo en el Eje 1: Derechos para Todos Durante Toda la Vida menciona en el objetivo 1: Garantizar una vida digna con iguales oportunidades para todas las personas. La política 1.4 indica Garantizar el desarrollo infantil integral para estimular las capacidades de los niños y niñas, considerando los contextos territoriales, la interculturalidad, el género y las discapacidades.

La ley de educación en su capítulo II, en lo pertinente a los principios de la educación, Art. 2 menciona que: La Educación tendrá una orientación democrática, humanística, investigativa, científica y técnica, acorde con las necesidades del país.

Factibilidad

Dentro de este proceso existe la predisposición de parte de las autoridades deportivas para que se lleve a cabo este tipo de investigación, porque ellos consideran de vital importancia para que se realice este tipo de estudios, especialmente en edades tempranas, que son la base para la formación de los futuros deportistas que representaran al cantón, provincia y porque no decirlo a nivel nacional, además es factible porque existe amplia bibliografía con respecto a las capacidades coordinativas y los fundamentos ofensivos del mini básquet, con respecto a lo económico los gastos de la investigación serán cubiertos de principio a fin por la investigadora.

Objetivos

Objetivo general

Determinar cómo influyen las capacidades coordinativas en el Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club Escuela Formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022.

Objetivos

- Evaluar las capacidades coordinativas especiales a través de test físicos en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”.
- Valorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet a través de una rúbrica en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”.
- Elaborar una guía metodológica con ejercicios físico técnicos coordinativos para mejorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años.

Preguntas específicas:

- ¿Cuál es el resultado de la evaluación de las capacidades coordinativas especiales a través de test físicos en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022?
- ¿Cuál es el resultado de la valoración de los principales fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”?
- ¿La aplicación de una guía metodológica con ejercicios físico técnicos coordinativos ayudará a mejorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años?

Finalmente, esta investigación esta estructura para la elaboración del informe de la siguiente manera: Páginas preliminares, Titulo del tema, dedicatoria, agradecimiento, resumen, abstract, índice general. Desarrollo del trabajo de investigación. Introducción, Capítulo I: Marco Teórico, Capítulo II: Marco Metodológico, Capítulo III: Marco Análisis y discusión de resultados, Capítulo IV: Propuesta, Conclusiones, Recomendaciones y Anexos.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Capacidades coordinativas

Estas capacidades coordinativas son las que surgen de los procesos de regulación y conducción del sistema nervioso central, estas son identificadas por la coordinación, en otras palabras, por los procesos de regulación y dirección que suceden en los movimientos. Forman una dirección motriz de las capacidades del individuo en donde se hacen efectivas en el provecho deportivo, esto sucede mediante la unidad con las capacidades físicas condicionales. Dichas capacidades son imprescindibles para que la práctica deportiva del individuo sea de lo mejor en situaciones donde se vean inmersas las condiciones del ámbito que los rodea.

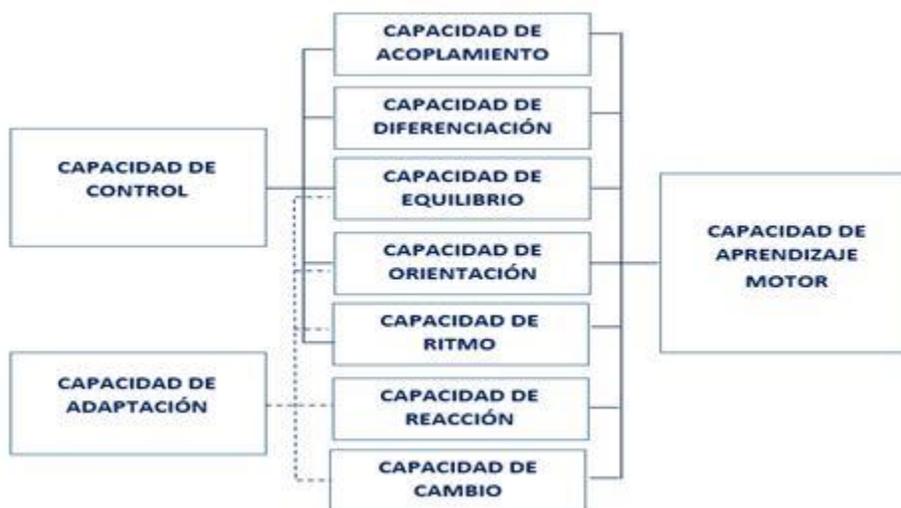
El desarrollo es una de las dificultades prominentes en las capacidades coordinativas que más se ha estado estudiando por la ciencia deportiva durante los últimos tiempos por cuanto se ha llegado a manifestar que, obtener un buen nivel de las capacidades condicionales como la fuerza, velocidad y resistencia, no es una buena opción para preparar de forma apropiada a un deportista, sino que la integración con las capacidades coordinativas manifiestan una unidad de interacción del movimiento la cual el deportista usa para obtener un mejor rendimiento (Salfran et al., 2013).

Las capacidades coordinativas rescatan tres funciones que son importantes en la vida cotidiana y son: como un elemento principal destinado a determinar la vida en general en el individuo, como elemento que forma al aprendizaje motriz y como el elemento que condiciona el alto provecho deportivo. Es por ello que, al momento de hablar de las capacidades coordinativas, se dice, que esta beneficiaría solo si cada uno de sus componentes individuales se ejecuta de forma metódica y eficaz, como diversos factores de la condición física.

Se toma en cuenta que esta teoría agrupa las características de distintas modalidades deportivas, para clasificar y agrupar como una estructura al conjunto de las capacidades coordinativas en dos grupos: las capacidades que se encargan de regular (conducción/control) el movimiento y las capacidades de cambio y adaptación motriz (Mejía N. , 2020). En estos dos grupos se agrupan las capacidades coordinativas imprescindibles para la expresión general de los mismos, advirtiendo que una misma capacidad puede integrar ambos grupos. Dicha relación puede observarse en la Figura 1.

Figura 1.

Estructura de las capacidades coordinativas



Nota. La figura 1 indica en su imagen la unión de la capacidad de control y adaptación de las capacidades coordinativas. Fuente: Mejía (2020).

Por otro lado, la capacidad de control da la apertura a que el individuo comprenda y aplique al momento de realizar el ejercicio, en qué momento del movimiento debe ejecutar con mayor amplitud y con mayor velocidad, este complejo de capacidades se observa en las modalidades deportivas que se componen de acciones estandarizadas. En el segundo grupo hay las capacidades

que dan la facilidad de modificar la acción motriz de acuerdo con la situación, este grupo de capacidades se manifiesta en las modalidades deportivas de conjunto con un entorno cambiante de juego (Mejía N. , 2020).

1.2 Generalidades

Cuando hablamos de desarrollo en los niños vemos que este proceso es constante y tanto el entrenador como el docente de educación física, son un elemento esencial, para fomentar el desarrollo de las capacidades coordinativas. Mediante la formación permanente e intervención adecuada el instructor puede beneficiar al infante a que mejore sus movimientos y destrezas corporales, de esta manera crecerán sus capacidades físicas, sociales, comunicativas y académicas (Cárdenas et al., 2019). Con esto; en conclusión, se puede decir que el entrenador y el docente de educación física que conoce los niveles de coordinación de los infantes puede optimizar el desarrollo de dichas capacidades mediante la planeación de protocolos, como también las estrategias de intervención individuales o colectivas para de esta manera mejorar el rendimiento.

Hay que tener muy en cuenta, que los procesos de dirección y regulación de la actividad motora se realizan en todas las personas según las mismas reglas, pero esto no quiere decir que suceden en cada individuo con una completa igualdad tanto en rapidez, precisión, diferenciación y movilidad. Estas características cualitativas son los que definen los rasgos de su desarrollo, son precisamente importantes las que establecen la propiedad de las capacidades coordinativas. Las condiciones coordinativas representan, en composición estrecha con otras cualidades, situaciones precisas para el rendimiento deportivo.

Dichas capacidades, se pueden reforzar con la realización de actividades relacionadas con el esquema corporal como los son los saltos, el equilibrio, la coordinación óculo-manual y los desplazamientos. El esquema corporal está definido como una ordenación global de representación

psicomotriz, los saltos se refieren al despegue respecto de una superficie determinada, el equilibrio es una etapa, donde las fuerzas actuantes sobre el cuerpo de una determinada persona se compensan, es importante para el beneficio de habilidades motoras, el desarrollo de las actividades diarias del niño y la maduración del sistema nervioso central (Ebrahimi et al., 2017).

1.2.1 Coordinación

La coordinación es una capacidad precisa para la actividad cotidiana de las personas y denota de manera característica la efectividad de sus acciones y conductas motrices; estas acciones tienen mucho que ver con la conjunción de todas las fuerzas físicas, tomando en cuenta todos los ejes de movimiento del aparato motor, para resolver adecuadamente cada una de las tareas que se presenten (Herrera et al., 2020). La coordinación es una capacidad que tiene el ser humano de hacer movimientos de una manera precisa y ajustado viable al modelo o programa, práctica que puede ser resultado de la información recibida anticipadamente y que depende además del nivel de entrenamiento.

La coordinación es una de las capacidades físicas que tiene cada individuo y cualidad básica para todas las personas que practiquen algún tipo de ejercicio o deporte en su diario vivir. Sirve de complemento para otras capacidades como la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad, de esta manera ayudando a beneficiar a que el cuerpo se encuentre activo, se mueva de una manera adecuada, mejore la posición corporal y equilibrio en movimiento (Carmona, 2021).

De esta manera, la coordinación tiene un papel principal en el aprendizaje de la técnica, la cual surge en gran parte de la habilidad que tiene el individuo de manejar su cuerpo con una mayor confianza y con movimientos coordinados. Es por esto que acciones motrices como saltar, caminar, lanzar o atrapar, entre otras, requieren de la coordinación para que los movimientos sean perfectos.

En la edad escolar los alumnos dicen tener un excelente control y ordenación de los movimientos en acciones de la vida cotidiana, cuando han absorbido estímulos de preparación coordinativa (López D. , 2014).

En actividades deportivas que son necesarias el movimiento de todo el cuerpo, se solicitan a su vez de una simultaneidad parcial o total, esto es el producto de la regulación de la actividad muscular, la coordinación es uno de los elementos de desarrollo esencial para agudizar este tipo de destrezas. Así lo dice Herrera et al. (2020) “Es por ello que la coordinación ha sido una razón de estudio a través del tiempo para tener su influencia o relación con el aprendizaje de la técnica deportiva” (p. 54).

Con eso, es importante mencionar que la ausencia de coordinación forma parte de un síndrome del desequilibrio motriz general, este puede ser usado a una interacción defectiva de las estructuras funcionales, sensoriales, nerviosas y musculares. El número de metodologías variados (escalas, test, exámenes, baterías, pruebas, etc.) para igualar a las dificultades de movimiento y desordenes de la coordinación en la infancia es muy extenso, obviamente cuidando que tenga validez y fiabilidad (Torralba et al., 2016). Entre los que se pueden destacar son los test físicos capacidades coordinativas, de orientación, de equilibrio, de reacción, de ritmo, de anticipación, de diferenciación, de coordinación, que más adelante se explicará cada uno de ellos.

1.2.2 Tipos de coordinación

Hay varios tipos de coordinación que se describen a continuación: coordinación dinámica general, coordinación segmentada y coordinación espacial.

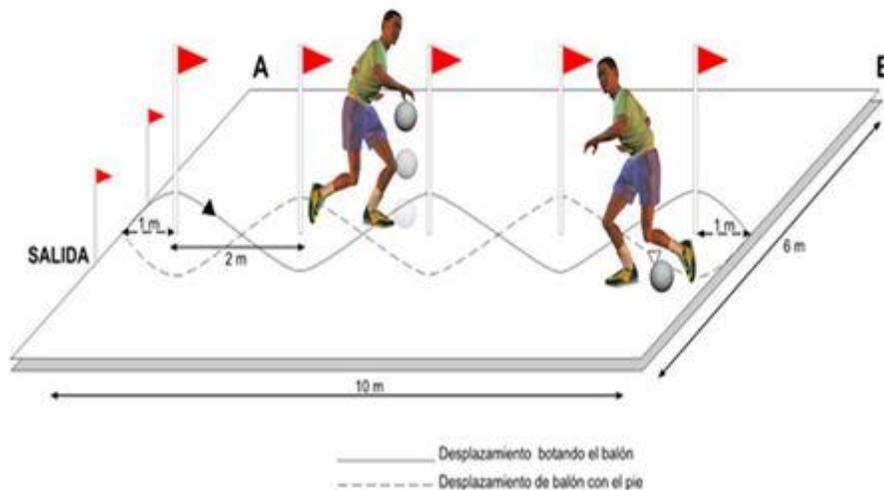
Coordinación dinámica general. Se habla de este tipo de capacidad de mover las diferentes partes del cuerpo sin que se vean afectadas las otras partes, se refiere a actividades que

forman parte de la locomoción desde la extremidad superior o inferior o ambas a la vez como caminar, correr, botear un balón de básquet, entre otras.

La coordinación dinámica general se encarga de tomar en cuenta a todos los movimientos globales que generan un desplazamiento en el espacio de todas las partes del cuerpo para realizar movimiento como rastrear, gatear, rodar, caminar, correr, saltar, encaramarse, trepar etc. Y los movimientos segmentarios en los que se ven inmerso solo el desplazamiento de una parte o área corporal, inhibiendo los demás (Rodríguez et al., 2015). Obtener una buena coordinación dinámica implica de muchos elementos además de una organización neurológica correcta dominio del tono muscular, control de la postura y equilibrio, y sensación de seguridad.

Figura 2.

Actividades en donde se emplea la coordinación dinámica general



Nota. La figura indica la coordinación dinámica general, por ejemplo, el sujeto A se mueve botando el balón, utilizando su troco superior e inferior. Fuente: Sánchez (2011).

Coordinación segmentada. Este tipo de coordinación tiende a mejorar la destreza sobre alguno de los segmentos corporales. De esta manera, dentro de ésta diferenciamos entre

coordinación: óculo-manual, óculo-pédica (Alcantara, 2019). Los ejercicios van dirigidos para realizar la coordinación óculo manual y óculo pédica van dirigidos a los lanzamientos y recepciones. En este tipo de casos se tomará muy en cuenta en la coordinación óculo manual que es la que necesita para practicar este tipo de actividad deportiva motivo de esta investigación “mini básquet”.

La coordinación óculo manual es el tipo de coordinación en donde existe la acción que se ejecuta con el uso de manos en coordinación con los ojos, unidos por el cerebro, se puede ejecutar con la manipulación de objetos como lanzamientos largos o cortos y recepciones de los mismos a demás genera un mayor funcionamiento de las destrezas que son necesarias para realizar actividades como: escribir, aplaudir, manejar materiales para realizar actividades manuales (Serván, 2018).

A medida que pasa el tiempo el ser humano tiende a desarrollarse mediante la adquisición de un refinamiento en sus movimientos y desplazamientos , ya sea para realizar actividades como: manipular, equilibrarse o desplazarse, estos patrones motores se van estructurando en el tiempo y avanzando desde el estadio inicial, elemental y maduro en donde eventualmente llegará a unos movimientos especializados; el paso hacia los gestos propios de las disciplinas deportivas y que claramente son una diversificación de los patrones motores básicos y poseen una mayor elaboración y complejidad.

Figura 3.

Coordinación óculo manual

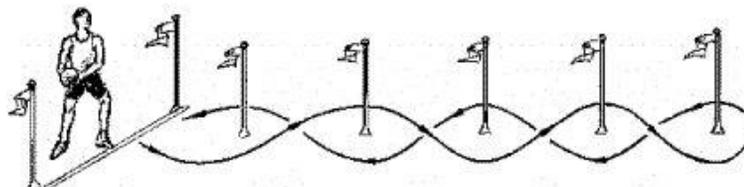


Nota. Esta figura indica evidentemente que existe la coordinación óculo manual, como se observa en la figura el individuo está lanzando el balón a partir de la posición de tendido supino (“boca arriba”), girar y atrapar la pelota. Fuente: Serván (2018).

Coordinación espacial. “Cuando hablamos de este tipo de coordinación mencionamos **implícitamente** la capacidad inmersa en todas las tareas que ejecuta el ser humano, ya que en toda actividad se ocupa un espacio, su desarrollo debe ejercerse desde temprana edad, cuando se realizan las bases motrices” (Acosta, 2019). Las capacidades de percepción espacial son aquellas que se clasifican en tres; la capacidad de tener en cuenta la organización del espacio, capacidad de apreciar distancias, capacidad de apreciación de trayectorias, capacidad de orientación en el espacio.

Figura 4.

Coordinación espacial



Nota. La figura indica que existe una prueba de movimiento realizados en línea recta entre banderillas. Fuente: Medrano et al. (2016).

Por otro lado, la coordinación espacial es la capacidad neuromuscular encargada de desarrollar en edades tempranas, se halla dentro de las capacidades coordinativas cuya base es el sistema nervioso central, es importante mencionar que al momento de ejecutar la correcta ejecución de un gesto técnico nos ayuda al ahorro de energía y previene las lesiones.

1.2.3 Factores que intervienen en la coordinación

La coordinación va a tener mucha incidencia de forma concreta sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizajes de destrezas y técnicas específicas, que posteriormente harán su aparición en el mundo de los infantes. Es por esta razón que la coordinación es una cualidad neuromuscular estrechamente conectada con el aprendizaje y que está determinada, sobre todo, por factores genéticos. De forma general las características de los elementos bien coordinados son:

Figura 5.

Características de los elementos bien coordinados



Nota. La figura indica las características de los elementos bien coordinados. Fuente: Contreras (2011).

Es por eso que, hay una gran cantidad de factores que tienen peso en el desarrollo de la coordinación que en el futuro serán los responsables en cierta medida de su evolución y desarrollo, estos son: factores hereditarios, el aprendizaje, la fatiga, la maduración del sistema nervioso, la automatización, ritmo, intensidad, la utilización de aparatos manuales.

Referente a lo que menciona Contreras (2011), las mejoras coordinativas experimentan su mayor grado de crecimiento hacia los cuatro y hasta los siete años, en que las necesidades expresivas, la curiosidad, piden cada vez más, nuevas formas motrices. Las capacidades coordinativas obtienen su ejecución de desarrollo más intenso hasta el inicio de la pubertad, once o doce años. Hasta los catorce años puede haber avances en la coordinación, posteriormente, si no ha habido trabajo de base, indudablemente será posible elevar los niveles adquiridos. Hasta los 23 o 25 años, el nivel de coordinación se mantiene más o menos en las mismas condiciones, pero a partir de estas edades, comienza un descenso lento pero que tiene algunos tiempos de descansos.

1.3 Capacidades coordinativas especiales

Según Martin et al. (2016) mencionan a las capacidades coordinativas como “el conjunto de capacidades condicionantes para la realización de gestos motores concretos” (p.56). Donde este tipo de manifestación se da de manera conjunta y no aislada, tomando en cuenta que unas capacidades se detectan más que otras de acuerdo con las particularidades de la modalidad deportiva. Se condiciona la expresión de estas al control, regulación y conducción del movimiento por parte del sistema nervioso y sus niveles de maduración refiriéndose la importancia de estas en la capacidad de aprendizaje sensoriomotor.

