



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y
DE LA EDUCACIÓN**

TESIS DE GRADO

TEMA:

LOS EJERCICIOS COORDINATIVOS Y SU INFLUENCIA EN EL APRENDIZAJE DEL MINI BÁSQUET EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO A SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA LAURA CARBO NUÑEZ, EN EL PERIODO LECTIVO 2012 – 2013.

Previo a la obtención del título de Licenciado en Ciencias de la Educación, especialización Cultura física.

AUTORA:

Bella Aracely Velarde León

DIRECTOR DE TESIS:

Lic. Mario Alvarado Pereira Msc.

BABAHOYO

2013



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y
DE LA EDUCACIÓN**

CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA DE TESIS

Yo, Bella Aracely Velarde León, portadora de la cédula de ciudadanía # 120142997-2, Egresada de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación, especialización Cultura Física.

Declaro que soy la autora del presente trabajo de investigación, el mismo que es original, auténtico y personal.

Todos los aspectos académicos y legales que se desprendan del presente trabajo son responsabilidad exclusiva de la autora.

Egresada: Bella Aracely Velarde León

CERTIFICACIÓN

Lic. Mario Alvarado Pereira Msc.

DIRECTOR DE TESIS

CERTIFICA:

Que la tesis previa la obtención del título de Licenciatura en Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación especialización Cultura Física titulada:

LOS EJERCICIOS COORDINATIVOS Y SU INFLUENCIA EN EL APRENDIZAJE DEL MINI BÁSQUET EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO A SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA LAURA CARBO NUÑEZ, EN EL PERIODO LECTIVO 2012 – 2013. DE LA AUTORIA DE LA INVESTIGADORA:

Bella Aracely Velarde León

Ha sido revisada en todos sus componentes, por lo que autorizo su presentación, sustentación y defensa.

Lic. Mario Alvarado Pereira Msc.

DIRECTOR

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a Dios y a mis padres. A Dios porque ha estado conmigo a cada paso que doy, cuidándome y dándome fortaleza para continuar, a mis padres que sé que desde el cielo me protegieron y me ayudaron a tomar las decisiones correctas en este consecuente aprendizaje y por ser el pilar de mi fuerza de voluntad, a mi esposo y a mis hijos quienes a lo largo de mi vida han velado por mi bienestar y educación siendo mi apoyo en todo momento. Depositando su entera confianza en cada reto que se me presentaba sin dudar ni un solo momento en mi inteligencia y capacidad. Es por ellos que soy lo que soy ahora. Los amo con mi corazón.

AGRADECIMIENTO

Antes que a todos quiero agradecer a Dios por darme las fuerzas necesarias en los momentos en que más las necesité y bendecirme con la posibilidad de caminar a su lado durante toda mi vida. También quiero agradecer a la Lic. Laura Ramos de León ya que sin su ayuda no pudiese haber llevado a cabo este objetivo convertido en una meta.

Quiero darle las gracias a todos los profesores que hicieron de mi un buen profesional y una mejor persona y en particular a mi profesor guía y ejemplo a seguir, EL Msc. Mario Alvarado Pereira, que me orientó durante toda la carrera y de la cual pude obtener invalorable y muy preciados consejos durante el tiempo que duró la tesis.

Quiero agradecer a mi familia, mis padres que sé que desde el cielo me protegieron y me ayudaron a tomar las decisiones correctas en este consecuente aprendizaje y por ser el pilar de mi fuerza de voluntad, a mi esposo, Vicente Chávez Bustamante, por ser la persona que ha estado acompañándome en todo este proceso de superación personal, otorgándome su apoyo y su afecto y a mis Hijos, que sin su presencia nada de esto hubiese sido posible, son mi constante ánimo y fuerza para seguir adelante en mi vida

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL EXAMINADOR APRUEBAN EL INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE EL TEMA “LOS EJERCICIOS COORDINATIVOS Y SU INFLUENCIA EN EL APRENDIZAJE DEL MINI BÁSQUET EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO A SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA LAURA CARBO NUÑEZ, EN EL PERIODO LECTIVO 2012 – 2013” DE LA AUTORIA DE:

Bella Aracely Velarde León

FIRMA DEL TRIBUNAL

DECANO O SU DELEGADO

SUBDECANO O SU DELEGADO

DELEGADO DEL H. CONS. DIR.

DIRECTOR DE TESIS

SECRETARIA (e)

INDICE

CONTENIDO

Págs.

PAGINAS PRELIMINARES

- I. Título o Portada
- II. Certificación
- III. Dedicatoria
- IV. Agradecimiento
- V. Índice General
- VI. Introducción

CAPÍTULO I

Tema

- 1. Campo contextual problemático
- 1.1. Situación nacional, regional y local o institucional 2
- 1.2. Situación problemática 3
- 1.3. Problema de investigación 5
 - 1.3.1. Problema general 5
 - 1.3.2. Problemas derivados 5
- 1.4. Delimitación de la investigación 5
- 1.5. Objetivos 6
- 1.6. Justificación 7

CAPÍTULO II

- 2. Marco Teórico
- 2.1. Alternativas Teóricas asumidas 9
- 2.2. Categorías de análisis teórico 12

2.3.	Planteamiento de la Hipótesis	51
2.3.1.	Hipótesis general	51
2.3.2.	Hipótesis Específicas	52
2.4.	Operacionalización de las hipótesis	53

CAPÍTULO III

3.	Diseño Metodológico de la Investigación	
3.1.	Métodos utilizados	54
3.2.	Modalidad básica de la investigación	55
3.3.	Tipo de la investigación	55
3.4.	Población y muestra	56
3.5.	Técnicas de recolección de la información	57
3.6.	Recursos de información	57
3.7.	Selección del material de apoyo	58

CAPÍTULO IV

4.	Análisis y tabulación de datos	
4.1.	Entrevista dirigida a docentes y autoridades	59
4.2.	Encuestas dirigidas a los estudiantes	68
4.3.	Comprobación de la hipótesis	77
4.4.	Conclusiones	77
4.5.	Recomendaciones	78

CAPÍTULO V

5.	Propuesta alternativa	
5.1.	Título	79
5.2.	Objetivos	79

CAPÍTULO VI

6. Marco Administrativo	
6.1. Recursos	80
6.2. Presupuesto	81
6.3. Cronograma de trabajo	82

CAPÍTULO VII

7. Bibliografía y Anexos	
7.1. Bibliografía	83
7.2. Anexos	84

INTRODUCCIÓN

La Cultura Física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos inter-disciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología, etc.

Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones del medio y la relación de la mente y el cuerpo.

En la presente investigación se pretende determinar que influencia tienen los ejercicios coordinativos en la práctica del mini básquet.

Para lo cual, en el primer capítulo, evidenciamos las situaciones en que se desarrollan las actividades de las clases de cultura física y su práctica del mini básquet a nivel nacional, regional y local o institucional.

En el segundo capítulo, se hace una recopilación de contenidos científicos que ayudaran a entender la problemática existente y sus medidas para mejorar la situación.

En el tercer capítulo, se detalla la metodología, es decir la modalidad, el tipo de investigación, la población, muestra y las técnicas de recolección de la información.

En el cuarto capítulo, se hace referencia a la tabulación, análisis e interpretación de los datos, comprobación de la hipótesis, conclusiones y recomendaciones.

En el quinto capítulo se evidencia la propuesta alternativa, Una guía didáctica de aplicación de ejercicios coordinativos para mejorar las prácticas del mini básquet en los estudiantes.

En el capítulo seis, se detalla el marco administrativo

En el capítulo siete, se encuentra la bibliografía que respalda el contenido científico utilizado y los anexos.

TEMA

Los ejercicios coordinativos y su influencia en el aprendizaje del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Laura Carbo Núñez, en el periodo lectivo 2012 – 2013

CAPÍTULO I

I. MARCO CONTEXTUAL PROBLEMÁTICO

1.1. Situación nacional, regional y local o institucional

El ejercicio físico produce importantes modificaciones en la personalidad, tales como estabilidad emocional, autoestima, extroversión, se modera la indefensión y la impotencia, mejorando igualmente la "percepción de sí mismo."

Al mejorar la función mental, la autonomía, la memoria, la rapidez, la "imagen corporal" y la sensación de bienestar, se produce una estabilidad en la personalidad caracterizada por el optimismo, la euforia y la flexibilidad mental.

Los programas de actividad física deben proporcionar relajación, resistencia, fortaleza muscular y flexibilidad. En la interacción del cuerpo con el espacio y el tiempo a través del movimiento, se construyen numerosos aprendizajes del ser humano. Esta construcción se realiza a través de una sucesión de experiencias educativas que se promueven mediante la exploración, la práctica y la interiorización, estructurando así el llamado esquema corporal.

En el púber y el joven, el progreso de ese conocimiento corporal servirá de base para profundizar los fundamentos biológicos de su conducta motriz, en estrecha relación con los efectos de la actividad física practicadas sistemáticamente.

Las capacidades coordinativas son particularidades relativamente fijadas y generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora. Ellas representan requisitos indispensables que debe poseer el estudiante para poder ejercer determinadas actividades físicas más o menos adecuadamente.

Los procesos de conducción y regulación de la actividad motora se desarrollan en todos los individuos según las mismas normas, pero esto no significa que los mismos transcurren en cada persona con igual velocidad, exactitud, diferenciación y movilidad. Estas particularidades cualitativas son las que determinan las particularidades de su desarrollo, son precisamente las que determinan la esencia de las capacidades coordinativas.

1.2. Situación Problemática

El problema de la coordinación en infantes es generalizado, en el Ecuador existe un gran número de infantes que debido a su formación en las etapas iniciales tienen problemas con las capacidades coordinativas, ya

que por el sistema educativo miso estas no fueron atendidas por profesionales del área.

Luego de observar el problema que presentan los niños y niñas en cuanto a coordinación de sus movimientos se aplicó una ficha de observación donde se pudo comprobar que: Alrededor del 5% de los niños en edad escolar tienen algún tipo de trastorno del desarrollo de la coordinación. Los niños que tienen esta afección tienen:

- Problemas para sostener objetos.
- Una forma de caminar inestable.
- Chocar contra otros niños.
- Tropezar con sus propios pies.

El trastorno del desarrollo de la coordinación puede aparecer solo o con el trastorno de hiperactividad y déficit de atención u otros trastornos del aprendizaje, como los trastornos de la comunicación o el trastorno de la expresión escrita.

1.3. Problema de Investigación

1.3.1. Problema general

¿Cómo los ejercicios coordinativos influyen en el aprendizaje del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Laura Carbo Núñez, en el periodo lectivo 2012 – 2013?

1.3.2. Problemas Específicos

¿Por qué los ejercicios coordinativos influyen en la aplicación de técnicas del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica?

¿De qué manera los ejercicios coordinativos influyen en la aplicación de tácticas del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica?

1.4. Delimitación de la investigación

1.4.1. Delimitación espacial:

La investigación se realizó en la Unidad Educativa Laura Carbo Núñez

1.4.2. Delimitación temporal:

La investigación se la realizó en el año 2102

1.4.3. Unidades de información:

Se recogerá información de los estudiantes, docentes y autoridades.

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo General

Conocer cómo los ejercicios coordinativos influyen en el aprendizaje del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Laura Carbo Núñez, en el periodo lectivo 2012 – 2013.

2.2.- Objetivos Específicos

Determinar por qué los ejercicios coordinativos influyen en la aplicación de técnicas del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica

Analizar de qué manera los ejercicios coordinativos influyen en la aplicación de tácticas del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica

1.6. Justificación

En la etapa infantil se hace imposible separar los elementos que la componen, ya que todos y cada uno de los aspectos del desarrollo están estrechamente ligados.

La relación del niño con el mundo externo pasa primero a través de la relación consigo mismo. Para lo cual es necesario comenzar con conocer su propio cuerpo, sus características y posibilidades, esta exploración tiene por objeto el acto motriz.

Dentro del trabajo motriz se puede hablar de motricidad fina; aquellas realizadas por los segmentos distales, y gruesa la que reúne las actividades globales del cuerpo más proximales al eje central.

Al pasar la etapa de la niñez, llegamos a la adolescencia en la cual el movimiento es aún indispensable para poder desenvolverse, desarrollarse e interrelacionarse con el medio.

Todas estas actividades presentan una serie de atributos comunes y

ciertas maneras de realizarlas y todas estas condiciones se encuentran influidas en el fenómeno del ritmo implícito, especialmente en la coordinación del movimiento.

Y es precisamente el concepto de Coordinación quien presenta el papel central en esta investigación, para niños, en el cual se presenta la implicancia en el desarrollo motor, pueden ser evaluados para posteriormente ser estimulados y obtener de él, mayores logros de evolución psicomotriz, de acuerdo al desarrollo.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEORICO CONCEPTUAL

2.1. Alternativas teóricas asumidas

Capacidades coordinativas

Son aquellas que se realizan conscientemente en la regulación y dirección de los movimientos, con una finalidad determinada, estas se desarrollan sobre la base de determinadas aptitudes físicas del hombre y en su enfrentamiento diario con el medio.

Las capacidades motrices se interrelacionan entre si y solo se hacen efectivas a través de su unidad, pues en la ejecución de una acción motriz, el individuo tiene que ser capaz de aplicar un conjunto de capacidades para que esta se realice con un alto nivel de rendimiento

GROSSER: Permite organizar y regular el movimiento.

