



## **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**

**Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación**

**Tesis de Grado para la Licenciatura en Ciencias de la Educación.**

**Especialidad: Cultura Física**

### **TEMA**

La práctica del básquet y su influencia en el desarrollo físico de los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU de la unidad educativa Eugenio espejo del cantón Babahoyo provincia de los ríos, año 2014 – 2015.

### **AUTORA**

Muñoz Procel Gloria Estefania

### **DIRECTOR DE TESIS**

### **TUTOR**

**LCDO.** Juan Tobar Gonzabay

**BABAHOYO - LOS RÍOS - ECUADOR**



## **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**

**Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación**

### **TESIS DE GRADO PREVIA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE CULTURA FÍSICA.**

#### **TEMA:**

La práctica del básquet y su influencia en el desarrollo físico de los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU de la unidad educativa Eugenio Espejo del cantón Babahoyo provincia de los ríos, año 2014 – 2015.

#### **AUTORA**

Muñoz Procel Gloria Estefania

#### **DIRECTOR DE TESIS**

#### **TUTOR**

**LCDO.** Juan Tobar Gonzabay

**BABAHOYO - LOS RÍOS - ECUADOR**



## **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**

**Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación**

Babahoyo, Marzo 24 del 2015

### **CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA DE TESIS**

Yo, **MUÑOZ PROCEL GLORIA ESTEFANIA** , portador de la cedula de ciudadanía **120491196-8**, egresado de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación, Especialización Cultura Física.

Declaro que soy el autor del presente trabajo de investigación, mismo que es original, autentico y personal. Todos los aspectos académicos y legales que se desprendan del presente trabajo son responsabilidad exclusiva del autor.

---

**Muñoz ProcelL Gloria Estefania**

**EGRESADA**

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación**

Babahoyo, Marzo 24 del 2015

**APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de **TUTOR** del trabajo de investigación sobre el Tema:

La práctica del básquet y su influencia en el desarrollo físico de los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU de la Unidad Educativa Eugenio Espejo del cantón Babahoyo provincia de Los Ríos, año 2014 - 2015

De **MUÑOZ PROCEL GLORIA ESTEFANIA**, egresado en la especialidad de **CULTURA FÍSICA**, de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación, apruebo dicho trabajo, ya que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del Jurado Examinador que el Honorable Consejo Directivo designe.

---

**LCDO. Juan Tobar Gonzabay**

**TUTOR DE TESIS**



## **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**

**Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación**

### **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR**

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el informe de investigación sobre el tema: La práctica del básquet y su influencia en el desarrollo físico de los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU de la Unidad Educativa Eugenio Espejo del cantón Babahoyo provincia de Los Ríos, año 2014 – 2015.

Para constancia firman:

---

**DELEGADO DEL DECANO**

**MSC. PABLO FLORES CARPIO**

---

**DOCENTE ESPECIALIZADO**

**MSC. ENA DUEÑAS GALARZA**

---

**TUTOR(A)**

**LCDO. JUAN TOBAR GONZABAY**

---

**SECRETARIA**

**AB. NARCISA SALDIVIA GÓMEZ**



## UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO

Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación

### TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

EL TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN OTORGA AL PRESENTE TRABAJO  
DE INVESTIGACIÓN.

La calificación de: \_\_\_\_\_

Equivalente a: \_\_\_\_\_

#### FIRMA DEL TRIBUNAL

\_\_\_\_\_  
**DELEGADO DEL DECANO**

**MSC. PABLO FLORES CARPIO**

\_\_\_\_\_  
**DOCENTE ESPECIALIZADO**

**MSC. ENA DUEÑAS GALARZA**

\_\_\_\_\_  
**TUTOR(A)**

**LCDO. JUAN TOBAR GONZABAY**

\_\_\_\_\_  
**SECRETARIA**

**AB. NARCISA SALDIVIA GÓMEZ**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco profundamente a Dios, por guiarme en el sendero correcto de la vida, cada día en el transcurso de mí camino e iluminándome en todo lo que realizo de mí convivir diario.

A mi mama, por ser mi ejemplo para seguir adelante en el convivir diario y por inculcarme valores que de una u otra forma me han servido en la vida, gracias por eso y por muchos más.

A mis hermanos por apoyarme en cada decisión que tomo, y por estar a mi lado en cada momento hoy, mañana y siempre.

A mi tutor de tesis el licenciado Juan Tobar Gonzabay por tenerme paciencia y por guiarme en cada paso de este proyecto.

A mis maestros que me impartieron sus conocimientos y experiencias en el transcurso de mi vida universitaria y que me ayudaron de una u otra forma para hacer posible la realización de la tesis.

A mis amigos y amigas y a todas las personas que me incentivaron y me motivaron para seguir adelante con los objetivos de este propósito.

## **DEDICATORIA**

Dedico este proyecto a Dios por ser el inspirador para cada uno de mis pasos dados en mi convivir diario; a mi mamá por ser la guía en el sendero de cada acto que realizo hoy, mañana y siempre; a pesar de los muchos obstáculos que hubieron jamás dejó de alentarme, a mis hermanos, amigos y amigas, por ser el incentivo para seguir adelante con este objetivo, a mi tutor el licenciado Juan Tobar Gonzabay por entregarme sus conocimientos para realizar los propósitos que tengo en mente.

## ÍNDICE

ÍNDICE.....	ix
CAMPO CONTEXTUAL PROBLEMÁTICO .....	13
TEMA.....	13
SITUACIÓN PROBLEMÁTICA .....	13
DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO .....	16
AREA: Cultura Física.....	16
ASPECTO: desarrollo físico .....	16
TEMA.....	16
PROBLEMÁ.....	16
DELIMITACIÓN ESPACIAL.....	16
DELIMITACIÓN TEMPORAL .....	16
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	17
DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO .....	20
TEMPORAL.....	20
ESPACIAL.....	20
FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	21
OBJETIVOS DE TRABAJO .....	22
OBJETIVO GENERAL.....	22
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	22
JUSTIFICACIÓN.....	23

MARCO TEORICO .....	25
ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN .....	25
MARCO CONCEPTUAL .....	27
CONCEPTO DEL BASQUETBOL .....	27
EL BALONCESTO COMO DEPORTE COLECTIVO.....	27
ORÍGENES Y EVOLUCIÓN HISTÓRICA DEL BALONCESTO. ....	28
ESTRUCTURA METODOLÓGICA DE LA CARACTERIZACIÓN DEL BALONCESTO .....	29
DESARROLLO DEL BALONCESTO EN EL ÁMBITO MUNDIAL.....	30
BALONCESTO EL SHOW DEL SIGLO .....	31
MEDIDAS DE UNA CANCHA DE BALONCESTO .....	32
REGLAS DEL BALONCESTO.....	32
DESARROLLO COGNITIVO .....	42
ASPECTOS DE MADUREZ COGNITIVA.....	42
CARACTERÍSTICAS DE INMADUREZ EN EL PENSAMIENTO ADOLESCENTE .....	42
RAZONAMIENTO MORAL: TEORÍA DE KOHLBERG .....	45
DESARROLLO PSICOSOCIAL.....	46
MUERTE EN LA ADOLESCENCIA .....	48
CARACTERÍSTICAS DEL CRECIMIENTO Y DESARROLLO FÍSICO	50
MARCO REFERENCIAL HISTORIA DEL COLEGIO .....	58
ANTECEDENTES HISTÓRICOS DEL COLEGIO TÉCNICO HENRY FORD .....	58
GLOSARIO DE TÉRMINOS MÁS FRECUENTES .....	59
HIPÓTESIS DE TRABAJO. ....	62
VARIABLES.....	62

VARIABLE INDEPENDIENTE .....	62
VARIABLE DEPENDIENTE.....	62
OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES .....	63
METODOLOGIA DE TRABAJO .....	65
TIPOS DE INVESTIGACIÓN.....	65
De campo .....	65
Descriptiva.....	65
Bibliográfica.....	65
Analítica.....	65
PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.....	67
POBLACIÓN Y MUESTRA .....	68
Población.....	68
MUESTRA.....	68
INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	69
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS .....	69
TÉCNICAS DE PROCEDIMIENTO PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	71
Recolección de información.....	71
Fuentes de obtención de información.....	71
Fuentes primarias.....	71
ETAPAS Y PASOS PARA LA ELABORACIÓN DEL INSTRUMENTO: ...	72
VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	73
TÉCNICAS PARA PROCESAMIENTO DE DATOS Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	74
ANALISIS E INTERPRETACION DE DATOS.....	76

ANÁLISIS E INTERPRETACION DE DATOS.....	96
PROPUESTA.....	108
TÍTULO DE LA PROPUESTA .....	108
JUSTIFICACIÓN .....	108
OBJETIVOS .....	111
ASPECTOS INVESTIGATIVOS .....	112
Problemática.....	113
Impacto.....	114
DESARROLLO .....	115
Las cualidades físicas.....	115
Clasificación de la coordinación y el desarrollo físico .....	119
Edad formativa .....	120
CONCLUSIONES .....	135
BIBLIOGRAFÍA.....	137

## **CAPITULO I**

### **CAMPO CONTEXTUAL PROBLEMÁTICO**

#### **TEMA**

La práctica del básquet y su influencia en el desarrollo físico de los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU de la Unidad Educativa Eugenio Espejo del cantón Babahoyo provincia de Los Ríos, año 2014 - 2015

#### **SITUACIÓN PROBLEMÁTICA**

El baloncesto es uno de los deportes de equipo más practicados en los ratos libres. Se trata de una de las disciplinas deportivas más dinámica, y busca siempre que el juego sea más atractivo, es quizás a la que menos le cuesta modificar su reglamento. De hecho, cada cuatro años, la Federación Internacional de Baloncesto Amateur (FIBA) revisa y modifica las reglas, siendo raro el período en el que no se realizan cambios sustanciales.

El mismo es sin duda, uno de los deportes más espectaculares, pero también es una práctica deportiva que se adapta con facilidad a los diferentes niveles de habilidad. Suele ser bien aceptado por los alumnos, ya que está muy arraigado a nivel social en la mayor parte del mundo, y es raro el alumno que no tenga una mínima experiencia en su práctica. La sencillez de sus objetivos y el conocimiento del resultado (meter o no

meter la pelota dentro de un aro) facilitan su aplicación en los practicantes más difíciles.

El baloncesto es un deporte de equipo cuya finalidad es introducir la pelota en el aro contrario y evitar que le anoten. En esta disciplina deportiva sólo se utilizan las manos y, entre otras técnicas, se trabaja el drible, el pase, el lanzamiento y el rebote. La cancha de baloncesto es una superficie de 28m de largo x 15m de ancho, delimitada por las líneas de fondo y laterales.

A nivel escolar, el baloncesto ofrece diversas cualidades formativas de gran ayuda para los alumnos. Su carácter de deporte de equipo conlleva el aprendizaje de valores tan importantes como el compañerismo y el respeto al contrario y al profesor. Ayuda a inculcar sentido de la responsabilidad (asistencia y puntualidad) e higiene, sirve para que el alumno descubra sus propias limitaciones y encuentre la motivación para superarlas.

Actualmente los docentes tienen una difícil tarea que es la de educar, tomando en cuenta factores decisivos para el desarrollo humano, por eso se hace importante realizar estrategias y actividades que permitan fomentar dicho desarrollo.

En la actualidad se busca, con ansiedad, una solución para llevar una vida sana y con calidad, aportando ideas desde todas las aristas para lograrlo. La práctica sistemática de deportes y actividades recreativas sigue siendo la inspiración para contribuir a la utilización del tiempo libre y mejorar la salud.

## **DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO**

**CAMPO:** Educación

**AREA:** Cultura Física

**ASPECTO:** desarrollo físico

### **TEMA**

La práctica del básquet y su influencia en el desarrollo físico de los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU de la unidad educativa e. Unidad Educativa Eugenio Espejo del cantón Babahoyo provincia de Los Ríos, año 2014 – 2015

### **PROBLEMÁ**

¿Cómo influye La práctica del básquet en el desarrollo físico de los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU del colegio Técnico Industrial “HENRYFORD” del cantón El Empalme provincia del Guayas?

### **DELIMITACIÓN ESPACIAL**

El Colegio Henry Ford tiene su domicilio en el Cantón El Empalme, parroquia Velasco Ibarra, en la Avenida Quito y Padre Mateo Rodríguez pertenece al Distrito 5, en los registros del Ministerio de Educación.

### **DELIMITACIÓN TEMPORAL**

**Inicio:** Junio del 2013

**Finalización:** Diciembre del 2013

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

Las actividades físicas están presentes en todas las actividades que realiza el hombre donde tenga que realizar un esfuerzo físico. En nuestro país el desarrollo de las capacidades físicas se ponen de manifiesto en tres dimensiones.

1. Educación física
2. Recreación
3. Deporte

Estas tres dimensiones son componentes fundamentales de la cultura física y han formado parte de la revolución pedagógica cultural que se lleva a cabo en nuestro país, las cuales han estado dirigida al desarrollo de la capacidad funcional, biológica y social del ser humano, se trabaja directamente sobre las escuelas, institución educacional que junto a las influencias de tipo social son las responsables de la formación multilaterales de nuestros niños y jóvenes.

El desarrollo de las capacidades en la actualidad ocupan un papel importante, están presente en todos los ejercicios físicos los cuales van a constituir una de las formas más significativas de la actividad humana, es donde las características físicas, psíquicas de la personalidad se manifiestan y se perfeccionan íntimamente relacionadas.

Investigaciones realizadas por (G. Schlesin y H. Rieger en la RDA en 1946) en el campo de la medicina, la higiene y en la educación física han demostrado que hay una dependencia directa entre el aumento de la capacidad de rendimiento físico y la capacidad de rendimiento intelectual. Mediante la realización de una mayor frecuencia de la práctica deportiva semanal los alumnos pueden soportar una mayor carga intelectual, elevan su rendimiento académico y mantienen más tiempo la atención durante el día.

La práctica adecuada del Baloncesto, contribuye al desarrollo físico de los jugadores, también puede contribuir a que desarrollen el hábito saludable de hacer ejercicio físico. Así mismo, proporciona la oportunidad de desarrollar hábitos saludables relacionados; fundamentalmente: hábitos alimentarios, de higiene y de cuidado personal.

En el desarrollo de nuestra práctica deportiva sobre jugadores jóvenes deberemos tener en cuenta una serie de factores evolutivos que afectan a éstos. Estos factores evolutivos están en relación con los procesos de crecimiento y maduración de los distintos componentes que constituyen al ser humano. Los ritmos de crecimiento y la velocidad de maduración de los diversos sistemas funcionales deben respetarse con el fin de favorecerlos. Una estimulación prematura de determinados procesos metabólicos podría perjudicar seriamente el desarrollo del joven.

Por tanto, el simple hecho de hacer baloncesto no garantiza que se obtengan los beneficios para la salud que puede proporcionar este deporte. Sólo cuando se hace correctamente, guiado por unos directivos y, sobre todo, unos entrenadores competentes, el Mini-Basket y el Baloncesto propician efectos beneficiosos.

## **DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO**

El proyecto tiene límites en cuanto al tiempo y el espacio, porque será útil a la comunidad educativa que atiende a 70 estudiantes y su influencia en los hogares, sociedad y cultura a las que pertenecen.

### **TEMPORAL**

El tiempo de planificación corresponde al primer quimestre del año lectivo 2013-2014 y el de ejecución y aplicación corresponde al segundo quimestre del año lectivo 2013-2014.

Este proyecto, en su aplicación, debe ser revisado cada año lectivo en concordancia con el Proyecto Educativo Institucional de Unidad Eugenio Espejo del cantón Babahoyo.

, los planes de mejora implementados a partir de la autoevaluación institucional, según la priorización que haya hecho las autoridades, respecto a las debilidades institucionales detectadas y las disposiciones superiores.

### **ESPACIAL**

La Unidad Educativa Eugenio Espejo tiene su domicilio en el Cantón Babahoyo, parroquia Clemente Baquerizo, en la Avenida Universitaria pertenece al Distrito 5, en los registros del Ministerio de Educación.

## **FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cómo influye La práctica del básquet en el desarrollo físico de los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU de la unidad educativa Eugenio Espejo del cantón Babahoyo Provincia de Los Ríos?

## **OBJETIVOS DE TRABAJO**

### **OBJETIVO GENERAL**

- Determinar cómo influye la práctica del básquet en el desarrollo físico de los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU la unidad educativa Eugenio Espejo.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Analizar la práctica del básquet, en el desarrollo físico de los estudiantes.
- Reconocer el desarrollo físico de los estudiantes que practican el baloncesto.
- Aplicar ejercicios para el desarrollo de la coordinación en edades formativas del básquetbol en los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU de la unidad educativa Eugenio Espejo del cantón Babahoyo.

## **JUSTIFICACIÓN**

Es importante que toda persona que quiera practicar el baloncesto tenga el conocimiento básico del deporte, para la preparación física adecuada, como se ha mencionado anteriormente si existen programas y proyectos de la preparación del baloncestista, pero solo en el área técnica.

Esta estructura pretende contribuir con una función de servicio social en el área del deporte, recreación y educación física en todas las áreas y comunidades del interior de la república donde se concentran la mayor cantidad de limitantes para un desarrollo integral real de nuestro país, generando la estructura metodológica de la caracterización del baloncesto para fortalecer los programas y proyectos que permitan y favorezcan la actividad deportiva planificada y organizada, bajo parámetros científicos, que permitan optimizar los niveles de calidad de vida de niños, jóvenes, y adultos que practican el baloncesto.

Es importante tomar en cuenta que dicho deporte no establece con una estructura lógica, continua y ordenada lo cual se fortalece el desarrollo de baloncesto en nuestro país. Porque nos permite obtener una estructura piramidal y sistemática de este deporte.

Con esta investigación se pretende brindar a los que practican el baloncesto una guía metodológica para la preparación del desarrollo físico, de la enseñanza adecuada y sistemática del deporte.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEORICO**

#### **ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

En nuestro país al igual que el resto de países de Latinoamérica el baloncesto se constituye como un deporte de tipo social, por la influencia tan trascendental que juega en los ámbitos económicos, políticos y sociales, al ser un deporte popular y con más proyección de los practicados en el medio nacional, el baloncesto escolar no puede quedar al margen de los programas de educación ya que es ahí donde se está formando personas integralmente.

En años anteriores se ha contado con programas de enseñanza deportiva, pero no se ha contado con un proceso sistemático, en el cual nos indique o nos permita conocer exactamente el baloncesto en todas sus áreas, es por ello que esta investigación es un instrumento en el cual entrenadores, dirigentes deportivos, y atletas que practican dicho deporte tengan el conocimiento necesario para su práctica, con un proceso de enseñanza estructurado y planificado, motivo por el cual no se ha logrado sobresalir en ámbito nacional como internacional en sus ambos géneros.

Dado lo anterior se conforma y se crea una estructura metodológica de la caracterización del baloncesto, en todas sus áreas de su desarrollo, como

una buena nutrición, desarrollo de la caracterización física, orientaciones metodológicas, como trabajar lo táctica y la técnica, en un proceso sistemático y lógico en sus edades cronológicas. Dicha investigación será una guía de trabajo o de consulta para los entrenadores y para los mismos deportistas que practican dicho deporte porque les permitirá conocer más sus deportes en todos sus medios auxiliares para la eficacia de la práctica del baloncesto.

La realidad de este proyecto se enfoca en el objetivo principal que es la práctica del básquet en el desarrollo físico de los estudiantes, con lo que se pretende enseñar y difundir la práctica de este deporte y que los jóvenes tengan actividades deportivas complementarias que le ayuden al desarrollo físico y personal.

## **MARCO CONCEPTUAL**

### **CONCEPTO DEL BASQUETBOL**

El básquetbol es un deporte grupal y competitivo que se practica por equipos de cinco jugadores cada uno, y siete suplentes. Es también conocido como baloncesto en España, pues consiste en encestar justamente un balón dentro de un cesto formado por una estructura de red, cuya parte superior es un aro, donde debe ingresar la pelota, venciendo el equipo que anote más puntos. Este aro se coloca a una altura de tres metros del suelo y se juega bajo techo.

### **EL BALONCESTO COMO DEPORTE COLECTIVO.**

Para **Sampedro, J. (1999)**, el baloncesto se sitúa dentro de los deportes definidos de cooperación / oposición.

Donde la cooperación reside en los miembros de un mismo grupo o equipo colaborando para la consecución de un determinado logro. Por otra parte, la oposición está determinada por el antagonismo directo del grupo o equipo adversario que se opone a la consecución de dicho logro.

Este mismo autor hace una reseña de la larga evolución de los juegos colectivos a lo largo de la historia en varios continentes, pero será a partir de la revolución industrial cuando se establecerán las primeras bases que definen a los deportes colectivos que conocemos actualmente.

## **ORÍGENES Y EVOLUCIÓN HISTÓRICA DEL BALONCESTO.**

Los orígenes del baloncesto se remontan a 1891 cuando el pastor protestante James Naismith, profesor de la Y.M.C.A. (Young Men Christians Association) de Springfield (Estados Unidos) configuró el primer reglamento técnico de este deporte, que constaba de 13 reglas. **Moisés Padrino (Junio, 2009)**

Es interesante destacar que la característica fundamental de este deporte moderno es que se trata de un deporte diseñado racionalmente con un objetivo preciso. Es decir, no existen precedentes históricos anteriores claros y confirmados que avalen este deporte con la definición actual.

No obstante, existen algunos juegos, en la era moderna y posteriores al nacimiento del baloncesto, que se asemejan a las acciones de lanzamiento sobre cestos como ocurre en el baloncesto. Entre estos juegos se pueden incluir el balón-korf o el net-ball que según **Olivera, J. (1988)** pueden basarse en una actividad lúdica recogida en varios telares pictóricos de la escuela flamenca realizados por Dietrich de Bruys en 1603.

Pero es evidente, que el baloncesto moderno nace de una necesidad educativa, buscando una diferenciación de otros deportes colectivos existentes fijando una serie de principios intermedios entre los deportes

individuales y colectivos. **Olivera, J. (2009)**, determina que estos principios se basan en evitar el contacto físico, jugar el balón esférico con las manos, la consecución del tanto estaría situado sobre el nivel del suelo, etc.