1.3.1 Orientación

Es la capacidad para indicar y cambiar la situación y los movimientos del cuerpo del ser humano en el espacio y en el tiempo, con relación con un campo de acción definido. Es este tipo son muy importantes los analizadores ópticos, acústicos y cinestésicos (Mejía N. , 2020).

Se denomina, como la capacidad a la acción que tiene el ser humano cuando tiene la posibilidad de ejecutar los ejercicios para seguir con una orientación de la situación que ocurre y de los movimientos del cuerpo en el espacio y tiempo correspondiente, en dependencia de la actividad. Surge cuando el basquetbolista diferencia lo que acontece y de esta manera poder tomar decisiones y desarrollarse con un buen nivel durante las acciones del juego.

1.3.2 Equilibrio

Es aquel que da la oportunidad de mantener el cuerpo del ser humano en un estado de equilibrio ante cambios ya sean leves o bien repentinos. Autores como Cañizares y Carbonero (2018) citan que esta capacidad potencia la sincronía en la realización de los movimientos. Es la capacidad que ejecutan los basquetbolistas para obtener su cuerpo en las diferentes acciones técnicas defensivas y ofensivas del baloncesto que se dan en las diferentes acciones que se encuentran durante el juego o se deriven de los movimientos en equilibrio.

1.3.3 Reacción

Se enfatiza de una manera muy especial a esta capacidad ya que se manifiesta en entornos constantemente cambiantes y que hay una alta reacción, cuando el tiempo desde la percepción del estímulo hasta el cambio de la musculatura, es corto. “Es la ejecución motriz por medio de acciones breves en respuesta a diversas señales” (Martin et al., 2016).

Se tiene una percepción de la capacidad de realizar y plasmar acciones motoras breves a altas intensidades, apropiadas en respuesta a un estímulo, en donde lo más adecuado consiste en

reaccionar en el momento oportuno y con la velocidad apropiada de acuerdo a las circunstancias del entrenamiento y del juego; en la mayoría de las situaciones está dado por una reacción lo más rápida posible a un estímulo. Las señales se pueden emitir por vías acústicas, ópticas, tácticas o kinestésicas. Los basquetbolistas deben reaccionar ante señales ópticas y sonoras de los árbitros.

Reacción simple. “Esto sucede cuando el deportista responde a un estímulo conocido. Un ejemplo de esto es la frecuencia de pateo” (Pedroso y Pérez, 2017, p.179). Es por ello que, se menciona la reacción simple cuando se utiliza un estímulo y se calcula el tiempo ocurrido entre la aparición del estímulo y el inicio de la respuesta.

Reacción compleja. “Esto se ve cuando el individuo da una respuesta hacia un estímulo que no es conocido, un ejemplo de este tipo de reacción es la acción de anticipación ante un estímulo que proviene desde el oponente” (Pedroso y Pérez, 2017,p.179). Destaca la cantidad de tiempo que dura desde la etapa en donde se siente algo hasta que se da una respuesta como resultado. Por ende, esto es la capacidad de descubrir, procesar y dar contestación a un estímulo.

1.3.4 Ritmo

Es la capacidad para procesar un ritmo que proviene desde el exterior, de reproducirlo en forma de movimientos y de evidenciarlo en la actividad motora propia el ritmo de una manera interna de un movimiento, estructurándolo cronológicamente las prestaciones musculares en el espacio y el tiempo. Estas se distinguen además entre los ritmos de secuencia regular y los de secuencia irregular, en donde se establecen alternativas entre los periodos de contracción y relajación muscular (Cañizares y Carbonero, 2016).

Esta capacidad coordinativa es la que brinda al deportista la capacidad para lograr cambiar secuencialmente las diferentes tensiones y distensión que suceden durante las acciones de juego

en los diferentes músculos que forman las acciones técnicas del baloncesto por la capacidad de la conciencia.

1.3.5 Anticipación

Esta capacidad coordinativa que tiene el deportista le permite anticipar el producto de los movimientos y se manifiesta antes de la ejecución del movimiento, en la práctica deportiva la anticipación de movimiento se toma muy en cuenta a la técnica y la anticipación de la situación a la táctica. Según Bermúdez (2018) dice que:

Denominó a esta capacidad como un reflejo de anticipación, en otras palabras, como la capacidad del cerebro para ir un paso adelante y así ver al futuro en respuesta al estímulo actuante solamente en el presente. Dicho autor mencionó que el reflejo anticipado como una de las leyes principales en el mecanismo de trabajo del cerebro. El mencionado reflejo le brinda la capacidad al cerebro de desarrollarse del organismo con una información concretamente acertada acerca de lo consecutivo y repetitivo de series de fenómenos del mundo exterior.

1.3.6 Diferenciación

Esta permite lograr la armonización adecuada de cada una de las fases del movimiento y diferencias con la exactitud entre los parámetros de fuerza, los espaciales y los temporales en la ejecución de un movimiento. Esta capacidad hace posible que el movimiento sea realizado con mínimas variaciones en cada repetición en donde se ejecuta.

Sobresalen los propioceptores como los analizadores que colaboran para controlar las fuerzas para la realización adecuada de cada uno los movimientos (Mejía N. , 2020). La capacidad de diferenciación es tratada como una capacidad para obtener una coordinación muy acertada de

cada una de las fases motores y de cada uno de sus movimientos parciales individuales, la cual se denomina en una gran exactitud y economía del movimiento total.

1.3.7. Acoplamiento

Esta es la capacidad que tiene el deportista que va a ejecutar dicho ejercicio de poder combinar y relacionar las distintas acciones motrices tanto continuas como simultaneas. Según Lago y López (2014) dice que:

Esta capacidad para coordinar adecuadamente varios de los movimientos corporales parciales, movimientos aislados o fases de movimientos que están relacionados a los objetivos parciales que en su conjunto forman parte de la acción táctica del juego. Como se menciona, en estos deportes de situación esta capacidad es principal para unir a las secuencias técnicas, como la unión de los fundamentos en los juegos deportivos (baloncesto, voleibol) o la mezcla de todas las técnicas en los deportes de combate como el judo o la lucha libre".

La coordinación o también llamado como el acoplamiento de los movimientos parciales en una acción global armónica parte desde el punto de vista dinámico como también del espacial y como no, del temporal constituyendo así de esta manera como un elemento relacionado con la maestría deportiva de los jugadores.

1.4 Test físicos capacidades coordinativas

El desarrollo de las capacidades coordinativas es muy imprescindible dentro de la práctica deportiva ya que ayuda forjar un mejor desempeño del individuo que lo practica, una de las amenazas que enfrentan los maestros y entrenadores deportivos es medir con objetividad el desarrollo de las capacidades coordinativas; de esta manera, es muy importante lograr vínculos con test que tengan validez, fiabilidad y objetividad.

Las capacidades coordinativas pueden dar la capacidad de organizar y regular el movimiento y se relacionan entre sí con las habilidades motrices, tanto básicas como las habilidades deportivas, y sólo se hacen óptimas con el rendimiento deportivo gracias a su unidad con las capacidades físicas. Es por esto que, es muy importante señalar que se debe desarrollar las capacidades coordinativas a una edad apropiada.

En los deportes acíclicos, los entrenadores, y preparadores físicos que son encargados de dicha preparación deportiva en la etapa formativa y de especialización, se centraron objetivamente en el desarrollo y perfeccionamiento de las capacidades condicionales tales como lo son: la fuerza, la resistencia y la velocidad, dejando de lado las capacidades coordinativas. Con la evolución que ha tenido el deporte en todos los niveles, los profesionales en ciencias del deporte mejoraron su enfoque hacia otras capacidades estrechamente ligadas con el sistema nervioso central. Las mencionadas son las capacidades coordinativas, que brindan la oportunidad al individuo ejecutar los movimientos con precisión, economía y eficacia (Cardona y Buitrago, 2019).

El grado de coordinación que existe en el ser humano, está caracterizado por el desarrollo del sistema nervioso central y por las experiencias motrices que han sido desarrolladas lo largo de su desarrollo físico, específicamente en el período entre los siete y 13 años, ya que el desarrollo de estas capacidades en esta etapa da la oportunidad a el desarrollo de la coordinación y también, el de otras cualidades físicas como lo es :la fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, entre otros (Cardona y Buitrago, 2019). De ese punto parte que el desarrollo adecuado de las capacidades coordinativas a edades tempranas es aquel que le posibilita en los deportistas el perfeccionamiento de sus capacidades.

Por esta razón, el entrenamiento de las capacidades coordinativas únicamente en edades tempranas es de mucha importancia porque como lo menciona Jacob (2017), es un elemento que condiciona la vida en general, el aprendizaje motor y el alto rendimiento deportivo, adicionalmente su correcta evaluación y seguimiento serán fundamentales para el desarrollo motor y competitivo de los deportistas emergentes. Por ello es muy importante realizar el análisis y la revisión en la metodología de los test existentes para así valorar los protocolos y determinar si cumplen con los mínimos criterios de calidad, de manera que los resultados obtenidos de la aplicación del test en particular, sea una medida fiable.

Test 3JS. En este test se ejecuta un recorrido con 7 tareas de forma consecutiva y sin descanso. Con este test obtendremos el desarrollo de cada una de las tareas, mediante el uso de las habilidades motrices básicas, se contribuye a la valoración de la coordinación motriz y sus expresiones en donde se verán reflejados; Coordinación Locomotriz y Coordinación Control de objetos. La ejecución en cada una de las siete pruebas se valora entre 1 y 4 puntos, siendo 1 el desarrollo más inmaduro y 4 la calificación óptima de la ejecución (Cenizo et al., 2017, p. 190).

1.5. Mini básquet: generalidades

El mini básquet es una diversificación del baloncesto de competición para los infantes de hasta 12 años. Gracias a este deporte, los más pequeños pueden ilustrarse con respecto a las reglas y los fundamentos básicos del baloncesto, disfrutando en todo momento del básquet adecuado a su estatura, habilidades y desarrollo físico. En lo que más diferencias se encuentra entre el baloncesto y el mini básquet son en las dimensiones de la cancha, la altura de los aros y el tamaño del balón. Según ERTHEO (2015) manifiesta las siguientes dimensiones:

La cancha de mini básquet está diseñada con medidas adaptadas a los jugadores más pequeños. Debe contar con las mismas características que una cancha normal, pero con un tamaño

modelo mucho más pequeño, regularmente de 28 x 15 metros. La línea de tiro se encuentra a 4 metros del tablero.

La altura del aro también se modifica según la edad de los jugadores. Para infantes de menos de 9 años el aro se ubica a unos 2.60 metros, mientras que para los jugadores de más de 10 años el tablero se ubica a 3.05 del suelo. Es ineludible indicar que estas alturas no son estándar y es viable que cambien según la edad de los jugadores.

Los infantes de 7 a 12 años suelen usar una pelota número 5, que tiene una circunferencia de 66 a 73 cm y un peso de 450 a 500 gramos. En cambio, los infantes con menos de 7 años usan un tamaño de balón 3, con una circunferencia de entre 55 y 58 cm y un peso de 310 a 330 gramos.

Por otra parte, al igual que ocurre en el baloncesto normal, el minibasket se juega con dos equipos de cinco jugadores, aunque cada conjunto debe contar con 10 jugadores en total, cinco dentro de la cancha y cinco como suplentes. Cada partido se divide en dos tiempos de 20 minutos, con un descanso entre ellos de 10 minutos.

1.6. Fundamentos técnicos del Mini básquet

Desde este punto del período de desarrollo en Minibasket (7-11 años) los infantes pueden verificar la atención y memoria en las tareas que les sean asignadas, pueden disociar significado y funcionamiento de los diferentes tipos de atención y memoria que existen como también pueden incrementar las tareas cognitivas durante el entrenamiento; podría ayudar el aprendizaje motor por sí mismo.

Tomar muy en cuenta que el sistema dinámico cognitivo en el aprendizaje de Minibasket – Baloncesto podría brindar a los Jugadores-as con una comprensión más profunda de sus propios movimientos. Entrenar la atención como también la memoria de trabajo visual-espacial y la capacidad de secuenciación manual motora de jóvenes Jugadores-as. Crear y

validar una propuesta de formación práctica que llevaría a cabo de la formación de las funciones ejecutivas (Garzón et al., 2014).

En el mini básquet existen los fundamentos técnicos que son los factores más importantes en el desarrollo de un equipo de baloncesto exitoso. El desarrollo de estos fundamentos técnicos hará que el equipo se desenvuelva de una mejor manera volviéndolo así en forma positiva. Los entrenadores planifican con anterioridad cada una de las actividades que serán expuestas luego para que la preparación sea en forma sincronizada y paulatinamente para la enseñanza de los fundamentos técnicos del baloncesto con las estrategias de juego que se requieren.

1.7. Fundamentos ofensivos

Los fundamentos ofensivos son aquellos que se refieren al momento en donde se ataca los jugadores del mini básquet y estos son el dribling, el pase, tiro. Por lo que se explican detalladamente a continuación:

1.7.1. Bote o dribling

Durante el regate (baloncesto o básquetbol) o "drible" (del inglés, drible: transporte de la pelota en deportes tales como el fútbol y el baloncesto) el jugador realiza movimientos en la cancha con la pelota, volviéndose así éste como un arma tanto en el ataque como en la defensa. Cada individuo que se encuentra dentro del juego debe practicar el regate con cualquiera de las manos, hasta dominar adecuadamente esta forma de desplazamiento con el balón.

Sin duda, nunca debe olvidarse que su empleo en demasía puede ser perjudicial para el trabajo de conjunto y que el pase imprime mayor velocidad que el regate a los ataques. El regate se usa para: sacar el balón del tablero defensivo, adelantar la pelota en el ataque, buscar posición que le convenga al jugador para el tiro a cesta, romper o quebrar la defensa, distraer la pelota de

áreas congestionadas (Peña, 2018). En los principios fundamentales del regate debemos considerar principalmente la posición del cuerpo, el control de la pelota y el campo visual.

La posición básica de un jugador de este deporte al momento del regate es la siguiente ya que su tronco se encuentra ligeramente flexionado hacia adelante, sus rodillas están flexionadas, sus pies están ubicados en paralelos a la dirección del regate, uno más adelantado que el otro. Mientras que el brazo coordina la altura, velocidad y dirección en que se hace rebotar la pelota. La mano se ubica en la parte superior de la pelota sin hacer contacto con la palma. El control de la pelota misma está a cargo de los dedos, la muñeca y el codo.

El jugador que ejecuta este tipo de movimiento llamado como el regate tiene la vista hacia adelante vigilando a todo su plano visual, captando las posiciones de los demás jugadores en la cancha y midiendo sus posibilidades de pase o tiro al cesto, sin fijarse en la pelota.

Es muy cierto que, el bote se lo usa para un rápido avance del balón cuando pasar es peligroso o imposible. Es el arma más usada con mayor frecuencia y el recurso mediante el cual se saca el balón de zonas congestionadas que se forman de un amañera muy seguida después de un balón al aire o de un lanzamiento fallado a canasta. Hay dos estilos básicos de bote: el alto y el bajo, o de avance y de protección. El de avance, es en donde el balón rebota en el piso hasta un área próxima a la cintura del jugador, se utiliza para el avance rápido del balón (Salmerón, 2016); este tipo de estilo básico de boteo es el que será evaluado dentro de la investigación.

1.7.2. Pase

El objetivo esencial de un pase en el baloncesto o básquetbol es el avance de la pelota dentro de la cancha, utilizándose este movimiento esencialmente para crear posiciones de tiro a cesta. Un pase debe ser rápido y preciso, con economía de tiempo y movimientos. El pasador debe

llegar a tener un cien por ciento de efectividad (Peña, 2018). La pérdida de un pase en un momento crítico puede ser interpretado como puntos para el adversario, los que sumados a los puntos que el equipo ha dejado de anotar al perder el dominio del balón, han ocasionado más de una derrota.

La visión periférica es uno de los elementos principales del pase ya que le da la oportunidad al jugador ubicar a sus compañeros de juego al receptor sin delatar sus intenciones ante el adversario. El jugador es aquel que decide en cada oportunidad qué tipo de pase va a efectuar y a quién pasará la pelota. Debe ubicar su pase en una zona situada entre la cintura y los hombros del receptor, combinando elementos tales como velocidad, altura del lanzamiento.

Pases con una sola mano pueden ser como los de béisbol (baseball), de gancho, de pelota dirigida, por detrás, por debajo, de pique, de lado, mano a mano, tocada. Pases con dos manos como lo son: de pecho, de pique o pase picado, sobre la cabeza, mano a mano o entregado por los lados, grabado, por debajo, sobre el hombro y en suspensión.

El pase de pecho en el mini básquet es un pase que surge desde la altura del pecho del jugador con balón y se recepta a la misma altura por el receptor. Usualmente este tipo de pase es un pase frontal y técnicamente se procura que sea lo más horizontal y posible, sin que se describa un movimiento parabólico pronunciado (Ruiz, 2019).

Es importante señalar que el pase de pecho se lo denomina como la base de todos los demás pases, aunque es una postura debatida, la verdadera realidad es que se sigue entrenando como si fuera la técnica de pase definida del mini básquet y que, además, será considerado para el análisis de la investigación mediante el test técnico.

1.7.3. Tiro

Dado que el objetivo del equipo mediante un partido de básquetbol es marcar tantos, el lanzamiento o tiro al cesto es la parte de la finalización de una buena ofensiva, ya sea individual o

colectiva. El lanzamiento es el acto de lanzar el balón al cesto contrario buscando un enceste (Peña, 2018). Es muy importante que el jugador conozca las diferentes técnicas y las desarrolle mediante el entrenamiento y la práctica, lo que le proporcionará la confianza y serenidad que requiere el lance.

Un buen encestador se define porque es importante en un equipo, pero no debemos olvidar que también lo es un buen defensa ya que por las mismas situaciones donde hay estas reglas del juego la victoria no es solamente para aquel que anota más sino además para el que menos tantos permiten. Podemos tomar nuestro favor que el lanzamiento desde dos aspectos, uno es el psicológico, en el cual intervienen diversos factores decisivos para la superación del movimiento; otros son los factores físicos, controlables mediante una buena preparación.

1.8. Fundamentación Legal

1.8.1. Constitución de la República del Ecuador

La Constitución y la República del Ecuador, menciona en su **Art. 24.-** Las personas tienen derecho a la recreación y al esparcimiento, a la práctica del deporte y al tiempo libre.