PLATONOV: Habilidad del hombre de resolver las tareas motoras lo más perfeccionada, rápida, exacta, racional, económica e ingeniosa posible, sobre todo los más difíciles y que surgen inesperadamente.

WEINECK: Capacidad sensomotriz, consolidada del rendimiento de la personalidad, que se aplican conscientemente en la dirección de los movimientos componentes de una acción motriz con una finalidad determinada.

FREG: Distinguir entre coordinación y habilidad, la primera, representa la condición general en la base de toda técnica deportiva, la segunda se refiere a actos motores concretos, consolidados y parcialmente automatizados.

Inteligencia psicomotriz

Integrado por las etapas anteriores que van a permitir el pleno desarrollo (lenguaje, psicomotor, cognitivo, físico y emocional).

El sistema psicomotor para Da Fonseca tiene todas las características de la Teoría de Sistemas: Totalidad, Jerarquización, integración, equilibrio, retroalimentación, adaptabilidad, equidad.

J.P.Guilford

Representa al modelo de la teoría factorial de la inteligencia humana los datos motores y psicomotores. Sitúa la actividad psicomotriz como una categoría de información o de contenido llamada comporta mental, esta

información psicomotriz proviene de dos fuentes: el yo y el otro. Esta información llamada comportamental, permite la percepción y la reflexión tanto sobre sí como sobre el otro, lo que Thorndike denomina inteligencia social.

E.A. Fleishman

Fleishman también representa al modelo factorial, donde estudia la estructura de los diferentes comportamientos psicomotores. Sostiene que desde la infancia el niño, niña se desarrollan y adquieren a través de diferentes situaciones de aprendizaje facultades motrices, las cuales van a permitirle al adulto alcanzar cierta estabilidad en su vida.

Jerome. S. Brunner

Brunner señala que el desarrollo psicomotor del niño es la adquisición de capacidades psicomotrices consideradas como un proceso en el cual éste aprende a construir secuencias de movimientos adaptados a sus intereses y a los intentos de las acciones ligándose estrechamente a los demás factores del desarrollo, y muy en particular a la actividad visomotriz.

Señala que el desarrollo de las capacidades del niño comprende tres componentes esenciales: la intención, que implica la acción motriz, los

mecanismos de percepción y de coordinación. El feed-back interno, donde intervienen las señales del sistema nervioso y el feed-back de la acción cuando se ejecuta ésta. Los patrones de acción, donde se desarrolla la organización de los diferentes movimientos. La actividad física del infante debe ser aceptada, estimulada y valorada como una necesidad intrínseca y fundamental para su desarrollo.

2.2. Categorías de análisis teórico conceptual

Capacidades coordinativas

Capacidades coordinativas generales: son aquellas que incluyen la precisión o regulación y la dirección del movimiento, se dividen en:

Mayores: pertenecen a los movimientos proximales, es decir, a los que se efectúan más cerca del eje del cuerpo.

Los segmentos proximales están más condicionados por el sistema nervioso, se perturban fácilmente y se conservan más tiempo en la edad madura.

Menores: corresponden a los movimientos de los segmentos distales, que se efectúan más lejos del eje del cuerpo. Estas coordinaciones propias de la etapa tardía del desarrollo, están menos condicionadas y son más

fáciles de perder. De acuerdo a una proposición de Gundlach, las capacidades motoras o físicas se dividen en capacidades de la condición física y capacidades coordinativas.

Las capacidades coordinativas son particularidades relativamente fijadas y, generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora.

Las capacidades coordinativas son determinadas por las funciones parciales que sirven de base para el proceso coordinativo (Percepción y elaboración de informaciones, programación y anticipación, comparación de los parámetros ideales y reales del movimiento, impulsos eferentes).

Los procesos de conducción y regulación de la actividad motora se desarrollan en todos los individuos según las mismas normas, pero esto no significa que los mismos transcurren en cada persona con igual velocidad, exactitud, diferenciación y movilidad.

Estas particularidades cualitativas del transcurso de los procesos conductivos y regulativos son los que determinan las particularidades de su desarrollo, son precisamente las que determinan la esencia de las capacidades coordinativas.

En el plano deportivo en una destreza siempre son importantes varias capacidades coordinativas pero su dominancia es diferente. En el proceso de aprendizaje de destrezas motoras, pero especialmente en la utilización de destrezas aprendidas, también se alcanza una elevación del nivel de las capacidades coordinativas, lo cual depende especialmente de la cantidad del tipo y de la dificultad de esas destrezas.

La coordinación

Armonía del juego muscular en reposo y en movimiento.; Calidad de sinergia que permite combinar la acción de diversos grupos musculares para la realización de una serie de movimientos con un máximo de eficiencia y economía.; Calidad física que permite al hombre asumir a conciencia en la ejecución, llevándolo a una integración progresiva, su adquisición posibilita, una acción óptima de los diversos grupos musculares, pero realizando una secuencia de movimientos con un máximo de eficiencia y economía (Melcherts, J. 1983)

La coordinación se define como la capacidad física que relaciona y establece mutua dependencia entre el sistema nervioso y los diferentes grupos de músculos, por lo tanto efectuar movimientos complejos de modo conveniente para que puedan realizarse con un mínimo de energía. Para poder realizar estos movimientos complejos se exige adaptación funcional, tiempo y entrenamiento.

La coordinación es el resultado de un fluido trabajo conjunto entre los sistemas nervioso, muscular y, a su vez, una manifestación de inteligencia motora.

Coordinación motora

También llamada coordinación motriz, es la capacidad que un ser humano tiene de mover el cuerpo conscientemente, ese movimiento está ligado a la percepción. Problemas motores pueden ocasionar una mala caligrafía, mala habilidad en la práctica de deportes debido a una percepción defectuosa (Melcherts, J. 1983).

Capacidades coordinativas

De acuerdo a una proposición de Gundlach, las capacidades motoras o físicas se dividen en capacidades de la condición física y capacidades coordinativas.

Las capacidades coordinativas son particularidades relativamente fijadas y, generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora.

Las capacidades coordinativas son determinadas por las funciones parciales que sirven de base para el proceso coordinativo (Percepción y elaboración de informaciones, Programación y anticipación, comparación de los parámetros ideales y reales del movimiento, impulsos eferentes).

Los procesos de conducción y regulación de la actividad motora se desarrollan en todos los individuos según las mismas normas, pero esto no significa que los mismos transcurren en cada persona con igual velocidad, exactitud, diferenciación y movilidad.

Estas particularidades cualitativas del transcurso de los procesos conductivos y regulativos son las que determinan las particularidades de su desarrollo, son precisamente las que determinan la esencia de las capacidades coordinativas. En el plano deportivo en una destreza siempre son importantes varias capacidades coordinativas pero su dominancia es diferente.

En el proceso de aprendizaje de destrezas motoras, pero especialmente en la utilización de destrezas aprendidas, también se alcanza una elevación del nivel de las capacidades coordinativas, lo cual depende especialmente de la cantidad del tipo y de la dificultad de esas destrezas.

Sin embargo una formación y aumento dirigido y acentuado de las capacidades coordinativas requiere de otras medidas metodológicas más

diferenciadas. Esta interrelación entre las destrezas motoras y las capacidades coordinativas tiene su fundamento en los procesos y normas de la coordinación motora, siendo la expresión la expresión y el reflejo de las mismas.

El sistema endocrino, en general cumple la función de: mantenimiento de todas del bienestar interno (homeostasis) dentro de los límites normales a pesar de las variaciones en la entrada o en la salida de las sustancias, como por ejemplo: agua, glucosa, minerales (sodio, potasio, calcio y otros), moléculas ambientales, etc.

Además, participa en la regulación de nuestro crecimiento y desarrollo, reproducción, comportamiento y envejecimiento.

Todas estas funciones son realizadas gracias a la capacidad de producir hormonas. El sistema endocrino es uno de los sistemas principales que tiene el cuerpo para comunicar, controlar y coordinar el funcionamiento del organismo.

El sistema endocrino trabaja con el sistema nervioso y el reproductivo, y con los riñones, intestinos, hígado y con la grasa para ayudar a mantener y controlar:

Los niveles de energía del cuerpo.

La reproducción.

El crecimiento y el desarrollo.

El equilibrio interno de los sistemas del cuerpo (llamado homeostasis).

Las reacciones a las condiciones del ambiente (por ejemplo, la temperatura), al estrés y a las lesiones. El sistema endocrino desempeña estas tareas por medio de una red de glándulas y órganos que producen, almacenan o secretan ciertas hormonas.

Hormona es: un agente químico producido por ciertas células o tejidos endocrinos específicos llamados glándulas, que son vertidas en la circulación sanguínea. Actúan a distancia, ocasionando grandes cambios en determinadas células o sistemas donde ejercen un efecto específico sobre algún órgano o tejido blanco, aun cuando operan en pequeñas cantidades.

Aunque la mayoría de las células del cuerpo están en contacto con todas las hormonas circulantes, la respuesta es selectiva a través de unas proteínas en las membranas celulares.

Capacidades coordinativas especiales: se incluyen el acoplamiento y el ritmo motor.

Acoplamiento: Fenómenos que actúan de un modo eslabonado.

Ritmo motriz: División de la dinámica de movimiento en diversas fases que forman la estructura dinámica del mismo. Las fases del movimiento son la tensión, o acumulación de energía y la relajación o descarga de energía.

El inmediato resultado de todo trabajo coordinado es que cada músculo realiza exactamente la parte de trabajo que le corresponde. Por medio de la coordinación, se evitan innecesarias contracciones y su efecto es amplio y económico. Esto se advierte en la ejecución fácil y libre. El movimiento es espontáneo, liviano y elástico, si no hay nada que lo impida.

Por medio de activas experiencias se comienza a comprender que todas las reacciones de los músculos, aun las más insignificantes, tienen infinitas variantes. Para adquirir gran habilidad de coordinación, se debe al ensayo sistemático de los problemas del movimiento, y su repetición, hasta lograr el mínimo de empleo de fuerza en su ejecución.

Según Gallahue (1982), la edad sensible para estimular la coordinación, es el periodo en que el organismo presenta las condiciones básicas para desarrollar una capacidad.

Las capacidades son desarrolladas a través de las habilidades motrices básicas, por esta razón la coordinación no se aprende de un momento a otro sino que se tiene que desarrollar y mejorar a través de métodos técnicos.

Por consiguiente, el momento o la etapa en donde se debe estimular es la fase de Habilidades Motrices Básicas que abarca de los 2 a los 7 años aproximadamente.

En esta etapa es fundamental desarrollar esta capacidad ya que el desarrollo es evolutivo ya que el niño comienza con movimientos reflejos para terminar con movimientos específicos, donde, para llegar a esta etapa, debe pasar por un desarrollo de las capacidades físicas. Estas capacidades y en específico la coordinación se pueden desarrollar debido a que en la fase de habilidades motoras básicas, se encuentran factores que posibilitan la adquisición y desarrollo de estas.

TIPOS DE COORDINACIÓN

Coordinación Global: Primera fase del proceso de aprendizaje motor, donde se forman las estructuras básicas de un movimiento. Donde la fuerza, ritmo, fluidez y volumen de este son incorrectos e inadecuados.

Coordinación Fina: Segunda fase del proceso del aprendizaje motor donde la fuerza, fluidez, y volumen son precisos y armónicos.

Coordinación estática: Es el equilibrio entre la acción de los grupos musculares antagonistas, la cual se establece en función del tono y permite la conservación voluntaria de las actitudes.

Coordinación Dinámica: Es la puesta en acción simultánea de grupos musculares diferentes en vista a la ejecución de movimientos voluntarios más o menos complejos.

Coordinación Dinámica específica: Ajuste corporal que se realiza frente a demandas motrices que exigen el uso particular de algún segmento.

Coordinación Dinámica general: Acción donde intervienen gran cantidad de segmentos musculares ya sea extremidad superior, inferior o ambas a la vez. Este se basa en el movimiento con desplazamiento corporal en uno o ambos sentidos y que pueden ser rápidos o lentos.

Coordinación Viso-motriz: Tipo de coordinación que se da en un movimiento manual o corporal, que responde a un estímulo visual y que se adecua positivamente a él. (Coordinación óculo manual y Coordinación óculo pie)

Coordinación Dinámico Manual: Corresponde al movimiento bimanual que se efectúa con precisión, sobre la base de una impresión visual.

DESARROLLO MOTOR

El desarrollo humano es un proceso que se caracteriza por tener etapas y realizarse a través del tiempo, en el cual se producen cambios visibles. Como disciplina de estudio investiga los comportamientos humanos y las relaciones de estas acciones como afectan al ser humano, o al revés como el ambiente en el cual crece aquel ser humano afecta sus cambios comportas mentales.

Un área de estudio del desarrollo humano es el desarrollo motor, definido como el cambio progresivo en el comportamiento a lo largo del ciclo de la vida, producido por la interacción entre los requerimiento de la tarea, la biología del individuo y las condiciones del ambiente, por lo tanto es un proceso secuencial, relacionado a la edad cronológica pero no dependiente de ella, que presenta una evolución desde movimientos desorganizados y poco habilidosos a la ejecución de habilidades motoras altamente complejas.

