

UCLV
Universidad Central
"Marta Abreu" de Las Villas



FCF
Facultad de
Cultura Física
y Deporte

Departamento

TRABAJO DE DIPLOMA

Título: Juegos con tareas para mejorar del tiro en movimiento después de drible en el Baloncesto 3vs3 categoría 11-12 años masculino del municipio de Santa Clara.

Autor: Lázaro Lorenzo Martínez Vargas

Tutores: Oslaida Quesada Jova

UCLV
Universidad Central
"Marta Abreu" de Las Villas



FCF
Facultad de
Cultura Física
y Deporte

Academic Department

DIPLOMA THESIS

Title: Games with homework for the teaching of the moving shot of the post-dribbling in basketball 3x3 category 11-12 years old male in the municipality of Santa Clara.

Author: Lázaro Lorenzo Martínez Vargas

Thesis Director: Oslaida Quesada Jova

Este documento es Propiedad Patrimonial de la Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas, y se encuentra depositado en los fondos de la Biblioteca Universitaria “Chiqui Gómez Lubian” subordinada a la Dirección de Información Científico Técnica de la mencionada casa de altos estudios.

Se autoriza su utilización bajo la licencia siguiente:

Atribución- No Comercial- Compartir Igual



Para cualquier información contacte con:

Dirección de Información Científico Técnica. Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. Carretera a Camajuaní. Km 5½. Santa Clara. Villa Clara. Cuba. CP. 54 830
Teléfonos.: +53 01 42281503-1419

*en la escuela primaria (...) es necesario llevar hasta el máximo
el esfuerzo en favor de la educación física y el deporte "*

Fidel Castro Ruz.

Dedicatoria

*Con mucho amor, a la memoria de mis padres y familia, que
son mis tesoros más preciados.*

Agradecimientos

A mi tutora y familia, por compartir sus conocimientos, sabiduría e importantes consejos para mi desarrollo y desempeño en dirección a lograr mi licenciatura.

A todos los que han hecho posible la culminación de la presente investigación.

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo proponer juegos con tareas para mejorar el tiro en movimiento en el Baloncesto 3x3 en la categoría 11-12 años masculino. Se parte del nivel alcanzado por los jugadores luego del diagnóstico del estado actual de la ejecución y después valorar por el criterio de los especialistas.

En la realización de este trabajo se utilizaron diferentes métodos y técnicas de investigación científica como: revisión de documentos, la observación, la entrevista y la encuesta. Al conocer las dificultades técnicas en la ejecución del tiro en movimiento después de drible, se seleccionan los juegos con tareas, cuyo fundamento y estructura propician el desarrollo del juego en los jugadores de la categoría y enriquece el pensamiento, permitiendo que se acumulen experiencias que van aumentando el arsenal práctico de manera que puedan responder sobre la base de lo conocido resolver correctamente las situaciones que se van dando.

Los especialistas valoran los juegos con tareas como adecuada y necesaria para su implementación en la práctica, y al alcance de todos, lo que generará gran interés hacia la práctica deportiva y por ende mayor motivación.

Además, fundamentan que en la actualidad estamos llamados a buscar alternativas que incremente la práctica del Baloncesto, permitiendo así que sientan amor hacia la práctica deportiva.

Summary

The objective of this research is to propose game with tasks to improve shooting in motion in 3x3 Basketball in the 11-12 years old male category. It starts from the level reached by the players after the diagnosis of the current state of the execution and then assess by the criterio of the specialists. In carrying out this work, different scientific research methods and techniques were used, such as: document review, observation, interview and survey. Knowing the technical difficulties in the execution of the shot in motion after the dribble, the games with tasks are selected, whose fundation and structure promote the development of the game in the players of the category and enriches the thought, allowing the accumulation of experiences that go increasing the practical arsenal so that they can respondo on the basis of what is known to correctly solve the situations that are occurring. The specialists value the games with tasks as appropriate and necessary for their implementation in practice, and within everyone´s reach, which will generate interest in practicing sports and therefore greater motivation. Great in addition, they support that we are currently called to look for alternatives that increase the practice of Basketball, towards the sport.

Índice

Introducción.....

Desarrollo.....

Capítulo 1: marco teórico referencial.....,

1.1. Consideraciones sobre la historia del Baloncesto y sus características generales.

1.2. Fundamentos técnicos del Baloncesto.

1.2.1. Particularidades del baloncesto 3 x 3

1.3. Especificidades de la técnica del drible y el tiro al aro.

1.4. El proceso de enseñanza-aprendizaje del Baloncesto en edades 11-12 años....

1.3. Los juegos con tareas.....

1.4- Características generales de los escolares de 11-12 años.....

Capítulo 2: Marco metodológico de la investigación.....

2.1 Población y muestra.....

2.2 Métodos y Técnicas.....

2.3 Etapas de la investigación.....

Capítulo 3: Análisis de resultados.....

CAPÍTULO III

3.1. Fundamentación de los juegos con tareas para el aprendizaje del tiro en el Baloncesto 3 v3.

3.2. Propuesta de juegos con tareas para la enseñanza del tiro en movimiento después de drible en el Baloncesto 3 v3.

3.4. Valoración realizada por los usuarios de la propuesta de juegos con tareas

Conclusiones.....

Recomendaciones.....

Bibliografía

Anexos

INTRODUCCIÓN

La calidad del deporte moderno responde a una serie de elementos que son determinados por los niveles de preparación de los equipos, así como la capacidad de respuesta y el nivel individual de cada uno de sus componentes. Los elementos técnico-tácticos siguen viéndose en unión indisoluble, pero con un alto por ciento de responsabilidad de la calidad atlética de cada jugador. En el baloncesto moderno, la eficacia ofensiva depende en gran medida del equilibrio entre el juego exterior y el juego interior.

El Baloncesto es un deporte que alcanzó su máximo nivel de esplendor en Cuba para las décadas de los años 70 y 90, y que en breve tiempo ha logrado altos niveles de competencia mundial, debido a que no sólo se trata de un juego espectacular en un ambiente de alegría y diversión, sino que es una disciplina de alta exigencia técnica, táctica y que requiere una preparación física y específica extraordinaria.

En nuestro país, hace muchos años se realizan eventos de primer nivel, pero aún falta mucho por hacer en materia de enseñanza para el entrenamiento en los equipos de las categorías de iniciación al Baloncesto, que nos permitan formar a los atletas con un nivel técnico – táctico y físico acorde a las características de los jugadores. Si consideramos que se cuenta con una planificación adecuada para así mejorar las deficiencias técnico-tácticas del Baloncesto, debemos precisar en ellos como ha sido el desarrollo multilateral de los atletas y el tratamiento de las diferencias individuales.

El Baloncesto como deporte colectivo, ofrece al jugador posibilidades para poder desarrollar los elementos de creación, desde el punto de vista de los contenidos técnicos, tácticos y estratégicos. En este sentido es necesario precisar la interrelación de los contenidos del juego en la etapa de enseñanza y perfeccionamiento del jugador, es un deporte de equipo que se puede desarrollar tanto en pista cubierta como en descubierta.

Durante la celebración de un juego de Baloncesto, el jugador desempeña sus acciones de manera cambiante y dinámica, las cuales se dan integradas e interrelacionadas, además se debe tener en cuenta los fundamentos con y sin balón, tanto individual y colectivamente, como un estilo y filosofía de trabajo en la mayor cantidad de puntos y evitar que los contrarios conviertan la mayor cantidad de estos

La técnica no puede aislarse de la táctica, el gesto no puede separarse del uso del porqué de su utilización y de sus fines, lo que exige un aprendizaje permanente en situaciones de juego. El gesto técnico considerado de forma aislada, no es suficiente en el aprendizaje de un deporte colectivo porque no propicia un aprendizaje rápido.

El Baloncesto en el contexto actual forma parte de los programas de investigaciones en el área educativa.

En el Baloncesto existe diferentes categorías entre ellas está la de 11- 12 años. En estas edades es la fase inicial de la etapa del proceso de entrenamiento deportivo por lo que se necesita un gran nivel de responsabilidad por parte del colectivo técnico y los jugadores, para enfrentar la preparación.

El control técnico táctico no se demuestra igual en todas las categorías en estas etapas de iniciación general, donde se tiene el contacto con el Baloncesto en la medida que el deporte les va siendo presentado las oportunidades que se les brinda para que se desenvuelva durante el juego y en la manera que va logrando la adquisición de las habilidades, influencia decisivamente en el futuro del practicante en sus posibilidades en su gusto por el juego y actitud frente a la práctica deportiva Esper (1998)

El componente técnico táctico exige según plantea Forteza y Ranzola (1998) la unidad de la preparación de los dos elementos entiéndase por una estrecha relación y correspondencia. La preparación técnica proporciona los medios para efectuar el estreno y las competencias, la preparación táctica asegura el buen empleo de los mismos. Las direcciones de la preparación técnico táctica se

fundamentan en el juego de Baloncesto a través de las diferentes acciones que se realizan en el grupo, tiro, libre tiro y tiro en situaciones especiales Oroceno(2004)

Es importante recordar que son los elementos técnicos los medios de llevar el juego. Sin el dominio técnico el proceso del juego resulta imposible. Sin embargo, si la preparación técnica está encaminada a estudiar la estructura del movimiento del elemento técnico la preparación, provee al jugador de conocimientos y habilidades para utilizar racionalmente los elementos estudiados en condiciones concretas del juego. Pero la táctica del juego es la adopción racional de las acciones individuales, en grupo y en colectivo, durante la lucha contra el adversario con la finalidad de alcanzar el máximo resultado. La tarea principal de la táctica consiste en determinar los medios, modos y la forma de llevar el juego frente a un contrario determinado en condiciones concretas de juego. La táctica o es una solución para todas las situaciones del juego pues no es estándar.

Para desarrollar los fundamentos técnicos tácticos juega un papel importante las secciones de entrenamientos deportivos los cuales son un proceso de planificación y desarrollo de alto rendimiento, es coordinación sistemática científicamente apoyado a corto y a largo plazo, de todas las medidas necesarias de programación realización de control, análisis y corrección con el fin de lograr u rendimiento óptimo.

La formación técnico táctica en el individuo se construye sobre la base de las capacidades físicas (velocidad, fuerza, resistencia, coordinación, flexibilidad) en función de crear un atleta con destreza que le permita su expansión motriz de forma eficaz en el juego a través del cual pueda después de percibir las diversas situaciones y opciones que el contrario plantea emitir una respuesta adecuada haciendo uso correcto de los fundamentos técnico tácticos tanto a la ofensiva como a la defensiva

En nuestro país, hace muchos años se realizan eventos de las diferentes categorías, pero aún falta mucho por hacer en materia de enseñanza para el

entrenamiento en los equipos de Baloncesto, que nos permitan formar a los atletas con un nivel técnico – táctico elevado.

En Villa Clara el Baloncesto ha tenido un alto desarrollo demostrado por los resultados obtenidos en las categorías pioneriles, Sin embargo, en los últimos años se hace necesario agregar y diversificar acciones que nos permitan elevar desde el necesario nivel técnico y táctico los resultados de la categoría y el sexo objeto de estudio, donde la calidad de nuestros jugadores se ha visto mermada en comparación con años anteriores.

Los primeros pasos de un niño que le guste lanzar o introducir una pelota, de cualquier tamaño o material, a través de un aro, cubo de basura, o algún elemento con cobertura u orificio, de seguro lo motivara a la práctica de un deporte con estas características; y el que más se asemeja a este acto lúdico es el Baloncesto. El tiro es el fundamento técnico de mayor importancia para el Baloncesto y representa la última acción del juego; constituye la acción más motivante para todos los jugadores y seguidores. Es quien define el dominio técnico - táctico, así como las victorias y derrotas. Las investigaciones en relación a la técnica han apuntado que: a) los jugadores realizan una serie de ajustes para poder llegar a canasta, como girar el tronco durante el despegue para generar más impulso a la hora de lanzar y tirar desde una altura inferior Garzón, Lapresa, Anguera, & Arna,(2014); b) la precisión y la eficacia son mayores con el estilo alto Arias,)2012); y c) la tendencia a tirar desde distancias alejadas a la canasta en unas condiciones de práctica inadecuadas Del Rio,(2003).

Un grupo de estudios han concluido la importancia de modificar las condiciones reglamentadas de juego real y utilizar una canasta de menor altura (2,44 m) y un balón de menor peso (440 g) para mejorar la técnica y el éxito (Arias, Argudo, & Alonso, (2012). Sin embargo, muy pocos estudios han comprobado dichas modificaciones en condiciones de juego real.

Por otra parte, Díaz-Aroca & Arias-Estero (2015) desarrollaron una progresión de tareas para mejorar la técnica y el éxito en el tiro en Baloncesto con niños de entre 10 y 12 años, cuyo diseño se realizó a partir de las limitaciones encontradas en Murcia, España, dentro de la unidad didáctica de Baloncesto, útil en sentido general para el presente estudio. Sin embargo, muy pocos estudios han comprobado experiencias prácticas de juegos con tareas para la enseñanza del tiro al aro en movimiento después de drible en el Baloncesto 3 vs 3, con niños para estas edades.

Justificación de la investigación

- Esta investigación se halla enmarcada dentro del proyecto "Desarrollo integral del deportista villaclareño", del Dr.C Alberto Sánchez Oms.
- Responde a su vez a las necesidades de la Comisión Nacional del Deporte en este caso Baloncesto.

En el centro educativo donde se contextualiza el presente estudio ha sido observada, en la práctica escolar, las siguientes dificultades en ese sentido:

- ❖ Agarre del balón, durante la recepción del drible.
- ❖ La frecuencia de los pasos.
- ❖ La ubicación del balón por encima del hombro durante el movimiento final del tiro.
- ❖ Falta de combinación en los diferentes elementos técnicos.

Situación problemática:

Dificultades en la ejecución del tiro al aro en movimiento después de drible en el Baloncesto 3vs3 categoría 11-12 años del municipio de Santa Clara

Problema Científico.

¿Cómo mejorar la ejecución del tiro en movimiento después de drible en el Baloncesto 3vs3 categoría 11-12 años del municipio de Santa Clara?