Art. 39.- El Estado garantizará los derechos de las jóvenes y los jóvenes, y promoverá su efectivo ejercicio a través de políticas y programas, instituciones y recursos que aseguren y mantengan de modo permanente su participación e inclusión en todos los ámbitos, en particular en los espacios del poder público. El Estado reconocerá a las jóvenes y los jóvenes como actores estratégicos del desarrollo del país, y les garantizará la educación, salud, vivienda, recreación, deporte, tiempo libre, libertad de expresión y asociación. El Estado fomentará su incorporación al trabajo en condiciones justas y dignas, con énfasis en la capacitación, la garantía de acceso al primer empleo y la promoción de sus habilidades de emprendimiento.

Art. 45.- Las niñas, niños y adolescentes gozarán de los derechos comunes del ser humano, además de los específicos de su edad. El Estado reconocerá y garantizará la vida, incluido el cuidado y protección desde la concepción. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad social; a tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social; al respeto de su libertad y dignidad; a ser consultados en los asuntos que les afecten; a educarse de manera prioritaria en su idioma y en los contextos culturales propios de sus pueblos y nacionalidades; y a recibir información acerca de sus progenitores o familiares ausentes, salvo que fuera perjudicial para su bienestar.

Art. 381.- El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

1.8.2. Código de la Niñez y Adolescencia

También el código de la Niñez y Adolescencia ubican la importancia del deporte en la vida de los infantes y adolescentes, por lo que se menciona en su **Art 48.-** Derecho a la recreación y al descanso. Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a la recreación, al descanso, al juego, al deporte y más actividades propias de cada etapa evolutiva.

1.8.3. Ley del deporte, educación física y recreación

La Asamblea Nacional, de conformidad con las atribuciones que le confiere la Constitución de la República del Ecuador y la Ley Orgánica de la Función Legislativa, discutió y aprobó el proyecto de Ley del Deporte, Educación Física y Recreación, que se encargará de garantizar los recursos, infraestructura necesaria para garantizar los derechos de los deportistas. Como se expone en su **Art. 9.-** De los derechos de las y los deportistas de nivel formativo y de alto rendimiento.

En esta Ley prevalece el interés prioritario de las y los deportistas, siendo sus derechos los siguientes:

- a) Recibir los beneficios que esta Ley prevé de manera personal en caso de no poder afiliarse a una organización deportiva;
- b) Ser obligatoriamente afiliado a la seguridad social; así como contar con seguro de salud, vida y contra accidentes, si participa en el deporte profesional;
- c) Los deportistas de nivel formativo gozarán obligatoriamente de un seguro de salud, vida y accidentes que cubra el período que comienza 30 días antes y termina 30 días después de las competencias oficiales nacionales y/o internacionales en las que participen;
- d) Acceder a preparación técnica de alto nivel, incluyendo dotación para entrenamientos, competencias y asesoría jurídica, de acuerdo al análisis técnico correspondiente;
- e) Acceder a los servicios gratuitos de salud integral y educación formal que garanticen su bienestar;
- f) Gozar de libre tránsito a nivel nacional entre cualquier organismo del sistema deportivo.

Las y los deportistas podrán afiliarse en la Federación Deportiva Provincial de su lugar de domicilio o residencia; y, en la Federación Ecuatoriana que corresponda al deporte que practica, de acuerdo al reglamento que esta Ley prevea para tal efecto.

CAPÍTULO II

MARCO METODOLÓGICO

2.1 Enfoque de la investigación

La investigación es de carácter mixto, como el propio nombre lo indica, conllevan a análisis cualitativos y cuantitativos. Las investigaciones cualitativas no pueden ser generalizadas, porque enfocan análisis con pocos individuos y suministran descripciones de fenómenos complejos. Las investigaciones cuantitativas pueden ser generalizadas porque trabajan con una muestra representativa y utilizan la estadística, sin embargo, no permiten comprender procesos individuales.

Este es un tipo de investigación que integra sistemáticamente los métodos de la investigación cuantitativa y cualitativa con la finalidad de obtener una mirada más completa del objeto de estudio. Lo que implica la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias con base en toda la información recabada y lograr así una comprensión más completa y total del objeto de estudio (Ñaupas Humberto et al., 2014, p. 402).

2.2 Tipo de investigación

2.2.1 *Descriptiva*

Este tipo de investigación fue de mucha utilidad en el proceso de investigación, la finalidad principal en este tipo de investigación es describir, observar, registrar y analizar fenómenos/sistemas sin entrar en el valor de su contenido, esto se llevará a cabo con las capacidades coordinativas especiales y los fundamentos ofensivos del mini básquet.

La investigación descriptiva es aquella que en la que se reseña las características o rasgos de la situación o fenómeno objeto de estudio, también identifican hechos situaciones,

rasgos, características de un objeto de estudio, o se diseñan productos, modelos, prototipos, guías, etc. (Bernal, 2006, p. 112).

2.2.2 Campo

La investigación es de campo porque se realizó en el Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante para recabar la información relacionada con las capacidades coordinativas especiales y los fundamentos ofensivos del mini básquet.

En la ejecución de los trabajos de este tipo de investigación, tanto el levantamiento de información como el análisis, comprobaciones, aplicaciones prácticas, conocimientos y métodos utilizados para obtener conclusiones, se realizarán en medio en el que se desenvuelve el fenómeno o hecho de estudio (Muñoz, 2000, p. 93).

2.2.3 Bibliográfica

La investigación es de tipo bibliográfica en razón de que se recolecto la información a partir de textos, artículos científicos, revistas para el sustento teórico de cada una de las variables de estudio.

Consiste en recopilar datos, hechos valiéndose del manejo adecuado de libros, revistas, artículos, científicos, periódicos, videos, resultados de otras investigaciones, entrevistas, este tipo de investigación se basa en datos proporcionados por el material escrito, pero debidamente comentado para llevar a cabo en el proceso de investigación (Alarcón, 2012, pág. 40).

2.3 Métodos de investigación

2.3.1 Inductivo

Se utilizó este método inductivo porque partir de los resultados de la investigación específica, será posible redactar las conclusiones y recomendaciones de la problemática planteada.

“Con este método se utiliza el razonamiento para obtener conclusiones que parten de hechos particulares aceptados como válidos, para llegar a conclusiones, cuya aplicación es de carácter general. El método se inicia con un estudio individual de los hechos y se formulan conclusiones universales (Bernal, 2006, p. 56).

2.3.2 Deductivo

Este método fue de mucha importancia, porque permitirá construir el marco teórico, partiendo del estudio de las dos variables, dimensiones, indicadores acerca de las capacidades coordinativas y de los fundamentos ofensivos del mini básquet. “Es un método de razonamiento que consiste en tomar conclusiones generales para explicaciones particulares. El método se inicia con el análisis de los postulados, leyes, principios, etc. de aplicación universal y de comprobada validez, para aplicarlos en hechos particulares” (Bernal, 2006, p. 56).

2.3.3 Analítico

El método analítico permitió la investigación minuciosa de las variables de estudio, para determinar sus particularidades y con esta base formular una propuesta de solución a los problemas detectados. “Este método es un proceso cognitivo, que consiste en descomponer un objeto de estudio separando cada una de las partes del todo para estudiarlas en forma individual” (Bernal, 2006, p. 56).

2.3.4 Sintético

Este método de investigación permite a los individuos o al investigador hacer un resumen de la información obtenida, después de la aplicación de los instrumentos, de esta información se obtiene las conclusiones más importantes de acuerdo a la formulación de los objetivos específicos. Según (Rodríguez & Pérez, 2017). Manifiesta que la síntesis es la operación inversa, que establece mentalmente la unión o combinación de las partes previamente analizadas y posibilita descubrir

relaciones y características generales entre los elementos de la realidad. Funciona sobre la base de la generalización de algunas características definidas a partir del análisis. Debe contener solo aquello estrictamente necesario para comprender lo que se sintetiza.

2.3.5 Estadístico

Este tipo de método de investigación se utilizó con el objetivo de dar a conocer la secuencia de procedimientos para el manejo de los datos cualitativos y cuantitativos de la investigación, se aplicó test de capacidades coordinativas a los deportistas de este importante Club, para interpretar estos datos se utilizó cuadros estadísticos, porcentajes para dar a conocer los resultados.

Según (Gerardo, 2000). Manifiesta que el método estadístico constituye una herramienta que no puede faltar en el análisis de datos provenientes de una investigación, porque desde la concepción de la idea de lo que se va a investigar, pasando por la definición de objetivos, hipótesis, variables, recolección de los datos, organización, revisión, clasificación, tabulación y producción de los resultados para su análisis y posibles propuestas o soluciones a lo planteado.

2.4 Variables

2.4.1 Variable independiente

Las capacidades coordinativas, en donde se analizará los siguientes aspectos:

Tarea 1.- Salto vertical (Coordinación dinámica general)

Tarea 2.- Giro en el eje longitudinal (Coordinación dinámica general)

Tarea 3.- Lanzamiento de precisión (Coordinación viso - motriz)

Tarea 4.- Golpeo de precisión (Coordinación viso - motriz)

Tarea 5.- Carrera de eslalon (Coordinación dinámica general)

Tarea 6.- Driblar (Coordinación viso - motriz)

Tarea 7.- Conducción (Coordinación viso - motriz)

2.4.2 Variable dependiente

Fundamentos ofensivos del Mini básquet, en donde se analizará los siguientes aspectos:

Observación 1.- Tiro o lanzamiento

Observación 2.- Driblar

Observación 3.- Pase

2.4.3 Variable fija o establecida

Niños de ambos sexos de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante.

2.5 Técnicas e instrumentos de investigación

2.5.1 Test capacidades coordinativas

La toma de datos se la efectuó en sólo momento. Se tomaron los datos dentro de las instalaciones del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante. Se aplicaron 7 test de capacidades coordinativas los test de valoración de coordinación motriz se tomaron del estudio “diseño y validación de instrumento para evaluar coordinación motriz en primaria” elaborado por Cenizo et al. (2016) y publicado en la revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

2.5.2 Procedimiento y plan de análisis de datos Test Capacidades Coordinativas (3JS)

Con el test 3JS, se evalúa la coordinación motriz dinámica general y el viso motriz, es un instrumento válido para medir el desarrollo de la coordinación motriz en niños de 8 a 10 años, que entrenan Mini básquet, en el Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante. los criterios de valoración son claros y específicos, instrumento que fue diseñado y validado por Cenizo et al. (2016).

2.5.3 Test de coordinación motriz

En el test de coordinación motriz aplicado a los niños de 8 a 10 años, deben realizar un circuito de siete actividades sin descanso, desarrollando en cada uno test una tarea motriz, relacionadas con la coordinación dinámica general y coordinación viso motriz.

2.5.3.1 Salto vertical

La primera tarea para evaluar fue el salto vertical donde se valora la coordinación dinámica general:

Partiendo de una posición bípeda y estática, desde detrás de la línea, saltar cayendo con los dos pies de forma simultánea el primer obstáculo (pica suspendida) sobre la línea de fondo. Igualmente, y de manera continuada, saltar un segundo y tercer obstáculo, consistentes en otras picas igualmente colocadas (Cenizo et al., 2016).

Figura 6.

Salto Vertical



Nota. En esta figura se puede observar la evaluación del salto vertical con pies juntos.

Fuente: Elaboración propia

2.5.3.2 Giro en el eje longitudinal

La segunda tarea para evaluar fue el giro en el eje longitudinal donde se valora la coordinación dinámica general:

Pisando la cruz, y concretamente la línea paralela a la línea de fondo, realizar un salto vertical y simultáneamente un giro en el eje longitudinal. El objetivo máximo es realizar un giro completo de 360°. Cuanto más se acerque a los grados máximos, la puntuación obtenida será más alta. El alumno puede girar siguiendo la dirección que estime oportuna. (Cenizo et al., 2016).

Figura 7.

Giro en eje longitudinal



Nota. En esta figura se visualiza la ubicación para la evaluación del giro longitudinal.

Fuente: Elaboración propia

2.5.3.3 Lanzamiento de precisión

La tercera tarea por evaluar fue el lanzamiento de precisión donde se valora la coordinación viso-motriz:

Agarrar una pelota de tenis, meterse dentro de un cuadrado de 1,50 m x 1,50 metros y lanzar teniendo como objetivo que toque el poste de una portería de balonmano, que está situado a cinco metros. Posteriormente, salir del cuadro, coger la segunda pelota y volver a lanzar al objetivo (Cenizo et al., 2016).

Figura 8.*Lanzamiento de precisión*

Nota. En esta figura se visualiza la evaluación del lanzamiento con la pelota de tenis por parte del club de la escuela formativa de Antonio Ante. Fuente: Elaboración propia

2.5.3.4 Golpeo de precisión

La cuarta tarea por evaluar fue el golpeo de precisión donde se valora la coordinación visomotriz: “Realizar la misma operación que en la prueba tercera, pero golpeando con el pie un balón que debe estar parado antes de golpearlo y debe tocar el poste de la portería” (Cenizo et al., 2016).

Figura 9.*Golpeo de precisión*

Nota. En esta figura se puede visualizar la toma del test del golpeo de presión. Fuente: Elaboración propia

2.5.3.5 Carrera de eslalon

La quinta tarea por evaluar fue la carrera de eslalon donde se valora la coordinación dinámica general: Desplazarse corriendo haciendo eslalon, desde que sale del cuadro de lanzamiento-golpeo hasta que llegue al punto de la siguiente tarea, mediante tres conos situados a 9 metros de la línea de fondo, el primero; a 13,5 m de la línea de fondo, el segundo; y a 18 m de la línea de fondo, el tercero (Cenizo et al., 2016).

Figura 10.

Carrera eslalon



Nota. En esta figura se puede visualizar el desplazamiento que realiza la niña para la evaluación de la carrera eslalon. Fuente: Elaboración propia

2.5.3.6 Driblar

La sexta tarea por evaluar fue el bote donde se valora la coordinación viso-motriz): Se agarra el balón de baloncesto, que está dentro de un aro, y se realiza el recorrido de ida y vuelta de los tres pivotes empleados para la carrera de eslalon mientras se bota el balón. Es conveniente advertir la necesidad de no mirar el balón y utilizar de forma coordinada ambas manos. El balón se deja colocado dentro del aro tras pasar el último obstáculo (Cenizo et al., 2016).

Figura 11.*Driblar*

Nota. En esta figura se visualizar el recorrido y agarre del balón en la evaluación del drible. Fuente: Elaboración propia.

2.5.3.7 Conducción

La séptima tarea por evaluar fue la conducción donde se valora la coordinación visomotriz: Se vuelve a recorrer la misma distancia de ida y vuelta de los tres pivotes, pero sin hacer eslabon, mientras se conduce un balón de fútbol-4. Llegar al último obstáculo y volver por el lado contrario de los pivotes. “La prueba finaliza cuando el balón sobrepasa el último poste, debiendo a continuación colocarlo dentro del aro” (Cenizo et al., 2016).

Figura 12.*Conducción*

Nota. En esta figura se puede visualizar la conducción con el borde interno del pie hasta llegar a la línea de fondo. Fuente: Elaboración propia

2.5.4 Protocolo de aplicación del test

El protocolo para la aplicación del test de coordinación motriz es el siguiente:

- Primero, se realizó una inducción de cada una de las pruebas y de los criterios de valoración.
- Segundo, se realizó una práctica previa a la prueba.
- Tercero, el niño se coloca en la zona de salida en posición bípeda.
- Cuarto, el profesor se desplaza por el circuito.
- Quinto, se desarrolla la prueba en orden y sin realizar comentarios o correcciones.
- Finalmente, al terminar cada tarea, se anotó la puntuación en el lugar correspondiente en la hoja de control.

2.5.5 Criterio de valoración del test

En el test de coordinación motriz se realizó una valoración de la coordinación dinámica general y coordinación viso-motriz, se realizó observación y evaluación objetiva de cada tarea motriz, teniendo en cuenta los siguientes criterios de valoración:

Tabla 1.

Test de coordinación motriz 3JS

Tarea	Puntos	Criterios de valoración
1.- Salto vertical (Coordinación dinámica general)	1	No se impulsa con las dos piernas simultáneamente. No realiza flexión de tronco.
	2	Flexiona el tronco y se impulsa con ambas piernas. No cae con los dos pies simultáneamente
	3	Se impulsa y cae con las dos piernas, pero no coordina la extensión simultánea de brazos y piernas.

	4	Se impulsa y cae con los dos pies simultáneamente coordinando brazos y piernas.
2.- Giro en el eje longitudinal (Coordinación dinámica general)	1	Realiza un giro entre 1 y 90°
	2	Realiza un giro entre 91 y 180°
	3	Realiza un giro entre 181 y 270°
	4	Realiza un giro entre 271 y 360°
3.- Lanzamiento de precisión (Coordinación viso - motriz)	1	El tronco no realiza rotación lateral y el brazo lanzador no se lleva hacia atrás.
	2	Realiza poco movimiento de codo y existe rotación externa de la articulación del hombro (ligero armado del brazo).
	3	Hay armado del brazo y el objeto se lleva hasta detrás de la cabeza.
	4	Coordina un movimiento fluido desde las piernas y el tronco hasta la muñeca del brazo contrario a la pierna retrasada.
4.- Golpeo de precisión (Coordinación viso - motriz)	1	No coloca la pierna de apoyo al lado del balón. No hay una flexión y extensión de la rodilla de la pierna que golpea.
	2	No coloca la pierna de apoyo al lado del balón y golpea con un movimiento de pierna y pie.
	3	Se equilibra sobre la pierna de apoyo colocándola al lado del balón. Balancea la pierna golpeando con una secuencia de movimiento de cadera, pierna y pie.
	4	Se equilibra sobre la pierna de apoyo y balancea la pierna de golpeo, siguiendo una secuencia de movimiento desde el tronco hacia la cadera, muslo y pie.
5.- Carrera de eslalon	1	Las piernas se encuentran rígidas y el paso es desigual. Fase aérea muy reducida.

(Coordinación dinámica general)	2	Se distinguen las fases de amortiguación e impulsión, pero con un movimiento limitado del braceo (no existe flexión del codo).
	3	Existe braceo y flexión en el codo. Los movimientos de brazos no facilitan la fluidez de los apoyos (la frecuencia del braceo no es la misma que la de los apoyos).
	4	Coordina en la carrera brazos y piernas y se adapta al recorrido establecido cambiando la dirección correctamente.
6.- Driblar (Coordinación viso - motriz)	1	Necesita agarre del balón para darle continuidad al driblin.
	2	No hay homogeneidad en la altura del driblin o se golpea el balón (no se acompaña el contacto con el balón).
	3	Se utiliza la flexión y extensión de codo y muñeca para ejecutar el driblin. Utiliza una sola mano/brazo.
	4	Coordina correctamente el driblin utilizando la mano/brazo más adecuado para el desplazamiento en el esalon. Utiliza adecuadamente ambas manos/brazos.
7.- Conducción (Coordinación viso - motriz)	1	Necesita agarrar el balón con la mano para darle continuidad a la conducción.
	2	No hay homogeneidad en la potencia del golpeo. Se observan diferencias en la distancia que recorre el balón tras cada golpeo.
	3	Utiliza una sola pierna para dominar constantemente el balón, utilizando la superficie de contacto más oportuna y adecuando la potencia de los golpeos.
	4	Domina constantemente el balón, utilizando la pierna más apropiada y la superficie más oportuna. Adecua la potencia de los golpeos y mantiene la vista sobre el recorrido (no sobre el balón).