## **ESTRUCTURA METODOLÓGICA DE LA CARACTERIZACIÓN DEL BALONCESTO**

Se considera que proviene de uno de los juegos más antiguos. Ya era practicado por los mayas. Algunos historiadores consideran que se jugaba ya 3500 años antes de Cristo y recientes investigaciones arqueológicas han determinado que en 1500 años antes de Cristo se construyeron lugares para su práctica. Se lo denominaba tlachtli en lengua nahuatl, pok-a-pok en maya y taladzi en zapoteca y era practicado con un sentido religioso por las antiguas civilizaciones precolombinas de la zona de México. El tlachtli utilizaba una bola maciza de caucho, a la que se debía golpear, y lo hacían fundamentalmente, con muslos y caderas. Los perdedores eran decapitados. Una de las mejores construcciones de este tipo de estadios, se encuentra en Chichen Itzá. **(L Morillas - 2003)**

El básquet con las características actuales, fue inventado en diciembre de 1891 por el clérigo, educador y físico canadiense James Naismith quien introdujo el juego trabajando como instructor en el colegio de la Asociación Cristiana de Jóvenes, de Springfield (Massachusetts, Estados

Unidos). Organizaba un pasatiempo para jugar en pista cubierta durante el invierno, con nueve jugadores y canastas de madera.

El 20 de enero de 1892 se jugó el primer partido de básquet en el Gimnasio del colegio.

## **DESARROLLO DEL BALONCESTO EN EL ÁMBITO MUNDIAL**

La primera etapa del desarrollo del baloncesto se determina desde 1891 hasta 1918, Lapso caracterizado por establecer este juego como una nueva disciplina deportiva.

Creado primariamente para variar las clases de educación física, el baloncesto pasó a ser un juego deportivo con amplia popularidad en Norteamérica, donde actualmente es un deporte básico en el sistema de Educación.

”El 15 de enero de 1892 fueron publicadas las primeras reglas de juego por las cuales comenzaron a regirse las competencias. Paralelamente con el desarrollo del juego en esta etapa, comienza la normalización de la técnica. Aparecen los elementos básicos de la fundamentación, entre los cuales se destacan recibir, pasar, driblar, lanzar, entre otros. En la táctica se determinan las funciones de los jugadores en la ofensiva y en la defensiva.

En el año 1893, el Baloncesto se traslada a Europa y es introducido en Francia por Mel B. Rideout, estudiante graduado ese año en el Springfield College de la YMCA en Massachusetts, EE.UU., quien encontró apoyo entusiasta en el Secretario General de la YMCA de París, el doctor Emil Thies.

Después, el deporte continuó extendiéndose hacia el este en el año 1894. El norteamericano Bob Garley introdujo el Baloncesto ese año en China, Ciudad Tientsin, llegando a alcanzar tanta popularidad que se convirtió en deporte nacional. En el mismo año, el baloncesto fue introducido en la India por Duncan Patton, quien entrenó y dirigió el primer equipo formado en ese país. **(J-Bo)**

Al cabo de un año, en 1895, Ishakams llevó el deporte al Japón y en ese propio año C. Harek lo introdujo en Persia. Durante los III Juegos Olímpicos Mundiales celebrados en el año 1904 en la ciudad de San Luis, Estados Unidos, se efectuó un torneo de exhibición de baloncesto con el fin de divulgarlo y de lograr que fuera introducido en el olimpismo como deporte oficial.

### **BALONCESTO EL SHOW DEL SIGLO**

Durante los últimos 100 años, el baloncesto pasó de ser un juego restringido a pequeños gimnasios en Estados Unidos a convertirse en una atracción mundial seguida por millones de telespectadores. Aunque con

algunas diferencias según el lugar donde se juegue, el baloncesto se proyecta hacia el nuevo milenio como un modelo perfecto de la simbiosis entre deporte, espectáculo y marketing. En el Ecuador el baloncesto se constituye como un deporte popular y practicado en todas sus áreas, municipales, departamentales y nacionales, en los sectores escolares, básicos y universitarios, como deporte recreativo y lúdico, hasta llegar a ser profesional. (AD Suárez - 2003)

## **MEDIDAS DE UNA CANCHA DE BALONCESTO**

Las medidas de una cancha de baloncesto varían de distintas dimensiones. **Moisés Padrino (Junio, 2009)** Entre ellas están las siguientes:

26 metros de largo, y 13 metros de ancho.

30 metros de largo, y 15 metros de ancho.

## **REGLAS DEL BALONCESTO**

### **Arbitraje**

Un partido debe ser dirigido por tres árbitros, uno principal y dos auxiliares. Estos serán asistidos desde la mesa de anotadores, cronometradores y un comisario técnico. Los árbitros y sus ayudantes dirigirán el juego de acuerdo con las reglas e interpretaciones oficiales. El árbitro principal decidirá en cualquier situación de discrepancia entre árbitros auxiliares, mesa de anotadores, dudas de validez en las canastas, dará su aprobación al acta, es el responsable de verificar,

inspeccionar y aprobar todos los elementos técnicos y podrá tomar decisiones sobre situaciones no reglamentadas ni regladas. **Moisés Padrino (Junio, 2009)**

## **VIOLACIONES**

Una violación es una infracción de las reglas de juego, penalizada con un saque de fondo o banda para el equipo contrario desde el punto más cercano al de la infracción. **Moisés Padrino (Junio, 2009)**

## **FALTAS**

### **Falta personal (Art.34)**

Cuando un jugador contacta ilegalmente con un adversario y le causa una desventaja u obtiene una ventaja del contacto, se sanciona falta personal.

La penalización para una falta personal es un saque para el equipo contrario desde el punto más cercano en la línea de fondo/lateral, salvo las faltas de equipo. A la quinta falta (6ta. en la NBA) el jugador será eliminado. **Moisés Padrino (Junio, 2009)**

### **Falta en ataque**

Se produce cuando un jugador cuyo equipo tiene control de balón comete una falta personal al empujar o chocar contra el torso de un jugador que en posición legal de defensa (Ambos pies en contacto con el suelo,

encarado al atacante, dentro de su cilindro y pudiéndose desplazar lateralmente y hacia atrás, no hacia delante). Si ese contacto causa una desventaja al defensor se sanciona falta del equipo con control de balón (falta en ataque). **Moisés Padrino (Junio, 2009)**

### **Falta antideportiva (Art.36)**

Una falta antideportiva es una falta de jugador que implica contacto y que, a juicio del árbitro, no constituye un esfuerzo legítimo de jugar directamente el balón dentro del espíritu y la intención de las reglas o bien, el contacto es de brusquedad excesiva. Se sanciona con dos tiros libres y posesión para el equipo contrario. **Moisés Padrino (Junio, 2009)**

### **Falta técnica**

Falta a un jugador o de un miembro del banquillo que no implica contacto, sino falta de cooperación o desobediencia deliberada o reiterada al espíritu de las reglas. La segunda falta técnica que se le pite a un mismo jugador contará como descalificante. Una falta técnica contará como falta personal, es decir, se sumará una falta al jugador al que le ha sido pitada la falta técnica, así como a las faltas de equipo. Se sanciona igual que la antideportiva. **Moisés Padrino (Junio, 2009)**

### **Falta descalificante**

Una falta descalificante es cualquier infracción antideportiva flagrante de un jugador, sustituto, jugador excluido, entrenador, ayudante de entrenador o acompañante de equipo que deberá abandonar el campo y no podrá establecer contacto visual con el mismo durante el resto del partido. 2 faltas antideportivas constituyen una falta descalificante. Cabe mencionar que una falta descalificante puede conllevar también uno o varios partidos de suspensión según lo decida la organización de la competición.

Después de una falta técnica, antideportiva o descalificante se conceden 2 tiros libres y saque desde la prolongación de la línea central enfrente de la mesa de anotadores. **Moisés Padrino (Junio, 2009)**

### **TIROS LIBRES**

Si un equipo comete cuatro faltas en un período (5 en reglamento NBA o 2 en los dos últimos minutos de cada cuarto), a partir de ese momento todas las faltas personales que realice durante ese período serán sancionadas con dos tiros desde la línea de tiros libres de su zona (situada a 4,60 m de la canasta). También se efectuarán tiros libres cuando un jugador recibe una falta mientras se halla en acción de tiro, determinándose su número según la zona de puntuación en la que se encuentre (de 2 o 3 puntos). Si durante esa acción de tiro con falta la

canasta se consigue, el cesto es válido y se concede un tiro adicional. Durante la ejecución del tiro libre, el jugador que está tirando no podrá pisar la línea, esto supondría que aunque entrase la canasta el tiro no sería válido, al igual que si uno de sus compañeros invade la zona antes de que el balón salga de las manos del lanzador.

**Moisés Padrino (Junio, 2009)**

## **DEPORTE Y EDUCACIÓN**

Actualmente es difícil discernir entre las prácticas corporales que son deporte y aquellas que no lo son, pues a finales del presente siglo, el siglo del deporte, existe una tendencia a identificar toda práctica corporal de carácter competitivo como deporte. Cualquier conducta en este sentido es rápidamente ubicada en el universo deportivo.

El deporte constituye un conjunto con objeto de estudiar y delimitar este fenómeno en nuestros días es necesario precisar los elementos fundamentales que conforman esa práctica actividades físicas de carácter lúdico, sujeto a unas normas, bajo la forma de competición, la cual habrá de regirse por un espíritu noble “también llamado deportivo”, que está institucionalizado y que puede llegar hasta el riesgo. El deporte así considerado tiene tres ámbitos de actuación de rendimiento educativo y ocio.

## **DESARROLLO FÍSICO**

Como comienza la Pubertad “Fin de la niñez”: Comienza por un incremento agudo en la producción de hormonas sexuales. **(Bolivargal)**

Entre los 5 y 9 años las glándulas Adrenales comienzan a secretar grandes cantidades de Andrógenos que cumplen con la función del crecimiento del vello púbico, axilar y facial.

En las Mujeres los ovarios comienzan a producir estrógeno, que estimula el crecimiento de los genitales femeninos y desarrollo de los senos.

En los Varones, los testículos incrementan la producción de Andrógenos, en especial la Testosterona, estimulando el crecimiento de los genitales masculinos, masa muscular y vello corporal.

El desarrollo físico es el desarrollo de la movilidad de un niño, sus procesos de pensamiento y las características sexuales. Al nacer, los niños y las niñas se desarrollan más o menos al mismo ritmo. A medida que los niños crecen, el proceso se torna diferente para niños y niñas.

## **EXISTEN 2 CARACTERÍSTICAS SEXUALES**

**CARACTERÍSTICA SEXUAL PRIMARIA:** Órganos necesarios para la reproducción.

En las Mujeres, los órganos sexuales son los ovarios, las trompas de Falopio, útero y la vagina.

En los Hombres, los órganos sexuales son los testículos, el pene, escroto, vesícula seminal y glándula prostática. Durante la Pubertad estos órganos crecen y maduran. **(Bolivargal)**

**CARACTERÍSTICA SEXUAL SECUNDARIA:** Son señales fisiológicas de madurez sexual que no involucran directamente los órganos sexuales

En las Mujeres la característica sexual secundaria es por ejemplo: el crecimiento de los senos, los pezones crecen y se proyectan hacia delante y toman una forma cónica y luego redondeada.

En los Hombres la voz se hace más grave, ensancha hombros, la piel se hace más áspera y grasosa y el acné es más común en los hombres que en las mujeres. **(Bolivargal)**

### **Primeros Signos de la Madurez Sexual**

Hombres: Producción de semen, eyaculación involuntaria (llegada de la Espermarca), mayoritariamente esta eyaculación involuntaria se produce en las noches, llamado sueño húmedo, en donde manchan las sabanas

Mujeres: Menstruación o menarca, que ocurre mensualmente y varía de 10 a 16 ½ días, la menarca llega al poco tiempo después que los senos hayan comenzado a desarrollarse. **(Bolivargal)**

## **Salud Mental, Física del Adolescente**

Por lo general, los problemas de salud son consecuencia del estilo de vida sedentario o de la pobreza, dependiendo del origen étnico y social, muchos adolescentes precoces consumen drogas, conducen en estado de ebriedad y son sexualmente activos. **(Bolivargal)**

### **Estado Físico**

Menos activos durante la adolescencia, solo el 50% de los hombres y el 25% de mujeres participan en actividades físicas por lo menos 3 veces a la semana. La falta de ejercicio afecta la salud física y mental, incluso la actividad física moderada, como pasear, montar bicicleta, entre otros, beneficia la salud, si se practica con regularidad. Un estilo de vida sedentaria conlleva a riesgos crecientes de obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares. **(Bolivargal)**

### **Necesidad del Sueño**

No duermen el tiempo suficiente, pues se acuestan más tarde y se levantan más temprano en la época escolar. Deben dormir 8 horas diarias como mínimo, para tener un descanso reparador. El dormir los fin de semana hasta más tarde, no recuperara el sueño perdido, esto causa que el adolescente durante el día este en un estado de ánimo bajo, irritable y desempeño escolar deficiente. **(Bolivargal)**

## **Trastornos alimentario y de nutrición**

Los Adolescentes deben evitar los “Alimentos Chatarra”, esto conlleva a una baja de minerales como el calcio, zinc y hierro. Debe potenciar más el calcio (crecimiento de los huesos) consumiendo leche descremada, baja en materia grasa para mantener un peso adecuado a su estatura.

**(Bolivargal)**

## **Obesidad**

La mujer: Necesita cerca de 2.200 calorías diarias

El Hombre: Necesita cerca de 2.800 calorías diarias

Muchos Adolescentes consumen más calorías de la que gastan y así acumulan grasa en el cuerpo. La Obesidad en nuestro país es el mayor trastorno que se está dando hoy en día en jóvenes de 12 a 17 años.

Para balancear este trastorno es importante tener un programa de actividad física y una dieta balanceada. Pero a veces hay factores genéticos distintos a la fuerza de voluntad, que pueden influir a que sean más susceptibles a la obesidad. **(Bolivargal)**

## **Anorexia**

La anorexia nerviosa se produce por el miedo a la obesidad, en donde la preocupación excesiva por la imagen corporal y el peso se hacen extremos. Estos trastornos son más comunes entre las mujeres que

desean sobresalir por ejemplo, en ballet, natación, gimnasia, entre otros. Las mujeres tienden a ser más críticas con su cuerpo en la adolescencia, en tanto los hombres se hayan satisfecho con su cuerpo. **(Menibatt)**

## **Bulimia**

Se da más en las mujeres, en donde consume enormes cantidades de comida en corto tiempo 2 horas o menos, y luego trata de inducir al vómito, haciendo estrictas dietas, ayunando, ejercicios muy rigurosos o tomando laxante.

La bulimia es más común que la anorexia, se estima que entre el 1 y 3% de mujeres adolescentes sufren este trastorno, casi 10 veces más que los hombres. **(Menibatt)**

## DESARROLLO COGNITIVO

### ASPECTOS DE MADUREZ COGNITIVA

Etapa de Operaciones Formales de Piaget

Según **Piaget**, los adolescentes logran el más alto nivel de desarrollo cognitivo (operaciones formales), cuando alcanzan la capacidad para pensar en forma abstracta. Este desarrollo se inicia a los 11 años, este pensamiento le proporciona nuevas herramientas para manejar la información. Ya no se limitan al aquí y al ahora, sino que pueden planear el futuro. Son capaces de elaborar y comprobar hipótesis. Capaz de preguntar el porqué de las cosas. **(Santiago Vásquez García)**

### CARACTERISTICAS DE INMADUREZ EN EL PENSAMIENTO

#### ADOLESCENTE

**David Elkind: (Psicólogo)** Identifico comportamientos y actitudes inmaduros en los adolescentes, que pueden ser el resultado de las primeras aventuras de los jóvenes en el pensamiento abstracto. Los adolescentes creen que se la saben toda y que todo gira en torno a ellos.

**Elkind** también señala que los adolescentes siempre están actuando.

Tendencia a Discutir: Los adolescentes buscan nuevas habilidades de razonamiento y demostrarlas. Buscan razones por ejemplo para llegar a casa más tarde de lo que sus padres creen que deben llegar.

Indecisión: No están seguros de las posibilidades que entrega la vida, muchos adolescentes tienen dificultades para decidir, como en cosas tan sencillas de ir al centro comercial con un amigo.

Búsqueda de fallas en las figuras de autoridad: Los adolescentes descubren a que los adultos que alguna vez obedecieron (padres, abuelos, profesores, etc.) les busca sus debilidades y los critica

Hipocresía evidente: Es cuando por ejemplo, te ayudo a ordeñar la vaca, pero no me pidas que me levante a las 3 de la mañana, es decir, apoya las actividades, pero por parte de él no hace ningún esfuerzo.

Autoconciencia - Audiencia imaginaria: La fantasía de la vivencia imaginaria es fuerte en los primeros años de adolescencia. El adolescente cree que todo el mundo lo está observando.

Suposición de invulnerabilidad - Fábula personal: son condiciones que los adolescentes creen que jamás le pasará a ellos. Por ejemplo él consume drogas pero yo no. La Fábula personal es aquella enseñanza que los dejan, por ejemplo: se le rompió el cierre del pantalón, mientras más insegura, mayor es la vergüenza que se siente. **(Santiago Vásquez García)**

**K Wagner Schaine:** El modelo de Schaine se refiere a los usos del intelecto en desarrollo dentro del contexto social. Se dividen en 7 etapas:

Etapa Adquisitiva (niñez y adolescencia): Niños y adolescentes adquieren información y habilidades que les serán útiles o les servirán de preparación para insertarse en la sociedad.

Etapa de Logros (entre 18 a 21 años): Los adolescentes ya no adquieren conocimientos solo para utilizarlo sino que emplean lo que saben para conseguir objetivos. Ej.: Una carrera universitaria.

Etapa Responsable (39 a 60 años): Emplean la mente para resolver problemas prácticos asociados a las responsabilidades frente a los demás y emplean metas a largo plazo.

Etapa Ejecutiva (30 a 40 años): Las personas son capaces de ser responsables de sistemas sociales. Ej.: Empresariales o gubernamentales.

Etapa reorganizadora (fin de la edad adulta intermedia, comienzo de la edad adulta tardía): Los adultos mayores enfocan sus limitadas energías en tareas significativas para ellos.

Etapa de legado (vejez avanzada): Las personas ancianas se preparan para morir, registran las historias de sus vidas, distribuyen sus bienes, etc.

**K Wagner Schaine**

## **RAZONAMIENTO MORAL: TEORÍA DE KOHLBERG**

Los niños obedecen las reglas de los demás para evitar el castigo, **Jean Piaget y Laurence Kohlberg (1927-1987)** describe tres niveles de razonamiento moral, lo cuales se dividen en:

Nivel 1: Moral preconvencional (4 a 10 años): Las personas obedecen reglas para no recibir castigos o para recibir recompensa.

Nivel 2: Moral convencional (10 a 13 años): Convencional, quiere decir, son acuerdos que me dan los mayores. Están preocupados por ser “buenas”, agradar a los demás y mantener el orden social. Muchas personas no alcanzan este nivel, no siquiera en la edad adulta.

Nivel 3: Moral pos—convencional (adolescencia - adultez): Las personas siguen manteniendo principios morales y emiten sus propios juicios basados en el bien, la imparcialidad y la justicia. En general, las personas no alcanzan este nivel de razonamiento moral por lo menos hasta la adolescencia temprana o bien en la adultez temprana.

## **DESARROLLO PSICOSOCIAL**

**Erikson (1968):** Identidad frente a la confusión de identidad

En la Teoría de **Erikson**, él adolescente busca dar sentido coherente al yo, incluido el papel que él o la adolescente desempeña en la sociedad. Según Erikson, los adolescentes forman su identidad no solo tomando como modelo a otras personas, como lo hacen niños más jóvenes, sino también deben determinar y organizar sus capacidades, necesidades, intereses y deseos para expresarlos luego en un contexto social.

Los adolescentes pueden mostrar alguna confusión regresando a la niñez para evitar resolver conflictos comprometiéndose a seguir cursos de acción no muy bien definidos.

La identidad se forma a medida que los jóvenes resuelven tres aspectos importantes:

La elección de una ocupación

La adopción de valores en qué creer y por qué vivir

Y el desarrollo de una identidad sexual satisfactoria

El hombre sólo es capaz de experimentar intimidad real después de que ha logrado una identidad estable, en tanto la mujer se define a sí misma en el matrimonio y la maternidad.

**JAMES MARCIA:** Estado de identidad (crisis y compromiso)

En esta etapa los adolescentes están en plena búsqueda del “yo” o estado de “identidad”, para establecer los estados de identidad, Marcia plantea 4 tipos de identidad:

Logro de identidad: Caracterizado por el compromiso de elecciones hechas después de una crisis, un periodo dedicado a explorar alternativas. Padres estimulan para que tome sus propias decisiones, no presionan Ej.: “Estarías dispuesto a renunciar a ese trabajo si tuvieras algo mejor”

Aceptación sin Raciocinio (compromiso sin crisis): Es cuando una persona no dedica tiempo a considerar alternativas (es decir, que no ha estado en crisis) se compromete con los planes de otra persona para su vida. Ej.: el adolescente obedece las órdenes de sus mayores (como puede ser los padres)

Moratoria (crisis sin ningún compromiso): Es cuando una persona considera alternativas (crisis) y parece guiado por el compromiso. Ej.: tiene las ganas de hacer algo (pololear), tiene la confianza en sí mismo, pero no se atreve.

Difusión de identidad (ni compromiso, ni crisis): En esta etapa esta la ausencia de compromiso y la falta de alternativas. No está seguro de sí mismo y tiende a no cooperar, todo le da igual, lo toman todo a la ligera.

## **MUERTE EN LA ADOLESCENCIA**

La muerte en esta etapa de la vida es siempre trágica. Cuando un adolescente muere, es generalmente por la violencia. Las principales Causas de Muerte en jóvenes de 15 a 24 años es por: accidentes, homicidios y suicidios, reflejan presiones culturales, inexperiencia e inmadurez de los adolescentes, que con frecuencia los lleva a correr riesgos y a ser imprudentes.

La tasa de mortalidad en los varones de 15 a 24 años es casi tres veces más que las mujeres

La presencia de armas cargadas y sin seguro en los hogares incrementa el riesgo de homicidio entre los adolescentes en más de tres veces y el suicidio en más de diez veces.

La depresión, "una enfermedad que se presenta en el 1 ó 2% de la población adolescente". En esta época de la vida, dicha patología está asociada a "conductas alteradas como agresividad, agitación, consumo de drogas e incluso puede llevar al suicidio", agregó. "Aunque no es muy frecuente, el suicidio es la tercera causa de muerte en la adolescencia". Y normalmente se produce porque hay una enfermedad debajo, como depresión, esquizofrenia, trastornos de la conducta alimentaria, ansiedad o toxicomanías, que si se curaran, estas muertes no se producirían".

Respecto a las claves para prevenir la depresión, se refirió a la "mejora de la autoestima. El adolescente viene de una edad, la infancia, donde

generalmente tiene la autoestima por las nubes. Y con los cambios que se producen en esta nueva etapa, tanto físicos como personales, la autoestima se viene abajo".