Sistema de objetivos

1. Diagnosticar el estado actual del tiro al aro en movimiento después de drible en el Baloncesto 3vs3 categoría 11-12 años del municipio de Santa Clara
2. Seleccionar juegos con tareas para la enseñanza del tiro en movimiento después de drible en el Baloncesto 3vs3 categoría 11-12 años del municipio de Santa Clara
3. Valorar la utilidad de los juegos con tareas para la enseñanza del tiro en movimiento después de drible en el Baloncesto 3vs3 categoría 11-12 años del municipio de Santa Clara , mediante el criterio de los usuarios.

Como resultado se proponen juegos con tareas para el mejoramiento del tiro en movimiento después de drible en el Baloncesto 3 x3 de la categoría 11-12 años a partir de los contenidos: cognoscitivos, procedimentales y actitudinales, lo que viabiliza el accionar pedagógico.

El informe consta de Introducción y Desarrollo con tres capítulos:

Capítulo I: Consideraciones del Baloncesto y sus características técnico- tácticas, contenidos para el programa de formación básica del baloncestista, edades de 11 – 12 años, especificidades del tiro en movimiento después de drible y consideraciones sobre los juegos con tareas para la enseñanza del tiro en movimiento después de drible en el Baloncesto en la categoría 11-12 años

Capítulo II: aborda la metodología aplicada y el resultado del diagnóstico, las características de la población y el procesamiento de la información,

Capítulo III: se dedica a la propuesta de los juegos con tareas para el aprendizaje del tiro en movimiento después de drible en el Baloncesto 3 x3 y la valoración de los usuarios. Además, se incluyen las Conclusiones, Recomendaciones, Bibliografía y Anexos.

CAPÍTULO I. FUNDAMENTACION TEORICA.

1.1. Consideraciones del Baloncesto y sus características técnico- tácticas.

El Baloncesto es un deporte de equipo que puede ser considerado como una situación social, cambiante y, por tanto, sociomotora, donde los jugadores siempre van a estar en interacción, bien con los compañeros, bien con el adversario Parlebas, (1976);; Sampetro, (1999), citado en Hernández, (2000).

Se caracteriza por ser muy dinámico y de gran creatividad, los sujetos que lo practican están expuestos a diferentes situaciones que se presentan en el terreno, las cuales deben ser solucionadas. En este deporte el resultado depende del trabajo

Este juego deportivo es variable y requiere de una ardua preparación que integra los componentes físico, técnico, táctico, psicológico y teórico, con la finalidad de proporcionar a los jugadores las bases y los medios necesarios para enfrentar y solucionar problemas que se presentan en el juego

Otra particularidad es el carácter de los movimientos en el juego de Baloncesto, es que ellos se ejecutan en gran variabilidad de las acciones en constante oposición del contrincante deportivo. Esto exige alto grado de dominio de los principales elementos técnicos (modos), en los cuales las variadas relaciones y uniones entre ellos, los elementos se determinan de las condiciones momentáneas del proceso de juego.

Partiendo de esta particularidad en la teoría se aprovecha la noción “modos técnico-tácticos “, la noción incluye en si misma las exigencias anteriores. En la ejecución de los elementos técnicos de juego en la fase ofensiva y defensiva, se deben acatar los principios fundamentales de la mecánica para los diferentes tipos de movimientos incluidos en la ejecución de un elemento técnico.

Estas exigencias no excluyen las diferencias individuales en la ejecución, las cuales son consecuencia y condicionan diferencias en la estructura biomecánica en las partes del cuerpo de cada uno de los jugadores o de sus particularidades psicofisiológicas. Según la dirección sistemo-estructural en el estudio (aprendizaje) de los movimientos en el Baloncesto se reconoce de manera detallada las diferentes uniones de la acción íntegra.

Para el estudio de la técnica del juego este enfoque examina la estructura cinemática, dinámica, rítmica, anatómica y otras de los movimientos.

La estructura rítmica refleja la combinación de las características temporales y espaciales del movimiento y la sucesión en la ejecución de las fases separadas. La estructura de fase de los movimientos tiene gran importancia pedagógica porque permite y facilita el estudio sucesivo y la unión de las partes separadas del modo técnico y táctico complejo. Esta complejidad de movimientos en el juego de Baloncesto se expresa en el aprovechamiento de los métodos global y de las partes en el estudio de los elementos técnicos y en la formación de habilidades y hábitos motrices.

La destreza del juego de Baloncesto es parte de la técnica y de la táctica de juego. Un elemento técnico ofensivo o defensivo es parte de la técnica cuando se estudia y domina desde el punto de vista de la correcta ejecución estructurada del movimiento y a su vez es parte de la táctica del proceso de juego, cuando se estudia, domina, aplica y perfecciona desde el punto de vista aplicativo en la solución de una tarea táctica concreta de juego.

El estudio y el análisis de la ejecución de los elementos técnicos se realizan con la ayuda del análisis de fases a través del cual toda la acción se estudia como conjunto de elementos a través de los cuales se realiza determinada tarea motriz.

Las habilidades técnicas que muestran los jugadores son algunas de las situaciones de juego del Baloncesto más atractivas que llaman la atención de la práctica de este deporte. Donde se busca un desarrollo homogéneo de las habilidades técnicas de forma individual y grupal, cada jugador aplica estas técnicas de diferentes maneras en la situación real del juego.

¿Qué es la técnica?

La técnica se define como ejecución de movimientos estructurales que obedece a una serie de patrones tempo - espaciales modelos que garantiza la eficacia.

La técnica individual es la habilidad que posee los jugadores para poder llevar a cabo las diferentes acciones de juego.

De la Paz, P.L. (1984), Pardo, R, (2007 y 2019), plantean que la técnica del juego en el Baloncesto es la forma de ejecutar los movimientos (elementos técnicos) que permiten, de la manera más exitosa resolver las tareas concretas de la competencia.

El conocimiento y dominio del sistema de movimiento que comprende los elementos técnicos ofensivos y defensivos, es una de las bases de los resultados de los jugadores en el juego. Aquellos que no dominan la técnica del juego presentan una limitación para ejecutar las acciones tácticas individuales y para participar en la acción de grupo y de equipo, además de no poder aprovechar sus fuerzas de forma racional.

Algunos movimientos del jugador de Baloncesto se denominan como fundamentales, puesto que son sobre los que se basa todo el juego. Según un concepto estricto, los fundamentos son solamente cuatro: el bote, el pase, el tiro y los movimientos defensivos

- Pase

Es la acción por la cual los jugadores de un mismo equipo intercambian el balón.

- Tiros

El tiro o lanzamiento es la acción por la cual un jugador intenta introducir el balón dentro del aro.

- Bote o Drible

Acción que consiste en que el jugador empuje el balón contra el suelo y este retorne a su mano:

Defensa

La defensa en Baloncesto se realiza entre la persona que ataca y el aro, la posición defensiva consiste en flexionar ligeramente las rodillas y realizar desplazamientos laterales intentando robar el balón o evitando una acción de pase, tiro o intento de penetración a canasta por parte del rival.

Los fundamentos técnicos del Baloncesto son el conjunto de acciones motoras que aparecen en el juego con mayor frecuencia, y que a la vez permiten la realización de las acciones tácticas individuales y de grupos elementales

La evolución del juego ha ido acompañada del perfeccionamiento de la técnica. Muchas de las formas de ejecución de los elementos técnicos han cambiado en relación con otras épocas, las capacidades condicionales y coordinativas de los jugadores, así como el permanente crecimiento del pensamiento táctico, permite mayor rapidez y efectividad en la ejecución táctica que se produce en presencia de una fuerte oposición.

¿Qué es la táctica?

La táctica es la forma de ejecutar racionalmente Las acciones individuales, de grupo y de Equipo o colectivas, durante la lucha contra el adversario, con la finalidad de alcanzar el máximo resultado.

Tareas de la táctica.

La tarea principal de la táctica, consiste en determinar los medios, los modos y la forma de llevar el juego frente a un contrario determinado en condiciones concretas del juego. La táctica no constituye una receta para todas las situaciones que surgen del juego, la táctica no es estándar.

La táctica existirá solamente para que esta sea progresiva y vital, cuando se enriquezca con nuevos conocimientos y se arme con nuevos medios, modos y formas de llevar el juego.

Los elementos técnicos son los medios de llevar el juego. Sin el dominio técnico, el proceso de juego resulta imposible. La preparación técnica provee al jugador de conocimientos y habilidad es para utilizar racionalmente los elementos estudiados

en situación de juego, tanto a la ofensiva como a la defensa. Los modos de llevar el juego se les llama a las acciones racionales de los jugadores individuales de grupo y colectivas frente, al contrario

La formación técnico-táctica en el individuo se construye sobre la base de las capacidades físicas (velocidad, fuerza resistencia, coordinación, flexibilidad) en función de crear un atleta con destreza que le permita su expansión motriz de forma eficaz en el juego a través del cual pueda después de percibir las diversas situaciones y opciones que el contrario plantea, emitir una respuesta adecuada haciendo uso correcto de los fundamentos técnicos tácticos tanto a la ofensiva como a la defensiva.

Es importante recordar, que son los elementos técnicos los medios de llevar el juego. Sin el dominio técnico, el proceso de juego resulta imposible. Sin embargo, la preparación técnica está encaminada a estudiar la estructura del movimiento del elemento técnico, provee al jugador de conocimientos y habilidades para utilizar racionalmente los elementos estudiados, en condiciones concretas del juego.

Pero la táctica del juego, es la adopción racional de las acciones individuales, en grupos y colectivas, durante la lucha contra el adversario, con la finalidad de alcanzar el máximo resultado. La tarea principal de la táctica, consiste en determinar los medios, los modos, y la forma de llevar el juego frente a un contrario determinado en condiciones concretas de juego.

Todos los componentes influyen directamente en el logro de la efectividad de los movimientos técnicos y de manera especial la preparación técnico-táctica, de la que depende en gran medida la efectividad antes mencionada, además de estar muy ligada a la estrategia que se emplee en los juegos de Baloncesto

Los planes de Baloncesto en la enseñanza para las edades de 11-12 años, exigen de la enseñanza y consolidación de los elementos técnicos los cuales se derivan de los programas nacionales del deporte, de ahí la correlación de la enseñanza con los demás elementos técnicos. La secuencia de los elementos técnicos tenemos que precisarlos de manera que podamos utilizarlos en los juegos lo más pronto posible.

La consolidación deberá ser un círculo amplificador, es necesario que ejecuten un movimiento completamente, y que vayan realizando aquellos elementos los cuales facilitan el progreso general de los jugadores y de acuerdo con el desenvolvimiento y experiencia en el juego.

Los continuantes deben mostrar dominio de los elementos técnicos del Baloncesto en la técnica ofensiva y defensiva como son: desplazamientos, recepciones: con dos manos a la altura del pecho, con dos manos por encima de la cabeza, en los pases: con dos manos a la altura del pecho, el drible, las paradas por pasos y por saltos, los tiros: en movimiento después de drible, y el tiro básico. También se hace implícita la táctica ofensiva y defensiva como son la defensa personal, pasar y cortar, para poder jugar y hablar de Baloncesto.

Partiendo de estos elementos técnicos, se edifica la continuación de la consolidación técnica que bien puede ser: en técnica ofensiva el drible con cambio de mano y de dirección, pase y recepción con dos manos en movimiento, el tiro básico, tiro después de drible y después de recibir pase. En la táctica defensiva se inserta la defensa a medio y todo terreno. En esta enseñanza y dentro de su programa como tal se contemplan los complejos de habilidades en condiciones variables e invariables, los juegos con tareas, especiales y normales.

En el juego de Baloncesto moderno, donde la rapidez y la efectividad de las acciones (pases, tiros, etc.) son cada vez mayores, es necesario que todos los jugadores dominen satisfactoriamente el uso del balón. El objetivo de cada jugador que lo posea es controlarlo y pasarlo correctamente.

1.2. CONTENIDOS PARA EL PROGRAMA DE FORMACIÓN BÁSICA DEL BALONCESTISTA, EDADES DE 11 – 12 AÑOS.

El programa que se presenta para las edades 11 - 12 años, su objetivo fundamental la preparación del deportista de forma integral con un desarrollo multilateral, que permita al niño salir fortalecido para enfrentar la primera fase del alto rendimiento, en esta etapa se incrementa el deseo de competir, pero debemos preparar al jugador a esforzarse para conseguir el resultado, “no es competir para ganar a toda costa sino

esforzarse para ganar”, aprendiendo los diferentes elementos técnicos acorde a su edad, tiene 40 a 42 semanas de trabajo.

El gráfico de planificación del entrenamiento tiene carácter lineal, con el objetivo de que los entrenadores realmente realicen el proceso de enseñanza en los niños, el mismo puede variar cuando se acerca el periodo competitivo, donde se disminuyen los volúmenes de trabajo fundamentalmente en el trabajo aeróbico, y se aumenta el trabajo de velocidad en los atletas. Las pausas y las repeticiones son planificada por el entrenador siguiéndolas características de los jugadores y el volumen e intensidad que corresponda.

Aspectos generales para la etapa de formación integral del deportista edades comprendidas desde los 11 - 12 años.

A raíz de numerosos reclamos de grandes personalidades relacionadas en esta actividad a tan temprana edad de los niños, ya sean directivos, entrenadores, árbitros y a veces también de los mismos niños, se inicia un proceso de revisión de las formas, criterios, filosofías y resultados que la actividad del mini – baloncesto en América. Esa evaluación y análisis que nuestra Academia de Baloncesto de las Américas hizo sobre la forma y manera en que se viene desarrollando el Mini-Baloncesto en distintas áreas de nuestro continente, quedando como resultado que nadie utiliza ni las mismas reglas ni los mismos criterios y filosofías. Si bien es cierto que el Baloncesto se ha desarrollado y la misma sociedad nos ha llevado a modificar el uso y costumbres y varias cosas han cambiado en el mundo moderno, nosotros estamos convencidos que algunas cosas en esta etapa de enseñanza y aprendizaje, no deben cambiar. Los niños de 8 a 12 años aún siguen yendo a la escuela primaria y no a secundaria o la universidad. Ayllon Mora, F. (2009).