Nota: Test para evaluar la coordinación general. Fuente: En base a Cenizo et al. (2016)

2.5.6 Ficha de observación

Esta técnica de investigación fue de mucha utilidad para efectuar el proceso de investigación, en este caso se utilizó para recabar información relacionada con los fundamentos ofensivos del Mini básquet, entre los fundamentos a observarse esta el dribling de avance, el pase de pecho y el tiro libre.

En este tipo de observación el observador es más espectador que actor, por lo que debe estar premunido de los instrumentos necesarios para registrar los datos e informaciones, siguiendo un plan de investigación. Lo dicho anteriormente sobre el carácter técnico de la observación, así como del procedimiento para construir un sistema de observación, se refieren a este tipo de observación (Ñaupas Humberto et al., 2014, pág. 202).

La ficha de observación sobre los Fundamentos Ofensivos de Mini Básquet a utilizar es de los autores Portocarrero y Agudelo (2016) a continuación, se detalla el protocolo que se utilizará para la evaluación:

2.5.7 Protocolo de aplicación de la ficha de observación

El protocolo para la aplicación de la ficha de observación de los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet es el siguiente:

- Primero, los niños se realiza una inducción de cada una de las pruebas de observación y de los criterios de valoración.
- Segundo, se realizó una práctica previa a la prueba.
- Tercero, el niño se coloca en la zona de salida en posición bípeda.
- Cuarto, el profesor se desplaza por el circuito.
- Quinto, se desarrolla la prueba en orden y sin realizar comentarios o correcciones.

- Finalmente, al terminar cada tarea, se anotó la puntuación en el lugar correspondiente en la hoja de control.

2.5.8 Criterio de valoración de la ficha de observación

En la ficha de observación se realizó una valoración de los fundamentos ofensivos como el lanzamiento, drible, pase, se realizó observación y evaluación objetiva de cada fundamento técnicos, teniendo en cuenta los siguientes criterios de valoración:

Figura 13.

Ficha de Observación fundamentos ofensivos del mini básquet

Criterios		Nivel/Puntaje		
		1	2	3
Lanzamiento	1 Línea de Tiro	un segmento en la línea	2 segmentos en la línea	3 segmentos en la línea
	2 Agarre del balón	manos juntas.	una mano debajo del balón, la otra sobre él.	Agarre en "T" dedos pulgares
	3 Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	Deteniéndose un tiempo	sin detenerse en la ejecución
	4 Efectividad	1 y 2	3 y 4	5
	5 Angulo recto muñeca	No hay flexión: palma de la mano apunta al aro	Flexión 45°: dedos apuntan en diagonal hacia arriba	Flexión de muñeca: dedos apuntan al aro
Drible	1 Velocidad de desplazamiento	7''	6''	5''
	2 Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	Deteniéndose un tiempo	sin detenerse en la ejecución
	3 Mano-balón	Contacto solo de yema de los dedos	Algunos dribles solo yema de los dedos	Contacto siempre con la palma de la mano
	4 Mirada del deportista	Mira más de una vez el suelo o el balón	Mira una vez al suelo o el balón	Todo el tiempo mira al frente
	5 Flexión de muñeca	Muñeca totalmente rígida	Flexiona en algunos dribles la muñeca	Flexiona muñeca siempre
Pase	1 Posición de los codos	Totalmente separados del cuerpo	Mas separados de lo normal	Ligeramente separados del cuerpo
	2 Posición de los pies	Ningún pie apunta al blanco	un solo pie apunta al blanco	Ambos pies apuntan al blanco
	3 Agarre del balón	manos juntas, casi tocándose	una mano en un hemisferio y la otra en el centro	Manos extendidas en cada hemisferio del balón
	4 Efectividad	1 y 2	3 y 4	5
	5 Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	Deteniéndose un tiempo	sin detenerse en la ejecución

Nota: Los criterios de evaluación de los fundamentos ofensivos del mini básquet. Fuente:

Portocarrero y Agudelo (2016)

Evaluar los fundamentos ofensivos del mini básquet, siendo 1 la puntuación más baja y 3 la más alta, teniendo en cuenta los criterios establecidos, de cada uno de los fundamentos técnicos y con sus respectivos indicadores o subtemas de cada fundamento.

Figura 14.

Ficha de Observación fundamentos ofensivos del mini básquet

Evalué los parámetros de cada fundamento de 1 a 3 (siendo 1 la puntuación mas baja y 3 la mas alta), teniendo en cuenta los criterios establecidos (véase protocolo).																		
Nombre	Lanzamiento					Drible					Pase			Total				
	1. Línea de tiro	2. Agarre del balón	3. Fluidez del movimiento	4. Efectividad	5. Flexión de muñeca	1. V desplazamiento	2. Fluidez del movimiento	3. Mano-balón	4. Mirada del deportista	5. Flexión muñeca	1. Posición de los codos	2. Posición de los Pies	3. Efectividad	4. Fluidez del movimiento	5. Agarre del balón	Lanzamiento	Drible	Pase
1																		
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		
11																		
12																		
13																		

Nota: Los parámetros de puntuación de la rúbrica de evaluación de los fundamentos ofensivos del mini básquet. Fuente: Portocarrero y Agudelo (2016)

2.6 Participantes

2.6.1 Población

La población investigada fue la Liga deportiva de Antonio Ante que maneja natación, atletismo, básquet ciclismo, entre otras; en varias categorías como: sub 8, sub10 y sub 12.

2.6.2 Muestra

La muestra investigada fue de 21 niños y niñas comprendidas entre las edades de 8 a 10 años de la categoría sub-10 de Mini básquet del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante con la denominación “Club Pumas”.

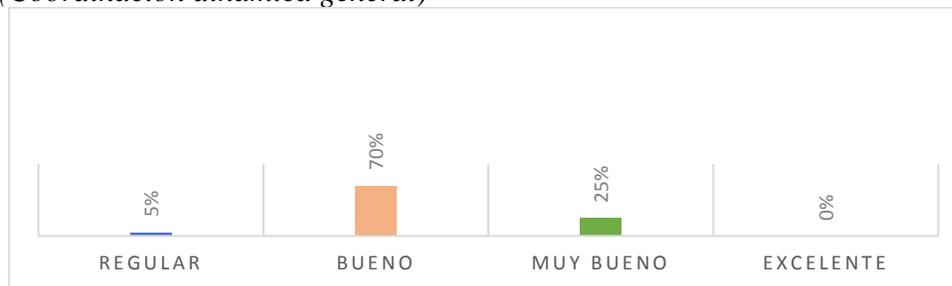
CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Test capacidades coordinativas (3JS)

Figura 15.

Salto vertical (Coordinación dinámica general)



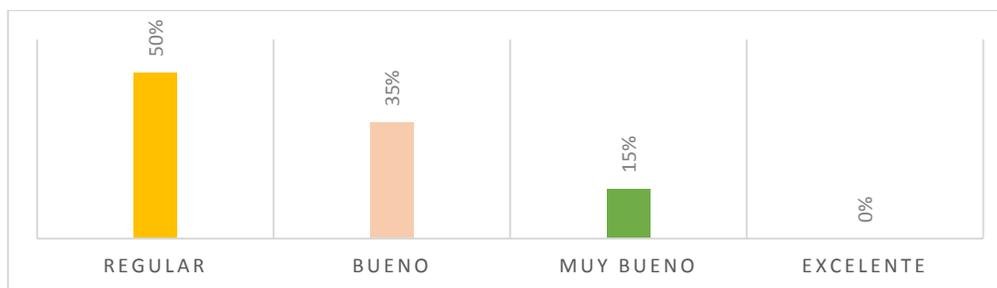
Nota: Test 3JS (salto vertical). Elaboración propia aplicado a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de Liga Antonio Ante.

Análisis y discusión de resultados

En el resultado de salto vertical (Coordinación dinámica general) se puede observar que 1 deportista en los niños valorados, no se impulsa con las dos piernas lo cual tienen un desempeño bajo lo que equivale el 5%, mientras que 14 deportistas flexionan el tronco y se impulsan con ambas piernas mismos que tienen un desempeño básico lo que equivale al 70% y finalmente 5 deportistas se impulsan y caen con ambas piernas mismos que tienen un desempeño alto lo que equivale al 25% de los niños evaluados. Corroborando con lo que manifiesta (Fernandez, 2013) los saltos implican un despegue de la superficie con o sin carrera previa y, de esta manera, la existencia de una fase aérea o de suspensión más o menos duradera y en la que normalmente se consigue el objetivo del salto y, finalmente, una caída o retorno a la superficie. A manera de conclusión el salto es un movimiento locomotor, que se utiliza mucho en el Mini básquet, en los procesos de entrenamiento, de iniciación deportiva, se les sugerirá una serie de saltos, multisaltos, subir y bajar gradas, con el objetivo de mejorar la fuerza de los miembros inferiores y la coordinación dinámica general que es lo que se necesita en los fundamentos de Mini básquet.

Figura 16.

Giro en el eje longitudinal (Coordinación dinámica general)



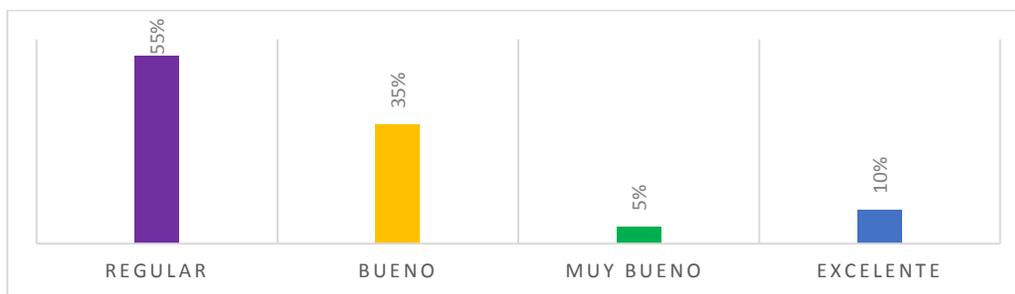
Nota: Test 3JS (Giro en el eje longitudinal). Elaboración propia aplicado a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de Liga Antonio Ante.

Análisis y discusión de resultados

En el resultado de giro en el eje (coordinación dinámica general) se puede evidenciar que en los niños evaluados, 10 de ellos realiza un giro entre 1° a 90° por lo cual tienen un desempeño bajo mismo que equivale el 50%, 7 de ellos realizan un giro entre el 91° y 180° y tienen un desempeño básico mismo que equivale al 35% y finalmente 3 de ellos realizan el giro entre 181° a 270° por lo tanto tienen un desempeño alto mismo que equivale a un 15%. Al respecto según (Navarro Ana &, 2011) manifiesta que los saltos y los giros son muy importantes en el primer ciclo porque mejoran enormemente la coordinación y la percepción espacio-tiempo, es decir se debe trabajar en este primer ciclo porque es fundamental para el desarrollo global de las capacidades físicas y de las habilidades motrices en situaciones de juego y en el entorno próximo. A manera de conclusión este tipo de ejercicio ayuda mucho al desarrollo de la coordinación dinámica general de manera particular para el aprendizaje de los fundamentos ofensivos del mini básquet ya que este ejercicio sirve cuando los deportistas están driblando y hacen un giro para evitar, que sea contrarrestado por otro deportista. El giro es un arma valiosa en el ataque moderno, este giro puede realizarse con o sin balón, en el lugar o estando en movimiento, de frente o de espaldas con los pies al mismo nivel o con un pie derecho o izquierdo atrasado.

Figura 17.

Lanzamiento de precisión (Coordinación viso - motriz)



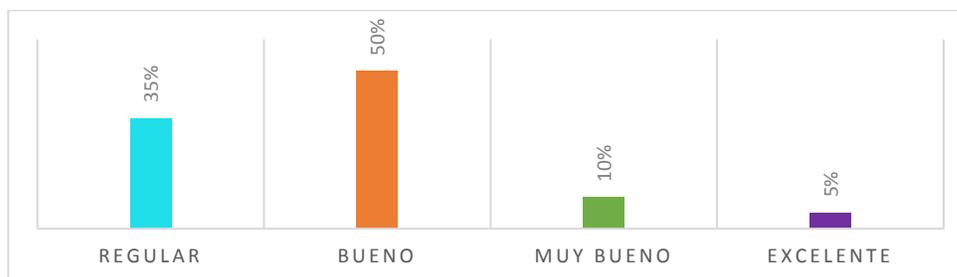
Nota: Test 3JS (Lanzamiento de precisión). Elaboración propia aplicado a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de Liga Antonio Ante.

Análisis y discusión de resultados

En el resultado de lanzamiento de precisión (Coordinación viso – motriz), se evidenció que con respecto a esta destreza el tronco no realiza rotación lateral y el brazo lanzador no se lleva hacia atrás, en el caso de 11 estudiantes el brazo no realiza la rotación lateral y están en bajo desempeño lo que equivale al 55%; 7 de ellos realizan poco movimiento con el codo y están en desempeño básico en la habilidad motriz mismos que equivalen al 35%; 1 de ellos está armado del brazo y objeto mismo que esta desempeño alto y equivale al 5% y finalmente 2 de ellos coordinan un movimiento fluido de las piernas, con un desempeño superior en la habilidad de coordinar un movimiento fluido desde las piernas y el tronco hasta la muñeca del brazo contrario a la pierna retrasada mismo que equivale al 10%. Al respecto (López L. , 2009). Manifiesta que el lanzamiento de precisión es el acto de impulsar o tirar un objeto ya sea utilizando una mano, las dos, alguna otra parte del cuerpo o incluso algún instrumento, que puede requerir de determinada técnica dependiendo de qué, para qué y en qué contexto se esté lanzando. Concluyendo es importante que se practique este tipo de habilidad por cuanto los deportistas están con un bajo desempeño, para ello se les debe brindar variedad de ejercicios que coadyuven al mejoramiento de esta habilidad de manera adecuada en el lanzamiento de precisión.

Figura 18.

Golpeo de precisión (Coordinación viso - motriz)



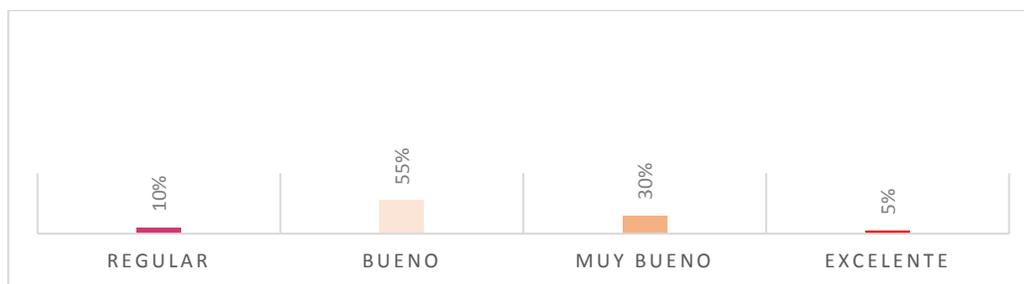
Nota: Test 3JS (Golpeo de precisión). Elaboración propia aplicado a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de Liga Antonio Ante.

Análisis y discusión de resultados

En el resultado de golpeo de precisión (coordinación viso- motriz) se puede evidenciar que 7 de ellos están con un desempeño bajo debido a que no colocan la pierna de apoyo al lado del balón, no hay una flexión y extensión de la rodilla de la pierna que golpea y lo que equivale al 35%, 10 de ellos tienen un desempeño básico, debido a que no colocan la pierna de apoyo al lado del balón pero golpea con un movimiento de pierna y pie mismos que equivalen a un 50%, 2 de ellos tienen un desempeño alto, ya que se equilibra sobre la pierna de apoyo colocando al lado del balón, además balancean la pierna golpeando con una secuencia de movimientos de cadera, pierna, pie mismo que equivale al 10% y finalmente 1 de ellos tiene un desempeño superior ya que se equilibra sobre la pierna de apoyo y balancea la pierna de golpeo, siguiendo una secuencia de movimiento desde el tronco hacia la cadera, muslo y pie mismo que equivale a un 5%. Al respecto (Cenizo Benjumea, Ravelo Alfonso, Morilla Pineda, Ramírez Hurtado, & Fernández Truan, 2016). Indica que con el golpeo de precisión valora la coordinación viso motriz. Entonces el objetivo es que el entrenador aplique una diversidad de ejercicios de golpeo de precisión con el objetivo de mejorar la coordinación viso motriz, la misma que es utilizada al momento de hacer los respectivos lanzamientos al cesto desde una parte cerca, media o distante.

Figura 19.

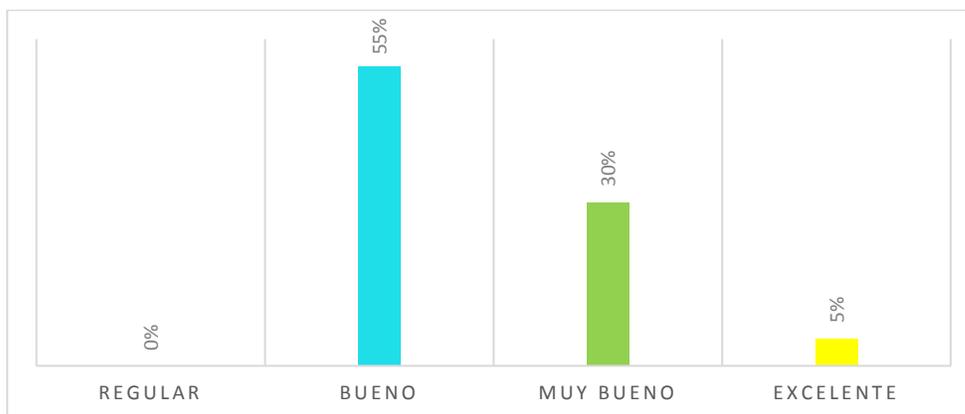
Carrera de eslalon (Coordinación dinámica general)



Nota: Test 3JS (Carrera de eslalon). Elaboración propia aplicado a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de Liga Antonio Ante.

