



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**Informe final del trabajo de Integración Curricular previo a la obtención del  
título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**

**TEMA:**

---

**LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS COMO HERRAMIENTA EN EL  
DESARROLLO DEL DRIBLING EN EL MINI BALONCESTO EN LA  
CATEGORÍA INFANTIL DE 9 A 11**

---

**AUTOR:** Calderón Jaramillo Jairo Steven

**TUTOR:** Lic. Mocha Bonilla Julio Alfonso, Mg.

Ambato - Ecuador

Marzo, 2022

## **APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, **Mg, Julio Alfonso Mocha Bonilla**, con cédula de ciudadanía: **1802723161** en calidad de tutor del trabajo de titulación, sobre el tema: **“LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS COMO HERRAMIENTA EN EL DESARROLLO DEL DRIBLING EN EL MINI BALONCESTO EN LA CATEGORÍA INFANTIL DE 9 A 11”** desarrollado por el/la estudiante **Calderón Jaramillo Jairo Steven**, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

---

**Lic. Mocha Bonilla Julio Alfonso, Mg.**

**C.C. 1802723161**

## **AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, con el tema: **“LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS COMO HERRAMIENTA EN EL DESARROLLO DEL DRIBLING EN EL MINI BALONCESTO EN LA CATEGORÍA INFANTIL DE 9 A 11”**, quien basada en la en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autora.



---

**Calderón Jaramillo Jairo Steven**

**C.C. 1804396396**

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO**

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **“LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS COMO HERRAMIENTA EN EL DESARROLLO DEL DRIBLING EN EL MINI BALONCESTO EN LA CATEGORÍA INFANTIL DE 9 A 11”**, presentado por el señor **Calderón Jaramillo Jairo Steven**, estudiante de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte. Una vez revisada la investigación se **APRUEBA**, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

### **COMISIÓN CALIFICADORA**

---

**Lic. Dennis José Hidalgo Álava, Mg.**  
**C.C. 1803568839**  
**Miembro de comisión calificadora**

---

**Esp. Lenin Esteban Loaiza Dávila, PhD.**  
**C.C. 1715330088**  
**Miembro de comisión calificadora**

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo investigativo se lo dedico a Dios por ser mi guía y acompañarme en el trascurso de mi vida, bendiciéndome y dándome fuerzas para seguir cumpliendo mis metas, pues se convirtió en un pilar fundamental.

A mis padres, Edgar Oswaldo Calderón Jaramillo y Betty Rosa Jaramillo Navas por su amor, consejos, valores y principios que me inculcaron pues hoy me atrevo a decir que formaron una buena persona, pueden sentirse orgullosos, ustedes me permitieron llegar hasta este punto de mi vida, gracias por poner toda su confianza mí y me permitieron culminar mi carrera profesional.

A mi hermano Daniel Calderón que siempre se hizo presente con su apoyo condicional, durante este largo proceso, por estar siempre conmigo en todo momento de todo corazón gracias.

Finalmente agradecer a mis amigos que siempre me apoyaban en los momentos más difíciles, por extenderme la mano y brindarme aquellas palabras de apoyo cada día, de verdad mil gracias hermanos, siempre los llevare en mi corazón.

## **AGRADECIMIENTO**

Al finalizar este trabajo quiero utilizar este espacio para agradecer a Dios por guiarme en todo este camino y por permitirme cumplir una meta más en mi vida.

A mi padre y madre quienes siempre tuvieron un apoyo incondicional pese a las adversidades, darme el ejemplo del trabajo y honradez y por entregarme esa oportunidad de formarme en esta prestigiosa universidad.

A la Universidad Técnica de Ambato por haberme brindado grandes oportunidades y engrandecer mi conocimiento.

De igual forma, agradezco a Julio Alfonso Mocha Bonilla docente y mi tutor de Tesis, gracias sus consejos y correcciones pues hoy puedo culminar esta investigación, con su conocimiento y dedicación me encamino durante este proceso.

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

<b>APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN .....</b>	<b>i</b>
<b>AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN .....</b>	<b>ii</b>
<b>APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO.....</b>	<b>iii</b>
<b>DEDICATORIA .....</b>	<b>iv</b>
<b>AGRADECIMIENTO .....</b>	<b>v</b>
<b>ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS .....</b>	<b>vi</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS.....</b>	<b>viii</b>
<b>RESUMEN EJECUTIVO .....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>x</b>
<b>CAPITULO I.....</b>	<b>1</b>
<b>MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>1</b>
1.1. Antecedentes Investigativos.....	1
<b>CATEGORIAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE .....</b>	<b>2</b>
<b>CATEGORIAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE DEPENDIENTE .....</b>	<b>18</b>
1.2 Objetivos .....	37
1.2.1 Objetivo general .....	37
1.2.2 Objetivos específicos.....	37
<b>CAPÍTULO II .....</b>	<b>38</b>
2.1 Materiales.....	38
2.2 Métodos.....	39
2.2.1 Diseño de investigación.....	39
2.2.2 Población y Muestra de estudio.....	40
2.2.3 Técnicas e instrumentos de investigación .....	40
2.2.4 Plan de recolección de la información.....	41
2.2.5 Tratamiento estadístico de los datos de investigación.....	41
<b>CAPÍTULO III.....</b>	<b>42</b>

RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	42
3.1. Análisis y discusión de los resultados.....	42
3.1.1 Caracterización de la muestra de estudio .....	42
3.1.2 Resultados por objetivos.....	43
3.1.3 Discusión de los resultados de la investigación .....	50
3.2 Verificación de hipótesis.....	51
CAPITULO IV.....	52
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	52
4.1 Conclusiones .....	52
4.2 Recomendaciones.....	53
MATERIALES DE REFERENCIA .....	54
Referencias Bibliográficas .....	54
ANEXOS .....	57
Anexo 1 Propuesta de intervención.....	57
Anexo 2 Test: dribling del “ocho” con velocidad.....	73
Anexo 3 Ficha de observación .....	74



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1:	Edades y tiempos para actividad física .....	3
Tabla 2:	Escala de valoración para cinco niveles .....	40
Tabla 3:	Caracterización de la muestra de estudio.....	42
Tabla 4:	Resultados de la valoración inicial de las pruebas de desarrollo de dribling en la muestra de estudio. ....	43
Tabla 5:	Distribución de niveles de ejecución iniciales por pruebas de desarrollo del dribling en la muestra de estudio.....	44
Tabla 6:	Resultados de la valoración posterior a la intervención en las pruebas de desarrollo de dribling en la muestra de estudio.....	45
Tabla 7:	Distribución de niveles de ejecución posterior a la intervención por pruebas de desarrollo del dribling en la muestra de estudio .....	46
Tabla 8:	Resultados de las diferencias de puntajes iniciales y posteriores a la intervención en las pruebas de desarrollo de dribling en la muestra de estudio .....	47
Tabla 9:	Relación entre los niveles de ejecución iniciales y posteriores a la ntervención en la muestra de estudio .....	48
Tabla 10:	Análisis estadístico de verificación de hipótesis de investigación .....	51

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**  
**MODALIDAD PRESENCIAL**

**TEMA:** “LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS COMO HERRAMIENTA EN EL DESARROLLO DEL DRIBLING EN EL MINI BALONCESTO EN LA CATEGORÍA INFANTIL DE 9 A 11”

**Autor:** Jairo Steven Calderón Jaramillo

**Tutor:** Lic. Mocha Bonilla Julio Alfonso, Mg.

**RESUMEN EJECUTIVO**

En presente trabajo de investigación tiene su origen por la necesidad de obtener respuestas sobre métodos efectivos para el desarrollo del dribling en el mini baloncesto, se generó el siguiente tema: “**LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS COMO HERRAMIENTA EN EL DESARROLLO DEL DRIBLING EN EL MINI BALONCESTO EN LA CATEGORÍA INFANTIL DE 9 A 11**” tiene como objetivo principal intervenir, analizar y estudiar su aplicación de los juegos predeportivos como herramienta en el desarrollo del dribling, luego de una extensa recopilación de historia, conceptos, características y beneficios que fundamenta esta investigación. Para su desarrollo se aplicó dos instrumentos, una ficha de observación y un test a toda la muestra de estudio, y como resultado de esto nos permitió obtener información importante para comprobar la veracidad de la hipótesis planteada. También recalcar las conclusiones y recomendaciones que se generaron luego de realizar un análisis estadístico con los datos que se obtuvieron, además conocer la importancia de las metodologías y estrategias del proceso – aprendizaje y el juego es el mejor método lúdico para que un niño aprenda y desarrolle sus habilidades y capacidades.

**Palabras Clave:** juegos predeportivos, herramienta, dribling, mini baloncesto, metodología, docentes

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**  
**MODALIDAD PRESENCIAL**

**THEME:** “THE PRE-SPORTS GAMES AS A TOOL IN THE DEVELOPMENT OF DRIBBLING IN THE MINI BASKETBALL IN THE CHILDREN’S CATEGORY FROM 9 TO 11”

**Author:** Jairo Steven Calderón Jaramillo

**Tutor:** Lic. Mocha Bonilla Julio Alfonso, Mg.

**ABSTRACT**

This research work has its origin in the need to obtain answers about effective methods for the development of dribbling in mini basketball, the following topic was generated: **"THE PREDEPORTIVE GAMES AS TOOLS FOR THE DEVELOPMENT OF DRIBBLING IN MINI BASKETBALL IN THE CHILDREN CATEGORY FROM 9 TO 11"** has as main objective to intervene, analyze and study its application of the pre-sports games as a tool for the development of dribbling, after an extensive compilation of history, concepts, characteristics and benefits that founds this research. For its development two instruments were applied, an observation sheet and a test to the entire study sample, and as a result of this allowed us to obtain important information to verify the veracity of the hypothesis raised. Also, to emphasize the conclusions and recommendations that were generated after performing a statistical analysis with the data that were obtained, in addition you know the importance of the methodologies and strategies of the learning process and that the game is the best playful method for a child to learn and develop their skills and abilities.

**Keywords:** pre-sports games, tool, dribbling, mini-basketball, methodology, teacher

# CAPITULO I

## MARCO TEÓRICO

### 1.1. Antecedentes Investigativos

En las distintas investigaciones relacionadas a los juegos predeportivos se indago en diferentes plataformas científicas, donde se pudo evidenciar la existencia de artículos preliminares que tienen un parentesco con mis variables de estudio.

En su investigación (Miranda & Moreno, 2016) nos muestra que posterior a aplicar los juegos predeportivos, los educandos obtuvieron una notable mejoría en sus habilidades deportivas en la disciplina de bádminton, pues logro despertar el interés durante su uso inclusive a los docentes les facilita su comprensión, esto demuestra que siempre que exista una interacción entre el docente y alumno y a su vez cada alumno con otros se podrá lograr resultados positivos.

De igual manera (Monta & Romero, 2017) en su investigación menciona la importancia del uso de los juegos predeportivos como una herramienta de motivación ya sea para una clase de educación física y deporte, inclusive se lo podría utilizar como una parte del calentamiento, además, menciona que el utilizar distintas estrategias para emplearla en una planificación de entrenamiento puede utilizar los juegos predeportivos, siendo estos una parte de introducción al deporte.

Para (Betancourt et ál., 2020), los juegos predeportivos pueden ayudar con la enseñanza de técnicas deportivas, inclusive puede ser empleados como métodos pedagógicos, además, en caso que los educandos para la iniciación o en caso de que no tengan ningún tipo de experiencia en una disciplina deportiva, estos ayudaran a obtener un aprendizaje muy notable a un nivel técnico.

Finalmente (Torres, 2021) en su investigación nos dice que una metodología siempre tiene que ser bien estructurada y planificada siempre teniendo presente el aprendizaje

significativo, pues el uso de una metodología convencional da resultados en un progreso en las habilidades inclusive es muy utilizado para una corrección a nivel técnico, sin embargo, con el uso de una metodología lúdica en este caso los juegos predeportivos demostró un aprendizaje mucho más rápido, óptimo y placentero en las habilidades, siendo apropiado utilizarlo en la fase de la niñez, apreciada por ser una metodología que se puede utilizar durante el proceso de enseñanza – aprendizaje.

## **CATEGORIAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE**

### **ACTIVIDAD FÍSICA**

#### **Historia**

En la prehistoria la actividad física no existía, sin embargo, el migrar, cazar y recolectar se pueden comprender como actividad física pese a que lo realizaban para sobrevivir, a pesar de esto la población practicaban en ciertos juegos y bailes que se creen que fueron el inicio de lo que hoy se conoce como ejercicio. Con el pasar el tiempo la actividad física que ellos realizaban era mostrada por los adultos a los más jóvenes, de este modo se pueden considerar como los primeros educadores físicos de cierta manera.

Ya para la edad antigua específicamente en el siglo V, en la India la actividad física era considerada un poco más espiritual por esto realizaban yoga, baile, gimnasia y natación.

#### **Definición**

La actividad física se la define como cualquier movimiento corporal generado por los músculos esqueléticos y como resultado de ello se produce un gasto de energía, pues a la actividad física se refiere a todo movimiento, desde desplazamientos que realiza una persona para moverse a distintos lugares hasta el propio trabajo de una persona, pero siempre teniendo en cuenta que la actividad física ya sea moderada o por lo contrario intensa, mejorara la salud. (ONU, 2020 )

Las actividades físicas más frecuentes está el caminar, bailar, montar bicicleta, actividades domésticas, subir y bajar escaleras, participar en juegos son los ejemplos más claros para comprender a que se refiere actividad física.

La expresión actividad física generalmente es confundida con ejercicio físico, como se sabe el ejercicio físico son básicamente actividades o ejercicios planificados, además de ser repetitivos y su objetivo principal es mantener o mejorar componentes relacionados con el estado físico.

### **Importancia**

La actividad física es importante pues ayudara a conservar la salud y reducir el riesgo de obtener enfermedades, se logró revelar que su práctica regular puede alargar el tiempo de vida al obtener múltiples beneficios tanto fisiológicos, psicológicos y sociales, a pesar de esto el sedentarismo continuo y va en aumento. (Moreno, 2016)

En la actualidad la actividad física en realidad es necesaria para lograr beneficios a nivel de la salud, a pesar de esto uno de cada cuatro adultos no realizan actividades físicas durante el tiempo de ocio y por el contrario el nivel de sedentarismo va en aumento durante las actividades laborales. (Muñoz, 2020)

Sin duda el tiempo dedicado a la actividad y a su vez el nivel al que se lo debe ejecutar es de suma importancia, por ende, la OMS dio las siguientes recomendaciones:

**Tabla 1:** Edades y tiempos para actividad física

<b>Niños y adolescentes de 5 a 17 años</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Realizar actividades físicas al menos 60 min diarios a un nivel moderado o intenso</li></ul>
<b>Adultos de 18 a 64 años</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Realizar actividades físicas de 150 a 300 min semanales a un nivel moderado o bien 75 min semanales a un nivel intenso (o inclusive puede haber una combinación entre moderado e intenso)</li></ul>
<b>Adultos de 65 o más años</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Realizar actividades físicas de 150 a 300 min semanales a un nivel moderado o bien 75 min semanales a un nivel intenso (o inclusive puede haber una combinación entre moderado e intenso)</li></ul>

---

**Elaborado por:** Jairo Steven Calderón Jaramillo

Un detalle muy importante es que las persona con algún problema de movilidad es recomendable realizar actividades físicas con el objetivo de mejorar el equilibrio y prever las caídas con un mínimo de 3 días por semana.