El Minibaloncesto es una variación del Baloncesto de competición para niños y niñas de hasta 12 años. Gracias a este deporte, los más pequeños pueden aprender las reglas y los fundamentos básicos, disfrutando en todo momento de este deporte adaptado a su estatura, habilidades y desarrollo físico. En lo que más

diferencias encontramos entre el Baloncesto y el Minibasket es en las dimensiones de la cancha, la altura de los aros y el tamaño del balón.

La cancha está diseñada con medidas adaptadas, debe contar con las mismas características que una cancha normal, pero con un tamaño estándar mucho más pequeño, normalmente de 28 x 15 metros. La línea de tiro se encuentra a 4 metros del tablero y no existe zona de 3 puntos. También es posible encontrar pistas en las que no se cumplan estas medidas, pero siempre es necesario que se guarden las mismas proporciones. Se pueden encontrar pistas con medidas desde los 26 x 14 metros hasta las 12 x 7 metros.

La altura del aro también varía según la edad de los jugadores. Para niños de menos de 9 años el aro se sitúa a unos 2.60 metros, mientras que para los jugadores de más de 10 años el tablero se coloca a 3.05 del suelo. Es necesario mencionar que estas alturas no son estándar y es que posible varíen según la edad.

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

Por otra parte, el Minibaloncesto se juega con dos equipos de cinco jugadores, aunque cada conjunto debe contar con 10 jugadores en total, cinco dentro de la cancha y cinco como suplentes. Cada partido se divide en dos tiempos de veinte minutos, con un descanso entre ellos de diez minutos. A su vez, cada uno de estos tiempos está dividido en dos periodos de 10 minutos con un descanso de dos minutos entre ellos. Por tanto, hay cuatro tiempos de juego de 10 minutos, separados por dos, diez y dos minutos de descanso sucesivos.

Cada jugador de cada equipo debe disputar, como mínimo, dos tiempos de juego durante el partido. Esta regla solo puede saltarse si el jugador se lesiona durante

el encuentro o ha sido expulsado de la pista. El resto del reglamento que fija la dinámica del juego, las faltas y las sanciones, es exactamente igual que el que se utiliza en el Baloncesto normal.

Cada día son más los niños que eligen practicar Baloncesto y sueñan con llegar a lo más alto dentro de una cancha. Para llegar a convertirse en un buen jugador es necesario que estos pequeños deportistas entrenen desde muy jóvenes y potencien al máximo sus habilidades durante los entrenamientos.

Con el perfeccionamiento del Sistema Nacional de Educación en nuestro país, se introduce el Baloncesto, para ser practicado por los escolares, con lo que se garantiza su práctica masiva.

Los primeros pasos de un niño que le guste lanzar o introducir una pelota, de cualquier tamaño o material, a través de un aro, cubo de basura, o algún elemento con cobertura u orificio, de seguro lo motivara a la práctica de un deporte con estas características; y el que más se asemeja a este acto lúdico es el baloncesto. El tiro es el fundamento técnico de mayor importancia para el baloncesto y representa la última acción del juego; constituye la acción más motivante para todos los jugadores y seguidores. Es quien define el dominio técnico - táctico, así como las victorias y derrotas.

El entrenador necesita conocer la psicología de cada uno de sus jugadores para acoplarlos de la manera que mejor puedan servir a los intereses del equipo, estar capacitado para formar un equipo y seleccionar las combinaciones de los conjuntos en el desarrollo del juego, determinar los sistemas más racionales de ataque y defensa, elegir la ejecución óptima de entrenamiento, conocer todos los medios de enseñanza y materiales didácticos y estar al corriente del desarrollo de las investigaciones e innovaciones que se producen y elevar constantemente su capacidad y desarrollarse profesionalmente.

Partiendo del principio de que el niño no es un adulto pequeño debemos adoptar esta filosofía de trabajo desde los primeros instantes en que el jugador se

incorpora a las filas de nuestro equipo, es por ello que debemos tener paciencia en la enseñanza de los elementos técnicos, buscar los ejercicios sencillos de lo simple a lo difícil, concentrar la atención en la edad que trabajamos, desarrollar los valores esenciales y el amor por el Baloncesto, importante que los entrenadores tengan en cuenta que en estas edades, el niño necesita jugar y entrenar, pero, además deben jugar otras disciplinas deportivas, para desarrollar sus capacidades físicas, la coordinación y muy importante, la motivación constante por el juego.

Sus características fisiológicas, anatómicas, psicológicas no se asemejan a las capacidades de un adulto y por tanto merecen un cuidado especial, tanto en lo referido a la calidad como a la cantidad de repeticiones que puede realizar en una sesión de entrenamiento. Aquí el entrenador juega un rol especial, las cargas físicas y las repeticiones tienen que ser acordes a su edad, y cada día se controlan estos aspectos.

Entre otras cosas, el volumen de entrenamiento y la intensidad del mismo deben ser adaptados a las características individuales de cada uno de los integrantes del equipo, atendiendo a la heterogeneidad de capacidades que se pueden encontrar en estas edades, es muy importante tener en cuenta que ya el niño quiere entrar de lleno en la competencia, se despierta en él la motivación por competir y ganar, se siente bien físicamente, técnicamente y trata de retar a jugadores de edades superiores. Nunca debemos de frenar la creatividad e iniciativa de los jugadores en estas edades, pero sí es muy importante que él conozca que lo esencial no es ganar a toda costa, sino, mejorar su dominio de fundamentos básicos para pasar a la etapa del alto rendimiento, aquí se conjugan aspectos de enseñanzas con elementos de consolidación.

Indicaciones Metodológicas.

La estructuración de una buena capacidad coordinativa es el requisito para el desarrollo de una técnica eficaz y correcta, enfatizando en la coordinación de

varios movimientos formando cadenas de acciones, partiendo de movimientos aislados; tributando una mayor adaptación y por tanto un mejor aporte técnico.

Las habilidades y formas motoras (caminar, correr, saltar, lanzar, tirar, etc.), constituyen habilidades motrices, fundamentando el hecho de poder incrementar el tiempo de dedicación a las capacidades coordinativas del niño de 6 –11 años.

Los juegos deportivos constituyen un medio eficaz para el desarrollo de la preparación orgánica de los niños. En estas edades es común utilizar las medidas limitadas del terreno.

A través de estos se enfatizará en la multilateralidad de las acciones donde se manifiestan las diferentes capacidades (resistencia, velocidad y fuerza), en dependencia de la duración en las acciones y la intensidad en el ritmo. Con seguridad juegan un papel importante en el transcurso de la competencia, por ello deben ser correspondientemente consideradas en el entrenamiento.

Los métodos más utilizados son propiamente el método de juego y la competencia, desarrollando el aspecto volitivo de los atletas. Familia de ejercicios principales para el desarrollo de los Juegos.

- Juego de Fútbol con tareas y en diferentes dimensiones.
- Juego de Baloncesto con tareas y en diferentes dimensiones.
- Juego de Voleibol con tareas y en diferentes dimensiones.
- Juego de Carreras con cambios de ritmo y dirección.
- Juegos con variabilidad de acciones.
- No se excluye la utilización de otros deportes.

Aquí se fundamenta principalmente las acciones sobre las cuales debe sustentarse el trabajo con estas edades, o de lo contrario el mismo traería consigo síntomas de desinterés y por ende el abandono de los mismos hacia una actividad poco motivada.

Se hace necesario una correcta explicación y demostración del juego con el fin de que no se creen representaciones que interfieran en la acción deportiva

1.3. ESPECIFICIDADES DEL TIRO EN MOVIMIENTO DESPUÉS DE DRIBLE

Conceptualmente el tiro al aro ha sido declarado por algunos especialistas del deporte Baloncesto, entre ellos se encuentra Kirkov (1990,136) y expresa...el tiro es la finalidad del juego. Por ello este ocupa una posición dominante entre una serie de elementos técnicos de este deporte. Por su parte Mora Ayllón, Francisco (2009) expresa que el tiro al aro en el Baloncesto es el fundamento técnico más importante para el Mini Baloncesto.

Al tiro se le debe dedicar un alto por ciento en los entrenamientos, tanto por las repeticiones a realizar por los atletas, como por la creación de una cultura en esa especificidad.

Por la variedad de los mismos, existe un grupo de especialistas que le han consignado varias clasificaciones para su estudio teórico-práctico, en este caso se exponen a los extranjeros Kirkov, D. (1975), lo clasifica de la siguiente manera: con dos manos y con una mano, pero ambos pueden realizarse según el carácter de ejecución (desde el lugar, en movimiento y con salto), por su distancia (corto, medio y largo) y por su desplazamiento (recto, en ángulo con el tablero y paralelo al tablero).

Oros autores los clasifican en tiros con una mano cerca del aro en movimiento, tiro con salto, tiro girando el cuerpo, tiro con el brazo en alto sobre la cabeza (gancho); tiro por impulso de una mano al rematar y tiro libre.

Mena (2013) en los estudios realizados referente a los tiros al aro, amplían la clasificación incorporando variantes no utilizadas con anterioridad, ellos trabajan con tiros a corta distancia, desde la altura de los hombros hasta por encima de la cabeza de frente y de espalda, también con tiros por debajo, de gancho y de regate. Todo lo anterior hasta una distancia de 4 metros. A media y larga distancia proponen los tiros en suspensión y posicionales, los que pueden ejecutarse con una y dos manos, en el lugar, después de drible y de pase, sin y con impedimento del contrario.

Al respecto Pardo Hernández, R. (2012) clasifica los tiros al aro como sigue a continuación: con dos manos (de pecho, por arriba, por abajo, de arriba hacia abajo y de remate), con una mano (básico, en movimiento, sobre el hombro, en

suspensión, por debajo, de arriba hacia abajo, de gancho, de remate y con efecto), entre otros.

Según el Programa Integral de Preparación del Deportista en Cuba (Colectivo de autores, 2009) los tiros al aro se clasifican en: tiro con dos manos, tiro básico, tiro libre, tiro en movimiento: bajo el aro (derecha-izquierda) y saltando.

Mora Ayllón (2009) lo clasifica de la forma siguiente: Tiro estático, Tiro en movimiento, Tiro libre. , Tiro cerca o debajo del aro., Tiro en movimiento debajo del aro por la derecha y por la izquierda

- Tiro en movimiento (entradas)

Este tipo de tiro es el que más se utiliza en los contraataques o si consigues irte de tu defensor por velocidad. Para realizar la entrada primero hay que con el pie derecho, seguidamente otro paso con el pie izquierdo más corto y se impulsa con este hacia arriba, esto es muy importante puesto que mientras más cerca se esté del aro, más fácil resultará encestar.

El balón debe estar bien agarrado para evitar que se lo quiten al contrario. Hay muchas formas de entrar a canasta. Las variaciones estriban en el número de pasos que pueden realizarse, la mano con la que se tira al aro. También existe la habilidad de lanzarla pasada del aro o lanzarlo por delante del aro. Es importante aclarar que la técnica del tiro es la misma, pero solo cambia el final. El dominio de este tiro dará unos altísimos porcentajes de acierto y forzarán faltas al equipo contrario. Cuando se ejecuta el último apoyo y comienza a ganar altura, la rodilla de la otra pierna (es decir, la de la mano que tira) debe elevarse. Después de la elevación existen varias opciones para finalizar el lanzamiento.

- El tiro al aro con una mano en movimiento después de drible

El tiro al aro con una mano en movimiento después de drible se aprovecha, especialmente, en la fase final del tiro en movimiento, cerca del aro y debajo del tablero. Después del dominio del balón, el jugador pisa el terreno con el pie derecho dando un paso muy largo. Inmediatamente se sigue el paso con el pie izquierdo, un poco más corto, que transforma la velocidad horizontal en velocidad vertical o salto alto hacia arriba.

En el momento del ascenso hacia el aro, en el punto más alto del salto, el balón se presenta encima de la cabeza. En el momento de mayor cercanía al aro, se impulsa con los dedos de la mano hacia el tablero dándole un ligero movimiento de rotación hacia atrás. La otra mano se separa un poco del balón. Las dos piernas están cerca una de otra, relajadas, los tobillos relajados y las puntas de los pies dirigidas hacia el piso. Todo el cuerpo está extendido hacia el aro más retrasado, que deberá mantener en el suelo para no cometer una violación.

A pesar de esto, el reglamento permite que, levante ese pie para pasar o tirar a canasta, pero debiendo soltar el balón antes de volver a tocar el suelo. Para realizar esa entrada al aro el atleta en todo momento debe tener el balón bien sujeto con las dos manos, si no el contrario puede quitárselo con mayor facilidad.

Después de esta ventaja es necesario abordar lo concerniente a la parte en que comienza la elevación, en ese momento se sube el balón (con las dos manos) a la altura de la frente aproximadamente y ya se puede tirar el balón al aro. Lo bueno que tiene este tiro es que se realiza a una distancia muy corta del aro. La mano que suelta el balón está prácticamente tocando el aro, cuando se trata de atletas de una adecuada estatura o de potencialidades de salto, esa acción se hace más fácil y segura. Generalmente, la mano de tiro será la del lado por el que se intenciona la entrada al aro, con el fin de que el otro brazo se proteja de la defensa.

El último pie de apoyo, el que se eleva hacia el aro, será el contrario de la mano que tira. Sobre los dos pasos de los que dispone el atleta, el primero será largo con el fin de ganar la posición y acercarse rápidamente a canasta y el segundo, deberá ser más corto pero alto, para acercarse al aro y reducir el margen de error



Tiro en movimiento después del dribbling por la derecha



Tiro en movimiento después del dribbling por la izquierda

Posteriormente, el jugador aterriza con un movimiento amortiguante en el mismo lugar donde saltó, o máximo 10 o 15 centímetros más adelante sobre los dos pies, flexionando los tobillos, las rodillas y la articulación coxofemoral.

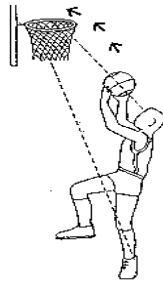
Haciendo uso del reglamento se alcanza decir que en el Baloncesto se permite que un atleta que va botando el balón o que lo recibe en carrera se detenga en dos tiempos.