Cuando una adolescente muere por lo general es de forma violenta accidentes, homicidios y suicidios. La percepción que se tenga de las relaciones con los demás, en casa como colegio afecta la salud y el bienestar. Los resultados subraya la importancia del tiempo que pasan los padres con sus hijos y su disponibilidad para atenderlos. Los jóvenes con promedios de calificación bajos tienen mayor posibilidad de sufrir estrés emocional. Inclinar a fumar, beber, usar drogas y empezar su vida sexual a temprana edad.

### **Adolescentes**

Los niños siguen creciendo de forma constante durante la adolescencia, hasta que se convierten en adolescentes. Durante sus años de adolescencia, ellos llegan a la pubertad, cuando los caracteres sexuales secundarios comienzan a aparecer.

## **CARACTERÍSTICAS DEL CRECIMIENTO Y DESARROLLO FÍSICO**

El crecimiento y desarrollo de un individuo es un fenómeno continuo que se inicia en el momento de la concepción y culmina al final de la pubertad, período durante el cual se alcanza la madurez en sus aspectos: físico, psicosocial y reproductivo. Esta transformación involucra cambios en el tamaño, organización espacial y diferenciación funcional de tejidos y órganos. El aumento en el tamaño y masa corporal es el resultado de la multiplicación e hiperplasia celular, proceso conocido como crecimiento. Los cambios en la organización y diferenciación funcional de tejidos, órganos y sistemas son el resultado del proceso de desarrollo o maduración.

Los procesos de crecimiento y desarrollo son fenómenos simultáneos e interdependientes. Ambos procesos tienen características comunes a todos los individuos de la misma especie, lo que los hace predecibles, sin embargo presentan amplias diferencias entre los sujetos, dadas por el carácter individual del patrón de crecimiento y desarrollo.

Este patrón típico emerge de la interacción de factores genéticos y ambientales, que establecen, por una parte, el potencial del crecimiento y por otra, la magnitud en que este potencial se expresa. La información genética establece en forma muy precisa la secuencia y los tiempos en que estos procesos deben ocurrir, de modo que si alguna noxa actúa en estos períodos, impidiendo que un evento ocurra en los plazos establecidos, puede producir un trastorno definitivo del crecimiento y/o

desarrollo. Estos períodos se los denomina períodos críticos. La misma noxa actuando en otro momento del desarrollo puede no producir alteración o ésta ser reversible.

El déficit de hormonas tiroideas durante la vida intrauterina y los dos primeros años de vida postnatal deja un daño neurológico permanente; en cambio, en edades posteriores igual déficit puede producir alteraciones en el sistema nervioso que son reversibles a la sustitución de dichas hormonas. Esta situación ejemplifica por un lado la interdependencia que pueden tener los procesos de desarrollo (un trastorno tiroideo altera la maduración del SNC) y por otro lado, evidencia el período crítico de desarrollo del SNC.

El patrimonio hereditario le procura a cada individuo un patrón de crecimiento y desarrollo específico, el cual puede ser modificado por factores ambientales. En relación a la talla, los efectos genéticos se ven claramente ejemplificados al observar el patrón de crecimiento de los diferentes grupos étnicos, encontrándose el ejemplo más extremo al comparar la diferencia marcada de talla que existe entre individuos de origen nórdico y los pigmeos de Nueva Guinea.

Las diferencias familiares son tan evidentes como las diferencias que existen entre las razas. **James Watson (2007)** La influencia genética queda claramente establecida, al observar la similitud de talla que se da

entre gemelos monocigotos, la cual tiene una correlación de 0,94; en cambio en los gemelos dicigóticos esta correlación baja a 0,5.

Estudio de los coeficientes de correlación en familias, sugiere que los factores determinantes del crecimiento provienen de ambos progenitores y que cada uno de ellos tiene una influencia teórica de un 50% en la talla de los hijos. Estudios clínicos y de genética experimental, evidencian que la determinación de la talla es poligénica, participando genes ubicados tanto en los autosomas como en los cromosomas sexuales.

**Adelc Muñoz Peláez (2013)** La herencia no sólo influye en la talla final y proporciones corporales de un individuo, sino también en diversos procesos dinámicos madurativos, tales como secuencia de maduración ósea y dentaria, la velocidad de crecimiento, la edad de menarquia, etc.

**Ernst Haeckl (1866)** La influencia ambiental está determinada por diversos factores del ambiente físico, psicosocial y sociocultural de los individuos, siendo particularmente importantes el nivel de educación e ingreso familiar, así como la composición y estabilidad de la familia entre otros. La interacción de todos ellos, crea las condiciones de riesgo para contraer enfermedad. Dentro de los factores ambientales, la nutrición y las enfermedades infectocontagiosas son particularmente importantes en las comunidades en desarrollo. Esto hace que la evaluación del crecimiento y desarrollo sea un buen indicador de las condiciones de salud del individuo o grupo poblacional evaluado. Un buen ejemplo de la influencia de los

factores ambientales sobre el crecimiento, está representado por la menor estatura que alcanzan adultos provenientes de niveles socioeconómicos bajos, en relación a los de estratos con mejores ingresos, dentro de una misma población.

### **Papel de las hormonas en el crecimiento y desarrollo**

**W. Proffit en (1994)** Las hormonas son ejecutantes del programa genético y juegan un papel fundamental en el crecimiento y desarrollo físico, especialmente a través de su acción sobre el tejido óseo y cartilaginoso. El papel de las distintas hormonas sobre el crecimiento es diferente según se trate de crecimiento pre- o postnatal.

En el crecimiento prenatal influyen preponderantemente insulina, somatomedinas, lactógeno placentario y numerosos factores locales de crecimiento tisular. En cambio, el crecimiento postnatal es regulado principalmente por hormona de crecimiento, somatomedinas y hormonas tiroideas, interviniendo además la hormona paratiroidea y la vitamina D en el desarrollo esquelético. Los esteroides sexuales tienen especial importancia en el crecimiento puberal, **de J Tedaldi<sup>1</sup>**

### **Hormona de crecimiento (hGH)**

Aparentemente no es esencial en el crecimiento fetal **W. Proffit (1994)**. Los monos hipofisectomizados, al igual que los recién nacidos humanos con agenesia de hipófisis, tienen talla relativamente normal al nacer. En la

<sup>1</sup>[www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf](http://www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf)

etapa postnatal es la principal reguladora del crecimiento somático. Esta acción la ejerce indirectamente, a través de la inducción de la síntesis de otra hormona, la IGF-1, cuya acción principal es estimular la síntesis de DNA e inducir multiplicación celular. En el esqueleto, la hGH aumenta la matriz ósea e induce multiplicación de los condrocitos en el cartílago de crecimiento.

Participa en el metabolismo lipídico y glucídico, estimulando la lipólisis e hiperglucemia respectivamente. Regula además el metabolismo cálcico y el balance hídrico y electrolítico. La hGH circula unida a una proteína transportadora específica (GH-BP), que tiene una secuencia aminoacídica similar a la porción extramembranosa del receptor de hGH en los tejidos, por lo que además de transportarla, regula su acción. La hGH puede suprimirse con glucosa después del mes de edad, y a pesar que su patrón de secreción de pulsos durante el sueño se inicia al tercer mes de vida postnatal, esta asociación se hace constante después de los 2 años de edad, de J Tedaldi.<sup>2</sup>

### **Factores de crecimiento insulino similares (IGFs) o somatomedinas**

Son péptidos sintetizados bajo la influencia de hGH, principalmente en el hígado, aunque también se producen en el músculo y riñón. Circulan unidos a una familia de 6 proteínas ligantes (IGFBPs). La proteína transportadora más importante del último trimestre del embarazo es la IGFBP-3, que se sintetiza también en el hígado bajo acción de la hGH. La

<sup>2</sup>[www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf](http://www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf)

producción de IGF-1 disminuye con la desnutrición, especialmente la de tipo proteica, con el exceso de glucocorticoides, y con una serie de enfermedades sistémicas, particularmente en la insuficiencia hepática.

Aún cuando la contribución de las IGFs en el crecimiento fetal no está absolutamente definida, la concentración de IGF-1 en el cordón se correlaciona con el peso de nacimiento. Los pacientes con síndrome de Laron, que es un defecto en la generación de IGF-1, tienen talla baja desde el nacimiento. Por otra parte la IGF-1 está disminuida en modelos experimentales que inducen retardo de crecimiento por disminución de nutrientes. Existen evidencias que sugieren que en el feto, la síntesis de IGF es independiente de hGH, no así de insulina, que sería su principal regulador. Antes de los 6 años los niveles de insulina son bajos pero suben marcadamente durante la pubertad, alcanzando valores similares a los del adulto. A diferencia de hGH, los niveles plasmáticos de IGF no varían durante el día, de J Tedaldi<sup>3</sup>

### **Hormonas tiroideas**

Las hormonas tiroideas son necesarias para la producción de todas las formas de RNA y su presencia estimula la producción de ribosomas y la síntesis proteica. También promueven la fosforilación oxidativa en las mitocondrias de la mayoría de las células. Estas hormonas son importantes para la maduración normal del cerebro, y su ausencia causa

<sup>3</sup>[www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf](http://www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf)

retardo en la diferenciación celular y disminución en el número de neuronas y células gliales.

Aparentemente no influyen en el crecimiento estatural fetal, como lo demuestra el hecho de que pacientes atireóticos tengan talla de nacimiento normal. Sin embargo, son indispensables en el crecimiento y desarrollo postnatal, actuando en los cartílagos de crecimiento a través de su influencia en el metabolismo y síntesis de mucopolisacáridos y mediante la incorporación de calcio en el frente de osificación del cartílago. Además, estas hormonas influyen en la secreción de la hGH por la hipófisis y potencian el efecto de IGF-1 en el crecimiento esquelético. Por otra parte, en ausencia de GH las hormonas tiroideas pueden producir algún grado de maduración, pero no crecimiento óseo, de J Tedaldi<sup>4</sup>

### **Hormona paratiroidea, Vitamina D y calcitonina.**

La importancia de estas hormonas radica en el papel fundamental que tienen en la regulación del metabolismo y desarrollo óseo, fundamental para el crecimiento longitudinal del hueso, y por lo tanto de la estatura.

El crecimiento óseo depende, además, de condiciones locales de los tejidos y de los fluidos corporales que actúan como sustratos. Otros factores que pueden interferir en este sentido son las alteraciones en la formación de la matriz ósea, por anomalías del metabolismo proteico, de J Tedaldi<sup>5</sup>

<sup>4</sup>[www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf](http://www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf)

<sup>5</sup>[www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf](http://www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf)

## **Hormonas sexuales**

Los estrógenos y la testosterona, juegan un papel fundamental en la etapa puberal, regulando el crecimiento longitudinal, el cambio de las proporciones corporales y la distribución grasa y desarrollo muscular características de esta edad. Son responsables además de la aparición de caracteres sexuales secundarios y del cierre de los cartílagos de crecimiento. Durante este período tienen una acción sinérgica con hGH, potenciando la acción de IGF-1 en el cartílago de crecimiento. Sin embargo, en concentraciones elevadas, disminuyen los niveles de IGF-1 e inducen un cierre epifisario rápido, situación que se observa en pacientes con pubertad precoz, de J Tedaldi<sup>6</sup>

## **Insulina**

Si bien en el niño y en el adulto esta hormona regula fundamentalmente el metabolismo de la glucosa, en la vida fetal tiene una importante acción sobre el crecimiento, ya que de ella depende el crecimiento celular después de las 30 semanas de gestación. Los recién nacidos con agenesia o hipoplasia del páncreas, que presentan insulinopenia, son pequeños para edad gestacional, tanto en peso como en talla. Por el

<sup>7</sup>[www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf](http://www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf)

Wiedeman

Beckwith, hijos de madre diabética) presentan macrosomía. En cultivo de células se ha demostrado que la insulina estimula el crecimiento celular, promoviendo la síntesis de DNA y la mitosis celular, además de aumentar

<sup>6</sup>[www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf](http://www.ortodoncia.ws/publicaciones/2007/pdf/art6.pdf)

## **MARCO REFERENCIAL HISTORIA DEL COLEGIO**

### **ANTECEDENTES HISTÓRICOS DEL COLEGIO TÉCNICO HENRY**

#### **FORD**

El colegio Henry Ford fue creado en el año 1997 desde entonces ha venido laborando por el lapso de 17 años, sirviendo año a año a los jóvenes que hoy por hoy están incursionando en las especialidades de electromecánica automotriz y administración de sistemas respectivamente en el Cantón El Empalme e incluso siguen cursando sus estudios en las universidades técnicas del país.

Su existencia se materializa a través del cumplimiento de sus objetivos los cuales se traducen en la formación de técnicos en electromecánica automotriz y administración de sistemas, críticos prospectivos capaces de contribuir al desarrollo de la colectividad institucional Empálmense y del país; como lo prescribe la legislación educativa en su proceso de formación crítica y profesional.

## **GLOSARIO DE TÉRMINOS MÁS FRECUENTES**

### **Basquetbol**

El baloncesto, basquetbol o básquetbol (del inglés basketball; de basket, 'canasta', y ball, 'pelota'),<sup>Nota 1</sup> o simplemente básquet,<sup>1</sup> es un deporte de equipo que se puede desarrollar tanto en pista cubierta como en descubierta, en el que dos conjuntos de cinco jugadores cada uno, intentan anotar puntos, también llamados canastas o dobles y/o triples introduciendo un balón en un aro colocado a 3,05 metros del suelo del que cuelga una red, lo que le da un aspecto de cesta o canasta.

### **Desarrollo físico**

Desde el nacimiento hasta la muerte, todo ser viviente pasa por numerosos y profundos cambios en su composición, estructura, forma y funcionamiento. Las transformaciones que se producen durante el crecimiento y desarrollo tienen una magnitud mayor en los primeros años de la vida. Poco a poco, y de manera paralela a los incrementos del desarrollo físico.

### **Hormona**

Son sustancias secretadas por células especializadas, localizadas en glándulas de secreción interna o glándulas endocrinas (carentes de conductos), o también por células epiteliales e intersticiales cuyo fin es la

de afectar la función de otras células. También hay hormonas que actúan sobre la misma célula que las sintetiza (autocrinas). Hay algunas hormonas animales y hormonas vegetales como las auxinas, ácido abscísico, citoquinina, giberelina y el etileno.

### **Crecimiento**

El crecimiento es la acción y efecto de crecer. Este verbo, a su vez, hace referencia a tomar aumento natural, a producir aumento por añadir una nueva materia o a adquirir aumento en sentido simbólico.

### **Adolescentes**

La adolescencia es el período de la vida que se ubica entre la niñez y la adultez, si lo tenemos que ubicar temporalmente en una edad determinada, la adolescencia comprendería más o menos desde los 13/14 años hasta los 20 años aproximadamente.

### **Deportes**

Es un juego o actividad reglamentada, normalmente de carácter competitivo, que mejora la condición física y psíquica de quien lo practica y tiene propiedades recreativas que lo diferencian del simple entretenimiento.

## **Juego**

Es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes; en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa. Los juegos normalmente se diferencian del trabajo y del arte, pero en muchos casos estos no tienen una diferencia demasiado clara.

## **Actividad**

Es el conjunto de acciones que se llevan a cabo para cumplir las metas de un programa o subprograma de operación, que consiste en la ejecución de ciertos procesos o tareas.

## **HIPÓTESIS DE TRABAJO.**

Si los deportistas pusieran empeño a las prácticas del básquet, se obtendría un rendimiento de manera correcta para el desarrollo físico de los estudiantes.

## **VARIABLES**

### **VARIABLE INDEPENDIENTE**

El Basquetbol

### **VARIABLE DEPENDIENTE**

Desarrollo físico

### OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLES	CONCEPTOS	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICA E INSTRUMENTOS
<b>El Basquetbol</b>	El básquetbol es un deporte de equipo que se juega en pista cubierta. Cada equipo de cinco jugadores intenta anotar puntos encestando en los aros correspondientes a ambos lados de la cancha.	<p><b>Deporte</b></p> <p><b>Equipo</b></p> <p><b>Jugadores</b></p>	<p>Actividad</p> <p>Conjunto de reglas</p> <p>Costumbres</p> <p>Personas</p> <p>Grupos</p> <p>Objetivo</p> <p>Participa</p> <p>Compite</p>	<p>1 ¿Te gusta jugar el basquetbol?</p> <p>2. ¿cree usted que practicar el basquetbol le ayudara con el desarrollo físico?</p> <p>3. ¿El basquetbol es el objetivo principal de tu tiempo libre?</p> <p>4. ¿Te gustaría competir en un campeonato intercolegial de basquetbol?</p> <p>5¿Te gustaría participar en un campeonato de basquetbol a nivel profesional?</p>	<p><b>Técnica</b></p> <p>Encuesta a estudiantes del décimo, primero y segundo BGU</p> <p><b>Instrumento</b></p> <p>Cuestionario</p>



## **CAPITULO III**

### **METODOLOGIA DE TRABAJO**

#### **TIPOS DE INVESTIGACIÓN**

##### **De campo**

Se realiza en el mismo lugar en donde se producen los acontecimientos El investigador tiene la ventaja de la realidad. Esta investigación puede ser cuantitativa o cualitativa Ej. Un censo, un estudio etnográfico o un estudio de opinión.

##### **Descriptiva**

Son aquellos estudios que están dirigidos a determinar o describir ¿Cómo es? ¿Cómo está? la situación de las variables que se deberá estudiar en una población, la frecuencia con la que ocurre un fenómeno y en quiénes se presenta. Es decir describe un hecho tal cual aparece en la realidad. En esta categoría existen algunas formas estudios de caso, encuestas, estudios de seguimiento de series temporales de diagnóstico.

##### **Bibliográfica**

Se fundamenta en fuentes como por ejemplo: libros, modelos, revistas, resultado de otra investigación, cuestionarios, Internet.

##### **Analítica**

Descomposición de un todo en sus partes realizado como un proceso mental. Estudio de un caso investigativo de causas y determinación de efectos, la apreciación de manera sistemática y crítica.

**POR EL LUGAR.-** De acuerdo al lugar de la investigación es de campo, debido a que se la realizó en la misma zona de los acontecimientos, esto es en el segundo año de la Unidad Educación Eugenio Espejo del Cantón Babahoyo.

**POR LA NATURALEZA.-** Para la toma de decisiones, se conoció la realidad del fenómeno, se compara con la base teórica y se plantea alternativas de solución y de acción que están orientadas a producir cambios en la realidad analizada.

PREGUNTAS BASICAS	EXPLICACION
1. ¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de la misma investigación
2. ¿Dé que personas u objetos?	Estudiantes del décimo año de educación básica, primero y segundo B.G.U.
3. ¿Sobre qué aspectos?	El basquetbol – incide en el desarrollo físico
4. ¿Quién?	Investigador
5. ¿Cuándo?	Año lectivo 2013 – 2014
6. ¿Dónde?	En la Unidad Educativa Eugenio Espejo.

## PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Plan para el procesamiento de la Información	<ul style="list-style-type: none"><li>• Revisión crítica de la información recogida, es decir limpieza de la información recogida contradictoria, incompleta, no pertinente, etc.</li><li>• Repetición de recolección en ciertos casos individuales para corregir fallas de contestación.</li><li>• Tabulación de la información recogida.</li></ul>
Análisis e interpretación de resultados	<ul style="list-style-type: none"><li>• Análisis de los resultados estadísticos, destacando tendencias o relaciones fundamentales de acuerdo con los objetivos e hipótesis</li><li>• Interpretación de los resultados</li><li>• Comprobación de la hipótesis o pregunta directriz</li><li>• Establecimiento de las conclusiones y recomendaciones</li></ul>

## POBLACIÓN Y MUESTRA

### Población

La población donde se tomará la muestra para trabajar este proyecto de investigación será con 70 estudiantes, de la Unidad Eugenio Espejo del Cantón Babahoyo, provincia de Los Ríos, año 2013, como se demuestra en el siguiente cuadro.

<b>INVOLUCRADOS</b>	<b>POBLACION</b>
<b>Decimo</b>	<b>16</b>
<b>Primero de Bachillerato</b>	<b>37</b>
<b>Segundo de bachillerato</b>	<b>17</b>
<b>Total</b>	<b>70</b>

### MUESTRA

Según los autores indican que la muestra es una parte de la población, Para la recolección de la información, y desarrollo del estudio y sobre la cual se efectuará la medición de las variables, se seleccionó a: 70 estudiantes.

Debido a que el número de personas investigadas es reducido, no se considera necesario extraer una muestra para la investigación.

## **INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

**Observación:** Esta técnica nos ayuda a explorar situaciones poco conocidas la misma que nos permitirá recolectar información para encontrar la búsqueda a la solución de los problemas en la investigación.

**Entrevista:** Mediante contacto directo con el personal docente, directivos, autogogos, se recaudó la información necesaria sobre técnicas activas en el desarrollo de los valores morales.

**Encuesta:** Es la técnica que a través de un cuestionario permite recopilar datos de toda la población o de una parte representativa de ella.

## **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS**

Se plantea el proceso de tratamiento, análisis e interpretación de los resultados de la investigación.

Para el procesamiento de la información recopilada se realizaron los siguientes pasos:

Establecimiento de la base de datos, con las respuestas dadas por los investigados a cada una de las preguntas del cuestionario.

Diseño y elaboración de las tablas estadísticas de salida, con los resultados porcentuales.

Diseño y elaboración de las representaciones gráficas de cada uno de los cuadros estadísticos.

Para analizar los resultados encontrados en la investigación, se utilizaron los siguientes procedimientos:

### **Descripción de los valores cuantitativos de las tablas estadísticas.**

Elaboración de inferencias puntuales con respecto de los resultados encontrados, a manera de conclusiones parciales.

Los resultados del procesamiento y análisis se muestran a continuación, con respecto a cada uno de los ítems del cuestionario.

### **Ventajas del uso de la encuesta**

La escala Likert fue diseñada para medir actitudes pero, por lo fácil que es construirla, contestarla y analizarla, y porque sus propiedades psicométricas (validez, confiabilidad) son relativamente fáciles de evaluar, es usada para medir opiniones, percepciones, valores, aspectos de personalidad y otras variables.

Es una escala fácil y rápida de construir.

La escala de Likert, al ser una escala que mide actitudes, es importante que pueda aceptar que las personas tienen actitudes favorables, desfavorables o neutras a las cosas y situaciones lo cual es perfectamente normal en términos de información.