### **Beneficios**

La actividad física realizada de manera regular puede traer consigo distintos beneficios, comenzando desde los más notables son:

- Mejorar el sistema muscular, cardiorrespiratorio y óseo
- Previene es riesgo de adquirir enfermedades
- Controlar el peso corporal
- Disminuyen los hábitos nocivos
- Ayuda a dormir mejor
- Aumenta el nivel de las capacidades físicas
- Reduce la preeclampsia

### **En los niños:**

- Mejora su salud cardio metabólica (hiperglucemia, dislipemia, resistencia a la insulita, entre otros)
- Mejora su sistema cognitivo (desempeño académico)
- Mejora su salud mental (disminución de depresión)
- Reduce la grasa corporal

### **En los adultos mayores:**

- Reduce el riesgo de obtener alguna enfermedad (cardiovasculares, hipertensión, cáncer, diabetes, entre otros)

### **Reduce la tasa de mortalidad**

- Mejora su salud mental (ansiedad y depresión)
- Mejora el sueño
- Reduce la grasa corporal

### **En mujeres durante el periodo de embarazo:**

La actividad física contribuye a una salud materna y fetal obteniendo múltiples beneficios:

- Reduce la preeclampsia (aumento en la presión arterial)
- Reduce la hipertensión gestacional
- Reduce la diabetes gestacional
- Controla el aumento durante el embarazo
- Disminuyen los riesgos durante el parto
- Disminuye la depresión puerperal (depresión post – parto)

### **Consecuencias de la Inactividad Física**

El llevar una vida sedentaria realmente tiene un gran impacto en nuestro estado de salud, incluso llegar a ser tan dañinos con tener una mala alimentación, el tabaco y el consumo del alcohol, en conclusión, puede ser mortal, las consecuencias pueden ser las siguientes:

- Quemar menos calorías y aumentar el sobrepeso u obesidad
- El sistema óseo se debilita y pierde minerales, como resultado aparece la osteoporosis
- Pierde masa muscular y resistencia, por utilizar los músculos
- Aumenta la probabilidad de obtener enfermedades del corazón, como coronarias e infartos
- Aumenta el riesgo de obtener hipertensión arterial
- Aumenta el porcentaje de adquirir hipercolesterolemia
- Aumenta la posibilidad de contraer diabetes tipo 2

## **DEPORTES**

### **Historia**

La historia del deporte tiene miles de años, por en el año 4000 a. C. la sociedad China pudo haberlo practicado ya que se encontraron distintos utensilios e infraestructura que pueden hacer pensar que practicaban distintos deportes, incluso los hombres primitivos realizaban deporte no con herramientas o implementos sino por el contrario con deberes que tenían que realizar para sobrevivir.



Por ejemplo, el antiguo Egipto realizaba pesca y natación con el fin de sobrevivir, conjuntamente Persia empleaba deportes de combate con el fin de expandir sus zonas de conquista.

En Grecia la música y teatro, el deporte se comprendido como un conjunto de belleza a un nivel de anatomía, la salud y estabilidad mental y producto de ello realmente dio mucha importancia a los deportes tanto que creo los Juegos Olímpicos de la antigüedad (fue la base para crear los Juegos Olímpicos modernos) se sabe que sus inicias van desde 776 a. C. hasta 393 d. C.

Por otro lado, tenemos a la lucha y maratón que tiene su origen en la antigua Grecia. El termino de “maratón” fue impuesto gracias a un soldado griego su nombre era Filípides al correr una distancia de 37 km murió de fatiga en el 490 a. C. inicio justamente en la población de Maratón por ello obtuvo dicho nombre la prueba y corrió hasta Atenas con el fin de dar una noticia acerca de la victoria que obtuvo el ejercito persa.

En la Edad Media lamentablemente desaparecieron los juegos atléticos, pero se tornan como entrenamientos utilizados para la caza, guerra y torneos. En el Renacimiento abrió puertas para la historia del deporte, pues el humanismo intentaba resaltar las cualidades del ser humano y así descubrir al hombre con el objetivo de dar sentido racional a la vida del mismo.

Para el siglo XIX el deporte era empleado como deporte y también aun como guerra pues aún se tenía en mente los dos sentidos, pero para el siglo XX fueron figados los deportes que ya existieron e incluso se expandió con otro como el futbol: tenis, entre otros.

### **Definición**

Es toda actividad física, dentro de un aspecto competitivo e incrementar la condición física de la persona que lo realiza, además, de contar con una serie de características que lo diferencian del juego (Villena, 2019).

Se les llama deporte a las actividades de nivel competitivo reglamentada, durante su práctica se ven involucradas las capacidades físicas, mentales y sociales de quienes lo ejecutan, además, se necesita de un cierto nivel de entrenamiento, concentración y

destreza, por esto se la considera como una disciplina que supera lo recreativo (Uriarte, 2021).

En si el deporte tiene una definición general pues posee una conexión con la actividad física, pero hay que aclarar que no se debe confundir con ejercicio físico pues existen juegos como el ajedrez que en realidad no se necesita de actividad física por lo contrario aquí se utiliza más la agilidad, pues la mente forma parte del cuerpo y genera una actividad entonces en si es considerada como una actividad física pero no como ejercicio físico.

### **Características**

En todo el mundo existen una extensa cantidad de disciplinas deportivas pues incluso tienen una lista de características las cuales las hacen atractivas y exclusivas, pues aquí es donde se demostrar el talento, fortaleza y habilidades (Agüero, 2021).

Como se comprende al termino deporte tiene presente ciertos aspectos como: actividad física y mental, reglas, competencia, juego, por mencionar algunas, pues nos resultara más sencillo un acercamiento al concepto de deporte. Con esto podemos entender que el deporte básicamente es un juego con normas, inclusive sus características se las detalla como: una fracción de juego, actividad física, competición y reglas, las cuales al fusionarse forman el deporte como tal.

### **Tipos de deportes**

Los deportes se han clasificado en:

**Deportes de agarre:** como su nombre lo indica se refiere que debe existir una manipulación del contrario en este caso en contrincante, por ejemplo, la lucha.

**Deportes de aventura:** se refiere a diversas actividades físicas que se pueden ejecutar en la naturaleza, por ejemplo, tirolina, rafting.

**Deportes de montaña:** son actividades como su nombre lo indica que tiene lugar obviamente en las montañas pues se busca tener un nivel de dificultad ya sea empleado para competición o recreativo.

**Deportes de equipo:** se necesita de 2 grupos que compitan entre si al mismo tiempo con el objetivo de obtener el triunfo, por ejemplo, baloncesto, fútbol, fútbol americano.

**Deportes de pelota:** son aquellos que necesitan de una pelota como elemento fundamental para el desarrollo de la actividad, por ejemplo, tenis, golf.

**Deportes de fuerza:** son las disciplinas que se centran en la fuerza física obligatorio como tal, por ejemplo, la halterofilia, potencia.

**Deportes de precisión:** las disciplinas que tienen mucho tiempo de entrenamiento y una demanda grande sobre la técnica a la par que la fatiga física y mental, por ejemplo, tiro con arco.

**Deportes extremos:** son actividades deportivas que se las realizan en condiciones climáticas muy difíciles, incluso se puede decir peligrosas, por ejemplo, paracaidismo, surf.

**Deportes mentales:** se emplea el cerebro pues también es necesario entrenarlo y por ello está el ajedrez o juegos de mesa.

### **Importancia**

En la actualidad cuando se refiere al deporte tiende a ser un tema de gran impacto social al ser amplio y complicado en sus distintos ámbitos, definiendo que en esta época debe existir una gestión deportiva para un crecimiento, desarrollo y éxito del deporte sin importar la disciplina, nivel o el lugar donde se lo esté realizando. Como consecuencia de esto el deporte se a llegado a convertir en un tema de investigación continuo, resultando un creador de nuevas técnicas, tecnología y teorías, con el fin de lograr un mejor desarrollo para el ser humano por medio del deporte (Rodríguez, 2015).

El deporte se a convertido en un tema de suma importancia para muchos autores tanto que lo han llegado a mencionar como un fenómeno digno de interés, con una existencia tenaz sin importar el estatus social, además, el convertirse en uno de los pasatiempos con mayor influencia a nivel mundial. Por ello, no solo es una parte de la vida cotidiana de las personas, ya sea como admiradores o competidores, no sólo

se ha convertido en un fenómeno social integrado a las vivencias de las personas, sino también en ámbitos como educativos, comunitarios, salud y obviamente deportivos.

El practicar un deporte realmente es importante para el desarrollo individual del ser humano pues permite progresar las habilidades, además de ayudar en la salud física y mental, además, de incrementar el conocimiento de sí mismo (Marquez, 2020).

### **Beneficios**

No es secreto que al realizar algún deporte obtendrás beneficios para la salud, tanto para el cuerpo como también mental, con el pasar del tiempo la idea de obtener beneficios por medio del deporte se ha ido extendiendo cada vez más desde un nivel moderado hasta niveles intensos, siempre acompañándolo con una buena alimentación.

Los beneficios son:

- Disminuye el riesgo de contraer enfermedades del corazón
- Controla el peso corporal
- Mejora el sistema óseo
- Mejora los niveles de azúcar en sangre y de insulina
- Mejora el estado de ánimo
- Ayuda a dormir mejor
- Incrementa la resistencia aeróbica
- Aumenta el sistema muscular
- Mejora la flexibilidad y elasticidad
- Reduce el estrés
- Se extiende el tiempo de vida

### **Deporte Escolar**

Como se sabe que el realizar una actividad física o practicar un deporte tiene múltiples beneficios para la salud, además, cabe mencionar que se puede emplear como una herramienta positiva en el ámbito de la educación pues ayudara a desarrollar y mejorar las capacidades físicas del ser humano, con el objetivo de

ayudar a obtener una mayor integración tanto social, emocional y físico (Dirección Estatal de Deportes CETYS, 2021).

Por ende, durante una clase de educación física en las instituciones educativas se busca combinar la técnica “el saber hacer” y el desarrollo personal “el saber hacer”, por ello los docentes cumplen un rol fundamental para transmitir valores del deporte a los educandos.

Los beneficios son:

- Mejorar el trabajo en equipo
- Crea una identidad y honra al formar parte de la institución educativa
- Incrementa el nivel académico
- Promueve valores (disciplina, responsabilidad, respeto, entre otros)

## **INICIACIÓN DEPORTIVA**

Está considerada como un punto de inicio para incorporar a los niños y niñas que estén empezando con un deporte, pues se puede iniciar mejorando las capacidades físicas y coordinativas, además, crear habilidades que pueden ayudar para su formación a nivel deportivo (González Víllora et al., 2019). La introducción a edades tempranas para los niños y niñas en distintas disciplinas deportivas es recomendable hacerlo utilizando ejercicios censo-perceptuales con el objetivo de activar los sentidos (Pérez & Díaz, 2020).

La iniciación deportiva se comprende como un proceso de enseñanza – aprendizaje en donde el estudiante evoluciona pues atraviesa un conjunto de etapas donde en cada una de ellas aprenderá y mejorará las capacidades físicas, habilidades, técnicas, tácticas, entre otros (Minoldo, 2020).

Además, la iniciación deportiva responde a ser una etapa en la cual el estudiante aprende de una manera más concreta la práctica deportiva, debido a que están en una edad que favorece y facilita el aprendizaje.

## **Definición**

Es considerado como un recurso cronológico donde el individuo tiene contacto con nuevas habilidades al mismo tiempo de actividades físicas deportivas, se le conoce como iniciación deportiva donde un niño o niña inicia una etapa específica en las prácticas de uno o distintos deportes (Velásquez & Gutiérrez, 2018).

La iniciación deportiva busca que el infante adquiera ideas básicas sobre una determinada disciplina, el proceso de iniciación tiene el objetivo de guiar a los niños y niñas durante un aprendizaje integral, tanto emocional y físico.

La iniciación en el deporte se lo considera como un proceso de enseñanza – aprendizaje donde el niño o niña toma conocimientos y habilidades deportivas, siempre dependiendo de un modelo pedagógico adecuado, seleccionado por el docente o entrenador, al empezar a practicar un deporte de manera específica genera patrones básicos que necesitarán, pues crearan las habilidades motoras generales y específicas para el deporte, pues así comprenderán las técnicas aplicables y reglas básicas en el espacio deportivo durante su ejecución.

Los niños que comienzan con la práctica de una disciplina deportiva están comprometidos con la actividad física, conlleva diversos cambios como su raciocinio y personalidad. Como se sabe la educación física y el deporte escolar tiene una conexión, ubica las actividades de los docentes en un modelo deportivo que contesta a las costumbres socioculturales, por esto no es solo la reproducción de la inteligencia fundamentado en la repetición perfecta de la técnica, además es necesario dar prioridad a la formación deportiva, asignarles actividades para crear y desarrollar su creatividad, por esto es indispensable una guía adecuada para el proceso de enseñanza – aprendizaje con el apropiado enfoque y accionar metodológico, que permitirá estructurar y dirigir un aprendizaje significativo durante el proceso de la iniciación deportiva (Águila et al., 2019).

## **Sistematización de la iniciación deportiva**

Si realmente somos sensatos sobre la verdadera importancia que tienen las actividades deportivas dentro del ámbito escolar, tenemos que tener en cuenta que, una correcta adquisición de aptitud deportiva, solo se llegará a obtener si los

docentes son capaces de planificar para el ámbito escolar realizando un trabajo adecuado y analizando distintos puntos de vista (Rodríguez & Moreno, 2018).

Para establecer un plan de trabajo que logre satisfacer las demandas educativas y aptitudes deportivas existe una serie de aspectos fundamentales como:

- Demanda general de la disciplina deportiva
- Demanda específica de la disciplina deportiva
- Nivel de maduración
- Objetivos principales que queremos lograr
- Características del contexto en el cual trabajaremos

Una vez comprendido todas las ideas, podemos dividir en las siguientes fases:

1. Fase de formación de base predeportiva de 3 a 7 años
2. Fase de incitación deportiva de 7 a 10 años
3. Fase de especialización deportiva de 10 a 13 años
4. Fase de rendimiento deportivo de 13 a 18 años

Así mismo, tenemos que tener en cuenta ciertos aspectos para comenzar con el proceso de iniciación deportiva en un niño o niña, conocemos la importancia que tiene el desarrollo de una disciplina deportiva, existen factores importantes para la formación deportiva, las cuales son:

- Desarrollo de habilidades básicas
- Adecuada percepción del espacio-temporal
- Adecuada coordinación
- Unificación del esquema corporal
- Fortalecimiento de la lateralidad

Como se mencionó anteriormente los aspectos son fundamentales para una correcta formación a nivel deportiva, garantizando todos y cada uno de ellos a lo largo de su infancia, aquí se lo denominara como **fase de formación de base predeportiva de 3 a 7 años**.

## **Fase de incitación deportiva de 7 a 10 años**

Para el desarrollo de la iniciación deportiva se tiene que tener presente ciertos requerimientos:

### ***Ejecutar una labor básica de técnicas que dan apoyo a diferentes disciplinas deportivas utilizadas***

Realizar un trabajo base, influyendo en las habilidades básicas las cuales generaran los principios fundamentales sobre cada deporte, sin una insistencia en el perfeccionamiento de una acción.

### ***Incrementar una educación multidisciplinaria***

Buscamos intervenir en las distintas disciplinas para lograr obtener la atención de los niños o niñas que están bajo nuestra orientación, por medio de esto evitaremos encontrar a niños desmotivados, logrando que se percaten sobre diferentes deportes y elijan según su dominio.

### ***Trabajo multilateral***

Siempre tenemos que tener presente que en esta fase estamos generando los principios fundamentales, además, el niño o niñas debe ejecutar la mayor cantidad de acciones puesto que pueden aparecer durante situaciones de juego. Si se trabaja de la mano con la multilateralidad conseguiremos que el niño obtenga una gran cantidad de recursos que los empleara en el momento adecuado.

### ***Unos de formas jugadas***

Para el progreso y acercamiento a las distintas técnicas básicas de un deporte no se tratará de una manera analítica donde domine la monotonía, pues el objetivo es realizar diferentes actividades con el fin de obtener la atención al niño empleando el recurso lúdico, esta parte ayuda al niño a obtener ciertos gestos esenciales para solucionar las diferentes situaciones de juego.

### ***No concentrarse en el trabajo físico intenso***

En este periodo nos da la oportunidad para aprovecharla al máximo, al trabajar con niños podemos utilizarla como una ventaja, pues tiene una gran capacidad para



aprender, además, se genera una maduración en su sistema nervioso al igual que su plasticidad. Incluso su aspecto físico muestra una buena estabilidad y equilibrio corporal lo cual favorece durante el aprendizaje significativo.

### **Fase de especialización deportiva de 10 a 13 años**

Hay que ser conscientes que cuando hablamos de una especialización no tiene que trabajarse dentro del ámbito escolar, pues los contenidos que determina a esta fase deben trabajarse fuera del ámbito escolar.

Fuera del ámbito escolar se tiene presente los aspectos, tales como;

1. Aprendizaje específico a nivel técnico de un deporte
2. Perfeccionamiento a nivel técnico
3. Disminución de la educación multidisciplinaria
4. Especialización de roles, funciones y posiciones de la disciplina
5. Introducir al niño a competiciones con reglas a nivel de las federaciones

### **Fase de rendimiento deportivo de 13 a 18 años**

Esta fase también está fuera del ámbito escolar, u los aspectos a tener en consideración son:

1. Construir tareas apropiadas y meticulosas en sus distintas cualidades físicas básicas
2. Especialización sobre sus roles
3. Disminuye la labor técnico rudimentario para mejorar la técnica de la manera específica
4. Trabajo unilateral

### **Etapas de la iniciación deportiva**

**Etapas de formación perceptiva motora:** esta etapa tiene una gran importancia pues inicia el nacimiento y se extiende hasta los 9 años pues aquí obtendrá el equilibrio, Temporo – Espacial, Coordinación.

**Etapas de formación deportiva multilateral:** se concentra entre los 10 a 13 años pues cumple la función de obtener una mejor coordinación al igual que una

familiarización con diversos elementos para el desarrollo del pensamiento, pero a nivel táctico.