Análisis y discusión de resultados

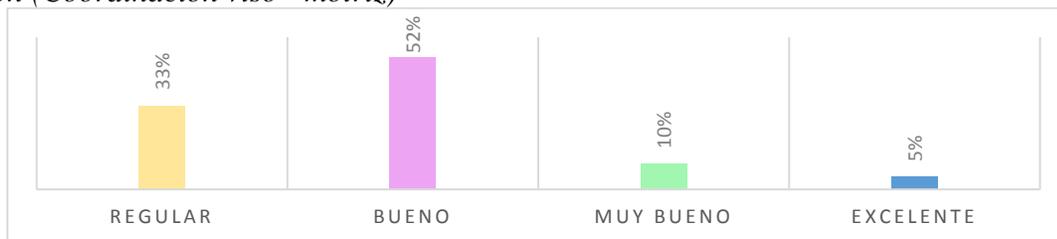
En el resultado de Carrera de slalom (coordinación dinámica general), se puede evidenciar que 2 de ellos tienen un desempeño bajo, debido a que las piernas se encuentran rígidas y el paso es desigual mismos que equivalen a un 10%, 11 de los niños observados tienen un desempeño básico, debido a que se distinguen las fases de amortiguación e impulsión, pero con un movimiento limitado del braceo (no existe flexión de codo) mismo que equivale al 55%, 6 de ellos tienen un desempeño alto debido a que existe braceo y flexión en el codo. Los movimientos de brazos no facilitan la fluidez de los apoyos mismo que equivale al 30% y finalmente 1 de ellos tienen un desempeño superior porque coordina en la carrera tanto los brazos-piernas y se adapta al recorrido establecido cambiando la dirección correctamente mismo que equivale a un 5%. Al respecto el autor (Martinez, 2012) manifiesta que este tipo de test pretende medir la agilidad de carrera y movimiento del ejecutante. Es por esto que el entrenador de Mini básquet dentro de los procesos de preparación deportiva debe incluir en el plan de entrenamiento pruebas y ejercicios de agilidad, para mejorar la capacidad de reacción y desplazamiento, cuando se tenga que superar a un adversario, en la lucha por ganar el balón, en una situación ofensiva o defensiva.

Figura 20.*Driblar (Coordinación viso - motriz)*

Nota: Test 3JS (Driblar). Elaboración propia aplicado a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de Liga Antonio Ante.

Análisis y discusión de resultados

En el resultado de driblar (Coordinación viso- motriz) se puede evidenciar que 11 de ellos están en un desempeño básico, debido a que no hay homogeneidad en la altura del dribling o se golpea el balón (no se acompaña el contacto con el balón) mismo que equivale a un 55%, 8 de ellos tienen un desempeño alto, debido a que se utiliza la flexión y extensión de codo y muñeca para ejecutar el dribling mismos que utiliza una sola mano/brazo y que equivalen al 30%, finalmente 2 de ellos tienen un desempeño superior debido a que coordinan correctamente el dribling utilizando la mano/brazo más adecuada para el desplazamiento en el eslalon mismos que equivalen al 5%. Según (Del Rio, 2003) indica que la salida en dribling es uno de los fundamentos más utilizados en el Mini básquet para iniciar el juego de forma individual ofensiva. El dribling es una acción que realiza el jugador cuando después de tomar posesión del balón, le da impulso tirándolo o palmeándole con una mano contra el suelo; es uno de los fundamentos que se entrena a diario, con el objetivo de mejorar y superar al jugador del equipo contrario.

Figura 21.*Conducción (Coordinación viso - motriz)*

Nota: Test 3JS (Conducción). Elaboración propia aplicado a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de Liga Antonio Ante.

Análisis y discusión de resultados

El resultado de conducción (Coordinación viso – motriz) se puede evidenciar que 7 están en un desempeño regular porque durante la conducción necesitan agarrar el balón con la mano para darle continuidad al movimiento mismo que equivale al 33%, 11 de ellos están en un desempeño bueno debido a que durante la conducción no hay homogeneidad en la potencia del golpeo, se observan diferencias en la distancia que recorre el balón tras cada golpeo mismo que equivale al 52%, 2 de ellos están en un desempeño muy bueno porque utilizan una sola pierna para dominar constantemente el balón, utilizando la superficie de contacto más oportuna y adecuando la potencia de los golpesos mismo que equivale al 10% y finalmente, 1 de los niños, está en un desempeño alto debido a que domina constantemente el balón, utilizando la pierna más apropiada y la superficie más oportuna mismo que equivale a un 5%. Con respecto a este test (Fernández, 2015) manifiesta que la conducción del balón con el pie debe ser rápida bajo dos puntos de vista, mínimo espacio de tiempo en su ejecución (movimiento rápido) y mínimo tiempo para recorrer la trayectoria (velocidad del balón). Concluyendo este tipo de ejercicios coordinativos específicos se les debe experimentar dentro de los planes de entrenamiento, ya que en estas edades tempranas se necesita mucho desarrollar esta habilidad y las nuevas experiencias con segmentos corporales para obtener unos adecuados resultados deportivos con respecto a la disciplina del Mini básquet

3.2 Matriz de análisis ficha de observación sobre los fundamentos de mini básquet

Tabla 2.

Fundamentos Ofensivos del Mini Básquet-Lanzamiento

Dimensiones	Indicadores	Reactivos	Puntaje	Análisis De Los Resultados Obtenidos durante la aplicación
Lanzamiento	Línea de tiro	Un segmento en la línea	(1p)	Se observa que, al realizar la acción de arrojar el balón al aro, los niños sobrepasan o pisa la línea de tiro, juntamente con un balance del cuerpo desequilibrado a causa de intentar adquirir una mayor altura; esto quiere decir, que se produce por la falta de fortalecimiento del tren inferior, considerando importante trabajarlo dentro del ataque para que el niño tenga mayor efectividad al realizar un lanzamiento. El objetivo es ejecutarlo sin topar la línea para que sea aceptable y tenga una adecuada valoración, esto se puede lograr mediante el refuerzo de este fundamento en los deportistas mediante la práctica de varias actividades y ejercicios.
		Dos segmentos en la línea	(2p)	
		3 segmentos en la línea	(3p)	
	Agarre del balón	Manos juntas	(1p)	
Una mano debajo del balón la otra sobre él		(2p)		
Agarre en "T" dedos pulgares		(3p)		
Fluidez de movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	(1p)	Se observa que, al momento de lanzar, la continuidad de lanzamiento se ve afectada por temor a que exista la falla en la efectividad de encestar. Es por ellos, que los movimientos no son fluidos o coordinados perjudicando aún más su efectividad. Este fundamento el entrenador debe poner mayor énfasis en los entrenamientos con diferentes métodos para que la práctica les proporcione la confianza y serenidad característicos de este tipo de lanzamiento.	
	Deteniéndose un tiempo	(2p)		
	Sin detenerse en la ejecución	(3p)		
Efectividad		1 y 2		(1p)
		3 y 4	(2p)	

Dimensiones	Indicadores	Reactivos	Puntaje	Análisis De Los Resultados Obtenidos durante la aplicación
		5	(3p)	de las piernas el lanzamiento se torna un poco rígido, en algunos casos la ejecución se realizaba por encima de la cabeza, provocando un desacierto en encestar, el balón llegaba a direcciones contrarias o no existía efectividad. A pesar de las dificultades su efectividad fue intermedia lo cual nos permite deducir que se debe incluir o ir acrecentando el trabajo de las habilidades genéricas como: conducciones, fintas, paradas, golpesos, para cumplir con el objetivo de una adecuada formación en la efectividad de varias acciones, pero con mayor importancia la de encestar.
	Ángulo recto de muñeca	No hay flexión: palma de la mano apunta al aro	(1p)	Se pudo observar que la técnica del llamado “pico de pato” es rígida, provocando poca flexión de la muñeca y llevando el balón a direcciones diferentes del aro, la palma de la mano al buscar una mayor altura provoca un gesto técnico diferente al correcto con una apuntación diagonal hacia arriba. Dentro de los procesos de planificación deportiva se debe considerar una cierta cantidad de minutos para que los niños puedan lanzar al aro, la mayor cantidad de veces, con el propósito de automatizar el movimiento del lanzamiento, para esto se debe utilizar variedad de estrategias lúdicas, para mejorar este fundamento, que es muy fundamental en los procesos ofensivos del Mini básquet.
		Flexión 45°: dedos apuntan en diagonal hacia arriba	(2p)	
		Flexión de muñeca: dedos apuntan al aro	(3p)	

Nota. Matriz de análisis sobre el fundamento del lanzamiento. Fuente: Elaboración propia

Tabla 3. Fundamentos Ofensivos del Mini Básquet-Dribling

Dimensiones	Indicadores	Reactivos	Puntaje	Análisis De Los Resultados Obtenidos durante la aplicación
Drible	Velocidad de desplazamiento	7''	(1p)	Se observa que existe un desplazamiento continuo al realizar el drible, los niños llevan el balón a una velocidad intermedia (6 segundos en 20 mts.), pero existen falencias al desplazarse de un lugar a otro en menor tiempo posible y con la reacción adecuada. Se puede deducir que estos desplazamientos deben podrían ser más ágiles con una reacción inmediata ya que les servirá a los deportistas para no perder la pelota ante el equipo contrario durante una acción de juego.
		6''	(2p)	
		5''	(3p)	
	Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de un tiempo	(1p)	Se observa que, durante el movimiento con el balón, este tiende a disminuir la velocidad en el transcurso de la cancha; lo que provoca que el movimiento no sea fluido en su totalidad. Los deportistas no mantienen un control del balón al desplazarse y esto puede afectar tanto en ataque como en defensa, para ello se necesita hacer constar en el plan de entrenamiento muchos ejercicios de este tipo de movimientos, para mejorar y tener un mejor control del espacio dentro del campo de juego.
	Deteniéndose un tiempo	(2p)		
	Sin detenerse en la ejecución	(3p)		
	Mano-Balón	Contacto solo con la yema de los dedos	(1p)	Se observa que los niños tienen el temor de que el balón se les vaya de las manos o que no se impulsen lo suficiente para el siguiente golpeo provocando que el contacto sea solo yema de los dedos de manera muy brusca, el brazo no coordina con la altura, la velocidad y dirección en que se hace rebotar la pelota. Esta habilidad es importante y se la puede mejorar, aplicando a este grupo de niños juegos predeportivos, para desarrollar este fundamento técnico, que es fundamental a hora de ganar desplazarse hacia varios puntos dentro de las acciones de juego.
	Algunos dribles solo yema de los dedos	(2p)		
	Contacto siempre con la palma de la mano	(3p)		

Dimensiones	Indicadores	Reactivos	Puntaje	Análisis De Los Resultados Obtenidos durante la aplicación
Mirada del deportista		Mirada más de una vez al suelo el balón	(1p)	Se puede observar que la mirada de los niños se fija directamente en el balón por tratar de que no se vaya a otra dirección y durante esta acción no tienen una noción de a donde se dirigiera que no cuentan con la seguridad y confianza necesaria para llevar una buena visión de todo el campo y así evitar un desconocimiento de la posición del contrario y del resto de los compañeros, además de una pérdida de tiempo en el caso de lanzamiento a canasta. Corroborando, la mirada del deportista cumple una función fundamental ya que mediante esta habilidad se puede trasladar el deportista y el balón en el menor tiempo posible de un lugar para otro y se le debe trabajar desde edades tempranas, con el objetivo de mejorar su seguridad y efectividad al trasladar el balón.
		Mirada una vez al suelo o el balón	(2p)	
		Todo el tiempo mira al frente	(3p)	
Flexión de muñeca		Muñeca totalmente rígida	(1p)	Se puede observar que cuando se impulsa el balón hacia delante la muñeca permanece un tanto rígida haciendo que en cada boteo sea menos rápido y descontrolado en el dominio, la muñeca no se flexiona por lo tanto no existe el impulso necesario para el siguiente bote, ya que lo esencial es que sea un boteo continuo con un número suficientes de pasos que le permitan ganar velocidad en esta acción. La flexión de la muñeca es muy importante en este fundamento, ya que brinda una armonía al movimiento que le permite mayor seguridad dentro del campo de juego.
		Flexiona en algunos dribbles la muñeca	(2p)	
		Flexiona muñeca siempre	(3p)	

Nota. Matriz de análisis sobre el fundamento del dribling. Fuente: Elaboración propia

Tabla 4. Fundamentos Ofensivos del Mini Básquet-Pase

Dimensiones	Indicadores	Reactivos	Puntaje	Análisis De Los Resultados Obtenidos durante la aplicación
Pase	Posición de los codos	Totalmente separados del cuerpo	(1p)	Se pudo observar que no existe una posición corporal con el balón correcta en el pase, es decir no hay rapidez, precisión, economía de tiempo y movimientos, ya que los codos los ubican a una distancia asimétrica del cuerpo, haciendo que no tengan el pleno control del balón. Cuando la posición de los codos no es la adecuada, no existe la fuerza suficiente para alcanzar algún objetivo, en este caso el pase hacia un compañero, la mala postura limita el movimiento ubicando un pase más cerca de los pies que del pecho como debería ser.
		Más separados de lo normal	(2p)	
		Ligeramente separados del cuerpo	(3p)	
	Posición de los pies	Ningún pie apunta el blanco	(1p)	Se pudo observar que cuando el niño se coloca en posición de pase no toma en cuenta la posición de los pies solo toma como importancia la dirección de sus manos, buscan pasar el balón sin tener una posición firme de los pies o incluso el punto de los pies apuntan hacia la dirección contraria. Se puede decir que, la posición de los pies es importante dentro del fundamento para hacer un adecuado pase ya que la coordinación de los segmentos corporales brinda una mayor fuerza en la ejecución del pase.
Un solo pie apunta al blanco	(2p)			
Ambos pies apuntan al blanco	(3p)			
Agarre del balón	Manos juntas, casi tocándose	(1p)	Se pudo observar que al momento de tener el balón en las manos los niños dudan de si acertaran a el objetivo, colando las manos en posiciones cercanas, no logran tener una distancia extendida de los dedos. Existe ausencia de seguridad por parte de los deportistas confundiendo la posición de las manos antes un pase y la posición para un lanzamiento lo cual de por sí perjudica la técnica de pase, en especial cuando se inmiscuye otros tipos de pases para compartir la pelota dentro del juego.	
Una mano en un hemisferio y la otra en el centro	(2p)			
Manos extendidas en cada hemisferio del balón	(3p)			
Efectividad		1 y 2	(1p)	Se puede observar que la mayoría de los pases hacia el objetivo son erróneos, no cuentan con la dirección fija, el movimiento es insuficiente, la técnica es poco adecuada, existe mucho la tensión de los niños en no equivocarse. La exigencia de manejar un implemento externo conjugado con sus propias habilidades motrices, lo convierte en un movimiento con alto grado de dificultad y si no dispone de la experiencia o conocimiento adecuado tendrá como resultado una mala efectividad.
		3 y 4	(2p)	
		5	(3p)	

Dimensiones	Indicadores	Reactivos	Puntaje	Análisis De Los Resultados Obtenidos durante la aplicación
	Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	(1p)	Se pudo observar que al momento del pase la mayoría de los niños se quedan reteniendo el balón haciendo que no exista una correcta armonía coordinativa entre el pase, el movimiento como lo ejecutan, la efectividad, la fluidez debería ser de reacción inmediata. Una adecuada efectividad y fluidez dentro de las acciones de pase, brindaran buenos resultados a la hora de jugar un encuentro de Mini básquet; es por esto la importancia de trabajar este tipo de fundamento en acciones de juego o de competencia para que adquieran la experiencia de tomar la mejor decisión durante la acción y que se ejecute de la mejor manera posible para mantener una alta efectividad dentro del juego.
		Deteniéndose un tiempo	(2p)	
		Sin detenerse en la ejecución	(3p)	

Nota. Matriz de análisis sobre el fundamento del dribling. Fuente: Elaboración propia

3.3 Contestación a las preguntas de investigación

¿Cuál es el resultado de la evaluación de las capacidades coordinativas especiales a través de test físicos en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022?

Para obtener el resultado de la evaluación de las capacidades coordinativas especiales, se utilizó el test de coordinación motriz 3JS, el mismo que midió la coordinación dinámica general y coordinación viso-motriz, para ello se utilizó la observación y evaluación objetiva de cada tarea motriz, teniendo en cuenta los siguientes criterios de valoración, con respecto al salto vertical se puede observar que los niños valorados, el 70% de los niños investigados tienen un desempeño básico; Con respecto de giro en el eje se puede evidenciar que los niños evaluados, el 50% están en un desempeño bajo, es decir realizan el giro de 1° a 90°; Con respecto resultado de lanzamiento de precisión (Coordinación viso – motriz), se evidencio que los niños evaluados en esta destreza el tronco no realiza rotación lateral y el brazo lanzador no se lleva hacia atrás, lo que equivale al 55% y están en bajo desempeño; Con respecto al resultado de golpeo de precisión (coordinación viso- motriz) se puede evidenciar que los niños evaluados, el 35% están en desempeño bajo debido a que no coloca la pierna de apoyo al lado del balón. no hay una flexión y extensión de la rodilla de la pierna que golpea, 50%, tienen un desempeño básico; En el resultado de Carrera de slalom (coordinación dinámica general), se puede evidenciar que los niños evaluados el 10% tienen un desempeño bajo, debido a que las piernas se encuentran rígidas y el paso es desigual, el 55% de los niños observados tienen un desempeño básico; En el resultado de driblar (Coordinación viso- motriz) se puede evidenciar que los niños evaluados el 55% están en un desempeño básico, debido a que no hay homogeneidad en la altura del dribling o se golpea el balón (no se acompaña el contacto con el balón; El resultado de conducción (Coordinación viso – motriz) se puede evidenciar que los niños evaluados el 33% está en un desempeño bajo porque cuando conduce necesita agarrar el

balón con la mano para darle continuidad a la conducción, el 52% están en un desempeño básico.

¿Cuál es el resultado de la valoración de los principales fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”?

De acuerdo a los resultados presentados en la ficha de observación aplicada a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de mini básquet que entrenan en Liga Antonio Ante, se evidencia, con respecto al lanzamiento línea de tiro, lanzamiento agarre del balón, lanzamiento fluidez del movimiento, lanzamiento de efectividad, lanzamiento ángulo recto muñeca tiene una calificación de buena, lo que equivale al 53%, Con respecto al dribling de velocidad de desplazamiento, drible fluidez del movimiento, drible fluidez mano – balón, drible fluidez mirada del deportista, drible flexión de la muñeca, tienen en su mayoría una condición cualitativa de buena y finalmente con respecto al pase de pecho posición de los codos, posición de los pies, agarre de balón, efectividad, fluidez del movimiento, con respecto al pase de pecho tienen una condición cualitativa de buena.

¿La aplicación de una guía metodológica con ejercicios físico técnicos coordinativos ayudará a mejorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años?

La aplicación de una guía didáctica de ejercicios físicos técnicos, si ayudará al desarrollo de la coordinación dinámica general y de la coordinación viso motora, además estos ejercicios de capacidades coordinativas ayudará al mejoramiento de los fundamentos técnicos ofensivos del mini básquet, en este caso el lanzamiento, pase y dribling, para ello se utilizará juegos pre deportivos para desarrollar estas destrezas físicas y técnicas en las niñas de este importante Club, perteneciente a Liga deportiva Antonio Ante.

CAPÍTULO IV

PROPUESTA

4.1 Título de la propuesta

Guía metodológica con ejercicios físico técnicos coordinativos para mejorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años.

4.2 Justificación e importancia

De acuerdo a la investigación realizada y al análisis de los resultados de la misma, la justificación de la propuesta viene dada por el bajo desarrollo de las capacidades coordinativas y los fundamentos ofensivos del mini básquet mostrada por los niños deportistas investigados, los cuales no cumplen con los requerimientos físico - técnicos adecuados para sus edades, motivo de su investigación, por lo que nos permitimos manifestar que no aprovechan en las sesiones de entrenamiento planificadas por el entrenador.