## **TÉCNICAS DE PROCEDIMIENTO PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS.**

Una vez concluida la aplicación de la entrevista, procederemos a clasificar la información y a tamizar, primero en forma general por cada extracto y luego pregunta por pregunta, para elaborar los gráficos estadísticos que correspondan al análisis e interpretación de los resultados obtenidos y poder sacar las respectivas conclusiones y recomendaciones

### **Recolección de información.**

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

### **Fuentes de obtención de información.**

Siendo este trabajo de orden científico investigativo, utilizare como fuentes de investigación las siguientes:

#### **Fuentes primarias.**

- Encuesta directa al recurso humano (directores, estudiantes del décimo año de básica y docentes del paralelo y padres de familia) en relación con la situación objeto de estudio.

#### **Fuentes secundarias.**

- Análisis de documentos e Internet.

## ETAPAS Y PASOS PARA LA ELABORACIÓN DEL INSTRUMENTO:

<b>ETAPAS</b>	<b>PASOS</b>
<b>Definición de los objetivos y del instrumento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Revisión y análisis del problema de investigación.</li> <li>➤ Definición del propósito del instrumento.</li> <li>➤ Revisión de Bibliografía y trabajos relacionados con la construcción del instrumento.</li> <li>➤ Consulta a expertos en la construcción de los instrumentos.</li> <li>➤ Determinación de la Población.</li> </ul>
<b>Diseño del instrumento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Construcción de los ítems.</li> <li>➤ Estructuración de los instrumentos.</li> <li>➤ Redacción de los instrumentos.</li> </ul>
<b>Elaboración definitiva del instrumento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Impresión del instrumento</li> </ul>

## **VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN**

La validez en términos generales se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable que pretende investigar, al respecto KERLINGER (1981), asegura “Que el procedimiento más adecuado es el de enjuiciar la representatividad de los reactivos en términos de los objetivos de la investigación a través de la opinión de los especialistas” (p. 132)

Específicamente el estudio de validez desarrollado en la presente investigación se relaciona con la Validez del Contenido, se constituyó en el grado en el cual una prueba está en consonancia con los objetivos de la investigación. Considera además la vinculación de cada una de las preguntas con el proceso de Operacionalización de las diferentes variables de estudio.

A fin de cumplir los requisitos técnicos de validez y confiabilidad se realizó las siguientes tareas

- Se consultó a expertos y especialistas en elaboración de instrumentos.
- Sobre la base de juicios de expertos se elaboró la versión definitiva del cuestionario.

El formato definitivo de los instrumentos utilizados, se adjuntan al final de éste documento, en los anexos correspondientes.

## **TÉCNICAS PARA PROCESAMIENTO DE DATOS Y ANÁLISIS DE RESULTADOS**

Al cumplir la etapa de recolección de datos en el presente estudio, se procedió a la codificación de los datos que serán transformados en símbolos numéricos para poder ser contados y tabulados.

Esta investigación por tener connotaciones prácticas y por su sencillez en los cálculos, como se dijo anteriormente es porcentual, y por los diferentes aspectos que configuran puede ser aplicado a otros contextos organizacionales que persigan los fines mismos de los procesos de adopción del menor y propuesta en la elaboración de un manual de actividades que estimulen el desarrollo de la motricidad gruesa. Para la realización de esta investigación se cumplió los siguientes procedimientos y fases:

Revisión de los instrumentos aplicados.

Tabulación de datos con relación a cada uno de los ítems.

Determinación de las frecuencias absolutas simples de cada ítem y de cada alternativa de respuesta.

Calculo de las frecuencias relativas simples, con relación a las frecuencias absolutas simples.

Diseño y elaboración de cuadros estadísticos con los resultados anteriores.

Elaboración de gráficos.

## **Plan para el procesamiento de la Información**

- Revisión crítica de la información recogida, es decir limpieza de la información recogida contradictoria, incompleta, no pertinente, etc.
- Repetición de recolección en ciertos casos individuales para corregir fallas de contestación.
- Tabulación de la información recogida.

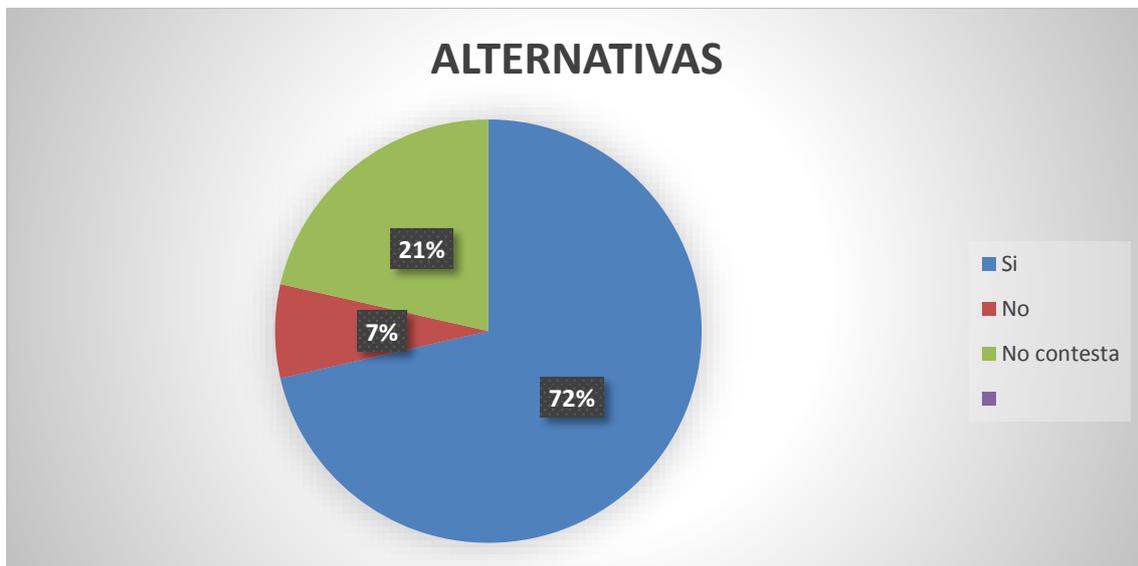
## ANALISIS E INTERPRETACION DE DATOS

### Presentación de resultados de las encuestas

Encuesta realizada a estudiantes del décimo año, primero y segundo B.G.U.

1 ¿REALIZARIA USTED EL EJERCICIO DE TIROS LIBRE EN UN ENTRENAMIENTO DEL BASQUETBOL?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	50	72%
No	5	7%
No contesta	15	21%
Total	70	100%



### **Análisis.**

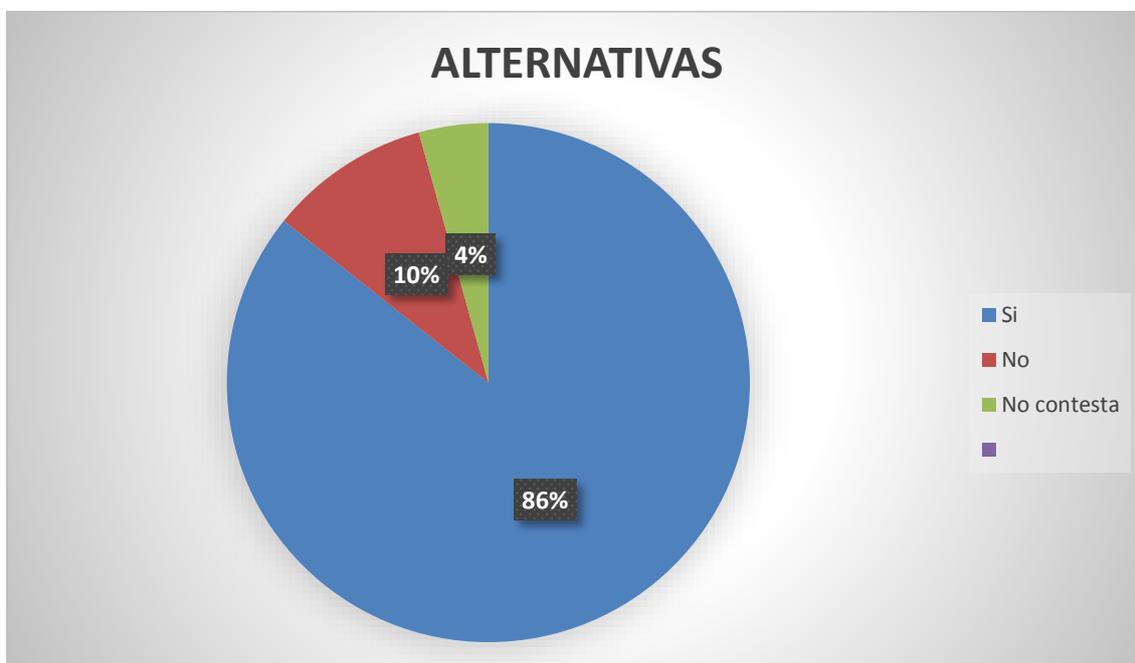
De la investigación realizada el 72% dice que sí, realizaría ejercicio de tiros libre en un entrenamiento del basquetbol, el 21% no contesta el 7% dice que no.

### **Interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los estudiantes la mayoría manifiesta que si realizaría ejercicio de tiros libre en un entrenamiento del basquetbol, por lo tanto se debe de incentivar a los docentes a utilizar los implementos deportivos adecuados.

## 2. ¿EN LOS TIEMPOS LIBRES PRACTICAS EL BALONCESTO?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	60	86%
No	7	10%
No contesta	3	4%
Total	70	100%



## **Análisis**

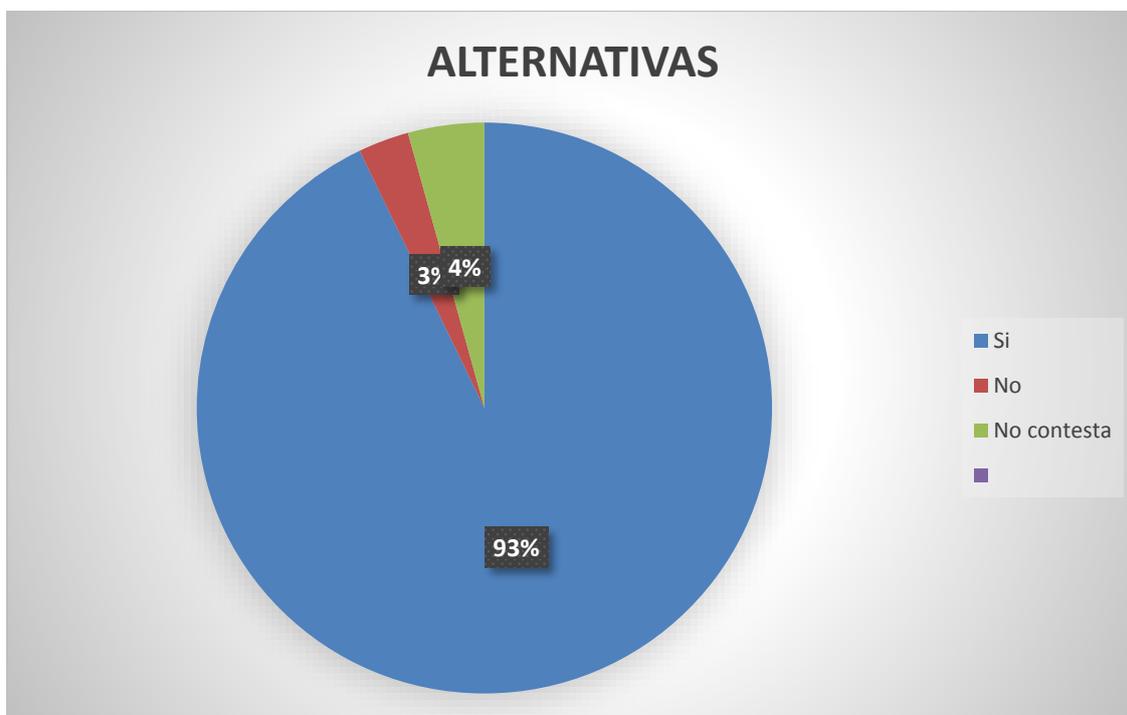
De la investigación realizada el 86% dice que sí, practica el baloncesto en los tiempos libres, el 10% dice que no, el 4% no contesta.

## **Interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los estudiantes la mayoría manifiesta que sí, practica el baloncesto en los tiempos libres, por lo tanto se debe de incentivar a los estudiantes que no practican este deporte a través de charlas o talleres dirigidos sobre la importancia del juego que nos brinda el basquetbol.

**3. ¿HAS REALIZADO UN ENTRENAMIENTO FISICO EN EL BALONCESTO FUERA DE LA INATITUCION?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	65	93%
No	2	3%
No contesta	3	4%
Total	70	100%



## **Análisis**

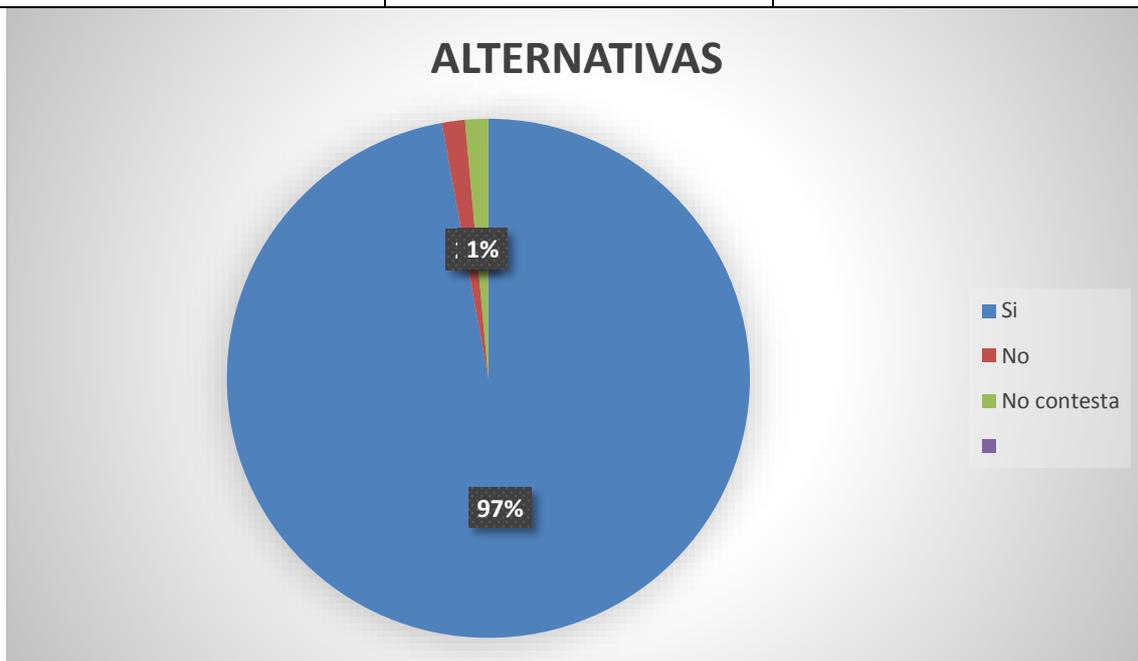
De la investigación realizada el 93% dice que sí, han realizado un entrenamiento físico en el baloncesto fuera de la institución, el 3% dice que no, el 4% no contesta.

## **Interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los estudiantes la mayoría manifiesta que sí han realizado un entrenamiento físico en el baloncesto fuera de la institución, por lo tanto se debe de motivar al resto de estudiante que dice que no con talleres recreativos sobre este deporte.

**4. ¿PRACTICARIA USTED EL BASQUETBOL DOS VECES POR SEMANA?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	68	97%
No	1	2%
No contesta	1	1%
Total	70	100%



## **Análisis**

De la investigación realizada el 97% dice que sí, practicaría el basquetbol dos veces por semana, el 2% dice que no, el 1% no contesta.

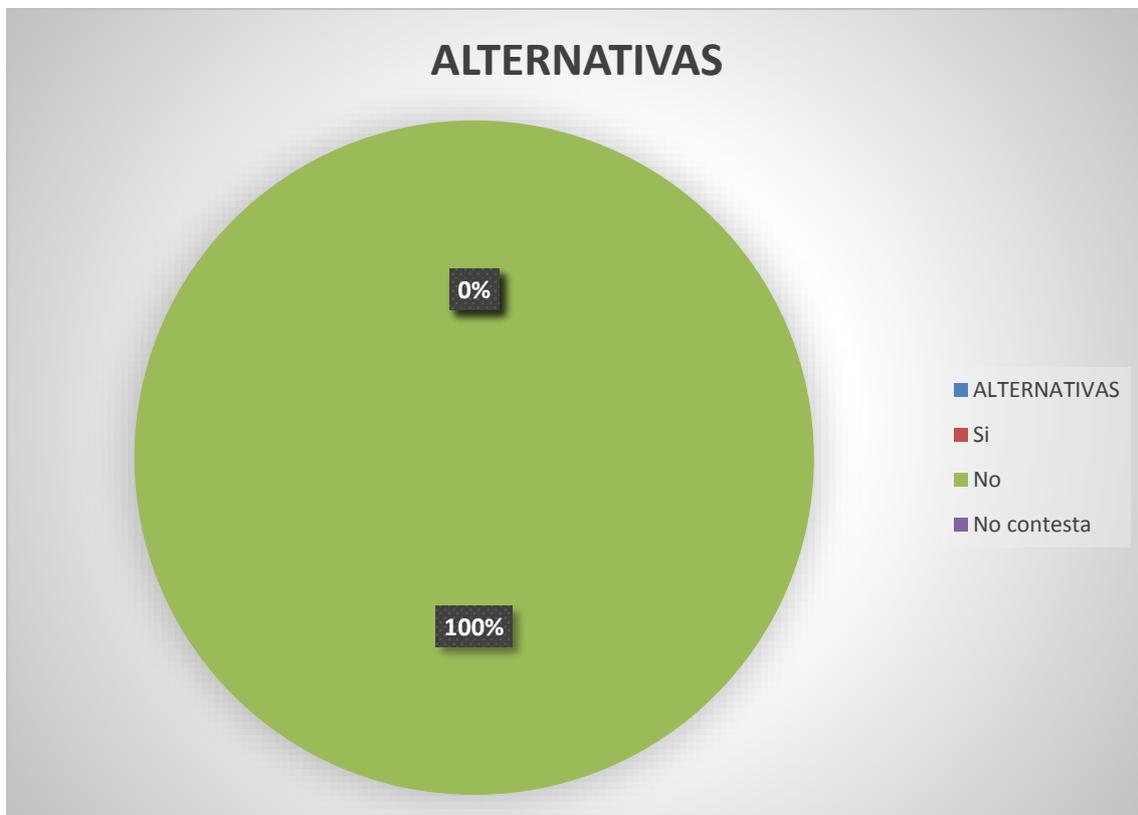
## **Interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los estudiantes la mayoría manifiesta que sí practicaría el basquetbol dos veces por semana, por lo tanto se debe de incluir a los estudiantes en la competencia de los juegos del basquetbol.

## 5. EL JUGADOR DE BALONCESTO DEBE TRABAJAR

FUNDAMENTALMENTE CON; FUERZA, VELOCIDAD, RESISTENCIA, HABILIDAD Y AGILIDAD. ¿HAS REALIZADO ESTE TRABAJO CON LOS CINCO PUNTOS YA MENCIONADO?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	70	100%
No contesta	0	0%
Total	70	100%



## **Análisis**

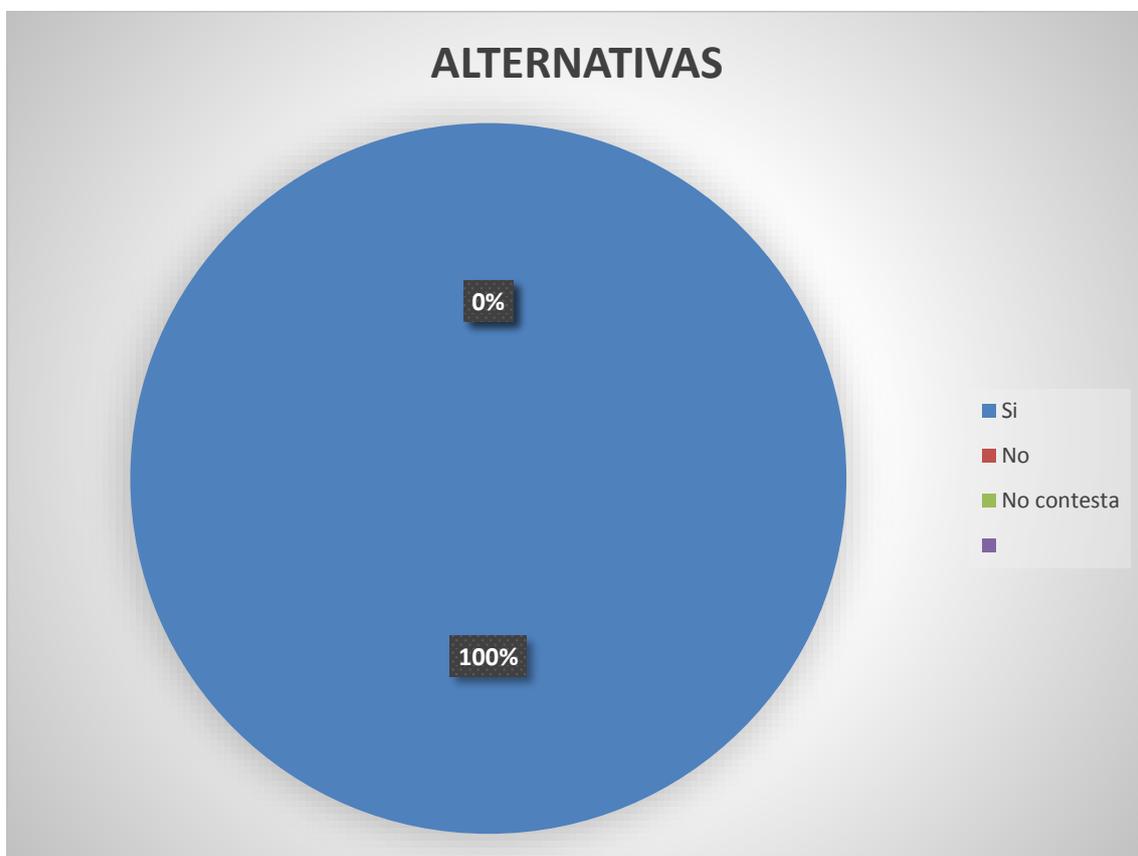
De la investigación realizada el 100% dice que no, ha realizado este trabajo con; fuerza, velocidad, resistencia, habilidad y agilidad.

## **Interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los estudiantes la mayoría manifiesta que no, ha realizado este trabajo con; fuerza, velocidad, resistencia, habilidad y agilidad.