Con esta acción el atleta define su pie de pivote, generalmente el más retrasado, que deberá mantener en el suelo para no cometer una violación. A pesar de esto, el reglamento permite que el atleta levante ese pie para pasar o tirar a canasta, pero debiendo soltar el balón antes de volver a tocar el suelo. Para realizar esa entrada al aro el atleta en todo momento debe tener el balón bien sujeto con las dos manos, si no el contrario puede quitárselo con mayor facilidad.

Es muy importante aprender a realizar las entradas desde un principio con ambas manos y por ambos lados. Cualquier entrada a canasta debe ser hecha con

mucha fuerza y debe, por tanto, ir acompañada de un cambio de ritmo y evitar la común tendencia a frenarse en el momento de hacer la entrada.

En la práctica diaria, el entrenar este fundamento tiene una ventaja decisiva sobre los demás: a todo el mundo le gusta tirar, todo el que tiene un balón en las manos se dedica a ello antes que a otra cosa. Aunque esto entraña un riesgo: un excesivo componente autodidáctico que nunca es bueno si bien, como comentábamos al principio, no debemos olvidar cierta flexibilidad en la ejecución de los fundamentos, en este caso una cierta "personalización" del tiro.



Como cualquier otro fundamento, para que el tiro resulte positivo para el equipo se hace preciso que se utilice adecuadamente. Una expresión que de la que se oye hablar con mucha frecuencia es selección de tiro.

Por selección de tiro entendemos simplemente (y no es poco) el saber elegir el momento adecuado para realizar un tiro. Realmente ésto no tiene que ver con el fundamento del tiro propiamente dicho, viene a ser una cuestión más táctica que técnica, pero que debemos conocer perfectamente, porque incidirá muy directamente no sólo en la efectividad sino también en la propia mecánica del tiro. Influyen multitud de factores: posición del defensor, de los compañeros, posibilidades de rebote, situación del marcador, momento del partido, racha de aciertos, etc. Por todo ello no es una cosa fácil de dominar.

FACTORES COMUNES A TODOS LOS TIROS

Mecánica y ejecución. Conocer la mecánica y poseer buena ejecución técnica. No todos tienen porque realizar el mismo gesto, debe existir cierta flexibilidad en función de las características del tirador.

Dominar todos los tipos de tiro.

Posición y equilibrio. Como en todos los casos anteriores, la posición y el equilibrio juegan un importante papel.

Concentración. Como siempre uno de los aspectos más importantes, pues el tiro es un gesto bastante complejo en el que influyen muchos factores y que es preciso ejecutar correctamente. Es necesario concentrarse y aislarse de los factores externos que pueden influir negativamente en el tiro.

El autocontrol y la personalidad también son factores importantes e íntimamente relacionados con el punto anterior, pues el ambiente o simplemente el momento del partido pueden influir muy negativamente en el tirador.

Confianza. Otro factor primordial. Para que los tiros entren es indispensable tener confianza en ello, de lo contrario los porcentajes se reducen enormemente.

Selección de tiro. Su importancia ya ha quedado suficientemente clara.

Rapidez de ejecución. Factor decisivo por cuanto si nuestra mecánica es excelente, pero necesitamos de un tiempo excesivo para realizarla, es evidente que no podríamos siquiera intentarlo.

1.3.1. Consideraciones sobre los juegos con tareas para la enseñanza del tiro en movimiento después de drible en el Baloncesto en la categoría 11-12 años.

Desde este punto de vista, para la concepción de las tareas motrices se pueden analizar en función de la utilización de cada una de estas fases o mecanismos, así

como se puede concluir que todas las tareas motrices convergen con mayor o menor complejidad en la ejecución lo cual conlleva a que muchos profesores se siguen empeñando en practicar casi exclusivamente este mecanismo.

En una tarea motriz de manejo (recepción y pase en movimiento entre dos jugadores), es evidente la importancia del mecanismo perceptivo, ahora, esta misma situación, pero donde interviene también un adversario es más compleja por ser una tarea abierta donde el mecanismo perceptivo y decisional son claves para la eficacia final del movimiento. Desde un punto de vista técnico, las tareas motrices serán las que permitan al docente obtener los objetivos programados; ofreciendo al profesor una multitud de situaciones, que le facilitarán la consecución de los mencionados objetivos fijados con anterioridad (Pieron, 1988).

Estas tareas, según Ruiz (1994), citado por Contreras O. R. (1998), tendrán las siguientes características:

- Carácter instructivo. Puesto que, se ofrecen al alumno para que realice algún aprendizaje o vivencia.
- Finalistas. Por cuanto persiguen un objetivo determinado en el marco del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Obligatorias. Aunque, a veces, pueden ser auto-impuestas por el alumnado.
- Organizadas en un marco espacio-temporal y material concreto.

Autor como Tamayo, J. (2003), emiten criterios para seleccionar las tareas motrices, analizándose criterios coincidentes de forma general, y sintetizan algunas consideraciones básicas para el diseño o selección de las tareas objetivo de la investigación:

Libertad de acción y aprendizaje autónomo. Que la organización permita a los alumnos que se muevan con libertad, que puedan tomar decisiones y apreciar consecuencias de las mismas durante

Resolver problemas motrices.

Fomentar el desarrollo de la inteligencia motriz a través de tareas problémicas relacionadas con la aplicación de acciones individuales o de grupo que hagan pensar analizar y seleccionar la mejor respuesta para la solución de la problemática presentada.

Integrar los ámbitos de la conducta. Además de la capacidad física y cognitiva la tarea debe implicar elementos afectivos, sociales y valores en forma de temas transversales.

Duración y participación. La tarea debe durar lo suficiente para que el jugador tenga un margen de asimilación personal. A su vez, una organización que debe permitir que la mayoría de ellos estar participando en la actividad el mayor tiempo posible.

Situaciones reales. Las tareas contendrán elementos significativos y vivenciales donde el alumnado relacionado con conocimientos previos y experiencias relacionadas con el contenido que se quiere enseñar para que además de implicarse en la actividad con más motivación los pueda utilizar en su tiempo libre y de ocio activo.

Adaptación a las capacidades del alumnado. Individualización de la tarea desde la labor colectiva que permita distintos niveles de actuación cualitativos y cuantitativos de ejecución.

Por tanto, se puede afirmar que la aplicación de la tarea en la práctica, dirigidas a introducir a los educandos en la iniciación deportiva de los juegos con pelotas puede ser muy sencilla o muy compleja dado el tipo de jugador y la maestría del entrenador, consistiendo esta última tanto en la elaboración o selección de esta, como en saber cambiar a tiempo la exigencia de la tarea para que el educando alcance el objetivo del tema del modo más eficiente.

Los juegos con tareas en los deportes con balón constituyen un paso singular de complejidad y perfeccionamiento de las acciones motrices deportivas y tributan al desarrollo psíquico- motor del educando “En estos juegos predomina aun la simplicidad de las acciones, aunque con mayor grado de dificultad puesto que se

le ponen determinadas tareas a los estudiantes para ser cumplidas durante el juego, así como determinadas restricciones con el propósito de alcanzar un objetivo previamente propuesto". , (Ruiz, A. Metodología de la enseñanza de la Educación Física-Tomo II).

Los juegos con tareas deben comenzar a partir del momento en que el jugador ha logrado la representación exacta acerca de las acciones motrices y ha alcanzado la ejecución correspondiente, aunque pueda tener alguna imperfección. Será siempre un método productivo, cuando se parte de una aplicación apropiada del mismo por parte de los profesores, incorporando los conocimientos psicológicos pertinentes.

En relación con el juego en el Baloncesto se han realizado diversos trabajos, a nivel internacional, entre los que se destacan: Gonzalo (2014) con una investigación eferente al impacto de un calentamiento y diferentes tareas de juego reducido sobre el rendimiento del salto en jugadores jóvenes élite de Baloncesto en la Universidad de Zaragoza.

Por su parte, Cisneros (2016) propone juegos para inducir el Baloncesto en niños de 8-9 años en Guayaquil.

David Cárdenas Vélez y Francisco Alarcón López Facultad de CC AFD. (2017). Coordinador de cantera y ayudante del primer equipo. Universidad de Granada. Club Baloncesto Murcia. Criterios metodológicos para el diseño de las tareas de enseñanza aprendizaje en Baloncesto.

Según se desprende de las afirmaciones anteriores, el profesor necesita analizar la dificultad de las tareas desde los tres puntos de vista que afectan al rendimiento: perceptivo, decisonal y ejecutivo. Esto supondría que el nivel de activación óptimo podría ser distinto dentro de un mismo deporte dependiendo de la habilidad particular de la que se trate en cada momento. En el caso del Baloncesto, las primeras diferencias podrían depender de la fase del juego. Si se considera que la fase de defensa exige una mayor participación y exigencia física que la de ataque, pero a la vez implica una menor complejidad de ejecución, se

puede prever que en la primera el nivel óptimo de activación podría ser más elevado que en la segunda.

El otro aspecto a considerar es el de las diferencias individuales. El nivel óptimo de activación para una tarea específica, también depende de factores que son únicos de cada individuo.

En la escuela cubana actual, se están produciendo una serie de transformaciones en la proyección pedagógica para la formación integral de niños y jóvenes. Con dichas transformaciones se busca desarrollar en ellos la motivación hacia las actividades que les ofrezcan conocimientos, habilidades, desarrollo de sus capacidades psíquicas y físicas, así como de iniciativas, toma de decisiones, creatividad y búsqueda de solución a los problemas del proceso docente educativo, cada vez más complejos, todo lo cual tributará a su formación para incorporarse a la sociedad en que viven, como hombres y mujeres útiles, transformadores y creativos. Para Ballesta, Abruñedo & Caparrós (2019) las tareas tienen tanto una carga cognitiva como asumida por el aprendiz. Sin embargo, habitualmente, los profesores tienden a planificar la enseñanza deportiva sobre la base de sus propias experiencias personales, desconociendo a la que van a ser sometidos los aprendices Barbero, Vera & Castagna, (2006).

Hasta donde se conoce hay pocos trabajos que han centrado su interés en el estudio de las tareas para la enseñanza de los deportes de invasión: en Balonmano García-Ceberino et al., (2018) y fútbol García-Ceberino, Feu, & Ibáñez, (2019).

En la enseñanza del Baloncesto en concreto, hay diferentes trabajos que estudiaron los programas de enseñanza posicionados en dos métodos y un programa centrado en el método táctico.

Por todo ello, el objetivo de este estudio fue analizar de forma integral la que generan las tareas diseñadas por los profesores en fase de pre-servicio en formación, fase de prácticas) para la enseñanza del Baloncesto en el contexto escolar.

La experiencia de los entrenadores es clave, a la hora de diseñar, seleccionar y agrupar a los escolares durante las sesiones, para conseguir los objetivos de aprendizaje deseados Clemente, Martins, & Mendes, (2015). Con el fin de facilitar el proceso de planificación y posterior control de las sesiones de enseñanza, se han diseñado y validado diferentes instrumentos como el Sistema Integral para el Análisis de las Tareas de Entrenamiento (SIATE) Ibáñez, Feu, & Cañadas, (2016). El SIATE se trata de un sistema metodológico que, a través de un análisis de las tareas de enseñanza, estudia los diferentes factores que inciden en el proceso de enseñanza de los deportes de invasión.

Del mismo modo, han surgido otras propuestas para cuantificar, de manera subjetiva, sin necesidad de emplear tecnologías costosas. Así, Ibáñez, Feu y Cañadas (2016) propusieron el Sistema Integral para el Análisis de las Tareas de Entrenamiento. Este sistema es simple barato y adaptable a cada contexto y permite analizar las variables pedagógicas y organizativas que definen una tarea, así como cuantificar las tareas. Empleando dicho sistema en el contexto del entrenamiento deportivo, Mancha, Garcia-Ceberino, Antunez y Garcia-Rubio (2018), analizaron la total de un equipo de Baloncesto de formación asimismo, en el contexto escolar, González-Espinosa, Ibáñez, y Feu (2017), compararon los niveles de las tareas diseñadas para la enseñanza del baloncesto bajo dos metodologías diferentes tras una revisión de la literatura son escasos los trabajos que analicen en el contexto escolar para la enseñanza de los deportes de invasión en general y del Baloncesto en particular 3vs3 en las edades.

En Cuba, han estudiado el tema Hernández y Díaz (2011) en su trabajo proponen alternativas del juego de Baloncesto dentro de las actividades físico recreativas para los jóvenes entre 15-19 años en Pinar del Río. En la provincia de Holguín se han realizado diferentes investigaciones relacionadas con el juego, entre ellos Torres (2014) quien propone juegos para las habilidades técnicas en el Baloncesto infantil. Por otro lado, Arbolaez Vázquez, (2019) juegos predeportivos para el mejoramiento del pase con dos manos en el Baloncesto en las clases de

Educación Física y Requena Pérez (2019) juegos con tareas motrices para el tratamiento de las habilidades combinadas del Baloncesto

Como antecedentes inmediatos en cuanto a los resultados alcanzados por investigadores que afrontan el reconocimiento de esta realidad en el campo particular que se investiga en los últimos 10 años, se encuentran:

Martínez Cárdenas, (2011): juegos con tareas para el mejoramiento de habilidades técnicas del fútbol en los alumnos de 6to grado. (Habilidades combinadas)

Vázquez Morales, (2011): diseña acciones para el mejoramiento de las habilidades combinadas del Baloncesto en las clases de Educación Física, que permitan estimular el aprendizaje en escolares de 12mo grado.

Mesa Barret, (2012): valora la influencia de los juegos con tareas para el mejoramiento de habilidades técnicas del Baloncesto en los estudiantes de 11no grado del Instituto Preuniversitario José Martí del municipio Camajuaní.

Coral Mateu y Lleixà Arribas, (2013): presenta un artículo donde aborda las características y la tipología de las tareas para el aprendizaje integrado de Educación Física y lengua inglesa (AICLE), e identifica las que suscitan mayor interés en el alumnado.

Sánchez Caso, (2013): selecciona ejercicios para mejorar desde el Deporte para Toda la ejecución técnica en las pruebas de Atletismo del Proyecto nacional del Inder en primaria.

Coral Mateu y Lleixà Arribas, (2013): Aborda las características y la tipología de las tareas para el aprendizaje integrado de Educación Física y lengua inglesa (AICLE), e identifica las que suscitan mayor interés en el alumnado. Valderrama, R., y Col. (2015).