**Etapa de formación específica deportiva:** se concentra entre los 13 a 17 – 18 años, su objetivo es la construcción de habilidades y destrezas de manera específica, un pensamiento táctico de manera específica en el deporte que se practique, además, en uso de técnicas específicas de igual forma.

**Etapa de perfeccionamiento deportivo específico:** la edad que abarca es de 17 – 18 hasta los 21 – 21 años de edad, pues aquí tratan de profundizar más de la etapa anterior y se centran solo y únicamente a un deporte.

**Etapa del rendimiento puro:** comprende desde los 20 – 21 año en adelante, pues aquí el deportista está listo para rendir su capacidad máxima en su deporte pues se ha dedicado solo a su práctica, la formación del deportista es exclusivamente de manera específica.

En las etapas anteriores se trató un trabajo global sin especificaciones, pues por medio de ello al niño se le permitió participar una gran cantidad de experiencias, pues poco a poco se fue elevando el nivel de condiciones y dando nuevos estímulos necesarios para que vaya madurando y así llegar al rendimiento puro.

## **JUEGOS PREDEPORTIVOS**

Los juegos predeportivos son actividades sintéticas previas al deporte, ya que introducen factores como habilidades y destrezas básicas como desplazamientos, lanzamientos y recepciones, pues su práctica es recomendable en niños para que pueden iniciar con cualquier disciplina deportiva (Gardey J. P., 2021).

Se los entiende como juegos que se pueden emplear antes de iniciar con un deporte de manera específica, esto permitirá obtener ciertos movimientos, acciones y habilidades base las cuales serán utilizadas en un futuro.

Los juegos predeportivos poseen un aspecto lúdico y motor una especie de intervalo entre el juego y deporte, que abarca componentes afines de una disciplina deportiva y como resultado de un correcto uso de los juegos predeportivos con cierto nivel de complicación tanto estructural y efectivo deberá tener un nivel inferior, su contenido,

organización y finalidad contribuirá al progreso en las destrezas motoras que ayudaran como una base en las aptitudes deportivas, al contener componentes acordes sobre un deporte (Olivera et al., 2019).

Pues incluso los juegos predeportivos se interponen entre un juego y el deporte, que ayudara al niño o estudiantes que introducirse a los deportes, pero de una manera lúdica y dinámica, pues el objetivo el desarrollo de capacidades físicas y destrezas, los juegos pueden ser individuales o colectivos, tener reglas o no, en espacios libres o cerrados, con o sin implementos.

Los juegos predeportivos buscan entender el trabajo con las destrezas tanto individuales, colectivas y complejas, por esto los docentes debe tener un conocimiento basto con el fin de incrementar progresivamente la complejidad, además es importante que cada juego predeportivo se lo realice de su forma base para luego aplicar variantes (Vera et al., 2019).

Se los puede aplicar durante las clases de Educación Física, pero obviamente con docentes que manejen la materia, pues esto permitirá que los niños obtengan hábitos saludados, inclusive los juegos predeportivos se pueden emplear con el fin de buscar un conocimiento de un deporte en específico, además, de mejorar la técnica y táctica deportiva.

### **Objetivos de los juegos predeportivos**

- Controlar habilidades motrices básicas (locomotor, manipulación, estabilidad)
- Efectuar movimientos técnicos
- Aprender lo técnico - táctico de un deporte por medio de juegos
- Entender las reglas del deporte

La forma de contenido y objetivos son los que permitirán obtener un mejor desarrollo de capacidades, habilidades y destrezas durante la práctica de un deporte en los niños o estudiantes. Oportunamente los juegos ayudan y posibilitan a la participación de todos los estudiantes pues pueden variar las condiciones de juegos y esto permitirá que aprendan en situaciones similares en un deporte.

## **Forma jugada**

El grado de complejidad de los juegos predeportivos será según el nivel de desarrollo motor e inteligencia del niño, pues se puede estimular la realización de ciertos movimientos, además de comprender reglas básicas y trabajo colectivo (Olivera et al., 2017). Se refiere a la forma jugada establecida ante un tipo de juego, desde su estructura esto quiere decir en qué espacio se lo va a ejecutar mas no sobre el propósito de un juego, pues como se mencionó anteriormente vista ente un juego y deporte pues tiene una vista de aprendizaje y de acondicionamiento.

La forma jugada siempre debe tener presente la inquietud pues una vez alcanzado el dominio se puede elevar el nivel para dicho juego, esto quiere decir que la forma jugada contempla actividades lúdicas sin perder con objetivo el aprendizaje, pues lo que busca el control de factores técnicos del deporte practicado.

## **Tipos de juegos predeportivos**

Se clasifican en dos tipos:

- Juegos genéricos
- Juegos de carácter específico

Los juegos genéricos buscan el conseguir las habilidades base y por medio de ello lograr obtener destrezas necesarias para realizar diversas actividades como, por ejemplo, lanzamiento y recepciones.

Los juegos de carácter específico buscan el alcanzar un dominio específico en las actividades sobre un determinado deporte en concreto, por ejemplo, un juego 2 vs 2 muchas reglas y una canasta básica para mejorar habilidades en el baloncesto.

Tienen una relación los juegos predeportivos y la actividad física, pues en los juegos predeportivos demanda destrezas y habilidades en los deportes, mientras que la actividad física valora cualquier acción o movimiento generada por el cuerpo y exija un gasto energético.

## **Beneficios de los juegos predeportivos**

Los juegos predeportivos pueden llegar a tener un aspecto competitivo y como resultado de esto proporcionara a los niños que comprendan ciertas reglas oficiales de las distintas disciplinas deportivas que practican, además el contenido otorgara cierta obtención de destrezas elementales que nos ayudaran como una base para un aprendizaje en sus habilidades deportivas (Vera et al., 2019).

Pues el docente debe buscar las formas necesarias para cumplir los objetivos de la clase ya sea con juegos, pero más allá de que exista un ganador o perdedor siempre debe buscar prioridad ante las necesidades de los estudiantes tanto individuales y colectivas.

Las actividades predeportivas en los niños/as traen consigo una gran cantidad de ventajas como:

- Aprenden a trabajar o practicas un deporte en equipo pues comprenden que cada uno de ellos cumple un rol importante
- Sentirán un cansancio tanto físico como muscular luego de la práctica, pero así habrán descargado tención y estrés
- Cambiarán positivamente sus emociones
- Adquieren un hábito saludable al realizar ejercicio desde una temprana edad, pues aprenderá a competir sanamente, mantenerse saludables, generar anticuerpos, mejorar su sistema circulatorio, además, de fortalecer sus músculos.

## **CATEGORIAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE DEPENDIENTE**

### **BALONCESTO**

#### **Historia**

Tiene sus inicios los tiene en una mañana fría de diciembre de 1891, pues los estudiantes Springfield en Massachussets, debido al frio y lluvia el Dr. Naismith profesor de Educación Física buscaba actividades que se puedan realizar en época de inviernos ya que eran realmente duros, inicio por algo que no quería hacer para posterior a ello logro encontrar algo, el Dr. Naismith buscaba un juego que se realice

en un espacio cerrado, donde la destrucción no prevalezca en él y la fuerza realmente no sea el factor principal para obtener la victoria.

En su primer intento de crear la superficie de juego empleo unas viejas cestas para colocarlas en unos postes del gimnasio y un balón de fútbol, pero eso si utilizando muy pocas reglas., inclusive muchas de las reglas aún se mantienen en la actualidad.

A pesar de estos datos en algunas ocasiones mencionan juegos que realizaban las civilizaciones maya y azteca como pok-ta-pok y tlachtli, sin embargo, su creador obtuvo la idea de un juego de su infancia llamado duck on a rock que consistía en ubicar un objeto sobre un objeto sobre una piedra y con otra piedra más pequeña intentar derribar dicho objeto.

Con el tiempo el Dr. Naismith tenía 18 estudiantes, entonces dedujo que cada equipo debería ser formado por 9 jugadores, luego de 7 y posteriormente para el año de 1896 se quedó con 5 jugadores por equipo.

Para el inicio del tablero pues donde estaba ubicada la cesta podría entorpecer la entrada del balón, para el siglo XX se comenzó a emplear la jugada el rebote pues con el tiempo paso a ser un fundamento importante dentro del juego, al igual que las cestas viejas de melocotones paso a aros metálicos con red, pero sin agujeros hasta que malla que en la actualidad se conoce.

### **Definición**

El baloncesto un deporte donde se disputan entre dos equipos de cinco jugadores cada uno, con el objetivo de meter el balón en el aro del equipo adversario (Merino, 2021). Se lo definió como un deporte a nivel competitivo en equipos donde la finalidad es introducir el balón en la canasta del otro equipo contrincante, el equipo que consigan más puntos será el ganador del enfrentamiento (Pérez, 2021).

Baloncestos – basquetbol “en ingles basketbal; basket de canasta y ball de pelota), o también llamada básquet un deporte que se la puede practicas tanto cubiertas como descubierta, en una modalidad de equipos con 5 jugadores cada uno, procurando obtener punto o también llamadas canastas introduciendo el balón en un aro del equipo contrario.

## **Características**

Las principales características del baloncesto son: el trabajo colectivo, la rapidez, el físico, la exactitud y jugar con el reloj en detención (Calderón, 2018).

Las características del baloncesto será las posiciones en baloncesto, duración del partido, elementos de cada equipo, anotaciones, comienzo del partido, árbitros, mesa de anotadores, aro, cancha e infracciones es lo que diferencia al baloncesto ante otro deporte (Uriarte., 2019).

## **Posiciones en baloncesto**

**Base:** se encarga de contratacar hasta el espacio contrario

**Escolta:** siempre colabora coordinando el ataque

**Alero:** este jugador tiene un equilibrio entre el impulso y tiro, pues tiene una gran rapidez para romper defensas.

**Pívot:** son los que poseen una gran altura y contextura física en un equipo de baloncesto, pues siempre están en fase ofensiva y defensiva.

**Ala-Pívot:** ayudan al pívot pues reprimen el juego interior del equipo contrario generalmente son muy altos

## **Duración del partido**

En la Federación Internacional de Baloncesto (FIBA) el tiempo de duración de cada periodo será de 12 min y para NCAA puede establecer 2 periodos de 20 min cada uno.

En caso que exista un empate se aplica una prórroga de 5 min, para que cada equipo puede tener la ventaja en el marcador y ganar al final del tiempo.

## **Elementos de cada equipo**

Cada equipo de baloncesto podrá tener 12 jugadores, donde 5 estarán en la superficie de juego y los 7 restantes como suplentes, pues el entrenador o docentes podrá realizar los cambios que vea convenientes ante cada interrupción del juego.

A pesar de esto en categorías como las colegiales e infantiles todos los jugadores deberán jugar mínimo durante los tres primeros cuartos, pues el último cuarto se permiten las sustituciones.

### **Anotaciones**

Se lo realiza cada vez que el balón pasa por la canasta entonces se produce una anotación, obviamente cada anotación tiene un puntaje, si el lanzamiento se ejecutó en la zona de tiro libre por una falta, se dará 1 punto al equipo atacante, si el lanzamiento se lo realizó dentro de la zona de triple durante un juego se les dará 2 puntos y si el lanzamiento se lo realizó fuera de la zona de triple se les dará 3 puntos.

### **Comienzo del Partido**

Al comenzar el partido, se ubicará a un jugador de cada equipo en la órbita central con sus pies junto a la línea que divide la superficie de juego, mientras que el resto de jugadores se ubican fuera del círculo.

El árbitro, en el centro del círculo lanzará la pelota hacia arriba, los dos jugadores deberán saltar con el objetivo de desviar el balón a las manos de sus compañeros.

### **Árbitros en baloncesto**

En casi todos los campeonatos generalmente hay 2 árbitros los cuales son encargados de los juegos, pero en las ligas profesionales deberán estar 3 árbitros.

### **Mesa de anotadores**

Este compuesto por cuatro delegados los cuales son:

- El anotador
- El ayudante del anotador
- El cronometrados
- El operador

### **Cancha y Aro**

La superficie de juego cuenta con la medida estándar de 28 m por 15 m.



El aro está ubicado a una altura de 3,05 m, con un diámetro de uno 45,7 cm y con una red la cual le da una forma de canasta.

### **Infracciones**

Sucedan siempre y cuando durante un enfrentamiento un miembro de un equipo genera ya sea una infracción o falta, y el árbitro deberá tomar la decisión según la infracción o falta que se haya cometido.

### **Mini Baloncesto**

En realidad, el mini baloncesto es una transformación del baloncesto convencional, pero lo caracteriza porque es una competición para niños y niñas hasta 12 años de edad. Por esto los pequeños tienen la oportunidad de aprender lo básico sobre reglas y fundamentos del baloncesto, pues es un deporte que está modificado para su altura, habilidades y desarrollo físico.

Pues lo más notable entre el baloncesto y mini baloncesto son las dimensiones de la superficie de juego, altura de los tableros y el tamaño del balón.

La superficie de juego es variable en realidad existen desde los 26 x 14 metros hasta los 12 x 7 metros, la altura del aro igualmente varía pues para niños de 9 años es de 2.60 metros y para niño de 10 años es de 1.5 metros, pero no son alturas estándar pues se puede cambiar dependiendo con los niños y las alturas que tengan los mismos.

La pelota pues esto también varía, por ejemplo, los niños entre 7 a 12 años manejan la pelota de tamaño N°5 pues tiene una circunferencia de 66 a 73 cm con un peso de 450 a 500 gr, pero en niños menos a los 7 años se maneja la pelota N°3 con una circunferencia entre los 55 y 58 cm y un peso de 310 a 330 gr.

### **Reglas del mini baloncesto**

Existen 2 equipos, cada equipo debe tener a 10 jugadores en total, pues 5 jugando y 5 de suplentes. Un partido se divide en 2 periodos o tiempos cada uno tendrá 20 min con un descanso entre periodos de una duración de 10 min. Pero cada periodo a su vez está dividido en 2 periodos de 10 minutos cada uno y separados con un descanso entre 2 minutos cada uno.

Cada jugador de mini baloncesto debe jugar como mínimo 2 tiempos en todo el partido, pero esta regla puede pasarse por alto solo y únicamente si el jugador está lesionado o si ha sido expulsado de la superficie de juego. Las faltas y sanciones es igual que en el baloncesto se mantiene.

### **Objetivos del mini baloncesto**

- Asegurar la diversión de los niños
- Impulsar el compañerismo, disciplina y respeto con todos y para todos
- Mejorar el desarrollo motor
- Desarrollo de la comunicación
- Obtener una mejor lateralidad
- Dominio ante los tipos de pases
- Manejo el cambio de manos
- Iniciación con tiros
- Protección individual

## **FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO**

Al hablar sobre los fundamentos hacemos referencia al conjunto de habilidades que posee un jugador a nivel individual para poder practicar un deporte (Fbrm, 2020).

Los fundamentos técnicos del baloncesto se comprenden como un grupo de técnicas y habilidades fundamentales que debe obtener un individuo para practicar una disciplina deportiva, los fundamentos técnicos del baloncesto son la parte base para su ejecución pues se tiene que dominar ciertas habilidades, de este modo tendremos un buen desarrollo sobre el terreno de juego, es decir, el desarrollo de las habilidades con los fundamentos técnicos logran efectivos resultados en el ámbito deportivo (Mocha Bonilla, 2012).

**Los fundamentos técnicos del baloncesto se distribuyen en: Fundamentos Ofensivos (dribling, pase y tiro) y Fundamentos Defensivos.**

### **Fundamentos Ofensivos**

Los fundamentos técnicos son aquellos que ayudan la realización del ataque o contraataque con finalidad de realizar la canasta, además hay que recalcar que dentro de

los fundamentos técnicos ofensivos tenemos que contar el juego con balón y sin balón.

## **Juegos sin balón**

### **Posición de juego ofensivo**

La postura que debe obtener el cuerpo del individuo tiene como componente principal que es la actitud, pues esto afectará en su calidad como jugador de baloncesto, su capacidad de aprendizaje y su técnica.

Además, los jugadores siempre deben estar listo para movimiento rápidos ya sea para ataque o defensa.

**Pies:** se ubican con una separación a la altura de los hombros repartiendo el peso de forma igual más no fijados en el suelo, sino por el contrario apoyados con la parte delantera de los pies “permitiendo realizar una acción rápida”.

**Piernas:** la ubicación de las piernas tienes que estar semiflexionadas prestos para una acción rápida.

**Tronco:** toma una postura derecha sin que exista una flexión.

**Brazos y mano:** su ubicación toma una ubicación arriba de la cadera obteniendo una flexión, las palmas paralelas al tronco (en caso de recepción) o palmas perpendiculares al tronco (en caso de una defensa a un contrincante).