## 6 ¿EL BALONCESTO ES SU DEPORTE FAVORITO?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	70	100%
No	0	0%
No contesta	0	0%
Total	70	100%



## **Análisis**

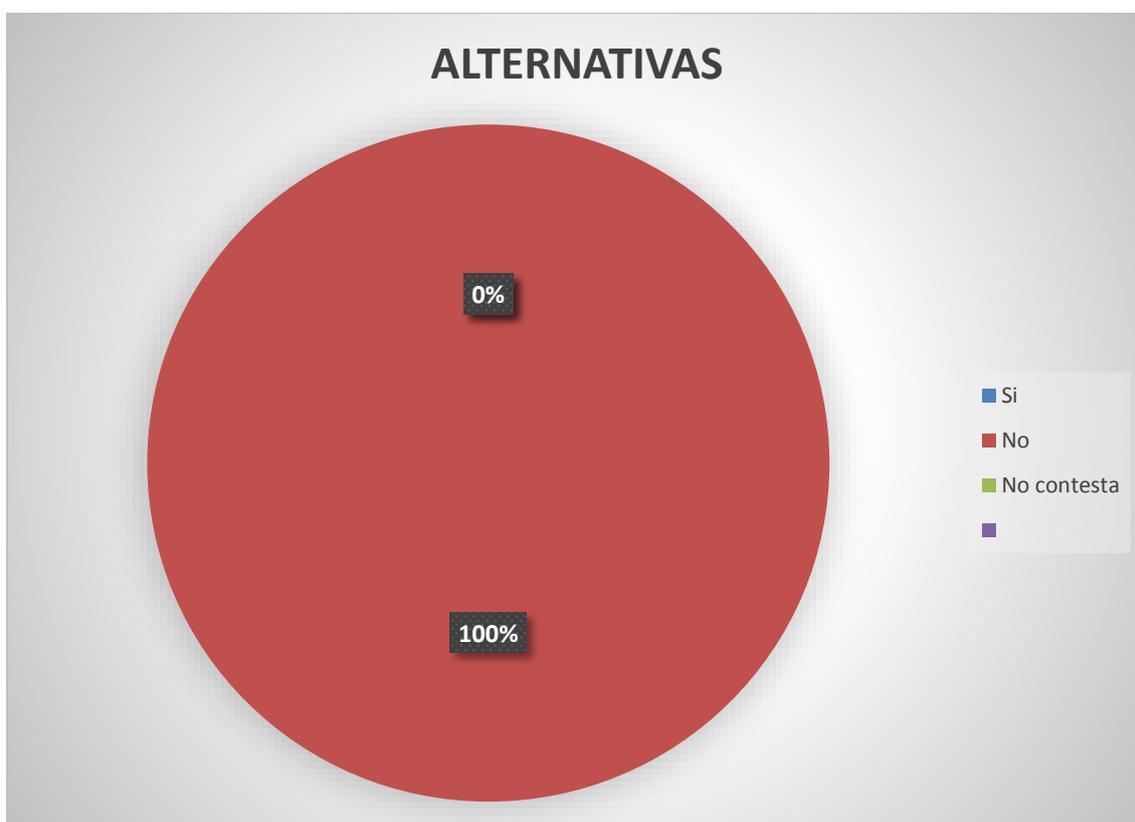
De la investigación realizada el 100% dice que sí, el baloncesto es su deporte favorito.

## **Interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los estudiantes la mayoría manifiesta que si el baloncesto es su deporte favorito, por lo tanto se debe de realizar preparación a los estudiantes en este deporte.

**7. ¿EL DOCENTE O PREPARADOR FISICO QUE TIENEN ES ESPECIALIZADO?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	70	100%
No contesta	0	0%
Total	70	100%



## **Análisis**

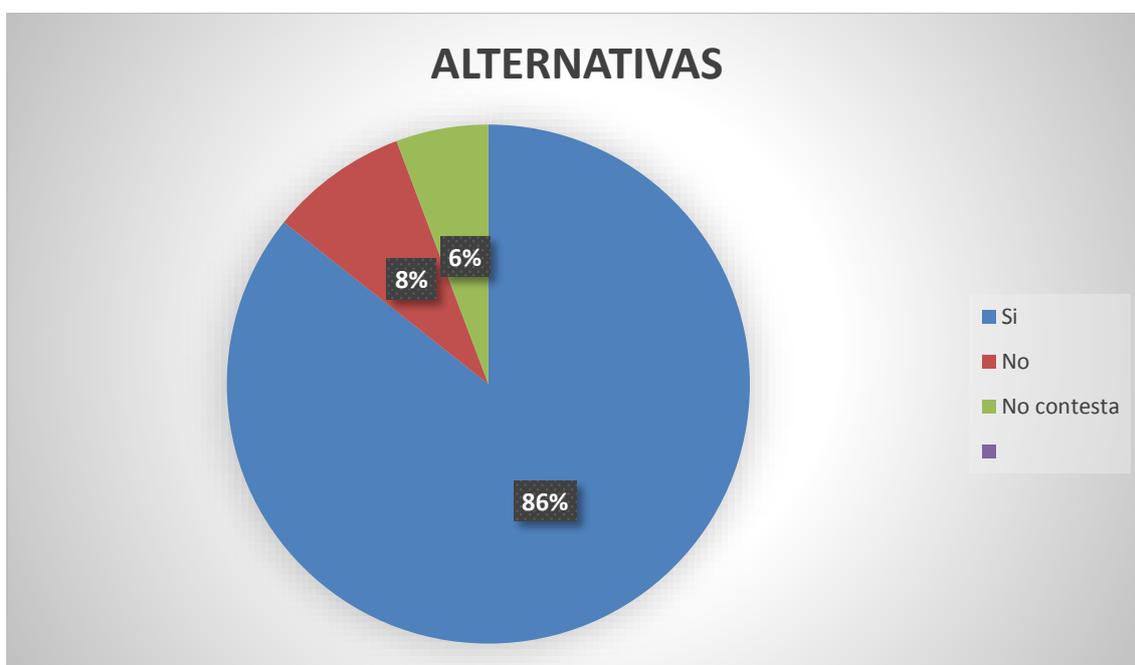
De la investigación realizada el 100% dice que no, el docente o preparador físico que tienen no es especializado.

## **Interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los estudiantes la mayoría manifiesta que no el docente o preparador físico que tienen no es especializado, por lo tanto debería haber un docente con capacidad y así darles buenos conocimientos a los alumnos.

**8. ¿PRACTICA EL BASQUETBOL EN SU COLEGIO SIN SUPERVISION  
ALGUNA POR SU DOCENTE (ENTRENADOR) ESPECIALIZADO?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	60	86%
No	6	8%
No contesta	4	6%
Total	70	100%



## **Análisis**

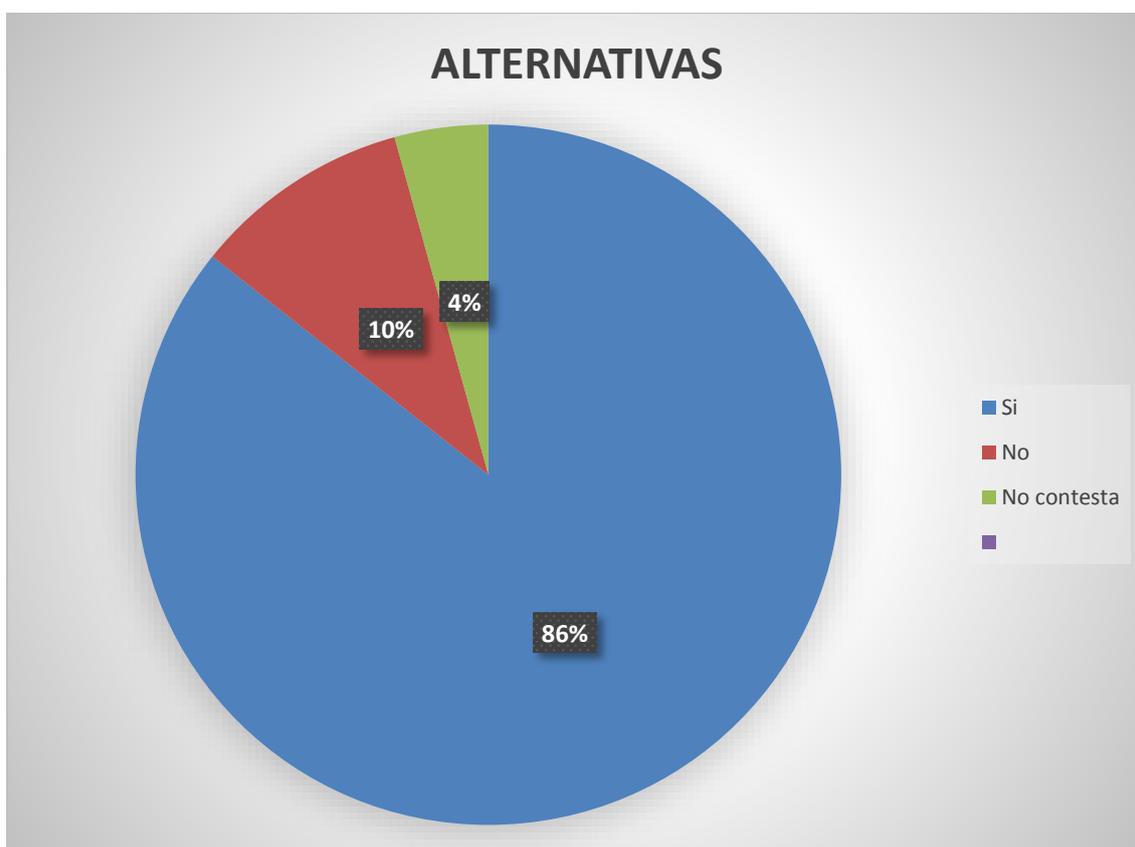
De la investigación realizada el 86% dice que sí, practica el basquetbol en su colegio sin supervisión alguna por su docente (entrenador) especializado, el 8% dice que no, el 6% no contesta.

## **Interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los estudiantes la mayoría manifiesta que si practica el basquetbol en su colegio sin supervisión alguna por su docente (entrenador) especializado, por lo tanto hay que incentivar a los estudiantes a realizar deportes adecuados.

**9. ¿PRACTICA USTED EL BALONCESTO EN ALGUNA INSTITUCION AJENA A LA QUE ESTUDIA?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	60	86%
No	7	10%
No contesta	3	4%
Total	70	100%



## **Análisis**

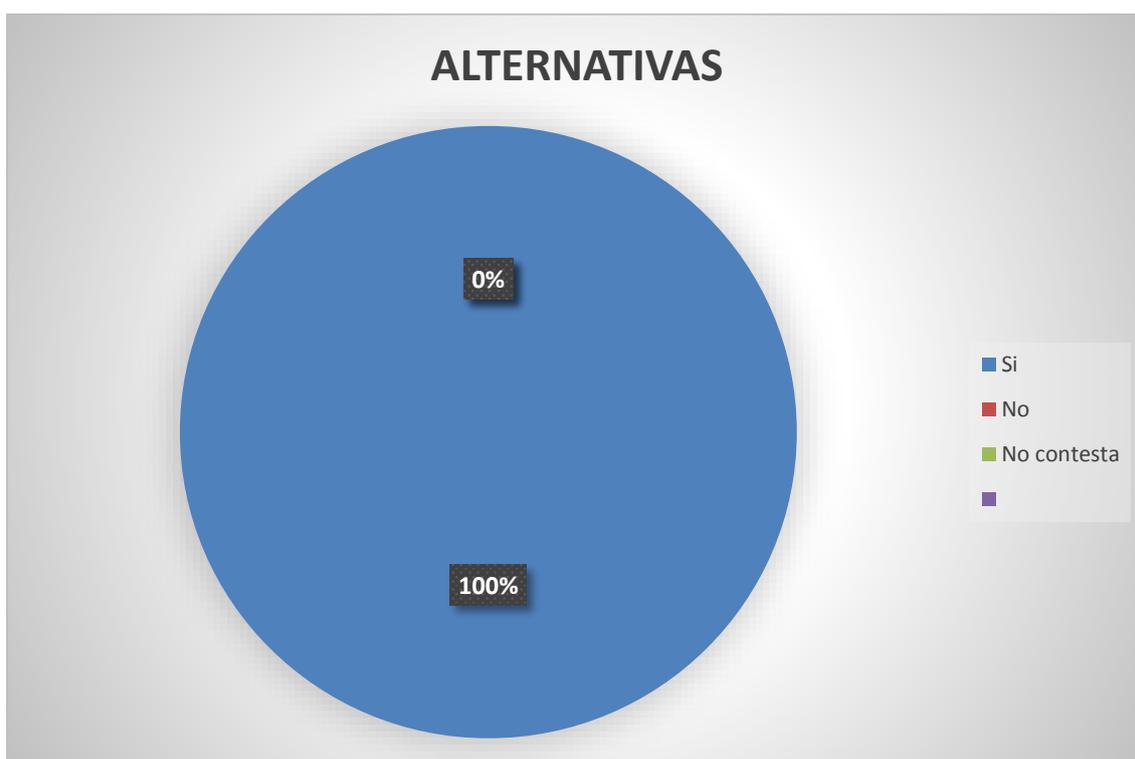
De la investigación realizada el 86% dice que sí, practica el baloncesto en alguna institución ajena a la que estudia, el 10% dice que no, el 4% no contesta.

## **Interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los estudiantes la mayoría manifiesta que sí, practica el baloncesto en alguna institución ajena a la que estudia, por lo tanto hay que motivar a los estudiantes para que practiquen el básquet en la misma institución.

**10. EL DRIBLEN CON LAS MANOS ES UN MANEJO DEL BALON DE BASQUETBOL ¿LO HAS REALIZADO EN ALGUN ENTRENAMIENTO DEL BALONCESTO?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	70	100%
No	0	0%
No contesta	0	0%
Total	70	100%



## **Análisis**

De la investigación realizada el 100% dice que sí, ha realizado el driblen con las manos en algún entrenamiento del baloncesto.

## **Interpretación**

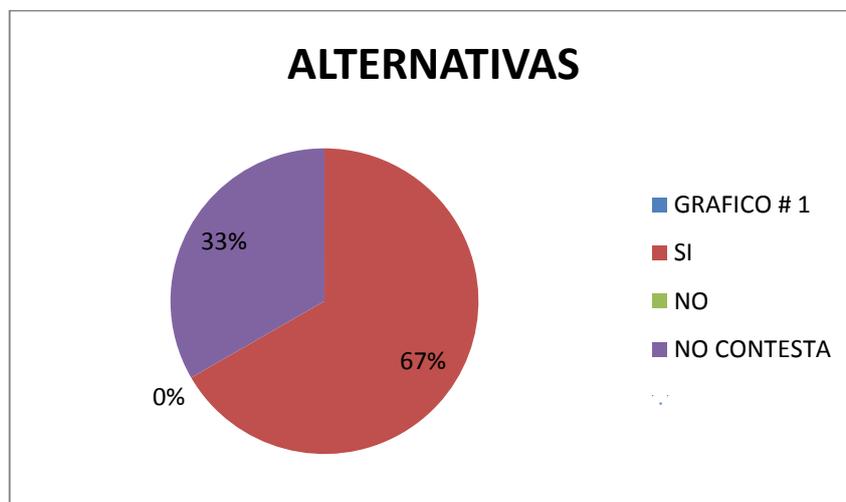
De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los estudiantes la mayoría manifiesta que sí, ha realizado el driblen con las manos en algún entrenamiento del baloncesto. por lo tanto esta disciplina deportiva debe de estar considerada en la asignatura de cultura física para practicarla y participar en campeonato intercolegial.

## ANALISIS E INTERPRETACION DE DATOS

### PRESENTACIÓN DE RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS ENCUESTA REALIZADA A LOS DOCENTES DE LA UNIDAD EUGENIO ESPEJO DEL CANTON BABAHOYO.

¿CREE USTED QUE ES IMPORTANTE EL USO ADECUADO DE LA IMPLEMENTACION DEPORTIVA EN UN ENTRENAMIENTO DE BASQUETBOL?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	4	67%
No	0	0%
No contesta	2	33%
Total	6	100%

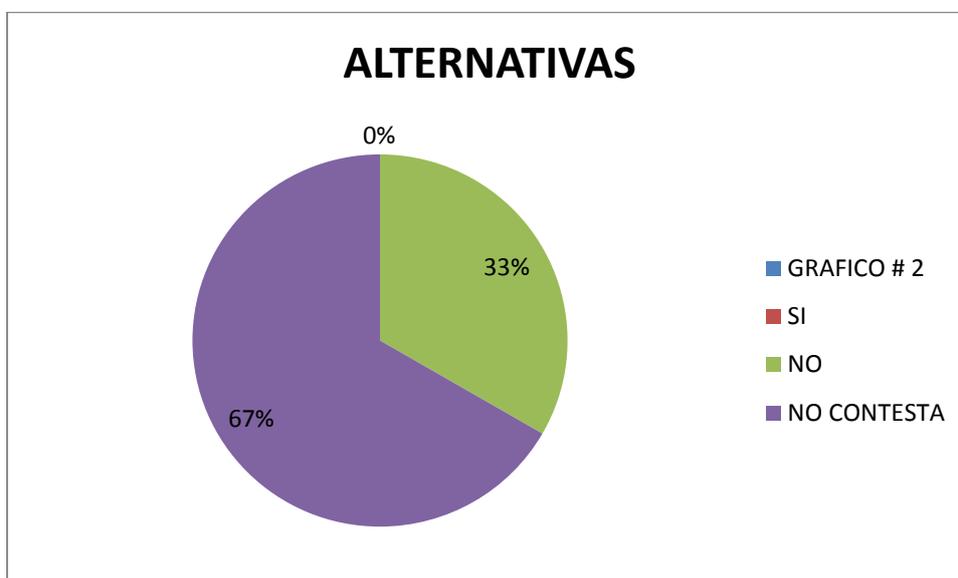


#### **Análisis e Interpretación.**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los docentes el 67% dice que sí, es importante el uso adecuado de la implementación deportiva en un entrenamiento de basquetbol, el 33% no contesta, por lo tanto se debe de incentivar a los docentes a utilizar los implementos deportivos necesarios con los estudiantes.

## ¿USTED UTILIZA LOS MEDIOS DE ENSEÑANZAS EN LOS ENTRENAMIENTOS DE BASQUETBOL?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	2	33%
No contesta	4	67%
Total	6	100%

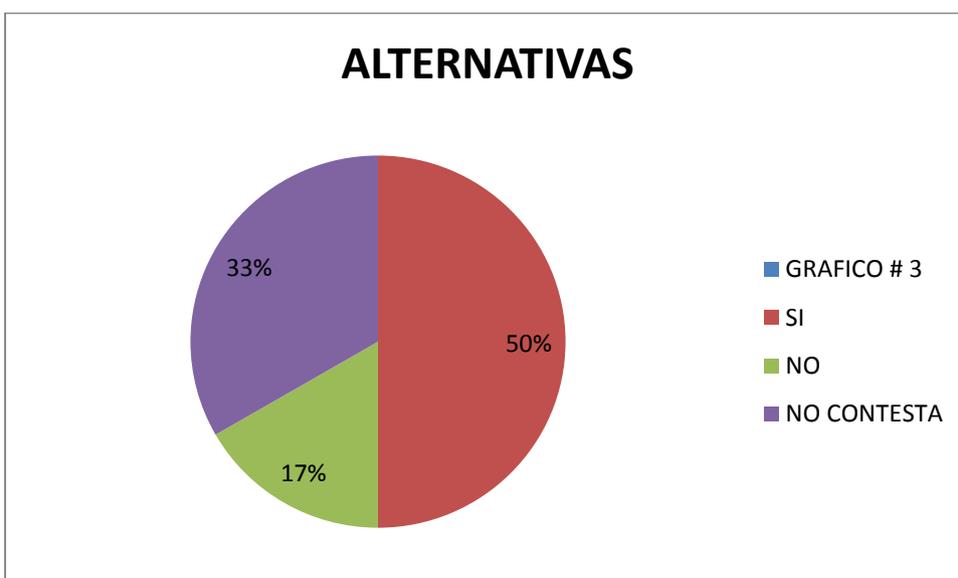


### **Análisis e Interpretación.**

De acuerdo a la investigación realizada el 67% no contesta, a que si utilizan los medios de enseñanzas en los entrenamientos de basquetbol, el 33% dice que no.

**¿CREE USTED QUE SI EMPLEA LA IMPLEMENTACION DEPORTIVA DENTRO DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO (CLASE), LOS DEPORTISTAS (ALUMNOS) TENDRIAN UNA MEJOR PREPARACION FISICA?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	3	50%
No	1	17%
No contesta	2	33%
Total	6	100%

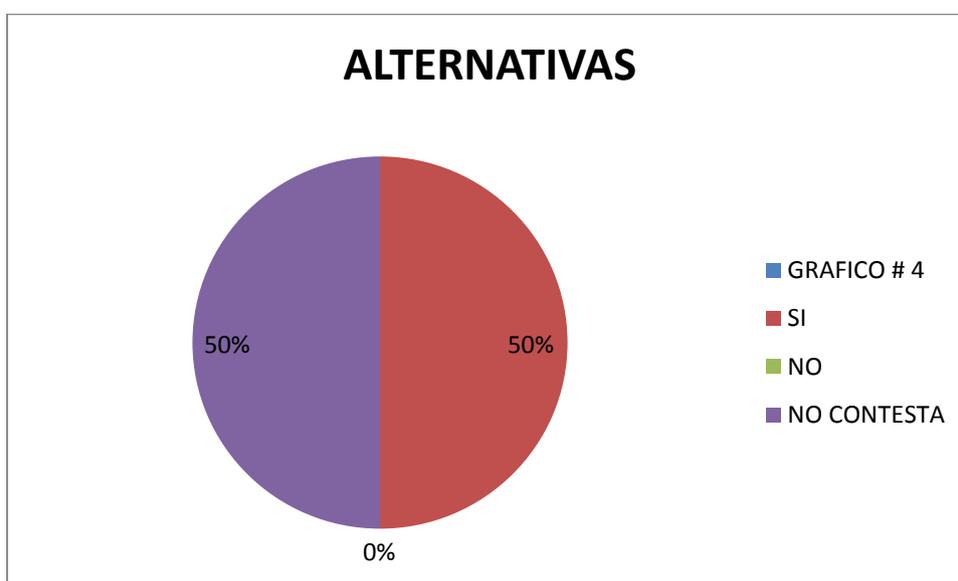


**Análisis e Interpretación.**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada el 50% dice que sí, emplea la implementación deportiva dentro de las sesiones de entrenamiento (clase), el 33% no contesta el 17% dice que no.