Pérez Bleda, Manuel (2016). El juego como herramienta principal en las clases de Educación Física. Trabajo de Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad Miguel Hernández de Elche.

Requena Pérez (2019): juegos con tareas motrices para el tratamiento de las habilidades combinadas del Baloncesto en escolares de 5to grado de la ENU “Florentino Fleites Rodríguez”

Calderón Villa, Y., Valdez Labrador, Y., & Basulto Vázquez, Y. (2017). Juegos con tareas para las habilidades técnicas del Baloncesto en las clases de Educación Física.

Ramírez, R., Flores, P., & Ruiz-Hidalgo, J. F. (2016). Modificación de juegos para el diseño de tareas.

Puelles Puelles, N. (2019). Enseñanza de las habilidades en el Baloncesto. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Lima, Perú.

Zerquera González, Y (2021). Juegos con tareas para mejorar las habilidades combinadas del Baloncesto, en las clases de Educación Física. Tesis de Maestría en metodología de la Educación Física contemporánea. Mención nivel medio y superior

Todas estas referencias anteriores sobre los juegos con tareas resultan elaboraciones teóricas a partir del tratamiento de los fundamentos aportados por cada una de las áreas del conocimiento afines y específicamente las relacionadas con la especialidad del ejercicio de la profesión, se abordan según los objetivos, criterios o puntos de vista, así como por las acciones que generalmente se realizan en el juego, es del criterio de la autora, que además resulta una fuente muy importante para la investigación.

1.4. PARTICULARIDADES DEL BALONCESTO 3 X 3 EN LA CATEGORÍA 11-12 AÑOS.

El Baloncesto 3x3 o básquetbol 3x3, es una adaptación del Baloncesto. Si bien el juego ya existía con anterioridad, FIBA lo reglamentó y creó campeonatos internacionales para el mismo. La atención de la FIBA al Baloncesto 3x3 llegó en 2007, cuando se decidió experimentar una forma alternativa de este deporte en los

Juegos Olímpicos de la Juventud de 2010 JOJ en Singapur (fibaamericas.com.ar., 2013).

Examinado en febrero de 2007 por la Comisión Juvenil de Baloncesto FIBA y la Comisión de Competiciones Internacionales, el Baloncesto 3x3 se recomendó a la Junta Central de FIBA para los JOJ de 2010, y fue aprobado en diciembre de 2007. Fue elegido porque es un deporte con una imagen joven, urbana y positiva, así como por su universalidad y por la limitada infraestructura y equipo necesario para jugar. En consecuencia, el Baloncesto 3x3 fue identificado como un catalizador potencial para su desarrollo en todo el mundo. En el periodo previo a Singapur, FIBA trabajó intensamente en la puesta en marcha de un conjunto unificado y adaptado de reglas para el baloncesto 3x3, al mismo tiempo que examinó la posibilidad de nuevos torneos 3x3 internacionales, así como un calendario 3x3.

El 3x3 hizo su primera aparición en la escena internacional en los JOJ de 2010 y fue etiquetado como el evento más atractivo de la ciudad. En septiembre de 2010, el Congreso Mundial de la FIBA en Estambul fue testigo de una presentación en profundidad de la disciplina y de la ambición que tenía FIBA en el desarrollo del Baloncesto 3x3, incluyendo que se convierta en una disciplina olímpica. Un conjunto de objetivos y recomendaciones de un grupo de trabajo centrado en el 3x3 se combinaron para formar un plan de trabajo para el futuro desarrollo del Baloncesto 3x3.

Esto incluyó un conjunto mejorado de las normas, así como una estrategia de tecnología centrada en una red mundial de competiciones y una comunidad online para los jugadores. Participaciones y actuaciones se traducirían en una clasificación individual. Pudiendo los jugadores cambiar de equipo de un torneo a otro. El plan de trabajo fue aprobado por la Junta Central de la FIBA durante su reunión en Lyon el día 13 de marzo de 2011. El visto bueno tuvo lugar tras una fase de prueba llevada a cabo durante el verano de 2011. En este periodo de tiempo, FIBA colaboró en un gran número de torneos 3x3, recopilando datos y opiniones. Otro importante hito se alcanzó en septiembre de 2011, con la primera

Copa Mundial FIBA U18 3x3 que se celebró en la costera localidad Italiana de Rimini

Los últimos pasos se dieron en diciembre de 2011 tras la Junta Central de la FIBA, cuando se dio luz verde a un calendario internacional de competiciones a partir de 2012, incluyendo la Copa Mundial y el FIBA 3x3 World Tour, los dos eventos principales de un sistema de competición global. El lanzamiento de la comunidad de jugadores y eventos, 3x3Planet, en junio de 2012, completó el primer capítulo de la historia del baloncesto 3x3.

Este deporte se practica en una cancha de 15 metros de ancho y 11 metros de largo, lo que es equivalente a dividir la cancha del Baloncesto normal en dos. Cada cancha tiene un aro y ambos equipos rotan entre ataque y defensa. Ambos equipos están formados por tres jugadores y pueden realizar un cambio.

El partido comienza con un sorteo para determinar qué equipo hace las veces de atacante y cual las veces de defensor. Cuando un equipo defensor recupera el balón, cambia a atacar hacia el aro que defendía. Los partidos duran 10 minutos, y el reloj se detiene cada vez que la pelota "está muerta" o existió una falta.

El primer equipo en anotar 21 puntos o más gana el partido si esto sucede antes de los 10 minutos, si en cambio, al cabo de los diez minutos ningún equipo supero esa marca, gana el que tenga mayor puntaje. En el caso de existir un empate al cabo de los diez minutos, se dará un minuto de descanso y luego se jugará un tiempo adicional, el cual durará hasta que un equipo logre anotar 2 puntos.

Las faltas son similares a las del Baloncesto normal, pero cambian los números sobre cuando un equipo "entra en falta". A diferencia del deporte común, entra en falta un equipo al cometer siete faltas, y tras las nueve cometidas las demás se considerarán "faltas técnicas". A diferencia del Baloncesto normal, no se lleva cuenta de las faltas personales.

Por cada falta dentro del arco se dará la posibilidad de lanzar un tiro libre al equipo que la recibió. Por cada falta fuera del arco se darán dos tiros libres.

Una vez superadas las seis faltas se otorgarán dos tiros libres, independientemente del tipo de falta, y superadas las diez faltas se otorgan dos tiros libres y la posesión del balón.

Cuando se anota un tanto, el equipo que lo recibió pondrá en juego el balón haciendo un pase o toque. En caso de que se falle el tanto, y si la pelota la recibe el equipo defensor, deberá llevarla fuera del arco para poder jugarla nuevamente. Se realizarán cuando el balón este "vivo", es decir, cuando salga volando o muerda a algún jugador.

Reglas

- Cada equipo estará compuesto por 4 jugadores de los cuales 1 será suplente.
- Será juez del partido, 1 o 2 árbitros más un anotador/cronometrador.
- Se lanzará una moneda, el equipo que gane, elegirá si empezar atacando o defendiendo.
- Cada tiro dentro de la línea de 6.75m sumará 1 punto.
- Cada tiro fuera de la línea de 6.75m sumará 2 puntos.
- Cada tiro libre anotado sumará 1 punto.
- El partido tendrá una duración de [10] minutos y se parará el tiempo en situaciones de balón muerto y en los tiros libres.
- Ganará aquel equipo que consiga anotar 21 puntos o aquel que vaya ganando al finalizar los 10 minutos reglamentarios. En caso de empate tras los 10 minutos de partido, se jugará una prórroga que ganará el primer equipo que anote 2 puntos.
- Un equipo entra en bonus cuando entre todos suman 6 faltas. No se tienen en cuenta las faltas individualmente ni se expulsarán a jugadores por realizar x faltas. Las faltas de tiro dentro de la línea de 6.75m se castigarán con 1 tiro libre mientras que las de fuera de la línea de 6.75m se harán con 2 tiros libres.
- A partir de la 6ta falta de equipo, las siguientes se sancionarán de la siguiente manera, las faltas 7,8 y 9 se pagarán con 2 tiros libres. A partir de la 10ta falta se castigarán con 2 tiros libres y posesión del balón.

- Siempre que el equipo defensivo robe la pelota o reciba una canasta, éste deberá salirse de la línea de 6.75m para iniciar su ataque.
- El balón oficial es el Molten BGG6.

El hecho de adaptar las condiciones del Baloncesto 3x3 a las características de los niños, es un factor muy importante a la hora de favorecer el aprendizaje a la vez que la motivación por dicho deporte Bunker & Thorpe, 1982; Kirk & MacPhail, (2002).

Para mejorar la calidad de la enseñanza del Baloncesto 3x3 en los combinados deportivos deportivos, es imprescindible el manejo de una metodología adecuada. Se precisa emplear la metodología lúdica para la iniciación deportiva, junto con el conocimiento de las reglas actualizadas que rigen la práctica deportiva.

El objetivo del Mini-Baloncesto es de proporcionar oportunidades para los niños de todas las habilidades para disfrutar experiencias ricas y de calidad, que ellos transferirán al Baloncesto con su entusiasmo, el tamaño del balón se reduce y la altura de los tableros y el cesto, se baja. El baloncesto tiene muchas reglas técnicas, en el Mini-Baloncesto éstas son reducidas al mínimo.

Sin embargo, más reglas pueden ser introducidas mientras los niños progresan en sus habilidades y sus capacidades de aprendizaje. La Zona de FIBA respectiva debe ocuparse de encontrar el camino para que los países apliquen las mismas reglas y utilicen la misma filosofía.

El Mini-Baloncesto es jugado por 2 equipos de 5 jugadores cada uno. Juegos de 2 vs. 2 y 3 vs. 3, también pueden jugarse en media cancha. El objetivo de cada equipo es de anotar en el cesto del equipo contrario y de evitar que el otro equipo anote. Únicamente los niños y niñas de 8 y 9 años pueden jugar en el mismo equipo. Igualmente procede a los de 10 y 11 años de edad.

La cancha de juego debe tener una superficie lisa y dura, libre de obstáculos. Las dimensiones de los terrenos pueden variar de acuerdo a las facilidades locales. El tamaño estándar es de 28 metros de largo por 15 metros de ancho.

Puede ser reducida a escala en tamaño, siempre y cuando las variaciones estén en las mismas proporciones, por ejemplo: 26 m x 14 m; 24 m x 13 m; 13 m x 7 m; 12 m x 6,50 m

La línea de tiro libre este a 4.00 m del tablero, no es necesaria la línea de 3 puntos porque no hay puntos de ese valor. Los cestos comprenderán de aros y de redes, a una altura de 2.65 m para niños de 8 a 11 años.

El balón es similar al diseño a los balones de baloncesto para mayores, para niños y niñas de 8 a 11 años de edad, deben utilizar un balón de tamaño # 5.

La defensa de zona está prohibida en Mini-Baloncesto. El equipo que no cumpla con esta disposición, su monitor debe ser sancionado con una falta técnica.

Todos los jugadores tienen derecho a participar en dos periodos. Todos los jugadores deben estar sentados en el banco como sustituto por los dos periodos restantes, excepto cuando sea necesario ingresar para reemplazar a un jugador que se lesiona, lo descalifican o haya cometido cinco faltas personales o técnicas.

Todos los jugadores deben jugar como mínimo un cuarto de 10 minutos completo durante el cual no puede ser sustituido, a menos que se detecte una lesión, lo descalifiquen o cometa su sexta falta personal.

CAPÍTULO II: ASPECTOS METODOLÓGICOS DE LA INVESTIGACIÓN

En este capítulo se explican los criterios metodológicos seguidos en la investigación.

3.1. Población y muestra

Para la realización del trabajo se utilizaron tres poblaciones, una compuesta por 4 jugadores del equipo 11-12 años del municipio Santa Clara.

La segunda población estuvo compuesta por 13 entrenadores de la categoría en los 13 municipios de la provincia que participaron en el provincial, la comisionada provincial.

Además de 4 entrenadores de la EIDE provincial Héctor Ruiz de Villa Clara, comisionada provincial y 2 profesores de la facultad, los que sirvieron para la valoración de la aplicabilidad de los juegos seleccionados.

Se decide tomar esta población, debido a que son los profesores que llevan años en el deporte, y poseen una vasta experiencia en el conocimiento teórico metodológico del Baloncesto y ser graduados de Cultura Física.

MÉTODOS Y TÉCNICAS UTILIZADAS:

La investigación estuvo compuesta por las etapas siguientes:
Primera etapa: Diagnóstico

- * Observación de entrenamiento
- * Pruebas técnicas
- * Revisión de documentos.
- * Entrevista a profesores del Combinado Deportivo.

Segunda Etapa: Diseño de los juegos con tareas para el tiro en movimiento después del drible municipio de Santa Clara y valoración según el criterio de usuarios.

- * Criterio de especialistas
- * Trabajo grupal de mesa para el análisis de las dificultades detectadas y los posibles ejercicios a proponer.

Para darle cumplimiento a los objetivos de la investigación se aplicaron los siguientes métodos:

Métodos del nivel teórico. Los métodos teóricos posibilitaron, a partir de los resultados obtenidos, sistematizarlos, analizarlos, explicarlos, descubrir qué tienen en común, para llegar a conclusiones confiables que nos permitan resolver el problema desde el punto de vista metodológico.

Analítico-Sintético: Se utilizó para discernir los aspectos esenciales del tema que se estudia. Además se encuentra presente a lo largo de toda la tesis.

Inductivo-Deductivo: Se utilizó para determinar los conceptos fundamentales y posicionamiento que deben estar presentes en la tesis.

Métodos del nivel empírico:

Revisión de documentos: para conocer los documentos normados, Programa Integral de Preparación del Deportista, las orientaciones metodológicas para el trabajo de la categoría, artículos, trabajo de diplomas, tesis de maestría e investigaciones realizadas sobre Baloncesto a nivel nacional e internacional.

Que muestren comportamiento de la diversidad de juegos con tareas, así como propuestas anteriores y que de una forma u otra puedan formar parte del proceso de investigación, la consulta, análisis y la trayectoria concreta de la teoría y su aplicación.