**Cabeza:** toma una postura natural

**Visión:** se trabaja en una visión periférica, para conocer la ubicación de los jugadores contrarios, sus compañeros y del balón en el terreno de juego durante un partido.

### **Arrancadas**

Son movimientos del cuerpo hacia delante de una manera rápida y hábil, esto se ejecutará por un impulso que realiza el pie retrasado, mientras pasa esto el pie contrario se dirige hacia el frente y el tronco se flexiona levemente para obtener una mayor velocidad. Se distingue dos tipos de arrancadas las cuales son:

**Arrancada Directa.** – El pie delantero es el guía para la dirección que se ha va tomar, además es más rápida que la arrancada cruzada.

**Arrancada Cruzada.** – Toma ventaja el pie contrario la dirección que tomaremos, cruzándolo frente del cuerpo, además es más fiable.

### **Paradas**

El jugador durante una acción de detiene de una manera rápida con el objetivo de realizar otro fundamento, la siguiente acción siempre va a depender de la calidad de la parada que haya ejecutado.

Dentro del baloncesto existe dos formas de realizar la parada:

**Parada en un tiempo:** el jugador en movimiento se detiene, pero los dos pies tienen que hacer contacto con la superficie de juego al mismo tiempo.

**Parada en dos tiempos:** El jugador en movimiento se detiene, pero inicialmente solo un pie entra en contacto con la superficie de juego para lograr una compensación con la velocidad e inclinándose hacia atrás para que luego el otro pie entre en contacto con el terreno de juego.

### **Pivotes**

Es una acción donde el cuerpo realiza un pequeño giro con todo su cuerpo solamente moviendo un pie en distintas direcciones con el objetivo de buscar un pase o tiro. El pie que sea pivótop no puede dejar de tener contacto con la superficie de juego en caso que no se haya realizado un dribling, pase o tiro,

Dentro del baloncesto existe tres formas de realizar el pivótop:

**Pivote hacia adelante.** – Es utilizado generalmente cuando un jugador esta desmarcado y ejecutara un cambio de dirección.

**Pivote hacia atrás.** – Realiza lo contrario decía adelante, se lo utiliza cuando un jugador está siendo marcado, además de estar limitado a realizar otras acciones hacia enfrente.

**Pivote en reverso.** – Se lo utiliza para realizar un cambio de dirección en 180°, utilizando únicamente las puntas de los pies al mismo tiempo posteriormente al haber realizado una parada en dos tiempos.

## **Juego con balón**

### **Recepción del balón**

La recepción de un pase, pues esto dependerá de ciertas circunstancias como:

- La cercanía de la defensa
- La rapidez
- El trayendo del balón
- Posición de los jugadores
- Desplazamiento del compañero receptor

### **Sujeción del balón**

Una de las mejores formas de sujetar el balón es poniendo entre las manos, con los dedos bastante alejados, los pulgares cerca uno del otro y apuntándose a si mismo.

Esto nos ayudara para obtener una gran velocidad para realizar un pase, finta, bote, tiro, entre otros.

### **Triple Amenaza**

Una vez que ya sepan proteger el balón realmente no es suficiente porque esto realmente utilizando solo esto no realizaran ninguna canasta para su equipo, lo que es el objetivo de esta disciplina deportiva.

Es por esto que debemos tomar movimientos rápidos lo que nos ayudara para realizar el objetivo, esto quiere decir realizar; el dribling, pase o tiro.

### **Dribling**

Es el fundamento técnico ofensivo más importante, es el único medio que tiene el jugador para desplazarse con el balón por el campo donde es la acción de control del balón que consiste en rebotarlo contra el suelo, manipular el balón con una mano sin sobrepasar la altura del pecho, además, busca a través de las habilidades motrices

busca el dominio del balón en carrera, sortear, eludir o evitar al adversario con el fin de llegar al aro rival o en algunos casos con el objetivo de no perder la posesión del balón

Existen varios tipos de dribling, por ejemplo,

**Dribling de velocidad.** – Generalmente se lo utiliza para los desplazamientos rápidos con el balón, estas situaciones son normalmente en un contra – ataque, por esto los jugadores que utilicen este dribling tiene que dominar la coordinación de sus manos, sus brazos, sus piernas y primordialmente del balón.

**Dribling de protección.** - Busca el proteger el balón del defensor que se tiene en frente pues realiza un dribling bajo o a la altura de las rodillas, ubicando el brazo opuesto en modo de protección al dribling.

**Dribling de control.** - Aquí se necesita de más destreza y agilidad pues vamos de desplazarnos con velocidad para evitar al defensor ya sea empleando crossver o giros.

Una vez analizado los fundamentos base del baloncesto, analizaremos más fundamento que son de suma importancia dentro de este deporte.

## **Pase**

La idea del pase se puede dar para diversas funciones, en este caso en un contexto deportivo, el pase radica en otorgar el balón a un compañero, los pases integra la acción ofensiva, con el objetivo de lograr obtener un punto para el equipo (Gardey, 2021).

En el baloncesto existe diversos pases que se pueden ejecutar durante un partido, se puede encontrar:

**Pase de pecho.** - Se lo ejecuta iniciando el pase a la altura del pecho con las dos manos en línea recta a al receptor.

**Pase picado.** - Se lo ejecuta lanzando el balón al piso pues esto rebotará en el suelo y se dirigirá a nuestro compañero.

**Pase béisbol.** - Se lo realiza utilizando una mano, pues se lo utiliza cuando se quiere hacer un pase largo

**Pase de espalada.** – Como su nombre lo dice, este pase se lo ejecuta por detrás de la espalda, utilizando únicamente una mano y dirigiéndola al lugar donde está ubicado el compañero que será el receptor.

**Pase por encima de la cabeza.** – Se lo ejecuta conservando los brazos flexionados levemente, sin utilizar demasiada fuerza, manteniéndola sobre la cabeza, para llegar a lanzarlo, en donde los brazos y tronco trabajan en conjunto, existe una pequeña flexión de tronco al mismo tiempo que se produce una extensión de los brazos.

**Pase de mano a mano.** – Este pase se lo ejecuta habitualmente cuando tenemos a un compañero demasiado cerca, pues básicamente recibe el pase casi en sus manos, la mano que da el pase realiza un pequeño impulso el cual le ayuda para dar el pase de manera eficaz.

**Pase de gancho.** - En este pase existe un ligero giro del hombro contrario al adversario y con dirección al compañero que quiere realizar el pase, la mano ubicada debajo del balón va en dirección a la línea del hombro, donde se maneja con los dedos de la mano para finalizar con una acción levantando el brazo sobre la cabeza e impulsando con la mano el balón y terminando con una flexión de muñeca.

## **Tiro**

Es el lanzamiento que se hace para intentar encestar pues el objetivo es sumar la mayor cantidad de punto para ganar al adversario, existen tipos de tiros, por ejemplo, suspensión, tiro libre, tiro en gancho.

En el baloncesto existe distintos tipos de tiros en los cuales podemos encontrar:

**Tiro libre.** – Es un tiro de la zona de los tiros libres, se genera normalmente luego de que se haya generado una falta.

**Tiro en suspensión.** – Es un tiro a la canasta luego que el jugador da un salto medio y se eleva en el aire, donde una mano funciona como apoyo y la otra sujeta al balón, para finalizar con un tiro caracterizado por un golpe de la muñeca.

**Bandeja.** – Es un tiro que se produce con una carrera, se utiliza solamente una mano, se la ejecuta luego de haber dado dos pasos luego de haber dejado de realizar un dribling con el balón.

**Mate.** – Tiene cierta similitud a la bandeja, con el único detalle que toca el aro luego de haber superado una defensa y saltar en el aire. Puede realizarla con una mano o las dos manos, pero es una técnica complicada de ejecutar.

**Tiro de gancho.** – Es un tiro donde se empleará un solo mano para su ejecución (el brazo mantendrá un estado de extensión, generando un movimiento ascendente, para ir soltándolo y terminando con una flexión en la muñeca dándole a si al balón una especie de efecto de semi – arco), generalmente es utilizado para distancias cortas.

**Entrada a canasta.** – Este pase se lo puede ejecutar tras recibir un pase siempre y cuando este ubicado en el área de tiro, iniciara con un paso amplio para luego dar otro más corto y terminar tirando el balón al tablero para hacer la canasta.

**Tiro en estático.** – Este tiro es uno de los más simples que existen dentro del baloncesto, pues se lo ejecuta cuando un jugador está en el área de los rivales, tira el balón a la canasta manteniéndose de pie.

**Tiro tras parada.** – Tiene cierto parecido con el tiro estático, lo que los diferencia es que se lo ejecuta tras realizar una carrera sin importar si es una distancia corta o larga.

### **Fundamentos defensivos**

En el baloncesto el nivel defensivo de un equipo netamente tiene una relación directa con la capacidad defensiva de manera individual, pues la defensa es un componente persistente durante un partido. La defensa es un elemento de suma importancia para el baloncesto, pues la capacidad física y técnica de cada uno de los jugadores ha incrementado notablemente por ende es indispensable, complicar el ataque para contrincantes en un partido.

Al referirse a la defensa realmente nos referimos a una postura ágil y violenta que logre inhabilitar las acciones ofensivas y tienda a provocar múltiples errores como: perder el balón, faltas, malas jugadas, entre otros, del equipo adversario.



## **Posición básica defensiva**

**Pies.** – Los pies deben estar ubicados a la altura de los hombros, el peso del cuerpo debe repartida sobre la parte delantera de los pies y los talones solo deberían estar rozando la superficie de juego.

**Piernas.** - Las piernas deben optar una posición de semi – flexionadas, adquiriendo un buen equilibrio preparadas para reaccionar en movimientos de desplazamientos.

**Cadera.** – La cadera debe optar cierta posición como se estuviera sentado sobre una silla.

**Tronco.** – El tronco debe tomar una postura erguida con una ligera flexión.

**Brazos.** – Los brazos deben estar semi - flexionados tanto los antebrazos y manos a la altura del pecho, los dedos de las manos estarán bien separados y las palmas hacia afuera.

**Cabeza.** – La cabeza deberá optar con una vista hacia el frente obteniendo una vista periférica.

## **Desplazamientos**

Como reglas básicas durante los desplazamientos técnicos defensivos se nombran los siguientes:

- Evitar cruzar los pies
- Prevenir realizar saltitos
- Impedir que los pies lleguen juntos
- Nunca exagerar la abertura de las piernas

Al referirse a los desplazamientos laterales existen dos tipos de entrenadores: unos entrenadores que aconsejan mover inicialmente el pie contrario en la dirección que se va a trasladar y otros entrenadores que aconsejan mover inicialmente el pie a la dirección que se va a trasladar.

## **Posición de un jugador con y sin balón**

Como se ha mencionado anteriormente un jugador de baloncesto va a depender de su actitud y postura, son factores que influyen, además de sus capacidades físicas, del aprendizaje, de la técnica alcanzada son componentes que transforma a una persona convencional en un excelente jugador de baloncesto.

### **Defesan a un individuo con balón**

Se conoce distintas probabilidades, sin embargo, la defensa ejecutada deberá ser realizada de una manera específicamente fuerte y violento, en este caso el objetivo principal de los rivales es el mismo objetivo que tiene el otro equipo que es realizar una canasta.

### **Defesan a un individuo sin balón**

La diferencia muy notable de una defensa sin balón va a depender de la posición del atacante y ubicación del balón, la defensa de un individuo con balón tendrá que estar a una distancia de dos pasos del balón y uno cerca de la canasta, siempre conservando la posición básica de defensa, de esta manera construyendo un triángulo y sus vértices serían formados por el balón, individuo sin balón y su defensor. La visión periférica nos será de mucha ayuda porque debemos mantener el balón y el atacante en nuestra zona de visión.

### **Técnicas Defensivas**

La defensa son movimientos generados durante un juego, pues requiere un buen acondicionamiento tanto a nivel físico y mental, ya que esta siempre presente y es constante, porque mediante una buena aplicación de la defensa se puede recuperar el balón y cumplir el objetivo que es encestar, obteniendo puntos para su equipo.

Existe tres tipos de defensa:

**Defensa individual.** – La defensa individual tiene una gran demanda para las capacidades físicas ya que estos movimientos son muy continuos a lo largo del partido, pues el objetivo es desconcertar al contrincante ya sea por medio de un mal pase o una mala ejecución del dribling con el fin de perder el balón.

**Defensa en equipo.** – La defensa colectiva básicamente es un conjunto de las capacidades físicas individuales de los jugadores del equipo acompañadas de las

jugadas ofensivas planificadas por el equipo adversario. La comunicación verbal entre cada uno de los jugadores tiene un gran peso pues ni los jugadores ni la zona de específica para una defensa.

**Defensa por zonas.** – La defensa por zonas es una combinación entre las zonas y defensas de individuo a individuo dando como resultado que el adversario desarrolle un juego a un bajo nivel de efectividad, a pesar de esto es muy empleado para las defensas que sean lentas obtengan una mayor eficacia.

### **Importancia de los fundamentos**

A estas alturas cabe recalcar que cada uno de los fundamentos anteriormente dados cumplen una función importante dentro del baloncesto pues por medio de ellos podremos mejorar y comenzar un buen camino.

Además, si los mejorar podrás obtener lo siguiente:

- Mejorará tu rendimiento en los juegos
- Se elevará la autoconfianza, inclusive existirá mejorar tomas de decisión durante enfrentamiento
- Extinguirá el estrés en los juegos
- Fortalecerás los reflejos y habilidad motora
- Podrás comprender de una mejor manera el modo de juego

### **TÉCNICA DEL DRIBLING**

La técnica se la comprende un conjunto de métodos aplicado a una tarea específica, pues se desarrolló por medio de una habilidad motora que atraviesan modificaciones en función de las circunstancias que se pueden presentar.

Por medio de la técnica un deportista puede demostrar la manera puede tener dominio sobre una actividad motora en específico, porque se asemeja al concepto de destreza motriz.

En la técnica se pueden llegar a clasificar en 2 tipos:

- Las generales son características y controlan a un individuo pues esto permitirá el avance sobre el proceso sistematizado de la maduración y

desarrollo, por ejemplo, los movimientos que realiza, mover un peso, entre otros.

- Los particulares que son esenciales de cada actividad del ser humano, por ejemplo, los gestos, por ejemplo, lanzamientos, pase o dribling.

### **Aprendizaje de la técnica**

Dentro del baloncesto es muy probable que se le dedique mucho más tiempo, ya que influye tanto de forma individual como colectiva, pues el verdadero reto está dentro del entrenador porque es quien mejora a sus jugadores, pues ya sea el mejor del equipo que parece que no puede mejorar más o si bien el peor jugador que de igual forma a pesar de todo no puede mejorar.

A pesar de lo mencionado anteriormente la técnica son movimiento ligados a acciones propias de deporte con el punto que son sin infringir las reglas del deporte, pues hay que enseñar estas técnicas para que practiquen y apliquen durante un juego (Coach, 2019). El control de una técnica individual ayudara a obtener diversidad de posibilidades que puedas ejecutar durante una jugada en concreto.

### **Posición Básica**

Se describe como aquella postura la cual te permitirá moverte con velocidad, además, de facilitarte cambio de dirección cuando necesites aplicarla recalcando que nunca debes cruzar los pies.

- Los pies separados a la altura de los hombros, flexionado levemente la cadera, las piernas semi flexionadas y repartido el peso sobre todo el pie
- Brazos semi flexionados y separados frente al rostro
- Mantener una vista periférica en todo momento

En si nunca va a existir una formula o receta que dirá que pasos seguir para poder enseñar la técnica pues eso siempre dependerá de la experiencia y conocimiento que tenga cada entrenador y la metodología que el siempre utilice (Coach, 2019).

Pues el aprendizaje cuando realmente exista unas actividades donde llamen la atención de los niños, por ejemplo, a los niños se les enseña por medio de juegos,

pues no el hecho que haya aprendido algo significa que ya se puede ejercitar eso siempre dependerá de los movimientos generados durante las actividades.

### **Componentes técnicos en el dribling**

Existen aspectos básicos primordiales como:

- No mirar al balón, pues esto impedirá un buen desarrollo de nuestras capacidades durante los entrenamientos y partidos.
- Utilizar las dos manos, pues durante los entrenamientos y partidos nos puede limitar nuestras capacidades.
- No excederse en su uso, sin importar si la dominas a la perfección, hay que tener claro para que se usa el dribling.

### **El dribling es utilizado para:**

- Fracturar una defensa
- Proteger el balón de zonas obstaculizadas
- Buscar una situación para aplicar un pase o tiro
- Apartar el balón del tablero en una situación defensiva
- Buscar una ventaja para atacar

El antebrazo deberá seguir la acción del balón, acompañado con una flexión de la articulación del codo, sin embargo, el brazo y hombro siempre debe permanecer estáticos.

