

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16 PAGINA: 1 de 7

21

FECHA	jueves, 4 de julio de 2019
--------------	----------------------------

Señores
UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA
 BIBLIOTECA
 Ciudad

UNIDAD REGIONAL	Sede Fusagasugá
TIPO DE DOCUMENTO	TESIS DE GRADO
FACULTAD	Ciencias Del Deporte Y La Educación Física
NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO	Pregrado
PROGRAMA ACADÉMICO	Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes

El Autor(Es):

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS	No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN
Barragán Guzmán	Angélica Yisell	1069766359
Vidal Ramírez	Juan Sebastián	1071550111
Cruz Cifuentes	Hainer Fernando	1007158779
Herrera Jiménez	Johann Eduardo	1031147793

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
 Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
 NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
 Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 2 de 7

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS
Acosta Téllez	Jairo Hernán
Ortega Mora	Guillermo Eduardo

TÍTULO DEL DOCUMENTO
PROYECTO CARD: INCIDENCIA DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA EN NIÑOS DE 9 A 13 AÑOS EN LA DISCIPLINA DE BALONCESTO

SUBTÍTULO (Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)

TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE: Aplica para Tesis/Trabajo de Grado/Pasantía LICENCIADO EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

AÑO DE EDICIÓN DEL DOCUMENTO	NÚMERO DE PÁGINAS
2019	194

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS (Usar 6 descriptores o palabras claves)	
ESPAÑOL	INGLÉS
1. JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO	MOTOR DRIVEN GAME
2. INICIACIÓN DEPORTIVA	SPORTS INITIATION
3. BALONCESTO	BASKETBALL
4. PEDAGOGIA	PEDAGOGY
5.	
6.	

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL	VIGENCIA: 2017-11-16
	REPOSITORIO INSTITUCIONAL	PAGINA: 3 de 7

RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS
(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):

RESUMEN

El CARD (Campo de Aprendizaje en Rendimiento Deportivo) es un proyecto enfocado a la iniciación y formación deportiva de niños y niñas entre las edades de 9 a 13 años, orientado desde la incidencia del juego motriz dirigido, en diferentes disciplinas deportivas; entre las que se encuentran Atletismo, Baloncesto, Cheer, Fútbol, Futsal, Natación, Patinaje, Tenis de campo y Voleibol, todas fundamentadas en el juego como herramienta metodológica para la iniciación y la formación deportiva.

Este trabajo se enfocó en analizar la incidencia del juego motriz dirigido en la iniciación deportiva del baloncesto. Es importante mencionar que esta es una investigación de orden descriptivo e integra dos enfoques (cualitativo-cuantitativo), integrándolos desde una concepción holística, los cuales se complementan para describir una misma realidad.

Este proceso investigativo contó con cuatro objetivos, dirigidos desde una fundamentación teórica que permitiera su desarrollo; fundamentación teórica, diseño, seguimiento y evaluación. Cabe resaltar que el impacto social generado en la región también es significativo, ya que el proyecto está abierto a todos los estratos sociales y se ofrece de manera gratuita, lo cual permite acceder a una mayor parte de la población del municipio, brindando así la oportunidad a que cualquier niño pueda vincularse al proyecto de iniciación deportiva en cualquiera de los deportes que se ofrece al público, en los cuales siempre prevaleció el juego como herramienta de enseñanza y aprendizaje de los elementos intrínsecos de cada deporte.

ABSTRACT

The CARD (Field of Learning in Sport Performance) is a project focused on the initiation and sports training of boys and girls between the ages of 9 to 13 years, oriented from the incidence of the motor driven game, in different sports disciplines; Among which are Athletics, Basketball, Cheer, Soccer, Futsal, Swimming, Skating, Field and Volleyball, all based on the game as a methodological tool for the initiation and sports training.

This work focused on analyzing the incidence of motor play directed in the basketball sport initiation. It is important to mention that this is a descriptive research and integrates two approaches (qualitative-quantitative), integrating them from a holistic conception, which complement each other to describe the same reality.

This investigative process had four objectives, directed from a theoretical foundation that allowed its development; theoretical foundation, design, monitoring and evaluation. It should be noted that the social impact generated in the region is also significant, since the project is open to all social strata and is offered free of charge, which allows access to a greater part of the municipality's population, thus providing the opportunity that any child can be linked to the project of sports initiation in any of the sports offered to the public, in which the game has always prevailed as a tool for teaching and learning the intrinsic elements of each sport.

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL	VIGENCIA: 2017-11-16
	REPOSITORIO INSTITUCIONAL	PAGINA: 4 de 7

AUTORIZACION DE PUBLICACIÓN

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son: Marque con una "X":

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	X	
2. La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet.	X	
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	X	
4. La inclusión en el Repositorio Institucional.	X	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 5 de 7

autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

Información Confidencial:

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado.

SI NO

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

LICENCIA DE PUBLICACIÓN

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL	VIGENCIA: 2017-11-16
	REPOSITORIO INSTITUCIONAL	PAGINA: 6 de 7

patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).

b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.

c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.

d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.

f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el "Manual del Repositorio Institucional AAAM003"

i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 7 de 7



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.



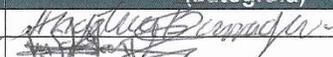
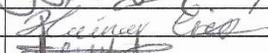
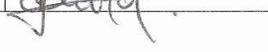
Nota:

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.

La obra que se integrará en el Repositorio Institucional, está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. PerezJuan2017.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
1.ABarragan,JVidal,HCruz,JGarcia.2019	Texto
2.	
3.	
4.	

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA (autógrafa)
Barragán Guzmán Angélica Yisell	
Vidal Ramírez Juan Sebastián	
Cruz Cifuentes Hainer Fernando	
Herrera Jiménez Johann Eduardo	

12.1-14.1

PROYECTO CARD: INCIDENCIA DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO EN LA INICIACIÓN
DEPORTIVA EN NIÑOS DE 9 A 13 AÑOS EN LA DISCIPLINA DE BALONCESTO

AUXILIARES INVESTIGADORES:

ANGÉLICA YISELL BARRAGÁN GUZMÁN

COD. 112215104

JOHANN EDUARDO HERRERA JIMENEZ

COD. 112215238

JUAN SEBASTIAN VIDAL RAMIREZ

COD. 112214172

HAINER FERNANDO CRUZ CIFUENTES

COD. 112212213

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA EDUCACION FISICA

LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON ENFASIS EN EDUCACION FISICA,

RECREACION Y DEPORTES

FUSGASUGA

2019

PROYECTO CARD: INCIDENCIA DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO EN LA
INICIACIÓN DEPORTIVA EN NIÑOS DE 9 A 13 AÑOS EN LA DISCIPLINA DE
BALONCESTO

AUXILIARES INVESTIGADORES:

ANGÉLICA YISELL BARRAGÁN GUZMÁN

COD. 112215104

JOHANN EDUARDO HERRERA JIMENEZ

COD. 112215238

JUAN SEBASTIAN VIDAL RAMIREZ

COD. 112214172

HAINER FERNANDO CRUZ CIEFUENTES

COD. 112212213

PRESENTADO A:

MAG. GUILLERMO EDUARDO ORTEGA MORA

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA EDUCACION FISICA

LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON ENFASIS EN EDUCACION FISICA,

RECREACION Y DEPORTES

FUSGASUGA

2019

TABLA DE CONTENIDO

INDICE DE TABLAS	12
INDICE DE GRAFICAS.....	12
RESUMEN.....	14
ABSTRACT	15
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	16
OBJETIVOS.....	18
GENERAL	18
ESPECÍFICOS	18
1. DISEÑO METODOLÓGICO	19
2. FASES METODOLÓGICAS.....	19
2.1 FUNDAMENTACIÓN DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO COMO HERRAMIENTA PEDAGÓGICA EN LA IMPLEMENTACIÓN DE UN PROGRAMA DE INICIACIÓN DEPORTIVA EN EL BALONCESTO CON NIÑOS DE 9 A 13 AÑOS	19
2.2 ESTRUCTURACIÓN DE UNA GUÍA DE JUEGOS EN LA DISCIPLINA DE BALONCESTO, FUNDAMENTADO EN LA INTEGRACIÓN DE LOS COMPONENTES DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO Y LOS PROPÓSITOS DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA.....	20
2.3 INCORPORACIÓN DE LOS PROCESOS PEDAGÓGICOS DE INICIACIÓN DEPORTIVA DEL TEXTO GUÍA DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO PROPUESTO POR LA DISCIPLINA DE BALONCESTO.....	21
2.4 SEGUIMIENTO A LA ACCIÓN PEDAGÓGICA EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA, FUNDAMENTADA EN EL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO	21
3. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	34
3.1 JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO COMO HERRAMIENTA PEDAGOGICA EN UN PROGRAMA DE INICIACION DEPORTIVA.....	34
3.2 GUÍA DE JUEGOS EN LA DISCIPLINA DE BALONCESTO, FUNDAMENTADO EN LA INTEGRACIÓN DE LOS COMPONENTES DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO Y LOS PROPÓSITOS DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA	41
3.3 LA ACCIÓN PEDAGÓGICA EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA DE LA DISCIPLINA DE BALONCESTO FUNDAMENTADA EN EL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO	42
3.3.1 RELACIÓN ENTRE LO PLANEADO VS EJECUTADO EN LAS SESIONES DE TRABAJO	42
3.3.2 LAS HABILIDADES DOCENTES EN LAS SESIONES DE TRABAJO EN LA DISCIPLINA DE BALONCESTO	50

3.3.3 PERTINENCIA Y COHERENCIA DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA DE BALONCESTO	60
3.3.4 FACTORES DE CONTROL.....	69
4.CONCLUSIONES	81
5.RECOMENDACIONES.....	82
6. BIBLIOGRAFÍA	84

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. perfil Antropométrico

Tabla 2. Perfil de Condición Física

Tabla 3. Juegos fase A

Tabla 4. Juegos fase B

Tabla 5. Juegos fase C

Tabla 6. Valores Finales

Tabla 7. Habilidad Docente Comunicación

Tabla 8. Habilidad Docente Organización

Tabla 9. Habilidad Docente Motivación

Tabla 10. Habilidad docente Evaluación

Tabla 11. Seguimiento al juego motriz dirigido

Tabla 12. Juegos Desarrollados

INDICE DE GRAFICAS

Grafica 1. Promedio de condición antropométrica

Grafica 2. Promedio de Condición Física

Grafica 3. Análisis Planeado vs Ejecutado

Gráfico 4. Porcentaje criterios de la Comunicación

Gráfico 5. Porcentaje Criterios de Organización

Gráfico 6. Porcentaje Criterios de Motivación

Gráfico 7. Porcentaje Criterios de Evaluación

Gráfico 8. Habilidades Docentes

Gráfico 9. Promedio General Habilidades Docentes

Gráfico 10. Seguimiento por Criterio

Gráfica No. 11 Seguimiento al juego motriz dirigido

Gráfico 12. Frecuencia Cardiaca Fase A

Gráfico 13. Percepción de Borg Fase A

Gráfico 14. Nivel de Ejecución Fase

Gráfico 15. Nivel de Aceptación Fase

Gráfico 16. Frecuencia Cardiaca Fase B

Gráfico 17. Percepción de Borg Fase B

Gráfico 18. Nivel de Ejecución Fase B

Gráfico 19. Nivel de Aceptación Fase B

Gráfico 20. Características del Juego

RESUMEN

El CARD (Campo de Aprendizaje en Rendimiento Deportivo) es un proyecto enfocado a la iniciación y formación deportiva de niños y niñas entre las edades de 9 a 13 años, orientado desde la incidencia del juego motriz dirigido, en diferentes disciplinas deportivas; entre las que se encuentran Atletismo, Baloncesto, Cheer, Futbol, Futsal, Natación, Patinaje, Tenis de campo y Voleibol, todas fundamentadas en el juego como herramienta metodológica para la iniciación y la formación deportiva

Este trabajo se enfocó en analizar la incidencia del juego motriz dirigido en la iniciación deportiva del baloncesto. Es importante mencionar que esta es una investigación de orden descriptivo e integra dos enfoques (cualitativo-cuantitativo), integrándolos desde una concepción holística, los cuales se complementan para describir una misma realidad.

Este proceso investigativo contó con cuatro objetivos, dirigidos desde una fundamentación teórica que permitiera su desarrollo; fundamentación teórica, diseño, seguimiento y evaluación. Cabe resaltar que el impacto social generado en la región también es significativo, ya que el proyecto está abierto a todos los estratos sociales y se ofrece de manera gratuita, lo cual permite acceder a una mayor parte de la población del municipio, brindando así la oportunidad a que cualquier niño pueda vincularse al proyecto de iniciación deportiva en cualquiera de los deportes que se ofrece al público, en los cuales siempre prevaleció el juego como herramienta de enseñanza y aprendizaje de los elementos intrínsecos de cada deporte.

ABSTRACT

The CARD (Field of Learning in Sport Performance) is a project focused on the initiation and sports training of boys and girls between the ages of 9 to 13 years, oriented from the incidence of the motor driven game, in different sports disciplines; Among which are Athletics, Basketball, Cheer, Soccer, Futsal, Swimming, Skating, Field and Volleyball, all based on the game as a methodological tool for the initiation and sports training.

This work focused on analyzing the incidence of motor play directed in the basketball sport initiation. It is important to mention that this is a descriptive research and integrates two approaches (qualitative-quantitative), integrating them from a holistic conception, which complement each other to describe the same reality.

This investigative process had four objectives, directed from a theoretical foundation that allowed its development; theoretical foundation, design, monitoring and evaluation. It should be noted that the social impact generated in the region is also significant, since the project is open to all social strata and is offered free of charge, which allows access to a greater part of the municipality's population, thus providing the opportunity that any child can be linked to the project of sports initiation in any of the sports offered to the public, in which the game has always prevailed as a tool for teaching and learning the intrinsic elements of each sport.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad se evidencia la falta de iniciativas respecto a la iniciación deportiva en las entidades públicas que ofrecen los municipios del Sumapaz, ya que esta no garantiza una participación constante de la población, por ende, El Proyecto de Iniciación Deportiva CARD busca suplir esta necesidad por medio del juego motriz dirigido en distintas disciplinas en niños y niñas de 9 a 13 años en el municipio de Fusagasugá abarcando con una masividad las distintas instituciones educativas.

El baloncesto como disciplina deportiva busca brindar una mejor y más dinámica experiencia por medio de formas jugadas para garantizar un impacto positivo en la enseñanza y el aprendizaje, basándonos en el juego motriz dirigido, posibilitando a los niños apropiarse de nuevos conocimientos y movimientos que le permitan participar que le permitan practicar este deporte satisfactoria y eficientemente, consignando así en su memoria una multitud de aprendizajes de una forma fácil y motivadora, sin descartar las técnicas propias del deporte, para ser abordadas por medio del juego. El cual también facilita la relación e interacción de un individuo con sus semejantes, lo cual es importante en esta etapa de desarrollo ya que aquí se definen aspectos del comportamiento en relación con la sociedad, sus actitudes e intereses.

A sí mismo el juego motriz dirigido facilita la enseñanza y el aprendizaje del niño ya que se busca crear un gusto y tener la atención de este motivándolo a la participación de actividades guiadas al baloncesto mediante formas jugadas. El juego se desarrolla en un espacio dinámico apoyado del área lúdica, la cual tiene las siguientes condiciones: el espacio delimitado por sus dimensiones y su contenido, el individuo con sus experiencias, sus medios, sus aspiraciones, las presiones procedentes del exterior haciendo referencia a la adaptabilidad y a las modificaciones. Esto lleva a formular la siguiente pregunta problema.

¿Cuál es incidencia del juego motriz dirigido en la iniciación deportiva en niños de 9 a 13 años en la disciplina de baloncesto?

OBJETIVOS

GENERAL

Determinar la incidencia del juego motriz dirigido en la iniciación deportiva en niños de 9 a 13 años en la disciplina de baloncesto CARD.

ESPECÍFICOS

- 1.** Fundamentar los componentes del juego motriz dirigido como herramienta pedagógica en la implementación de un programa de iniciación deportiva con niños de 9 a 13 años
- 2.** Estructurar un texto guía de juegos en la disciplina de baloncesto, fundamentado en la integración de los componentes del juego motriz dirigido y los propósitos de la iniciación deportiva
- 3.** Incorporar los procesos pedagógicos de iniciación deportiva del texto guía del juego motriz dirigido propuesto por la disciplina de baloncesto
- 4.** Realizar un seguimiento a la acción pedagógica en la iniciación deportiva, fundamentada en el juego motriz dirigido

1. DISEÑO METODOLÓGICO

El tipo de investigación que se desarrolló durante el proyecto CARD es descriptiva, Tamayo y Tamayo M. (2002) afirma que esta “comprende la descripción, registro, análisis e interpretación de la naturaleza actual, y la composición o proceso de los fenómenos” (Pág. 35). En relación con esto es necesario especificar que en el desarrollo de esta investigación se lleva a cabo una secuencialidad de diferentes momentos teniendo en cuenta que no solo se registran y se describen sino también se analizan y se interpretan, tomando la naturaleza actual como las características y rasgos propios de cada uno de los niños.

2. FASES METODOLÓGICAS

A sí mismo para dar cumplimiento a los objetivos planteados en esta investigación se describen a continuación un plan de acción de campo de aprendizaje en rendimiento deportivo CARD, dando claridad del ¿Cómo? y ¿con que? se pretende cumplir con cada uno de los objetivos.

2.1 FUNDAMENTACIÓN DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO COMO HERRAMIENTA PEDAGÓGICA EN LA IMPLEMENTACIÓN DE UN PROGRAMA DE INICIACIÓN DEPORTIVA EN EL BALONCESTO CON NIÑOS DE 9 A 13 AÑOS

En primera instancia se busca la fundamentación de los componentes del juego motriz dirigido como herramienta de interacción pedagógica en la implementación de un programa de iniciación y formación deportiva con niños de 9 a 13 años en la disciplina de baloncesto.

Actividades:

- Revisión Bibliográfica

- Análisis de documentos
- Consolidación de documento base.

Para así lograr aclarar conceptos y tener una base del trabajo a desarrollar, por medio de charlas y seminarios magistrales con docentes disciplinares e investigadores auxiliares.

2.2 ESTRUCTURACIÓN DE UNA GUÍA DE JUEGOS EN LA DISCIPLINA DE BALONCESTO, FUNDAMENTADO EN LA INTEGRACIÓN DE LOS COMPONENTES DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO Y LOS PROPÓSITOS DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA

A partir de esto, se da la construcción de los componentes del juego motriz dirigido con los propósitos de la iniciación y formación deportiva en la disciplina de baloncesto.

Actividades:

- Trabajo conjunto de elaboración de manual de juegos para la disciplina deportiva de baloncesto basándonos en un fundamento teórico y el aporte de la disciplina por el docente especialista en la misma. (*Ver Anexo 3. formato de juego motriz dirigido*)
En este formato se encuentra el número de juego, el fundamento técnico, la fase de aprendizaje en el cual se desarrolla, una descripción, un gráfico, una pequeña prescripción donde se despliegan los componentes de la carga (Volumen, Intensidad, Descanso y Magnitud), también se incorporan las variantes y por último una casilla donde desenvuelven unos factores de control (Frecuencia cardiaca, percepción del esfuerzo Borg, nivel de ejecución, nivel de aceptación actividad).

2.3 INCORPORACIÓN DE LOS PROCESOS PEDAGÓGICOS DE INICIACIÓN DEPORTIVA DEL TEXTO GUÍA DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO PROPUESTO POR LA DISCIPLINA DE BALONCESTO

Actividades:

- Socialización del manual a los maestros formadores.
- Incluir el manual de juegos del proceso de planeación y ejecución e inducirlos en la disciplina del baloncesto.

2.4 SEGUIMIENTO A LA ACCIÓN PEDAGÓGICA EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA, FUNDAMENTADA EN EL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO

Para observar avances y errores de la aplicación del manual de juego se hará un seguimiento a la acción pedagógica en la iniciación deportiva, fundamentada en el juego motriz dirigido.

Actividades

- Diseño de ficha de observación

Esta ficha de observación es donde se registraron los 60 juegos que se ejecutaron en el proyecto. En la cual se registran datos como; disciplina, categoría, fase de aprendizaje, objetivo, materiales, gráfico, descripción, variantes, prescripción (volumen, intensidad, descanso, volumen total, magnitud y los factores de control (frecuencia cardiaca, percepción del esfuerzo Borg, nivel de ejecución y nivel de aceptación de la actividad).

- Observación directa
- Registro de información (*Ver Anexo 4. fichas de observación*)

Para el registro de la información se utilizaron cuatro formatos los cuales permitían evaluar diferentes aspectos presentes en los espacios de implementación de los juegos, los aspectos a

evaluar fueron; habilidades docentes (comunicación, organización, evaluación y motivación), evaluación del juego, planeado versus lo ejecutado y los factores de control del juego.

POBLACIÓN

Caracterización:

La población con la cual se desarrolla el proyecto CARD en la disciplina del baloncesto, son niños de 9 a 13 años de la Ciudad de Fusagasugá Cundinamarca, pertenecientes a un contexto escolar público, dentro de un estrato socio- económico 1 y 2 (CARD 2017-2), dando una posibilidad de iniciación deportiva a los niños del municipio e indirectamente a los municipios aledaños, ya que por semestre se desarrollan máximo tres festivales deportivos los cuales reúnen a las escuelas de formación deportiva de la región, lo cual permite generar un impacto positivo en la concepción de los niños respecto al deporte, ya que este los lleva a ampliar sus relaciones sociales y a generar nuevos aprendizajes.

La gran influencia deportiva por parte de la Universidad de Cundinamarca ha facilitado la convocatoria de los niños a hacer parte de las diferentes escuelas de formación deportiva del proyecto, de las cuales se contextualizará la enseñanza en la disciplina del baloncesto, en la cual se tiene un promedio de 12 niños, donde se cuenta con 6 hombres y 6 mujeres, quienes se identifican de B1 a B12 al momento de elaborar el análisis de la investigación.

Como parte fundamental dados los alcances del desarrollo de este estudio se dio un trabajo de campo donde se evidenciaron algunas características esenciales de la población bajo estudio las cuales se pueden evidenciar a continuación.