La observación: permitió la posibilidad de apreciar el desenvolvimiento de los jugadores durante el entrenamiento y la competencia y su actuación en la pruebas realizadas y conocer las irregularidades en relación con la enseñanza del tiro después del drible por parte de los jugadores. En el anexo 1 se presenta el instrumento utilizado al respecto.

Pruebas técnicas: para comprobar el desarrollo de habilidades, destrezas y coordinación de movimientos, **anexo 3**

Las pruebas fueron:

1. Carrera con cambio de dirección.
Objetivo: Medir la habilidad y destreza durante el desplazamiento con cambio de dirección, finalizando con tiro bajo el aro después de drible.
2. Tiro en movimiento cerca del aro después de drible (por la derecha e izquierda del terreno). Objetivo: Medir la coordinación y efectividad en el tiro cerca del aro después de drible (sin tiempo).

3. Acción individual. Esta prueba consiste en los desplazamientos que debe realizar el alumno para recibir el balón; debe realizar corte y después desmarque y salida rápida hacia la pelota. Objetivo: Medir el dominio técnico y efectividad en los encestes.

El objetivo fundamental de esta forma de evaluación radica en el cumplimiento de la aplicación del proceso de enseñanza aprendizaje del baloncesto en la fase de formación, para ellos las edades 11 a 12, años, en todos los campeonatos de cualquier nivel del país, se evaluara de la siguiente forma:

El sistema de evaluación será el siguiente:

- 1) Por cumplir con las normativas de talla del jugador orientado por la Comisión Nacional 10 puntos.
- 2) Cumplimiento de las evaluaciones técnicas de los jugadores ante el tribunal de evaluación de los test técnicos que aparecen en el documento 50 puntos.(los test técnicos que aparecen en el documento),
- 3) Resultado final en la competencia: 40 puntos.

La sumatoria de estos aspectos definen los resultados de los equipos participantes en la competencia, se puede dar el caso que un equipo gane todos los juegos, porque tiene cuatro jugadores técnicamente muy buenos y no quede en primer lugar general en el torneo, por no cumplir con las exigencias técnicas el resto de los jugadores. Es por eso que se hace necesario incrementar el proceso de enseñanza para poder lograr una buena posición en el torneo.

Encuesta: se realiza a los entrenadores con el objetivo de determinar el nivel de conocimiento de los contenidos que se aplican en el programa, y los elementos de difícil comprensión en el proceso de enseñanza aprendizaje del Baloncesto

Entrevista: se realizó a la comisionada, entrenadores de Baloncesto de la EIDE Provincial Héctor Ruiz de Villa Clara, así como profesores de

la facultad de Cultura Física para valorar los juegos con tareas para el tiro al aro en movimiento después del drible propuestas en el trabajo.
Del nivel estadístico matemático: Cálculo porcentual y estadística descriptiva (tablas y gráficos).

CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.

3.1 Resultados obtenidos en las diferentes etapas

3.1.1 Etapa de diagnóstico

Observación: permitió conocer las irregularidades referentes a los procedimientos metodológicos que se utilizan en las sesiones de entrenamiento y su relación con la asimilación de la acción de tirar después del drible por parte de los jugadores. En el **anexo 1** se presenta el instrumento utilizado al respecto.

Los principales errores fueron: mano de apoyo por encima del balón dificultando su salida, excesivo desplazamiento en el eje horizontal a la hora de tirar con el fin de generar un mayor impulso, estilo de tiro bajo en muchos jugadores, pies mal orientados, flexión incompleta de la muñeca al tirar, escasa flexión de piernas al inicio del tiro.

Revisión de documentos: mediante este método se efectuó una búsqueda y análisis de los contenidos por los cuales se orientan los entrenadores para la enseñanza de este tiro. En esta pesquisa se pudo determinar que existen debilidades en cuanto a la claridad y la contextualización de las orientaciones que deben seguir para desarrollar las clases de entrenamiento del Baloncesto.

Encuesta a los entrenadores y comisionada provincial: señalan que este contenido forma parte de la clase de entrenamiento en función de lograr un desarrollo adecuado de la habilidad de acuerdo a las exigencias de las orientaciones metodológicas de los programas y las pruebas técnicas que realizan.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se realizaron un total de 20 observaciones en el área deportiva de Baloncesto con el siguiente resultado:

Se pudo constatar que el elemento técnico objeto de la muestra de investigación es el tiro en movimiento, al ritmo de dos pasos, por encima del hombro después de driblin. Se trabaja sistemáticamente en todas las clases, pero no se realiza metodológicamente como está establecido, sobre todo en la corrección de errores fundamentales como dar más de dos pasos, coordinación de brazos y piernas, fluidez de movimiento; además no se dedica el mayor tiempo a la ejecución con la mano no diestra, por tanto, existe una pobre aplicación del método fundamental de

la enseñanza, analítico, asociativo, sintético, y se violan las etapas de la enseñanza de las habilidades los cuales son inviolables.

El principio de la lateralidad de las acciones motoras

Este aspecto contribuye de forma negativa a la asimilación de la técnica de este elemento.

Estos resultados evidencian la necesidad de la aplicación de la esencia de esta investigación tomando como patrón que de 10 observaciones realizadas solo en una se comprobó que priorizan el trabajo de este elemento para un 5%, no en 4 para un 40%; a veces 5 para un 50%, constituyendo una de las problemáticas fundamentales a resolver por la gran utilidad que tiene esta forma de tirar en estas edades tempranas.

A pesar que existen bibliografías básicas para la enseñanza como la del Dr. C. Pedro Luís de la Paz, se observó que no son utilizados correctamente. Se demostró que el personal técnico no se autoprepara debidamente, lo que trae consigo que se afecten otros aspectos de los componentes didácticos y pedagógicos como son:

- Una inadecuada selección de objetivos, métodos, medios y la forma de evaluación, todos interrelacionados entre sí, pero directamente al contenido que es sin dudas el objetivo de investigación.
- Se manifiesta una pobre utilización de otros procedimientos que enriquezcan el caudal de conocimientos y el intelecto de los jugadores; éstos se utilizaron en dos ocasiones para un 10%, no se utilizaron en 15 para un 75%, a veces en 3 para 15%.

En esta situación, se confirma la presencia de un elemento técnico combinado en su manifestación después de dribbling; necesariamente se debe desarrollar la capacidad física coordinativa, compleja coordinación para mejorar el ritmo de ejecución de la habilidad motriz deportiva, pero en este caso, es muy importante que se cumpla un principio didáctico: la conciencia y la actividad para que el atleta

se concientice de lo necesario del dominio de este elemento y tenga interés en mejorar sus propios errores, percatándose en cada momento que comete el error.

- Se debe prestar especial atención a las características fisiológicas de la edad por ser la entrada a la adolescencia existiendo un freno en la coordinación. Se hace énfasis en lo planteado anteriormente porque en 17 no, para un 85%, en tres observaciones se corroboran que a veces se logra la coordinación necesaria para un 15%.

- La práctica colectiva exige siempre de un pensamiento productivo, creador pues lo caracteriza la variabilidad en el accionar de los jugadores. Es necesario que esta práctica sea sistemática, pues enriquece el pensamiento del jugador, permitiendo que se acumulen experiencias que van aumentando el arsenal táctico de manera que puedan responder sobre la base de lo conocido resolver correctamente las situaciones que se van dando.

La motivación en los entrenamientos es un factor importante, si se tiene en cuenta las características de la edad, siendo el juego un medio que eleva este renglón fundamental y a la vez desarrolla habilidades y capacidades; los resultados evidencian dificultades al respecto ya que, en dos ocasiones, se observó que se utilizan juegos de motivación para un 10%, no se utilizaron en 16 para un 80%, a veces en 2 para un 50%, que también pueden hacer función de acondicionamiento.

Los procedimientos que se utilizan en 7 ocasiones son los publicados que generalmente se llevan a la práctica, para un 35%, no se utilizaron en 8, para un 40%, a veces en 5, para 25%, pero queda demostrado que a pesar de no utilizarlos en su totalidad la realidad demuestra que son necesarias; se debe generalizar las experiencias de aquellos especialistas que históricamente han tenido resultados muy positivos.

En las entrevistas realizadas, se tomaron en cuenta el criterio de un total de 12 entrenadores de gran experiencia en la actividad, entre los 16 y los 40 años. Actualmente son los de mejor resultados históricos en la provincia.

Todos coinciden que el elemento técnico objeto de la investigación tiene gran importancia en el juego de baloncesto, por lo sistemático de sus repeticiones, además contribuye al fundamento básico más importante, por ser la esencia del juego anotar una canasta mediante un tiro; en este caso tratándose de esta manifestación que adquiere mayor relevancia en estas categorías porque las acciones de las cuales forma parte, se realizan en movimientos rápidos, por ejemplo, los contraataques ofensivos rápidos o simplemente de forma individual.

Este contenido forma parte de la clase en función de lograr un desarrollo adecuado de la habilidad de acuerdo a las exigencias de las orientaciones metodológicas de los programas y las pruebas técnicas que realizan a nivel provincial y nacional. Un aspecto esencial dentro del proceso de enseñanza aprendizaje es el orden metodológico de los elementos técnicos; en este caso 4 entrenadores le otorgan el segundo lugar para un 100%. Estos declararon que, al comenzar los fundamentos con balón, se debe enseñar el tiro básico para una mejor asimilación del tiro en movimiento al ritmo de dos pasos, por ejemplo, el agarre del balón y cuarto de giro, la postura básica del jugador de baloncesto, las sensaciones y percepciones con relación a la altura, tamaño, distancia del aro, la similitud de la estructura del movimiento que va dejando una huella positiva en la memoria del atleta. Todos los entrenadores que la metodología que conocen es la publicada por el Dr. Pedro Luís de la Paz, Dr. C Francisco Mora Ayllón y el Dr. C Ricardo Pardo Hernández.

Se convierten estos procedimientos en mecanismos esquemáticos para la enseñanza, ocupando un segundo plano las iniciativas creadas, los puntos que marcan los errores y el mismo desarrollo producto de la sistematización, que al obtener un carácter renovador es el momento de aplicar la propuesta en estrecha relación a los métodos y procedimientos que hagan accesibles estos conocimientos; trae como resultado que la metodología que se aplica es la mencionada, quedando fuera de la generalización algunas valiosas experiencias de entrenadores que la han puesto en práctica y han obtenido resultados satisfactorios.

Se puede concluir que la enseñanza de los elementos técnicos objeto de esta investigación no son los resultantes de la aplicación sistemática y progresiva de un trabajo con rigor metodológico; se evidencia violación en el orden de manifestación de las habilidades, siendo consecuencia de la pobre utilización de los procedimientos establecidos en tales efectos.

Se propone además un conjunto de ejercicios que cumplen con las exigencias metodológicas para trabajar en edades tempranas por su fácil ejecución, pero constituyen la base de otros elementos más complejos que tendrán que realizar en categorías superiores.

CAPÍTULO III. SELECCIÓN DE LOS JUEGOS CON TAREAS Y LA VALORACIÓN DE LOS ESPECIALISTAS.

Este proceso de selección se apoyó en la realización de la técnica grupal, partiendo de posiciones interactivas, nos permitió abordar el tema y brindar una propuesta, quienes con su experiencia y resultados deportivos, lograron descubrir desde el interior de su práctica, los principales elementos estructurales de los juegos con tareas, así como también las informaciones obtenidas mediante el diagnóstico de los conocimientos, procedimientos metodológicos respecto al tiro en movimiento después de drible

Orientaciones Metodológicas:

Realizar los juegos primeramente en condiciones sencillas e ir aumentando su complejidad. Tiene un alto nivel de motivación en los estudiantes puesto que las acciones que realizan son grupales, y el juego es un elemento imprescindible en el desarrollo de dichas actividades. Se utiliza la estructura de los juegos. (Objetivos, materiales, organización, desarrollo, diagrama, reglas y variantes) El tiro al aro en movimiento después de drible es la única habilidad combinada, donde es necesario enseñarla, debido a su grado de complejidad en la coordinación de los movimientos. Para su enseñanza se sugieren ejercicios de imitación, saltos al tablero partiendo de la línea de tiros libres, atravesar las líneas que demarcan el terreno, etc.

La realización del movimiento con balón puede partir:

1. Con un drible al frente
2. Con varios dribles en el lugar y uno al frente
3. Desplazamiento en drible desde la línea central

Todos los movimientos culminan con el tiro al aro. Su enseñanza se hará por ambos lados (izquierdo - derecho)

La corrección de errores será paulatina y siguiendo el siguiente orden:

1. Coordinación de enlace (drible y frecuencia de pasos)
2. Agarre del balón en la carrera
3. Conteo de los pasos (dos pasos y un salto)
4. Pierna de péndulo al frente
5. Lanzamiento del balón (extensión del brazo).
6. Extensión durante la fase de vuelo
7. Caída (pierna flexionada).

3.1 Selección de los juegos con tareas (Anexo nro7)

Juego nro1. Gráfico nro1

Nombre: Tiro al blanco.

Objetivo: Coordinar la frecuencia de pasos y el salto durante el tiro.

Materiales: balón de mini y terreno.

Organización: Se forman equipos según cantidad de balones y aros.

Desarrollo: Cada equipo se ubicará de forma diagonal al tablero desde la línea media del terreno. A la señal del entrenador el primer jugador comienza a realizar el tiro al aro en movimiento después de drible. Tomando como referencia el centro del rectángulo ubicado en el tablero. Gana el equipo que primero anote la cantidad de tiros señalados

Tarea:

Hacer la coordinación frecuencia de pasos y el salto basándose en las marcas hechas en el piso.

Variantes.

Realizarlo lado contrario.

Realizarlo desde los puntos de las posiciones básicas del juego (aleros-delanteros).

Juego nro2.

Grafico nro2

Nombre: Siguiendo el sendero.

Objetivo: Coordinar de frecuencia de pasos, el salto y movimiento final del brazo de lanzar.

Materiales: Balones y terrenos.

Organización: Los jugadores ubicados de forma diagonal al tablero desde la línea media del terreno en una hilera, menos un jugador que hará de pasador que estará ubicado unos metros delante de la hilera. A la señal del entrenador el primer jugador realiza el pase al jugador más adelantado, el cual le regresa a través de un pase el balón; este sale dribleando hasta el aro y hace un tiro en movimiento después de drible. Tomando como referencia la parte superior del aro. Gana el equipo que primero anote la cantidad de tiros señalados

Tarea.