Para obtener el resultado de la evaluación de las capacidades coordinativas especiales, se utilizó el test de coordinación motriz 3JS, el mismo que midió la coordinación dinámica general y coordinación viso-motriz, para ello se utilizó la observación y evaluación objetiva de cada tarea motriz, teniendo en cuenta los siguientes criterios de valoración, con respecto al salto vertical se puede observar que los niños valorados, el 70% de los niños investigados tienen un desempeño básico.

De acuerdo a los resultados presentados en la ficha de observación aplicada a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de mini básquet que entrenan en Liga Antonio Ante, se evidencia, con respecto al lanzamiento líneo de tiro, lanzamiento agarre del balón, lanzamiento fluidez del movimiento, lanzamiento de efectividad, lanzamiento ángulo recto muñeca tiene una calificación de buena, lo que equivale al 53%, Con respecto al dribling de velocidad de desplazamiento, drible fluidez del movimiento, drible fluidez mano – balón, drible fluidez

mirada del deportista, drible flexión de la muñeca, tienen en su mayoría una condición cualitativa de buena.

Conocidos estos resultados de la investigación se formuló una propuesta alternativa, con el objetivo de mejorar las capacidades coordinativas y los fundamentos ofensivos del Mini básquet, para ello se planificó y estructuró sesiones de entrenamiento, con sus respectivas partes: inicial, principal y vuelta a la calma, para ello se planteó ejercicios y juegos pre deportivos coordinativos que solucionen el problema detectado.

4.3 Fundamentación de la propuesta

4.3.1 Guía metodológica

En relación con el deporte de iniciación es importante considerar que los procesos de adquisición de conocimientos vienen ligado a las fases sensibles propias de las edades en la que se realizó la investigación. La plasticidad nerviosa brinda muchas facilidades de aprendizaje; es por esto por lo que las personas que se encuentran a la cabeza de escuelas formativas tienen la obligación de velar por este proceso de enseñanza aprendizaje con profesionales capacitados y con los recursos necesarios para estimular de mejor manera sus nuevas experiencias y descubrimientos en el Mini básquet. Al respecto (White, 2009) menciona que “las guías metodológicas, didácticas y operativas cumplen una función particularmente útil para contribuir al mejoramiento de experiencias en marcha o para facilitar la realización de nuevos ejercicios partiendo del desarrollo metodológico alcanzado durante la experiencia precedente”, de ahí que se considere la creación de una guía metodológica encaminada a mejorar la relación existente entre las capacidades coordinativas y los fundamentos ofensivos del Mini básquet se torna importante para apoyar este proceso de iniciación deportiva como un semillero de donde podremos obtener futuros talentos deportivos que representen no solo al Cantón de Antonio Ante, sino a la provincia y porque no pensar en una representación nacional, la cual nace desde esta formación y sesiones de entrenamiento.

4.3.2 Estrategias metodológicas

Para el ejercicio de la práctica de iniciación deportiva los entrenadores disponen de una gama amplia de estrategias, estas pueden ser educativas o de entrenamiento de las cuales se puede aprovechar las diferentes estructuras y dinámicas para sacar el mayor provecho a la enseñanza de nuevos conocimientos. Al respecto Fernández, Hortigüela, & Pérez (2021) mencionan que “en una misma sesión de educación física, el docente utiliza las mismas estrategias para las diferentes tareas o cambiar de estrategia según las necesidades” (p. 15); es decir que no necesariamente la planificación no puede modificarse o adaptarse a las necesidades de grupo de trabajo. Particularmente en la iniciación deportiva se mantiene el uso de las estrategias metodológicas educativas con las cuales se puede organizar a los grupos para las diferentes actividades planteadas; así pues, en el entrenamiento se desarrollan estrategias como las repeticiones, la competencia y el juego. En base a lo indicado (Zurlo y Casanovas, 2003) indica que “Si el juego es adecuado a la etapa evolutiva, les permitirá adquirir una estructura psicomotriz ordenada”. Es decir, que la relación entre este método que por excelencia es el más utilizado para el aprendizaje en edades tempranas y el entrenamiento de iniciación, es una estrategia invaluable para el desarrollo de aprendizajes y que se ha considerado dentro de la guía para implementar sesiones de entrenamiento dinámicas, lúdicas y motivadoras que permitan mejorar las deficiencias técnicas analizadas dentro de la investigación y que dispongan de una parte técnica y física consolidada. De igual manera, el mismo autor señala que:

Entre los 8 y 9 años se podrá comenzar con actividad predeportiva, minideportes. Esto último les permitirá elegir destrezas que estén de acuerdo con sus aptitudes motrices y funcionales. Sería conveniente la iniciación en las prácticas del atletismo, porque esto les permitirá perfeccionar el salto, el lanzamiento y la carrera, utilizando siempre la competencia como medio educativo y no como fin. (Zurlo y Casanovas, 2003) (p.306)

El aporte significativo de este autor nos da la pauta para considerar al juego como método principal para el desarrollo de la guía metodológica direccionada a niños y niñas de 8 a 10 años para que puedan continuar mejorando sus habilidades específicas y deportivas en su preparación de Mini básquet.

4.3.3 Los juegos predeportivos

Se basa en que todas las actividades se desarrollan de forma amena y placentera, en un ambiente recreacional que promueve el aprendizaje significativo de todas las destrezas la cual los niños y niñas tienen la posibilidad de explorar, investigar, descubrir, crear, organizar y conocer su entorno mediante la participación lúdica de las actividades planificadas por el docente. En la iniciación a cualquier deporte, es imprescindible el componente lúdico como elemento motivante en las primeras etapas del aprendizaje.

Los juegos predeportivos son una extensión de los deportes que permite el desarrollo de las reglas de los deportes con ciertas adaptaciones y cambios con la finalidad de motivar al aprendizaje de los mismos pero de una manera divertida considerando que la edad específica de aplicación es la formativa y que de este proceso podemos lograr una masificación de la práctica de los mismos para que a posterior se pueda trabajar con mayor intensidad las reglas establecidas por cada uno de los deportes.

La actividad lúdica es una herramienta fundamental en la iniciación a cualquier deporte.

Es por ello que se pretende adaptar de juegos predeportivos a la iniciación al mini básquet como forma novedosa, creativa de esta manera se pretende mejorar en la práctica de este deporte. Con ello se pretende evitar la monotonía de ciertos procesos de iniciación deportiva, sobre todo en categorías formativas. (Sánchez A. , 2010)

Con las actividades lúdicas que se plantean a continuación, trataremos de mejorar los fundamentos ofensivos del mini básquet, pero de manera global. Además, no aislaremos la

técnica y la táctica ya que estos permanecen unidos en los deportes colectivos de cooperación-oposición como ocurre con el baloncesto.

4.3.4 Partes de una sesión de juego predeportivos

Dentro de una sesión de clase o de entrenamiento se determinan las mismas partes, es decir, una parte inicial que corresponde al calentamiento general y específico; una parte principal que se relaciona directamente con el objetivo planteado para la sesión y finalmente la vuelta a la calma que tiene que ver con la respectiva retroalimentación de lo trabajado durante la sesión. La diferencia entre una sesión de clase y una sesión de entrenamiento radica en el tiempo que se dispone para realizar las actividades planificadas; mientras en una sesión de clase se dispone de alrededor de 40 o 50 minutos; en una sesión de entrenamiento que se dispone entre 90 o 120 minutos; lo cual permite desarrollar mayor cantidad de actividades y por ende de habilidades específicas y deportivas.

4.3.4.1 Calentamiento

El propósito específico del calentamiento es preparar a los deportistas para el programa que han de seguir. Durante el calentamiento aumenta la temperatura del cuerpo, lo cual parece ser uno de los factores principales que mejoren el rendimiento. El calentamiento estimula la actividad del sistema nervioso central, que coordina todos los sistemas del cuerpo, acelera las reacciones motrices mediante una transmisión más rápida de los impulsos nerviosos y mejora la coordinación.

El calentamiento general dura de (10 a 20 minutos), consiste en un trote ligero, seguido de gimnasia, ejercicios de estiramiento para aumentar el riego sanguíneo y subir la temperatura corporal. De esta manera preparan músculos y tendones para el programa planteado. Durante el calentamiento, los deportistas deben prepararse mentalmente para la parte principal de la sesión de entrenamiento mediante la visualización de los

ejercicios que hay que practicar y la automotivación para la tensión desarrollada en el entrenamiento. (Bompa, 2004, pág. 76)

4.3.4.2 Parte principal

La parte principal de la sesión se dedica al programa real de entrenamiento, incluido el de la fuerza. En la mayoría de los deportes, los trabajos técnico y táctico son los principales objetivos del entrenamiento. “Las actividades prioritarias se practican inmediatamente después del calentamiento”. (Bompa, 2004, pág. 76)

4.3.4.3 Vuelta a la calma

Mientras que el calentamiento sirve de transición entre el estado biológico normal de las actividades diarias y el entrenamiento de alta intensidad, la vuelta a la calma supone una transición para lograr el efecto contrario y que el cuerpo vuelva a sus funciones normales. “Durante una vuelta a la calma de 10 a 20 minutos, los deportistas pueden practicar ciertas actividades que favorezcan una recuperación más rápida y una regeneración de las tensiones del entrenamiento” (Bompa, 2004, pág. 76).

Todas las partes antes mencionadas serán parte de la Guía metodológica con ejercicios físico técnicos coordinativos para mejorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años.

4.4 Objetivos

4.4.1 Objetivo general

Implementar una Guía metodológica de juegos pre deportivos físico técnicos coordinativos para mejorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años.

4.4.2 Objetivos específicos

- Seleccionar ejercicios y juegos específicos para mejorar las capacidades coordinativas y los fundamentos ofensivos del mini básquet

- Elaborar una guía de juegos pre deportivos físico técnicos coordinativos para mejorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en edades de 8 a 10 años.
- Organizar una charla antes de empezar los procesos de preparación deportiva para dar a conocer los resultados de la investigación a los entrenadores, deportistas y padres de familia del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante.

4.4.3 Ubicación sectorial y física

País: Ecuador

Provincia: Imbabura

Cantón: Antonio Ante

Institución: Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante

Beneficiarios: Niños y niñas de 8 a 10 años.

4.5 Desarrollo de la propuesta

La siguiente propuesta consta de las variables que se han desarrollado dentro de la investigación, como los son las capacidades coordinativas y los fundamentos ofensivos del Mini básquet. Además, la entrega de este producto fruto de la investigación será de manera física y de manera digital, mediante el un enlace de acceso.

Tabla 5. *Apartados de la guía metodológica*

1	<i>Carátula de presentación</i>
2	<i>Juegos predeportivos Bote</i>
3	<i>Juegos predeportivos Pase</i>
4	<i>Juegos predeportivos Lanzamiento</i>
Enlace: https://bit.ly/35LYhKC	

Nota. Contenidos de la guía metodológica. Fuente: Elaboración propia



***GUÍA METODOLÓGICA CON EJERCICIOS FÍSICO
TÉCNICOS COORDINATIVOS PARA MEJORAR LOS
FUNDAMENTOS TÉCNICOS OFENSIVOS DEL MINI
BÁSQUET EN LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 8 A 10 AÑOS***

AUTORA: MILENA
ENRÍQUEZ

JUEGOS PREDEPORTIVOS

FUNDAMENTO OFENSIVO "EL BOTE"





OBJETIVO

Realizar botes de la pelota en estático o cuando se avanza por el campo sin sobre pasar la altura de los hombros.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Todos los niños botando por el campo "ratones" excepto uno, "el gato". Los ratones evitan ser tocados por el gato. El niño tocado se convierte en gato.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





SESIÓN Nº 2

BOTE LA MANO PEGADORA

OBJETIVO

Realizar botes de la pelota en estático o cuando se avanza por el campo sin sobre pasar la altura de los hombros.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Todos los niños con balón excepto uno, que tendrá colocada una de las manos en el lugar del cuerpo que le indique el entrenador, y será el encargado de ir a tocar a los demás. El niño que sea tocado entregará el balón a su perseguidor y colocará una de sus manos en la parte donde ha sido tocado, pasando en ese momento a ser perseguidor.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





SESIÓN Nº 3

BOTE

EL PESCADOR

OBJETIVO

Realizar botes de la pelota en estático o cuando se avanza por el campo sin sobre pasar la altura de los hombros.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Todos los niños "peces" están dispuestos en fila detrás de la línea de fondo, mientras un jugador está situado a la altura del medio campo ("pescador"). Los "peces", todos en posesión de balón, a la señal del educador deben intentar avanzar a la otra parte del campo botando, sin ser atrapados por el "pescador". Quien es capturado se convierte en "pescador".

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





OBJETIVO

Realizar botes de la pelota en estático o cuando se avanza por el campo sin sobre pasar la altura de los hombros.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Todos lo niños con balón menos 3. Dos jugadores se la paran: los cuales tienen que intentar, botando, tocar a alguno de los niños sin balón (los que tienen el balón serán inmunes). Si lo consiguen se cambiarán los papeles. Si algún jugador pasa el balón a un jugador perseguido, se le concederá la inmunidad, que, por el contrario, perderá él.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





SESIÓN Nº 5

BOTE

PERSECUCIÓN

OBJETIVO

Realizar botes de la pelota en estático o cuando se avanza por el campo sin sobre pasar la altura de los hombros.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Los niños se dividen en dos equipos que se colocan en fila en uno de los extremos de la línea de fondo. Cada equipo tiene dos balones. A la señal, los dos primeros niños de cada fila salen botando y realizan una vuelta al círculo central del campo, tras lo cual vuelven a su punto de partida.
- En el otro extremo de la línea pasan el balón al primer compañero sin balón y se sientan. En el momento de sentarse es cuando saldrá el siguiente compañero. Gana el equipo que sienta antes a todos sus componentes.

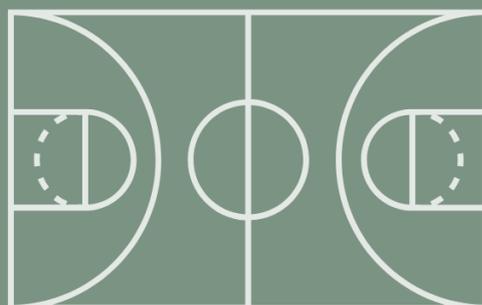
PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad



JUEGOS PREDEPORTIVOS

FUNDAMENTO OFENSIVO "EL PASE"





OBJETIVO

Realizar un envío de pelota a un compañero para que las jugadas tengan mayor continuidad.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Uno de los grupos se coloca debajo de una canasta y el otro ocupando el campo. El juego se inicia cuando un niño lanza con fuerza el balón hacia el campo contrario (debe botar dentro del campo) y sale corriendo para dar la vuelta a un cono situado en el centro de la otra mitad del campo.
- Los otros niños, mediante pases, y sin desplazarse con el balón, tienen que intentar tocar con el balón al niño que va corriendo; si lo consiguen, queda eliminado, si no se anotará un punto. Cuando hayan corrido todos, cambio de papeles.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





OBJETIVO

Realizar un envío de pelota a un compañero para que las jugadas tengan mayor continuidad.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Un equipo con balón en la línea de fondo. Su objetivo será llegar hasta el otro lado del campo, pasándose el balón entre ellos, sin que el otro equipo intercepte el balón. Los defensores sólo podrán desplazarse lateralmente en la línea imaginaria fijada para cada defensor. Si alguna "araña" roba el balón, se cambian los papeles. Cada vez que se llega a la línea de fondo contraria: un punto. Jugar a un nO determinado de puntos.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





OBJETIVO

Realizar un envío de pelota a un compañero para que las jugadas tengan mayor continuidad.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Dos equipos de tres componentes colocan sus jugadores con un balón. Cada equipo en un lado del fondo del campo. Delante de cada equipo un defensor rival. Tras la señal, cada equipo tiene que llegar hasta la otra línea de fondo exclusivamente por medio de pases y sin perder el balón.
- Cada vez que el defensor toque el balón o un atacante haga pasos, volverán a la posición inicial. Gana el equipo que consigue antes realizar dos vueltas completas (ida y vuelta).