PERFIL ANTROPOMETRICO

		Femenino :(n°=6)	Masculino (n°=6)	MIN:(-)	MAX:(+)	PER: Percentil		
COD	EDAD	ESTATURA	PER.	PESO	PER	IMC	PER.	
B1	15,3	155	55	51	75	21,2	70	
B2	10,5	124-	10-	40	80	26,0	97+	
B3	16,3+	152	25	65+	97	28,1+	97+	
B4	11,8	157+	93+	37	40	15,0	10-	
B5	15,3	149	10	33	10-	14,8-	10-	
B6	11,6	142	10	39	50	19,3	75	
B7	10,1	140	85	31-	65+	15,8	35	
B8	11,1	142	60	35	60	17,3	55	
B9	9,2-	130	10	32	50	18,9	80	
B10	9,3	137	80	32	70	17,0	55	
B11	11,4	143	60	46	90	22,4	50	
B12	10,6	146	75	51	90	23,9	55	
MIN	9,2	124	10	31	10	14,8	10	
MAX	16	157	93	65	97	28,1	97	
PROM	11,6	143	48	41	65	20,0	57	
D.S	2,43	0,10		10		4,38		
C.V	21,0	6,8		25		21,9		

Tabla. 1 perfil Antropométrico

En la tabla se encuentran las diferentes medidas de perfil antropométrico donde la estatura se expresa en centímetros, el peso en kilogramos y el IMC en Kg/m².

A continuación, se realiza un análisis descriptivo de la *tabla. 1 condición Antropométrica* donde se evidencian categorías como la edad, talla, peso e IMC frente a las características de estadísticas de la mínima, máxima, promedio, desviación estándar y coeficiente de variación del grupo CARD en la disciplina deportiva baloncesto definiendo lo siguiente:

EDAD:

El grupo de la toma de datos está compuesto por 12 niños, con unas edades que oscilan entre los 9 y los 16 años, donde el promedio del grupo es de 11.6 años, la edad más elevada fue del niño B3 con 16,3 años, la menor edad fue B9 con 9.2 años.

Se puede analizar que el grupo tiene un grado de homogeneidad de 21.0 lo que muestra que el grupo es heterogéneo, lo que implica que, por el rango de edad, se debe subdividir el grupo en 3 al momento de ejecutar actividades donde la edad sea un criterio.

ESTATURA

De acuerdo a los datos obtenidos en la disciplina de baloncesto del proyecto CARD, sobre la medida antropométrica de estatura, se puede estimar que el promedio está en 143 centímetros con un percentil 48 lo que indica que comparado con las tablas de Santiago Ramos Bermúdez (Caracterización antropométrica y motriz condicional de escolares caldenses entre 7 y 18 años de edad) el grupo está por debajo de los baremos establecidos, se encuentra un máximo de 157 centímetros con un percentil 93 lo que muestra que el niño B4 tiene talla óptima para el desempeño en la práctica deportiva del baloncesto, finalmente se analiza el mínimo el cual está en 124 centímetros con un percentil 10 lo que muestra que el niño B2 está por debajo de los talla esperada.

Así mismo, se analiza que el coeficiente de variación es de 6,8 el cual indica que el grupo es homogéneo en cuanto a la estatura, por lo tanto, no es necesario subdividir en pequeños grupos al momento de juegos y formas jugadas que requieran de esta condición.

PESO

En la condición de peso, podemos realizar un análisis descriptivo de acuerdo con la *tabla 1. Condiciones antropométricas*. Donde el promedio de los niños en la disciplina de baloncesto está en 41 kilogramos con un percentil 65 lo que muestra que en comparación con las tablas de Santiago Ramos (Caracterización antropométrica y motriz condicional de escolares caldenses entre 7 y 18 años de edad) el grupo está por encima de lo deseado, donde el máximo está en 65 kilogramos con un percentil 97 indicando que el niño B3 está en sobrepeso, por último se

analiza el mínimo es de 31 kilogramos con un percentil 10 lo que muestra que el niño B7 está por debajo del peso esperado.

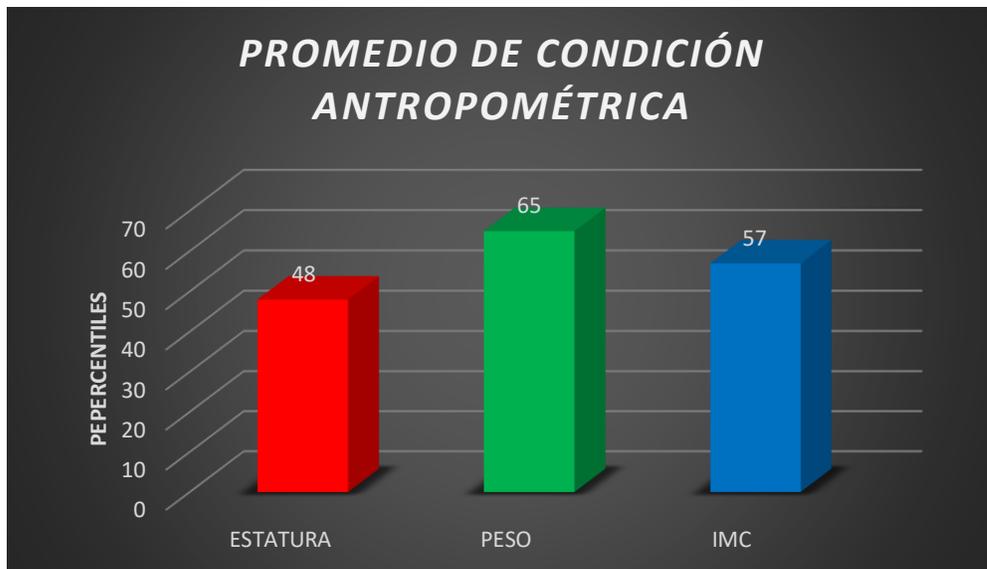
Por otra parte, se realiza un análisis de acuerdo con el coeficiente de variación para indicar el grado de homogeneidad, el cual se encuentra en 25,3 lo que indica que el grupo es heterogéneo. Por lo que debe subdividir el grupo en 3 al momento de realizar juegos y formas jugadas que requieran de esta condición.

IMC

En la condición de IMC, se realiza un análisis descriptivo de acuerdo con la *tabla 1. Condiciones antropométricas* donde se analiza que el promedio de los niños en la disciplina de baloncesto está en 20,0 con un percentil 57 lo que indica que en comparación con las tablas de Santiago Ramos el grupo está con en el rango esperado en relación a esta condición, de igual forma se observa que el máximo es de 28,01 con un percentil 97 mostrando que el niño B3 se encuentra por encima de los baremos establecidos, finalmente se observa el mínimo que está en 14,8 con un percentil 10 indicando que el niño B5 está bajo de peso.

Así mismo se realiza un análisis de acuerdo con el coeficiente de variación para indicar el grado de homogeneidad el cual se encuentra en 21,9 lo que indica que el grupo es heterogéneo. Lo implica que, por el rango de peso, se debe subdividir el grupo en 3 al momento de realizar juegos y formas jugadas que requieran de esta condición.

Se realizó un análisis del perfil de condición antropométrica durante el trabajo de campo realizado en el proyecto CARD en la disciplina deportiva de baloncesto, este análisis da a conocer lo siguiente:



Grafica 1. Promedio de condición antropométrica

La condición que presento mayor valoración fue peso con un percentil 65 indicando que el grupo está por encima de lo esperado en comparación a los baremos planteados por Santiago Ramos, la condición con un percentil más bajo fue estatura con un valor de 48 lo que muestra que en talla el grupo está en un rango adecuado y por último esta la condición de IMC ubicada en un percentil 57 lo que indica que los niños se encuentran por encima de lo esperado.

PERFIL DE CONDICIÓN FÍSICA

Femenino:(n°=6) Masculino (n°=6) PER: Percentil

COD.	F. EXPLOSIVA (cm)	PER.	REACCIÓN (cm)	PER.	RAPIDEZ MANOS (seg)	PER.	ACELERACIÓN (seg)	PER.	RESISTENCIA (min-seg)	PER.
B1	114	10-	12	90	11,28	50	2,16	97	02:30,0	10-
B2	70-	10-	14	85	13,18	60	2,81+	97	01:10,0-	10-
B3	179	97+	1-	97+	10,19	90	1,65	97	04:25,0	75
B4	180+	97+	16	75	11,31	85	1,66	97	07:22,0+	97
B5	166	97+	13	90	10,34	80	1,60-	97	05:20,0	85
B6	140	70	13	85	10,3-	97+	1,66	97	06:20,0	97+
B7	112	10	12	97	14,1	35	1,66	97	07:07,0	93
B8	136	45	12	85	12,1	70	1,87	97	07:20,0	75
B9	109	45	17+	80	16,19+	65	2,04	97	02:46,0	75
B10	140	90	10	97	14,46	40	1,96	97	05:27,0	75
B11	126	25	17+	55-	10,12	97	1,82	97	03:53,0	30
B12	115	10-	4	97	14,96	10-	2,09	97	02:22,0	10
MIN	70	10	1	55	10,3	10	1,60	97	01:10,0	10
MAX	180	97	17	97	16,19	97	2,81	97	07:22,0	97
PROMEDIO	132,25	51	11,75	86	12,38	65	1,92	97	04:40,2	61
D. EST	32		4,86		2,13		0,34		0,014918	
COE.	24,2		41,4		17,2		17,8		22	

Tabla 2. Perfil de Condición Física

A continuación, se realiza un análisis descriptivo de la *tabla 2. Perfil de Condición Física* donde se evidencian categorías como; fuerza explosiva, reacción, rapidez de manos y resistencia (*Ver Anexo 2. protocolos test de condición física*), frente a las características de estadísticas de la mínima, máxima, promedio, desviación estándar y coeficiente de variación del grupo CARD en la disciplina deportiva baloncesto. Definiendo lo siguiente:

FUERZA EXPLOSIVA:

Esta se evidencio mediante el test de salto largo sin impulso del cual se realizó una toma de datos para establecer en qué nivel se encuentra la condición física fuerza explosiva del grupo de baloncesto de la cual se puede analizar lo siguiente:

El promedio está en 132 centímetros el cual se ubica en el percentil 51, lo cual indica que el grupo está en un rango medio o normal, por lo tanto, se deben hacer trabajos que mejoren y desarrollen la fuerza explosiva de tren inferior en los niños.

. El máximo registro fue del niño B4 de 180 centímetros que se ubica en el percentil 97, evidenciando una excelente condición de fuerza explosiva, mientras que el menor desempeño para esta condición fue registrado por el niño B2 con un salto de 70 centímetros el cual se ubica en el percentil 10, indicando que está por debajo de lo esperado.

Se puede establecer también que el grupo tiene un grado de homogeneidad de 24.2 lo que quiere decir que el grupo es heterogéneo, lo que implica que cuando se realicen juegos que involucren fuerza explosiva, se debe subdividir el grupo en 3.

La medición de la condición física en la fuerza explosiva del grupo de baloncesto del CARD se realiza mediante la comparación con el libro “Caracterización Antropométrica y Motriz Condicional de Escolares Caldenses entre 7 y 18 años de edad, Santiago Ramos”.

VELOCIDAD REACCIÓN

Esta condición se evalúa mediante el test de Galton, para el cual se realizó una toma de datos que estableció el nivel de velocidad de reacción del grupo de baloncesto, de lo que se pudo analizar lo siguiente:

El promedio del grupo está en 11 centímetros ubicándolo en el percentil 86, esto quiere decir que están en un rango sobresaliente comparándolo con las tablas de Santiago Ramos, por lo tanto, se deben hacer trabajos que mantengan y mejoren la velocidad de reacción en los niños. Los resultados inferiores registrados fueron los niños B9 y B11 con una medida de 17 centímetros el cual se ubica en el percentil 55. Mientras que el mejor desempeño lo tuvo el niño B3 con una medida de 1 centímetro ubicándose en el percentil 97 lo que muestra una excelente condición.

Se puede establecer también que el grupo tiene un grado de homogeneidad de 41.4 lo que nos quiere decir que el grupo es demasiado heterogéneo, por lo cual esto implica que cuando se realicen juegos que involucren velocidad reacción, se debe subdividir el grupo en 3.

En la medición de la condición física de velocidad de reacción del grupo de baloncesto del CARD y según la comparación de las tablas de Santiago ramos el mínimo del grupo se encuentra en un percentil de 55, lo que indica que está un poco por encima del estado normal promedio de velocidad de reacción y el máximo resultado se ubica en el percentil 97 para cuatro niños los cuales se encuentra en un alto nivel.

RAPIDEZ DE MANOS

Mediante el test de Tapping Mano se realizó una toma de datos para establecer el nivel de rapidez de manos del grupo del CARD en la disciplina deportiva baloncesto de la cual se puede analizar lo siguiente:

El promedio del grupo es de 12,38 segundos, ubicando al grupo en el percentil 65, esto quiere decir que se acercan a un estado sobresaliente, por lo tanto, se deben diseñar trabajos que mejoren y desarrollen la rapidez de manos en los niños.

El resultado más bajo para esta prueba lo obtuvo el niño B9 con un tiempo de 16,19 segundos, el cual se encuentra en el percentil 10, manifestando así un nivel muy bajo para esta condición. Mientras que el mejor desempeño lo tuvo el niño B11 con un tiempo de 10,12 segundos, lo cual lo ubica en el percentil 97 que, en comparación con las tablas de Santiago Ramos, revela una excelente condición para esta prueba.

Se puede establecer también que el grupo tiene un grado de homogeneidad de 17.2 lo que nos quiere decir que el grupo es medio homogéneo, por lo cual esto implica que cuando se realicen juegos que involucren rapidez de manos, se debe dividir el grupo en 2.

ACELERACIÓN

Se realizó el test de 20 metros del cual se realizó una toma de datos para establecer el nivel de condición física del grupo de la disciplina deportiva baloncesto en aceleración de la cual se puede analizar lo siguiente: El promedio Para esta condición es de 1,92 segundos y se ubica en el percentil 97 lo cual indica una muy buena condición a nivel general del grupo. Fue registrado el menor mayor tiempo de ejecución de la prueba por parte del niño B2 con unos 2,81 segundos lo

que lo ubica en el percentil 97, en donde a pesar de ser el mayor tiempo registrado, es el reflejo de una muy buena condición para este tipo de trabajo. Mientras que el menor tiempo registrado lo obtuvo el B5 con un tiempo de 1,60 segundos lo cual también lo ubica en el percentil 97, pero refleja una excelente condición.

Se puede establecer también que el grupo tiene un grado de homogeneidad de 17.8 lo que nos quiere decir que el grupo es medio homogéneo, por lo cual esto implica que cuando se realicen juegos que involucren aceleración, se debe dividir el grupo en 2.

En la medición de la condición física de aceleración del grupo de baloncesto del CARD y según la comparación de las tablas de Santiago ramos el mínimo y el máximo del grupo se encuentra en un percentil de 97 para todos los niños del grupo de baloncesto, lo que indica que el grupo en total está en un promedio de 97, esto quiere decir que se encuentran en un estado excelente por lo tanto se deben hacer trabajos que mantengan la aceleración en los niños.

RESISTENCIA

Se realizó el test de Course-Navette para diagnosticar la capacidad aeróbica del grupo, del cual se realizó un registro de datos para establecer el nivel de esta condición en los niños de la disciplina deportiva baloncesto, de lo cual se pudo analizar lo siguiente:

El tiempo promedio registrado en la prueba fue de 4'40" lo que indica que el grupo en total se encuentra en el percentil 61 en comparación con las tablas de Santiago Ramos, este indica que el grupo se encuentra un poco por encima del estado normal promedio, por lo tanto, se deben hacer trabajos que mejoren y desarrollen la resistencia aeróbica en los niños.

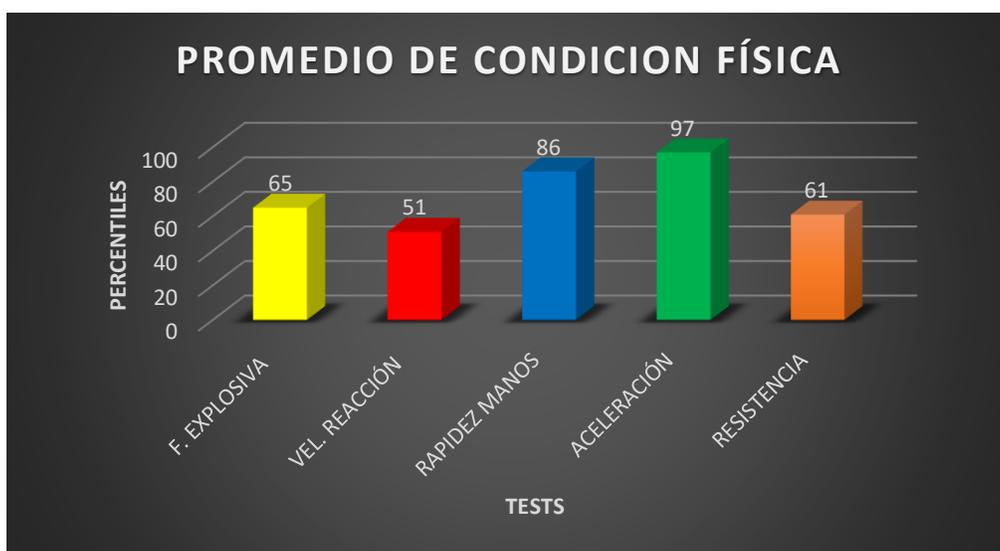
El menor desempeño según el test fue del niño B2 con un tiempo de 1'10" ubicándolo en el percentil 10 y el cual evidencia una baja condición. Mientras que el mejor desempeño lo tuvo el

niño B4 con un tiempo de 7'22" el cual se encuentra en el percentil 97 demostrando una excelente condición respecto a sus compañeros y las tablas de Santiago Ramos.

Se puede establecer también que el grupo tiene un grado de homogeneidad de 22 lo que nos lo que quiere decir que el grupo es heterogéneo, lo que implica que cuando se realicen juegos que involucren resistencia, se debe subdividir el grupo en 3.

En la medición de la condición física de resistencia del grupo de baloncesto del CARD y según la comparación de las tablas de Santiago Ramos el mínimo del grupo se encuentra en un percentil de 10 para tres niños lo que indica un bajo nivel de resistencia y el máximo en 97 para dos niños los cuales se encuentra en un alto nivel, lo que indica que el grupo en total está en un promedio de 61, esto quiere decir que se encuentre un poco por encima del estado normal promedio, por lo tanto se deben hacer trabajos que mejoren y desarrollen la resistencia en los niños.

A continuación, se presenta una gráfica que permite realizar un análisis descriptivo de la *tabla 2. Perfil de Condición Física*, en la cual se evidencian los resultados en percentiles de los test de; fuerza explosiva, reacción, rapidez de manos y resistencia.



Gráfica 2. Promedio de Condición Física

En la gráfica número dos del promedio de la condición física descrito en percentiles y teniendo en cuenta los cinco test implementados, se puede observar que el rendimiento del grupo está por encima del percentil 50 en todos los test, promediándose en el percentil 72, lo que indica que el grupo en general se encuentra en una buena condición física, indicando la importancia de realizar juegos y formas jugadas que mejoren y fortalezcan estas condiciones.

El test que registró un mayor y significativo rendimiento fue el de aceleración, el cual se ubicó en el percentil 97 mostrando una excelente condición del grupo, para la cual se deben realizar trabajos que ayuden a mantener esta posición. El rendimiento más bajo del grupo se evidencio en velocidad de reacción la cual se encuentra en el percentil 50 el cual indica que se encuentran en un nivel medio o normal, por lo que se deben implementar trabajos que desarrollen y mejoren esta condición.

3. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

En cumplimiento con los objetivos propuestos y teniendo en cuenta el cronograma planteado, este estudio presenta el informe final técnico de resultados relacionados con los objetivos propuestos.

3.1 JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO COMO HERRAMIENTA PEDAGOGICA EN UN PROGRAMA DE INICIACION DEPORTIVA

En un primer momento se realiza un ejercicio de búsqueda, para el apoyo teórico, de la investigación, por lo tanto, se inicia con una fundamentación de los componentes del juego motriz dirigido como herramienta pedagógica en la implementación para el programa de iniciación deportiva.

Es por ello, por lo que se hace necesario realizar una revisión general de la concepción de juego, para esto cabe mencionar que esta visto como una actividad fundamental del niño, que se da de forma innata, libre y satisfactoria, en un espacio y un tiempo determinados, y favorece el desarrollo de las capacidades motoras, cognitivas, afectivas y sociales.

Delgado y Del Campo afirman que:

El ser humano práctica actividades a lo largo de su vida, denominadas lúdicas, que le sirven de distracción, relajación, recreación, educación, o entretenimiento de otras actividades, consideradas en un principio más serias, como por ejemplo el trabajo. Pero cuando se estudia el juego en el mundo infantil, observamos tanta seriedad como en el trabajo más responsable del adulto. Eso sí, ofrece contrastes: seriedad y alegría, divertimento y responsabilidad acompañada de alegría, gozo, pasión o amor. (pag.17)

Por consiguiente, el juego envuelve toda la vida del niño, por tal motivo se utiliza como herramienta y estrategia para el desarrollo motriz, cognitivo y social en el crecimiento personal viendo como medio la iniciación y formación deportiva.

En un segundo momento se habla del *Juego Motriz Dirigido* siendo el eje central para el desarrollo de este programa de iniciación deportiva. Este es concebido como la acción (cuerpo en movimiento) desarrollada por el participante que al ser mediada por el maestro/formador, puede mezclarse con propósitos físicos, motrices y psicosociales que contribuyen al proceso de formación integral de los actores del juego, sin dejar a un lado su función principal de entretenimiento y placer.

Ahora es relevante indicar porque el juego motriz dirigido se utiliza como herramienta de interacción pedagógica:

El juego al poderse integrar con un entramado cultural diverso como es: el ritual, el derecho, el desarrollo, la integración, el poder, la educación, permite alcanzar diferentes propósitos de la formación integral del participante sin hacer a un lado su función principal de entretenimiento y placer.

El de juego motriz dirigido tiene como función principal satisfacer al niño de una manera integral en la actividad o juego, utilizándose como alternativa pedagógica de enseñanza y aprendizaje de este, sirviendo como pilares en el desarrollo motor y psicológico de los niños., esto genera una gran enseñanza en la etapa infantil y en el desarrollo social. A continuación, y siguiendo las palabras de Garaigordobil (1992) se detallan los componentes o características generales del juego infantil:

Componentes del juego motriz dirigido

- **Actividad fuente de placer:** es divertido y generalmente suscita excitación y hace aparecer signos de alegría.
- **Experiencia** que proporciona libertad y arbitrariedad: pues la característica principal del juego es que se produce sobre un fondo psíquico general caracterizado por la libertad de elección (Amonachvilli, 1986).
- **La ficción es su elemento constitutivo:** se puede afirmar que jugar es hacer el “como sí” de la realidad, teniendo al mismo tiempo conciencia de esa ficción. Por ello, cualquier cosa puede ser convertida en un juego y cuanto más pequeño es el niño y la niña, mayor es su tendencia a convertir cada actividad en juego, pero lo que caracteriza el juego no es la actividad en sí misma, sino la actitud del sujeto frente a esa actividad.
- **Actividad que implica acción y participación:** pues jugar es hacer, y siempre implica participación activa del jugador y de la jugadora, movilizándose a la acción.
- **Actividad seria:** el juego es tomado por el niño y la niña con gran seriedad, porque en el niño y la niña, el juego es el equivalente al trabajo del adulto, ya que en él afirma su personalidad, y por sus aciertos se crece lo mismo que el adulto lo hace a través del trabajo. Pero si la seriedad del trabajo del adulto tiene su origen en sus resultados, la seriedad del juego infantil tiene su origen en afirmar su ser, proclamar su autonomía y su poder (Chateau, 1973).
- **Puede implicar un gran esfuerzo:** en ocasiones el juego puede llevar a provocar que se empleen cantidades de energía superiores a las requeridas para una tarea obligatoria.