Hacer basándose en las marcas hechas en el piso la correcta coordinación de frecuencia de pasos, el salto y movimiento final del brazo de lanzar.

Variantes:

Realizarlo con ambas manos y corregir errores. Realizarlo lado contrario.

Trabajar en la ocupación de espacio desde los puntos de las posiciones básicas del juego (base - base).

Juego nro3. .

Gráfico nro3

Nombre: El anillo.

Objetivo: Coordinar, frecuencia de pasos, el salto y movimiento final del brazo de lanzar.

Materiales: Balón de mini y terreno.

Organización: Se forman equipos según cantidad de balones y aros.

Desarrollo: Un equipo se ubicará en una hilera en la línea de fondo del aro en donde encestará. A la señal del entrenador el primer jugador de hilera se desplaza en drible hasta el círculo de la línea de tiros libre, lo bordea una vuelta completa finalizando en un tiro al aro después de drible. Gana el equipo que primero anote la cantidad de tiros señalados.

Tarea.

Observar la coordinación, frecuencia de pasos, el salto y movimiento final del brazo de lanzar.

Variantes:

Realizarlo con ambas manos y corregir errores. Realizarlo lado contrario.

Trabajar en la ocupación de espacio desde los puntos de las posiciones básicas del juego (base - base).

Acción de juego de 1vs1

Juego 4.

Gráfico nro4

Nombre: Encesta y gana.

Objetivo: Coordinar el movimiento de la pierna de péndulo durante el salto y el tiro al aro.

Materiales: balón de mini y terreno.

Organización: Se organizan los alumnos en dos equipos, cada equipo forma una hilera por el lado del tablero y en ángulo con este. Frente a cada hilera se traza un círculo a una distancia aproximada de 6 m del aro y a una distancia de 3 m de este se traza una línea detrás de la cual se colocará la hilera de alumnos. Se coloca un balón dentro del círculo.

Desarrollo: A la señal del profesor los alumnos que encabezan cada hilera corren hacia el círculo, recogen el balón, driblan y tiran al aro; una vez realizado el tiro, recogen el rebote y regresan al círculo driblando, colocan el balón y corren a ocupar el último lugar de la hilera.

Al sobrepasar la marca que está frente a la hilera sale el segundo alumno a realizar el mismo ejercicio y así sucesivamente. Gana el equipo que más canastas haya logrado al reintegrarse el primer alumno a su posición inicial y cruzar la marca el último alumno de la hilera que ejecute el ejercicio.

Tarea: Coordinar el movimiento de la pierna de péndulo durante el salto y el tiro al aro.

Variante: Hacer el mismo procedimiento, pero con la mano no diestra.

Juegos característicos de la segunda fase (consolidación) del programa de enseñanza comprendida para 19 semanas de entrenamiento.

3.3. TERCERA ETAPA. VALORACIÓN DE LA PROPUESTA POR CRITERIO DE LOS ESPECIALISTAS

Se seleccionaron como especialistas, todos coinciden que el elemento técnico objeto de la investigación tiene gran importancia en el juego de Baloncesto, por lo

sistemático de sus repeticiones, además constituye el fundamento básico más importante, por ser la esencia del juego anotar una canasta mediante un tiro.

Ofrecieron un grupo de recomendaciones y sugerencias, que se toman como base para la propuesta de intervención, una vez verificada y consensuada la factibilidad y científicidad de las ideas ayudaran a mejorar las habilidades combinadas del Baloncesto, lo que generará gran interés por parte de los estudiantes hacia la práctica deportiva y por ende mayor motivación.

Además, fundamentan que en la actualidad estamos llamados a buscar alternativas que incremente la práctica del Baloncesto, permitiendo así que sientan amor hacia la práctica deportiva.

Los beneficiarios directos de la presente investigación son los jugadores de la categoría y los usuarios representados por los entrenadores de los municipios, en la medida que sientan la necesidad de cada uno de sus movimientos para su aplicación en el juego, esto generará en el un óptimo desarrollo tanto en lo personal como en lo deportivo. Significatividad.

CONCLUSIONES

- El diagnóstico realizado a la categoría 11-12 años en el Baloncesto 3vs3, arrojo que existen dificultades en la ejecución del tiro en movimiento después de drible.
- Los juegos con tareas para el tiro en movimiento después driblen quedó conformada a partir del criterio de los entrenadores, cuyo fundamento y estructura propician el desarrollo del juego en la categoría.
- Los elementos esenciales que se incorporan teniendo en cuenta la estructura de los juegos en la bibliografía consultada.

- Los especialistas valoran los juegos con tareas como de gran necesidad y viables.

RECOMENDACION

- Dirigir investigaciones hacia la posibilidad de aplicar los juegos con tareas a otros grupos del centro para el mejoramiento de habilidades técnicas del Baloncesto

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Piñar, M. I., Cárdenas, D., Conde, J., Alarcón, F., & Torre, E. (2007). Satisfaction in minibasketball players. *Perceptual and Motor Skills*, 4, 122-125.
2. Arias, J. L. (2012). Performance as a function of shooting style in basketball players under 11 years of age. *Perceptual and Motor Skills*, 114(2), 446-456.
3. Arias, J. L., Argudo, M., & Alonso, J.I. (2012). Effect of basketball mass on shot performance among 9-11 year-old male players. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 7(1), 69-79.
4. González Largo, D. (2012). Análisis de los porcentos de efectividad de los tiros en suspensión de media y larga distancia en la categoría 13-15 años del Baloncesto masculino en el municipio Camajuaní. (Trabajo de Diploma). Villa Clara: UCCFD "Manuel Fajardo"
5. Palacios Antúnez, L. (2013). Perfeccionamiento del tiro libre a partir de correcciones Biomecánicas.(Trabajo de Diploma). Villa Clara. UCCFD "Manuel Fajardo".
6. Mena Llaneras, A. (2013). Perfeccionamiento de la técnica del tiro en suspensión de baloncestistas juveniles masculinos. (Trabajo de Diploma). Villa Clara: UCCFD "Manuel Fajardo".
7. Arteaga Vega, E. (2016). Ejercicios especiales para mejorar la técnica de ejecución del tiro en suspensión de media distancia de las baloncestistas de la categoría 13-15 años de Villa Clara. (Trabajo de Diploma).UCLV.Villa Clara
8. Chase, M. A., Ewing, M. E., Lirgg, C. D., & George, T. R. (1994). The effects of equipment modification on children's self-efficacy and basketball shooting performance. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(2), 159-168.
9. Roberto Crespo Contreras(2017) Enseñanza del tiro en movimiento, por encima del hombro, en atletas de Baloncesto, categoría escolar. Revista PODIUM
- 10.Regimbal, C., Deller, J., & Plimpton, C. (1992). Basketball size as related to children's preference, skill and scoring. *Perceptual and Motor Skills*, 75, 867-872.

11. Díaz, A., & Arias-Estero, J.L. (en prensa). Desarrollo de una propuesta innovadora para la evaluación de la técnica de tiro en baloncesto. En *Innovación Educativa en las Aulas de Primaria*. Murcia: Editum.
12. Faucher, D. (2002). *Enseñar baloncesto a los jóvenes*. Barcelona: Paidotribo.
13. Gabbard, C. P. & Shea, C. H. (1980). Effects of varied goal height practice on basketball foul shooting performance. *Coach and Athlete*, 42, 10-11.
14. Garzón, B., Lapresa, A., Anguera, M. T., & Arana, J. (2014). Del minibasket al baloncesto: Efectos de la actual configuración reglamentaria en el patrón técnico de lanzamiento de tiro libre. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(1), 77-85.
15. Isaacs, L.D., & Karpman, M.B. (1981). Factors effecting children's basketball shooting performance: A log-linear analysis. *Carnegie School of Physical Education and Human Movement*, 1, 29-32.
16. Juhasz, M. & Wilson, B. D. (1982). Effect of ball size on shooting characteristics of junior basketballers in comparison to adults. *Australian Journal of Sport Sciences*, 2(2), 16-20.
17. Kirk, D., & MacPhail, A. (2002). Teaching games for understanding and situated learning: Re-thinking the Bunker-Thorpe model. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21, 177-192.
18. Liu, S., & Burton, A. W. (1999). Changes in basketball shooting patterns as a function of distance. *Perceptual and Motor Skills*, 89, 831-845.
19. Méndez, J. (2005). *Técnicas de enseñanza en la iniciación al baloncesto*. Barcelona: Inde.
20. Díaz-Aroca, A. y Arias-Estero, J.L. (2015). Experiencia práctica: Propuesta de tareas para mejorar la técnica y el éxito en el tiro en baloncesto con niños de entre 10 y 12 años. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 410, 105-114
21. Satern, M., Messier, P., & Keller-McNulty, S. (1989). The effect of ball size and basket height on the mechanics of the basketball free throw. *Journal of Human Movement Studies*, 16, 123-137.
22. Wissel, H. (2015). *Baloncesto: Aprender y progresar*. Barcelona: Paidotribo

23. Comas, M. (1991). *Baloncesto, más que un juego*. Madrid: Editorial Gymnos.
24. Hernández, J. (2000). *Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: s.e.
25. Sampedro J. (1980). *Pedagogía del baloncesto*. España: Editorial Mañón.
26. Zaragoza, J. (1992). La importancia de los mecanismos de percepción y decisión en baloncesto. *Revista Clinic*, (18), 14-15.
27. Antonielli, F. (1982). *Psicología del deporte*. España: Editorial Miñón.
28. Águila, C. y Casimiro, A. (2000). Consideraciones metodológicas para la enseñanza de los deportes colectivos en edad escolar. *Revista digital efdeportes*. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd/20a/método1.htm>.
29. FIBA tiene un nuevo juego - baloncesto 3x3. fibaamericas.com.ar.
30. FIBA desea fortalecer su crecimiento y aumentar el número de jugadores y fans a través de la estructuración, y desarrollo, del baloncesto 3x3 a nivel mundial. fibaamericas.com.ar.
31. Bunker, D., & Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in the secondary school. *Bulletin of Physical Education*, 10, 9-16.
32. Kirkov Dragomir, V. (1975). *Manual de Baloncesto*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
33. Kirkov Dragomir, V. (1990). *Manual de Baloncesto*. La Habana, Editorial Científico-técnica.
34. Mena Llaneras, A. (2013). *Perfeccionamiento de la técnica del tiro en suspensión de baloncestistas juveniles masculinos*. (Trabajo de Diploma). Villa Clara: UCCFD "Manuel Fajardo"
35. Pardo Hernández, R. (2007). *Baloncesto para niños y jóvenes*. Ciudad Habana: Editorial Deportes.
36. Programa de capacitación para entrenadores de base. (2005). Dirección de Capacitación del INDER Provincial de Villa Clara.
37. Mora Ayllón, F. (2008). *Mini Baloncesto. Manual para la enseñanza y el Aprendizaje*. Ciudad de La Habana: Editorial Deportes.

ANEXO 1

Anexos

Anexo No. 1. Revisión documental:

Objetivo: valorar la proyección asumida como solución al tratamiento del tiro en movimiento después de drible y a partir de los procedimientos que se adopten.

Documentos a revisar:

- Programa Integral de Preparación del Deportista.
- Orientaciones metodológicas de la categoría.
- La estrategia deportiva.

Anexo №. 2. Guía de observación

Objetivo: Determinar cuáles son las principales dificultades que presentan los jugadores en la ejecución del tiro en movimiento después de drible durante el entrenamiento

Indicadores a observar e instrucción:

- Tipo de ejercicios: se valora el nivel de desarrollo y su relación con los objetivos de la clase.
- Cantidad: números de ejercicios que se emplean durante la clase.
- Modo de planificación: modo en que se presentan los ejercicios a los alumnos.
- Frecuencia dentro semana: se refiere a las veces que se emplean en la semana.
- Explicación y demostración: permite la comprensión de los ejercicios por parte de los alumnos.
- Dominio de la habilidad: si realiza correctamente el tiro en movimiento después de drible(coordinación).
- Existe motivación durante el entrenamiento.
- Oportunidad práctica.

Anexo. Test técnico

Test técnico aplicado al Baloncesto para determinar el dominio de los elementos técnicos alcanzados por los jugadores. (Para las edades 11-12 años)

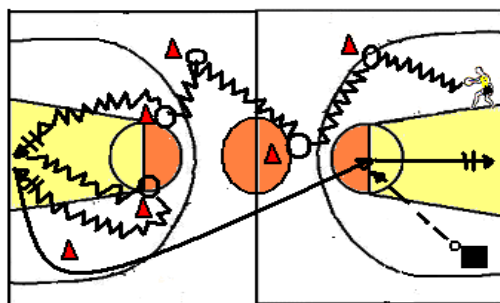
Estos ejercicios serán continuos, sin descanso tal como si estuviéramos jugando y que cada ejercicio es una acción del juego.

Descripción del test

1. Carrera con cambios de dirección por todo el terreno, recibe el balón de un pase ejecutado por el entrenador, tiro bajo al aro después de drible, desplazamiento al terreno contrario, pase del entrenador y dos tiros libre. (ver gráfico)

a) **Objetivo: Medir** la habilidad y destreza durante el desplazamiento con cambios de dirección y la efectividad del tiro libre después de una acción ofensiva (Las exigencias se comportarán acorde al nivel y posibilidades reales del área o institución).

b) **Descripción del ejercicio:**



Se situarán en el terreno 6 obstáculos o marcas (como se ilustra en el gráfico). El atleta realizará 3 habilidades diferentes en los cambios de dirección, finalizando con tiro bajo el aro después de drible por ambos lados, luego desplazamiento rápido al lado contrario hacia el área de tiro libre donde ejecuta dos tiros con pase del entrenador.

c) **Se evaluará:** La técnica del desplazamiento, así como la coordinación y habilidades en los cambios de dirección, se evalúa La efectividad del tiro libre después de las acciones ofensivas realizadas, Bonificar al alumno con 2 puntos con la derecha y 3 con la izquierda. En el tiro libre 2 puntos si anota un tiro y 3 puntos si anota los dos. Efectuarse una sola vez.