El desarrollo motor es estudiado bajo diversas teorías. Una de ella es la teoría Maduración que plantea que los cambios progresivos en el funcionamiento de los sistemas vienen determinados genéticamente. La

maduración de los sistemas y el crecimiento provocan los cambios, por lo tanto el desarrollo es independiente del medio. Dos grandes sistemas regularan la aparición de los cambios en el desarrollo: la mielinización y el sistema endocrino.

Esta teoría plantea tres principios:

1. Principio de Direccionalidad: Surgimiento de los movimientos en un orden

Céfalo - Caudal.

Próximo - Distal.

Coordinación Gruesa - Coordinación Fina.

Diferenciación: Primero movimientos generales (espontáneos), luego movimientos específicos (objetivo de mejoramiento).

Integración: De movimientos simples a movimientos complejos.

2. Principio de Asimetría Funcional: La maduración tiene la tendencia a desarrollar asimétricamente, es decir, existe predominancia en un momento de un lado y luego del otro lado, para luego integrarse ambos, al final de la maduración.

3. Principio de Fluctuación Autor reguladora: El desarrollo no es simultáneo ni paralelo. Algunos segmentos maduran primero y otros después, algunos órganos funcionan y otros están en receso.

HABILIDADES FUNDAMENTALES DEL MOVIMIENTO

Son movimientos intencionales, voluntarios que nos permiten adaptarnos a los cambios del medio y variar nuestro medio a voluntad. Se clasifican según sea de locomoción, manipulación y equilibrio.

Las habilidades motoras de locomoción nos permiten desplazarnos en el medio en el cual nos desenvolvemos, las habilidades motoras de equilibrio nos permiten cambiar voluntariamente de posición del cuerpo o disminuir la base de sustentación, las habilidades motoras de manipulación son aquellas que nos permiten relacionarnos con objetos, pueden ser gruesas o finas.

Todas estas habilidades requieren del desarrollo de las capacidades físicas, y entre ellas encontramos la capacidad física de coordinación.

Obstrucción del desarrollo de las capacidades de coordinación generales.

El entrenamiento en los diferentes deportes, hoy en día se vuelve más y más específico. Se trata de mejorar cada uno de los factores que determinan en menor o mayor parte el rendimiento deportivo. Revelan cada vez más la complejidad de esta estructura factorial.

Por lo tanto, el proceso multifacético del entrenamiento se divide en varios géneros de preparación: la física, la técnica, la táctica, la psicología y la intelectual-teoría.

Para conocer las exigencias del deporte, se deben analizar bien los factores de cada parte, así como la acumulación de antecedentes en las etapas de educación física en los diversos grados donde como antecedente debe haberse desarrollado imagen corporal, ubicación, espacio, tiempo, coordinación de ejes corporales, lateralidad, ubicación y orientación en el espacio y el tiempo, independencia y predominio motor, así como el rendimiento físico.

De estos conocimientos se derivan los métodos medios y contenidos que reflejan claramente y simulan adecuadamente las exigencias de cada disciplina deportiva.

Antes de iniciar a elaborar una metodología específica del entrenamiento deportivo, debe analizarse la educación física, la iniciación deportiva, el

desarrollo deportivo y el alto rendimiento, así como la competencia desde diferentes ángulos. Nosotros nos ocuparemos.

Al iniciar la actividad deportiva de una forma sistemática, debemos realizar pruebas de campo, de aptitudes físicas y técnicas, y es ahí donde nos damos cuenta, en la mayoría de los casos, de la falta de un desarrollo psicomotriz, así como de las cualidades físicas y la falta de técnica.

Por lo tanto, es donde el entrenador debe iniciar y seguir una secuencia didáctica ordenada y los principios de la teoría del entrenamiento así como al usar los métodos o técnicas adecuadas, en la enseñanza y aprendizaje de los alumnos para introducirlos, desarrollarlos, llevarlos al nivel competitivo y alcanzar el alto nivel deportivo.

Desafortunadamente por falta de experiencias desarrolladas de sus cualidades físicas en algunos casos y debido al poco tiempo de entrenamiento que se dedica no se logra que la mayoría alcancen los objetivos programados.

¿Qué cantidad de actividad para los niños de edad escolar?

Los niños de edad escolar necesitan aún más actividad física que los niños que comienzan a caminar y los de edad pre-escolar. Conforme crecen sus cuerpos, necesitan más alimentos, más energía y más

actividad. La actividad física debe formar parte de sus actividades cotidianas. No importa si las actividades son de tipo estructurado, como en el caso de las clases de educación física, o sin estructurar, como en el caso de rastrillar hojas, todo forma parte de lo que estos niños de edad escolar necesitan para mantenerse saludables y en buenas condiciones físicas. Aunque todo sistema escolar cuenta con un programa estructurado de educación física, eso no es suficiente. Algunas escuelas solamente ofrecen clases de educación física dos veces por semana.

Típicamente el tiempo programado para jugar en el patio de recreo se limita a unos 15 o 20 minutos.

Se recomienda que diariamente los niños de edad escolar deban:

Tener por lo menos 30 minutos a una hora de actividad física, con 15 minutos de actividad vigorosa continua (clase de educación física, hora de recreo, deporte organizado o juego al aire libre).

Recibir por lo menos una hora adicional de actividad física que no sea de tipo estructurado y que preferiblemente sea "divertido", por ejemplo, construyendo torres, paseando al aire libre, participando en una "caza de tesoros" o jugando "corre que te pilló".

Recibir estímulos para mantenerse activos utilizando cualquier método que sea necesario para animarlos. Usted debe realizar muchas actividades con ellos.

2.2. Fundamentos del mini básquet

EL JUEGO

El juego consiste en introducir el balón en el cesto que defiende el equipo contrario y evitar que este consiga marcar un enceste o canasta en el propio cesto. El equipo visitante tiene opción a elegir el cesto que defenderá.

El árbitro inicia el juego lanzando la pelota al aire desde el centro del campo. Cuando la pelota está en el juego, esta puede avanzar por el medio de pase, lanzamiento, botada o regatee. El mejor juego para conseguir una posición favorable para marcar una canasta es pasar la pelota de un jugador a otro con la mayor rapidez posible. Un jugador no puede correr con la pelota en la mano durante más tiempo del que necesita para dar un pase.

Cuando ciertas reglas del reglamento son infringidas el juego se interrumpe. La regla más importante del juego es la que concierne a faltas personales, los jugadores deben evitar todo contacto personal con los

demás jugadores. Si se produce dicho contacto (habiendo podido evitarse), se incurre en la falta personal y esta es señalada contra el jugador que la ha cometido. El jugador del equipo contrario reanudará el juego lanzado en saque desde la línea de banda excepto cuando la falta fue intencionada o cometida sobre un jugador que está lanzando sobre el césped, en estos casos se conceden saques o tiros libres ó la elección entre saques libres o saques desde la línea de banda.

Se comente tiempos muertos que sirven para poner a punto nuevas tácticas o contrarrestar las del adversarios, dos por equipo y en cada medio tiempo. El partido se divide en dos tiempos de 20 minutos cada uno con un descanso de 10 minutos.

El reglamento oficial de la FIBA prohíbe el empate en el caso de que este se produzca se jugará una prórroga de cinco minutos ó cuantas prórrogas de cinco minutos sean necesarias hasta que se consiga el desempate, no obstante en la mayoría de países como sucede en España se acepta el empate de las competencias de Liga.

EL CAMPO

El juego de baloncesto se practica al aire libre ó bajo techo sobre campo plano de tierra batida ó cemento y madera de parquet, queda terminantemente prohibido el campo de hierba.

Las dimensiones del campo son: 28 x 15 mts., mínimo 24 x 13. Todas las líneas dentro del campo deben ser pintadas con un grosor de 5 cm.

EL MATERIAL

LOS CESTOS

Los cestos son una regla de hilo blanco que cuelgan de un aro de acero ó hierro colocado a 3.05 mts del suelo. El aro de acero ó de hierro estará pintado de color naranja, el diámetro superior del cesto será de 45 cm. y su profundidad de 40 cm. La red será algo mas estrecha en la base inferior, que queda abierta para que la pelota pase a través del cesto. Se marca enceste o canasta cuando la pelota penetra en el cesta por la parte superior del mismo (o sea por el aro de metal) y sale por la base abierta.

LOS TABLEROS

Los tableros sirven para evitar que la pelota salga fuera del tablero al efectuarse los tiros ó lanzamientos sobre el cesto.

Dichos tableros miden 1.80 mts de ancho por 1.20 mts de alto y son generalmente de madera o vidrio. La superficie, si el tablero es de madera será blanca con un borde negro y el pequeño rectángulo marcado en su interior será igualmente negro. En el caso de utilizarse un tablero de vidrio, las marcas o bordes serán blancos. El extremo exterior del tablero

se hallaran a 30 cm. del borde del aro de cesto y dicho rectángulo se colocara a unos 20 mts del campos, esta distancia puede variar en ocasiones debido a distancias, pero es invariable el que la línea de tiro libre se encuentre situada a 4.57 mts del tablero.

EL BALÓN

El balón tendrá de 75 a 78 cm. de circunferencia y su peso será de 600 a 650 gr. Consta de una cámara de goma inflada de madera que al ser lanzada sobre un suelo de madera desde una altura de 1.80 mts rebota a una altura de 120 a 140 mts., tomada desde el borde superior de la pelota.

EL ATUENDO

Se recomienda a los jugadores usar calzón corto o short y camiseta. No se permite el uso de yérsey para evitar que el cuerpo se enfríe mientras se permanece en el blanco, se usarán trajes de pista o de de deportes.

Las botas son de la mayor importancia en este deporte se recomienda el uso de botas especiales para dicha actividad. En el caso de que esta recomendación no pueda ser debidamente atendida sugerimos el uso de calzado de gimnasta antideslizante. La bota o calzado debe ajustarse al

pie y para mayor comodidad se recomienda el empleo de dos pares de calcetines.

Los jugadores llevarán un número sobre el pecho y la espalda de la camiseta, el número (10 cm. de altura) se colocará sobre la parte delantera de la camiseta, y (20cm.) en la espalda de la misma, los números oscilarán del 4 al 15 inclusive.

LOS EQUIPOS

Participan en este juego dos equipos cada uno de ellos compuesto de cinco jugadores (que se distribuyen, según tácticas o sistema de juegos en dos bases, dos aleros y un pívot, o una base, dos aleros y dos pívot) y cinco suplentes o reservas. El entrenador de cada equipo se cerciorará de que los jueces de mesa conozcan el nombre y número de todos los jugadores de su equipo. En las competiciones oficiales que organiza la FIBA se autorizan 12 jugadores en apta, dado lo intenso y cansado de la competición a jugarse en varios días consecutivos.

EI JUEGO

El Jugador.

- a.) Puede **hacerse, controlar, pasar o lanzar** el balón con una o ambas manos.

- b.)** Puede **regatear** o “drible” la pelota a un contrario por medio de tiro volteo, bote o rebote y haciéndola rodar por le suelo, puede iniciar el “drible” lanzando el balón al aire, recogerla antes de que toque el suelo y, luego, después de que haya tocado el suelo recogerla de nuevo. El “drible” llegará a su fin cuando el jugador toque la pelota con las dos manos a la vez o la retiene con una o ambas manos.
- c.)** Puede **llevar** la pelota durante un paso o zancada, pero le esta prohibido dar dos o mas pasaos con ella.
- d.)** Puede **tirar o lanzar** la pelota y efectuar un **enceste** o **canasta** desde cualquier punto del terreno de juego.

FALTAS

Falta Personal

Todo jugador debe evitar el contacto personal con jugadores del equipo adversario, pero si esto ocurriera el juez señalara una “falta personal” contra el jugador que considere responsable del contacto.

Existen diferentes faltas:

- Obstrucción o bloqueo
- Falta sobre le jugador que trata de encestar.
- Falta sobre Intencionado o Flagrante
- Faltas Técnicas

Falta técnica cometida por entrenador o suplente

Ni el entrenador, ni su ayudante ni un jugador suplente pueden entrar en el terreno de juego sin permiso previo.

Ninguno puede abandonar su puesto o usar lenguaje poco respetuoso para con los jueces o adversarios.

Durante un tiempo muerto” el entrenador puede consultar con los jugadores e incluso con los suplentes, siempre y cuando se mantengan dentro de su propio campo.

Como el caso anterior, también se hace en esta regla distinción entre falta **intencionada** o **accidental**.

TÉCNICA

A continuación vamos anotar algunas técnicas fundamentales de ataque: salida y paradas, cambios de dirección y botes, agarre, manejo y bote del balón, cambio de dirección y ritmo con la pelota el pase y el tiro a canasta, así como también se analizaran algunos conceptos tácticos del baloncesto dividido en 10 sesiones .

SESIÓN 1

Salidas

Puede realizarse con cualquiera de los pies si se inician la acción con el pie del lado con el que se sale, se denomina salida abierta; es decir, el pie se dirige al objetivo. Si es con el pie del lado contrario con el que se sale se denomina salida cruzada; es decir, un pie se cruza sobre el otro. Este tipo de salida protege más del defensor y de cometer los denominados pasos de salida.

Paradas

Son las detenciones que se realizan tras botar y retener el balón en ambas manos o después de una recepción en movimiento en las paradas,

es importante mantener el equilibrio presionando ligeramente las piernas.

Se pueden distinguir dos tipos de paradas:

- **Paradas en un tiempo.-** Se realizan cuando los dos pies contactan con el suelo al mismo tiempo. En este caso se puede elegir cualquier pie como puede elegir cualquier pie como pie de pivote.
- **Parada en dos tiempos.-** Se realizan cuando un pie cae primero y después el otro. En este caso solo se podrá pivotear con el pie que primero contacta con el suelo, normalmente el más retrasado.