- **Elemento de expresión y descubrimiento de sí mismo y del mundo:** el niño y la niña a través del juego expresa su personalidad integral, su sí mismo.
- **Interacción y comunicación:** el juego promueve la relación y comunicación con los “otros”, empujando al niño y la niña a buscar frecuentemente compañeros, pero también el juego en solitario es comunicativo, y es un diálogo que el niño y la niña establece consigo mismo y con su entorno.
- **Espacio de experiencia peculiar:** el juego, como indica Elkonin (1985), es una reconstrucción sin fines utilitarios de la realidad hecha por el niño y la niña en la que plasma papeles de los adultos y las relaciones que observa entre ellos; en este sentido, el niño y la niña observa e imita-reproduce en sus juegos la realidad social que le circunda.

CARACTERISTICAS DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO:

- Debe tener un componente de esfuerzo físico mayor al habitual, sin ser aburrido, pero tampoco sin generar ansiedad.
- Se debe atender a la dosificación del esfuerzo respetando los ritmos y necesidades individuales de los niños.
- Propiciar el cumplimiento de las reglas establecidas, posibilitando el juego limpio.
- El tiempo debe ser flexible, dependiendo de la edad y características psicoevolutivas de los niños participantes.
- El material utilizado debe ser lo más atractivo posible para propiciar la mayor disponibilidad motriz.
- Posibilitar el interés y participación de todos niños.

- Evitar riesgos y peligros con materiales, el espacio y la organización.

INDICADORES DE EFICIENCIA DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO

- Interés y participación en la actividad propuesta
- Socialización entre los participantes de la actividad.
- Bajos o nulos niveles de deserción en la ejecución.
- Sonrisa como aceptación de la actividad propuesta.
- Parámetros fisiológicos: Frecuencia Cardíaca, Frecuencia Respiratoria, Calor

Corporal, Color de piel y Escala de Borg.

CONTENIDOS DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO PARA NIÑOS DE 9 A 12 AÑOS

Componente Físico

- Flexibilidad
- Velocidad
 - De Reacción
 - De Desplazamiento A cíclico
- Resistencia Aeróbica

Componente Técnico/Motriz

- Tono Muscular
- Ajustes Posturales
- Estructura Espacial
 - Orientación: Arriba, abajo, derecha, izquierda, delante, atrás.
- Estructura Temporal
 - Antes, durante, después, rápido, lento.

Coordinación

Discriminación Perceptiva, Ajustes Neuromusculares a tiempo y espacio, Memoria Motriz.

- Dinámica Global
- Dinámica Segmentaria.

Equilibrio

- Estático
- Dinámico
- Objetal
- Recuperado

Componente Psicosocial

Los contenidos de este componente se desarrollarán como ejes transversales, por ende, estarán presentes en todas las actividades propuestas los siguientes elementos: educación para la paz, atención a la diversidad, cooperación, respeto al medio ambiente, educación para la salud, mejora de hábitos de higiene, educación moral y cívica a través del reconocimiento y aceptación de normas y reglas de convivencia.

CLASIFICACIÓN DE LOS JUEGOS MOTRICES DIRIGIDOS

JUEGOS POLIVALENTES

- Juegos de Malabares
- Juegos de discriminación Sensorial.
- Juegos de Imitación.
- Juegos de Conducción y Persecución.
- Juegos de Control, pase y Tiro.
- Juegos de entrada.
- Juegos en el Laberinto

El juego motriz dirigido brinda al ser humano un momento de ocio y libertad abarcando la necesidad de realizar actividad física en un proceso de relajación del el mismo con el entorno, pero al realizar una comparación del juego motriz dirigido en un ámbito infantil en contraste al de un adulto se observan una gran cantidad de variantes y factores que intervienen en el desarrollo del mismo.

En el desarrollo de un niño o en primera infancia abarca las funciones cognitivas, motrices y sociales dando un gusto y mayor interés en la ejecución del juego con más responsabilidad en las actividades.

De igual manera se busca que se cree una conexión en alumno y maestro formador para un mayor gusto en el juego y desarrollando las capacidades motrices psicológicas cognitivas y sociales de los niños sin dejar a un lado la función principal del entrenamiento y el placer.

El juego motriz dirigido capta varias funciones para un mejor desarrollo del mismo que son:

- Componentes del juego motriz dirigido
- Características del juego motriz dirigido
- Indicadores de eficiencia del juego motriz dirigido
- Contenidos del juego motriz dirigido
- Componente psicosocial
- Clasificación de los juegos, motrices dirigidos.

Dando estos factores una estructura para la enseñanza del juego motriz dirigido en niños de proyecto de iniciación deportiva.

3.2 GUÍA DE JUEGOS EN LA DISCIPLINA DE BALONCESTO, FUNDAMENTADO EN LA INTEGRACIÓN DE LOS COMPONENTES DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO Y LOS PROPÓSITOS DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA

A continuación, se presentará un formato de juegos para trabajar los distintos fundamentos técnicos del baloncesto (el drible, el pase y el lanzamiento), se realizaron 60 juegos con sus variantes y carga en los cuales se dividen en tres etapas o fases (A-B-C),

Fase A: se busca promover la sensibilización, irradiación y la adaptación; se busca por medio de formas jugadas que el niño explore y vivencia la disciplina y el desarrollo de los fundamentos de una manera más fácil en el aprendizaje propio adaptando el cuerpo al elemento y al entorno, ya que se manejan un proceso netamente aeróbico con una intensidad moderada con un R.C (ritmo cardiaco) entre 150 a 160/P.

Fase B: se basa en la adaptación, asimilación y percepciones de los fundamentos técnicos de la disciplina, con un seguimiento de corrección y el mejoramiento de los movimientos en las ejecuciones de los juegos planteados correspondientes de la fase; en esta fase se maneja una intensidad moderada con R.C (ritmo cardiaco) entre 170 a 180/P, en un proceso aeróbico.

Fase C: En esta fase se busca el perfeccionamiento y el dominio de la técnica en las ejecuciones por medio de las formas jugadas planteadas, dando un desarrollo óptimo a los juegos y mayor interacción con el entorno y el elemento; se maneja una intensidad máxima anaeróbica con un R:C (ritmo cardiaco) mayor a 180 /P.

JUEGOS (Ver Anexo 1. guía de juegos para la disciplina de baloncesto)

3.3 LA ACCIÓN PEDAGÓGICA EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA DE LA DISCIPLINA DE BALONCESTO FUNDAMENTADA EN EL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO

En el siguiente capítulo se observará los procesos que se llevaron a cabo para el desarrollo de los procesos que se requerían para obtener un óptimo desarrollo de las capacidades de los niños por medio de los juegos creados por los auxiliares investigadores y así favorecer el trabajo de los niños frente a la disciplina del baloncesto.

3.3.1 RELACIÓN ENTRE LO PLANEADO VS EJECUTADO EN LAS SESIONES DE TRABAJO

Se realiza una recolección de datos en los cuales se busca dar una información sobre el juego motriz dirigido en la disciplina del baloncesto, observando la eficacia y el interés que se muestra por la población a abarcar, los juegos fueron previamente preparados por los auxiliares investigadores a cargo de la disciplina.

La recolección de datos se da por el método de observación directa donde se evalúa e identifica el trabajo del maestro formador en la apropiación y ejecución de los juegos para llevarlos a práctica con la población (niños del CARD de 9 a 13 años en la disciplina de baloncesto).

Se observó y evaluó una cantidad exacta de 16 juegos, donde se verificará: el objetivo técnico, el volumen, la intensidad, el descanso y la magnitud en los cuales se le dará una valoración a cada ítem con 20 puntos máximo y una valoración acumulada de 100 puntos por juego ejecutado, de esta forma daremos un recuento de los planeado y ejecutado por cada juego y dar a conocer el

grado de aceptación de cada uno de los juegos en cada una de sus fases. (*Ver Anexo 1. guía de juegos para la disciplina de baloncesto*)

JUEGOS FASE A

<u>Objetivo</u> <u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Volumen</u>			<u>Intensidad</u>			<u>Descanso</u>			<u>Magnitud</u>			<u>Valoración</u> <u>Total</u> <u>Sobre</u> <u>100 puntos</u>
	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	
<i>Tingo</i> <i>Tingo</i> <i>Tango</i> 20	2//4X30''	2//4X2'	8	Moderado	Moderado	20	Micro.30'' Meso.1:30''	2'	8	III	III	20	76
<i>El Puente</i> 20	2//3x40''	3x2'	6	Moderado	Moderado	20	Micro.45'' Meso.1'	1'	6	II	II	20	72
<i>Uno Tras</i> <i>Otro</i> 20	3//3x45'	3//3x40''	17	Moderado	Moderado	20	Micro.15'' Meso.45''	Micro.15'' Meso 1'	15	II	II	20	92
<i>Valor</i> <i>total</i>	60		31			60			29			60	240

Tabla 3. Juegos fase A

Se evidencia por medio de los datos recogidos y las puntuaciones obtenidas por cada ítem recogido que los que en los juegos ejecutados de la fase A, son de gran acogida por los maestros formadores y con un gran nivel de emocionalidad por los niños. Se realiza una gran ejecución del objetivo siempre teniendo la mayor puntuación de igual manera con la intensidad y la magnitud a trabajar, pero en los procesos del volumen y el descanso no se cumplen los tiempos pactados cambiando a fines la cantidad de ejecuciones que se requieren en los juegos.

JUEGOS FASE B

<u>Objetivo</u> <u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Volumen</u>		<u>Intensidad</u>		<u>Descanso</u>			<u>Magnitud</u>			<u>Valoración</u> <u>Total</u> <u>Sobre</u> <u>100 puntos</u>		
	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>		<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>
<i>Entre los Círculos</i> 20	2//10x1'	2//10x1'	20	Moderado	Moderado	20	Micro.2' Meso.3	Micro.2'	12	II	II	20	92
<i>Estación de Auto bus</i> 20	5x4'	5x3'	15	Moderado	Moderado	20	Micro1'	Micro 1'	20	II	II	20	95
<i>Corriendo</i> 20	4x3'	4x2'	15	Moderado	Moderado	20	Micro.1'	Micro.1'	20	II	II	20	96
<i>Lanzando y Regresando</i> 20	2//4x1'	2//4x1'	20	Moderado	Moderado	20	Micro,30'' Meso,2'	Micro.30'' Meso,2'	20	II	II	20	100
<i>Tiro al Blanco</i> 20	2//5x1'	2//5x1'	20	Moderado	Moderado	20	Micro,30''	Micro,30''	20	III	III	20	80
<i>Robando Conos</i> 20	25'	17'	12	Moderado	Moderado	20	Micro,5'	Micro.3'24''	10	II	II	20	82
<i>Policías y Ladrones</i> 20	6x4'	6x3'	13	Moderado	Moderado	20	Micro,1'	Micro,1'	20	II	II	20	93
<i>Zona de Lanzamiento</i> 20	2//3x2'	2//3x2'	20	Moderado	Moderado	20	Micro.30'' Meso1'	Micro45'' Meso1'	17	II	II	20	97
<i>4 grupos</i> 20	2//4x1'	2//4x1'	20	Moderado	Moderado	20	Micro 1' Meso 3'	Micro1' Meso 2'	15	III	III	20	95
<i>Bombardeo</i> 20	6x1'	6x1'	20	Moderado	Moderado	20	Micro 3'	Micro 1'30''	10	III	III	20	90
<i>Que no Caiga el Globo</i> 20	8x1'	7x1'	15	Moderado	Moderado	20	Micro 3'	Micro 3'	20	III	III	20	95
<i>Valor Total</i>	220		190			220			184			220	1.015

Tabla 4. Juegos fase B

Observamos que los juegos de fase B, son en los que mayores juegos ejecutados se realizaron ya que el proceso de los niños de la fase anterior fue muy rápida gracias a sus capacidades.

Los juegos de la fase B mantienen la mayor valoración en el objetivo, intensidad y magnitud y menor valoración en los volúmenes y descansos, pero con menor variación aproximándose más a lo requerido por los investigadores auxiliares dando mejores pautas en las cargas a cada juego

JUEGOS FASE C

<u>Objetivo</u> <u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Volumen</u>			<u>Intensidad</u>			<u>Descanso</u>			<u>Magnitud</u>			<u>Valoración</u> <u>Total</u> <u>Sobre</u> <u>100 puntos</u>
	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	
<i>La Caja Con Los Balones</i> 20	6x20''	6x20''	20	Alta	Alta	20	Micro.1'	Micro.1'	20	IV	IV	20	100
<i>Valor Total</i> 20			20			20			20			20	100

Tabla 5. Juegos fase

En el anterior juego de fase C se observa que mantiene todos los ítems con la mayor valoración, sin ninguna falencia en el juego ni en los procesos a ejecutar, lo cual evidencia que el juego está bien diseñado y se desarrolló de forma apropiada.

VALORES FINALES

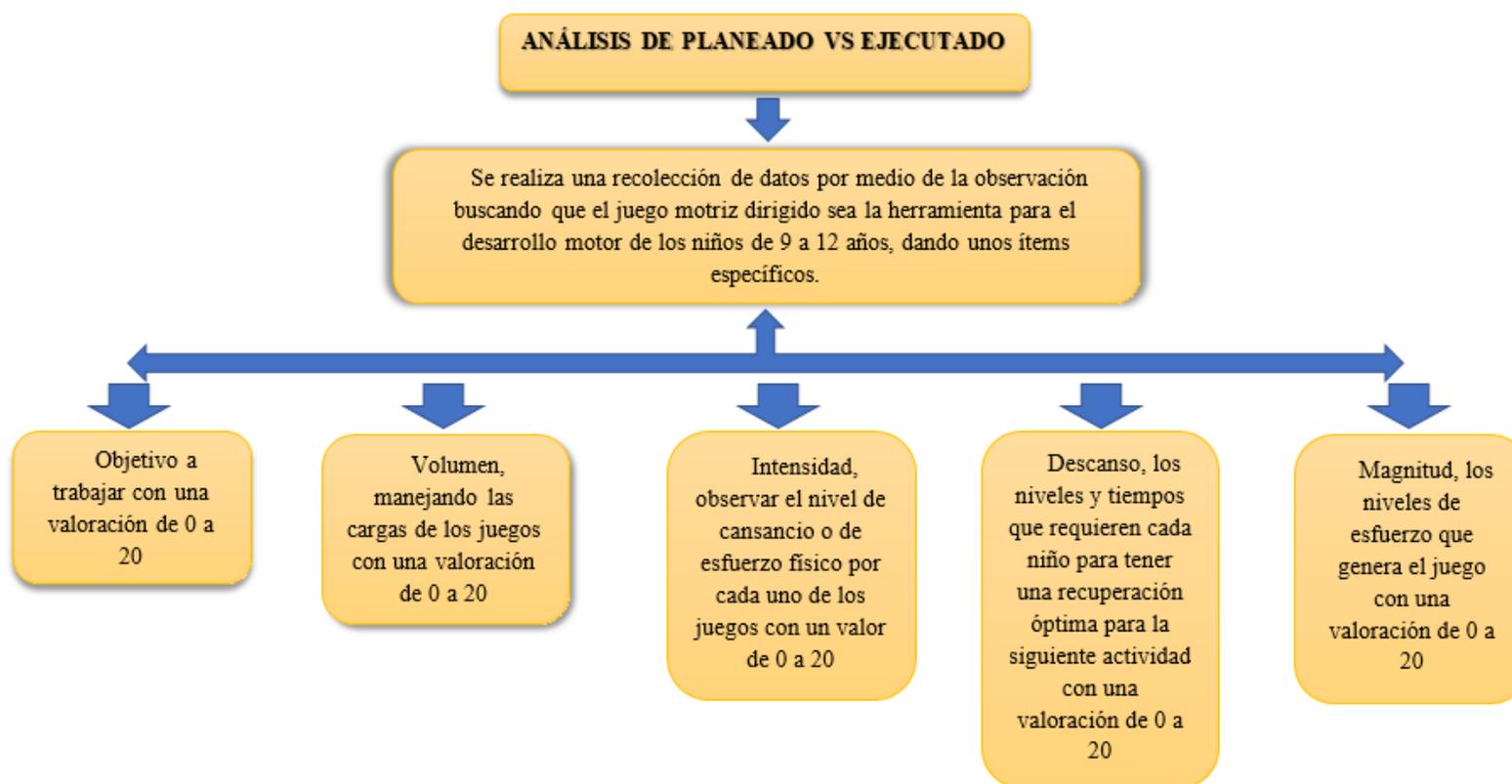
	<u>Objetivo</u> <u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Volumen</u>		<u>Intensidad</u>			<u>Descanso</u>			<u>Magnitud</u>			<u>Valoración</u> <u>Total</u> <u>Sobre</u> <u>100 puntos</u>	
		<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>	<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>	<u>Planeado</u>	<u>Ejecutado</u>		<u>Valoración</u> <u>20 puntos</u>
<i>Juegos</i> <i>A</i>	60			31			60			29			60	240
<i>Juegos</i> <i>B</i>	220			190			220			184			220	1.015
<i>Juegos</i> <i>C</i>	20			20			20			20			20	100
<i>Valor</i> <i>Final</i>	300			241			300			228			300	1.355

Tabla 6. Valores finales

Se realiza una tabla para dar una valoración de cada una de las fases y así ver la puntuación que se obtuvo por juegos y dar el total de los puntos de los juegos ejecutado, y así ver la cantidad total de la puntuación obtenida de todos los juegos que se ejecutaron en el proceso de los niños de la disciplina del baloncesto, con la suma total de 15 juegos ejecutados en las 3 fases.

Se observa una variación en los valores que se le asignaron a cada juego, siendo 100 el puntaje máximo y atendiendo a que es el nivel más alto en la aceptación del juego y dándolo como un juego óptimo para el desarrollo de las habilidades de los niños,

Al restante de juego se encontró una puntuación menor ya que se encuentra falencias en los mismos, como en los ítems anteriores como lo son el volumen, intensidad, descanso y magnitud. Esto genera que los juegos no tengan la aceptación por completo ya que no se logran los factores requeridos en los juegos para que se dé un juego a su máximo nivel y sea de aprovechamiento por los niños y los maestros formadores.



Grafica 3. Análisis Planeado vs Ejecutado

Se observa cada uno de los factores y componentes que se requiere los cuales son fundamentales en el desarrollo de los juegos, ya que por medio de estos factores podemos clasificar los juegos en sus diferentes fases (A, B, C) y así optimizar el trabajo a realizar con los niños del CARD.

Cada uno de los ítems tiene un valor de puntos de 0 a 20 puntos en el cual en la sumatoria de todos los ítems llegue a la puntuación perfecta que es de 100 puntos recordando que son 5 ítems a trabajar: Objetivo, Volumen, Intensidad, Descanso Magnitud, Que en la composición de todos llegaremos a encontrar juegos óptimos en la disciplina del baloncesto que faciliten la enseñanza y el aprendizaje de la disciplina del baloncesto especificando las técnicas a trabajar.

3.3.2 LAS HABILIDADES DOCENTES EN LAS SESIONES DE TRABAJO EN LA DISCIPLINA DE BALONCESTO

En la caracterización de los elementos determinantes implementados por el proyecto CARD, es primordial para este análisis el de las habilidades docentes, ya que permite valorar el desempeño del docente en cuatro diferentes aspectos.

HABILIDADES DOCENTES

En las habilidades docentes, se implementaron unos formatos para desarrollar el proceso de observación de habilidades tales como; organización, motivación, comunicación y evaluación, con los cuales se valoraran los criterios que presentan cada una de ellas en el desarrollo de la sesión, en donde cada uno de estos posee indicadores útiles que permiten llevar a cabo el proceso de evaluación de los docentes formadores, la escala de valoración utilizada cuantitativamente es de 1 a 4 y cualitativamente se implementa de la siguiente manera.

- 1. NUNCA**
- 2. OCASIONALMENTE**
- 3. FRECUENTEMENTE**
- 4. SIEMPRE**

Es importante aclarar que el proceso de evaluación se realizó durante 4 semanas, donde una semana correspondía a una habilidad docente, para lo que cuantitativamente se tomaron los resultados de cada una de las valoraciones a partir de los criterios evaluación dados en cada

habilidad, los cuales se organizaron debidamente tanto en una tabla, como en una gráfica las cuales se analizarán posteriormente.

COMUNICACIÓN

La comunicación es indispensable para el desarrollo de cualquier ser humano a lo largo de toda su vida y desde el momento de su nacimiento, con esto podemos resaltar lo que propone Cruz Y (2013): “La comunicación permite la comprensión entre los hombres en su actividad conjunta, en todas las esferas y grupos sociales en que participa durante su vida: en el grupo familiar, de juego, estudiantil, laboral” (p.2), lo cual manifiesta, que por medio de la comunicación cualquier individuo logra ser parte de una sociedad, en donde aprende a relacionarse, a crear las redes sociales y emocionales que le permiten desarrollar su personalidad y convivir con sus semejantes.