Pero el antebrazo opuesto al que realiza el dribling optara con una posición relajada por el cuerpo, generalmente el dribling no debe superar la cintura.

El balón se debe impulsar, no necesariamente tiene que ser golpeada con la muñeca, sino por el contrario realizar una especie de palanca, si existe una pequeña flexión en la articulación de la muñeca pues esto permitirá a tener un mayor contacto el balón con la mano, lo cual mejorará su control.

El dribling en realidad nunca debe usarse por usarse y jamás se debe concluir si no se consiguió el objetivo dispuesto.

## **HERRAMIENTA EN EL DESARROLLO DEL DRIBLING EN EL MINI BALONCESTO**

Cuando se habla sobre la enseñanza del dribling un niño debería iniciar con un dribling estático, donde se busca que las yemas de los dedos realicen un empujen muy suave el balón contra el piso acompañándola con una coordinación de la mano, muñeca y antebrazo.

Para iniciar con la familiarización del baloncesto con el niño, se podrá iniciar dándole reglas del juego, únicamente las más básicas y principales para su desarrollo, sino es la más importante, nos referimos a la forma del desplazamiento, se puede iniciar con juegos los cuales le ayudaran a comprender y mecanizar más rápido la técnica.

Hay que recalcar que cuando llegue un punto donde se le pedirá al niño que juegue sin balón y que realice un pase, el objetivo es enseñar baloncesto, pues para iniciar con la enseñanza de baloncesto hay que comprender los fundamentos más importantes, para que el niño de cierta manera llegue a realizar el dribling, pase o tirar de forma natural, se dedican gran parte del tiempo en las categorías de mini baloncesto. En ningún momento se llegó a decir que se deje de realizar el dribling, ya que es una habilidad que se puede mejorar, además en las categorías de mini baloncesto los niños tienen una capacidad de aprendizaje superior, pero el objetivo primordial es que aprenda a utilizar y relaciones con el juego, sus compañeros y además con la defensa. Básicamente lo que quiero que comprendan es que no se enseñe solo el dribling, solo el pase o solo el tiro, sino que se enseñe baloncesto, el objetivo que se quiere llegar a lograr es el desarrollo de las habilidades con el balón en los niños.

Se ira enseñando la coordinación entre el cuerpo y el balón, siempre cumpliendo tres aspectos fundamentales los cuales son: sistema hándicap, los espacios y trabajo colectivo. En este caso el primer hándicap para el niño será aumentar la carga de entrenamiento enfocándonos en el dribling, se lo realizará mediante juegos y labores fáciles con el objetivo que el niño siempre sujete el balón con sus manos.

Podemos comenzar con una especie de evaluación inicial, obviamente las actividades deberán regirse dependiendo con que categoría se va a trabajar.

Se evaluará cosas básicas como:

- Realizar dribling frente su cuerpo
- Realizar el dribling con las dos manos
- Mirar el territorio de juegos o el balón
- Durante un dribling caminando, persigue el balón antes que controlarlo
- Al existir una resistencia tiende a dar la espalda a la canasta

A su vez, siempre debe realizarse actividades por medio de ejercicios progresivos, siempre teniendo en cuenta los objetivos a cumplir:

- Lograr realizar el dribling con una mano
- Identificar la mano dominante y no dominante
- Realizar el dribling entre las piernas
- Gesto técnico
- No ver el balón

Generalmente los niños por medio de juegos o labores fáciles, se acostumbra a realizar desplazamientos con el balón, teniendo presente los objetivos que se quieren ir desarrollando, entre las edades de 5 – 6 y 7 años se tiene que iniciar con las habilidades motrices básicas de esas edades como: locomotoras, manipulación y estabilidad. Además, la familiarización con la pelota es fundamentos para el desarrollo psicomotriz que interviene en:

- Lateralidad
- Postura
- Espacio temporal
- Trayectoria
- Ritmo
- Equilibrio

## **1.2 Objetivos**

### **1.2.1 Objetivo general**

Determinar la incidencia de los juegos predeportivos como herramienta en el desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022.

### **1.2.2 Objetivos específicos**

- Valorar el nivel inicial de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022.
- Evaluar el nivel de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años posterior a la aplicación de una herramienta basada en los juegos predeportivo de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022.
- Analizar la diferencia entre el nivel inicial de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años y posterior a la aplicación de una herramienta basada en los juegos predeportivo de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022.



## **CAPÍTULO II**

### **2.1 Materiales**

Los recursos empleados durante todo el proceso de investigación fueron piezas fundamentales para realizarlo, estos son:

#### **Recursos humanos**

- Docentes de Educación Física de la Unidad Educativa “Atenas”
- Autor del proyecto: Jairo Steven Calderón Jaramillo
- Tutor: Mg. Julio Alfonso Mocha Bonilla

#### **Recursos Institucionales**

##### **Recursos de la Unidad Educativa “Atenas”**

- Instalaciones de la Unidad educativa
- Implementos deportivos

##### **Recursos de la Universidad Técnica de Ambato**

- Bibliotecas virtuales
- Repositorio académico de la Universidad Técnica de Ambato.
- Plataformas virtuales

#### **Recursos Económicos**

- Materiales de oficina

- Computadora
- Internet
- Transporte
- Alimentación

## **2.2 Métodos**

Los métodos empleados en esta investigación para el desarrollo del estudio se caracterizaron por ser diferentes procesos, pues para la búsqueda de información de carácter científico que dio soporte a la teoría que se aplicó el método analítico, por el cual se estudió estudiaron a los juegos predeportivos para comprender la incidencia que tiene para ser utilizados como una herramienta para el desarrollo del dribling en un grupo de estudio.

Sin embargo, para el desarrollo metodológico de la investigación se empleó un método hipotético – deductivo, por este medio se pudo lograr obtener una aceptación en la hipótesis determinada. Para el desarrollo de las conclusiones se utilizó un método comparativo, con el fin de comparar los hallazgos sobre las distintas fases de la investigación, con el único fin de determinar la incidencia entra las variables de estudio.

### **2.2.1 Diseño de investigación**

El presente trabajo de investigación tiene un enfoque cuantitativo se denomina así porque trata con fenómenos que se pueden medir (esto es, que se les puede asignar un número, como por ejemplo: número de hijos, años, peso, altura,, cociente intelectual, entre otros) a través de la utilización de técnicas estadísticas para el análisis de los datos recogidos (Sánchez Flores, 2019). Por su intención es una investigación aplicada y su planteamiento pre – experimental pues se trabajó con un grupo durante el desarrollo de la intervención, además, el origen de los datos se caracteriza por ser una investigación de campo con un corte longitudinal, por medio de una medición de la variable dependiente en una fase de pre y post intervención.

### 2.2.2 Población y Muestra de estudio

Para el presente trabajo de investigación se tomó en cuenta una población finita de 144 estudiantes de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa “Atenas”, una fracción de los estudiantes participan en la disciplina del baloncesto el muestreo aplicado es no probabilístico por conveniencia, que permitió seleccionar una muestra de 17 estudiantes de la categoría infantil de 9 a 11 años que asistían a sus entrenamientos de manera presencial y en horarios accesibles para la intervención del investigador permitiendo así un buen desarrollo para la investigación.

### 2.2.3 Técnicas e instrumentos de investigación

Para el desarrollo de la presente investigación se plantearon la utilización de la técnica de observación y como instrumento una ficha de observación sobre la técnica del dribling (Anexo 3), así como la técnica de la encuesta y como instrumento el test denominado test: dribling del “ocho” con velocidad (Anexo 2), ambos instrumentos fueron aplicados y validados en la investigación denominada “EJERCICIOS DE VELOCIDAD PARA DESARROLLAR EL DRIBLING EN EL BÁSQUETBOL EN ALUMNAS DEL PRIMER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO” DE HUANCAYO” (Salomé & Vásquez, 2011) , a través del criterio de expertos del Departamento Académico de Educación Física (UNCP-2010).

Además, los niveles generales se establecieron en base de los percentiles 20, 40, 60 y 80 de los cuales determino una escala de valoración para cinco niveles, generando la siguiente (tabla 2):

**Tabla 2:** *Escala de valoración para cinco niveles*

	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>
<b><i>Deficiente</i></b>	5	9
<b><i>Malo</i></b>	10	14
<b><i>Regular</i></b>	15	19
<b><i>Bueno</i></b>	20	24

#### **2.2.4 Plan de recolección de la información**

Para el proceso de adquisición de datos de la investigación se tomó en cuenta la siguiente planificación:

1. Planteamiento del problema de investigación, objetivos e hipótesis de la misma.
2. Selección de la muestra de estudio.
3. Investigar sobre instrumentos que nos ayuden a medir la variable de estudio en esta investigación.
4. Se elaboro una búsqueda de juegos predeportivos que contribuyan como herramienta en el desarrollo del dribling.
5. Se recopilo los datos informativos de cada estudiante en una tabla de Excel
6. Aplicación del Pre Test: dribling del “ocho” con velocidad y la ficha de observación con el cual se evaluó la variable dependiente.
7. Se realizo una intervención durante 10 clases planificadas dedicadas al uso de juegos predeportivos como herramienta en el desarrollo del dribling en la categoría infantil de 9 a 11 años
8. Aplicación del Post Test: dribling del “ocho” con velocidad y la ficha de observación.
9. Se procedió a introducir los datos obtenidos del Test: dribling del “ocho” con velocidad y la ficha de observación.
10. Finalmente se procedió a introducir los datos obtenidos en el programa SPSS versión “IBM 25”, por medio de una elaboración de tablas.
11. Como desenlace se culminó con la elaboración de las conclusiones y recomendaciones para elaborar el informe final.

#### **2.2.5 Tratamiento estadístico de los datos de investigación**

Se aplicó para el efecto el paquete de análisis estadístico SPSS en su versión 25, realizando una caracterización de la muestra de estudio a través de análisis de frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas y un análisis descriptivo para

las variables cuantitativas, de igual manera para determinar la existencia de diferencias significativas por grupos de sexo en cada grado de estudio, se aplicó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk, determinando la utilización de la prueba paramétrica para muestras independientes T-Student. Para el proceso general de verificación de las hipótesis de estudio se aplicó la prueba no paramétrica para muestras relacionadas de Wilcoxon, que determino la existencia de diferencias significativas entre los periodos de estudio.

## CAPÍTULO III

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 3.1. Análisis y discusión de los resultados.

Con la finalidad de comprender de una mejor manera el análisis se lo detallo con los valores obtenidos posterior al haber aplicado el instrumento que se menciona en la metodología, con la finalidad de comprender si existe o no cambios importantes en la muestra que se estudió, además aceptar una de las hipótesis plateadas para la presente investigación.

##### 3.1.1 Caracterización de la muestra de estudio

La caracterización de la muestra de estudio nos permite desarrollar los resultados que se obtuvieron, determinado así su edad, peso y estatura sobre los dos géneros femenino y masculino.

**Tabla 3:** *Caracterización de la muestra de estudio*

Grado	Variables de caracterización	Masculino (n=9 – 52.9%)		Femenino (n=8 – 47.1%)		P	Total (n=17 – 100%)	
		M	DS	M	DS		M	DS
Quinto (n=5 – 29.4%)	Edad (años)	9.00	0	9.0	0	1*	9.0	0
	Peso (kg)	41.6	5.7	26.8	5.4	0.062*	35.7	9.5
	Talla (cm)	139.5	8.4	162.8	27.4	0.236*	148.8	19.6
Sexto (n=7 –	Edad (años)	10.2	0.4	10.0	0	0.576*	10.1	0.4
	Peso (kg)	37.1	4.7	34.7	7.3	0.611*	36.4	5

41.2%)	Talla (cm)	147.5	4.3	146.8	13.5	0.900*	147.3	6.5
Séptimo (n=5 – 29.4%)	Edad (años)	10.0	-	-	-	0.272*	10.6	0.5
	Peso (kg)	33.2	-	10.8	0.5	0.366*	40.7	8
	Talla (cm)	144.3	-	42.6	7.9	0.352*	150.6	6.6
Total (n=17 – 100%)	Edad (años)	9.8	0.7	10.1	0.8	0.356*	9.9	0.7
	Peso (kg)	38.2	5.3	36.7	9.4	0.694*	37.5	7.3
	Talla (cm)	144.5	6.5	153.5	13.8	0.100*	148.7	11.2

**Nota:** Análisis porcentual (%) de la muestra (n) por sexos y total; análisis descriptivo de valores medios (M) y desviaciones estándares (DS) con significación estadística en un nivel de  $P \geq 0.05$  (\*)

El análisis de las variables sobre la categorización de la muestra de estudio, se determinó que existe una diferencia de edades de 0.3 años a favor del género femenino, al igual que en el peso existe una diferencia de peso de 1.5 Kg a favor del género masculino y también en la talla existe una diferencia de talla de 9 cm a favor del género femenino, nos obstante a un nivel estadístico no existen diferencias significativas con un valor de  $P \geq 0.05$ .

### 3.1.2 Resultados por objetivos

#### 3.1.2.1 Resultados de la valoración del nivel inicial de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022.

Para el primer objetivo, se aplicaron los instrumentos que se mencionan en la metodología, para poder obtener valores acerca del nivel inicial del desarrollo del dribling y como resultado de ello se generó la siguiente (tabla 4):

**Tabla 4:** Resultados de la valoración inicial de las pruebas de desarrollo de dribling en la muestra de estudio.

Pruebas de valoración del desarrollo del dribling	N	Mín	Máx	M	DS
Dribling del 8 con velocidad (seg)	17	10	14	12.10	1.32
Control del Balón		3	4	3.82	0.39

Dominio de la técnica de "resorte" de la mano	3	4	3.65	0.49
Cambios de dirección con el dominio del balón	2	4	3.24	0.56
Rapidez en su desplazamiento	2	4	3.47	0.62
Coordinación los segmentos superiores e inferiores con el balón	2	4	3.35	0.70
Cambios de velocidad con el dominio del balón	2	4	2.94	0.56
<b>Coefficiente del desarrollo del dribling</b>	<b>19</b>	<b>27</b>	<b>24.47</b>	<b>2.29</b>

*Nota.* Descripción de valores mínimos (Mín), máximos (Máx), medios (M) y desviaciones estándares (DS)

Para el análisis estadístico de la valoración inicial por pruebas de desarrollo del dribling en la muestra de estudio, se puede notar que en relación al test tiene una media de 12.10 seg, de igual manera para la ficha de observación los ítems con mayor puntaje fueron el control del balón con una media de 3.82 seguido con el dominio de la técnica de "resorte" de la mano con una media de 3,65, sin embargo los ítems con menor puntaje fueron los cambios de velocidad con el dominio del balón con una media de 2,94 seguido del ítem de cambios de dirección con el control del balón con una media de 3.24. Concluyendo con una media de 24.74 sobre coeficiente de desarrollo del dribling.

El instrumento seleccionado y en base a los puntajes obtenidos permitió categorizar a las diferentes pruebas en niveles de ejecución (tabla 5).

**Tabla 5:** Distribución de niveles de ejecución iniciales por pruebas de desarrollo del dribling en la muestra de estudio

Pruebas de valoración del desarrollo del dribling	Malo		Regular		Bueno		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Dribling del 8 con velocidad (seg)	0	0	0	0	17	100.0	17	100.0
Control del Balón	0	0	3	17.6	14	82.4	17	100.0
Dominio de la técnica de "resorte" de la mano	0	0	6	35.3	11	64.7	17	100.0
Cambios de dirección con el dominio del balón	1	5.9	11	64.7	5	29.4	17	100.0
Rapidez en su desplazamiento	1	5.9	7	41.2	9	52.9	17	100.0
Coordinación los segmentos superiores e inferiores con el balón	2	11.8	7	41.2	8	47.1	17	100.0

Cambios de velocidad con el dominio del balón	3	17.6	12	70.6	2	11.8	17	100.0
<b>Nivel de desarrollo del dribling</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>5</b>	<b>29.4</b>	<b>12</b>	<b>70.6</b>	<b>17</b>	<b>100.0</b>

*Nota. Distribución de frecuencias (f) y porcentajes (%)*

El análisis en la valoración iniciales por pruebas de desarrollo del dribling en la muestra de estudio, se puede notar que en relación al test el 100 % de la muestra se encuentra en un nivel bueno, en relación a la ficha de observación el ítem del control del balón de igual manera el 82.4 % se encuentra un nivel bueno, seguido por el dominio de la técnica de “resorte” de la mano con un 64,7 % tuvo un nivel bueno, sin embargo en otros ítems como en los cambios de velocidad con el dominio con el balón un 70.6 % de la muestra se encuentra en un nivel regular, al igual que los cambios de dirección con el dominio del balón un 64.7 % de la muestra se encuentra en un nivel regular. Concluyendo con una media de 70,6 % teniendo un nivel bueno del desarrollo del dribling.