Ejercicios

Se divide a los alumnos en varios grupos y el campo en 4 líneas transversales imaginarias. A la voz de ¡ya!, dirigirse hacia una línea y parar sobre la misma de las siguientes maneras:

Salidas y paradas a libre elección.- En las líneas impares, lentamente y en las pares rápidamente.

Salida abierta.- (el pie se dirige al objetivo) y parada a libre elección.

Salida cruzada.- (se cruza un pie sobre el otro) y parada en un tiempo.

Salida abierta y parada.- En un tiempo en líneas impares, salidas cruzadas y paradas en dos tiempos en líneas pares

SESIÓN 2

Pivotar

Es una acción que permite desplazar un pie todas las direcciones mientras se gira sobre el otro fijo en el suelo. Este último es denominado pie de pivote y no se puede cambiar una vez que se ha iniciado la acción de pivotar ya que en tal caso se cometerían pasos. Se debe pivotar sobre ya que en tal caso se comerían pasos. Se debe pivotar sobre la punta del pie con las piernas ligeramente flexionadas y los brazos extendidos para alejar la pelota del defensor.

El pie libre pie puede ir hacia delante (pivote anterior) ó atrás (pivote posterior). La acción de pivotar es muy usual, pues no sólo se realiza acción, en las finas de recepción, después de realizar un bloqueo, etc.

Ejercicios

Se divide el campo en líneas longitudinales, y los miembros de cada equipo se colocan en fila en el centro de los espacios que delimitan las líneas. Un integrante del equipo esquivo a sus compañeros y al volver, le

da el relevo al siguiente que hace lo mismo. Las acciones que se realizan al sortear a los compañeros son:

- Cambios de dirección libres
- Cambios de dirección normales
- Cambios de dirección con pivote
- Cambios de dirección con pivote – reverso (girando sobre uno mismo)
- Los cuatro anteriores pero de espalda

SESIÓN 3

- **Agarre de Pelota**

Se distinguen dos tipos de agarres fundamentales: Simétrico y en “T”. En el Simétrico la pelota se sostiene por ambos lados. En el Agarre en “T” denominado así por la disposición que adquieren las manos, una de ellas se colocan por el balón y la otra sobre un lado.

Este tipo de agarre tiene la ventaja de permitir una posición de triple amenaza, es decir desde la misma se puede tanto pasar como botar ó tirar.

Ejercicios

Dos equipos, unos poseen el balón pero no pueden mover los brazos y los otros deben intentar arrebatárselos con una sola mano (se permite un solo toque). A continuación se le permite pivotar al poseedor de la pelota y luego movilizar los brazos.

SESIÓN 4

Manejo de la Pelota

Después de aprender los distintos tipos de agarres, todo jugador de baloncesto debe aprender a manejar la pelota que se convierta en una extensión de las manos.

Las yemas de los dedos son las que manejan. Con suavidad pero con la atención suficiente.

Ejercicios

Organizarse por equipo y relevos, dirigirse corriendo hasta el medio campo y volver de espaldas realizando las siguientes acciones:

Cambios de mano por delante a la altura de la cintura

Cambio de manos por detrás por encima de la cabeza

Cambio de mano alrededor de la cintura

Cambio de mano alrededor de la cabeza

Ocho entre las piernas.

SESIÓN 5

Bote de Balón o Dribling

Prohibido en los inicios del baloncesto, surgió porque los jugadores al ser presionados, lanzan rodando el balón para escapar del defensor, dicho rodaje fue controlándose hasta llegar al dirbling. Es uno de los fundamentos técnicos de los que mas se abusan, siendo muchos mas lento el avance de la pelota botándola que pasándola.

Cuando se tiene el balón no pueden darse más dos pasos sin botarlo, pasarlo o lanzarlo.

Si deja de botar y se toma con ambas manos, debe ser pasado o lanzado.

Si, por el contrario se vuelve a botar, se cometería la falta denominada dobles.

Como normas generales para la realización se puede destacar las siguientes:

No hay que mirar a la pelota mientras es botada.

Se bota con la yema de los dedos empujando un golpe de muñecas y nunca con la palma, los dedos no deben de estar rígidos el balón no debe acompañarse mucho-Se debe dominar indistintamente con ambas manos.

La pelota se debe botar hasta la altura de la cintura aproximadamente.

Se puede distinguir dos tipos básicos de bote: de protección y en velocidad.

- **Bote de protección.-** Se realiza cuando un defensor esta cerca, de forma que hay que colocar el cuerpo entre la pelota y ese defensor. Se bota con al mano mas distante del defensor, situándose el brazo y la pierna contrarias retrasados para proteger el balón. Las piernas se colocan ligeramente flexionadas y la dirección del bote debe ser más o menos vertical.
- **Bote de velocidad.-** Es realizado para avanzar rápidamente cuando se tiene un defensor delante. La pelota toca al suelo por delante y a un lado del jugador. La mano de bote se sitúa por encima y detrás del balón de forma que el bote sea adelantado.

Ejercicios

Avanzar con bote de velocidad realizando cambios de dirección en función de los defensores que van apareciendo.

Carrera de relevos, conduciendo el balón mediante bote de velocidad.

Trabajo del bote de protección en uno de los círculos de terreno. Cuatro jugadores deben intentar robarse la pelota sin poder dejar de botarla ni salir del espacio delimitado.

SESIÓN 6

Cambios de Dirección y Ritmos con el balón

Se realiza para intentar desmarcarse del defensor. Normalmente vienen acompañados de fintas (engaños), y se debe ralentizar el avance para que el cambio de ritmo sea más brusco y así poder zafarse del defensor con más facilidad.

Se pueden diferenciar distintos tipos de cambios de mando que provocan los siguientes cambios de dirección y ritmo.

- Por delante
- Por detrás
- Con reverso
- Por debajo de las piernas
- Combinados

Ejercicios

Cada grupo se coloca en filas, mientras un integrante los esquiva botando las pelotas y realizando los cambios de mano anteriormente mencionados, En un principio se realiza sin oposición y después los integrantes de la fila intentar robar el balón para lo cual solo disponen de un intento.

SESIÓN 7

El Pase

Al pasarlo, el Balón circula a mayor velocidad que al botarlo, con lo que le juego gana en dinamismo y efectividad. Además, pasar implica realizar un juego de equipo. A la hora de pasar hay que tener en cuenta esos aspectos:

- Pasar fuerte y rápido, pero no de manera violenta.
- Pasar entre la cintura y el pecho del receptor y en lado mas alejado de donde este el defensor.
- Buscar la máxima seguridad para evitar que la pelota sea interceptada. Si se tienen dudas se puede buscar a otro compañero mejor situado. A si mismo, el receptor también debe tener en cuenta una ser de aspecto para que el pase sea exitoso.

- Pedir el balón con la mano ó manos en el lugar donde se quiera recibir.
- Acercarse a la trayectoria seguida por la pelota (esto es, no esperarla).
- No dejar de mirar el balón hasta controlarlo con las manos.

Dependiendo de la situación de juego, se requerirá un tipo u otro de pase, entre los que se pueden distinguir los siguientes:

- Pase de pecho.- Consiste en llevar la pelota a la altura del pecho, sin abrir excesivamente los codos ni engancharla al cuerpo. A continuación se impulsa el balón hacia delante avanzando además un pie si se quiere imprimir mayor velocidad al mismo.
- Pase picado.- Se debe lanzar de forma que bote en el suelo mas cerca del receptor llegando a la cintura, es un pase mas lento y por lo tanto no debe utilizarse en distancias demasiado grande ya que es mas fácil de interceptar. También puede realizar a una o dos manos.
- Pase por encima de la cabeza.- En este pase se sube el balón por encima de la cabeza con los brazos extendidos y se lanza hacia delante mediante un golpe de muñecas para dirigirlo. Con este tipo de pase se puede imprimir gran velocidad.
- Pase por detrás de la espalda.- Se emplea cuando la defensa presiona y no se puede pasar por delante o en los contrataques. La mano que va a pasar se debe colocar en el lado mas alejado de la pelota con respecto a donde se va pasar. Se

lanza extendido el codo y muñecas y girando ligeramente el tronco. Es importante dejar el brazo extendido en la dirección del pase.

- Pase de béisbol.- Utilizando en distancias largas, es uno de los pases más eficaces en los contrataques. La pelota se lleva con las dos manos a la altura de la cabeza y se coloca la mano que lanza detrás de ella. se lanza extendiendo el brazo hacia delante y buscando una trayectoria lo más recta posible.

Ejercicios

- Los diez pases.- EL medio campo se divide la clase en dos equipos. se ha de intentar dar diez pases consecutivos sin botar. los pases puede ser de cualquier tipo, excepto cuando se realiza mas de un pase seguido entre dos jugadores, momentos en el cual se debe cambiar de tipo de pase.
- El pase que mata.- Tres equipo se colocan detrás de las prolongaciones de la línea de tiros libres y en el círculo central donde se sitúa una cesta que sirve como protección. Se trata de interceptar a los integrantes del grupo del círculo central realizando pases – lanzamientos de pechos, laterales, por encima de la cabeza, picados, de bolos, de beisbol. Si el balón toca algún jugador del círculo y después el suelo, dicho jugador queda eliminado. Si la pelota es capturada por algún jugador del círculo, será el lanzador el que quede eliminado.

SESIÓN 8

TIRO DE CANASTA

Es el fundamento más determinante, ya que es el que permite sumar puntos. El lanzamiento de canasta ha ido evolucionando a lo largo de la historia según la eficacia que obtenían los jugadores tirando de una forma u otra. Los lanzamientos de canasta eran siempre estáticos, no se hacían bandejas. A medida que se fueron incorporados jugadores que no provenían de los mencionados deportes, se fue pasando al lanzamiento desde abajo (de cuchara), que era muy efectivo desde lejos si se apoyaba en el tablero. Al mejorar la defensa, dichos lanzamientos, al ser fáciles de taponar, fueron postergados por otros como aquel desde la altura del pecho imprimiendo un efecto al balón o los populares lanzamientos a una mano. En la actualidad, el estilo de lanzamientos utilizados por la gran mayoría de jugadores es el tiro de suspensión.

El agarra de la pelota en los lanzamientos debería ser en "T" con los brazos colocados con un ángulo igual o inferior a 90°. Los pies se sitúan a la misma altura o adelantando el que corresponde a la mano que tira si no se posee la fuerza suficiente. Al lanzar se debe realizar un movimiento coordinado de flexo extensión de piernas y brazos. Entre los distintos tipos de lanzamientos están

- Normal
- En bandeja

- El gancho
- En suspensión
- A canasta pasada

Cuando se lanza a canasta hay jugadores que tienen mas o menos precisión, pero esta puntería depende mucho de la mecánica de tiro y esta viene condicionada por como se sujeta el balón. Para ello se deberían seguir los pasos siguientes:

- Sostener la pelota con la mano de lanzamiento (ya sea diestro o zurdo). El balón, la muñeca, el codo y el hombro deben estar en un mismo plano perpendicular al suelo.
- Los dedos deben estar separados y el balón no debería tocar la palma de la mano. La mano con la que se sujeta lateralmente no debe impulsarlo sino que, al lanzar, debe ser separada.
- Desde esta posición, lanza la pelota hacia arriba. El movimiento consiste en una pequeña elevación del brazo, extensión del codo y flexión de la muñeca y los dedos. El balón ha de salir dando vueltas hacia atrás por los tres dedos centrales. No hacer movimientos con el cuerpo, ni mover el brazo lateralmente, ya que la pelota también se moverá y no estará dirigida a canasta. Los pies deben apuntar a la canasta.
- Lanzar la canasta. De cerca, y si el lanzamiento es correcto el balón deber caer dentro sin tocar el aro. Realizar el movimiento con suavidad y, una vez efectuado el lanzamiento, dejar el brazo

extendido y dirigido hacia el aro. Mantener la vista fija en la canasta durante todo el movimiento. A medida que se vaya, adquiriendo seguridad, cabe alejarse del aro poco a poco. Para ganar fuerza y llegar desde más lejos, conviene ayudarse de una flexión de rodillas, extendiéndolas antes de lanzar.

- Tiro de Bandeja o entrada en bandeja.-Entrar en bandeja es un fundamento que todos los jugadores dominan o creen dominar. Sin embargo, hay muchos que piensan que realizar correctamente las bandejas por la derecha, si son diestros, o correctamente las bandejas por la izquierda, si son diestros, o por la izquierda, si son zurdos, es suficiente. Si se quiere alcanzar un buen nivel hay que utilizar ambas manos y coordinar los pies para poder esquivar al defensor que intenta impedir la entrada a la canasta.

Ejercicios

- Lanzar la pelota hacia arriba mediante un golpe arriba mediante un golpe de muñeca; el efecto hará que cuando caiga al suelo vuelva a las manos.
- Lanzar a canasta empujando distintos tipos de parábola y comprobando con cuál de ellas los porcentajes de acierto son mayores.
- Colocarse debajo del aro mirando al tablero y lanzar con el brazo extendido por la derecha y por la izquierda.

- tirar ganchos cerca del aro de manera continuada por la derecha y por la izquierda apoyando el tiro en el tablero.