TABLA GENERAL HABILIDAD DOCENTE							
COMUNICACIÓN							
#	FECHAS	CLASES		TIPOS Y HABILIDADES		TECNICAS	PROMEDIO GENERAL
		VERBAL	NO VERBAL	TIPOS	HABILIDADES		
1	4/10/2018	2,60	2,20	2,66	2,66	3,60	2,74
2	11/10/2018	2,40	2,20	2,66	2,33	2,60	2,43
PROMEDIO		2,50	2,20	2,66	2,49	3,10	2,59

Tabla 7. Habilidad Docente Comunicación

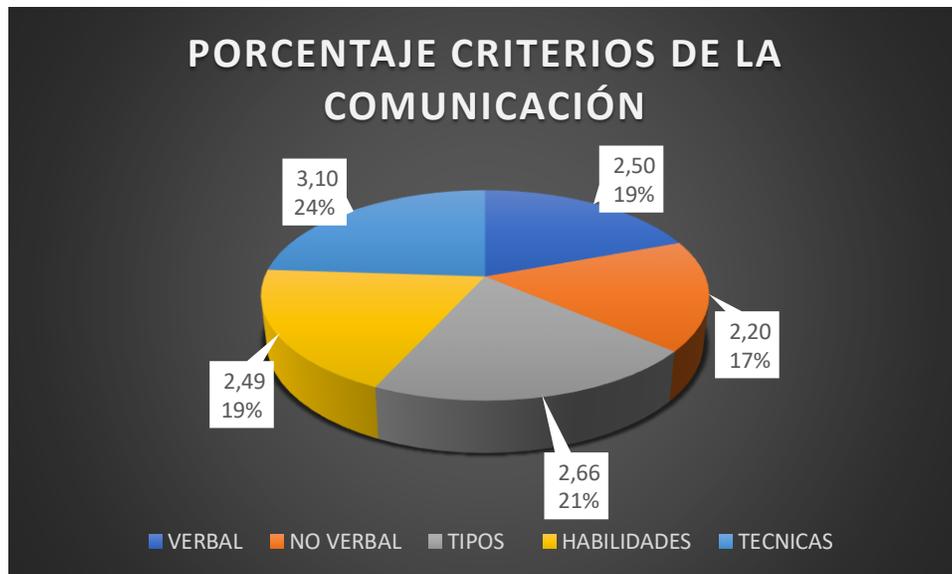


Gráfico 4. Porcentaje criterios de la Comunicación

Los docentes formadores en cuanto a la habilidad de comunicación tienen un vocabulario apropiado con el desarrollo de los niños participantes, manejan coherencia y secuencialidad en los mensajes de las explicaciones y correcciones.

En cuanto a la gestualidad los docentes no tienen un buen manejo y uso de las manos en las explicaciones y correcciones, no crean códigos gestuales para mejorar la comunicación no verbal en clase, y solo en algunas ocasiones se apoyan en la ejemplificación como medio para las explicaciones y correcciones, Maneja la demostración de manera asertiva con apoyo de sus estudiantes para mejor comprensión de la actividad propuesta.

ORGANIZACIÓN

La organización aborda todos los elementos y actores inmersos en la sesión de clase. En la cual se manifiestan criterios como; la temática, que se refiere al que enseñar, el espacio, que se refiere al en donde hacerlo, el tiempo, del cual se debe tener control al momento de enseñar, la

metodología, esta se centra en el cómo enseñar, abordando los modelos pedagógicos, los estilos de enseñanza-aprendizaje y los recursos que hacen referencia al que enseñar, lo que se refiere al uso de elementos o materiales durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

TABLA GENERAL HABILIDAD DOCENTE							
#	FECHAS OBSERVADAS	ORGANIZACIÓN					PROMEDIO GENERAL
		QUE SE ENSEÑA	EN DONDE	CUANDO	COMO	CON QUÉ	
1	30/10/2018	3,33	3,50	3,00	3,00	3,33	3,23
2	1/11/2018	3,33	3,16	2,83	2,83	3,83	3,19
PROMEDIO		3,33	3,33	2,91	2,91	3,58	3,21

Tabla 8. Habilidad Docente Organización



Gráfico 5. Porcentaje Criterios de Organización

Los docentes de la disciplina de baloncesto en cuanto a la habilidad docente organización, se puede decir que entregan oportunamente los planes de clase al docente disciplinar, los cuales siempre hicieron su mayor esfuerzo por cumplir los objetivos de las clases, para lo que se informaba a los niños

participantes cual sería la finalidad de cada clase, en donde los docentes utilizaban sus conocimientos acerca de las fases del aprendizaje de los niños de forma coherente en cada sesión.

En cuanto a los espacios donde se desarrolló el plan de entrenamiento fue el coliseo del CAD centro académico deportivo de la Universidad de Cundinamarca que cuenta con 1 campo de baloncesto el cual obviamente es el más pertinente para desarrollar la clase.

Respecto a su ubicación, esta les permitía de manera adecuada tener el control de la clase y su distribución siempre. Los docentes formadores de esta disciplina ocasionalmente tenían problemas con la puntualidad ya que debido a factores externos llegaban entre 10 y 15 min por encima de la hora acordada. Respecto a la distribución de los volúmenes de cada actividad en los planes de entrenamiento, se ven adecuadas cargas de intensidad y en la interacción se evidencia siempre tomando frecuencia cardiaca y escala de Borg, también se asignan tareas a algunos niños para manejar didácticamente lo sencillo y lo complejo.

MOTIVACIÓN

La motivación es una habilidad de la cual se debe valer el docente para propiciar la participación activa del estudiante durante la clase, ya que, como lo dice Ajello (2005): “La motivación debe ser considerada como la disposición positiva para aprender y continuar haciéndolo de una forma autónoma” (Citado de Naranjo M, 2009, p.2), lo que se refiere a que utilizar de forma positiva la motivación en la sesión de clase generara en los niños la disposición para esforzarse para realizar una tarea de la mejor forma posible, sintiendo satisfacción al momento de conseguirla.

TABLA GENERAL HABILIDAD DOCENTE						
MOTIVACIÓN						
#	FECHAS OBSERVADAS	TIPOS DE MOTIVACIÓN		ESTRATEGIAS MOTIVACIONALES		PROMEDIO GENERAL
		INTERNAS	EXTERNAS	POSITIVAS	NEGATIVAS	
1	6/11/2018	3,37	2,87	2,62	1,85	2,67
2	13/11/2018	2,87	3,50	3,62	2,42	3,10
PROMEDIO		3,12	3,18	3,12	2,13	2,88

Tabla 9. Habilidad Docente Motivación



Gráfico 6. Porcentaje Criterios de Motivación

La motivación es una de las habilidades más necesarias para cualquier práctica deportiva y académica ya que de esta depende si lo aprendido se almacena de manera significativa en la memoria de los niños o no, por lo cual se entiende por qué el proyecto macro plantea el juego como una estrategia de motivación en pro de generar mejores experiencias de aprendizaje en el ambiente deportivo, el cual es empleado por los docentes formadores en todas las sesiones de clase, también tienen en cuenta las diferencias individuales de los niños, por lo cual adecuan las actividades propuestas pensando en el

aprendizaje significativo de los mismo, evidenciando así la importancia y trascendencia de lo realizado en la sesión como aporte para la vida de cada uno.

Así como se evidenciaron aspectos positivos, también se notaron aspectos negativos, pero no siempre lo negativo es malo, ya que algunas veces las estrategias negativas de la motivación se relacionan con penitencias, actividades especiales y castigos físicos, los cuales también son importantes para orientar a los niños a la conciencia de los objetivos o finalidades de cada sesión. Algo importante para esta habilidad de la motivación es también la participación activa e interacción del docente formador en las actividades y juegos que desarrolla con los niños, los cuales los tratan de manera respetuosa y exigen también mucho respeto. Y, por último, pero no menos importante se evidenciaron gran cantidad de variantes a los juegos realizados lo cual mantiene el interés y atención del niño en las sesiones de clase.

EVALUACIÓN

La evaluación es indispensable para ejercer la labor docente, García J (2010) la define como: “una valoración que se emite sobre el proceso de Enseñanza/Aprendizaje después de haber recogido una serie de datos relacionados con los objetivos e intenciones educativas que se pretenden conseguir” (p.1), lo que quiere decir que esta se realiza con el fin de comprobar si esos objetivos e intenciones planteadas por el docente se han alcanzado y hasta qué punto, teniendo ya como referencia el proceso tanto grupal como individual para alcanzar estos logros.

TABLA GENERAL HABILIDAD DOCENTE									
EVALUACIÓN									
#	FECHAS OBSERVADAS	CUALITATIVO				CUANTITATIVO			PROMEDIO GENERAL
		PARTICIPACIÓN	DESEMPEÑO MOTOR	ACTITUD	ACEPTACIÓN ACT	PRUEBAS	TEST	COMPROMISO MOTOR	
1	23/10/2018	2,85	2,57	3,42	3,14	2,71	2,71	2,57	2,85
2	25/10/2018	4,00	2,71	3,00	3,85	3,14	2,42	3,00	3,16
PROMEDIO		3,42	2,64	3,21	3,49	2,92	2,56	2,78	3,00

Tabla 10. Habilidad docente Evaluación

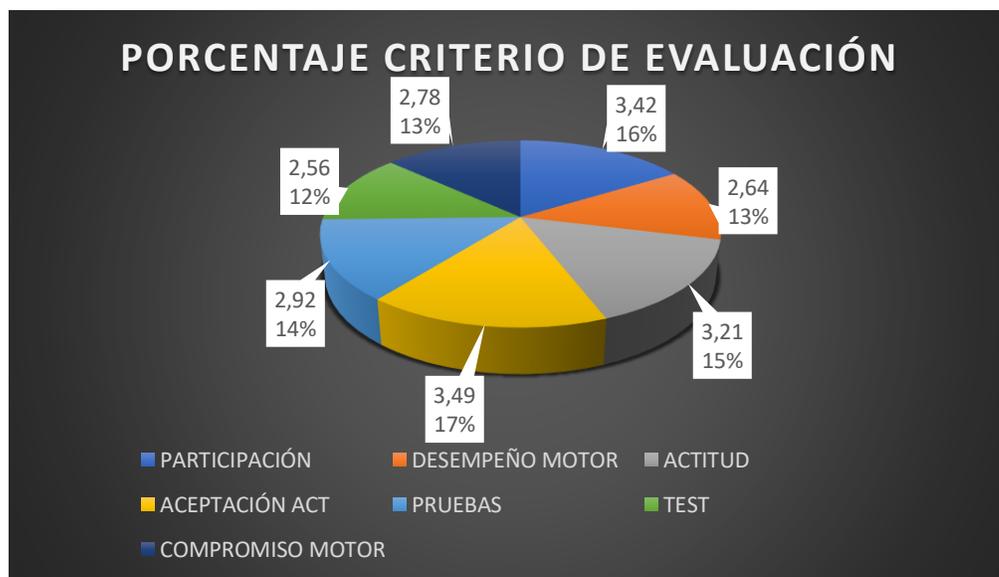


Gráfico 7. Porcentaje Criterios de Evaluación

Los docentes formadores de la disciplina baloncesto teniendo en cuenta su participación se puede decir que son activos y dinámicos a la hora de adquirir la responsabilidad de un grupo, el desarrollo motor de los formadores es óptimo ya que se incluyen en las actividades con los niños y se desenvuelven de manera eficiente. Se evidencio también una buena aceptación e igualmente una actitud y disposición pertinente para guiar sus clases y sus actividades a los niños. Respecto a la evaluación de carácter cuantitativo se aplicaron los test iniciales antropométricos, físicos y técnico motriz.

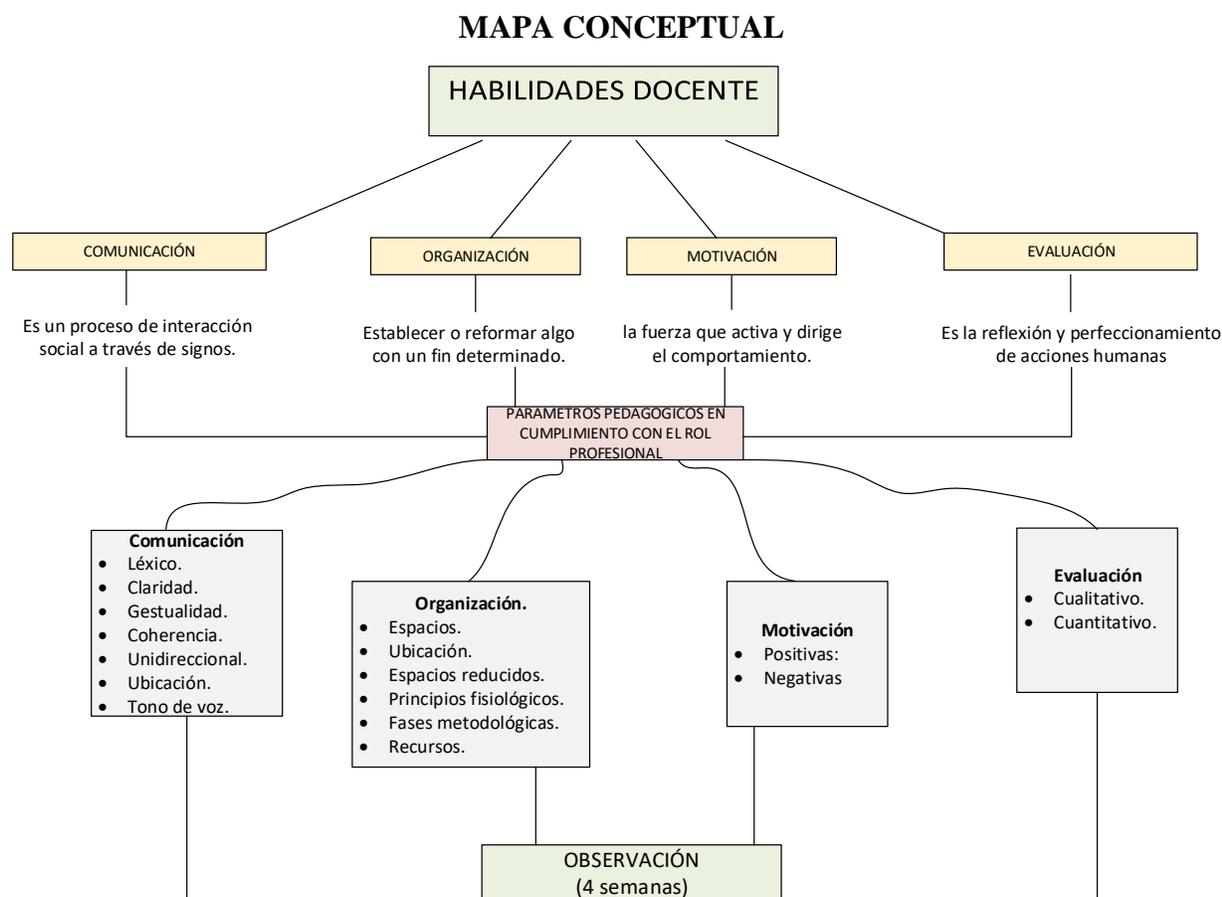


Gráfico 8. Habilidades Docentes

En esta gráfica, se muestra cual es la clasificación de las habilidades docentes, de qué forma se manifiestan cada una de ellas en una sesión de clase y cuáles son sus componentes determinantes, los cuales es importante conocer y entender, ya que al manejar de forma productiva y eficiente las habilidades docentes es primordial en todo proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que mediante la evaluación de estas habilidades se puede verificar que tan efectivo es el proceso que se está desarrollando, por ejemplo si la comunicación es eficaz, los niños realizarán y entenderán lo propuesto por el docente, si la organización de todos los elementos inmersos en la sesión, como; espacios, tiempos, temas, metodologías y recursos se compenentran armónicamente permitirán un desarrollo adecuado del proceso, si los alumnos logran tener una motivación tanto o interna, como externa, por parte del docente como un agente

motivador dentro de la sesión, pero teniendo razones propias para estar motivado ante la misma y si se consigue evaluar la clase de forma cualitativa como cuantitativa, la experiencia tanto del docente como la de estudiante será significativa, ya que el docente está propiciando un espacio de enseñanza-aprendizaje abarcando diferentes parámetros pedagógicos los cuales le permiten entender, prever y manejar el comportamiento de los niños en la sesión de clase.



Gráfico 9. Promedio General Habilidades Docentes

En esta grafica se observa que la habilidad que obtuvo una mayor valoración fue la organización con una puntuación de 3,21 lo cual evidencia que frecuentemente se cuenta con una organización adecuada. La habilidad que obtuvo una menor valoración es la comunicación con 2,59 mostrando que ocasionalmente la comunicación es adecuada, de la cual se debe resaltar que la gestualidad, ubicación y el manejo del tono de voz por parte de los docentes se debe mejorar.

La habilidad que presenta la segunda mejor puntuación es la evaluación, con 3,00 donde se da a conocer que esta también se realiza frecuentemente de forma adecuada. La motivación por su parte cuenta con una valoración de 2,88 cumpliéndose esta habilidad ocasionalmente de manera

adecuada. Para finalizar se muestra que el promedio general de las habilidades docentes es de 2,92 lo que da a conocer que frecuentemente estas se están desarrollando adecuadamente.

3.3.3 PERTINENCIA Y COHERENCIA DEL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA DE BALONCESTO

CARACTERÍSTICAS DEL JUEGO SEGUIMIENTO AL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO

Para el seguimiento del juego se diligencio un formato a cargo de los investigadores auxiliares, en el cual se describe la fecha de cada sesión de entrenamiento, el fundamento técnico y la fase de aprendizaje, al igual que cada uno de los criterios y su respectiva valoración (*Ver Anexo 3. formato de juego motriz dirigido*).

Para la organización y el análisis de resultados se elaboró la siguiente tabla en donde se recopilo toda la información, de acuerdo con la cantidad de juegos por sesión de entrenamiento y las características de fundamento técnico y fase de aprendizaje así mismo se evidencia el criterio de cada juego con una calificación de 1 a 5 el cual se valoriza cualitativamente de la siguiente manera:

- 1- Muy malo
- 2- Malo
- 3- Aceptable
- 4- Bueno
- 5- Muy bueno

A continuación, se puede evidenciar que en la siguiente tabla del seguimiento del juego motriz dirigido se estableció un criterio cuantitativo general y a su vez un promedio por juego, fecha de sesión de entrenamiento y el fundamento técnico que se enseñó, de esta manera se facilita la elaboración de un análisis cualitativo en base de los datos ya nombrados.

MIN (-) MAX (+) TOTAL (*)														
SEGUIMIENTO AL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO														
# JUEGOS	SESIÓN DE ENTRENAMIENTO	F. TÉCNICO/FASE	CRITERIOS											CALIFICACIÓN
			C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	C11	
1	04/10/2018	PASE/A	5	2	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3,5
2			5	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3,7
3	11/10/2018	LANZAMIENTO/B	5	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3,6
4			5	4	4	2	4	2	3	4	4	2	4	3,5-
5	23/10/2018	PASE/A	5	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3,9
6			5	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3,6
7	25/10/2018	LANZAMIENTO/B	4	4	3	4	4	5	3	4	4	4	4	3,9
8			4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4,1
9	30/10/2018	DRIBLING/B	5	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3,6
10			5	4	4	2	4	2	3	4	4	2	4	3,5-
11	01/11/2018	PASE/A	5	5	4	5	5	3	4	4	3	5	4	4,3 +
12			5	4	3	5	5	5	3	4	4	4	5	4,3 +
13	06/11/2018	LANZAMIENTO/B	4	4	4	4	4	2	3	4	4	2	4	3,5
14			4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3,5-
15	13/11/2018	DRIBLING/B	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3,5-
16			4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3,5-
CALIFICACIÓN PROMEDIO POR CADA CRITERIO			5	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3,7

Tabla 11. Seguimiento al juego motriz dirigido

Se evidencia en la (Tabla.2) que los juegos con mayor valoración fueron los del FT (fundamento técnico) de pase en fase de aprendizaje A, y en la valoración más baja se encontraron 5 juegos de fundamento técnico de drible y lanzamiento.

A sí mismo el promedio general arrojó un resultado de 3.7, lo que indica que de acuerdo a la valoración cualitativa el promedio de los juegos es aceptable durante el proceso de entrenamiento de la disciplina deportiva baloncesto.



Gráfico 10. Seguimiento por Criterio

A continuación, se organiza la información en una gráfica de barras y se hace un análisis por criterio

1. El juego propicia el cumplimiento del objetivo(s) propuesto(s):

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 4.1 el cual está valorado dentro de la escala como bueno, ya que cada juego plantea un objetivo según fase (A: Experimentar B: Corregir C: Perfeccionar) analizando que en 9 juegos el objetivo se dio a cabalidad con un desempeño muy bueno y que en los otros 7 su desarrollo se encuentra con un desempeño bueno. Esto indica que el juego propicia el cumplimiento del objetivo, propuesto en coherencia con lo planeado y lo ejecutado en la sesión de clase. Además, la línea metabólica que se debe implementar en relación a las características del niño frente al juego concuerda al desarrollo de los fundamentos del deporte de una manera coherente, a los tiempos de la carga, como el volumen y descanso de cada juego. A su vez la intensidad de las actividades comprende la relación de las edades en la que se encuentran los niños causando que el fundamento sea desarrollado de manera afín con la formación deportiva del niño en la disciplina de baloncesto.

2. El juego permite el cumplimiento de la prescripción dada:

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 3.7 el cual está valorado dentro de la escala como aceptable indicando que la prescripción dada ocasionalmente se entiende y se ejecuta de forma correcta a raíz de que su reacción no es la indicada, o que los estudiantes del núcleo de iniciación deportiva quienes son los encargados de su ejecución no interpretan de forma adecuada y coherente lo que establece la descripción de cada juego como también su esparcimiento en habilidades docentes de organización como comunicación infieren en la buena ejecución del juego. Por otra parte, la descripción grafica muestra otra perspectiva distinta del desarrollo del juego a la que se buscaba como idea principal, causa que demuestra la reacción y terminología unitaria que se necesita dentro de un grupo de trabajo y la modalidad deportiva, siendo relevante los conocimientos y fundamentos básicos que cada disciplina apropia para el buen desenvolvimiento dentro del campo de acción al enseñar o desarrollar un juego.

3. El juego evidencia un compromiso motor mayor al de la cotidianidad:

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 3.8 el cual está valorado dentro de la escala como aceptable indicando que el compromiso motor está por encima del ejecutado normalmente en las sesiones de clase, aunque se analiza que en los dos fundamentos técnicos donde este compromiso motor disminuye es en el de pase y lanzamiento y donde hay un mayor compromiso motor en todos los juegos donde su fundamento a trabajar es el dribling o regate. De acuerdo con lo dicho anteriormente, una de las razones por las cuales en este criterio la calificación fue aceptable es que la aplicación de estos fundamentos en la disciplina deportiva de baloncesto, son de mayor complejidad y un fundamento requiere del otro.

4. El juego propicia el cumplimiento de las reglas establecidas favoreciendo el juego limpio:

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 3.6 el cual está valorado dentro de la escala como aceptable indicando que las reglas del juego no propician un favorecimiento de juego limpio en un desempeño bueno, esto a raíz de que en una gran cantidad de juegos se evidencia la competitividad, algo que conlleva a que los niños dejen a un lado el juego limpio por el hecho de querer ganar, teniendo en cuenta que los juegos competitivos son un factor motivacional en los niños de estas edades, como también se consideran las características de la disciplina deportiva de baloncesto, como juego de contacto e rivalidad con otros equipos, pero existe una carencia de lograr identificar el trabajo en equipo de manera limpia para la competencia legal de un juego con bases comunicativas al desarrollo de formación del deportista.

5. El juego cumple con los tiempos propuestos para la ejecución:

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 4.1 el cual está valorado dentro de la escala como bueno indicando que en una gran mayoría los tiempos prescritos en cada juego son coherentes con la ejecución. Ya que el desarrollo de control del volumen en cuanto repeticiones, series y tandas se distribuyen de manera adecuada a la señal del docente formador de iniciación deportiva, además el juego cumple con la motivación del desarrollo para las formas jugadas al momento de la ejecución de estas.