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





OBJETIVO

Realizar un envío de pelota a un compañero para que las jugadas tengan mayor continuidad.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Dos equipos. Un componente de cada equipo se coloca en el extremo opuesto con un aro entre las manos pudiendo moverse lateralmente por la línea de fondo, pero manteniendo el aro agarrado con ambas manos.
- El juego consiste en llegar hasta el aro mediante pases y meterlo dentro. Tienen que tocar todos los componentes del equipo el balón antes de meterlo en el aro. Jugar a un no determinado de encestes en el aro.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





OBJETIVO

Realizar un envío de pelota a un compañero para que las jugadas tengan mayor continuidad.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Dos equipos colocados por todo el campo. Un equipo tiene el balón (A) y mediante pases entre todos sus componentes tiene que intentar tocar (sin lanzarlo) a los del equipo contrario, (B). Cuando un niño es tocado es eliminado. Ganará el equipo que menos tiempo necesite para tocar a los demás.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad



JUEGOS PREDEPORTIVOS

FUNDAMENTO OFENSIVO "EL LANZAMIENTO"





OBJETIVO

Encestar la mayor cantidad de aros posibles.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

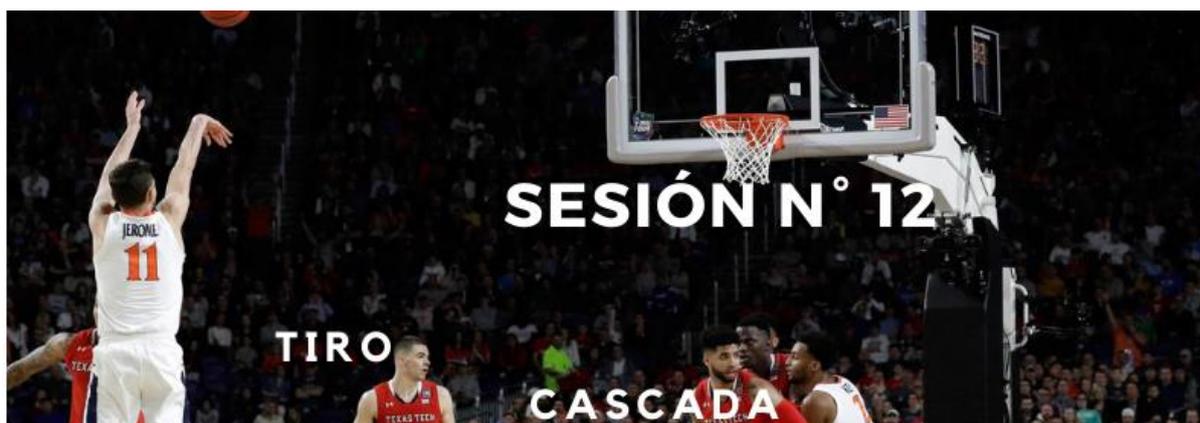
PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Tiro en movimiento. Hacemos trenzas u ochos. Cuatro pasadores en las prolongaciones de los tiros libres, más dos niños con balón detrás de cada canasta. El niño que da el primer pase de la trenza recibe de un compañero y tira, el que da el segundo pase, recibe de otro compañero y tira, y el receptor del segundo pase tira (todos en la misma canasta). El niño con balón detrás de la canasta inicia una nueva trenza hacia el lado contrario con sus compañeros que se han quedado sin balón.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





OBJETIVO

Encestar la mayor cantidad de aros posibles.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

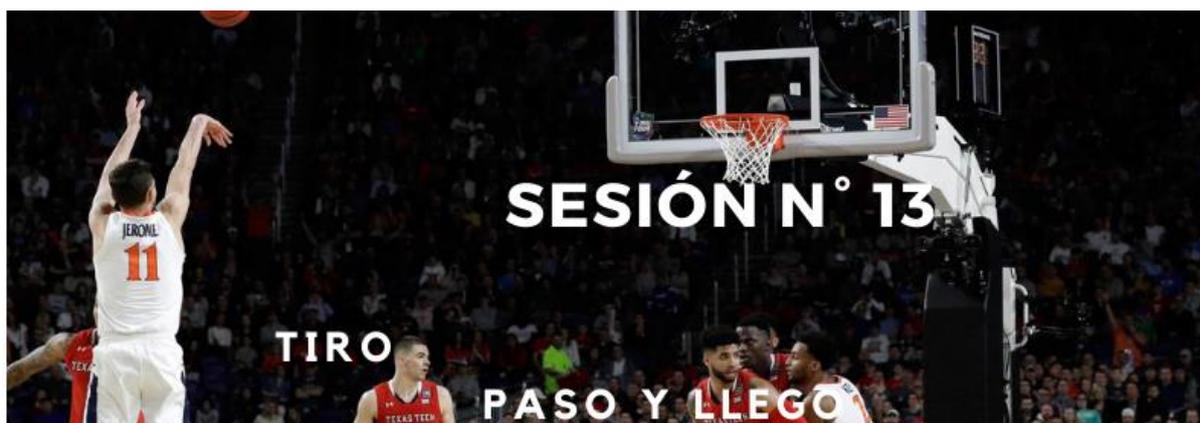
PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Tiro en movimiento, en grupo. Se hacen dos filas con los niños. El primero de una de las filas no tiene balón; los demás pueden tener todos los balones que queramos. El que no tiene balón se mueve para recibir, hacer una parada y tirar. Posteriormente, el pasador (que se ha quedado sin balón) recibirá en el lado contrario repitiendo la misma operación. Podemos adaptar el ejercicio con pivotes para realizar el tipo de parada que queramos. Después de tirar coge su rebote y va a la otra fila.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





OBJETIVO

Encestar la mayor cantidad de aros posibles.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

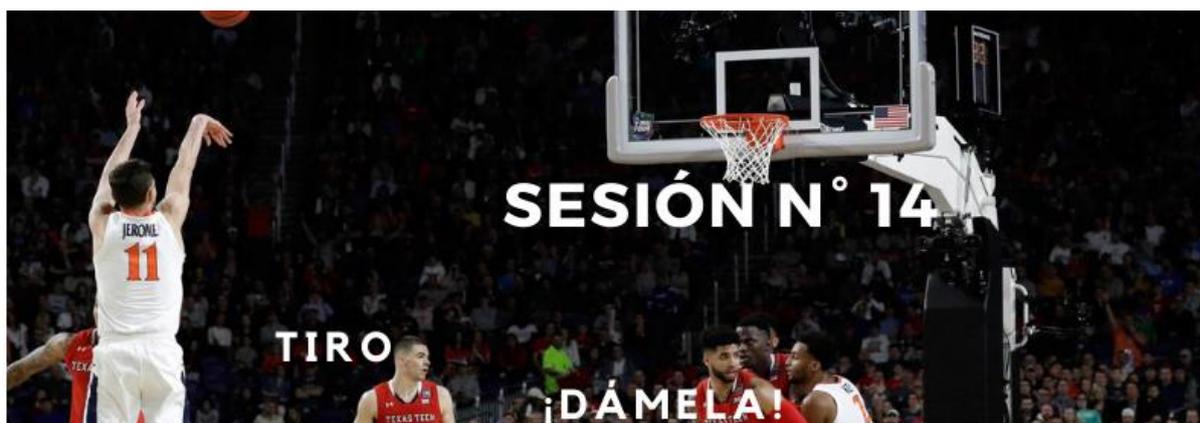
PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Rueda de tiro punteado. Tres filas de niños. El niño con balón bajo canasta, un pasador abierto y el tirador en la posición de la que vaya a tirar. El niño con balón pasa al pasador y va a puntear el tiro al tirador. El pasador, según recibe el balón, lo pasa al tirador. El tirador debe tirar en cuanto recibe. El objetivo es recibir en posición de tirar y hacerlo lo más rápido posible. Es una rueda, el tirador coge rebote y se queda bajo la canasta, el que puntea se convierte en pasador y el pasador en tirador. Jugar por equipos a un número determinado de canastas.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





OBJETIVO

Encestar la mayor cantidad de aros posibles.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

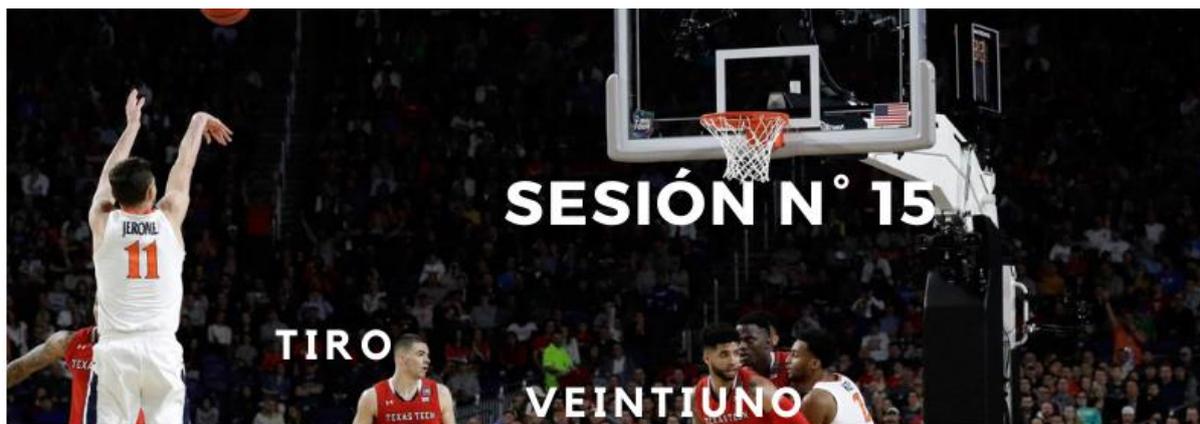
PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Ejercicio simple de tiro corto. Un niño a uno o dos metros de la canasta, y dos pasadores. El tirador, recibe balones sucesivamente de cada uno de los pasadores y debe hacer canasta, coger el rebote y devolver el balón al pasador. Después de conseguir 10 canastas se rota.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad





OBJETIVO

Encestar la mayor cantidad de aros posibles.

PARTE INICIAL (10 MINUTOS)

- ☒ Estático: movilidad articular de rodillas y tobillos
- ☒ Trotar por la zona delimitada
- ☒ Trotar para formar grupos o parejas
- ☒ Tríos
- ☒ Cuartetos

PARTE PRINCIPAL (20 MINUTOS)

- Juego simple de tiro. Se distribuyen en todas las canastas que tengamos a los niños y se dibujan en el suelo con una tiza unos círculos con una puntuación en cada uno. Los niños, con un balón cada uno, se anotan la puntuación del círculo del que lanzaron cuando consiguen la canasta, y un punto cuando consiguen coger el rebote sin que bote y anotar la canasta. El objetivo del juego es llegar a 21 puntos.

PARTE FINAL (10 MINUTOS)

- Estiramiento: De músculos trabajados
- Corrección de Errores: De la practica realizada
- Charla motivacional: incentivar a la práctica deportiva
- Aplicación de valores: puntualidad, respeto, honestidad



4.6 Impactos

Esta propuesta alternativa fue de gran impacto, debido a que los entrenadores tendrán una herramienta didáctica que ayudarán a mejorar los procesos de formación deportiva, con respecto a los niños aprenderán los diversos contenidos de los fundamentos ofensivos del mini básquet de manera significativa, en las sesiones de entrenamiento, las capacidades coordinativas especiales, los fundamentos ofensivos de mini básquet serán abordados mediante una gran diversidad de juegos predeportivos.

4.7 Difusión

La difusión de la propuesta alternativa de ejercicios físico técnicos coordinativos para mejorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años, se la realizó a los directivos del Club, a los entrenadores, deportistas del Club y padres de familia, esta guía les pareció muy extraordinaria ya que coadyuvará en los procesos de formación deportiva del futuro talento.

CONCLUSIONES

- Se concluye que las capacidades coordinativas influyen directamente en los fundamentos del Mini básquet tanto en la parte técnica como en la física y que estos mismos componentes se conjugan en la práctica en la realización de gestos deportivos específicos del Mini básquet.
- Se concluye que el grupo investigado tiene un desempeño medio bajo de las capacidades coordinativas, esto se detectó debido a la aplicación al test 3JS, este test sirve para detectar el nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas.
- De acuerdo con los resultados presentados en la ficha de observación aplicada a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de mini básquet que entrenan en Liga Antonio Ante, se evidencia que en los fundamentos ofensivos tienden a mantener una ejecución promedio, es decir que después del análisis realizado se aprecia que tienen una buena base pero que puede ser reforzada y mejorada para pulir la ejecución de los fundamentos ofensivos del Mini básquet.
- Se concluye que la creación de una guía metodológica de ejercicios físicos técnicos coordinativos mediante juegos predeportivos planificados, ayudará al desarrollo de la coordinación dinámica general en especial de la coordinación viso motora; además, ayudarán al mejoramiento de los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda a los entrenadores para evaluar las capacidades coordinativas especiales, utilizar el test de coordinación motriz 3JS, el mismo que medirá la coordinación dinámica general y coordinación viso-motriz, para ello se utilizará la observación y evaluación objetiva de cada tarea motriz.
- Luego de obtener los resultados, se recomienda a los entrenadores mejorar el trabajo físico y coordinativo del tren inferior, de manera específica la saltabilidad y potencia de piernas para mejorar las acciones de juego
- Se recomienda trabajo de la Coordinación viso – motriz, enfocada en la precisión con el objetivo de mejorar este aspecto determinante del juego del Mini básquet.
- Se recomienda a los entrenadores aplicar juegos predeportivos a los niños de 8 a 10 años del Club formativo de mini básquet que entrenan en Liga Antonio Ante, con el objetivo de mejorar los fundamentos ofensivos utilizados durante un encuentro de mini básquet.
- Se exhorta a los entrenadores de este importante Club aplicar la guía didáctica de ejercicios físicos técnicos, con el objetivo que desarrollen la coordinación dinámica general y de la coordinación viso motora, además estos ejercicios ayudaran a desarrollar las capacidades coordinativas.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta, A. (27 de Agosto de 2019). *Coordinación espacial*. Obtenido de ABC : <https://www.abc.com.py/edicion-impres/suplementos/escolar/2019/08/27/coordinacion-espacial-1/#:~:text=La%20coordinaci%C3%B3n%20espacial%20es%20una,se%20generan%20las%20bases%20motrices.>
- Alarcón, J. (2012). *Talleres de metodología de la investigación*. Ibarra- Ecuador: Editorial UTN.
- Alcantara, W. (2019). *Coordinación motora en los niños de 0 a 12 años de edad*. Perú: Universidad Nacional de Tumbes.
- Beltran, H. (2012). Propuesta de ejercicios para el desarrollo de la coordinación en edades formativas del basquetbol. *EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires*, pp. 1/1.
- Bernal, C. (2006). *Metodología de la investigación*. México: Pearson Educación.
- Cancio, E. (2010). Consideraciones a tener en la iniciación deportiva. [http://www.efdeportes.com/Revista Digital](http://www.efdeportes.com/Revista%20Digital), pp 1/1.
- Cañizares, J., & Carbonero, C. (2016). *Enciclopedia de educación física en la edad escolar: elección manual para el profesorado de educación física en la edad escolar*. Sevilla: Editorial Wanceulen.
- Cañizares, J., & Carbonero, C. (2018). *Temario resumido de oposiciones de educación física*. Sevilla : Editorial Wanceulen.
- Cárdenas, M., Burbano, V., & Espitia, E. (26 de Mayo de 2019). *Efectos de un programa recreativo-pedagógico en las capacidades coordinativas en escolares*. Obtenido de Revista U.D.C.A Actualidad & Divulgación Científica: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-42262019000100501
- Cardona, F., & Buitrago, J. (2019). *Confiabilidad de los test que miden las capacidades coordinativas en deportes acíclicos*. Obtenido de Revista digital: Actividad Física y Deporte: <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1126/1507>
- Carmona, S. (22 de Febrero de 2021). *La importancia de la coordinación* . Obtenido de Fitness y Wellness: <https://www.arribabysaracarmona.com/post/la-importancia-de-la-coordinaci%C3%B3n>

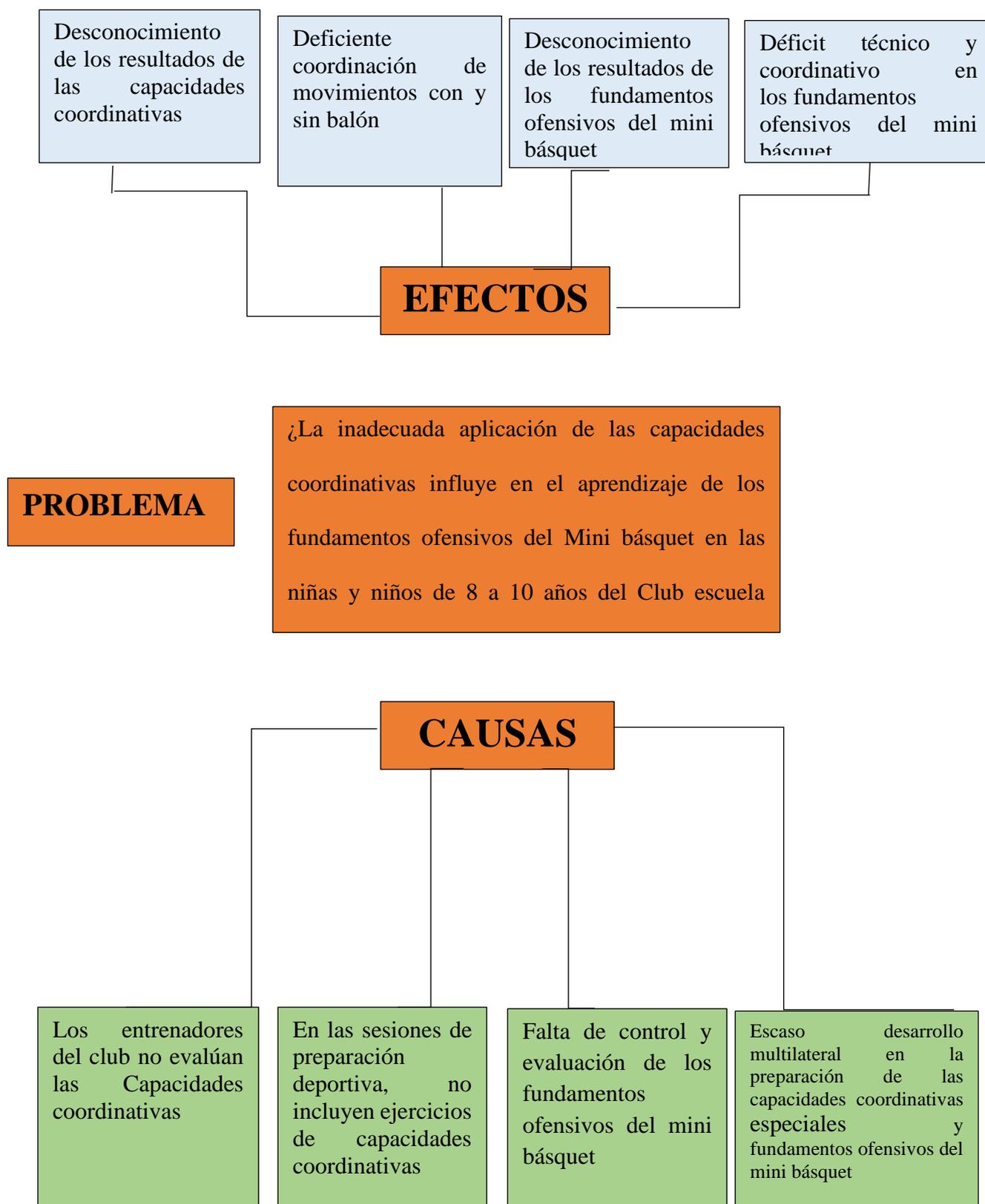
- Cenizo, J., Ravelo, J., Morilla, S., & Fernández, J. (2017). Test de coordinación motriz 3JS: Cómo valorar y analizar su ejecución. *Retos*, 32, 189-193.
- Contreras, C. (Julio de 2011). *La coordinación y el equilibrio dentro de la Educación Física actual*. Obtenido de EFDeportes.com, Revista Digital: <https://www.efdeportes.com/efd158/la-coordinacion-y-el-equilibrio-dentro-de-la-educacion-fisica.htm>
- Del campo, J. (2001). El desarrollo y evaluación de las capacidades coordinativas del baloncesto propuesta metodologica de la iniciación deportiva. [http://www.efdeportes.com/Revista Digital](http://www.efdeportes.com/Revista_Digital) , pp 1/2.
- Ebrahimi, A., Movallali, G., Jamshidi, A., Rahgozar, M., & Haghgoo, H. (2017). Postural control in deaf children. *Act. Med. Iranica*. 55(2), 115-122. Obtenido de Act. Med. Iranica.
- ERTHEO. (15 de Abril de 2015). *El minibasket y el material adaptado para los niños*. Obtenido de Deportes: <https://www.erttheo.com/blog/minibasket/>
- Herrera, B., Valencia, W., García, D., & Echeverri, J. (2020). Desarrollo de las capacidades coordinativas en niños: efectos de entrenamiento en el patinaje . *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF)*, 282-290.
- Jacob, W. (5 de Junio de 2017). *El entrenamiento físico en el fútbol como factor de influencia en el aprendizaje del gesto técnico del chut a portería*. Obtenido de Universitat de Barcelona: http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/119290/1/WESLEI%20JACOB_TESIS.pdf
- López, D. (2014). El trabajo de coordinación en baloncesto. *Análisis en categorías de formación. AGON International Journal of Sport Sciences*, 56-65.
- Martin, D., Carl, K., & Lehnertz, K. (2016). *Manual de metodología del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Medrano, Á., Vivas, A., Criollo, W., Aguayo, C., & Calero, S. (Febrero de 2016). *Diagnóstico del nivel de coordinación espacial y rítmica en la asignatura de aeróbicos*. Obtenido de EFDeportes.com, Revista Digital: <https://www.efdeportes.com/efd213/coordinacion-espacial-y-ritmica-en-aerobicos.htm>
- Mejía, J. (2018). *Capacidades coordinativas y su relación con el rendimiento técnico del mini básquet en los niños de 11 a 12 años de la unidad educativa "Letort" de la ciudad de Quito en el año lectivo 2016-2017*. Ibarra: Tesis. Universidad Técnica del Norte .