### **3.1.2.2 Resultados de la evaluación del nivel de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años posterior a la aplicación de una herramienta basada en los juegos predeportivo de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022.**

Para el segundo objetivo, posterior al haber realizado las intervenciones en base a juegos predeportivos y aplicado los instrumentos que se mencionan en la metodología, se evaluó y se obtuvo nuevos datos con relación a nivel final del desarrollo del dribling, y como resultado de ello se generó la siguiente (tabla 6):

**Tabla 6:** *Resultados de la valoración posterior a la intervención en las pruebas de desarrollo de dribling en la muestra de estudio.*

<b>Pruebas de valoración del desarrollo del dribling</b>	<b>N</b>	<b>Mín</b>	<b>Máx</b>	<b>M</b>	<b>DS</b>
Dribling del 8 con velocidad		9	13	10.26	1.47
Control del Balón	17	4	5	4.88	0.33
Dominio de la técnica de "resorte" de la mano		4	5	4.65	0.49
Cambios de dirección con el dominio del balón		4	5	4.35	0.49
Rapidez en su desplazamiento		4	5	4.65	0.49



Coordinación los segmentos superiores e inferiores con el balón	4	5	4.41	0.51
Cambios de velocidad con el dominio del balón	4	5	4.29	0.47
<b>Coefficiente del desarrollo del dribling</b>	<b>29</b>	<b>34</b>	<b>32.00</b>	<b>1.70</b>

*Nota. Descripción de valores mínimos (Mín), máximos (Máx), medios (M) y desviaciones estándares (DS)*

Para el análisis estadístico de la valoración final por pruebas de desarrollo del dribling en la muestra de estudio, se puede notar que en relación al test tiene una media de 10.26 seg, de igual manera para la ficha de observación los ítems con mayor puntaje fueron el control del balón con una media de 4.88 seguido con el dominio de la técnica de “resorte” de la mano con una media de 4,65 al igual que la rapidez de su desplazamiento con una media de 4,65, sin embargo los ítems con menor puntaje fueron los cambios de velocidad con el dominio del balón con una media de 4.29 seguido del ítem de cambios de dirección con el control del balón con una media de 4.35. Concluyendo con una media de 32 sobre el coeficiente del desarrollo del dribling.

De igual manera en base a los puntajes obtenidos en este periodo bajo los mismos parámetros se categorizo a las diferentes pruebas en niveles de ejecución (tabla 7).

**Tabla 7:** *Distribución de niveles de ejecución posterior a la intervención por pruebas de desarrollo del dribling en la muestra de estudio*

<b>Pruebas de valoración del desarrollo del dribling</b>	<b>Bueno</b>		<b>Excelente</b>		<b>Total</b>	
	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Dribling del 8 con velocidad	4	23.5	13	76.5	17	100.0
Control del Balón	2	11.8	15	88.2	17	100.0
Dominio de la técnica de "resorte" de la mano	6	35.3	11	64.7	17	100.0
Cambios de dirección con el dominio del balón	11	64.7	6	35.3	17	100.0
Rapidez en su desplazamiento	6	35.3	11	64.7	17	100.0
Coordinación los segmentos superiores e inferiores con el balón	10	58.8	7	41.2	17	100.0
Cambios de velocidad con el dominio del balón	12	70.6	5	29.4	17	100.0
<b>Nivel de desarrollo del dribling</b>	<b>3</b>	<b>17.6</b>	<b>14</b>	<b>82.4</b>	<b>17</b>	<b>100.0</b>

**Nota.** Distribución de frecuencias (f) y porcentajes (%)

El análisis en la valoración final por pruebas de desarrollo del dribling en la muestra de estudio, se puede notar que en relación al test el 76,5 % de la muestra se encuentra en un nivel excelente, en relación a la ficha de observación el ítem del control del balón de igual manera el 88.2 % se encontró en un nivel excelente, seguido por el dominio de la técnica de “resorte” de la mano con un 64,7 % se encontró en un nivel excelente, sin embargo en otros ítems como en los cambios de velocidad con el dominio con el balón un 70.6 % de la muestra se encontró en un nivel bueno, al igual que los cambios de dirección con el dominio del balón un 64.7 % de la muestra se encontró en un nivel bueno. Concluyendo con una media de 82.4 % teniendo un nivel excelente de desarrollo del dribling.

**3.1.2.3 Resultados del análisis de la diferencia entre el nivel inicial de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años y posterior a la aplicación de una herramienta basada en los juegos predeportivo de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022.**

Para el objetivo final, ya realizado el pre test y post test para valorar el desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años, utilizando los instrumentos mencionados en la metodología, se obtuvo nuevos datos y como resultado de ello se generó la siguiente (tabla 8):

*Tabla 8: Resultados de las diferencias de puntajes iniciales y posteriores a la intervención en las pruebas de desarrollo de dribling en la muestra de estudio*

<b>Pruebas de valoración del desarrollo del dribling</b>	<b>N</b>	<b>Mín</b>	<b>Máx</b>	<b>M</b>	<b>DS</b>
Dribling del 8 con velocidad (seg)		-2.46	-1.04	-1.83	0.37
Control del Balón		1.00	2.00	1.05	0.24
Dominio de la técnica de "resorte" de la mano		1.00	1.00	1.00	0.00
Cambios de dirección con el dominio del balón	17	1.00	2.00	1.12	0.33
Rapidez en su desplazamiento		1.00	2.00	1.17	0.39
Coordinación los segmentos superiores e inferiores con el balón		0.00	2.00	1.05	0.42
Cambios de velocidad con el dominio del balón		1.00	2.00	1.35	0.49
<b>Coficiente del desarrollo del dribling</b>		<b>6.00</b>	<b>10.00</b>	<b>7.53</b>	<b>0.94</b>

*Nota. Descripción de valores mínimos (Mín), máximos (Máx), medios (M) y desviaciones estándares (DS)*

Como se observa en la (tabla 7) los datos obtenidos es el resultado final del haber pasado por el pre test, las intervenciones y el post test, se puede notar que en relación al test tiene una media de -1.83 seg bajando el tiempo entre el pre test y post test, de igual manera para la ficha de observación existió mejoras en los ítems que mejoraron notablemente fueron los cambios de velocidad con el dominio con el balón teniendo una media de 1.35, seguido por rapidez en su desplazamiento con una media de 1.17, sin embargo, el ítem que no existió mejoras notables fue el dominio de la técnica de “resorte” de la mano con una media de 1. Concluyendo con una mejoría notable de manera general obteniendo una media de 7.53 sobre el coeficiente del desarrollo del dribling entre el pre test y post test.

Con respaldo a la relación entre los niveles de ejecución por periodos se establecieron tablas de doble entrada por cada prueba analizada (tabla 9).

**Tabla 9:** *Relación entre los niveles de ejecución iniciales y posteriores a la intervención en la muestra de estudio*

Pruebas de valoración del desarrollo del dribling	Niveles iniciales	Niveles posteriores a la intervención		
		Bueno	Excelente	Total
Dribling del 8 con velocidad	<b>Bueno</b>	4	13	17
	<b>Total</b>	4	13	17
Control del Balón	<b>Regular</b>	2	1	3
	<b>Bueno</b>	0	14	14
	<b>Total</b>	2	15	17
	<b>Regular</b>	6	0	6
Dominio de la técnica de "resorte" de la mano	<b>Bueno</b>	0	11	11
	<b>Total</b>	6	11	17
	<b>Malo</b>	1	0	1
	<b>Regular</b>	10	1	11
Cambios de dirección con el dominio del balón	<b>Bueno</b>	0	5	5
	<b>Total</b>	11	6	17
	<b>Malo</b>	1	0	1
	<b>Regular</b>	5	2	7
Rapidez en su desplazamiento	<b>Bueno</b>	0	9	9
	<b>Total</b>	6	11	17
	<b>Malo</b>	2	0	2
	<b>Regular</b>	7	0	7
Coordinación los segmentos superiores e inferiores con el balón	<b>Bueno</b>	1	7	8
	<b>Total</b>	10	7	17
Cambios de velocidad con el dominio	<b>Malo</b>	3	0	3

del balón	<b>Regular</b>	9	3	12
	<b>Bueno</b>	0	2	2
	<b>Total</b>	12	5	17
<b>Nivel de desarrollo del dribling</b>	<b>Regular</b>	3	2	5
	<b>Bueno</b>	0	12	12
	<b>Total</b>	3	14	17

Como se observa en la (tabla 9) la relación entre los niveles de ejecución iniciales y posteriores a la intervención en la muestra de estudio, los resultados estadísticos obtenidos sobre el test fueron los siguientes: en un inicio se encontraban 13 niños en un nivel bueno y 4 niños en in nivel regular, posterior a la intervención 4 se quedaron en un nivel bueno y 13 subieron a un nivel excelente. De igual manera para la ficha de observación los resultados estadísticos fueron los siguientes: con relación al control del balón en su inicio se encontraron 3 en un nivel regular de los cuales luego de la intervención 2 subieron a un nivel bueno y 1 a un nivel excelente, 14 niños se encontraban en un nivel bueno de los cuales luego de la intervención todos subieron a un nivel excelente, con relación al dominio de la técnica de “resorte” de la mano en su inicio se encontraban 6 en un nivel regular posterior a la intervención los 6 subieron a in nivel bueno, 11 se encontraban en un nivel bueno y posterior a la intervención todos subieron a un nivel excelente, con relación a ejecuta cambios de dirección con el dominio del balón 1 estudiante se encontraba en el nivel malo posterior a la intervención subió a un nivel bueno, 11 niños se encontraban en un nivel regular posterior a la intervención 10 subieron a un nivel bueno y 1 estudiante subió a nivel excelente, 5 niños se encontraban en un nivel bueno y todos subieron a un nivel excelente, con relación a demuestra rapidez en sus desplazamientos 1 estudiante se encontraba en un nivel malo posterior a la intervención subió a bueno, 7 estudiantes se encontraban en un nivel regular posterior a las intervención 5 estudiantes subieron a un nivel bueno y 2 estudiantes subieron a un nivel excelente, y 9 estudiantes se encontraban en un nivel bueno posterior a la intervención todos subieron a un nivel excelente, con relación a coordina los segmentos superiores e inferiores con balón 2 estudiantes se encontraban en un nivel malo posterior a la intervención los 2 estudiantes subieron a un nivel bueno, 7 estudiantes se encontraban en un nivel regular posterior a la intervención todos subieron a un nivel bueno y 8 estudiantes se encontraban en un nivel bueno posterior a la intervención los 7 estudiantes subieron a un nivel excelente pero tan solo 1 estudiante se quedó en

un nivel bueno, con relación a ejecuta los cambios de velocidad con el dominio del balón 3 estudiantes se encontraban en un nivel malo posterior a la intervención todos los estudiantes subieron a un nivel bueno, 12 estudiantes se encontraban en un nivel regular posterior a la intervención 9 estudiantes subieron a un nivel bueno y 3 estudiantes subieron a un nivel excelente, 2 estudiantes se encontraban en un nivel buenos posterior a la intervención los 2 estudiantes subieron a un nivel excelente.

### **3.1.3 Discusión de los resultados de la investigación**

La presente investigación tiene como principal objetivo demostrar la incidencia de los juegos predeportivos como herramienta en el desarrollo del dribling en el mini baloncesto de la categoría infantil de 9 a 11 años de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022.

Es por esto que se encontró un hallazgo sobre la mejora del dribling posterior a las intervenciones, por esto para argumentarlo es indispensable realizar una comparación. En la investigación de (Tacuri, 2021), demostró que existe una notable mejora entre el inicio y final de las intervenciones, probando que los juegos predeportivos se los puede emplear como un complemento dentro del proceso de enseñanza - aprendizaje sobre la técnica de una disciplina deportiva, además que los niños gozan en los entrenamientos con un método lúdico, obteniendo una mayor motivación y como resultado de ello lograr los objetivos planificados a alcanzar en cada planificación.

Mientras que en la investigación de (Torres, 2021), muestra que el utilizar una metodología lúdica ayudara a obtener un desarrollo más rápido, optimo y entretenido sobre sus habilidades acuáticas, además aconseja utilizarla en edades tempranas, pues una metodología basada en juegos es la mejor para el proceso de enseñanza – aprendizaje. Y esto también se afirma con Fernando et al., (2015), en su investigación relacionado con la variable independiente dice que al finalizar con las intervenciones su mejora fue muy notable para los niños, pues el programa planificado tuvo una gran aceptación y un nivel de perfeccionamiento alto sobre las habilidades y capacidades motoras de los niños participantes en cada uno de los entrenamientos.

Finalmente analizando los resultados que obtuvo la presente investigación y tomando en referencia a las investigaciones y a sus autores puedo afirmar que los juegos predeportivos si inciden en como herramienta en el desarrollo del dribling de una manera considerable, y no solo en el mini baloncesto sino también inciden en otros deportes como es la natación, futbol, entre otras disciplinas deportivas, además añadido que si se las emplea como un método lúdico en edades tempranas ayudara al desarrollo de las habilidades y capacidades que son necesarias desarrollar en una disciplina deportiva de manera específica.

### 3.2 Verificación de hipótesis

Con el objetivo de verificar las hipótesis de estudio establecidas en la investigación, se realizaron pruebas de diferencias estadística significativas por pruebas de desarrollo del dribling entre los periodos de estudio

**Tabla 10:** *Análisis estadístico de verificación de hipótesis de investigación*

Pruebas de valoración del desarrollo del dribling	N	Media inicial		Media posterior		Diferencia de medias		P
		M	DS	M	DS	M	DS	
Dribling del 8 con velocidad	17	12.10	1.32	10.26	1.47	-1.83	0.37	0.000*
Control del Balón		3.82	0.39	4.88	0.33	1.05	0.24	0.000*
Dominio de la técnica de "resorte" de la mano		3.65	0.49	4.65	0.49	1.00	0.00	0.000*
Cambios de dirección con el dominio del balón		3.24	0.56	4.35	0.49	1.12	0.33	0.000*
Rapidez en su desplazamiento		3.47	0.62	4.65	0.49	1.17	0.39	0.000*
Coordinación los segmentos superiores e inferiores con el balón		3.35	0.70	4.41	0.51	1.05	0.42	0.000*
Cambios de velocidad con el dominio del balón		2.94	0.56	4.29	0.47	1.35	0.49	0.000*
<b>Coefficiente del desarrollo del dribling</b>		<b>24.47</b>	<b>2.29</b>	<b>32.00</b>	<b>1.70</b>	<b>7.53</b>	<b>0.94</b>	<b>0.000*</b>

**Nota.** Descripción de valores medios (M) y desviaciones estándares (DS) con diferencias significativas en un nivel de  $P < 0.05$

La aplicación de la prueba de Wilcoxon para determinar la existencia de diferencias significativas entre los periodos de estudio en cada una de las pruebas y a nivel

general con los coeficientes de desarrollo del dribling calculados para el efecto, establecieron un valor de significación de 0.000, el cual se encuentra en un nivel de  $P < 0.05$ , que permite aceptar la hipótesis alternativa de la investigación:

**H1: Los juegos predeportivos incide como herramienta en el desarrollo del dribling en el mini baloncesto de la categoría infantil de 9 a 11 años de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022.**

## **CAPITULO IV**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **4.1 Conclusiones**

- Se realizó una valoración del nivel inicial de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022, en el cual se pudo observar el tiempo de ejecución del test y también se valoró por medio de una ficha de observación el desarrollo del dribling.
- Se evaluó el nivel de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años posterior a la aplicación de una herramienta basada en los juegos predeportivos de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022, dando como resultado bajar el tiempo

de ejecución del test y mejorar los ítems que se calificaron en la ficha de observación.

- Se analizó la diferencia entre el nivel inicial de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años y posterior a la aplicación de una herramienta basada en los juegos predeportivo de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022, demostrando que los juegos predeportivos si tienen una incidencia en el desarrollo del dribling y si se los utiliza a edades tempranas tiene mejores resultados.

#### **4.2 Recomendaciones**

- Es fundamental valorar el nivel inicial de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022, antes de aplicar un nuevo método para el proceso de enseñanza – aprendizaje utilizando un test para observar cómo se encuentran en ese momento y planificar de una manera cautelosa las siguientes intervenciones.
- Es necesario evaluar el nivel de desarrollo del dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años posterior a la aplicación de una herramienta basada en los juegos predeportivo de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022, nos ayudara a obtener datos más precisos sobre si la metodología utilizada, si contribuye o no el al proceso de enseñanza – aprendizaje.