6. El juego cumple los tiempos de descanso establecidos:

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 3.4 el cual está valorado dentro de la escala como aceptable indicando que en una gran mayoría los tiempos de descanso

prescritos en cada juego no son coherentes con la ejecución debido a que los docentes formadores de iniciación y formación deportiva aprovechan este tiempo para corregir, clarificar o brindar nuevas indicaciones, además el desarrollo del juego tiende a demorarse su ejecución a causa de que la interpretación no es la adecuada.

7. En el desarrollo del juego se utilizan materiales llamativos e idóneos con las características del niño participante:

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 3.6 el cual está valorado dentro de la escala como aceptable indicando que no siempre los materiales son los llamativos para cada actividad, puesto que se convierten en algo de la cotidianidad para los niños, sin ser vistos como algo llamativo.

8. En el desarrollo del juego se evidencia interés y participación por parte de los niños participantes:

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 3.6 el cual está valorado dentro de la escala como aceptable indicando que a pesar de que sea una metodología que llama la atención de los niños fundamentándola desde el juego motriz dirigido, no muestra un mayor interés y una participación que la que se evidencia en la sesión de clase anteriores. Se observa también que hay una participación bueno o muy bueno en los juegos que se direccionan desde el fundamento técnico de pase o lanzamiento y de menos interés con una escala aceptable todos los juegos de fundamento técnico de pase. Dicho lo anterior es de gran relevancia asistir y trabajar más en el fundamento técnico de pase puesto que este es juego de equipo y el pase es de vital importancia para su ejecución.

Por otra parte, el docente de iniciación deportiva cumple con que la participación de los niños sea adecuada para el juego, pero no cumple con las habilidades motivadoras dentro de la ejecución y duración de cada juego como a su vez de sus variantes, causa que la participación también es de manera propia de desde el docente formador.

9. El juego propicia la sociabilidad de los niños participantes:

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 3.6 el cual está valorado dentro de la escala como aceptable indicando que se presenta un grado de sociabilidad, pero aun así no es el esperado puesto que el hecho de que sean juegos competitivos disminuye el grado de sociabilidad entre los niños.

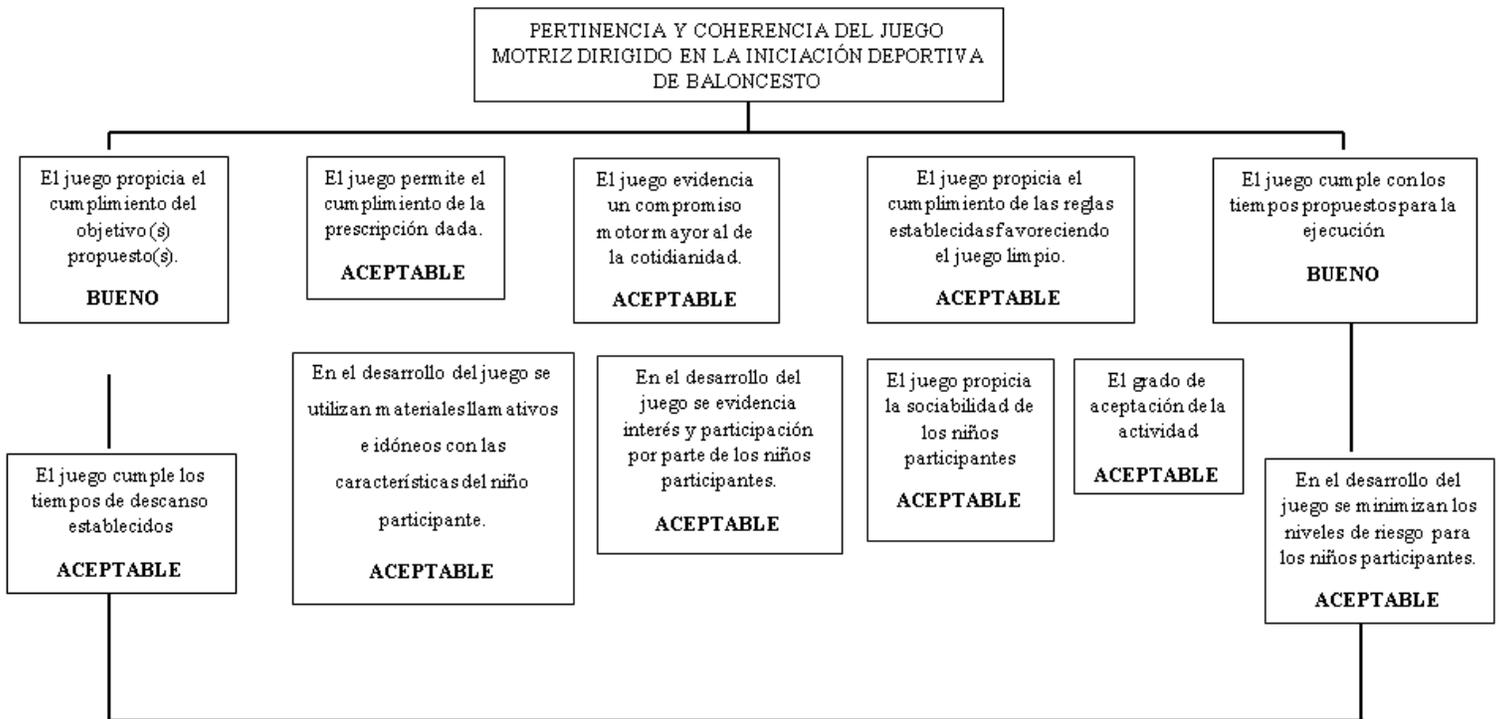
Falencia del desarrollo de los juegos, ya que se debe generar la convivencia grupal, aunque el desarrollo de la disciplina tenga como fin una parte competitiva que molesta el desarrollo de trabajo en equipo necesaria para la sociabilidad, aunque por otra parte el desarrollo dentro del juego no se vea, ya que la mayoría de los juegos son individualizados y no de manera grupal, parejas u otras variantes.

10. En el desarrollo del juego se minimizan los niveles de riesgo para los niños participantes:

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 3.3 el cual está valorado dentro de la escala como aceptable indicando que el riesgo es el alto en la ejecución de los juegos, debido inicialmente a la diversidad de edades, puesto que el grupo no se subdivide todos los niños trabajan al tiempo, y es claro que los niños más grandes en edad manejan un desempeño motor más amplio que el de los niños más pequeños en edad.

11. El grado de aceptación de la actividad:

En el desarrollo de este criterio se evidencia un promedio de 3.8 el cual está valorado dentro de la escala como aceptable indicando que la actividad se encuentra en un grado de aceptación promedio, debido a que algunos de los juegos son muy cotidianos y que el volumen de la actividad es muy alto y los niños se cansaban de ejecutar tantas veces la misma actividad.



Grafica No. 11 Seguimiento al juego motriz dirigido

El desarrollo del proceso de investigación en la parte de trabajo de campo se ejecutaron 16 juegos los cuales se encontraban en diferentes fases (A, B Y C), con una carga que va de acuerdo a las características de los niños, a consecuencia de esto se elaboro una evaluación para poder analizar si los juegos son de gran impacto para la formación de los niños o de lo contrario no tienen gran significado.

Se logro evidenciar en general que los juegos se encuentran en un rango aceptable, es decir que necesitan replantearse en algunos de sus componentes ya sea en la carga, la descripción, los materiales, el objetivo o lo más importante la habilidad docente que desempeña el formador a la hora de ejecutarlos.

3.3.4 FACTORES DE CONTROL

Se realizo un seguimiento mediante un formato para analizar los factores de control (*Ver Anexo 4, fichas de observación*) de los juegos realizados, cada dato se toma a tres niños al azar durante la realización del juego y al final de cada juego, entre estos factores de control analizados se encuentran:

FRECUENCIA CARDÍACA: La frecuencia cardíaca es uno de los "signos vitales" o indicador importante de la salud en el cuerpo humano. Mide la cantidad de veces por minuto que el corazón se contrae o late. En esta ocasión se realiza la toma de la frecuencia cardíaca al finalizar cada juego, durante seis segundos el niño debe contar las pulsaciones y se multiplica por 10 el número de pulsaciones que el niño diga.

PERCEPCIÓN DE BORG: La escala Borg de esfuerzo percibido mide la gama entera del esfuerzo que el individuo percibe al hacer ejercicio. Esta escala da criterios para hacerle ajustes a

la intensidad de ejercicio, o sea, a la carga de trabajo, y así pronosticar y dictaminar las diferentes intensidades del ejercicio en los deportes y en la rehabilitación médica (BORG, 1982). En este caso, luego de tomar la frecuencia cardiaca a los mismo tres niños se les pregunta un valor de 1 a 10 lo cansado que se encuentran, donde el número 1 es el nivel más bajo de cansancio y el número 10 es el valor más alto.

NIVEL DE EJECUCIÓN: En esta ocasión el docente evaluador observa los gestos motrices que el niño realiza durante el juego, es decir, tiene presente las dificultades y fortalezas que expresa en su acción motriz frente a cada juego planteado, así mismo da una valoración de 1 a 5 según como se le haya facilitado o dificultado el juego.

NIVEL DE ACEPTACIÓN: Aquí se analiza el nivel de gusto que tiene el niño por los juegos realizados, en esta ocasión se le pregunta al finalizar el juego y después de la toma de los anteriores datos que evalué el juego de 1 a 5, según el grado de satisfacción y alegría que tuvo al realizar el juego. A continuación, se muestra una tabla con los juegos y al frente de estos se evidencia el resultado del factor de control que cada niño obtuvo por cada juego, cabe resaltar que los juegos que aparecen en la tabla son de fase A Y fase B.

FECHA	JUEGO	FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DE BORG	NIVEL DE EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN
04/10/2018	TINGO TINGO TANGO	153	6	4	4
	EL PUENTE	126	2	3	4
11/10/2018	CAJA DE BALONES	163	5	3	4
	DENTRO DEL CIRCULO	157	4	3	2
23/10/2018	AUTOBUS	127	3	3	2
	CORRIENDO	166	4	4	4
25/10/2018	LANZANDO Y REGRESANDO	153	3	1	5
	TIRO AL BLANCO	163	4	2	4
30/10/2018	ROBANDO CONOS	173	5	3	5
	POLICIAS Y LADRONES	153	6	4	4
01/11/2018	UNO TRAS OTRO	116	3	3	5
	ZONA DE LANZAMIENTO	153	6	3	5
06/11/2018	4 GRUPOS	143	4	3	4
	BOMBARDEROS	153	3	4	4
13/11/2018	NO DEJAR CAER LA BOMBA	163	1	4	5
	TOTAL PROMEDIO	150,8	3,9	3,1	4,1

Tabla 12. Juegos Desarrollados

FRECUENCIA CARDIACA FASE A:

Para fase A se analizaron 6 juegos del fundamento técnico de pase, se observa que la frecuencia cardiaca está en un promedio de 140 p/m, entendiendo que la intensidad del trabajo es moderada en condiciones aeróbicas, lo que es adecuado para esta fase de aprendizaje.

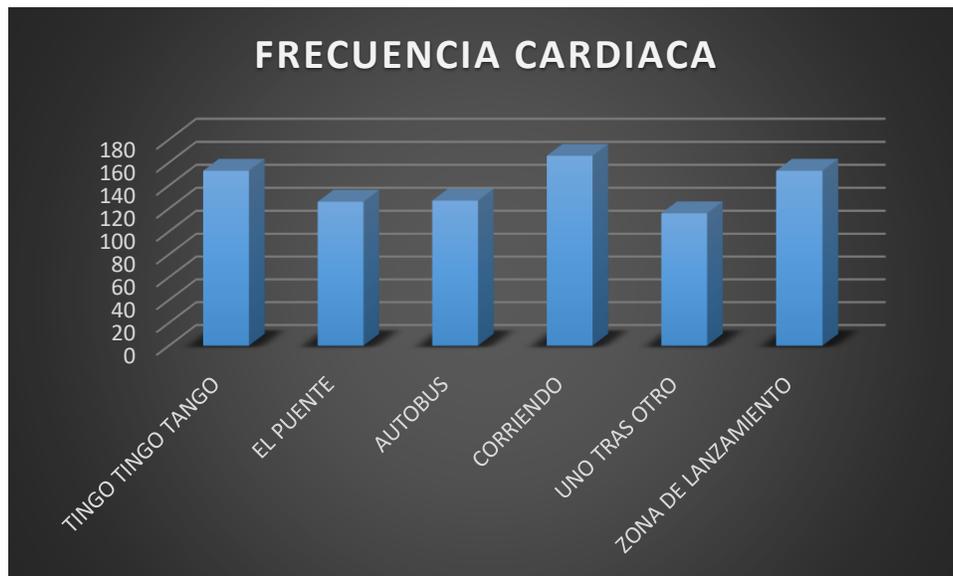


Gráfico 12. Frecuencia Cardiaca Fase A

En esta gráfica se observan los seis juegos realizados, y cada barra marca el promedio de pulsaciones de los tres niños escogidos al azar, a los que se les tomó el dato de la frecuencia cardíaca. Donde se observa que para el juego “corriendo”, es el juego en donde se obtuvieron más pulsaciones con un total de 166p/m.

PERCEPCIÓN DE BORG FASE A:

Según la percepción de Borg o nivel de cansancio de los niños se mantiene en un promedio de 4, lo que quiere decir que la actividad se realiza a una baja intensidad evitando la fatiga o el cansancio de los niños.

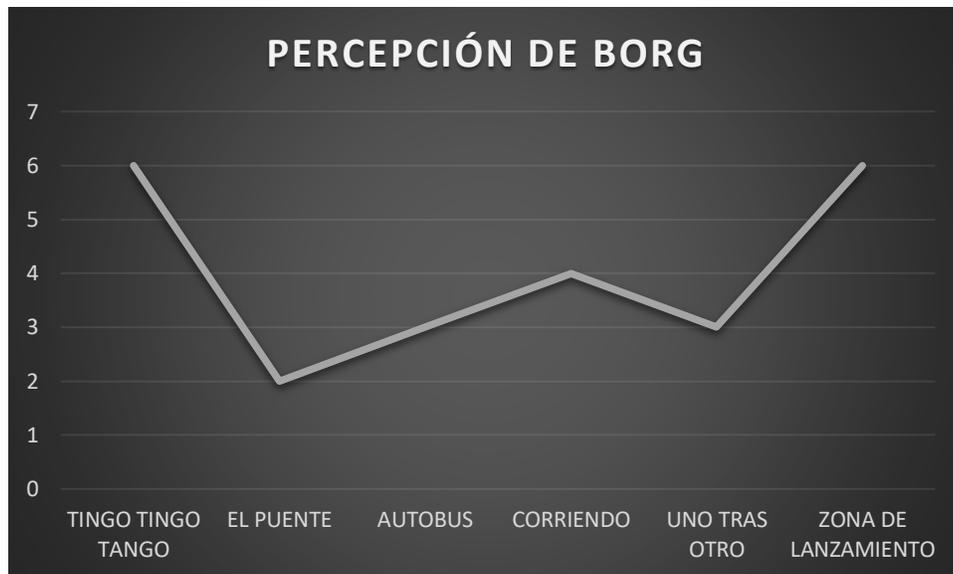


Gráfico 13. Percepción de Borg Fase A

En esta gráfica se observa el promedio de la percepción de Borg que los niños percibieron, aunque en la gráfica anterior “corriendo” es el juego con las pulsaciones más altas, en este caso los niños no terminaron tan cansados en este juego, si no por el contrario los juegos de “tingo tingo tango y “zona de lanzamiento” son de los más altos en la percepción de borg, una de las razones puede ser que al momento de realizar estos dos últimos juegos el nivel de ejecución del juego se le hace más complicado lo cual hace que se cansen más rápido.

NIVEL DE EJECUCIÓN FASE A:

La realización del gesto técnico por medio de los juegos aplicados a los niños arroja un promedio de 3,3; entendiendo esto como un estado aceptable, es decir que se deben mejorar y corregir los movimientos o gestos técnicos que se realizan durante la realización del juego.



Gráfico 14. Nivel de Ejecución Fase A

aquí se observa el promedio tomado para cada uno de los juegos, en esta ocasión se evidencia que hay varios juegos donde el nivel de ejecución es aceptable, lo cual quiere decir que se debe trabajar con más juegos el fundamento técnico del cual se les dificulta.

NIVEL DE ACEPTACION FASE A:

El nivel de aceptación o gusto del juego por parte del niño, se obtiene un promedio de 4, el cual es bueno, pero se recomienda que la motivación y explicación del juego por parte del docente sean mucho mayor, para así aumentar el gusto y la participación de los niños en los juegos realizados.

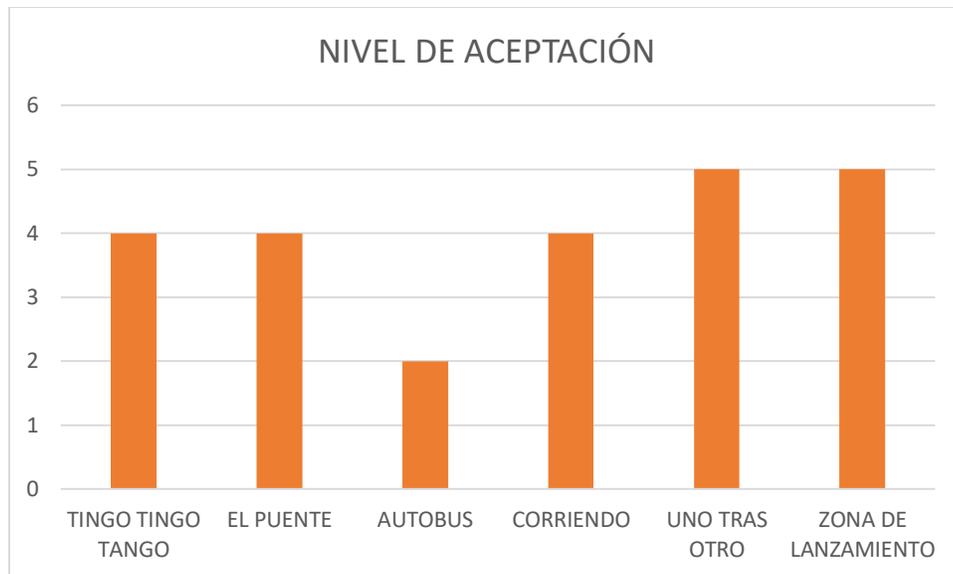


Gráfico 15. Nivel de Aceptación Fase A

Para la mayoría de los juegos el promedio de aceptación es bueno, pero hay casos como el juego del autobús que tuvo un promedio bajo, puede ser debido al que el juego no se explicó bien y los niños no se sentían motivados u otra de las causas puede ser que el juego se les hizo muy difícil.

FRECUENCIA CARDIACA FASE B:

Para fase A se analizaron 9 juegos del fundamento técnico de lanzamiento y drible, la frecuencia cardiaca está en un promedio de 157 p/m, entendiendo que la intensidad del trabajo es moderada en condiciones aeróbicas, lo que es adecuado para esta fase de aprendizaje.

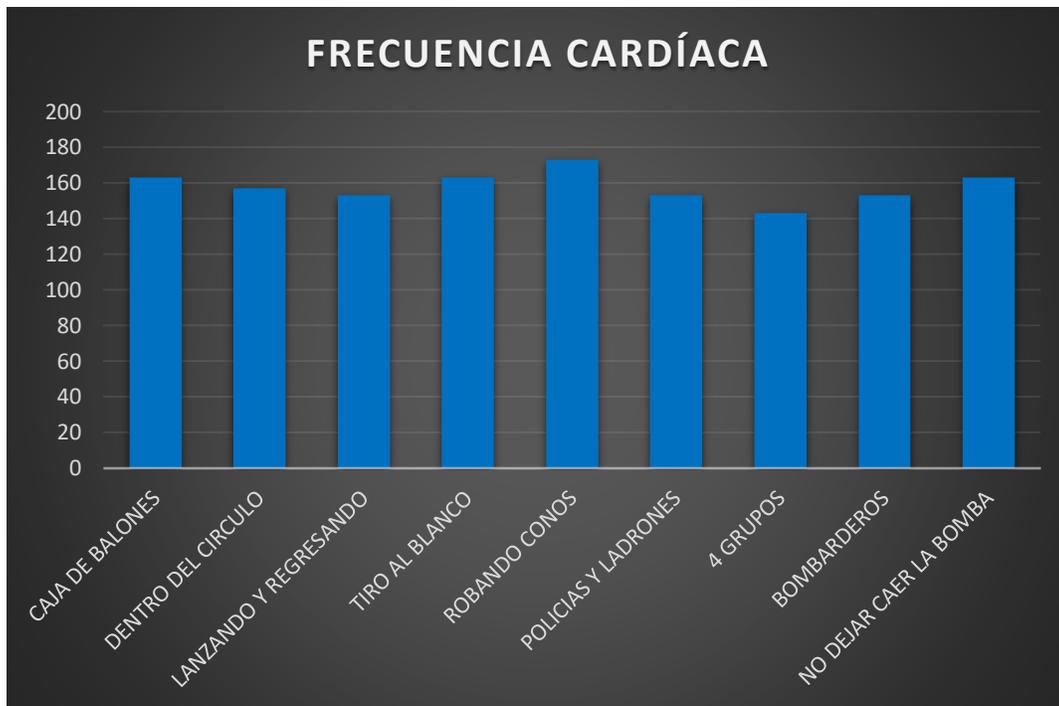


Gráfico 16. Frecuencia Cardíaca Fase B

En esta grafica se plasman los 9 juegos realizados para fase B, y cada barra muestra el promedio de la frecuencia cardiaca tomada de los tres niños al azar, donde el juego “robando conos” es el que tiene el mayor promedio de pulsaciones con 173 p/m.

PERCEPCIÓN DE BORG FASE B:

Según la percepción de Borg o nivel de cansancio de los niños se mantiene en un promedio de 3,8, lo que quiere decir que la actividad se realiza a una baja intensidad evitando la fatiga o el cansancio de los niños, aunque hay varios juegos que tienen un promedio muy bajo y para esta fase no es adecuado, lo que se recomienda que se hagan variantes para aumentar un poco la dificultad y se esté revisando constantemente la frecuencia cardiaca para no pasar el límite de pulsaciones.