SESIÓN 9

Posición Defensiva Fundamental

Lo primero que hay que aprender es la posición básica defensiva que permitirá reaccionar ante cualquier acción de los atacantes de la manera más rápida posible. Esta posición debe tener las siguientes características:

- Pies paralelos; uno adelantado (débil) y otro retrasado (fuerte).
- Rodillas semiflexionadas
- Tronco ligeramente adelantado.
- Espalda recta
- Manos hacia arriba

Desplazamientos Defensivos

Al desplazar los pies no deben cruzarse nunca y deben juntarse lo menos posibles. Para el desplazamiento lateral hay que deslizar los pies o dar pequeños saltos de forma que siempre se mantenga el equilibrio entre ambas piernas.

Ejercicios

- Por pareja, los dos jugadores deben ir a golpear (con las manos) la rodilla de su pareja, evitando también los golpes del contrario.

Variantes:

- Golpear en tobillo, trasero, espalda, etc.
- Trabajo por tríos, cuartetos o mas integrantes, acentuando el trabajo de visión periférica.

Formar tres grupos de dos a cuatro jugadores. Cada grupo se coloca en un círculo del campo; el grupo del círculo central debe evitar los lanzamientos de dos lados, manteniendo una postura defensiva para los dos lados, manteniendo una postura defensiva para poder evitar rápidamente los balones, y con un control constante de la visión periférica. Si capturan al vuelo una pelota queda eliminado el lanzador, pero si es tocado por un balón queda eliminado el jugador central tocado.

Cuando un grupo se queda sin componente se empieza otra vez cambiando al equipo colocado en el círculo central. los lanzamientos pueden ser ejecutados libremente o determinado si deben ser de pecho, de beisbol, picados. Si alguno de los jugadores sale del círculo quedará automáticamente eliminado.¹

2.3. Planteamiento de la hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Si se aplican oportunamente ejercicios coordinativos se garantizará el aprendizaje del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Laura Carbo Núñez, en el periodo lectivo 2012 – 2013.

2.3.2. Hipótesis específicas

Si se utilizaran oportunamente ejercicios coordinativos se mejorará la aplicación de técnicas del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica

Si se emplean ejercicios coordinativos se aplicará con éxitos las tácticas del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica.

2.4. Variables

2.4.1. Variable independiente

Ejercicios coordinativos

2.4.2. Variable dependiente

Mini básquet

OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

CONCEPTO	VARIABLES	INDICADORES	SUB-INDICADORES
<p>capacidad física complementaria que permite al deportista realizar movimientos ordenados y dirigidos a la obtención de un gesto técnico. Complementa a las capacidades físicas básicas para hacer de los movimientos gestos deportivos.</p>	Ejercicios coordinativos	<p>Coordinación</p> <p>Desarrollo motriz</p> <p>Estrategias</p>	<p>Realizar movimientos con armonía muscular</p> <p>Mejorar el esquema corporal y la percepción del cuerpo.</p> <p>Realizar ejercicios técnicos tácticos</p>
<p>Mini básquet, mini baloncesto es un recurso educativo que busca desarrollar los esquemas motores de base en el niño y enseñar los fundamentos del baloncesto. Su práctica abarca las edades comprendidas en la etapa de la escuela primaria, usualmente entre los 6 y los 12 años.</p>	Mini básquet	<p>Manejo del balón</p> <p>Pases</p> <p>Destrezas deportivas</p>	<p>Realizar ejercicios de agarre del balón</p> <p>Ejercicios que permitan tener pases rápidos y precisos.</p> <p>Desarrollar ejercicios de desplazamientos en diferentes direcciones</p>

CAPÍTULO III

3. DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Metodología empleada

3.1.1.- Método Inductivo.- Va de lo particular a lo general. Es decir que; se partió del conocimiento de cosas y hechos particulares que se investigaron, para luego, utilizando la generalización se llegó al establecimiento de conclusiones y recomendaciones.

3.1.2.- Método deductivo.- Es el proceso que permitió presentar conceptos, principios, reglas, definiciones a partir de los cuales, se analizó, se sintetizó comparó, generalizó y demostró.

3.1.3.- Método descriptivo.- Se lo utilizó en la descripción de hechos y fenómenos actuales por lo que este método situó en el presente.

No se redujo a una simple recolección y tabulación de datos a los que se acompaña, integro el análisis, reflexión y a una interpretación imparcial de los datos obtenidos y que permiten concluir acertadamente el trabajo.

3.2. Modalidad de la investigación.

En la presente investigación se empleará la modalidad de campo y documental:

De campo porque se realizaron entrevistas a entrenadores y encuestas a padres de familia y;

Documental porque recurrimos a información científica proveniente de textos, revistas y artículos científicos

3.3. Nivel o tipo de investigación.

Los tipos de investigación a emplearse son: descriptivas y explicativas.

Descriptivas, por cuanto a través de la información obtenida se va a clasificar elementos y estructuras para caracterizar una realidad y,

Explicativa, porque permite un análisis del fenómeno para su rectificación.

3.4. Población y muestra

3.4.1.- Población

La población que se toma en esta investigación es el número total de estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica,

correspondiente a 112, los tres docentes y las dos autoridades de la institución.

3.4.2. Muestra

Para determinar el tamaño de la muestra en este proyecto de investigación se utilizó el muestreo probabilístico proporcional con la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N}{E^2(N - 1) + 1}$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Población

E = Error de la muestra

Remplazando en la fórmula se tiene:

$$n = \frac{112}{(0,05)^2(112 - 1) + 1}$$

$$n = \frac{112}{(0.0025)(111) + 1}$$

$$n = \frac{112}{0.2775 + 1}$$

$$n = \frac{112}{1.2775}$$

$$n = 87,67 = 88$$

La muestra está determinada en 88 estudiantes, 3 docentes y 2 autoridades.

3.5.- Técnicas de recolección de datos

3.5.1.- Cuestionario para la encuesta: Es la técnica que a través de un cuestionario permite recopilar datos de toda la población o de una parte representativa de ella.

3.6. Recursos de información.

- Consulta a expertos
- Visita a bibliotecas y librerías.
- Recopilación de material bibliográfico y documental
- Aplicación de instrumentos de investigación.
- Internet

3.7.- Selección de recursos de apoyo

- Video grabadoras
- Filmadoras
- Fichas bibliográficas
- Fichas nemotécnicas

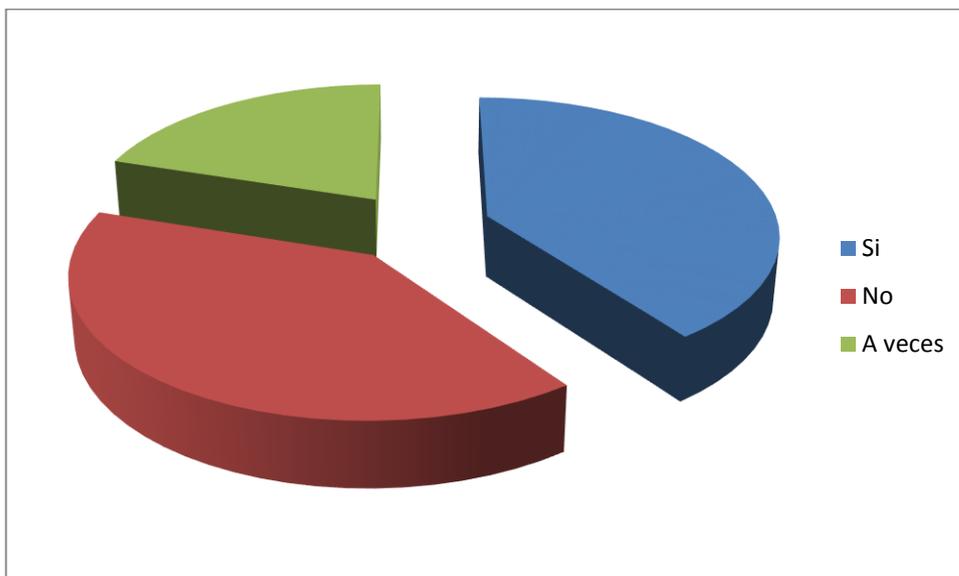
CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1. Entrevistas dirigidas a los docentes y autoridades

1).- ¿Los estudiantes presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas?

Respuesta	#	%
Si	2	40
No	2	40
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

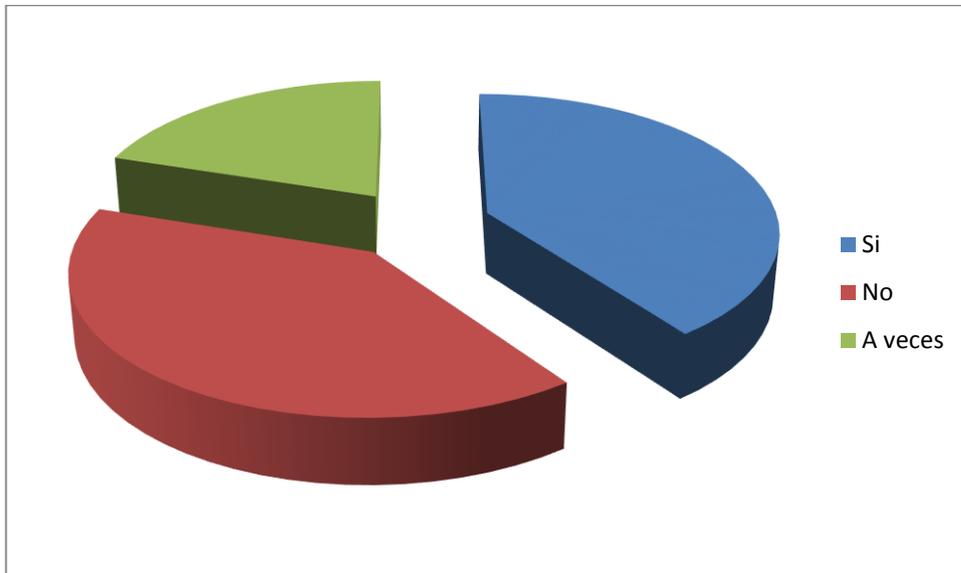
De la investigación realizada, el 40% manifiesta que los estudiantes si presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas, mientras que otro 40% dice que no y un 20% dice que solo a veces.

Interpretación

No todos los estudiantes presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas

2).- ¿Presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial?

Respuesta	#	%
Si	2	40
No	2	40
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

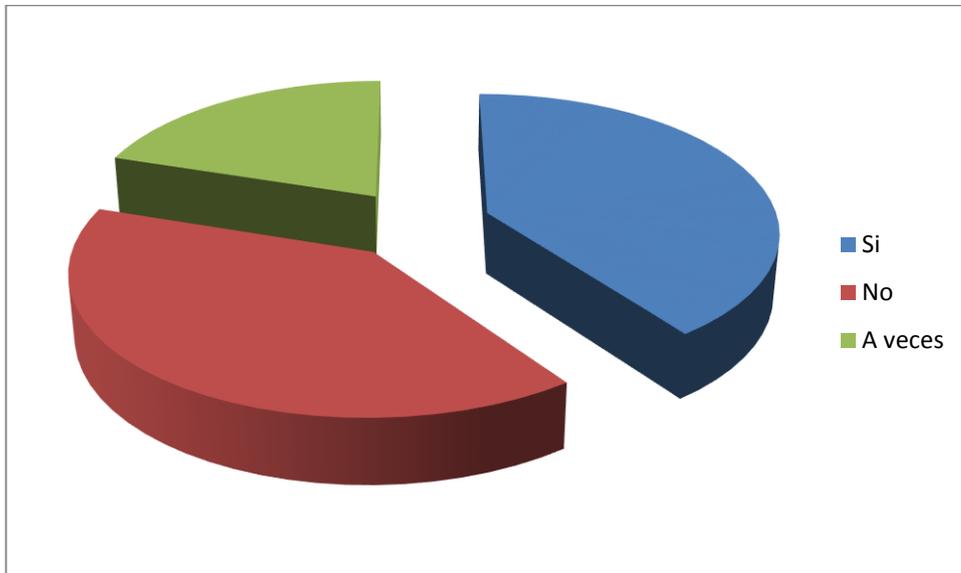
De la investigación realizada, el 40% manifiesta que los estudiantes si presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial, mientras que otro 40% dice que no y un 20% dice que solo a veces.

Interpretación

No todos los estudiantes presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial

3).- ¿Los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte?