Resultados de las pruebas técnicas por municipios

Municipio de Santa Clara

Nro	Talla	Pase de pecho	Parada por salto	Giros de frente y de espalda	Tiros libre	Tiro en mov.ddd				Desplaz. Defens. Zig-zag	Evaluación
						D	E	I	E		
		3ptos	2ptos	2ptos	3ptos	3ptos		3ptos		4ptos	
1	1.57	3	2	2	2	2	R	2	B	4	17
2	1.64	3	2	2	2	2	B	2	R	2	15
3	1.53	2	2	1	1	1	M	2	R	2	11
4	1.57	2	2	1	2	2	R	1	M	3	13
Total		12	8	6	7	7		7		11	56

Resultado General por puntos y juegos ganados 14 ptos.

Criterio de evaluación.

16-20...B.

12-15...R.

-12.....M

Tiro en movimiento después de dribling:

Evaluación: Observar la técnica en la ejecución, así como la terminación de la mano y la posición de caída de las piernas.

•B= Si realiza el doble paso correctamente, no balancea el balón y lo lleva arriba, flexiona la pierna de péndulo y hay una correcta terminación de la mano que tira.

•R= Cuando mira hacia abajo para marcar el doble paso y no balancea el balón y no cumple con tres elementos que inciden en la técnica del ejercicio.

•M= Al tener cuatro o más errores en la ejecución de la técnica.

Anexo # 5.Encuesta a los entrenadores.

Objetivos: Conocer el dominio y uso de nuestros entrenadores de los juegos con tareas en las sesiones de entrenamiento y las mayores dificultades presentadas en el tiro en movimiento después de drible.

Compañeros, en esta encuesta nos proponemos que, a través de la profundidad de las respuestas que nos proporcionen podamos complementar la investigación y enriquecer el arsenal de conocimientos.

Muchas gracias.

1. ¿Cómo consideras que es la preparación de los jugadores para concebir y desarrollar las tareas propuestas en la unidad de entrenamiento?
2. ¿Cómo consideras usted importante el dominio técnico del tiro en movimiento después de drible en los jugadores de la categoría 11-12 años?
3. ¿Prioriza el orden lógico de la enseñanza de la técnica en el Baloncesto en la categoría?
4. ¿Qué causas provocan las deficiencias técnicas del Baloncesto que presentan los jugadores de la categoría 11-12 años en el proceso del entrenamiento deportivo?
5. ¿Tienen conocimiento sobre los juegos con tareas? ¿Cómo lo utilizan en el entrenamiento?
6. ¿Qué vías utilizas para la preparación y planificación del entrenamiento?
7. Mencione los materiales en su preparación profesional.
8. ¿Qué vías sugieres para perfeccionar el proceso de enseñanza-aprendizaje?

Anexo nro6.

ENTREVISTA A METODOLOGOS Y PEOFESORES.

Objetivo: Valorar la utilización de los juegos con tareas para mejorar el tiro en movimiento después de drible

COMPAÑERO:

Nos hemos dado a la tarea de indagar acerca de los juegos con tareas para mejorar el tiro en movimiento después de drible

Atendiendo a su experiencia y conocimiento en el entrenamiento deportivo, necesitamos su colaboración. Por ello solicitamos sea usted sincero, cuidadoso y proporcione respuestas amplias.

Muchas Gracias.

¿Qué importancia se le atribuye al tratamiento del tiro en movimiento después de drible en el entrenamiento deportivo?

¿Qué beneficio le puede ofrecer los juegos con tareas en el mejoramiento mejorar el tiro en movimiento después de drible para los jugadores y entrenadores?

¿Utilidad de los juegos con tareas para mejorar el tiro en movimiento después de drible en el Baloncesto?

Anexo 7. Propuesta de ejercicios para mejorar el tiro en movimiento después del dribling en el baloncesto 3x3 categoría 11-12 años.

Gráfico No.1

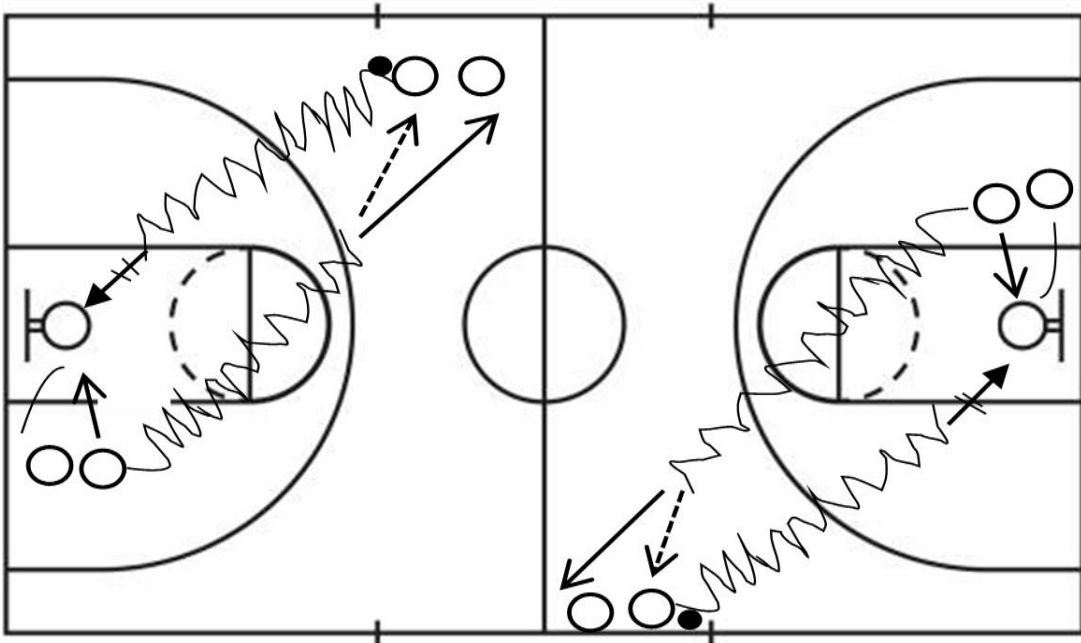


Gráfico No.2

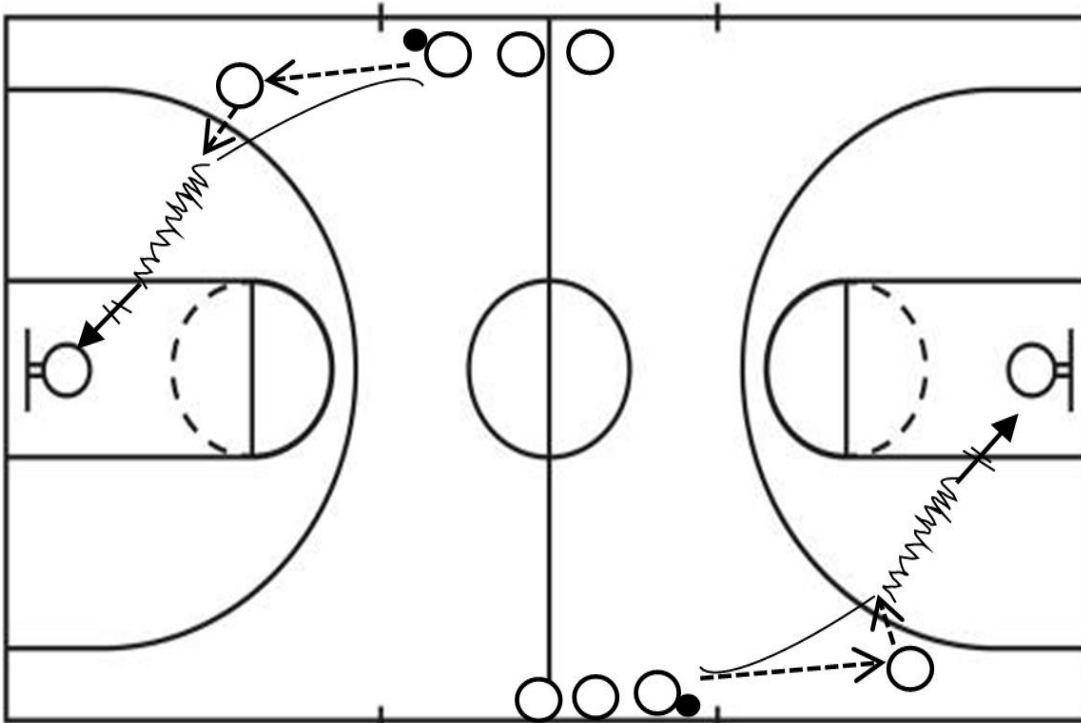


Gráfico No.3

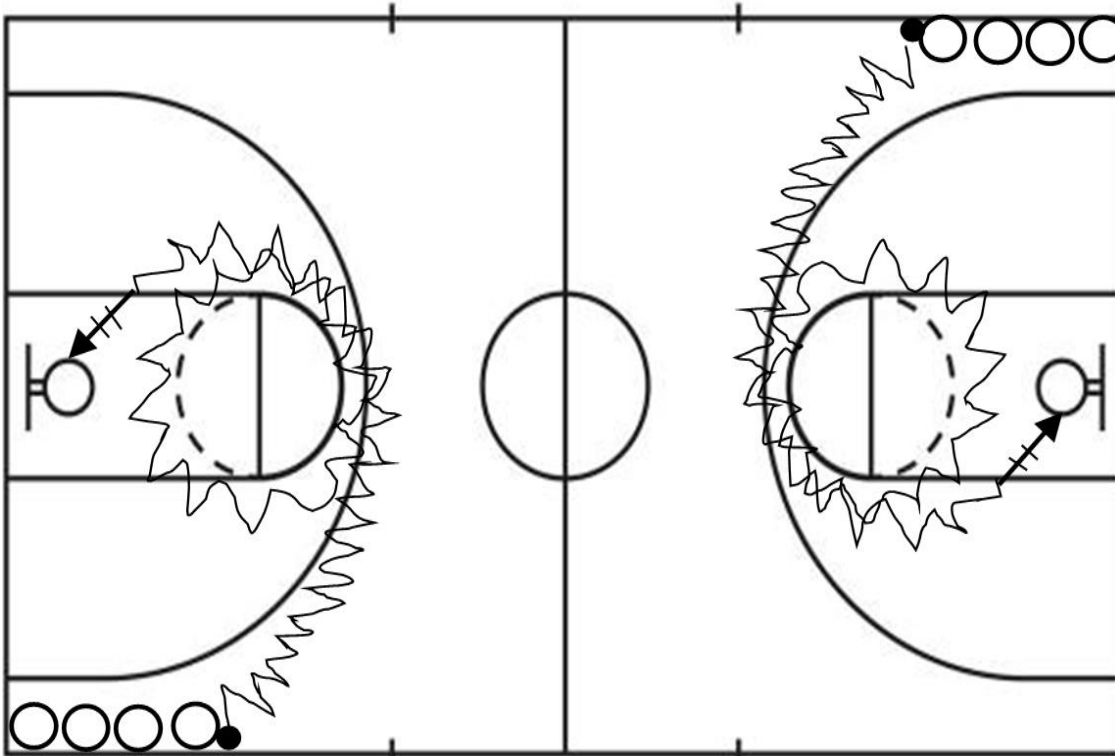
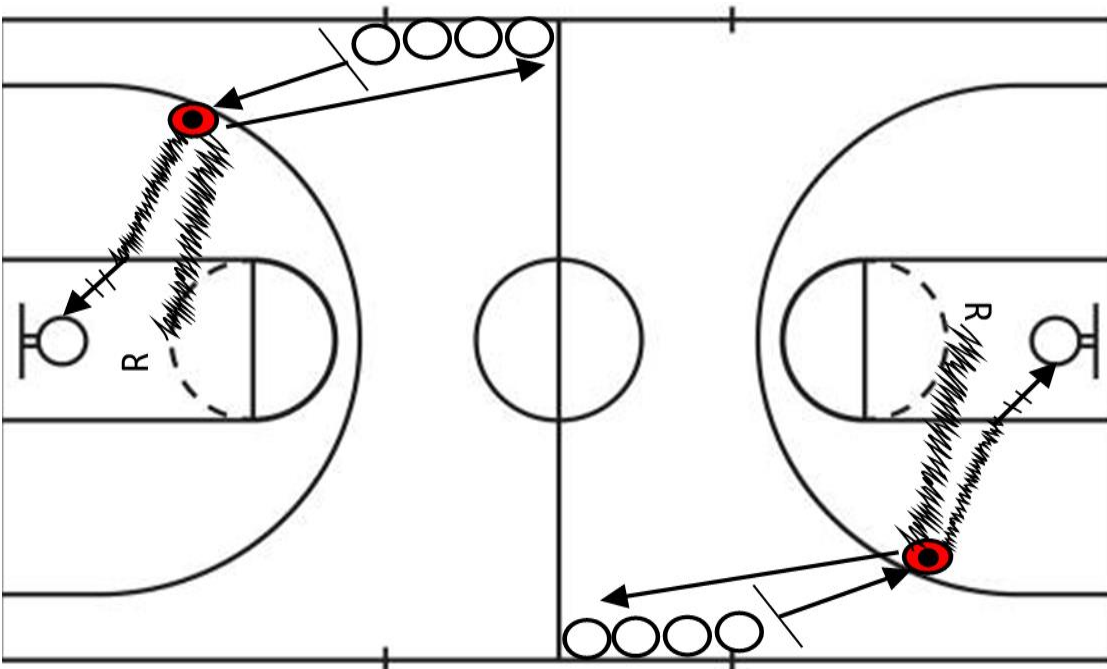


Gráfico No.4



Profesores	Años de exp.	Labor que desempeñan	Nivel Científico	Título obtenido
Pedro Abreu	40	Entrenador	Licenciado	Lic. Cultura Física.
Xiomara Risquet Arbeláez	32	Comisionada provincial	Licenciado	Lic. Cultura Física.
Lorenzo Quintana	22	Metodólogo municipal	MSc. Act. Fís. Comunitaria	Lic. Cultura Física
Jorge Isidro Borge	38	Entrenador	Especialista	Lic. Cultura Física
Luis Alberto Strick	22	Entrenador	Licenciado	Lic. Cultura Física
Jorge Romero	38	Entrenador	Licenciado	Lic. Cultura Física.