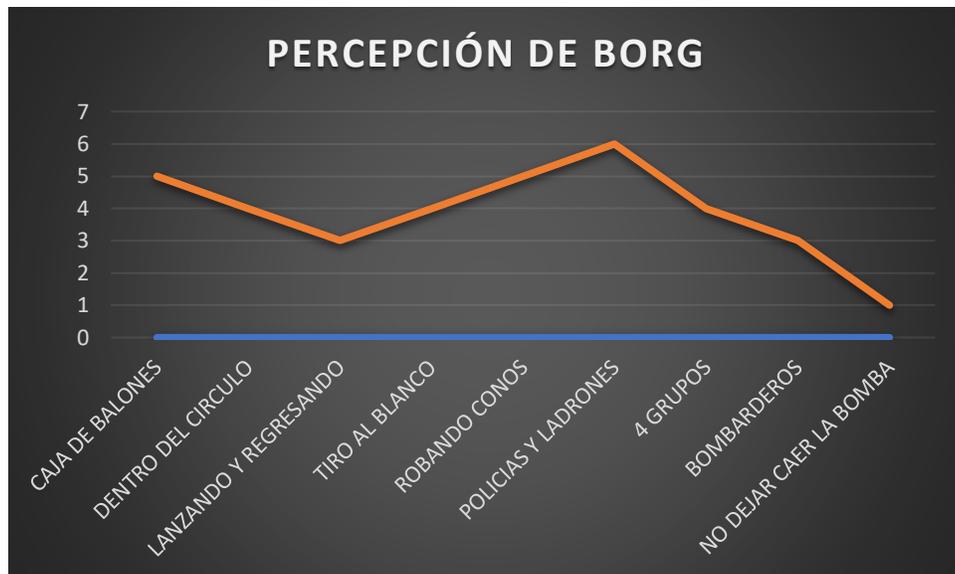


Gráfico 17. Percepción de Borg Fase B

Se observa en la gráfica, plasmado el promedio de cada juego para el factor de la percepción de Borg, siendo el juego “no dejar caer la bomba” el menor de todos, esto puede ser porque el juego no tiene ninguna dificultad y fue fácil realizarlo y el de mayor promedio es “policías y ladrones” el cual tiene un grado más de dificultad

NIVEL DE EJECUCIÓN FASE B:

La realización del gesto técnico por medio de los juegos aplicados a los niños nos arroja un promedio de 3; entendiendo esto como un estado aceptable, es decir que se deben mejorar y corregir los movimientos o gestos técnicos que se realizan durante la realización del juego.



Gráfico 18. Nivel de Ejecución Fase B

Se grafica el promedio que se obtuvo de cada uno de los 9 juegos realizados, el cual tres juegos en un rango de 4, pero el resto de los juegos se observan dificultades para realizar el juego, por lo tanto se recomienda que se enfatice más el trabajo en los fundamentos técnicos que se ven falencias y antes de pasar a una fase B se recomienda que el promedio de ejecución del grupo de niños aumente un poco más, para facilitar y mejorar el desarrollo y ejecución del juego.

NIVEL DE ACEPTACION FASE B:

El nivel de aceptación o gusto del juego por parte del niño, se obtiene un promedio de 4, el cual es bueno, pero se recomienda que la motivación y explicación del juego por parte del docente sean mucho mayor, para así aumentar el gusto y la participación de los niños en los juegos realizados

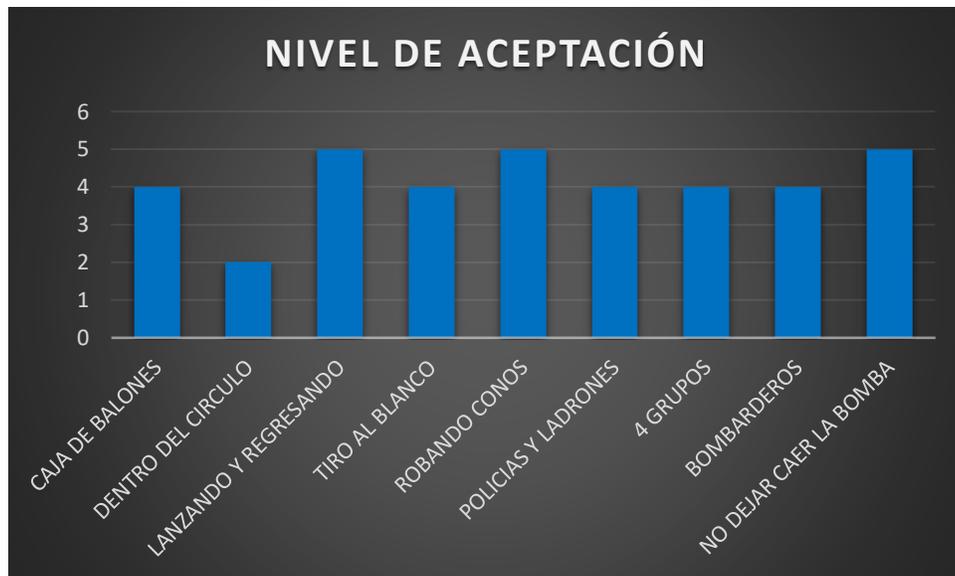


Gráfico 19. Nivel de Aceptación Fase B

Se observa que el gusto por los juegos es alto, viéndose la participación y colaboración de los niños al momento de realizar el juego, aunque hay una excepción con un juego que se encuentra en la tabla, el cual no tiene una buena acogida por los niños y dándonos como resultado un promedio de 2, esto se debe a que el juego tiene un grado de dificultad alto, lo cual hacía que o lo entendieran y no participaran activamente del juego

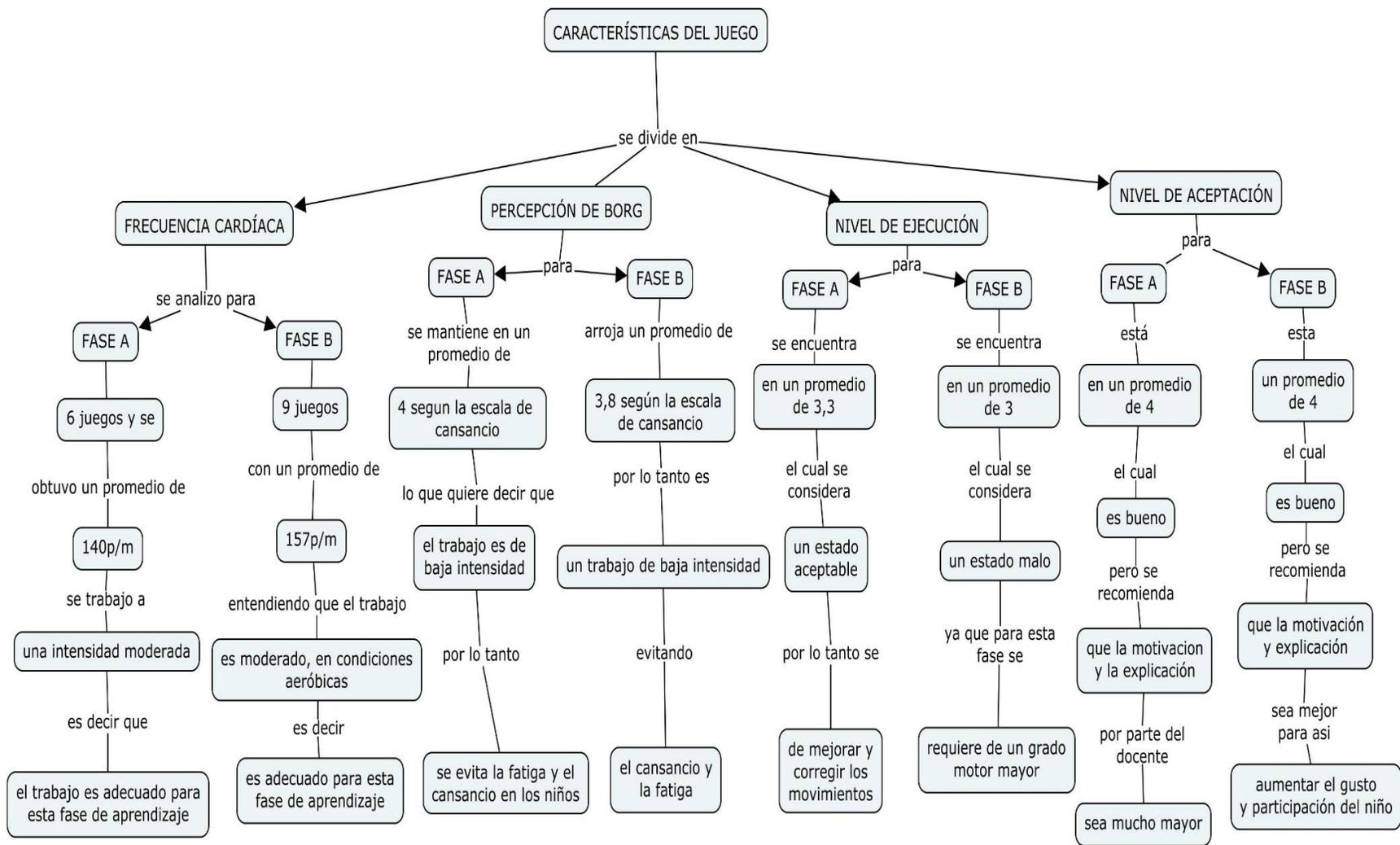


Gráfico 20. Características del Juego

En esta grafica se observa un mapa conceptual, el cual reúne los cuatro factores de control tenidos en cuenta para el análisis del total de los juegos que se realizaron, el cual hace un resumen total, mostrando las falencias y fortalezas descritas anteriormente en cada una de las gráficas presentadas que se obtuvieron para las diferentes fases de aprendizaje y así mismo realiza las recomendaciones para mejorar en las dificultades que se presentaron.

Por lo general los juegos se encuentran en el rango adecuado de la carga que propone cada una de las fases (a,b,c), dando así el cumplimiento adecuado para la realización de los juegos, el seguimiento y toma de datos para los factores de control de cada uno de los juegos arroja valores, los cuales determinan si el juego cumple o no cumple con las características y el objetivo propuesto por el docente formador para el desarrollo de la fase y fundamento técnico que pretende trabajar.

4. CONCLUSIONES

1. La incidencia del juego motriz dirigido en la disciplina de baloncesto CARD contribuyó a un aprendizaje significativo para los niños de 9 a 13 años, visto desde un aspecto holístico con componentes sociales, cognitivos y motrices.
2. El análisis documental generó un soporte teórico significativo para el desarrollo de la práctica de formación inicial basada en el juego motriz dirigido, visto como herramienta pedagógica en el proceso de adquisición de contenidos implícitos en la disciplina deportiva de baloncesto.
3. Apropiando los contenidos relacionados con el entrenamiento deportivo vistos desde la disciplina del baloncesto se creó una guía con 60 juegos, organizada de forma sistemática, con una descripción óptima enfocada a las fases de aprendizaje, la cual integra componentes de la prescripción de la carga generando una herramienta facilitadora para procesos de iniciación y formación deportiva.
4. En lo relacionado con la acción pedagógica evaluada se incorporaron diferentes indicadores los cuales permitieron el control de los procesos pedagógicos. Así, en lo referido entre lo planeado vs lo ejecutado se encontró una coherencia que supera el 80% en todas las fases del proceso.

con relación a las habilidades docentes se obtuvieron resultados que dan cuenta del desempeño de los estudiantes docentes frente a ella: donde la comunicación fue la menor grado con 2,59 y la de mejor desempeño fue la organización con 3,21.

A sí mismo el promedio general arrojó un resultado de 3.7, lo que indica que de acuerdo a la valoración cualitativa el promedio de los juegos es aceptable durante el proceso de entrenamiento de la disciplina deportiva baloncesto.

Para los factores de control de la carga, los juegos se encuentran en el rango adecuado en lo relacionado con la frecuencia cardiaca y la percepción de Borg que se recomienda para las dos fases (A y B). Para el nivel de ejecución se obtuvo un puntaje de 3 el cual no es muy bueno y para el nivel de aceptación fue un 4.

5. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda que, dadas las circunstancias del desarrollo académico del semestre y dando la guía de juegos motrices dirigidos planteadas para el baloncesto, se desarrolle un proceso riguroso para validar la guía propuesta.
2. Realizar una retroalimentación de la experiencia respecto a la implementación los juegos sería una buena forma de evaluar el impacto y efectividad de los mismos en los niños. Este espacio se puede dar al finalizar cada clase en donde se reúnan tanto los auxiliares investigativos, maestros formadores y docentes disciplinares, los cuales expongan cada suceso relevante de la clase desde su punto de vista, respecto al desarrollo de cada uno de los juegos.
3. Condensar el número de formatos de control y seguimiento a la clase, mediante infografías o mapas de sentimientos que permitan realizar la síntesis de la experiencia de una forma sencilla, lo cual permita repartir la tarea máximo entre dos personas.

4. Promover un mayor acompañamiento de los padres de familia en los procesos de iniciación deportiva de sus hijos, por ejemplo; ofreciendo espacios que permitan la interacción con los mismos en cualquier disciplina deportiva.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Cruz, Y. (2013). La comunicación: incidencia en la formación del profesional de la educación / Communication: impact on the formation of professional education. Vol. 19, Núm. 2. Universidad de Ciencias Pedagógicas “José de la Luz y Caballero”. Holguín. Cuba.
Recuperado de <http://www.ciencias.holguin.cu/index.php/cienciasholguin/article/view/771/757>
- García, J. (2010). La evaluación como parte del aprendizaje en educación física. Revista: Cuadernos de Educación y Desarrollo. Vol 2, Nº 12. I.E.S “Alagón” de Coria (Cáceres), España
Recuperado de: <http://www.eumed.net/rev/ced/12/jmgs2.htm>
- Hurtado, J. (2000). El Proyecto de Investigación. Metodología de la Investigación Holística. Fundación SYPAL. Caracas, Venezuela. Recuperado de <https://metodologiaecs.files.wordpress.com/2015/09/metodologia-de-investigacion-holistica-3ra-ed-2000-jacqueline-hurtado-de-barrera-666p.pdf>
- López, A. (2013) El Juego Dirigido Y El Juego Libre Como Estrategias Metodológicas Para Potenciar Las Habilidades Motrices Básicas. Punta arenas. Recuperado de http://umag.cl/biblioteca/tesis/lopez_alvarez_2013.pdf
- Naranjo, M. (2009). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. Educación, vol. 33 Universidad de Costa Rica San Pedro, Montes de Oca, Costa Rica. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058010.pdf>
- Rubio, A. Hernández, A. (2018) Minibasket, Basket para todos. Recuperado de <https://basketparatodos.files.wordpress.com/2018/05/juegos-y-ejercicios-paralos-mas-pequec3b1os.pdf>

- Tamayo. M (2002) El Proceso de Investigación Científica, cuarta edición. México:

Editorial LIMUSA S.A Recuperado de

<http://evirtual.uaslp.mx/ENF/220/Biblioteca/Tamayo%20Tamayo->

[El%20proceso%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%20cient%C3%ADfica2002.pdf](http://evirtual.uaslp.mx/ENF/220/Biblioteca/Tamayo%20Tamayo-El%20proceso%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%20cient%C3%ADfica2002.pdf)

ANEXOS:

ANEXO 1 (GUÍA DE JUEGOS PARA LA DISCIPLINA DE BALONCESTO PARA LA FASE A, B Y C)

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE JUEGO No.1				
Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: A		
Objetivo: Explorar y vivenciar el fundamento técnico del pase en los niños de 9 a 13 años en formas jugadas del CARD				
Grafico: 	Descripción: TINGO TINGO TANGO Por grupos de tres los niños deben pasar el balón entre ellos, el maestro formador ira narrando tingo tingo y a la voz de tango el estudiante que haya quedado con el balón deberá salir regateando por el campo delimitado (Campo de baloncesto), sus compañeros deberán correr atrás de el con el objetivo de robar o quitarle el balón.			
PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
2//4X2'	Moderado 60 -70 % RC 120 -140 p / m	MICRO:30" MESO: 1' 30"	22'	II
Variantes:				

1. Por grupos de tres los niños deben pasar el balón entre ellos, el maestro formador irá narrando tingo tingo a la voz de tango el estudiante que haya quedado con el balón deberá salir regateando por el campo delimitado (Campo de baloncesto), luego de 3 regates gritara stop y pondrá a alguno de sus compañeros los cuales están en una posición de estatua, se utilizarán balones didácticos, ya que los balones de baloncesto son muy pesados y duros y podrían lastimar a los niños.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA

PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG

NIVEL EJECUCIÓN

NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 2**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: A
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: Explorar y vivenciar el fundamento técnico de pase en los niños de 9 a 13 años del Card por medio de formas jugadas y manipulando el elemento (balón de baloncesto).

Grafico:

Descripción:
EL PUENTE

Se organizan dos grupos, dentro de cada equipo de organizan por parejas ubicándose uno frente al otro, cada pareja con su balón, los niños deben ir pasando este al compañero del frente y así consecutivamente, se ubicará una pareja detrás de la otra.

La primera pareja deberá parase por el puente de pases corriendo y ubicándose al final del grupo y continuar pasando, luego vendrá la siguiente pareja y así seguidamente hasta llegar al final.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
3X2'	MODERADO 60 - 70 % RC 110 -140 p / m	MICRO: 1'	9'	II

Variantes:

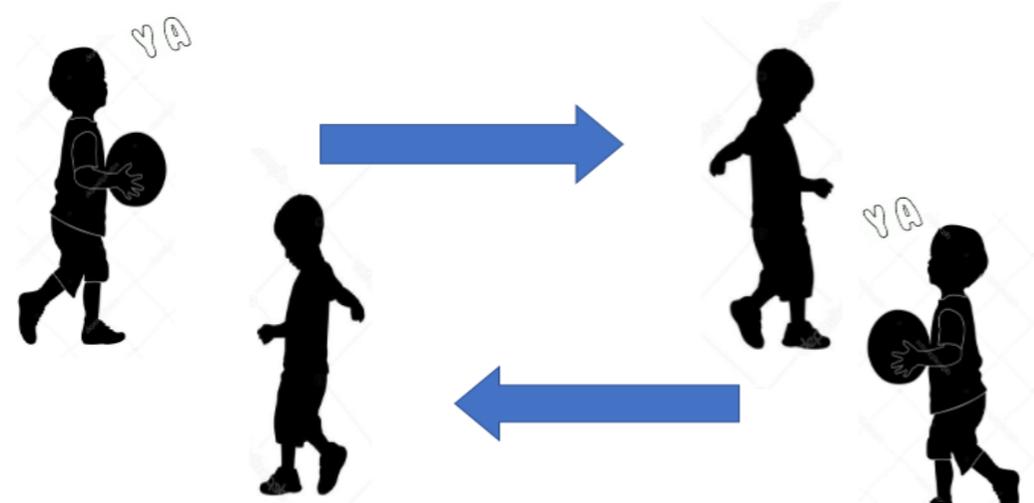
La forma de pases se ejecuta según las indicaciones del maestro formador.

1. Pase de seguridad, es el más recomendado gracias que favorece el desarrollo del aprendizaje de los niños.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 3**

<p>Disciplina Deportiva: Baloncesto</p>	<p>Categoría: 9-13</p>	<p>Fase de Aprendizaje: A</p>		
<p>Objetivo: Explorar y vivenciar el fundamento técnico de pase en todas sus formas en los niños de 9 a 13 años del Card, en formas jugadas adaptadas para ellos.</p>				
<p>Grafico:</p> 		<p>Descripción: <u>YA YA.</u></p> <p>En parejas se ubica uno detrás del otro (a una distancia aproximada 3 metros), siendo el jugador de atrás el que tiene el balón, el niño de atrás debe tomar el balón con las dos manos. A la señal del jugador que tiene el balón, su compañero debe girarse de tal manera que queden uno frente al otro, y recibir el balón con el pase que el otro jugador realizo, efectuando y vivenciando las distintas formas de pase</p>		
<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
<p>VOLUMEN</p>	<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>3//4X1'</p>	<p>MODERADO 60 -70 % RC 120 -140 p / m</p>	<p>MICRO: 20" MESO: 40"</p>	<p>16'20"</p>	<p>II</p>

Variantes:

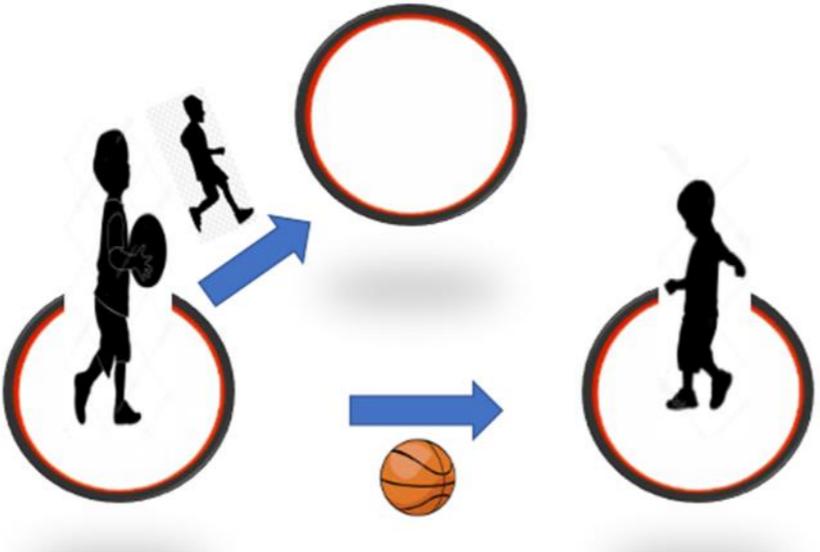
El juego tendrá diferentes variantes en su ejecución, los niños lo ejecutan:

1. Caminando
2. Corriendo
3. Saltando a un pie
4. Saltando con los dos pies juntos
5. Saltando caballito de dos en dos

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 4**

<p>Disciplina Deportiva: Baloncesto</p>	<p>Categoría: 9-13</p>	<p>Fase de Aprendizaje: A</p>		
<p>Objetivo: Explorar y vivenciar el fundamento técnico de pase en sus distintas formas, en los niños de 9 a 13 años del Carde,</p>				
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción: ZONA DE LANZAMIENTO</p> <p>Se organizan por parejas, los aros se ubican en forma de triángulo, los dos jugadores se ubican cada uno dentro de un aro; el jugador con el balón le hace un pase al compañero y se desplaza a ocupar el aro libre donde recepcionará el pase de su compañero y así realizar los pases cada vez más rápidos</p>			
<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
<p>VOLUMEN</p>	<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>2//3X2'</p>	<p>MODERADO 60 -70 % RC 130 -150 p / m</p>	<p>MICRO:30" MACRO:45"</p>	<p>15'30"</p>	<p>II</p>

Variantes:

1. La forma de pases se ejecuta según las indicaciones del maestro formador.
1. Pase de seguridad
2. Pase de béisbol
3. Pase de pecho
4. Pase picado