Respuesta	#	%
Si	2	40
No	2	40
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

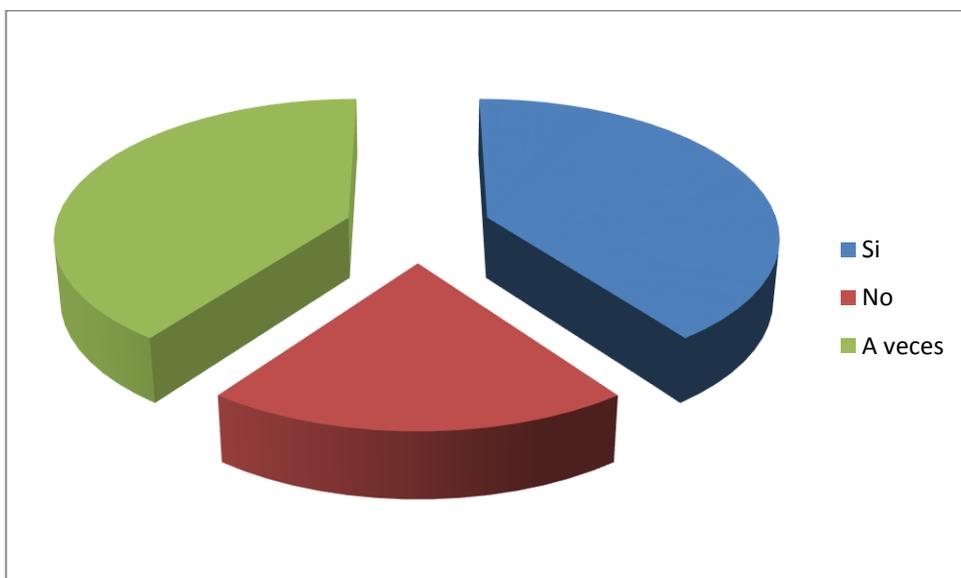
De la investigación realizada, el 40% manifiesta que los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte, mientras que otro 40% dice que no y un 20% dice que solo a veces.

Interpretación

No todos los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte.

4).- ¿Los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos?

Respuesta	#	%
Si	2	40
No	1	20
A veces	2	40
Total	5	100



Análisis

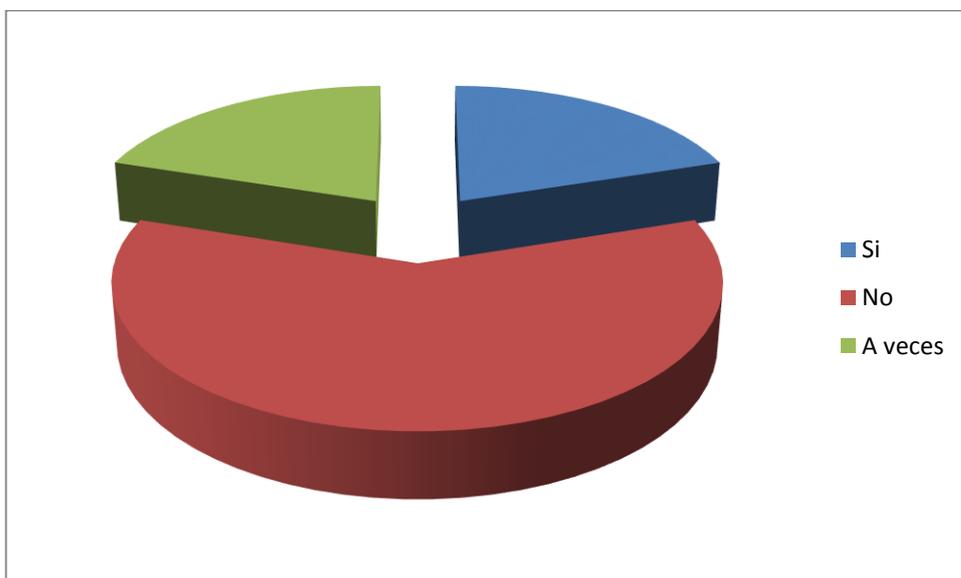
De la investigación realizada, el 40% manifiesta que los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos, mientras que un 20% dice que no y otro 40% dice que solo a veces

Interpretación

Son pocos los estudiantes que no tienen precisión al realizar sus movimientos.

5).- ¿Los estudiantes presentan flexibilidad en sus movimientos?

Respuesta	#	%
Si	1	20
No	3	60
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

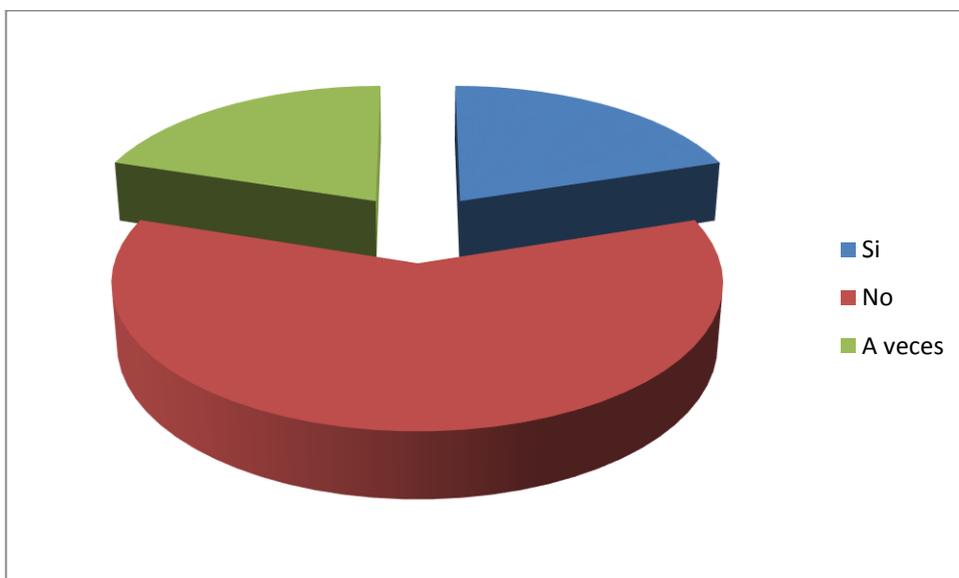
De la investigación realizada, el 20% manifiesta que los estudiantes presentan flexibilidad en sus movimientos, mientras que un 60% dice que no y otro 20% dice que solo a veces.

Interpretación

Son pocos los estudiantes presentan flexibilidad en sus movimientos.

6).- ¿Los estudiantes presentan elasticidad en sus movimientos?

Respuesta	#	%
Si	1	20
No	3	60
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

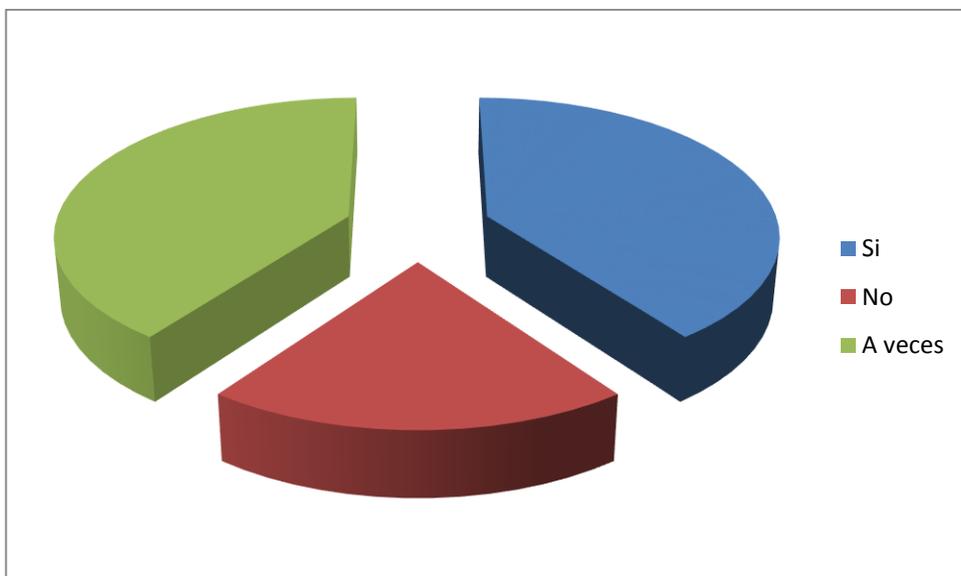
De la investigación realizada, el 20% manifiesta que los estudiantes presentan elasticidad en sus movimientos, mientras que un 60% dice que no y otro 20% dice que solo a veces.

Interpretación

Son pocos los estudiantes presentan elasticidad en sus movimientos.

7).- ¿Los estudiantes practican el mini básquet?

Respuesta	#	%
Si	2	40
No	1	20
A veces	2	40
Total	5	100



Análisis

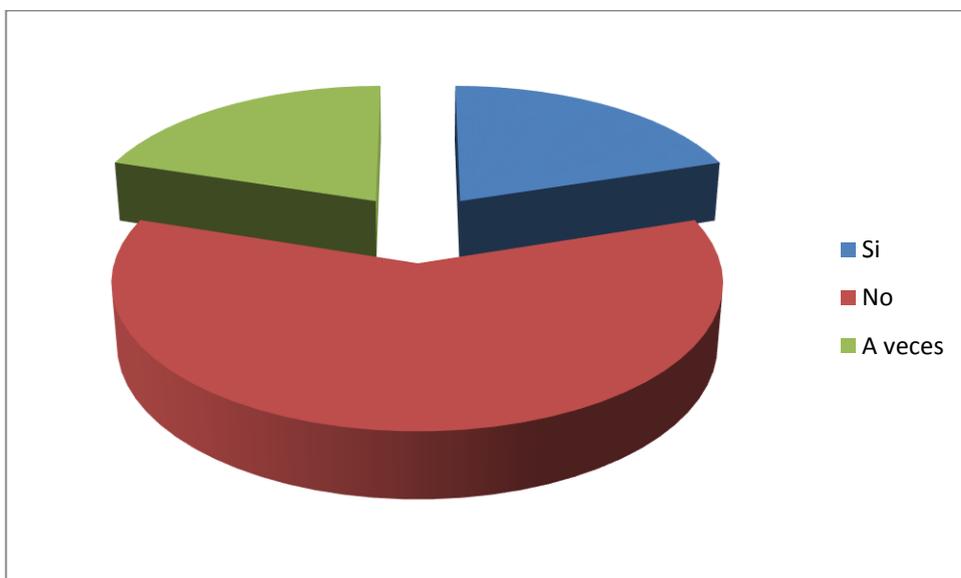
De la investigación realizada, el 40% manifiesta que los estudiantes si practican el mini básquet, mientras que un 20% dice que no y otro 40% dice que solo a veces

Interpretación

Son pocos los estudiantes que no practican el mini básquet.

8).- ¿Los estudiantes aplican correctamente las tácticas del mini básquet?

Respuesta	#	%
Si	1	20
No	3	60
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

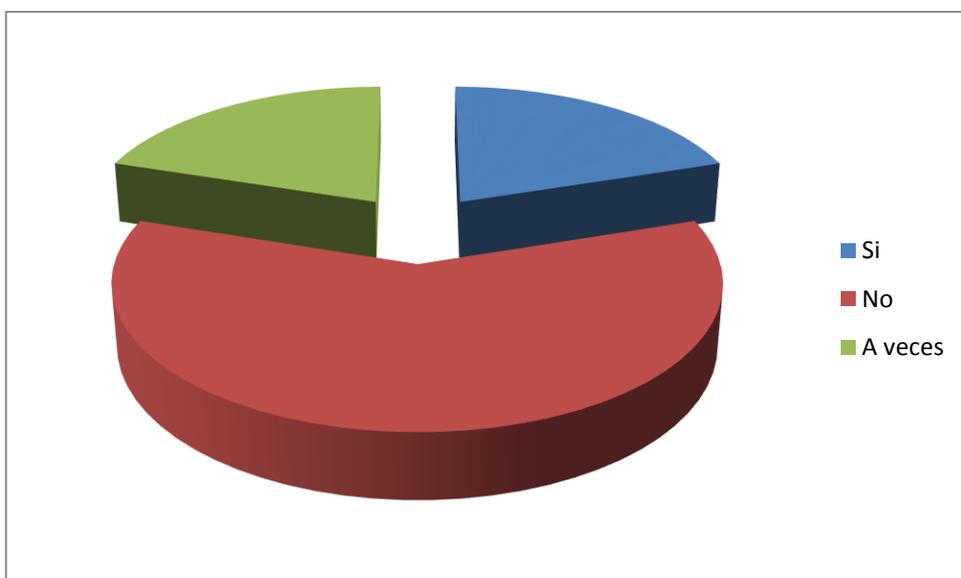
De la investigación realizada, el 20% manifiesta que los estudiantes aplican correctamente las tácticas del mini básquet, mientras que un 60% dice que no y otro 20% dice que solo a veces.

Interpretación

Son pocos los estudiantes que aplican correctamente las tácticas del mini básquet.

9).- ¿Los estudiantes aplican correctamente las técnicas del mini básquet?

Respuesta	#	%
Si	1	20
No	3	60
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

De la investigación realizada, el 20% manifiesta que los estudiantes aplican correctamente las técnicas del mini básquet, mientras que un 60% dice que no y otro 20% dice que solo a veces.

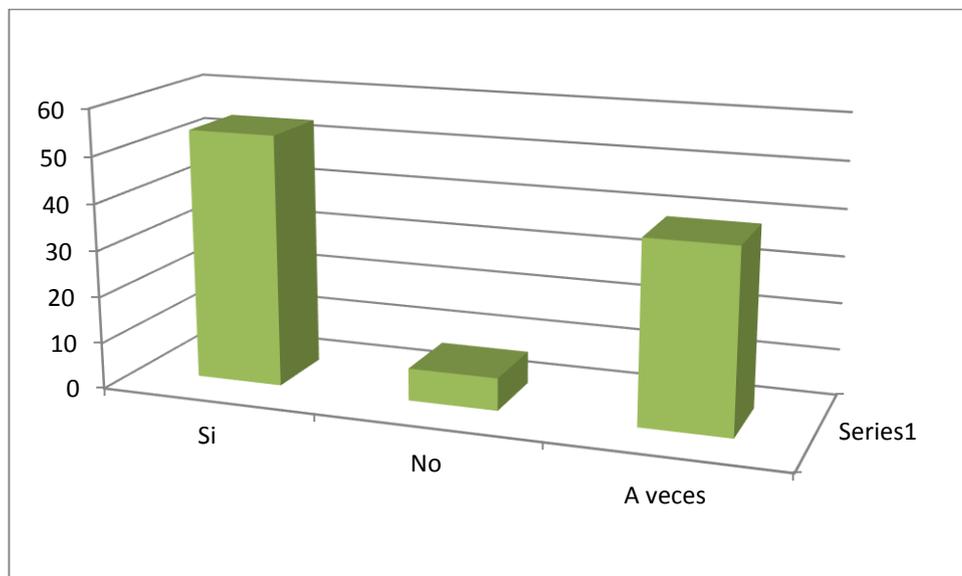
Interpretación

Son pocos los estudiantes que aplican correctamente las técnicas del mini básquet.