- Mejía, N. (19 de Mayo de 2020). *Revisión conceptual y tipología de la coordinación motriz*. Obtenido de efdeportes.com.Lecturas:Educación Física y Deportes : <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/download/2047/1241?inline=1>
- Muñoz, C. (2000). *Como elaborar y asesorar una investigación de tesis*. México: Pearson Educación.
- Ñaupas Humberto et al., (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa - cualitativa*. Bogota- Colombia: Ediciones de la U.
- Pedroso, C., & Pérez, Y. (2017). Sistema de ejercicios para el perfeccionamiento de la velocidad de ejecución simple y compleja en acciones ofensivas del taekwondo en atletas escolares de la EIDE provincia las Tunas. *Universidad Las Tunas, Cuba*, 174-192.
- Peña, S. (2018). *Las capacidades coordinativas especiales en el desarrollo de los fundamentos técnicos defensivos y ofensivos del baloncesto con niños de 10 - 14 años del colegio menor San Francisco de Quito*. Quito: Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Maestría en Entrenamiento Deportivo.
- Plisky, G. (2009). The Reliability of an Instrumented Device for Measuring Components of the Star Excursion Balance Test. *North American Journal of Sports Physical Therapy*, 92 - 99.
- Portocarrero, A., & Agudelo, M. (2016). *Diseño de un instrumento de evaluación para los fundamentos técnicos ofensivos con balón en el baloncesto*. Bogotá: Universidad Pedagógica Nacional (Tesis de pregrado-Licenciatura en deporte).
- Rodríguez, W., Burgos, D., & Parrado, D. (2015). *Mejoramiento de la coordinación dinámica general por medio de actividades circenses*. Obtenido de Universidad Libre. Facultad de Ciencias de la Educación : <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8490/WILSON-DIEGO-DAVID%20tesis%20final.pdf?sequence=1>
- Salfran Vergara, C. M., Herrera Delgado, Í., Rodríguez Ramírez, S., Nápoles Gómez, T., & Figueredo Salfran, Y. (Enero de 2013). Ejercicios para el desarrollo de las capacidades coordinativas en el voleibol. *EFDeportes*, 176. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd176/las-capacidades-coordinativas-en-el-voleibol.htm>
- Salfran, C., Herrera, Í., & Nápoles, T. (Enero de 2013). *Ejercicios para el desarrollo de las capacidades coordinativas en el voleibol*. Obtenido de EFDeportes.com, Revista

- Digital: <https://www.efdeportes.com/efd176/las-capacidades-coordinativas-en-el-voleibol.htm>
- Sánchez, J. (Junio de 2011). *La coordinación dinámica general*. Obtenido de EFDeportes.com, Revista Digital: <https://www.efdeportes.com/efd157/la-coordinacion-dinamica-general.htm>
- Serván, Y. (2018). *La estrategia didáctica del juego balón mano y la coordinación óculo manual en los niños de primer grado con déficit de coordinación de la Institución Educativa N° 6015, Villa María del Triunfo, 2016*. Perú: Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle .
- Téllez, S., & Montero, R. (Febrero de 2013). *Pruebas para el control de las capacidades coordinativas espacio temporal y de diferenciación en las atletas del equipo femenino de baloncesto de la categoría 13-14 años, pertenecientes al combinado deportivo Ceferino Fernández Viñas del municipio Pinar*. Obtenido de EFDeportes.com: <https://www.efdeportes.com/efd177/control-de-las-capacidades-coordinativas-en-baloncesto.htm>
- Torralba, M., Vieira, M., Lleixà, T., & Gorla, J. (2016). Evaluación de la coordinación motora en educación primaria de barcelona y provincia. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 355-371.
- Vaquera, A., Morante, J., García, J., Rodríguez, J., Ávila, C., Mendonca, P., & Villa, J. (2007). Diseño y aplicación del test de campo TIVRE basket para la valoración de la resistencia aeróbica del jugador de baloncesto. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 19-40.

ANEXOS

Anexo N° 1: Árbol de problemas



Anexo N° 2: Matriz de coherencia

<p>Título de la Investigación: Las capacidades coordinativas en el Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”</p>		
<p>Formulación del Problema: ¿La inadecuada aplicación de las capacidades coordinativas influye en el aprendizaje del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”?</p>		
<p>Objetivo general: Determinar cómo influyen las capacidades coordinativas en el Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club Escuela Formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”.</p>		
Objetivos específicos		Interrogantes de investigación (una por cada objetivo específico)
Objetivo específico 1	Evaluar las capacidades coordinativas especiales a través de test físicos en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”.	¿Cuál es el resultado de la evaluación de las capacidades coordinativas especiales a través de test físicos en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”?
Objetivo específico 2	Valorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet a través de una rúbrica en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”.	¿Cuál es el resultado de la valoración de los principales fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años del Club escuela formativa de Liga deportiva Antonio Ante, periodo 2021-2022”?
Objetivo específico 3	Elaborar una guía metodológica con ejercicios físico técnicos coordinativos para mejorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años.	¿La aplicación de una guía metodológica con ejercicios físico técnicos coordinativos ayudará a mejorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet en las niñas y niños de 8 a 10 años?
Nombres y Apellidos	Milena Aracely Enríquez Bautista	Cédula: 1004407605

Anexo N° 3: Matriz de categorial

Concepto	Categorial	Dimensiones	Indicadores
Son capacidades determinadas sobre todo por la coordinación, esto es, por los procesos de regulación y conducción del movimiento.	Capacidades coordinativas	Test Capacidades Coordinativas (3JS)	Prueba 1. Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura
			Prueba 2. Girar con los dos pies juntos
			Prueba 3. Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro
			Prueba 4. Golpear dos balones al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro
			Prueba 5. Desplazarse corriendo haciendo el slalom
			Prueba 6. Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un slalom simple y cambiando el

			sentido rodeando el pivote
			Prueba 7. Conducir ida y vuelta el balón con el pie superando un slalom simple
<p>En el mini básquet existen los fundamentos técnicos que son los factores más importantes en el desarrollo de un equipo de baloncesto exitoso. El desarrollo de estos fundamentos técnicos hará que el equipo se desenvuelva de una mejor manera volviéndolo así en forma positiva</p>	Fundamentos del Mini básquet	Fundamentos ofensivos del Mini básquet	Dribbling
			Pase
			Tiro

Fuente: Milena Enríquez

Anexo N° 4: Matriz de relación diagnóstica

Objetivo	Categorial	Indicadores	Técnicas	Fuente información
Evaluar las capacidades coordinativas especiales	Capacidades coordinativas	Prueba 1. Saltar con los dos pies juntos las picas situadas a una altura	Test de capacidades coordinativas (3JS)	Niños/niñas de 8 a 10 años
		Prueba 2. Girar con los dos pies juntos		
		Prueba 3. Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro		
		Prueba 4. Golpear dos balones al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro		
		Prueba 5. Desplazarse corriendo haciendo el slalom		

		Prueba 6. Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un slalom simple y cambiando el sentido rodeando el pivote		
		Prueba 7. Conducir ida y vuelta el balón con el pie superando un slalom simple		
Valorar los fundamentos técnicos ofensivos del Mini básquet	Fundamentos ofensivos del Mini básquet	Dribling	Ficha de observación	Niños/niñas de 8 a 10 años
		Pase		
		Tiro		

Fuente: Milena Enríquez

Anexo N° 5: Test capacidades coordinativas TEST 3JS

Tarea	Puntos	Criterios de valoración
Tarea 1.- Salto vertical (Coordinación dinámica general)	1	No se impulsa con las dos piernas simultáneamente. No realiza flexión de tronco.
	2	Flexiona el tronco y se impulsa con ambas piernas. No cae con los dos pies simultáneamente
	3	Se impulsa y cae con las dos piernas, pero no coordina la extensión simultánea de brazos y piernas.
	4	Se impulsa y cae con los dos pies simultáneamente coordinando brazos y piernas.
Tarea 2.- Giro en el eje longitudinal (Coordinación dinámica general)	1	Realiza un giro entre 1 y 90°
	2	Realiza un giro entre 91 y 180°
	3	Realiza un giro entre 181 y 270°
	4	Realiza un giro entre 271 y 360°
Tarea 3.- Lanzamiento de precisión (Coordinación viso - motriz)	1	El tronco no realiza rotación lateral y el brazo lanzador no se lleva hacia atrás.
	2	Realiza poco movimiento de codo y existe rotación externa de la articulación del hombro (ligero armado del brazo).
	3	Hay armado del brazo y el objeto se lleva hasta detrás de la cabeza.
	4	Coordina un movimiento fluido desde las piernas y el tronco hasta la muñeca del brazo contrario a la pierna retrasada.
Tarea 4.- Golpeo de precisión	1	No coloca la pierna de apoyo al lado del balón. No hay una flexión y extensión de la rodilla de la pierna que golpea.
	2	No coloca la pierna de apoyo al lado del balón y golpea con un movimiento de pierna y pie.

(Coordinación viso - motriz)	3	Se equilibra sobre la pierna de apoyo colocándola al lado del balón. Balancea la pierna golpeando con una secuencia de movimiento de cadera, pierna y pie.
	4	Se equilibra sobre la pierna de apoyo y balancea la pierna de golpeo, siguiendo una secuencia de movimiento desde el tronco hacia la cadera, muslo y pie.
Tarea 5.- Carrera de eslalon (Coordinación dinámica general)	1	Las piernas se encuentran rígidas y el paso es desigual. Fase aérea muy reducida.
	2	Se distinguen las fases de amortiguación e impulsión, pero con un movimiento limitado del braceo (no existe flexión del codo).
	3	Existe braceo y flexión en el codo. Los movimientos de brazos no facilitan la fluidez de los apoyos (la frecuencia del braceo no es la misma que la de los apoyos).
	4	Coordina en la carrera brazos y piernas y se adapta al recorrido establecido cambiando la dirección correctamente.
Tarea 6.- Driblar (Coordinación viso - motriz)	1	Necesita agarre del balón para darle continuidad al driblin.
	2	No hay homogeneidad en la altura del driblin o se golpea el balón (no se acompaña el contacto con el balón).
	3	Se utiliza la flexión y extensión de codo y muñeca para ejecutar el driblin. Utiliza una sola mano/brazo.
	4	Coordina correctamente el driblin utilizando la mano/brazo más adecuada para el desplazamiento en el eslalon. Utiliza adecuadamente ambas manos/brazos.
Tarea 7.- Conducción (Coordinación viso - motriz)	1	Necesita agarrar el balón con la mano para darle continuidad a la conducción.
	2	No hay homogeneidad en la potencia del golpeo. Se observan diferencias en la distancia que recorre el balón tras cada golpeo.

	3	Utiliza una sola pierna para dominar constantemente el balón, utilizando la superficie de contacto más oportuna y adecuando la potencia de los golpes.
	4	Domina constantemente el balón, utilizando la pierna más apropiada y la superficie más oportuna. Adecua la potencia de los golpes y mantiene la vista sobre el recorrido (no sobre el balón).

Fuente: Cenizo et al. (2016)

Anexo N° 6: Ficha de observación fundamentos ofensivos del mini básquet

Criterios		Nivel/Puntaje		
		1	2	3
Lanzamiento	1 Línea de Tiro	un segmento en la línea	2 segmentos en la línea	3 segmentos en la línea
	2 Agarre del balón	manos juntas.	una mano debajo del balón, la otra sobre él.	Agarre en "T" dedos pulgares
	3 Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	Deteniéndose un tiempo	sin detenerse en la ejecución
	4 Efectividad	1 y 2	3 y 4	5
	5 Angulo recto muñeca	No hay flexión: palma de la mano apunta al aro	Flexión 45°: dedos apuntan en diagonal hacia arriba	Flexión de muñeca: dedos apuntan al aro
Drible	1 Velocidad de desplazamiento	7''	6''	5''
	2 Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	Deteniéndose un tiempo	sin detenerse en la ejecución
	3 Mano-balón	Contacto solo de yema de los dedos	Algunos dribles solo yema de los dedos	Contacto siempre con la palma de la mano
	4 Mirada del deportista	Mira más de una vez el suelo o el balón	Mira una vez al suelo o el balón	Todo el tiempo mira al frente
	5 Flexión de muñeca	Muñeca totalmente rígida	Flexiona en algunos dribles la muñeca	Flexiona muñeca siempre
Pase	1 Posición de los codos	Totalmente separados del cuerpo	Mas separados de lo normal	Ligeramente separados del cuerpo
	2 Posición de los pies	Ningún pie apunta al blanco	un solo pie apunta al blanco	Ambos pies apuntan al blanco
	3 Agarre del balón	manos juntas, casi tocándose	una mano en un hemisferio y la otra en el centro	Manos extendidas en cada hemisferio del balón
	4 Efectividad	1 y 2	3 y 4	5
	5 Fluidez del movimiento	Deteniéndose más de 1 tiempo	Deteniéndose un tiempo	sin detenerse en la ejecución

Fuente: Portocarrero y Agudelo (2016)

Anexo N° 7: Ficha de observación fundamentos ofensivos del mini básquet

Evalué los parámetros de cada fundamento de 1 a 3 (siendo 1 la puntuación mas baja y 3 la mas alta), teniendo en cuenta los criterios establecidos (véase protocolo).																		
Nombre	Lanzamiento					Drible					Pase		Total					
	1. Línea de tiro	2. Agarre del balón	3. Fluidez del movimiento	4. Efectividad	5. Flexión de muñeca	1. V desplazamiento	2. Fluidez del movimiento	3. Mano-balón	4. Mirada del deportista	5. Flexión muñeca	1. Posición de los codos	2. Posición de los Pies	3. Efectividad	4. Fluidez del movimiento	5. Agarre del balón	Lanzamiento	Drible	Pase
1																		
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		
11																		
12																		
13																		

Fuente: Portocarrero y Agudelo (2016)

Anexo N° 8: Certificados



Document Information

Analyzed document	Tesis Final Milena URKUND.docx (D148381980)
Submitted	11/2/2022 4:04:00 AM
Submitted by	YANDUN YALAMA SEGUNDO VICENTE
Submitter email	svyandun@utn.edu.ec
Similarity	6%
Analysis address	svyandun.utn@analysis.orkund.com

Sources included in the report

SA	Tesis Final Brayan Chicaiza (1).docx Document Tesis Final Brayan Chicaiza (1).docx (D126656612)	 12
SA	prueba test 1.docx Document prueba test 1.docx (D68596024)	 2
SA	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE / INFORME DE GRADO - copia.docx Document INFORME DE GRADO - copia.docx (D61988009) Submitted by: sujey.bone@gmail.com Receiver: raencalada.utn@analysis.orkund.com	 2
SA	BARRIONUEVO.docx Document BARRIONUEVO.docx (D62173772)	 2
SA	Encuesta-Diseño de proyectos.pdf Document Encuesta-Diseño de proyectos.pdf (D87693274)	 2
SA	TRASTORNOS.pdf Document TRASTORNOS.pdf (D84934297)	 1
SA	1386-DOC_Manuscrito versión completa-8095-2-2-20200609.doc Document 1386-DOC_Manuscrito versión completa-8095-2-2-20200609.doc (D135435676)	 2
SA	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE / TESIS OROZCO MUÑOZ RAFAEL AUGUSTO.docx Document TESIS OROZCO MUÑOZ RAFAEL AUGUSTO.docx (D142662619) Submitted by: raorozcom@utn.edu.ec Receiver: jorivadeneira.utn@analysis.orkund.com	 1
SA	Informe final coordinacion dinamica general 20 del 10 del 2022.docx Document Informe final coordinacion dinamica general 20 del 10 del 2022.docx (D147259439)	 3

Entire Document

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE –UTN
FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA FECYT

Certificado de solicitud de permiso para aplicar los instrumentos de investigación



UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
UNIVERSIDAD ACREDITADA RESOLUCIÓN N°173-SE-CEACES -2020
FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGIA
CARRERA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Oficio N° 06-CED
Ibarra, 23 de febrero de 2022

Señor
Luis Fernando Soto
PRESIDENTE DEL CLUB "PUMAS"
Ciudad

Cordial saludo:

Solicito comedidamente, dar las facilidades necesarias a la señorita ENRIQUEZ BAUTISTA MILENA ARACELY estudiante de Octavo Semestre de la Carrera de Entrenamiento Deportivo, para que realice los test físicos con los niños de la institución, que servirán para poder desarrollar su trabajo de investigación previo la obtención de su título de licenciatura en Entrenamiento Deportivo.

Por la favorable atención, le agradezco

Atentamente,
CIENCIA Y TECNICA AL SERVICIO DEL PUEBLO



MSc. Vicente Yandún Yalamá
COORDINADOR CARRERA

*Atención:
Favorable

Esmeralda I.

Recibido: 24/Feb/2022
15:10

Luis Fernando Soto
C.I. 2002677630
Tel: 0994285721

Presidente Club Especializado
Formativo "Pumas"

Certificados de aplicación de instrumentos de investigación

CLUB DEPORTIVO ESPECIALIZADO FORMATIVO "PUMAS ANTEÑOS" ASOCIACIÓN DE CASALTESIS



Resolución Administrativa No. SD/CE/2019-125

Atuntaqui, 24 de noviembre del 2022

Srs.
UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
Presente.

A solicitud verbal de la Sta. Milena Enríquez y en calidad de representante legal del Club Deportivo Especializado Formativo Pumas Anteos, me permito

CERTIFICAR

que la Srta. **MILENA ARACELY ENRÍQUEZ BUATISTA** con CI. **1004407605**, realizó el levantamiento de información en la escuela permanente de baloncesto del Club Deportivo Especializado Formativo Pumas Anteos, mediante la aplicación de los instrumentos y métodos para la medición de las capacidades coordinativas en el mini basquet de niños y niñas de 8 a 10 años de edad. La escuela permanente de baloncesto viene desde marzo del 2019 realizando sus entrenamientos en el Coliseo cerrado de deportes de Liga Deportiva Cantonal de Antonio Ante, de lunes a viernes, con deportistas desde los 5 hasta 18 años y al momento cuenta con más de 120 deportistas.

Esto es todo cuanto puedo certificar, en honor a la verdad para los fines propios de la interesada y la elaboración de su tesis.

Lcdo. Luis Fernando Poto Montalvo

PRESIDENTE CLUB DEPORTIVO ESPECIALIZADO FORMATIVO "PUMAS ANTEÑOS"
Telf: 0994285721