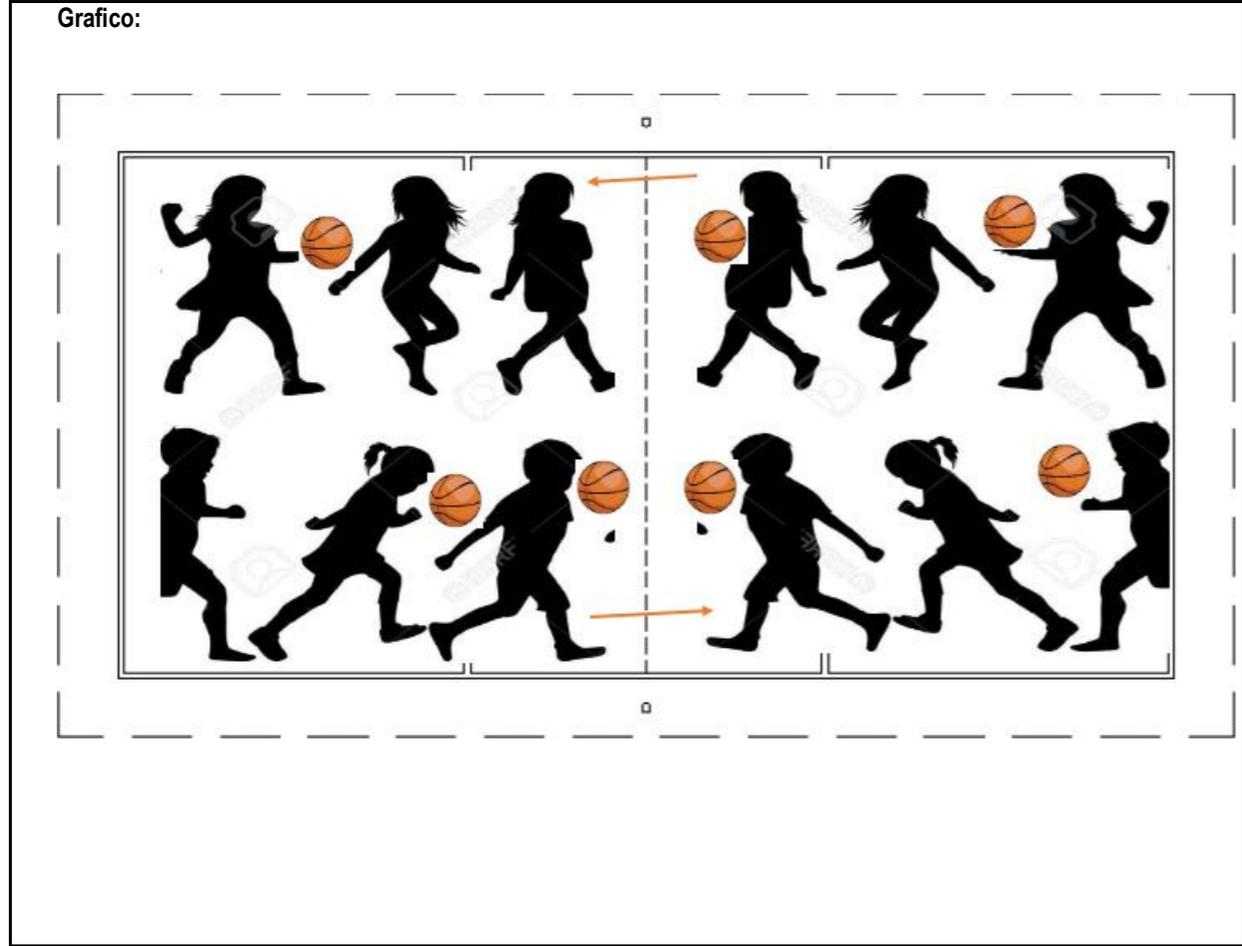
FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 5**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: A
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: Explorar y vivenciar el fundamento técnico de pase en los niños de 9 a 13 años del Card. De manera y formas jugadas.



Descripción:

VOLEY BASQUET

Se organizarán dos equipos, divididos por una malla en la línea central del campo de baloncesto, el maestro formador da a los niños dos balones didácticos para que inicien a pasarlos de lado a lado sin dejarlos caer, al minuto incluirá otros dos balones, de ahí en adelante cada 30 segundos se aumentaran la cantidad de balones hasta llegar a un total de 3 minutos.

NOTA: Es importante tener en cuenta la cantidad de niños que asisten a la sesión de entrenamiento, para así determinar la cantidad de balones con los cuales se va a ejecutar el juego.
Tener presente el tipo del balón que no lastime a los niños.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
3X3'	MODERADO 60 -70 % RC 120 -140 p / m	MICRO:1' 30"	13'30"	II

Variantes:

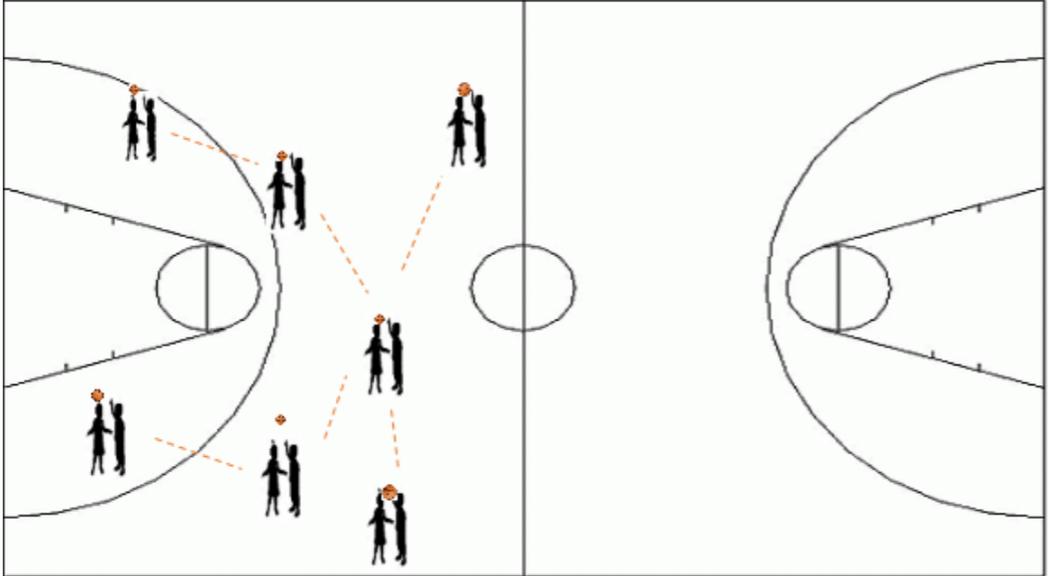
La forma de pases se ejecuta según las indicaciones del maestro formador.

1. Pase de seguridad
2. Pase de beisbol
3. Pase de pecho
4. Pase picado
1. Los niños deben ir rotando de posición cada vez que el maestro formador lo indique.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 6**

<p>Disciplina Deportiva: Baloncesto</p>	<p>Categoría: 9-13</p>	<p>Fase de Aprendizaje: A</p>		
<p>Objetivo: Explorar y vivenciar el fundamento técnico de pase en formas jugadas ampliando el desarrollo en los niños de 9 a 13 años del Card.</p>				
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción:</p> <p>TRES PIES</p> <p>Se organizan en grupos de dos niños con un balón, con el objetivo de ir pasando el balón entre ellos, y tratar de pasar el balón por encima de otra pareja.</p> <p>Deberán contar la cantidad de veces que pasan el balón por encima de otra pareja en un tiempo total de dos minutos y de igual manera ir mejorando los tiempos en cada repetición.</p>			
<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
<p>VOLUMEN</p>	<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>3//2X2'</p>	<p>MORERADO 60 -70 % RC 130 -150 p / m</p>	<p>MESO: 1' MICRO: 45"</p>	<p>17' 15"</p>	<p>II</p>

Variantes:

Deberán ejecutar el juego en diferentes ritmos, según lo indique el maestro formador:

1. Caminando
2. Trotando
3. Corriendo
4. Saltando

Deberán ejecutar el juego en diferentes posiciones, según lo indique el maestro formador:

1. De canchillas
2. Con una sola mano
3. En un solo pie

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 7**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: A
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: Explorar y vivenciar el fundamento técnico de pase en sus distintas formas de pases en los niños de 9 a 13 años del Card.

Grafico:

Descripción:

FÚTBOL AMERICANO

El maestro formador divide el grupo en dos equipos, donde el objetivo es que por medio de pases se convierta punto dejando el balón en la zona de conos.

En este juego habrá un ganador el cual es el que haya dejado más balones en la zona de conos del equipo adversario en un tiempo estimado de tres minutos.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
2X3'	MODERADO 60 -70 % RC 130 -140 p / m	MICRO: 1'	8'	II

Variantes:

1. Los niños deben pasar sin correr con el balón
2. Los niños ejecutan el juego con los diferentes tipos de pase se lo indique el maestro formador.
1. Pase de seguridad
2. Pase de beisbol
3. Pase picado
4. Pase de pecho

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 8**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: A
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: Explorar y vivenciar el fundamento técnico de pase en los niños de 9 a 13 años del Card. De formas jugadas

Grafico:

Descripción:

OJO DEFENSOR

Los niños deben progresar pasando el balón en trayectoria estrictamente perpendicular al objetivo mientras un defensor, trata de interceptar los pases ejecutados por sus compañeros. De tal manera que los atacantes logren depositar el balón en el aro que está depositado al final del trayecto.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
2//3X2'	MODERADO 60 -70 % RC 120 -140 p / m	MICRO: 45" MESO: 1'	17'	II

Variantes:

Los niños ejecutan el juego con los diferentes tipos de pase se lo indique el maestro formador:

- a. Pase de seguridad
- b. Pase de beisbol
- c. Pase picado
- d. Pase de pecho

FACTORES DE CONTROL

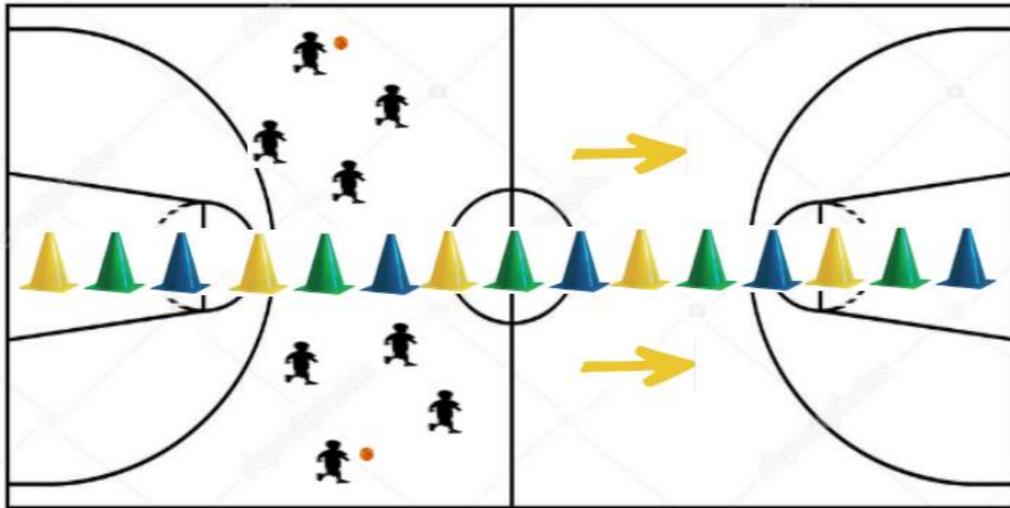
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 9**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: A
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: Explorar y vivenciar el fundamento técnico de pase en los niños de 9 a 13 años del Card. por medio d formas jugadas

Grafico:



Descripción:

TODOS EN ORDEN

Se organizan dos equipos del mismo número de jugadores tratando de trasladar un balón de la línea de salida a la línea de meta, el espacio de limitará trazando una línea de conos de forma horizontal en el campo. Los niños no pueden avanzar en posición del balón más que dando pases.

Todos los niños del equipo deben tocar el balón de forma organizada, el maestro formador propone dos minutos para que organicen el orden en el cual van a ejecutar el juego.

Gana el equipo que primero llegue a la línea de meta.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
3//3X45"	MODERADO 60-70% RC 130-150 p/m	MICRO: 15" MESO: 45"	10'30"	II

Variantes:

1. Los niños ejecutan el juego con los diferentes tipos de pase se lo indique el maestro formador:

- a. Pase de seguridad
- b. Pase de beisbol
- c. Pase picado
- d. Pase de pecho

2. Durante el transcurso del juego el maestro pedirá a los estudiantes que roten de posición a la derecha o a la izquierda, y aumentaran la cantidad de balones.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 10**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: A
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: Explorar y vivenciar el fundamento técnico de pase variando y alternando las distintas formas de pases en los niños de 9 a 13 años del Card.

Grafico:

El diagrama muestra un campo de baloncesto dividido en dos mitades. En la línea de salida (línea de los tres segundos) se colocan conos de colores (amarillo, verde, azul) en un patrón que define las posiciones de los jugadores. En la línea de meta se colocan conos de colores similares. Flechas amarillas indican el movimiento del balón y de los jugadores desde la línea de salida hacia la línea de meta, describiendo el proceso de 'uno tras otro'.

Descripción:

UNO TRAS OTRO

Los niños se organizarán por grupos de a cuatro, uno detrás del otro. Deberán ir haciendo un proceso de transición donde el último pasara el balón por un lado a su compañero e ira corriendo a ubicarse en el primer lugar y así sucesivamente desde la línea de salida hasta la meta.
Ganará el equipo que llegue primero a la línea de meta.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
3//3X45"	MODERADO 60 – 70% RC 120 – 140 p/m	MICRO: 15" MESO: 45"	10' 30"	II

Variantes:

1. Los niños ejecutan el juego en diferentes direcciones.
1. Derecha
2. Izquierda
3. Arriba
4. Por debajo.

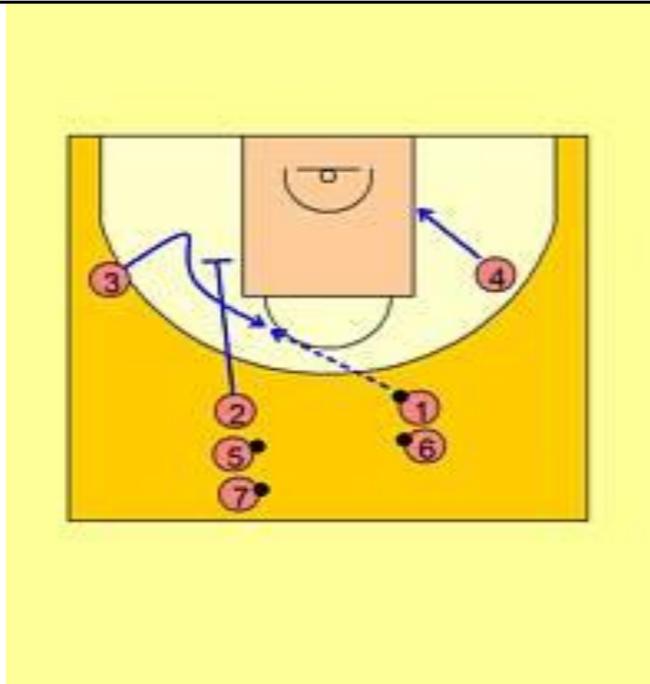
FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 1**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: A
Objetivo: vivenciar y explorar ser más precisos en los pases o lanzamientos a los compañeros manejando y moderando la fuerza para una ejecución de efectiva de manera y formas jugadas.		

Grafico:



Descripción:

Se colocan todos los niños en una fila a la altura de la línea de 3 puntos, donde todos tienen balón, excepto el primero, que corre hacia un lateral fuera de la zona, recibe el pase del segundo niño de la fila y lanza, al realizar el lanzamiento el segundo niño atrapa su rebote y va a la fila. El que dio el pase, se desplaza hacia el final de la fila y así sucesivamente hasta que todos los niños logren pasar y todos puedan tener nuevas oportunidades.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
2//4x3'	MODERADO 60-70% RC 130-150 p/m	MACRO:30" MESO1'	22'	el

Variantes:

Se le pedirá al alumno que antes de lanzar realiza una sentadilla y un drible.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO JUEGO No. 2

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: A
Objetivo: Explorar y vivenciar en el proceso de los pases o lanzamientos a los compañeros en formas jugadas para el aprovechamiento del desarrollo de los niños.		

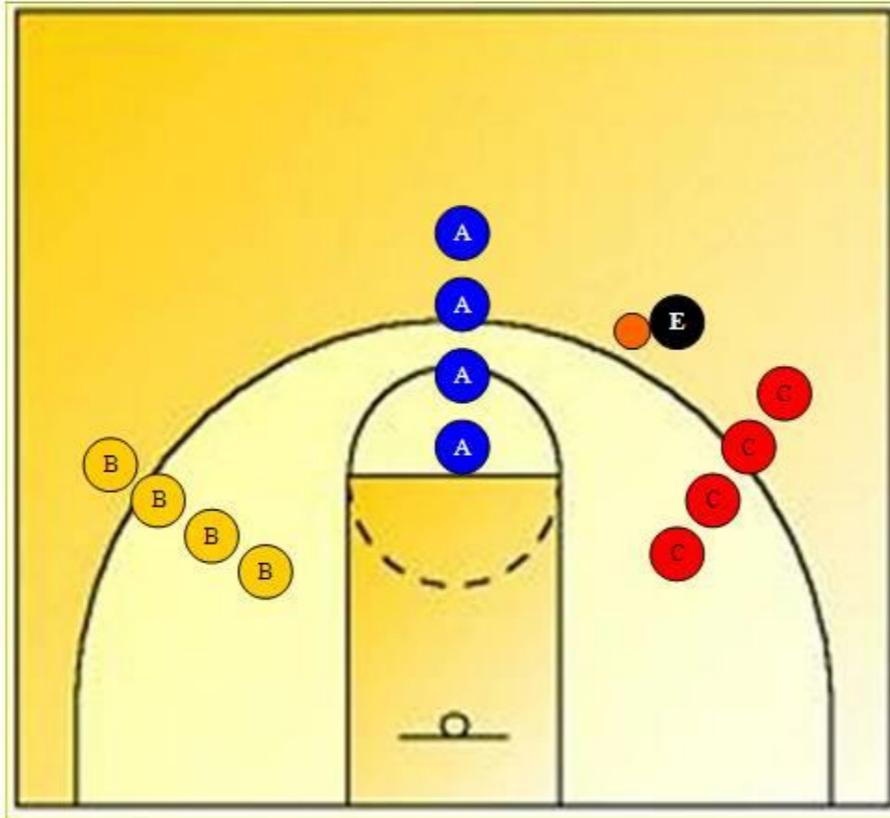


Grafico:

Descripción:

Mete o muere: Los jugadores van realizando un lanzamiento en cada ronda. Todos tienen vidas, por ejemplo 3 vidas. Cuando alguien las pierde es eliminado.

Se buscará que cada niño efectúe la mayor cantidad de lanzamientos para que tenga más oportunidades de eliminar a los adversarios.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
2//4x3'	MODERADO 60 -70% RC 130-150 p/m	MACRO:30" MESO1'	22'	IV

Variantes:

Cada jugador deberá dar una vuelta con el balón a la cintura, pasar entre las piernas y luego lanzar

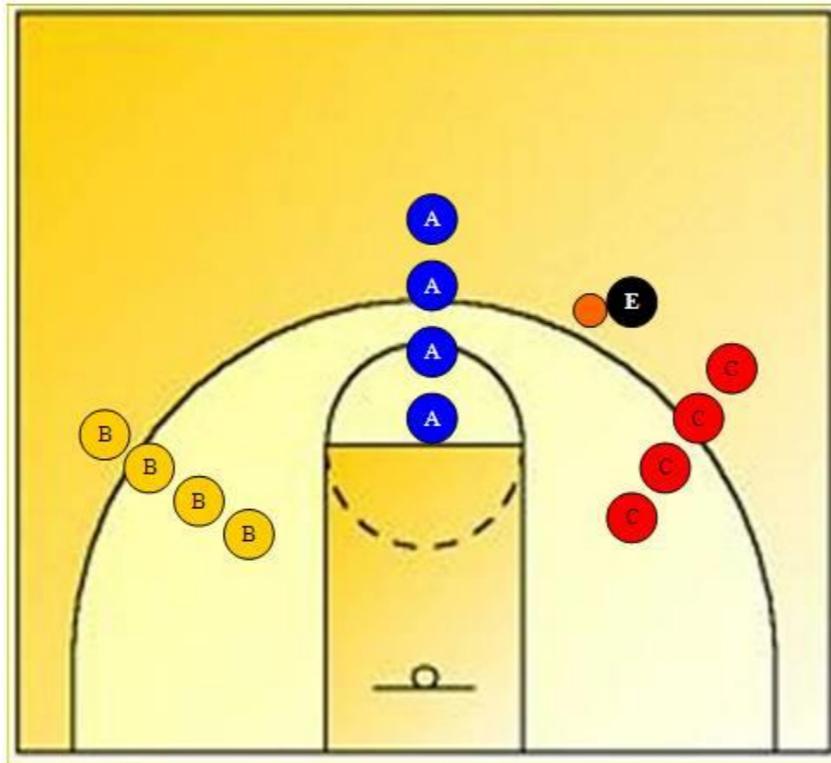
FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 3**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: A
Objetivo: Explorar y vivenciar los lanzamientos desde un punto fijo de maneras jugadas con competencia entre los niños de 9 a 13 años del CARD.		