4.2. Encuestas dirigidas a los estudiantes

1).- ¿Presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas?

Respuesta	#	%
Si	48	54
No	6	7
A veces	34	39
Total	88	100



Análisis

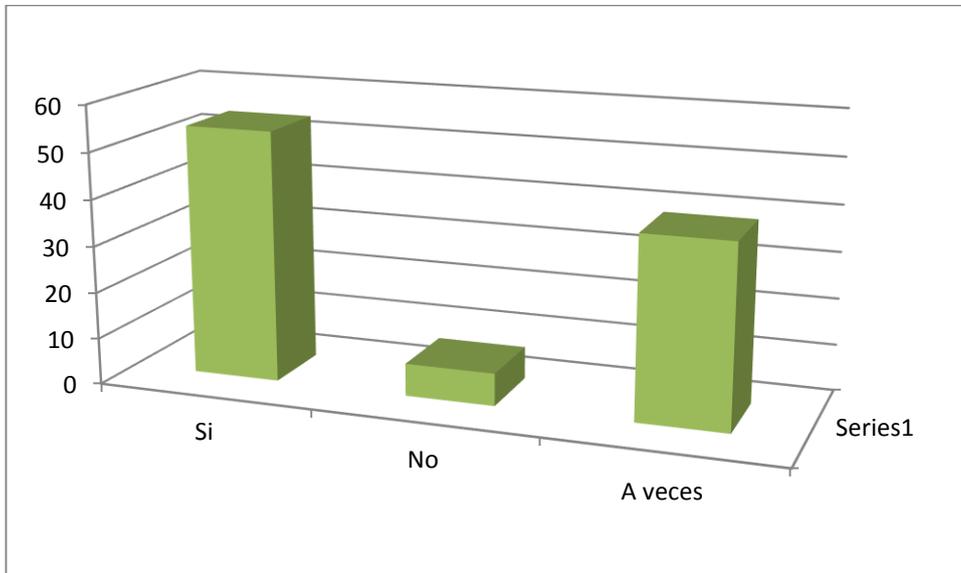
De la investigación realizada, el 54% manifiesta que los estudiantes si presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas, mientras que otro 7% dice que no y un 39% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas

2).- ¿Presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial?

Respuesta	#	%
Si	48	54
No	6	7
A veces	34	39
Total	88	100



Análisis

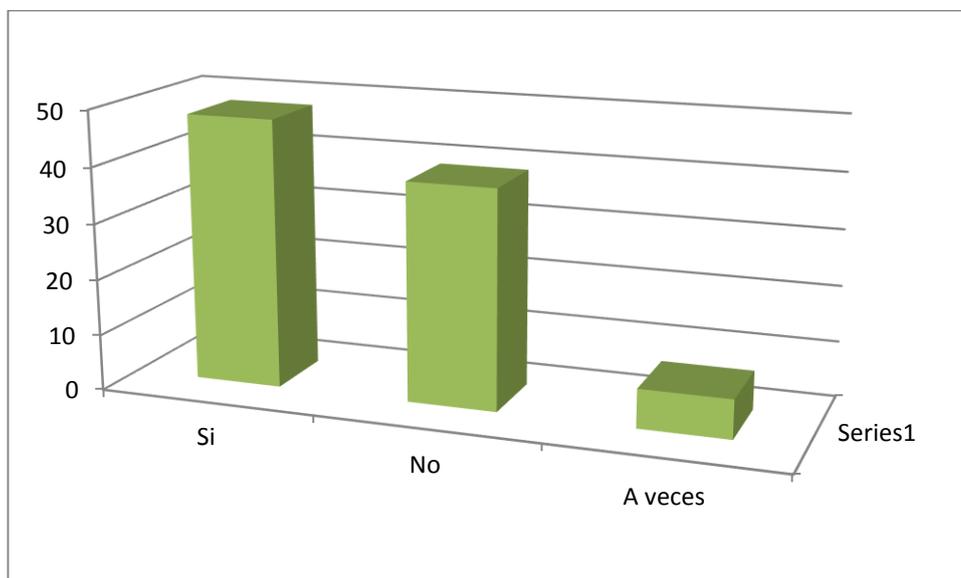
De la investigación realizada, el 54% manifiesta que los estudiantes si presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial, mientras que otro 7% dice que no y un 39% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial

3).- ¿Presentan dificultad al practicar algún deporte?

Respuesta	#	%
Si	48	54
No	34	39
A veces	6	7
Total	88	100



Análisis

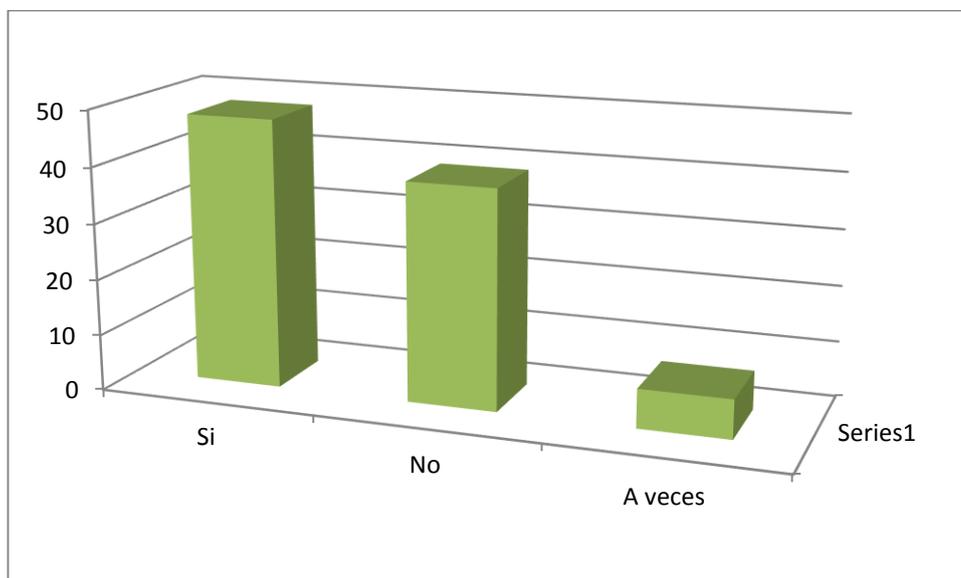
De la investigación realizada, el 54% manifiesta que los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte, mientras que otro 39% dice que no y un 7% dice que solo a veces.

Interpretación

No todos los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte.

4).- ¿Tienen precisión al realizar sus movimientos?

Respuesta	#	%
Si	48	54
No	34	39
A veces	6	7
Total	88	100



Análisis

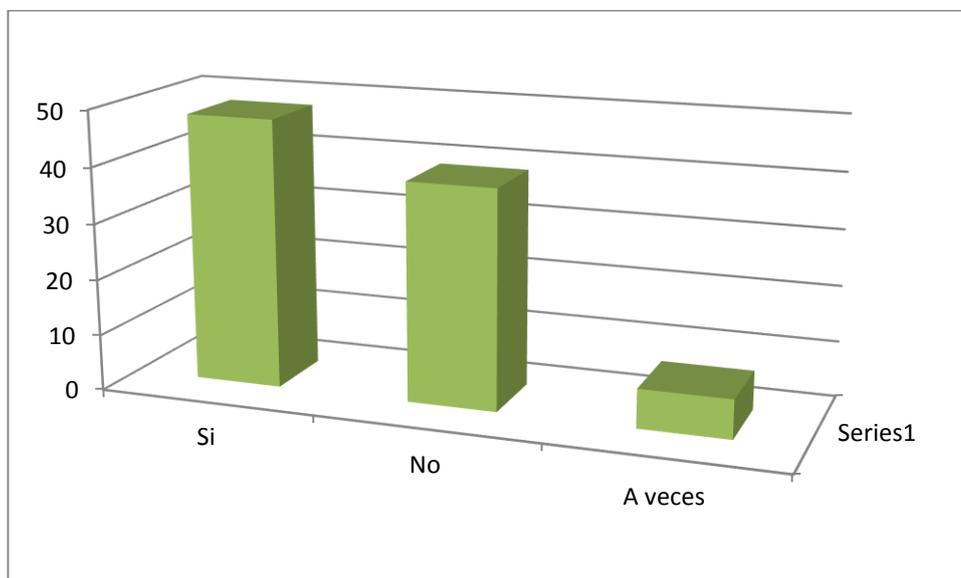
De la investigación realizada, el 54% manifiesta que los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos, mientras que un 39% dice que no y otro 7% dice que solo a veces

Interpretación

Son pocos los estudiantes que no tienen precisión al realizar sus movimientos.

5).- ¿Presentan flexibilidad en sus movimientos?

Respuesta	#	%
Si	48	54
No	34	39
A veces	6	7
Total	88	100



Análisis

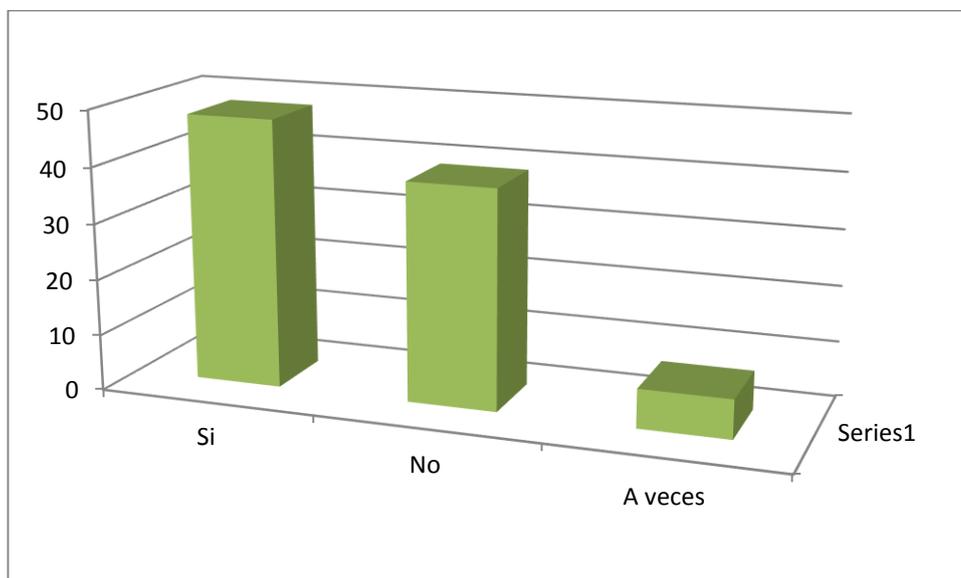
De la investigación realizada, el 54% manifiesta que los estudiantes presentan flexibilidad en sus movimientos, mientras que un 39% dice que no y otro 7% dice que solo a veces.

Interpretación

No todos los estudiantes presentan flexibilidad en sus movimientos.

6).- ¿Presentan elasticidad en sus movimientos?

Respuesta	#	%
Si	48	54
No	34	39
A veces	6	7
Total	88	100



Análisis

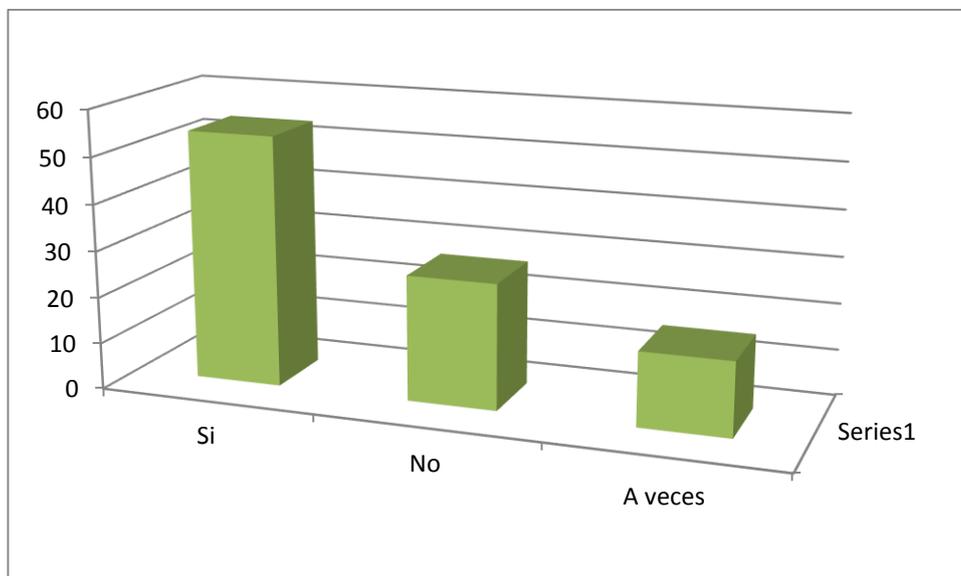
De la investigación realizada, el 54% manifiesta que los estudiantes presentan elasticidad en sus movimientos, mientras que un 39% dice que no y otro 7% dice que solo a veces.