- Es importante analizar la diferencia entre el nivel inicial de desarrollo del dribbling en el mini baloncesto en la categoría infantil de 9 a 11 años y posterior a la aplicación de una herramienta basada en los juegos predeportivo de la Unidad Educativa “Atenas” durante el periodo octubre 2021- enero 2022, con el fin de buscar nuevas metodologías para el proceso de enseñanza – aprendizaje.

## **MATERIALES DE REFERENCIA**

### **Referencias Bibliográficas**

Águila, L. E., Bernal, Y. S., De La, A., & Bravo, C. L. (2019). LOS PROFESIONALES DEL DEPORTE Y EL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE ESCOLAR EN LA ETAPA DE INICIACIÓN AL BALONCESTO DESDE LA DIMENSIÓN EDUCACIÓN FÍSICA. *Revista Pedagógica de La Universidad de Cienfuegos*, 15, 156–162.

<http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>

Fernando, D., Méndez, F., José, Á., & Díaz, G. (2015). IMPROVING FUNDAMENTALS THROUGH PRE SPORTS GAMES FOR FOOTBALL IN 6 TO 11. *Revista Digital: Actividad Física y Deporte*, 2(1), 70–84.

<https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/329/1588%0Ahttps://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/329>

Freire, W. (n.d.). *Los juegos pre-deportivos en el aprendizaje de los fundamentos*

*técnicos del voleibol de los estudiantes de séptimo año de educación básica de la Escuela “Eduardo Reyes Naranjo” Provincia Tungurahua, Catón Ambato.*

González VÍllora, S., García López, L., Contreras Jordán, O., & Sánchez-Mora

Moreno, D. (2019). El concepto de iniciación deportiva en la actualidad. *Retos : Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación*, 15, 14–20.

Miranda, M. D., & Moreno, A. A. (2016). Juegos pre-deportivos de bádminton para el deporte para todos. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología En La Cultura Física*, 11(3), 167–175.

<http://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/672>

Mocha Bonilla, J. A. (2012). El uso del kinovea (software de video análisis del movimiento) como herramienta para el desarrollo de los fundamentos técnicos individuales de los basquetbolistas juveniles del club Importadora Alvarado (Bachelor's thesis).

Monta, D., & Romero, E. (2017). Influencia de los juegos predeportivos sobre el rendimiento técnico y motriz del voleibol de iniciación. *Efdeportes*, June, 1–16.

<http://www.efdeportes.com/>

Olivera, J., Ramírez Arévalo, C., & Martínez Barzaga, O. (2019). Alternativa de juegos predeportivos para la iniciación deportiva de los escolares en el baloncesto en la Educación Física. *Olimpia: Publicación Científica de La Facultad de Cultura Física de La Universidad de Granma*, 14(45), 1–13.

ALTERNATIVA DE JUEGOS PREDEPORTIVOS PARA LA INICIACIÓN DEPORTIVA DE LOS ESCOLARES EN EL VOLEIBOL DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA, (2017).

Pérez, M. L., & Díaz, I. (2020). *Las percepciones especializadas en la iniciación deportiva de Gimnasia Rítmica: juegos para su entrenamiento*. 913–922.

- Rodríguez, P. L. R., & Moreno, J. A. (2018). IMPORTANCIA DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA EN EL ÁMBITO ESCOLAR SISTEMATIZACIÓN DEL PROCESO DE FORMACIÓN DEPORTIVA. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2013–2015.
- Salomé Elescano, Janet Zulema; Vásquez Ramírez, N. R. (n.d.). *EJERCICIOS DE VELOCIDAD PARA DESARROLLAR EL DRIBLING EN EL BÁSQUETBOL EN ALUMNAS DEL PRIMER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO” DE HUANCAYO*.
- Sánchez Flores, F. A. (2019). Fundamentos Epistémicos de la Investigación Cualitativa y Cuantitativa: Consensos y Disensos. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 13, 101–122.  
<https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Solís-Aguilar, P.-C. A. L., G.E., L.-N., A., P.-M., U., R.-G., L.M., S.-L., P.A., R., A.G., L.-C., A.L., G.-V., V., G.-O., M.A., H.-L., & (3), D. C. (4) de la P.-M. C. (2019). Recuerdan la importancia de la actividad física. *Revista Médico-Científica de La Secretaría de Salud Jalisco*, 121–125.
- Torres, Z. G. (2021). *Juegos Predeportivos en el Proceso Formativo de la Natación*. VI, 546–567.
- Velásquez, A. L., & Gutiérrez, L. J. (2018). “El zipa” persiguiendo un sueño: iniciación deportiva e identidad patrimonial. *Revista Tecnológica Ciencia y Educación Edwards Deming*, 2(2), 1–20. <https://doi.org/10.37957/ed.v2i2.11>
- Vera, R. A., Carmenate, Y. O., & Toledo, M. (2019). Juegos para el desarrollo cognitivo desde la clase de Educación Física. *Conrado*, 15(69), 192–200.

## **ANEXOS**

### **Anexo 1** Propuesta de intervención

#### **1. Datos informativos**

**Modalidad:** Presencial

**Autor:** Jairo Steven Calderón Jaramillo

**Carrera:** Pedagogía De La Actividad Física y Deporte

**Área:** Educación

**Línea de investigación:** Fortalecimiento Social y Educativo

**Periodo:** Octubre 2021 – Enero 2022

**Lugar y fecha de presentación:** Ambato, 01 de diciembre del 2021

#### **Antecedentes de la propuesta**

Los juegos predeportivos son considerados como un método educativo, pero a pesar de esto solo pocos docentes lo empelan, se puede considerar como un paradigma pues muchos docentes lo ven solamente como un pasatiempo o también que no tiene mucho efecto dentro del campo educativo, pero en la actualidad se puede decir lo contrario pues a nivel científico ha demostrado que los juegos

predeportivos si tienen un gran impacto en el desarrollo cognitivo, físicos y técnicos significativamente, además de evitar la monotonía que generalmente está presente en las Instituciones Educativas.

Como se mencionó anteriormente tiene una conexión directa con la educación física y deportes, su aparición se inició en enfrentamientos en la Antigua Grecia donde existen evidencias sobre algunas actividades predeportivas, pero no fue hasta en el siglo XX que las comenzaron aplicar como un método pedagógico dentro de Institución Educativas como: escuelas y universidades.

A los niños siempre le llama la atención el competir y enfrentar desafíos, y como su nombre lo dice los juegos predeportivos contienen 2 elementos importantes que facilitan el proceso de enseñanza – aprendizaje, por un lado está el juego que son actividades abiertas donde los niños disfrutan y también funciona como un desarrollador, y por otro lado está el deporte que es una actividad que los niños intentan replicar de una manera competitiva, además que le enseñara a atravesar diferentes sensaciones como ganar, perder, ya sea de una manera individual o colectiva.

En la actualidad es necesario y obligatorio el dejar de trabajar de una manera tradicional, si el docente quiere llegar a cubrir las necesidades de los estudiantes deben emplear distintos sistemas para ayudar en su condición físicas y técnica por medio de los juegos predeportivos.

### **Justificación**

La presente propuesta de esta investigación tiene como objetivo mostrar diferentes juegos predeportivos que se puede ejecutar con niños, teniendo una gran **importancia** puesto que interviene la pedagogía como medio de ayuda al estudiante en el proceso de enseñanza – aprendizaje, pues el objetivo es utilizar juegos predeportivos para desarrollar y mejorar el dribling, además, podría funcionar como motivación para iniciar la práctica de un deporte.

El **interés** de esta investigación se centra en la Educación Física debido a que no se le da la importancia necesaria a los juegos predeportivos y los múltiples beneficios que pueden obtener con su utilización, pues el objetivo principal de los mismo es el

desarrollo de capacidades físicas, cognitivas y técnicas, además influenciara a los niños a practicar de un deporte.

Así mismo la investigación es de **impacto** pues buscar la manera en que los estudiantes obtengan un aprendizaje significativo, además mejorar por medio de los juegos predeportivos, formando estudiantes dinámicos con las capacidades y habilidades necesarias para participar en diversas actividades y deportes tanto dentro y fuera de la institución educativa.

Es **factible** para los docentes del Área de Educación Física que tienden a dar sus clases con una metodología tradicional y monótona, además busca mejorar el dribling en el min baloncesto de la categoría infantil por medio de los juegos predeportivos.

La **utilidad** de esta propuesta dispone mejorar el dribling en el mini baloncesto en la categoría infantil de la Unidad Educativa “Atenas”.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

- Mejorar el desarrollo del dribling en el mini baloncesto de la categoría infantil de la Unidad Educativa “Atenas” de la ciudad de Ambato, durante el periodo octubre 2020 – enero 2022 utilizando juegos predeportivos.

### **Objetivo Específicos**

- Recopilar contenido necesario para crear la guía de juegos predeportivos para el uso de los niños de mini baloncesto de la categoría infantil de 9 a 11 años
- Presentar una guía de juegos predeportivos para mini baloncesto enfocados con el desarrollo de las capacidades motrices
- Intervenir en el desarrollo de las capacidades motrices de los niños utilizando juegos predeportivos de mini baloncesto

## **Fundamentación**

Con la finalidad de dar un soporte a la presente investigación los juegos predeportivos que se plantearon en esta guía tienen como finalidad el mejorar el estilo de vida de los niñas y niños, además siendo una edad temprana y de desarrollo permitirá que el futuro a nivel deportivo sea muy fructífero.

Los juegos predeportivos forman parte esencial previa a la práctica de un deporte se caracteriza por ser actividades en un ambiente placentero, al combinar actividades lúdicas y deportivas enseñando destrezas y habilidades básicas como: desplazamiento, lanzamiento, recepción, entre otros, nos ayudaran como una base para comenzar con la práctica de un deporte en específico.

Esta propuesta se la desarrollo considerando los resultados que se obtuvieron luego de haber aplicado el TEST: DRIBLING DEL “OCHO” CON VELOCIDAD y su ficha de observación a los niños, pues se notó cierto nivel de dificultad al momento de realizar el dribling, por esto es recomendable aplicar actividades los cuales contribuyan a la coordinación y técnica del dribling, para obtener mejores resultados, además de mejorar notablemente.

### **Partes del programa de los juegos predeportivos**

Cada intervención contaba con las siguientes partes:

- Fase inicial
- Fase principal

Cada punto tiene que desarrollarse de una manera ordenada y progresiva, pues evitando cualquier tipo de inconvenientes.

#### **Fase inicial**

La fase inicial se refiere al calentamiento se lo realizaba por medio de juegos y a su vez por intensidad, iniciando con movimientos lentos y controlados para ir subiendo el nivel hasta terminar realizando el juego como tal, siempre teniendo presente la adecuada activación tanto articular y muscular del cuerpo con el fin de lograr realizar los juegos predeportivos de manera eficaz.


### **Fase principal**


La fase principal corresponde a la parte central de esto dependerá los objetivos que se quieren cumplir con cada uno de los juegos predeportivos propuestos se concentra en obtener el cien por ciento de cada uno de los niños para desarrollar el dribling mediante la aplicación de repeticiones o duración de tiempo.


### **Metodología**


Los juegos predeportivos se las modifíco y adecuadas para que puedan ser ejecutadas por todos y cada uno de los niños que participaron en los mismo durante cada una de las intervenciones, además se tuvo presente que los niños se encontraban en una edad sensitiva adecuada para poder realizar las intervenciones y actividades propuestas. El tiempo que fue dispuesto y aplicado por 3 días a la semana (lunes, miércoles y viernes) 3 semanas y 1 día, contaban con un trabajo por sesión de 30 minutos, donde contaba con la siguiente dosificación 5 minutos para la fase inicial y 25 minutos para la fase principal.





Plan de clase				
INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Atenas"				
PLAN DE CLASE: N°1				
DATOS INFORMATIVOS				
Docente: Jairo Calderón	Área: Educación Física	N° Est: 17	Año lectivo: 2021 - 2022	
Contenido				
Parte	Nombre de las actividades	Min	Materiales	Procedimiento
Inicial	Pases	2 min	Pelotas de Baloncesto Cancha de Baloncesto	Se divide al grupo en 2 equipos, su utilizara un balón y el primer equipo el lograr 20 pases seguidos ganara  Se jugará únicamente sobre la superficie de juego, el conteo reiniciará cuando el balón sea tocado por el equipo que no tenga el balón o si el balón toca el suelo
Principal	Cambio de plato a cono	3 min	Pelotas de Baloncesto Conos Platos Cancha de Baloncesto	Se ubicará cuatro columnas, bajo un aro de la cancha y bajo el otro aro dos conos con un plato sobre uno cono, por columna  Deberán salir con dribling hacer un cambio de plano al otro cono y regresar para que pueda salir su compañero
	Piedra, papel y tijera	3 min	Pelotas de Baloncesto Ulas Ulas Cancha de Baloncesto	Se dividirán en cuatro columnas, los cuales se ubicaran 2 al lado derecho y 2 al izquierdo, de manera que queden frente una con otra  Entre cada columna se ubicarán ulas ulas como un camino, a la orden del docente deberán salir con dribling y al encontrarse deberán jugar piedra, papel y tijera  El equipo en llegar al otro lado gana


Plan de clase				
INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Atenas"				
PLAN DE CLASE: N°2				
DATOS INFORMATIVOS				
Docente: Jairo Calderón	Área: Educación Física	N° Est: 17	Año lectivo: 2021 - 2022	
Contenido				
Parte	Nombre de las actividades	Min	Materiales	Procedimiento
Inicial	Suicidio	1 min	Pelotas de Baloncesto Conos Cancha de Baloncesto	<p>Los niños deberán ubicarse en fila a lo largo de la línea lateral</p> <p>Se ubicaran cinco conos a los largo de la línea media que divide a la cancha, en distancias iguales</p> <p>Los niños deberán ir al primer cono y regresar al inicio, luego al segundo cono y regresar al inicio, así hasta el quinto, luego lo repetirán durante 1 minuto</p>
Principal	Pato y ganso	10 min	Pelotas de Baloncesto Cancha de Baloncesto	<p>Todos deberán formar un círculo con un niño fuera del mismo</p> <p>Al iniciar el juego todos deberán realizar botes con su mano dominante, al mismo tiempo que el niño que esta fuera del círculo dirá pato y tocando la cabeza el cada niño hasta decir ganso, el niño que haya sido tocado con la palabra ganso deberá correr alrededor del círculo para llegar a su lugar al mismo tiempo el niño que lo toco deberá hacer lo mismo y el primero en llegar a lugar gana y el perdedor deberá seguir el juego</p>
	Números	15 min	Pelotas de Baloncesto Conos Cancha de Baloncesto	<p>Se ubicara un cono en el centro de la cancha</p> <p>Se divide en dos filas a los estudiantes y se ubicaran frente a frente en las líneas laterales de la cancha, cada estudiante tendrá un número que será el mismo que su compañero que tiene al frente, a la señal del docente deberá salir hacia el cono dar una vuelta y hacer una canasta</p>


<b>Plan de clase</b>				
<b>INSTITUCIÓN:</b> Unidad Educativa "Atenas"				
<b>PLAN DE CLASE:</b> N°3				
<b>DATOS INFORMATIVOS</b>				
<b>Docente:</b> Jairo Calderón	<b>Área:</b> Educación Física	<b>N° Est:</b> 17	<b>Año lectivo:</b> 2021 - 2022	
<b>Contenido</b>				
<b>Parte</b>	<b>Nombre de las actividades</b>	<b>Min</b>	<b>Materiales</b>	<b>Procedimiento</b>
<b>Inicial</b>	Cambios de Mano	5 min	Pelotas de Baloncesto Cancha de Baloncesto	<p>Se utilizara media cancha, los niños deberán ubicarse en fila a lo largo de la línea lateral</p> <p>Los niños deberán avanzar realizando cambios de mano con el balón de baloncesto, iniciarán cambiando, luego un poco más rápido y más rápido</p>
<b>Principal</b>	Policías y ladrones	3 min	Pelota de baloncesto Conos Cancha de baloncesto	<p>Se utilizara media cancha, en cada esquina se formaran cuadrados con platos las cuáles serán las guardias</p> <p>Se dividirán en 5 equipos, cada equipo deberá estar en una esquina los cuales serán los ladrones y un equipo deberá estar en el centro los cuales serán los policías</p> <p>A la señal del docente los ladrones deberán cambiar de guarida, según las manillas del reloj, y los policías intentarán atrapar a los ladrones y llevarlos al centro</p>
	Madriguera	12 min	Pelota de baloncesto Ulas Ulas Cancha de baloncesto	<p>Se utilizara toda la cancha de baloncesto</p> <p>En una mitad estarán ubicados las ulas, siempre quitando un ula ula para un estudiante, por ejemplo, si tengo 17 estudiantes solo pondré 16 ulas ulas.</p> <p>Los estudiantes caminaran o correrán según la insignia impuesta por el docente, para luego el docente dar la señal y los estudiantes deberán correr a su madriguera y el niño que no la haya conseguido perderá</p>