**¿CREE USTED QUE EL DESARROLLO DEL JUEGO EN EQUIPO Y PRACTICA DE LOS MOVIMIENTOS FUNDAMENTALES AYUDAN EN EL DESARROLLO FÍSICO?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	3	50%
No	0	0%
No contesta	3	50%
Total	6	100%

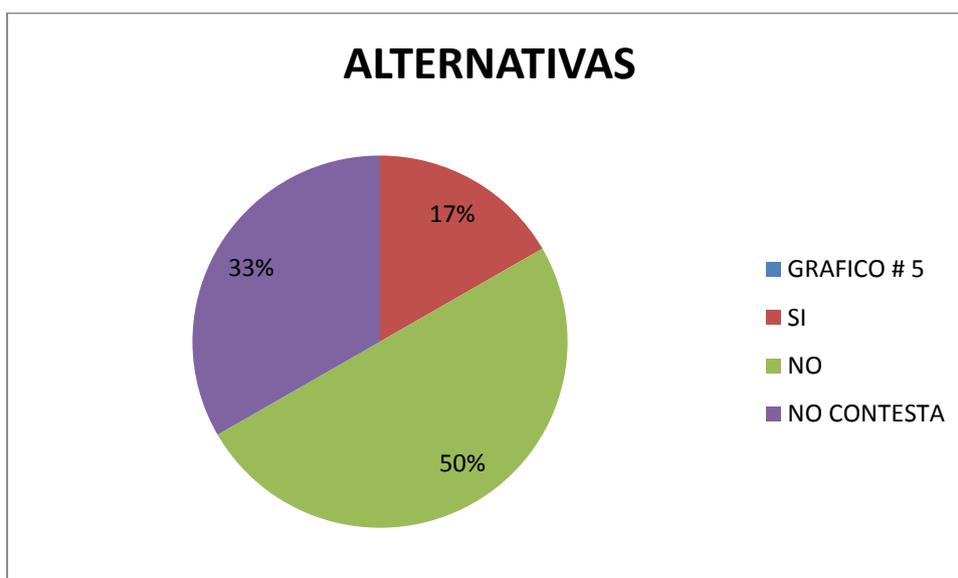


**Análisis e Interpretación.**

De la investigación realizada a los docentes (entrenadores) el 50% dice que sí, que el desarrollo del juego en equipo y practica de los movimientos fundamentales ayudan en el desarrollo físico, el 50% no contesta.

**¿USTED REALIZARIA A SUS ALUMNOS (DEPORTISTAS) EJERCICIOS DE AJUSTES ESPACIO-TEMPORAL; RECEPCIONES DE PASES ADELANTADOS SOBRE UNA REFERENCIA ESPACIAL FIJA SOLO O POR PAREJAS RECEPCIONES EN EL AIRE TRAS SALTO?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	1	17%
No	3	50%
No contesta	2	33%
Total	6	100%

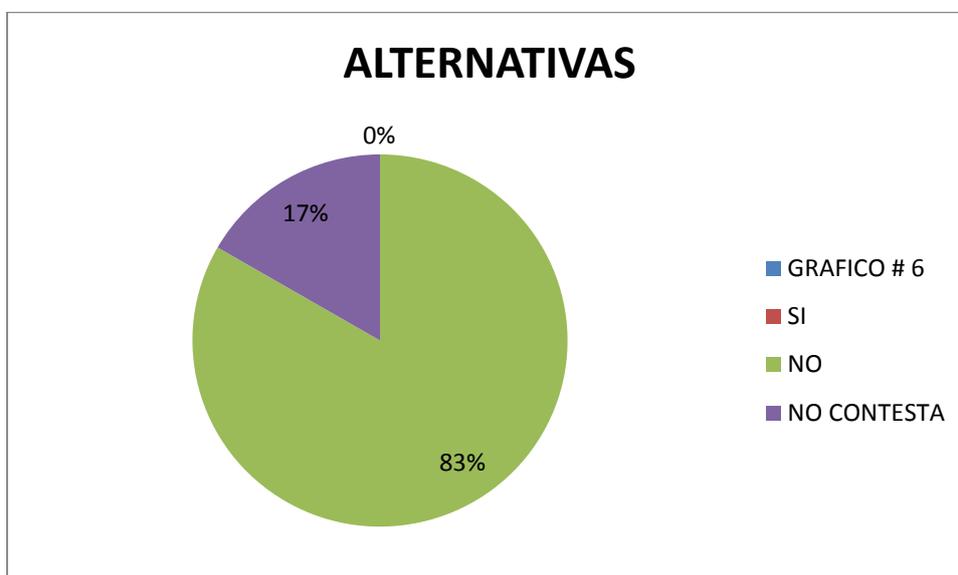


### **Análisis e Interpretación.**

De la investigación realizada el 50% dice que no, realizaría a sus alumnos (deportistas) ejercicios de ajustes espacio-temporal, el 33% no contesta el 17% dice que sí.

**¿APLICARIA USTED EL EJERCICIO SUICIDA CON LOS ALUMNOS (DEPORTISTAS), YA QUE AYUDA AL DESARROLLO FISICO?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	5	83%
No contesta	1	17%
Total	6	100%



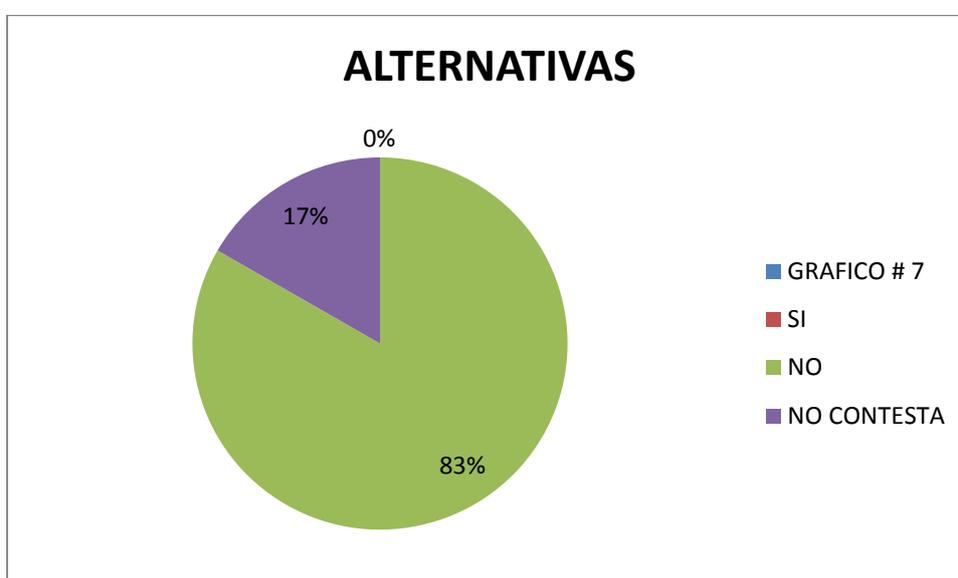
**Análisis e Interpretación**

.

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada el 83% dice que no, aplicaría el ejercicio suicida con los alumnos (deportistas), el 17% no contesta.

**¿CONOCE USTED EL EJERCICIO DEL DESARROLLO DE LA CAPACIDAD DE REACCION INDIVIDUAL EN EL BALONCESTO?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	5	83%
No contesta	1	17%
Total	6	100%

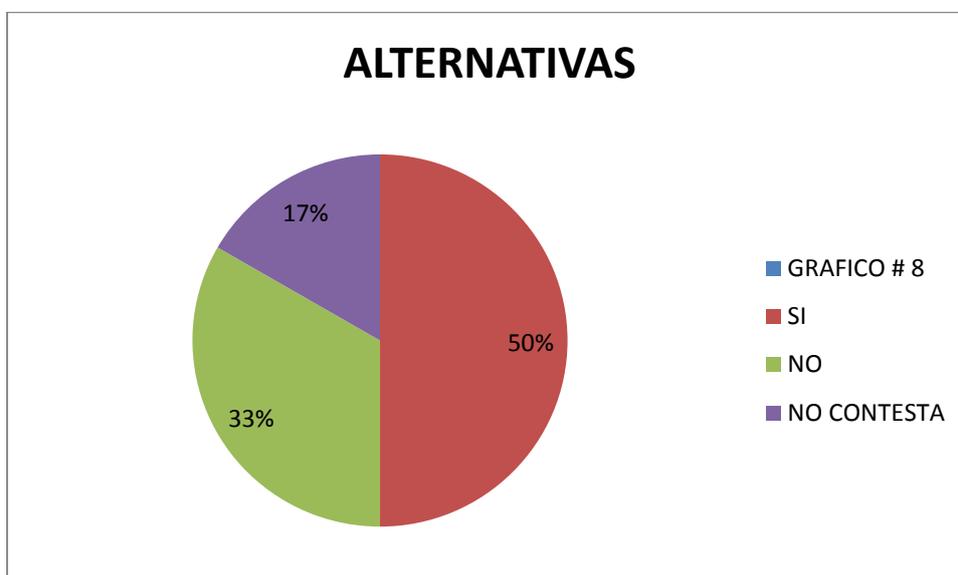


**Análisis.**

De la investigación realizada el 83% dice que no, conoce el ejercicio del desarrollo de la capacidad de reacción individual en el baloncesto, el 17% no contesta.

**¿CREE USTED QUE PRACTICAR EL BASQUETBOL AYUDARA A LA CAPACIDAD DE REACCION Y AL DESARROLLO FISICO INDIVIDUAL?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	3	50%
No	2	33%
No contesta	1	17%
Total	6	100%

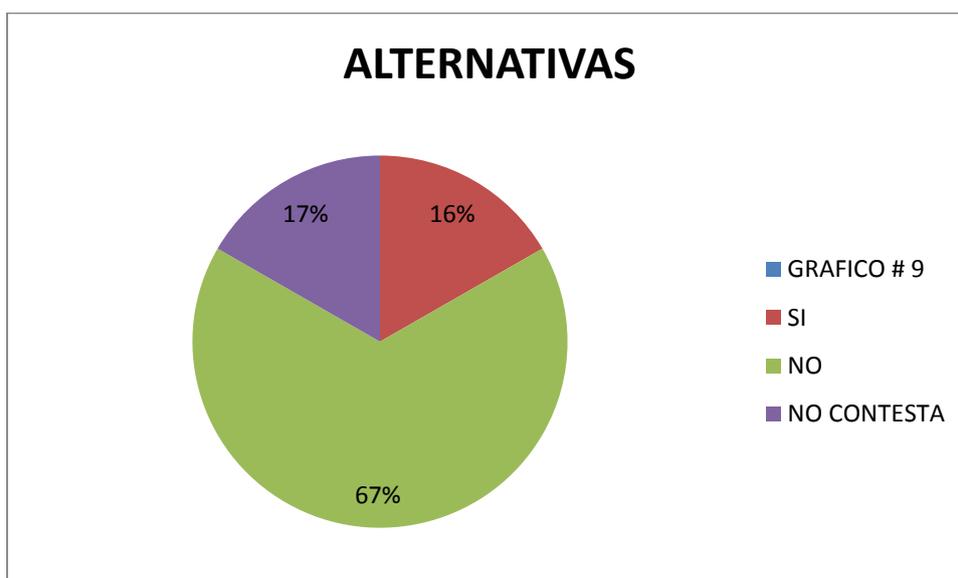


**Análisis e Interpretación.**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada el 50% dice que sí, practicar el basquetbol ayudara a la capacidad de reacción y al desarrollo físico individual, el 17% no contesta el 33% dice que no.

**¿APLICARIA USTED A SUS ALUMNOS (DEPORTISTAS) DIVERSAS ACCIONES MOTORAS CON LOS OJOS CERRADOS COMO; CORRER UNA DISTANCIA, HACER PUNTERIA CON UN BALON PEQUEÑO, CORRER DISTANCIAS CON TIEMPOS DADOS?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	1	16%
No	4	17%
No contesta	1	67%
Total	6	100%

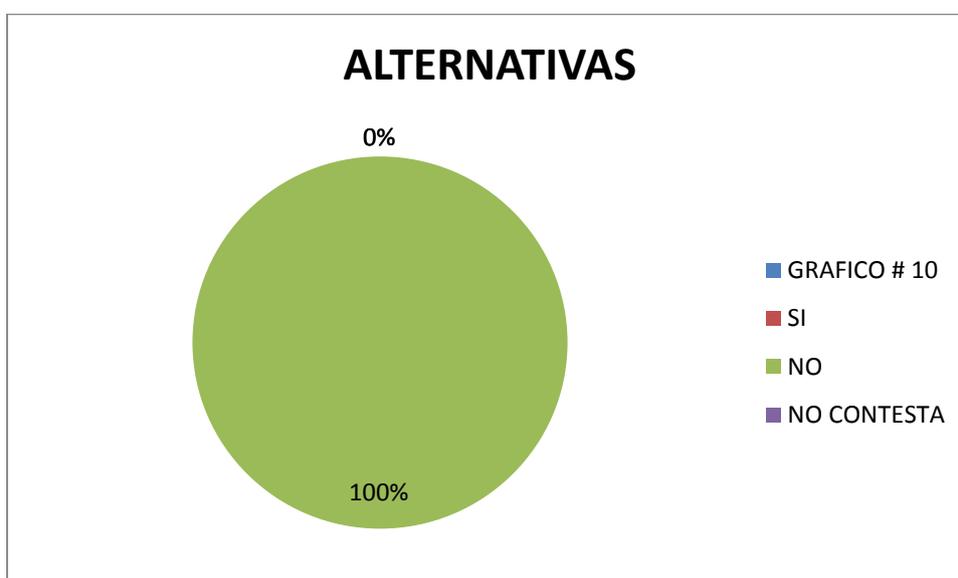


### **Análisis e Interpretación.**

De la investigación realizada el 67% no contesta, a que si aplicarían o no a los alumnos (deportistas) diversas acciones motoras con los ojos cerrados como; correr una distancia, hacer puntería con un balón pequeño, correr distancias con tiempos dados, el 17% dice que no, el 16% dice que sí.

**¿TIENE USTED EXPERIENCIA EN EL USO DE IMPLEMENTACION DEPORTIVA DURANTE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTOS (CLASES)?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	6	100%
No contesta	0	0%
Total	6	100%



**Análisis e Interpretación.**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a los docentes el 100% dice que no, tiene experiencia en el uso de implementación deportiva durante las sesiones de entrenamientos (clases),.

## **Conclusiones**

**De la encuesta realizada se obtuvieron las siguientes conclusiones.**

- Que el basquetbol tiene que ser practicado como deporte recreativo y participativo.
- Los deportistas (Estudiantes) no sienten motivación hacia los juegos del basquetbol.
- Que los estudiantes practiquen en su institución esta disciplina deportiva para mejorar su desarrollo físico.
- Se ha podido mostrar mediante la investigación que los deportistas no tienen mucho interés a este deporte en la institución por la falta de docente especializado.
- Se realizó la encuesta al docente (entrenador) que no es especializado en el área pero colabora con el entrenamiento deportivo.
- Se evidencia que no hay un aporte en el básquetbol de los estudiantes porque no hay implementos deportivos.

## **Recomendaciones.**

Luego de las conclusiones de nuestra investigación el autor propone las siguientes recomendaciones;

- 1).-Que se den a conocer los resultados de esta investigación a los profesores de cultura física – entrenadores en Basquetbol de la Unidad Eugenio Espejo del Cantón Babahoyo que el uso de implementación deportiva sirve para que perfeccionen su trabajo metodológico y obtengan un buen resultado físico de los estudiantes en base a los resultados obtenidos en nuestra investigación.
- 2).- Que se divulguen los resultados de esta investigación en las instituciones, clubes formativos de la provincia que imparten esta asignatura de cultura física el deporte del basquetbol.
- 3).-Que se impartan cursos de superación por parte de la escuela de cultura física de la Universidad Técnica de Babahoyo relacionados a la importancia de utilización de medios de enseñanza o el uso adecuados de implementación deportivo sea reciclado con un buen tratamiento metodológico y el desarrollo de las capacidades físicas que se requieren en las instituciones o clubes formativos especializados en deporte como la ley del Ministerio del Deporte lo ampara.

## **CAPITULO IV**

### **PROPUESTA**

#### **TÍTULO DE LA PROPUESTA**

Ejercicios para el desarrollo físico, en edades formativas del básquetbol en los estudiantes del décimo, primero y segundo BGU de la Unidad Educativa Eugenio Espejo del cantón Babahoyo.

#### **JUSTIFICACIÓN**

El básquetbol es el segundo deporte colectivo más practicado en nuestro país, sin embargo la popularidad de este deporte no coincide con la competencias internacionales en las selecciones nacionales; obtención de buenos resultados por parte de los clubes a nivel sudamericano.

Además posee una importancia en los planes y programas educativos, el aprendizaje de los deportes colectivos, en donde el Profesor de Educación Física puede elegirlo y debe enseñarlo como una Unidad de Aprendizaje en sus clases según el nivel en el que se encuentre.

Frente a esto, el grupo investigador que trabaja actualmente en el básquetbol, considera que la calidad de las clases sistemáticas y los talleres que se ofrecen tanto en los clubes como en los establecimientos educacionales debieran ser de un alto nivel. El trabajo en las Edades Formativas es fundamental. Este punto es considerado trascendental para poder formar jugadores de calidad y aspirar a mejores resultados internacionales con nuestras selecciones y equipos nacionales.

Para poder llegar a un nivel de excelencia, los profesionales que trabajan en la formación de jugadores deben estar capacitándose e informándose constantemente.

Esta investigación tiene como objetivo principal crear una propuesta de ejercicios para la coordinación en edades formativas que oriente y le sirva de guía a todos los involucrados en el mundo del básquetbol. En base a esto, los Profesores de educación física, entrenadores e instructores podrán perfeccionarse y tener una herramienta concreta a la hora de realizar sus clases.

Para realizar esta propuesta, se debe entender y contextualizar la definición de las edades formativas y el de la coordinación con respecto a este deporte.

La coordinación ha sido una cualidad física pocas veces valoradas por los encargados de formar a los jugadores, tanto en los clubes deportivos como en los planes y programas educativos, donde no se señala una propuesta metodológica progresiva ni una forma de evaluación concreta, para aplicarla en los establecimientos educacionales.

¿Cuál es la edad indicada para el desarrollo físico y de la coordinación? La respuesta a esta interrogante marcará las claves para poder descifrar el concepto de las edades formativas. Para esto se deberá analizar una gama de factores y procesos que afectan al niño: su desarrollo motor, crecimiento, maduración, los cambios hormonales sufridos en su desarrollo y diferenciar las edades cronológicas con respecto a la biológica. De esta forma se puede

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

## **OBJETIVOS**

El objetivo general de la investigación es

Realizar una propuesta de ejercicios para el desarrollo físico en edades formativas del básquetbol.

### **DENTRO DE LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS ENCONTRAMOS:**

Identificar la importancia del trabajo físico en el básquetbol

Establecer trabajos para los distintos tipos de ejercicios físicos.

Establecer bases teóricas para la identificación de las edades formativas en el básquetbol.

### **LOS OBJETIVOS DE IMPACTO SON:**

Mejorar la coordinación de los alumnos en los cuales sea aplicada la propuesta de ejercicios.

Aumentar los conocimientos sobre el trabajo coordinativo en profesores, monitores y entrenadores.

Potenciar el entrenamiento de la coordinación en edades formativas en clubes y establecimientos educacionales.

## **ASPECTOS INVESTIGATIVOS**

**Pertinencia:** Está presente en los planes y programas educativos (8º básico obligatorio y optativo en toda la educación media). La coordinación está presente en todos los deportes a practicar e incluso en la vida cotidiana.

**Relevancia:** El básquetbol es un deporte muy practicado (2º a nivel nacional) y en los colegios por lo general existe una cancha o lugar donde se pueda practicar este deporte.

**Coherencia:** La educación física se encarga del movimiento del cuerpo humano y la coordinación es parte fundamental; para hacer cualquier movimiento necesitamos coordinación.

**Viabilidad:** Es simple; no requiere grandes recursos o bien éstos se encuentran presentes en la mayoría de los colegios.

Propuesta de ejercicios que puede ser utilizada por cualquier persona que esté interesada y/o involucrada en el tema deportivo (profesor, entrenador, monitor, padres y alumnos, etc.). Además puede ser aplicada en el club deportivo como forma de entrenamiento o bien como parte de una metodología que busque el desarrollo de la coordinación en el básquetbol o en un plano global (contenidos y objetivos de diversos cursos según la educación).

Interés de la propuesta; no existen estudios que profundicen de forma específica el trabajo de la coordinación en el básquetbol. El desarrollo físico es una de las bases para la adquisición de la mayoría de las cualidades físicas básicas (por ejemplo resistencia y velocidad; coordinación en la carrera). Además, la información sobre coordinación se encuentra esparcida en

diferentes textos y si bien reconocen la importancia de ésta no la tratan de manera tan exhaustiva como otras cualidades físicas (además de variar en su terminología) y la forma de evaluarla y trabajarla son en ocasiones de una alta complejidad, limitando así su utilización por parte de los interesados.

No existe un tratamiento concreto para la coordinación en los planes y programas de educación, en donde si bien es mencionada sólo se trata de forma gruesa y sin progresiones metodológicas o pautas de evaluación claras para su trabajo, con lo cual deja a criterio de cada profesor, corriendo el riesgo de equivocaciones vitales para el trabajo coordinativo de los alumnos y con todo lo que conlleva a futuro.

### **Problemática**

Existe poca profundización en el tema coordinativo; una de las bases del desarrollo de muchas de las cualidades físicas básicas que necesitan adquirir los niños en su etapa formativa

Las pocas horas de educación física que tienen los colegios a nivel educativo y que le Ministerio de Educación exige el cumplimiento de ciertos contenidos, que no permiten una concentración mayor de horas en la práctica física.

En los talleres o créditos extra-curriculares de los colegios, o selecciones de los mismos, no son exigidos algún tipo de planificación con objetivos claros. No existe un registro de actividades ni de evolución, por lo cual no es posible establecer un desarrollo sistemático de los aprendizajes esperados y de la coordinación en particular.

La literatura disponible no cuenta con apuntes exclusivos y exhaustivos en el tema de la práctica en el básquetbol. Los pocos documentos que existen hacen énfasis sólo de forma superficial, dejando de lado aspectos específicos. Además, entre las publicaciones existentes, los instrumentos que proponen son de alta complejidad, dificultando el acceso y aplicación de éstos a más personas.