Interpretación

No todos los estudiantes presentan elasticidad en sus movimientos.

7).- ¿Practican el mini básquet?

Respuesta	#	%
Si	48	54
No	24	27
A veces	16	19
Total	88	100



Análisis

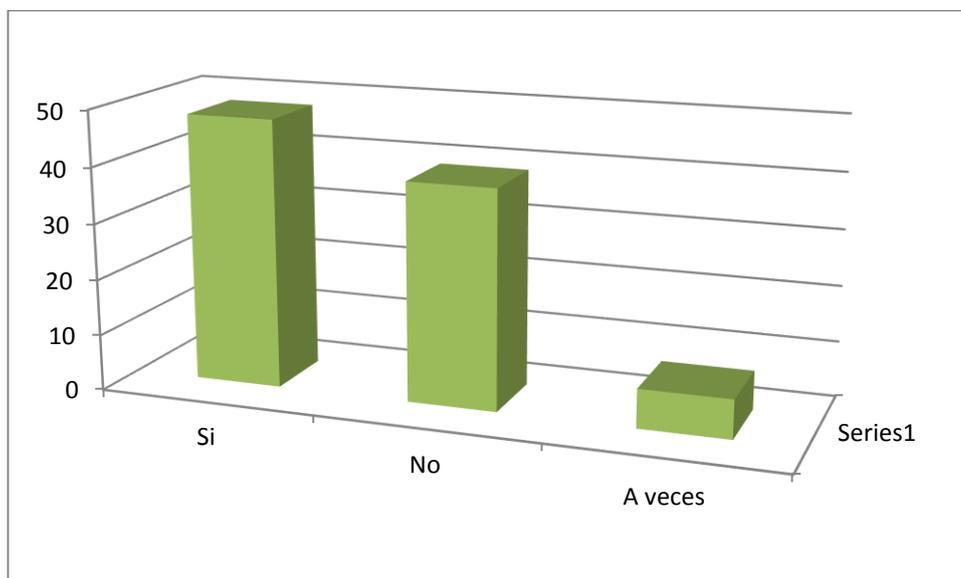
De la investigación realizada, el 54% manifiesta que los estudiantes si practican el mini básquet, mientras que un 27% dice que no y otro 1% dice que solo a veces

Interpretación

Son pocos los estudiantes que no practican el mini básquet.

8).- ¿Aplican correctamente las tácticas del mini básquet?

Respuesta	#	%
Si	48	54
No	34	39
A veces	6	7
Total	88	100



Análisis

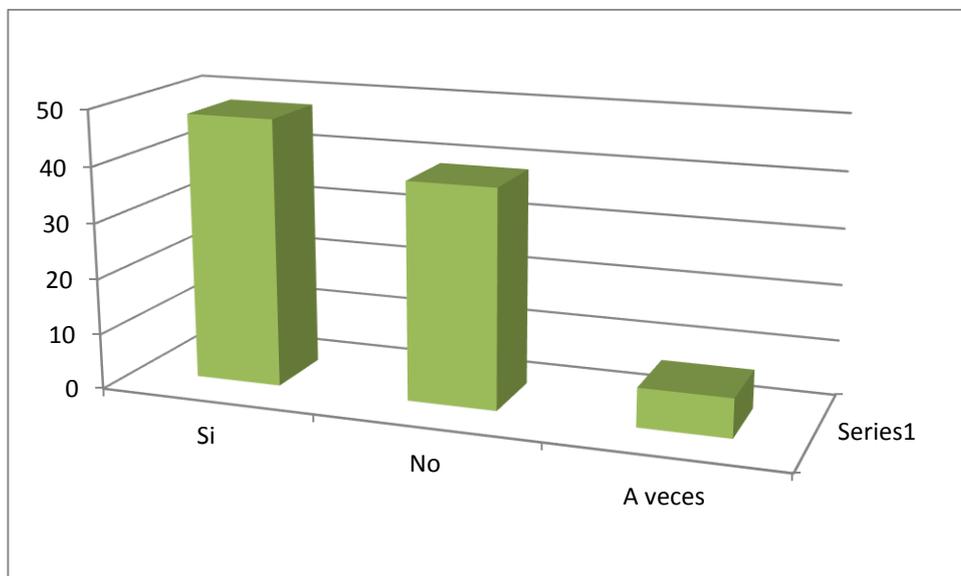
De la investigación realizada, el 54% manifiesta que los estudiantes aplican correctamente las tácticas del mini básquet, mientras que un 39% dice que no y otro 7% dice que solo a veces.

Interpretación

Son pocos los estudiantes que aplican correctamente las tácticas del mini básquet.

9).- ¿Los estudiantes aplican correctamente las técnicas del mini básquet?

Respuesta	#	%
Si	48	54
No	34	39
A veces	6	7
Total	88	100



Análisis

De la investigación realizada, el 54% manifiesta que los estudiantes aplican correctamente las técnicas del mini básquet, mientras que un 39% dice que no y otro 7% dice que solo a veces.

Interpretación

Son pocos los estudiantes que aplican correctamente las técnicas del mini básquet.

4.3. Comprobación de la hipótesis

Una vez realizada la investigación se pudo comprobar que: Al aplicar oportunamente ejercicios coordinativos se garantizará el aprendizaje del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Laura Carbo Núñez, en el periodo lectivo 2012 – 2013.

4.4. Conclusiones

- Los estudiantes presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas.
- Los estudiantes presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial.
- No todos los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte.
- Los estudiantes que tienen precisión al realizar sus movimientos.
- Son escasos los estudiantes presentan flexibilidad y elasticidad en sus movimientos.
- Son pocos los estudiantes que no practican el mini básquet.
- No todos los estudiantes aplican correctamente las técnicas y tácticas del mini básquet.

4.5. Recomendaciones

- Se debe aplicar programas de ejercicios para mejorar la coordinación de los movimientos en las prácticas.
- Los estudiantes deben mejorar la relación temporo – espacial.
- Los estudiantes practicar frecuentemente algún deporte.
- Los estudiantes deben mejorar la precisión al realizar sus movimientos.
- Los estudiantes mejorar flexibilidad y elasticidad en sus movimientos.
- Los estudiantes deben practicar el mini básquet.
- Los estudiantes deben aplicar correctamente las técnicas y tácticas del mini básquet.

CAPÍTULO V

5. PROPUESTA ALTERNATIVA

5.1. Título

Guía de ejercicios para mejorar la coordinación en los niños y niñas que practican el mini básquet

5.2. Objetivos

5.2.1. Objetivo general

Mejorar las capacidades coordinativas en los niños y niñas que practican el mini básquet

5.2.2. Objetivos específicos

Identificar los problemas de relación tempo-espacial, de precisión y de coordinación de los movimientos de los estudiantes.

Determinar los tipos de ejercicios a emplearse

Diseñar la guía de ejercicios

CAPÍTULO VI

6. MARCO ADMINISTRATIVO

6.1. Recursos

Humanos

Se utilizaron dos personas para realizar las encuestas.

Una persona para realizar los trabajos de tabulación

Un Director de tesis

Un Lector de tesis

Materiales

Un computador

Una oficina

Material Logístico

6.2. Presupuesto

CONCEPTO	VALOR UNIT	VALOR/SUBTOT
Una persona para realizar las encuestas y la tabulación	\$10 C/DIA	\$ 100.00
Un Director de Tesis		
Un computador	\$ 1 c/hora	\$ 50.00
Viáticos y subsistencia	\$ 5 c/día	\$ 100.00
Material Logístico	\$ 50	\$ 100.00
Elaboración de 40 encuestas	0.03 c/una	\$1,20
Elaboración de la tesis		\$ 100.00
TOTAL		\$ 451,20

6.3. Cronograma

TIEMPO ACTIVIDADES	2 0 1 3																			
	M A Y				J U N				J U L				A G O				S E P			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Enunciado de Problema y Tema	X																			
Formulación del Problema	X																			
Planteamiento del Problema		X																		
Formulación de Objetivos		X																		
Marco teórico de la Investigación			X	X																
Hipótesis					X															
VARIABLES Y OPERACIONALIZACIÓN						X														
Metodología, Nivel y Tipo							X													
Aplicación de Encuestas								X	X											
Análisis de Resultados										X	X									
Conclusiones, Recomendaciones												X								
Revisión Final del Tutor													X							
Revisión Final del Lector														X						
Sustentación Previa															X					
Sustentación Final																X				

CAPÍTULO VII

7. Bibliografía Y Anexos

7.1.- Bibliografía

HAEUSSLER, I. (1995). Test de desarrollo Psicomotor 2-5 años TEPSI. Ediciones Universidad Católica de Chile. Chile.

OLIVA, C. (2002). Cuaderno de teoría de la motricidad. Universidad de Playa Ancha, Chile.

LE BOULCH, J. (1996). El movimiento en el desarrollo de la persona. Editorial Paidotribo. España.

Diccionario Paidotribo de la Actividad Física y el Deporte. Volumen II. Editorial Paidotribo.

MOLINA, D, (197). La coordinación Visomotora y dinámica manual del niño infradotado. Edición Aumentada. Editorial losada S.A. Buenos Aires.

MELCHERTS, j. (1983). Glosario Básico de psicomotricidades e ciencias afins. 1º Edicào. Educa/Editer. Brazil.

MARTINES, E. (2002): Pruebas de aptitud física; Primera edición. Editorial Paidotribo. España.

Diccionario de las ciencias del deporte alemán-español-Ingles. (1992): Edición española. Unisport / junta Andalucía universidad internacional Málaga

7.2. ANEXOS

CONCEPTO	VARIABLES	INDICADORES	SUB-INDICADORES
Capacidades coordinativas	Ejercicios coordinativos	<p>Aplicación</p> <p>Tipos de ejercicios</p> <p>Frecuencia de aplicación</p> <p>Tiempo que se aplican</p>	<p>¿Los estudiantes presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas?</p> <p>-¿Presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial?</p> <p>¿Los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte?</p> <p>-¿Los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos?</p> <p>-¿Los estudiantes presentan flexibilidad en sus movimientos?</p> <p>-¿Los estudiantes presentan elasticidad en sus movimientos?</p>
Mini básquet	Mini básquet	<p>Práctica</p> <p>Ejecución</p> <p>Certezas</p> <p>Errores</p>	<p>¿Los estudiantes practican el mini básquet?</p> <p>¿Los estudiantes aplican correctamente las tácticas del mini básquet?</p> <p>¿Los estudiantes aplican correctamente las técnicas del mini básquet?</p>

UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES DE LA EDUCACION
ESCUELA DE CULTURA DE FISICA

Entrevistas los docentes y autoridades

Estimados colegas, con la finalidad de recopilar información respecto al problema de investigación ¿Cómo los ejercicios coordinativos influyen en el aprendizaje del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Laura Carbo Núñez, en el periodo lectivo 2012 – 2013?

”Le solicitamos responder la siguiente encuestas, teniendo en cuenta el instructivo.

-Lea con detenimiento las preguntas

-Marque solo una alternativa

-Responda con honestidad.

Preguntas:

1).- ¿Los estudiantes presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas?

Si No A veces

2).- ¿Presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial?

Si No A veces

3).- ¿Los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte?

Si No A veces

4).- ¿Los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos?

Si No A veces

5).- ¿Los estudiantes presentan flexibilidad en sus movimientos?

Si No A veces

6).- ¿Los estudiantes presentan elasticidad en sus movimientos?

Si No A veces

7).- ¿Los estudiantes practican el mini básquet?

Si No A veces

8).- ¿Los estudiantes aplican correctamente las tácticas del mini básquet?

Si No A veces

9).- ¿Los estudiantes aplican correctamente las técnicas del mini básquet?

Si No A veces

UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES DE LA EDUCACION
ESCUELA DE CULTURA DE FISICA

Encuestas a los estudiantes

Estimados estudiantes, con la finalidad de recopilar información respecto al problema de investigación ¿Cómo los ejercicios coordinativos influyen en el aprendizaje del mini básquet en los estudiantes de quinto a séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Laura Carbo Núñez, en el periodo lectivo 2012 – 2013?

”Le solicitamos responder la siguiente encuestas, teniendo en cuenta el instructivo.

-Lea con detenimiento las preguntas

-Marque solo una alternativa

-Responda con honestidad.

Preguntas:

1).- ¿Los estudiantes presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas?

Si No A veces

2).- ¿Presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial?

Si No A veces

3).- ¿Los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte?

Si No A veces

4).- ¿Los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos?

Si No A veces

5).- ¿Los estudiantes presentan flexibilidad en sus movimientos?

Si No A veces

6).- ¿Los estudiantes presentan elasticidad en sus movimientos?

Si No A veces

7).- ¿Los estudiantes practican el mini básquet?

Si No A veces

8).- ¿Los estudiantes aplican correctamente las tácticas del mini básquet?

Si No A veces

9).- ¿Los estudiantes aplican correctamente las técnicas del mini básquet?

Si No A veces