<b>Plan de clase</b>				
<b>INSTITUCIÓN:</b> Unidad Educativa "Atenas"				
<b>PLAN DE CLASE:</b> N°4				
<b>DATOS INFORMATIVOS</b>				
<b>Docente:</b> Jairo Calderón	<b>Área:</b> Educación Física	<b>N° Est:</b> 17	<b>Año lectivo:</b> 2021 - 2022	
<b>Contenido</b>				
<b>Parte</b>	<b>Nombre de las actividades</b>	<b>Min</b>	<b>Materiales</b>	<b>Procedimiento</b>
<b>Inicial</b>	Lanza, rebota y cruza	5 min	Pelota de baloncesto Cancha de baloncesto	<p>Se utilizara media cancha, los niños deberán estar a una distancia considerada unos de otros</p> <p>Los niños lanzaran la pelota lo más alto posible cuando del primer rebote cruzaran por debajo del balón, y así cada rebote hasta que ya no pueda hacerlo</p>
<b>Principal</b>	Corre y sobrevive	15 min	Pelota de baloncesto Conos Cancha de baloncesto	<p>Se dividirá en cuatro columnas</p> <p>Se utilizará toda la cancha de baloncesto, 2 conos entran la línea que divide la cancha.</p> <p>A la señal del profesor los primeros de cada columna deberán salir y pasar entre los conos que están cerca de la línea que divide a la cancha de baloncesto, el primero el pasar deberá correr y hacer la canasta y el segundo deberá impedirselo</p>
	Intenta escapa	10 min	Pelota de baloncesto Conos Cancha de baloncesto	<p>Se utilizara toda la cancha de baloncesto</p> <p>En el centro de la cancha se realizara un cuadrado de 9x9 m, se dividirán en grupo en dos equipos.</p> <p>Los estudiantes que estén dentro del cuadrado deberán salir a la señal del profesor y los estudiantes que están afuera deberán impedirselo a toda costa</p>


<b>Plan de clase</b>				
<b>INSTITUCIÓN:</b> Unidad Educativa "Atenas"				
<b>PLAN DE CLASE:</b> N°5				
<b>DATOS INFORMATIVOS</b>				
<b>Docente:</b> Jairo Calderón	<b>Área:</b> Educación Física	<b>N° Est:</b> 17	<b>Año lectivo:</b> 2021 - 2022	
<b>Contenido</b>				
<b>Parte</b>	<b>Nombre de las actividades</b>	<b>Min</b>	<b>Materiales</b>	<b>Procedimiento</b>
<b>Inicial</b>	Entre líneas	5 min	Pelota de baloncesto Cancha de baloncesto	Todos los niños deberán moverse únicamente por las líneas que existan en la cancha de baloncesto, mientras que otro niño los intenta atrapar  El objetivo es no dejarse atrapar ya que si los atrapan el niño que corra para ser atrapado deberá ser el que atrape
<b>Principal</b>	Conos	10 min	Pelota de baloncesto Conos Cancha de baloncesto	Se ubicarán cuatro conos cada cono tendrá un número en la mitad de la cancha formando un cuadrado de 8x8 m  Los niños estarán driblando en la otra mitad de la cancha, hasta cuando el docente diga la tarea por hacer en un número, por ejemplo, cono 2 - 10 cambios de mano ahora
	Cazadores	15 min	Pelota de baloncesto Conos Cancha de baloncesto	Se dividirán en dos columnas, una columna serán los cazadores y otra columna será la presa  Entre las columnas se ubicarán conos en Zig Zag, a la señal del docente la presa saldrá y una vez que la presa haya pasado el primer cono saldrá el cazador  Deberán llegar al final del Zig Zag las presas para ganar


<b>Plan de clase</b>				
<b>INSTITUCIÓN:</b> Unidad Educativa "Atenas"				
<b>PLAN DE CLASE:</b> N°6				
<b>DATOS INFORMATIVOS</b>				
<b>Docente:</b> Jairo Calderón	<b>Área:</b> Educación Física	<b>N° Est:</b> 17	<b>Año lectivo:</b> 2021 - 2022	
<b>Contenido</b>				
<b>Parte</b>	<b>Nombre de las actividades</b>	<b>Min</b>	<b>Materiales</b>	<b>Procedimiento</b>
<b>Inicial</b>	Voltar platos	5 min	Pelotas de baloncesto	Se utilizara la mitad de la cancha de baloncesto y se dividirá en 2 equipos el grupo de estudiantes
			Platos Cancha de baloncesto	En todo el espacio a utilizar se ubicaran platos, pero unos normales y otros volteados Cada grupo tendrá que objetivo de voltear el plato como se le asigno
<b>Principal</b>	Gato y ratón	15 min	Pelota de baloncesto Cancha de baloncesto	Se utilizara la mitad de la cancha de baloncesto Todos los niños deberán estar con balón, excepto uno que será el gato su tarea será atrapar a la mayor cantidad de ratones posibles durante 1 minuto
	Lobos y venados	10 min	Pelota de baloncesto Cancha de baloncesto	Se utilizara la mitad de la cancha de baloncesto, los niños se ubicaran en fila a lo largo de la línea lateral, excepto uno que será el lobo estará en medio de las líneas laterales y solo se podrá mover de izquierda a derecha Los niños que están en la fila deberán correr driblando a la otra línea lateral, sin que el lobo los atrape caso contrario se volverán lobos y ayudara atrapar más venados Así hasta que solo quede un venado y será el ganador

Plan de clase				
INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Atenas"				
PLAN DE CLASE: N°7				
DATOS INFORMATIVOS				
Docente: Jairo Calderón	Área: Educación Física	N° Est: 17	Año lectivo: 2021 - 2022	
Contenido				
Parte	Nombre de las actividades	Min	Materiales	Procedimiento
Inicial	Derecha e izquierda	5 min	Pelotas de baloncesto Cancha de baloncesto	<p>Se utilizara la mitad de la cancha de baloncesto, en la zona de tiro libre se ubicaran en una columna</p> <p>Los niños deberán realizar el dribling estáticos y el docente deberá decir izquierda para que los niños se desplacen lateralmente a la izquierda, lo mismo a la derecha</p>
Principal	Uno a uno	15 min	Pelotas de baloncesto Platos Cancha de baloncesto	<p>Se utilizara toda la cancha de baloncesto, se ubicaran 4 columnas con el mismo número de estudiantes</p> <p>Frente a cada columna se ubicaran platos a una distancia de 9 m el primer plato y la distancia entre cada plato será de 1 m deberán haber 5 platos por columna</p> <p>A la señal del docente el primer niño deberá salir driblando, deberá hacer el recorrido y al regreso debe ser en line recta para tomar a otro compañero y realizar la tarea de nuevo los dos niños y así hasta que todos hayan salido</p>
	Ulas ulas Ambulantes	10 min	Pelotas de baloncesto Ulas ulas Cancha de baloncesto	<p>Se utilizara la mitad de la cancha de baloncesto</p> <p>Todos los niños tendrás su balón y 2 niños tendrán un ula ula</p> <p>Los estudiantes deberán buscar los ulas ulas driblando y luego lanzar su pelota con el objetivo de que pase por el ula ula y conseguirá un punto, el que tenga más puntos gana</p>

Plan de clase				
INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Atenas"				
PLAN DE CLASE: N°8				
DATOS INFORMATIVOS				
Docente: Jairo Calderón	Área: Educación Física	N° Est: 17	Año lectivo: 2021 - 2022	
Contenido				
Parte	Nombre de las actividades	Min	Materiales	Procedimiento
Inicial	Robo de balón	5 min	Pelotas de baloncesto Cancha de baloncesto	A la orden del docente los niños deberán moverse driblando y a su vez intentar quitar la pelota a sus compañeros
Principal	Calamar	10 min	Pelotas de baloncesto Cancha de baloncesto	Se utilizara toda la cancha de baloncesto debajo de la canasta se ubicaran todos los estudiante en una solo fila debajo de la otra canasta estará el docente dando las espaldas a los niños y levantado el brazo derecho, en esta posición los niños podrán avanzar según la forma impuesta, pero cuando el docente bajo el brazo y se volver para verlos los niños deberán parar, caso contrario si se mueven el docente dirá su nombre y deberán reiniciar el juego
	Robo de plató	10 min	Pelotas de baloncesto Platos Cancha de baloncesto	Se ubicarán en parejas, pero frente a frente a una distancia de 10 m y cada niño tendrá 3 platos de un color diferente a su pareja, por ejemplo, el niño A tendrá de color rojo y el niño B tendrá de color verde, A la señal del docente los niños intentaras robar el plato su compañero que tiene al frente, solo podrá ir y tomar un plato, volver a su zona y dejarlo junto a sus platos, volver y robar



Plan de clase				
INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Atenas"				
PLAN DE CLASE: N°9				
DATOS INFORMATIVOS				
Docente: Jairo Calderón	Área: Educación Física	N° Est: 17	Año lectivo: 2021 - 2022	
Contenido				
Parte	Nombre de las actividades	Min	Materiales	Procedimiento
Inicial	Cambios de dirección	5 min	Pelotas de baloncesto Cancha de baloncesto	Se utilizara media cancha dispersos  Los niños iniciarán caminando y driblando, mientras que el docente ira diciendo nuevas tareas que deberán ir ejecutando como, derecha, izquierda, más rápido, más lento, alto, etc.
Principal	Ula Ula - Torre	10 min	Pelotas de baloncesto Ulas Ulas Cancha de baloncesto	Se utilizara media cancha de baloncesto, todos los niños con su pelota y 1 niño en el lado izquierdo y otro niño en el lado derecho moviéndose únicamente de izquierda a derecha  Se dividirán en 4 equipos, los niños deberán lanzar la pelota y tendrá que pasar por el ula ula, cuando realicen un lanzamiento ya sea bueno o malo deberán cambiar de ula ula  El equipo con más puntos gana
	Zorro	12 min	Pelotas de baloncesto Pañuelos Cancha de baloncesto	Se utilizara media cancha de baloncesto, todos los niños con su pelota excepto 1 el zorro el cual tendrá una especie de cola con el pañuelo  A la señal del docente todos los niños deberán correr driblando e inter quitarle la cola al zorro  El niño que lo logre será el zorro

Plan de clase				
INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Atenas"				
PLAN DE CLASE: N°10				
DATOS INFORMATIVOS				
Docente: Jairo Calderón	Área: Educación Física	N° Est: 17	Año lectivo: 2021 - 2022	
Contenido				
Parte	Nombre de las actividades	Min	Materiales	Procedimiento
Inicial	Toma la pelota	5 min	Pelota de baloncesto Cancha de baloncesto	Se utilizara media cancha, se ubicaran en parejas pero frente a frente y en medio de ellos una pelota de baloncesto Los niños deberán realizar skipping mientras el docente dice tomarse de las orejas, rodillas, hombros, etc., hasta que de una señal y deberán tomar la pelota
Principal	Correo	12 min	Pelota de baloncesto Conos Cancha de baloncesto	Se utilizara toda la cancha, existen dos partes en una parte a los largo de la cancha podrán correr en línea recta pero cuando realice un pase y el otro niño tenga que regresar deberá realizar un zig zag, se dividirán en parejas, una pelota por pareja Un niño se ubicara en el inicio y el otro niño se ubicara antes de zig zag A la seña del docente los niños que están en el inicio deberá correr en line recta para llegar al final y hacer un pase al otro niño para que cuando reciba el pase realice el zig zag y corra en línea recta, en todo momento tiene que realizar el dribling
	Gusanito	12 min	Pelota de baloncesto Cancha de baloncesto	Se utiliza toda la cancha, se dividen en 3 columnas A la señal del docente los primeros niños de cada columna deberán salir en línea recta al círculo del medio de la cancha y darle una vuelta completa para finalizar corriendo y hacer una canasta , en cada momentos debe realizar el dribling

## **Plan de acción**

Cada intervención de los juegos predeportivos fue supervisada por el docente encargado de la Categoría Infantil de 9 a 11 años de Mini Baloncesto de la Unidad Educativa “Atenas”, se realizaron en el Coliseo Cerrado de Deportes de Ambato, lugar donde se le socializo en que constaba la propuesta de trabajo, los niños, el docente e inclusive los jóvenes asistentes en todo momento prestaron su entera colaboración.

Los juegos predeportivos planificadas fueron adecuadas para las edades en donde se encontraban los niños, la ejecución, su utilidad y encaminadas para el desarrollo el dribling.

## **Administración**

Se consiguieron los permisos necesarios por parte del Señor Rector de la Unidad Educativa “Atenas” y del docente encargado del horario de trabajo para el desarrollo de las intervenciones durante el tiempo permitido y establecido de los estudiantes de Educación General Básica Media, también contando con el apoyo del docente encargado de los niños de la Categoría Infantil de 9 a 11 años de Mini Baloncesto quien me presto su apoyo en cada intervención.

## **Prevención de la evaluación**

Para conocer el nivel inicial y final del dribling se aplicó el TEST: DRIBLING DEL “OCHO” CON VELOCIDAD el cual se lo empleo como pre test y post test, el tiempo de este test duro el trabajo fue de cuatro semanas. El pre test se la realizo el 01 de diciembre del 2021 y el post test se lo aplico el 17 de enero del 2022, posterior a esto los datos obtenidos se los traslado a una Matriz de Excel con el objetivo de seguir con el análisis.

## Anexo 2 Test: dribling del “ocho” con velocidad

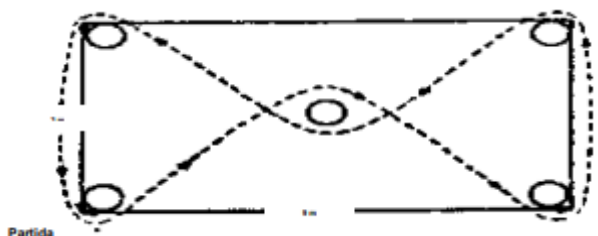
### TEST DE DRIBLING PARA APLICAR A LA CATEGORÍA INFANTIL DE 9 A 11 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA “ATENAS” TEST: DRIBLING DEL “OCHO” CON VELOCIDAD

1. **OBJETIVO:** Evaluar la velocidad y el gesto técnico del dribling en el mini baloncesto de la categoría infantil de 9 a 11 años.
2. **COMPETENCIA:** Demuestra dominio del dribling con velocidad motora
3. **CAPACIDAD:** Coordinar sus movimientos y expresa potencia muscular de los segmentos inferiores y superiores en el desarrollo del dribling.
4. **INDICADORES:**
  - Desplazamiento
  - Control del balón
  - Coordinación de los segmentos superiores e inferiores
  - Cambios de velocidad
5. **PROCEDIMIENTO:** Se delimita un rectángulo de 9 m de largo por 3 m de ancho, en cada esquina se coloca un cono y al centro uno más. La partida del testeo es en una esquina de tras del cono, a la señal de la partida la alumna driblea hacia el centro, luego a una esquina, se desplaza el ancho a la otra esquina, enseguida se dirige al centro, para salir en la otra esquina y finalmente llegar al punto de partida (observar gráfico).
6. **EVALUACIÓN:** Cada testeo tiene dos oportunidades, de las cuales se evalúa la mejor marca o tiempo impuesto (en segundos).
7. **BAREMO:**

PUNTAJE	SITUACIÓN
Menos de 10"	Excelente
13" a 11"	Bueno
16" a 14"	Regular
19" a 17"	Mala
Más de 20"	Deficiente

#### 8. MATERIALES:

- Un plumón, cinta o taza



- Una cinta métrica y cronometro
- 5 conos y un balón de básquetbol
- Ficha de observación

Fuente: Recopilado y adecuado por las investigadoras de Mathews (1986:85-86). Validado por docentes del Departamento Académico de Educación Física (UNCP-2010).

Anexo 3 Ficha de observación

**FICHA DE EVALUACIÓN DEL DRIBLING APLICAR A LA CATEGORIA INFANTIL DE 9 A 11 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA “ATENAS”**

EL CORRECTO HACER	INDICADORES	VALORACIÓN				
		E	B	R	M	D
<p><b>REBOTE</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demuestra control del balón</li> <li>• Dominio de la técnica de “resorte” de las manos</li> </ul>					
<p><b>DESPLAZAMIENTO</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecuta cambios de dirección con el dominio del balón</li> <li>• Demuestra rapidez en su desplazamiento</li> </ul>					
<p><b>COORDINACIÓN</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordina las segmentos superiores e inferiores con balón</li> </ul>					
<p><b>RITMO</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecuta los cambios de velocidad con el dominio del balón</li> </ul>					

**Fuente: instrumento adecuado por los investigadores y el Mg. Gutarra (UNCP – 2010).**