### **Impacto**

Debido a la problemática actual y al desconocimiento del trabajo metodológico de la coordinación, el impacto y las consecuencias son:

Una gran cantidad de profesores no desarrollan la coordinación propiamente tal en las clases de educación física.

Estudiantes de los diferentes niveles educacionales con deficiencias en sus habilidades motrices.

Entrenadores de clubes deportivos no desarrollan la coordinación en sus sesiones de entrenamiento.

## DESARROLLO

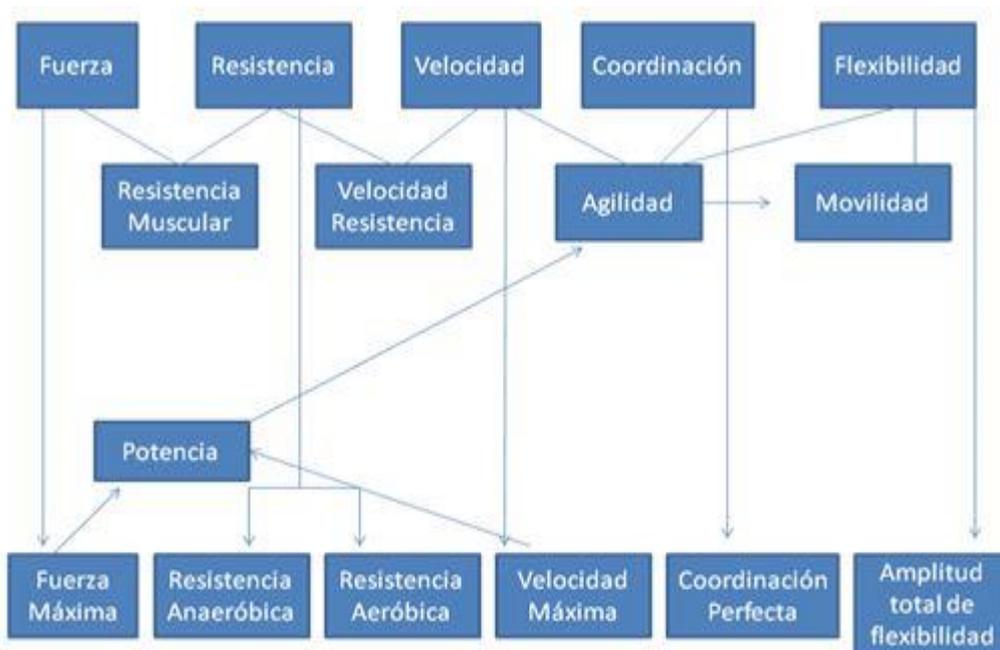
### Las cualidades físicas

A medida que los patrones motores se van desarrollando, las exigencias de la condición física son cada vez mayores. Legido y Cols. En Valoración de la condición física por medio de test (1996), define la condición física como: “el conjunto de cualidades o condiciones orgánicas, anatómicas y fisiológicas, que debe reunir una persona para poder realizar esfuerzos físicos tanto en el trabajo como en los ejercicios musculares y deportivos” (De la Reina y Martínez de Haro, 2003). Los movimientos que en un principio eran lentos y descoordinados se volverán veloces y eficientes; el niño se tornará más fuerte y podrá correr distancias que antes le eran imposibles. La velocidad, resistencia y la fuerza son expresiones que quedan de manifiesto al momento de realizar un deporte o alguna actividad física determinada. A su vez, se reconocen como cualidades físicas madres, que afectan el rendimiento de una persona en un deporte específico.

No solamente la fuerza, la resistencia y la velocidad son las cualidades que determinan el desarrollo en alguna actividad física; aunque muchos autores lo afirmen así. Bompá (2004), afirma que aparte de las tres ya mencionadas, existen dos más que se encuentran a la altura y que no se reconocen con la misma importancia. Éstas son la flexibilidad y la coordinación, las cuales afectan indiscutiblemente los resultados y el rendimiento físico de una persona. El autor, hace hincapié en que cada cualidad biométrica se encuentra relacionada con la otra y que se debe considerar como la base del entrenamiento, ya que éstas afectarán, en años posteriores, a un deportista

que busca resultados concretos; especialmente en la etapa de especialización deportiva.

En el siguiente cuadro queda representado lo que propone el autor en forma gráfica.



En la mayoría de los textos e investigaciones sobre cualidades físicas se tratan de forma especializada la velocidad, la fuerza y la resistencia, pero la flexibilidad y, especialmente, la coordinación son tratadas de forma general. Además, es muy poca la información que se tiene sobre resultados y beneficios que esta última trae a la vida de un deportista o de una persona que realiza una actividad física determinada.

Hebbelink, en El concepto de salud en relación con el de aptitud física (1984), muestra cuantas veces se citan las diferentes cualidades físicas, utilizando a 21 autores distintos (De la Reina y Martínez de Haro, 2003)

**Tabla 1.** Componentes de la aptitud física más citados en la literatura

(Hebbelink, 1984)

Componentes	Frecuencia
Fuerza	21
Resistencia	21
Velocidad	13
Agilidad	13
Habilidad Motora	11
Flexibilidad	9
Resistencia a la enfermedad	7
Coordinación	5
Equilibrio	5
Precisión	4
Motivación	4
Potencia	3
Estado de Nutrición	3
Otros	11

#### Definiciones de la coordinación

El trabajo de la coordinación ha sido un tema poco abordado y, cuando es investigado, se realiza de manera confusa. Gran cantidad de autores han intentado definirla y clasificarla, pero según sus propios criterios, produciendo un gran número de investigaciones sin coherencia ni relación entre ellas.

En esta investigación, se busca llegar a un punto en común entre los diferentes autores que proponen y exponen sobre la coordinación. Con la intención de aclarar ideas y buscar coherencia, para luego identificar, analizar y lograr atingencia según el contexto al cual está focalizada la misma; las edades formativas en el básquetbol.

Algunas definiciones de coordinación:

Es la cualidad que ordena, sincroniza y armoniza todas las fuerzas internas de las personas y las pone de acuerdo con las fuerzas externas para lograr una

solución oportuna a un problema motor determinado en forma precisa, equilibrada y económica” (Muraro, 2003)

Por coordinación del movimiento de acuerdo con la edad comprendemos la interacción armoniosa y, en lo posible económica, de músculos, nervios y sentidos con el fin de producir acciones cinéticas precisas y equilibradas (motricidad voluntaria) y reacciones rápidas y adaptadas a la situación” (Kiphard, 1976)

La organización de acciones motoras ordenadas hacia un objeto determinado” (Del Campo, 2001)

Capacidad para realizar un gesto más o menos complejo, combinando el movimiento. Se traduce en la destreza o habilidad específica” (Paramio, 2004)

Cuando se habla de coordinación como una cualidad física, se reconoce como una cualidad multifactorial: ésta requiere precisión, una ejecución ordenada que nace como una consecuencia en busca de realizar un gesto con cierto grado de complejidad. Pero esta definición no debe llamar a error; la coordinación está presente a lo largo de nuestro desarrollo motriz. Por ser considerada una cualidad compleja, no remite necesariamente a edades avanzadas, sino que torna en una cualidad presente desde los primeros años de vida; cuando intentamos desplazarnos por primera vez, es necesario coordinar nuestros brazos y piernas, pero por muy elemental que sea el movimiento, aquello requiere de coordinación, y así muchos otros ejemplos.

## **Clasificación de la coordinación y el desarrollo físico**

Existen diferentes autores que plantean los “tipos de coordinación”, mientras que otros entendidos las llaman “capacidades coordinativas”. Pues bien, ya para cada vertiente existen diferentes nombres en las diferentes clasificaciones que estos autores plantean, sin embargo todos apuntan hacia los mismos contenidos, sólo que con otro nombre.

Es por eso que ambas corrientes son correctas pero haciendo la diferencia de que “Por un lado, están las formas de manifestarse o lo que algunos autores llaman tipos de coordinación; que hacen referencia a las partes o segmentos corporales implicados en la acción motriz coordinativa; y por otro lado, están las capacidades coordinativas; que son los factores que conforman y sustentan la coordinación motriz” (Caminero, 2009).

Para efectos del trabajo que se presenta es que el grupo ha tomado los tipos de coordinación para la división de ejercicios a la hora de la revisión del manual de ejercicios.

En La educación por el movimiento en la edad escolar (1969) Le Boulch plantea una clasificación de la coordinación; el grupo investigador ha optado por ésta por considerarla una propuesta que ha servido de base para otros autores, en donde sus términos son mencionados en los planes y programas de educación física, además de aplicar de buena forma al Básquetbol. El autor la clasifica en:

Coordinación óculo-manual: Son movimientos que afectan o requieren la sincronización principalmente del campo visual del sujeto y la motricidad fina de

la mano para realizar tareas que demanden una mayor especificidad dentro de una tarea motriz

Coordinación global o dinámica general: Se refiere a movimientos que requieren de ajustes constantes entre el sistema nervioso central y la musculatura esquelética involucrada, la que por lo general exige el movimiento del todo el cuerpo, llámese locomoción, o un número alto de grupos musculares.

### **Edad formativa**

La formación de jugadores es uno de los procesos que aparecen con mayor grado de complejidad en el mundo del deporte. Esto por las diversas variables que hay que considerar, tanto físicas como psicológicas, que influyen y van determinando a los niños, tanto en la infancia como en la adolescencia. En cualquier momento de la vida es posible realizar el proceso de enseñanza-aprendizaje, pero ciertas edades se presentan como más propicias para la adquisición de información por parte de los sujetos. Los Profesores, Entrenadores y monitores deben considerar y tener conciencia de cuál es el proceso adecuado para su alumno y qué información es pertinente que reciban.

En los deportes, los procesos formativos se realizan principalmente en edades que varían de los 7 a los 17 años, periodo en que el niño o adolescente se encuentra en etapa de crecimiento.

El estudio del crecimiento o auxología, permite a los educadores comprender y favorecer el paso por las distintas etapas del desarrollo motor que va atravesando el niño, inclusive esos datos pueden servir para una orientación

deportiva respecto a sus características individuales y las posibilidades de que ellas se adapten a determinado/os deporte/es, por último cabe remarcar que todos estos datos “correcta y debidamente manejados”, pueden servir también para detectar posibles talentos deportivos. (Ambrosini, 2005)

Así, determinar la mejor edad para la formación es uno de los procesos más complejos. Este autor y otros hablan de las edades “sensibles o edad de oro”, en la que el niño presenta las condiciones ideales para el desarrollo de la coordinación y la motricidad.

Las capacidades motoras tienen diversos niveles de evolución según la edad. Así, el niño a ciertas edades debiese realizar un determinado número de acciones o de encadenar diversas habilidades motoras y psicológicas (Papalia, 2007). Por ejemplo, un niño de 9 años puede lanzar una bola pequeña a 21 metros, pudiendo participar además en actividades rítmicas de saltos alternos en un patrón determinado, entre otros comportamientos posibles.

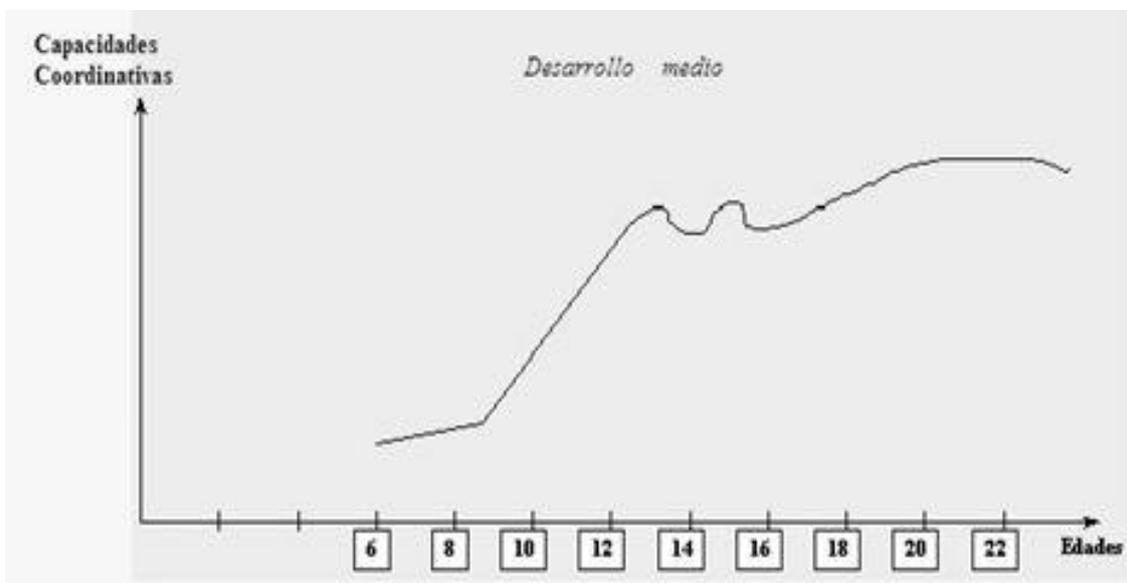
Dada algunas características, es posible determinar las actividades adecuadas para la mejora motriz de los alumnos. Determinar los momentos “sensibles” para el aprendizaje motor y desarrollo de las capacidades coordinativas, es una tarea difícil, que involucra muchos aspectos de la maduración, entre ellos está comprobar la edad biológica y cronológica de cada alumno, considerando que no todos tienen la misma velocidad de crecimiento de sus organismos; también la medición de sus segmentos corporales; talla, grosor de los huesos, maduración sexual o genital, que permiten identificar el estado del niño. Se vuelve así fundamental el conocimiento de las fases sensibles, ya que: “el organismo desarrolla una especie de sensibilidad particular para adquirir con

rapidez modelos específicos de comportamiento o bien estar favorablemente dispuesto hacia el aprendizaje de determinadas experiencias, siendo este un momento absolutamente individual” (Avendaño, 2009) ratificando que los periodos pueden ser críticos, ya que también pueden adquirir factores desfavorables desde su contexto. Así, se considera que esta fase sensible es cuando la fusión de los factores genéticos y ambientales es más completa, provocando cambios significativos pudiendo ser positivos como negativos.

Identificar las fases sensibles en la formación, permitiría realizar un trabajo planificado y avocar los entrenamientos o clases para potenciar las cualidades físicas y motoras que tengan mayor importancia para la edad, conectando, de esta manera, experiencias motoras previas que permitan no detener su desarrollo o crecimiento motor.

Para muchos entrenadores estas fases sensibles son equiparables a las edades formativas en los deportes. Bojanich (2005) establece la edad de oro entre los 11 y 12 años, (sub 13 o categoría Infantil), ya que anuncia que es la edad ideal para la comprensión del juego y desarrollo motor. Las fases sensibles proponen la pertinencia de trabajar las cualidades físicas cuando éstas están en proceso de maduración y no cuando ya están maduras, por lo que Ambrosini (2007) indica la edad del mini básquetbol, entiéndase entre 6 y 12 años, como la edad sensible para el aprendizaje, aduciendo que en el cuerpo humano, durante esas edades, el sistema neuronal es el de mayor desarrollo. Es por esto que torna en la edad más rica y de mayor incidencia para trabajar las capacidades coordinativas.

En el siguiente cuadro se muestra claramente la curva de maduración de las capacidades coordinativas en relación a la edad.



La mayoría de los autores mencionados anteriormente concuerdan en las edades consideradas como formativas para el baloncesto, aduciendo un término en común: “maduración o crecimiento”. Intervenir en los momentos idóneos, cuando los alumnos están en proceso de maduración, es fundamental para mejorar significativamente las cualidades físicas y psicológicas. Un ejemplo son el peso y la talla. Se plantea que, el pico máximo de crecimiento en altura y peso se alcanza aproximadamente a los 12 años en las niñas y a los 14 años en los niños, lo que se encuentra dentro de las edades determinadas formativas (López Chicharro y Fernández Vaquero, 2006). Continuando en esta línea, Weineck (2005), anuncia que a partir del séptimo año de vida se observa una maduración más rápida del Sistema Nervioso Central, produciéndose paralelamente un aumento de la función de los analizadores acústicos y ópticos, con una mejora simultánea de la elaboración informativa.

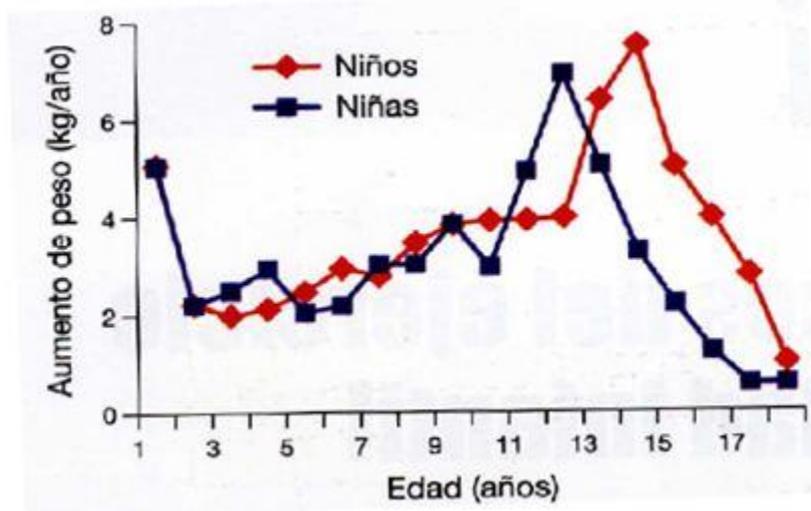
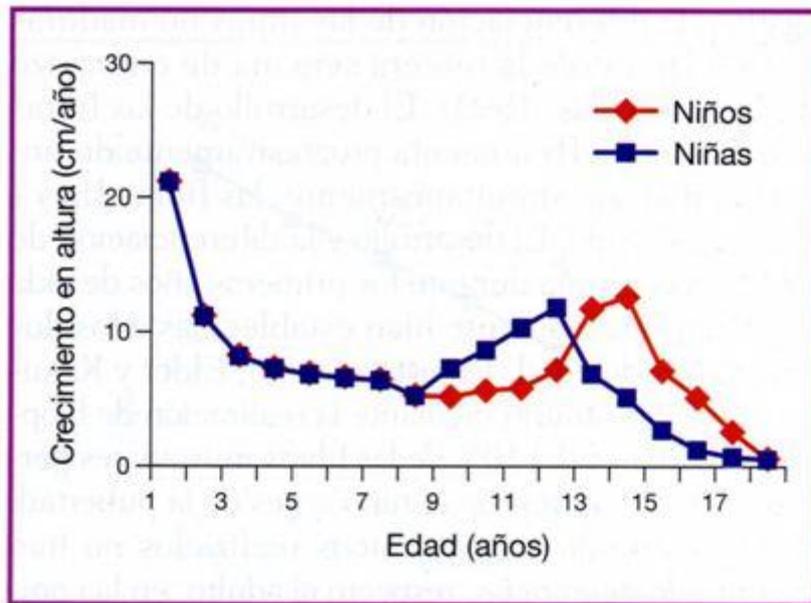
## **Desarrollo hormonal y crecimiento**

El crecimiento y maduración están íntimamente ligados al desarrollo hormonal. Procesos tan comunes como la pubertad y la adolescencia intervienen significativamente en la determinación de las edades formativas; la pubertad suele comenzar en las niñas desde los 8 a los 13 años y en los niños de los 9 a los 14 años. En esta época existe una aceleración en el crecimiento del individuo; en 2 o 3 años aumenta en un 50% su peso y en un 25% su talla. Estos cambios y períodos están supeditados a los factores medio ambientales, nutricionales, sociales y genéticos de cada individuo (Marín, 2007) .

La testosterona, la hormona que marca el crecimiento muscular y el peso corporal, aumenta el ritmo de crecimiento de los huesos provocando un ensanchamiento de los mismos; es una de las hormonas más importantes en este proceso.

Junto con la testosterona, actúa la hormona del crecimiento que, como dice su nombre, está encargada del crecimiento y la regulación del metabolismo. El aumento de la masa muscular está muy relacionado con estas dos hormonas; en varones la proporción del tejido muscular en relación al peso corporal aumenta de un 25% al nacer hasta el 50% o más en la edad adulta, y es la pubertad la etapa que concentra la mayor parte de este desarrollo. La producción de testosterona aumenta en hasta diez veces en este período. Las mujeres, a diferencia de los hombres, no experimentan la misma aceleración de la masa muscular en la pubertad, sino que los músculos siguen creciendo hasta completar un 40% del peso corporal total. (López Chicharro y Fernández Vaquero, 2006)

En los cuadros siguientes se muestra claramente que los procesos de crecimiento, tanto en altura como en peso, tienen su mayor crecimiento proporcional en las edades referidas anteriormente.

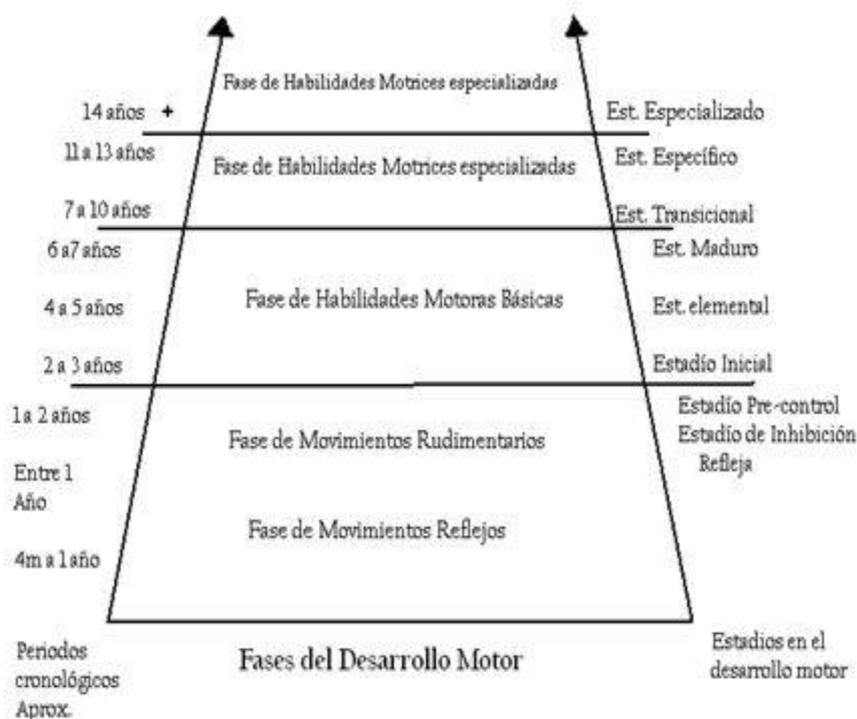


### Desarrollo motor

El desarrollo humano, que no es igual para todos y depende de muchos factores, permite establecer conductas o procesos que son similares para

todos. Identificar las etapas de estos procesos tanto cognitivos como motrices, permitirá a los Profesores realizar un trabajo específico sobre sus alumnos, abocado a sus necesidades, apuntado a mejorar su desarrollo y evitar estímulos desfavorables o complejos para su edad o estado de maduración.

De esta forma Gallahue, en *Understanding Motor Development in Children* (1982) establece fases para el desarrollo motor, diferenciando características o estados en que se debería encontrar el cuerpo según las edades (Muraro, 2003)

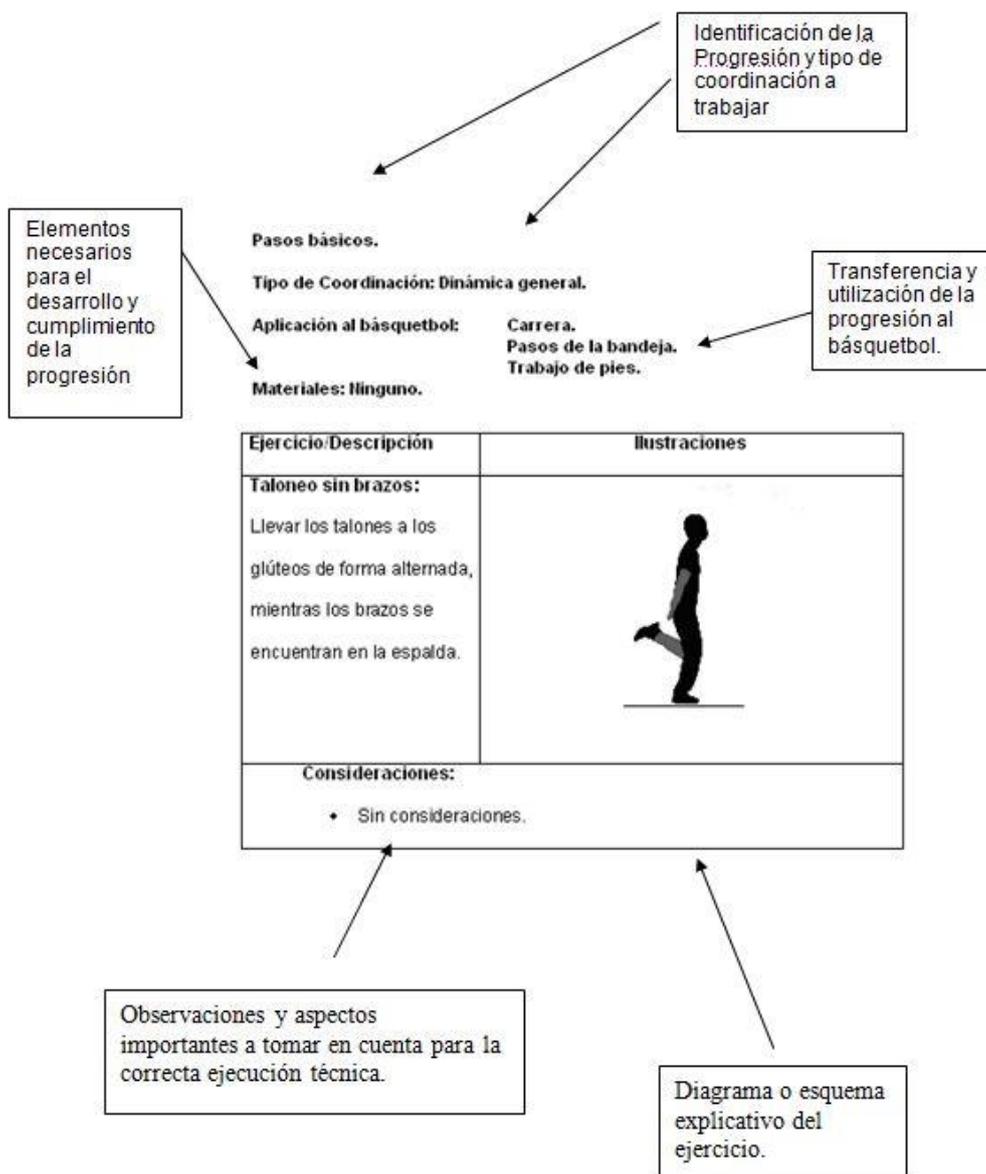


Este modelo tiene como objetivo servir de base para la programación de actividades motrices en el área de la educación física, creando una secuencia de habilidades adquiribles según el tiempo y la maduración natural de los niños, hace un paralelo entre el tiempo cronológico y estadios del desarrollo motor, Establece etapas en las que el niño debiese poseer ciertos movimientos

fundamentales y lograr sus combinaciones, comenzando de lo simple a lo complejo.

### Propuesta de ejercicios para la coordinación en el básquetbol en edades formativas

Los ejercicios que a continuación se presentan son dos progresiones que a modo de muestra se han puesto para la observación y están ordenados como en el siguiente ejemplo para su fácil entendimiento y ejecución

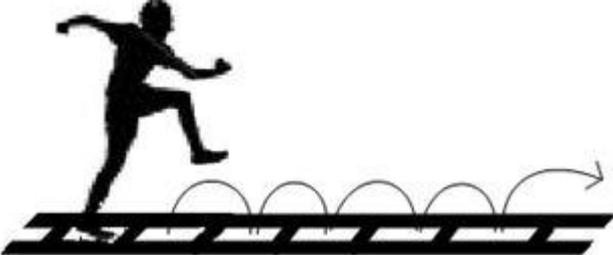


## 1. Skipping.

- Tipo de coordinación:
- Dinámica general.
- Aplicación al básquetbol:
- Técnica de carrera eficiente.
- Trabajo de pies
- Deslizamiento defensivo.
- Cambios de dirección.
- Materiales:
- Escalera coordinativa.
- Balón.

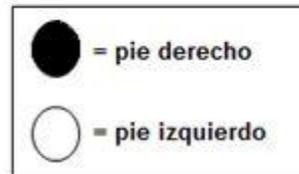
### Propuesta metodológicas de escaleras:

- Cinta adhesiva (alternativas)
- Marcador de cancha o tiza (alternativas)
- Cuerdas (alternativas)

Ejercicio/Descripción	Ilustraciones
<p><b>Skipping simple: A lo largo de la escalera apoyar de forma alternada solo punta de pies, avanzando con una pisada en cada cuadrado.</b></p>	
<p><b>Consideraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Elevación de rodillas 90°.</li><li>• Vista fija al frente.</li></ul>	

- **Braceo constante y alternado.**
- **Variar el primer pie de contacto.**

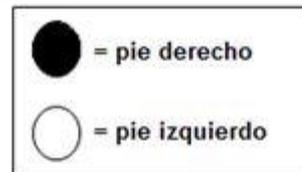
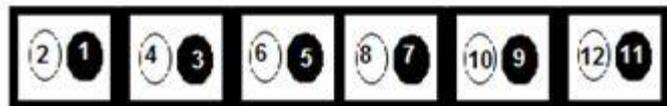
**Skipping doble:** A lo largo de la escalera, apoyar de forma alternada solo punta de pies, realizar en cada cuadrado un apoyo de cada pie.



**Consideraciones:**

- **Elevación de rodillas 90°.**
- **Vista fija al frente.**
- **Braceo constante y alternado.**
- **Variar el pie de primer contacto.**
- **No tocar escalera, en lo posible.**

**Skipping doble lateral:** A lo largo de la escalera, apoyar de forma lateral y alternada solo punta de pies, realizar en cada cuadrado un apoyo de cada pie. El primer pie de apoyo debe ser el más cercano a la escalera.

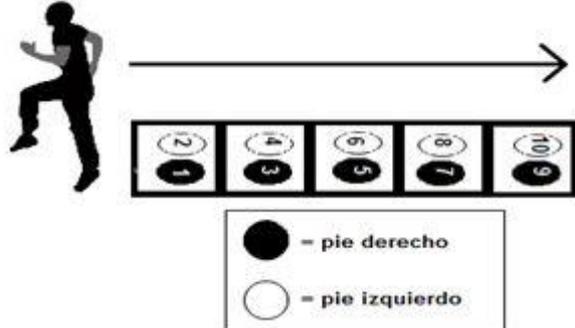


**Consideraciones:**

- **Elevación de rodillas 90°.**
- **Vista fija al frente.**
- **Braceo constante y alternado.**

- Realizar ejercicio en dirección opuesta.
- No tocar escalera, en lo posible.

**Skipping doble hacia atrás:** A lo largo de la escalera, apoyar de forma alternada solo punta de pies, desplazándose hacia atrás.



**Consideraciones:**

- Elevación de rodillas 90°.
- Vista fija al frente.
- Braceo constante y alternado.
- Variar el pie de primer contacto.
- No tocar escalera, en lo posible.

**Skipping doble con balón:** A lo largo de la escalera, apoyar de forma alternada solo punta de pies, realizar en cada cuadrado un apoyo de cada pie, con un balón en las manos sobre la cabeza.



**Consideraciones:**

- Elevación de rodillas 90°.
- Vista fija al frente.
- Variar el pie de primer contacto.

**Skipping doble con bote: Apoyar de forma alternada solo punta de pies, realizar en cada cuadrado un apoyo de cada pie, mientras se da un bote por cada cuadrado en la zona lateral de la escalera.**



**Consideraciones:**

- **Elevación de rodillas 90°.**
- **Vista fija al frente.**
- **Variar el pie de primer contacto.**
- **Mantener el Bote constante al lado del cuerpo.**
- **Realizar el ejercicio con la mano hábil y no hábil.**
- **No tocar escalera, en lo posible.**

## Consideraciones generales

A medida que el sujeto vaya vivenciando los ejercicios, aumentar la velocidad de ejecución, hasta llegar a su máxima velocidad.

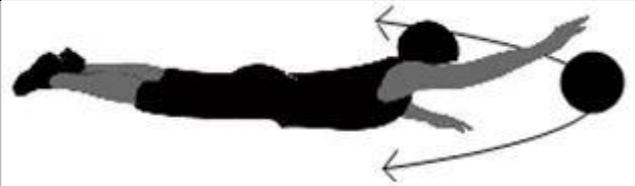
### 2. Bote-posición

Tipo de coordinación: Óculo-manual.

Aplicación al básquetbol: Dominio de balón.

Materiales: Balón.

Ejercicio/Descripción	Ilustraciones
<b>Arrodillado: Botear el balón rodeando el cuerpo</b>	
<b>Consideraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ocupar tanto derecha como izquierda para realizar los botes correspondientes.</b></li><li>• <b>Mantener vista al frente o fuera del balón.</b></li></ul>	
<b>Sentado: Botear el balón rodeando el cuerpo.</b>	
<b>Consideraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ocupar tanto derecha como izquierda para realizar los botes correspondientes.</b></li></ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mantener vista al frente o fuera del balón.</b></li> </ul>	
<p><b>Sentada abdominal:</b> Rodear el cuerpo con bote. Al momento de pasar por las piernas, elevarlas para pasar el balón debajo de ellas.</p>	
<p><b>Consideraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ocupar tanto derecha como izquierda para realizar los botes correspondientes.</b></li> <li>• <b>Mantener vista al frente o fuera del balón.</b></li> </ul>	
<p><b>Cubito 1: Tendido de cubito abdominal, botear realizando una media luna a la altura de la cabeza.</b></p>	
<p><b>Consideraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ocupar tanto derecha como izquierda para realizar los botes correspondientes.</b></li> <li>• <b>Mantener vista al frente o fuera del balón.</b></li> </ul>	
<p><b>Cubito 2: Tendido de cubito dorsal, botear realizando una media luna a la altura de la</b></p>	

<b>cabeza.</b>	
<b>Consideraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ocupar tanto derecha como izquierda para realizar los botes correspondientes.</b></li><li>• <b>Mantener vista al frente o fuera del balón.</b></li></ul>	

### **Consideraciones generales**

A medida que el ejecutante vaya realizando el ejercicio, aumentar la velocidad del mismo.

## CONCLUSIONES

El trabajo del desarrollo físico presenta varios componentes a considerar por los profesores, monitores o entrenadores encargados, tales como determinar el estado de evolución del cuerpo de los alumnos, definir los ejercicios correctos para mejorar el estado físico, establecer el tipo de preparación física que se pretende optimizar. Para lo cual los docentes encargados deben tener las competencias adecuadas, tales como el manejo de la información requerida para la planificación y desarrollo de un entrenamiento o una clase enfocada en la preparación física.

El aporte significativo de la presente propuesta pretende suplir la falta de información específica sobre el trabajo coordinativo en las edades formativas del básquetbol, la cual se ha detectado en el transcurso de la investigación. Entregar herramientas a los profesores de clubes y establecimientos educacionales, para mejorar sus trabajos y complementar sus actividades utilizando la propuesta de ejercicios para el trabajo de la coordinación en edades formativas del básquetbol.

Establecer con bases teóricas y fundamentadas las edades formativas del básquetbol, considerando los aspectos fisiológicos y evolutivos de cada ser humano, definiéndolas entre los 8 y 12 años, representadas en nuestro país como las categorías sub-9, sub 11 y sub 13. Identificar conceptos tales como fases sensibles o edades de oro, como interpretaciones utilizadas por los entrenadores para referirse a las edades formativas de los deportes, lo cual se refiere a intervenir sobre la cualidad de coordinación justo cuando está en

proceso de maduración, ya que permite que los estímulos produzcan mayor impacto en el organismo, haciendo que los cambios sean más profundos y permanente.

Definir, explicar y determinar los tipos de ejercicios, dividiéndola en ejercicio dinámica general y óculo-manual, esto permitirá a los Profesores y encargados poder crear o detallar nuevos ejercicios y esquemas de trabajo para el desarrollo de la coordinación, según los objetivos o las necesidades que manifieste la situación, las cuales deben estar supeditadas a los principios y componentes del entrenamiento, juntos con las consideraciones establecidas por D. Gallahue.

Potenciar el desarrollo y el trabajo de la coordinación en las edades formativas del básquetbol, incentivados por los beneficios que pueden obtener los alumnos o jugadores con un trabajo serio y planificado.

## BIBLIOGRAFÍA

### Referencias Bibliográficas

**Adelc Muñoz Peláez (2013)** La herencia no sólo influye en la talla final y proporciones corporales de un individuo.

**(AD Suárez - 2003)** En el Ecuador el baloncesto se constituye como un deporte popular y practicado en todas sus áreas,

**(Bolivargal)** Comienza por un incremento agudo en la producción de hormonas sexuales.

**Bompa, T. (2004)** Periodización del entrenamiento deportivo (2a. ed.) Barcelona, Editorial Paidotribo.

**Camirero, F. (2009)** Diseño y estudio científico para la validación de un test motor original, que mida la coordinación motriz en alumnos/as de educación secundaria obligatoria. Tesis doctoral, Universidad de Granada, Granada, España.

**De la Reina, L. y Martínez de Haro, V. (2003)** Manual de teoría y práctica del acondicionamiento físico. Madrid, CV Ciencias del Deporte.

**Del Campo, J. (2001)** El desarrollo y la evaluación de las capacidades coordinativas del baloncesto. En: EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 6, Nº 31. <http://www.efdeportes.com/efd31/balonc.htm>

**David Elkind (Psicólogo)** Identifico comportamientos y actitudes inmaduros en los adolescentes.

**Ernst Haeckl (1866)** La influencia ambiental está determinada por diversos factores del ambiente físico.

**Erikson (1968):** Identidad frente a la confusión de identidad.

**Gallahue, D. (1982)** Develop mental Movement Experiences for Children. New York.

**Jean Piaget y Laurence Kohlberg (1927-1987)** Los niños obedecen las reglas de los demás para evitar el castigo.

**JAMES MARCIA:** Estado de identidad (crisis y compromiso).

**(J-Bo)** el baloncesto fue introducido en la India por Ducan Patlon, quien entrenó y dirigió el primer equipo formado en ese país.

**K Wagner Schaine:** se refiere a los usos del intelecto en desarrollo dentro del contexto social.

**Kiphard, E. (1976)** Insuficiencia de movimiento y de coordinación en la edad de la escuela primaria. Editorial Kapelusz, Argentina.

**(L Morillas - 2003)** Una de las mejores construcciones de este tipo de estadios, se encuentra en Chichen Itzá.

**López Chicharro, J. y Fernández Vaquero, A. (2006)** Fisiología del ejercicio. (3a. ed.) Barcelona, Editorial médica panamericana.

**(Menibatt)** Las mujeres tienden a ser más críticas con su cuerpo en la adolescencia, en tanto los hombres se hayan satisfecho con su cuerpo.

**Moisés Padrino (Junio, 2009)** Las medidas de una cancha de baloncesto varía de distintas dimensiones.

**Moisés Padrino (Junio, 2009)** Los orígenes del baloncesto se remontan a 1891 cuando el pastor protestante James Naismith configuró el primer reglamento técnico de este deporte, que constaba de 13 reglas.

**Muraro, J. (2003)** Los niños: Princesitas y principitos. Santiago, Editorial UMCE.

**Olivera, J. (1988)** pueden basarse en una actividad lúdica recogida en varios telares pictóricos de la escuela flamenca realizados por Dietrich de Bruys en 1603.

**Olivera, J. (2009),** determina que estos principios se basan en evitar el contacto físico, jugar el balón esférico con las manos, la consecución del tanto estaría situado sobre el nivel del suelo, etc.

**Papalia, D. y Cols. (2007)** Psicología del desarrollo (9a ed.), Editorial McGraw-Hill, México.

**Piaget**, los adolescentes logran el más alto nivel de desarrollo cognitivo (operaciones formales).

**(Santiago Vásquez García)** son condiciones que los adolescentes creen que jamás le pasará a ellos

**(Santiago Vásquez García)** Son capaces de elaborar y comprobar hipótesis. Capaz de preguntar el porqué de las cosas. **Sampedro, J. (1999)**, el baloncesto se sitúa dentro de los deportes definidos de cooperación / oposición.

**Weineck, J. (2005)** Entrenamiento Total. Barcelona, Editorial Paidotribo.

**W. Proffit en (1994)** Las hormonas son ejecutantes del programa genético.

# ANEXOS







## ANEXO

### Encuesta realizada a los estudiantes del décimo año, 1ero y 2do B.G.U

1 ¿REALIZARIA USTED EL EJERCICIO DE TIROS LIBRE EN UN ENTRENAMIENTO DEL BASQUETBOL?

Sí  No  No contesta

2. ¿EN LOS TIEMPOS LIBRES PRACTICAS EL BALONCESTO?

Sí  No  No contesta

3. ¿HAS REALIZADO UN ENTRENAMIENTO FISICO EN EL BALONCESTO FUERA DE LA INATITUCION?

Sí  No  No contesta

4. ¿PRACTICARIA USTED EL BASQUETBOL DOS VECES POR SEMANA?

Sí  No  No contesta

5. EL JUGADOR DE BALONCESTO DEBE TRABAJAR FUNDAMENTALMENTE CON; FUERZA, VELOCIDAD, RESISTENCIA, HABILIDAD Y AGILIDAD. ¿HAS REALIZADO ESTE TRABAJO CON LOS CINCO PUNTOS YA MENCIONADO?

Sí  No  No contesta

6 ¿EL BALONCESTO ES SU DEPORTE FAVORITO?

Sí  No  No contesta

7. ¿EL DOCENTE O PREPARADOR FISICO QUE TIENEN ES ESPECIALIZADO?

Sí  No  No contesta

8. ¿PRACTICA EL BASQUETBOL EN SU COLEGIO SIN SUPERVISION ALGUNA POR SU DOCENTE (ENTRENADOR) ESPECIALIZADO?

Sí  No  No contesta

9. ¿PRACTICA USTED EL BALONCESTO EN ALGUNA INSTITUCION AJENA A LA QUE ESTUDIA?

Sí  No  No contesta

10. EL DRIBLEN CON LAS MANOS ES UN MANEJO DEL BALON DE BASQUETBOL ¿LO HAS REALIZADO EN ALGUN ENTRENAMIENTO DEL BALONCESTO?

Sí  No  No contesta

## ANEXO

### Encuesta realizada al Docente de la U.E Eugenio Espejo.

1 ¿CREE USTED QUE ES IMPORTANTE EL USO ADECUADO DE LA IMPLEMENTACION DEPORTIVA EN UN ENTRENAMIENTO DE BASQUETBOL?

Sí  No  No contesta

2 ¿USTED UTILIZA LOS MEDIOS DE ENSEÑANZAS EN LOS ENTRENAMIENTOS DE BASQUETBOL?

Sí  No  No contesta

3 ¿CREE USTED QUE SI EMPLEA LA IMPLEMENTACION DEPORTIVA DENTRO DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO (CLASE), LOS DEPORTISTAS (ALUMNOS) TENDRIAN UNA MEJOR PREPARACION FISICA?

Sí  No  No contesta

4 ¿CREE USTED QUE EL DESARROLLO DEL JUEGO EN EQUIPO Y PRACTICA DE LOS MOVIMIENTOS FUNDAMENTALES AYUDAN EN EL DESARROLLO FÍSICO?

Sí  No  No contesta

5 ¿USTED REALIZARIA A SUS ALUMNOS (DEPORTISTAS) EJERCICIOS DE AJUSTES ESPACIO-TEMPORAL; RECEPCIONES DE PASES ADELANTADOS SOBRE UNA REFERENCIA ESPACIAL FIJA SOLO O POR PAREJAS RECEPCIONES EN EL AIRE TRAS SALTO?

Sí  No  No contesta

6 ¿APLICARIA USTED EL EJERCICIO SUICIDA CON LOS ALUMNOS (DEPORTISTAS), YA QUE AYUDA AL DESARROLLO FISICO?

Sí  No  No contesta

7 ¿CONOCE USTED EL EJERCICIO DEL DESARROLLO DE LA CAPACIDAD DE REACCION INDIVIDUAL EN EL BALONCESTO?

Sí  No  No contesta

8 ¿CREEE USTED QUE PRACTICAR EL BASQUETBOL AYUDARA A LA CAPACIDAD DE REACCION Y AL DESARROLLO FISICO INDIVIDUAL?

Sí  No  No contesta

9 ¿APLICARIA USTED A SUS ALUMNOS (DEPORTISTAS) DIVERSAS ACCIONES MOTORAS CON LOS OJOS CERRADOS COMO; CORRER UNA DISTANCIA, HACER PUNTERIA CON UN BALON PEQUEÑO, CORRER DISTANCIAS CON TIEMPOS DADOS?

Sí  No  No contesta

10 ¿TIENE USTED EXPERIENCIA EN EL USO DE IMPLEMENTACION DEPORTIVA DURANTE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTOS (CLASES)?

Sí  No  No contesta