4Grafico:



Descripción:

Eliminatoria (o K.O): Se comienza desde el tiro libre, y básicamente consiste en que, si el niño que va detrás de ti convierte antes de que tú la conviertas, quedas eliminado y ocuparas el último lugar de la fila hasta volver a realizar el lanzamiento y así sucesivamente.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
3//4X1'	MODERADO 60 -70 % RC 120 -140 p / m	MICRO: 20" MESO: 40"	16'20"	II

Variantes:

Se le pedirá al niño sentarse en el piso, driblar y luego lanzar a la canasta

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA

PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG

NIVEL EJECUCIÓN

NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 4**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE A			
Objetivo: Vivenciar la postura para el lanzamiento en baloncesto por medio del juego para niños de 9 a 12 años.					
Grafico:	<p>Descripción: SOBREVIVIR Es de tiro individual donde gana el primero que consiga sobrevivir. Aun así, podemos mantener la partida hasta que quede uno. La distribución y el funcionamiento es el siguiente. Alrededor de la canasta, habrá una serie de niños situados estratégicamente. Todos los niños empezarán a lanzar desde el 1 hasta el último en forma de fila. Cuando encesten la persona que seguía ira a quemar. Y así, sucesivamente. Tendrán que respetar los turnos de tiro y, sobre todo, la posición de donde realizo el lanzamiento.</p>				
	PRESCRIPCIÓN				
	VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
	20 min	Moderada 60 -70 % RC 110 -140 p / m	MACRO 5min	25 min	II
Variantes:					

Corregir e identificar en todo momento errores al momento de realizar el tiro.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA

PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG

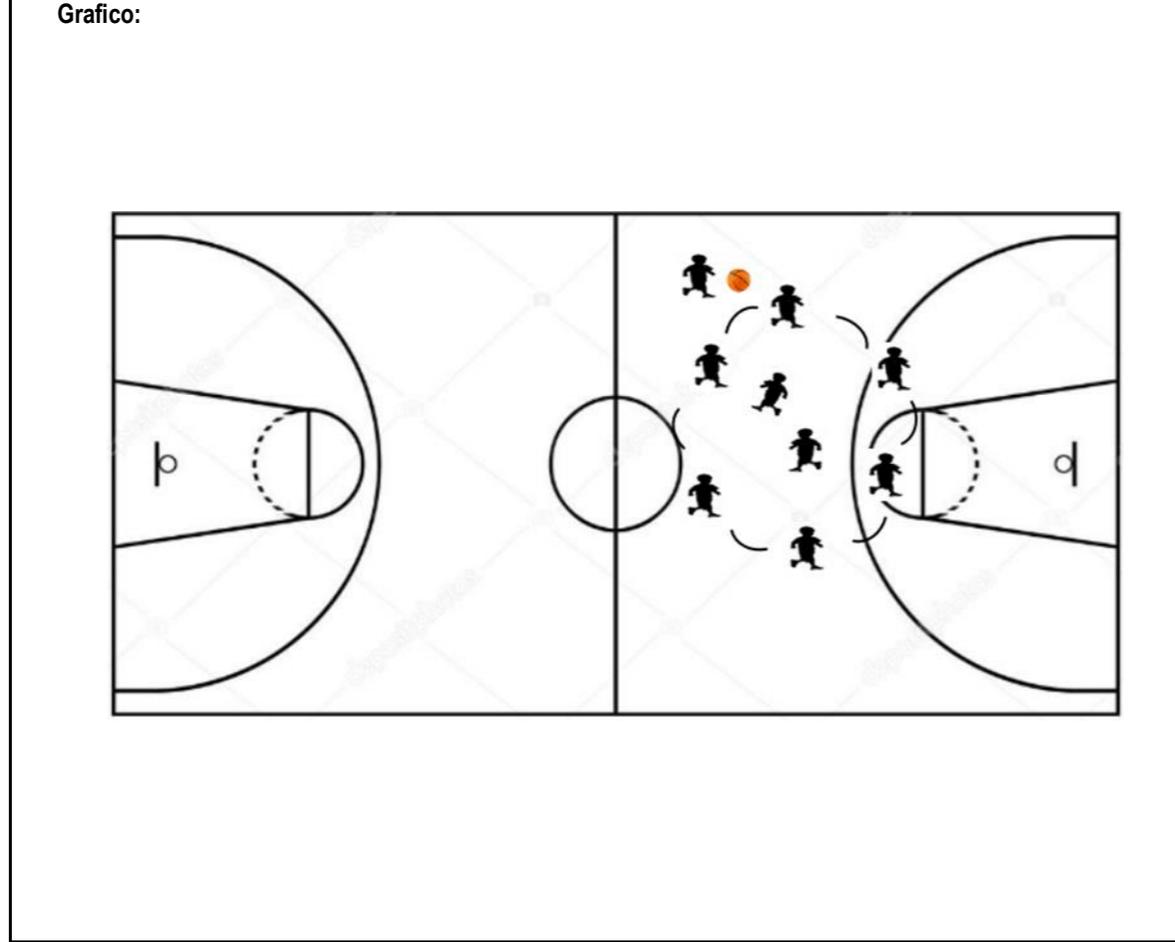
NIVEL EJECUCIÓN

NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE JUEGO No. 1

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: B
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: corregir el fundamento técnico de pase en todas sus formas y maneras en los niños de 9 a 13 años del Card.



Descripción:

CIRCULO DE NOMBRES

Se organiza un círculo donde los jugadores ubicados en la parte exterior de este intentando pasar el balón al niño atacante situado en el interior. Un defensor trata de interceptarlo, en caso de conseguirlo, habrá cambio de funciones.

NOTA: El maestro formador brindara a los niños indicaciones de qué tipo de pase deben ejecutar:

1. Pase de pecho
2. Pase de seguridad
3. Pase de beisbol
4. Pase picado

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
4X2'	MODERADO 60 – 70 % RC 110 – 130 p / m	MICRO: 1'	12'	II

Variantes:

1. Los niños se organizan en círculo, uno de ellos estar en el centro y deberá pasar el balón a uno de sus compañeros enunciando su nombre, esa persona mencionada pasará ocupar la posición del centro y llamará a otro de sus compañeros, así sucesivamente.
1. Los niños deberán ejecutar el tipo de pase que indique el maestro formador.
 1. Pase de pecho
 2. Pase picado
 3. Pase de seguridad
 4. Pase de beisbol

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE JUEGO No. 2

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: B			
Objetivo: corregir el fundamento técnico de pase para observar y mejorar el desarrollo del juego en los niños de 9 a 13 años del Card.					
Grafico:	Descripción: TRIOS Los niños se organizar por grupos de tres cada grupo con un balón; de deben ubicar dos en los lados y uno en la mitad, de esa forma los de las esquinas deben pasar el balón entre ellos y el del centro deberá buscar la manera de interceptar los pases, en caso de que eso ocurrirá el ocupara el espacio del ultimo niño que ejecuto el pase y el juego continuará así sucesivamente. NOTA: Los niños deben ejecutar el pase indicado por el maestro formador: <ol style="list-style-type: none"> 1. Pase de seguridad 2. Pase de beisbol 3. Pase de beisbol 4. Pase picado 				
	PRESCRIPCIÓN				
	VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
3//3X1'30"	MODERADO 60 – 70 % RC 120 – 140 p / m	MICRO: 30" MESO: 1'	16'30"	II	
Variantes:					

El maestro formador dará diferentes variantes a l juego, cambiando de ritmo:

1. Corriendo
2. Trotando
3. Caminando

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE JUEGO No. 3

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: B			
Objetivo: corregir el fundamento técnico de pase en los niños de 9 a 13 años del Card. Por medio de formas jugadas					
Grafico:	Descripción: SEMAFORO Los niños se organizan por parejas, deberán ir pasando el balón entre ellos por todo el espacio, el maestro brindara unos comandos correspondientes al pase a realizar por los estudiantes. 1. Pase de seguridad - Azul 2. Pase de beisbol - Amarillo 3. Pase picado - Rojo 4. Pase de pecho -Verde				
	PRESCRIPCIÓN				
	VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
3//3X1'	MODERADO 60 – 70 % RC 130 – 160 p / m	MICRO: 30" MESO: 1'	15'	II	

Variantes:

1. Los comandos pueden variar según lo proponga el maestro formador. En números o en formas

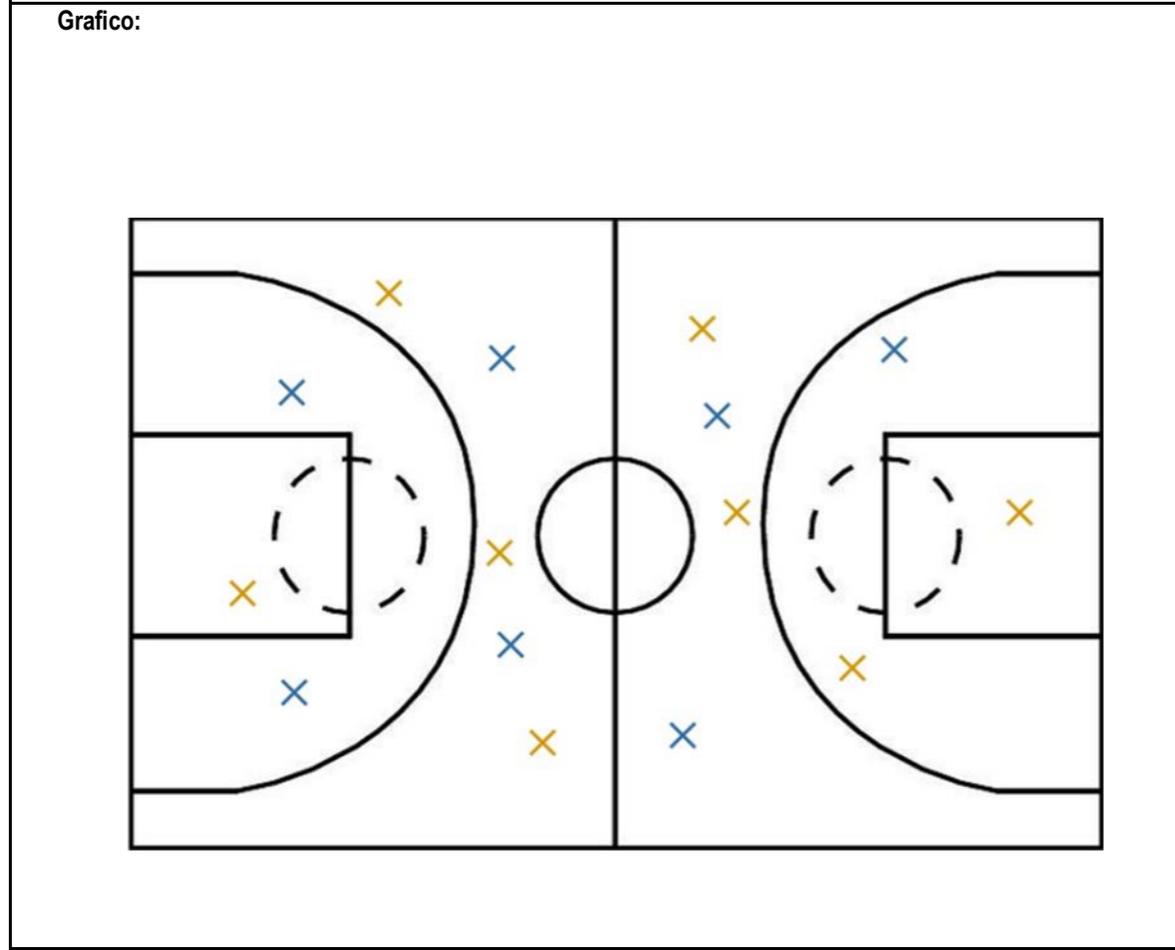
FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 4**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: B
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: corregir el fundamento técnico de pase en los niños de 9 a 13 años del Card. En formas jugadas



Descripción:

Para este juego habrá que dividir el grupo en dos equipos. Cada uno de estos equipos tendrá que conseguir hacer 10 pases entre los integrantes de su grupo sin que la pelota toque el suelo. El equipo que defiende tendrá que intentar evitarlo, ya sea robando la pelota de las manos o cortando la línea de pase. Cada vez que la pelota sea interceptada por la defensa o que la pelota toque el suelo el conteo vuelve a empezará de nuevo. El equipo que consiga hacer 10 pases más veces será el ganador del juego.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
3X2'	MODERADO 60 – 70 % RC 150 – 170 p/m	MICRO: 1'	9'	II

Variantes:

1. Se pueden cambiar ciertas reglas del juego sin perder la esencia, por ejemplo: todos los integrantes del grupo tienen que tocar la pelota, no se le puede volver a pasar al compañero que te la ha pasado, hacer distintas cantidades de rebotes al piso antes de pasar la pelota, utilizar diferentes tipos de pases, lanzar a canasta después de conseguir hacer los 10 pases.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 5**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: B
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: corregir el fundamento técnico de pase en los niños de 9 a 13 años del Card. Por medio de formas jugadas para el desarrollo óptimo de la disciplina en los niños

Grafico:

Descripción:
PLANTAR LA PELOTA

En este caso, también tendremos que dividir el grupo en dos equipos. Estos tendrán que pasarse la pelota entre ellos con el fin de acabar plantando la pelota en una zona determinada y previamente acordada (normalmente, las líneas de fondos). El otro equipo, que en ese momento defenderá, tendrá que intentar evitar que le hagan punto y robar la pelota para poder conseguirlo ellos. Ganará quién más puntos haya conseguido al final de la partida.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
2//2X2'	MODERADO 60 – 70 RC 150 – 170 p/m	MICRO: 30" MESO: 1'	11'	II

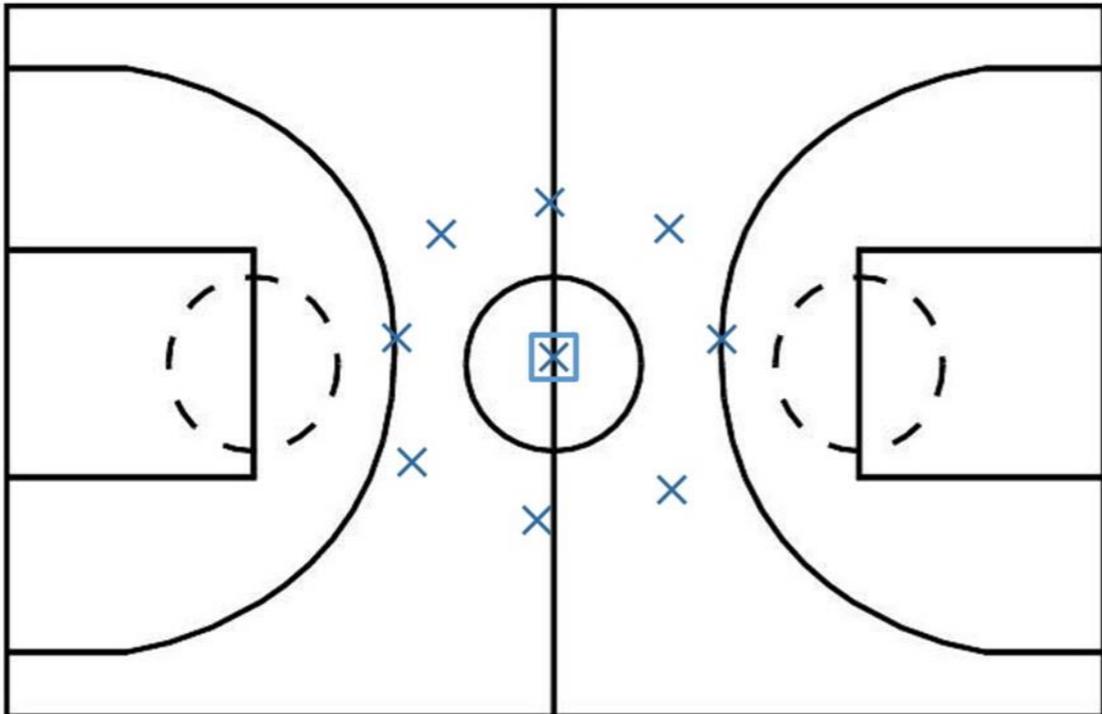
Variantes:

1. Juego de la torre. Misma dinámica y mismas normas, pero limitando la zona donde poder plantar la pelota, por ejemplo, con un aro.
2. Derribar los conos. Misma dinámica y mismas normas, pero en este caso el objetivo será derribar los conos situados en el fondo del campo, sin sobrepasar en ningún momento la línea de fondo. El primer equipo que consiga derribar todos los conos del otro equipo gana.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 6**

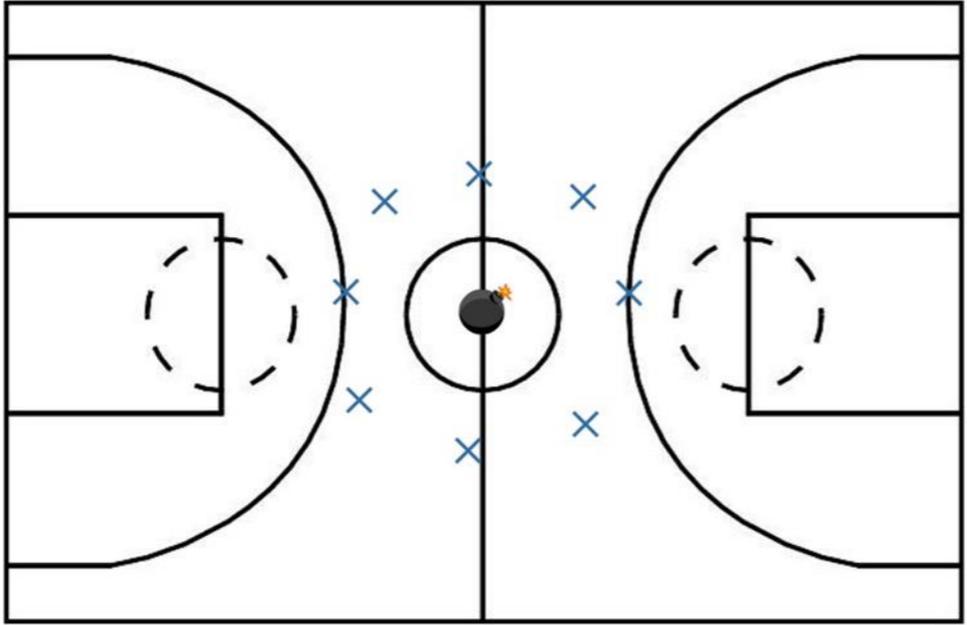
<p>Disciplina Deportiva: Baloncesto</p>	<p>Categoría: 9-13</p>	<p>Fase de Aprendizaje: B</p>			
<p>Objetivo: corregir el fundamento técnico de pase en los niños de 9 a 13 años del Card. por medio de formas jugadas</p>					
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción:</p> <p>CIRCUNFERENCIA</p> <p>En este juego los niños estarán distribuidos en forma de círculo, excepto uno, que se encontrará en el centro del círculo, habrá un solo balón para todos los niños y el funcionamiento será el siguiente. Los niños que forman el círculo tendrán que pasarse el balón entre ellos, sin ninguna orden establecida previamente. El niño del centro tiene que intentar interceptar el balón. En caso de que lo consiga, habrá cambio de rol entre los dos implicados. El juego finalizará cuando decida el responsable de grupo o el maestro formador lo indique.</p>				
<p>PRESCRIPCIÓN</p>					
<p>VOLUMEN</p>		<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>4X1'</p>		<p>MODERADO 60 – 70 % RC 130 – 150 p / m</p>	<p>MICRO: 30"</p>	<p>6'</p>	<p>II</p>
<p>Variantes:</p>					

1. Otra forma de trabajar este ejercicio es centrándonos en la defensa al niño con pelota en vez de en la defensa de la línea de pase. Es por eso que, en este caso, el cambio de roles se producirá si el niño que está en el centro consigue llegar a tocar al niño con pelota antes de que éste haya hecho el pase.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE JUEGO No. 7

<p>Disciplina Deportiva: Baloncesto</p>	<p>Categoría: 9-13</p>	<p>Fase de Aprendizaje: B</p>		
<p>Objetivo: corregir el fundamento técnico de pase en los niños de 9 a 13 años del Card. De formas jugadas implementando variedad de actividades</p>				
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción:</p> <p>BOMBA</p> <p>En este juego, los niños estarán en forma de círculo. La distancia entre ellos dependerá de la cantidad de niños del grupo. Uno de ellos estará en el centro con los ojos cerrados y será el encargado de contar mentalmente hasta un número acordado al inicio, por ejemplo, 10. El resto, mientras se produce esta cuenta atrás, tendrán que pasarse la pelota lo más rápido posible. En el momento en que el niño del centro llegue a 5 empezará a balancear su cuerpo para avisar de que se aproxima el final, y cuando llegue hasta 10, gritará "bomba", y el niño que en aquel momento tenga el balón en las manos, pasará a ser el niño del centro. El otro, ocupará su lugar y se volverá a realizar la misma dinámica. El juego durará hasta que todos los niños hayan pasado por el centro, o bien, hasta que el responsable del equipo decida.</p>			
<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
<p>VOLUMEN</p>	<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>4X1'30"</p>	<p>MODERADO 60-70% RC 120 – 130 p /m</p>	<p>MICRO: 45"</p>	<p>9'</p>	<p>II</p>
<p>Variantes:</p>				

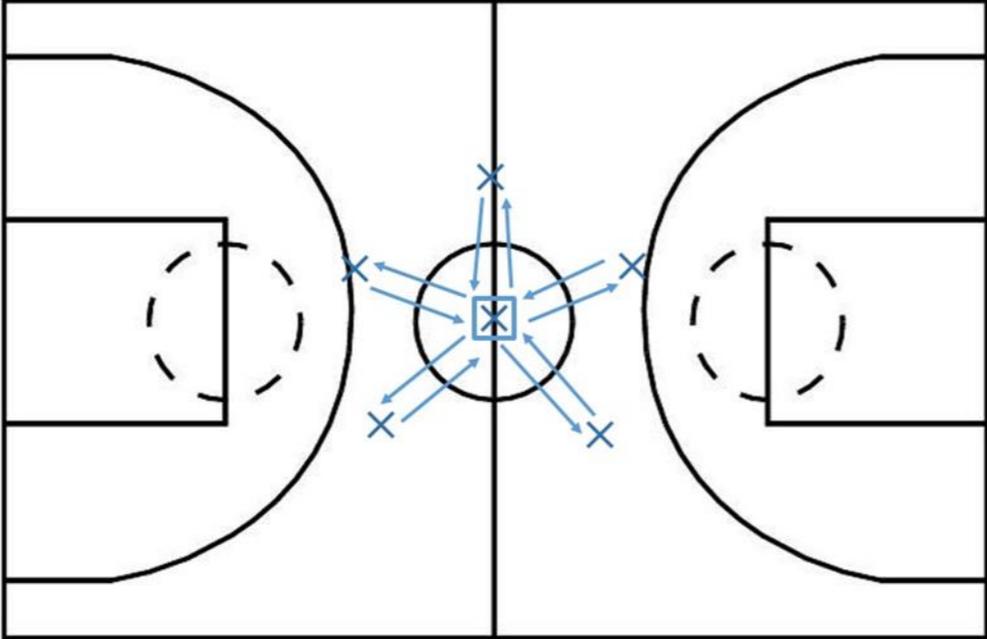
Este juego puede variar la forma en el que el maestro indique de cómo deben pasar el balón.

1. Pase de seguridad
2. Pase de beisbol
3. Pase de pecho
4. Pase picado

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 8**

<p>Disciplina Deportiva: Baloncesto</p>	<p>Categoría: 9-13</p>	<p>Fase de Aprendizaje: B</p>		
<p>Objetivo: corregir el fundamento técnico de pase en todas sus formas en los niños de 9 a 13 años del Card. Por medio de formas jugadas</p>				
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción:</p> <p>ESTRELLA</p> <p>Este juego ayuda a unir los objetivos individuales con los grupales. Es recomendable que las estrellas creadas no sean de más de 6 niños o niñas. Es decir, se tendrán que crear grupos de máximo 6-7 niños, donde todos se situarán en forma de círculo, excepto uno, que estará situado en el centro de éste. Precisamente será este niño del centro el protagonista. El balón lo tendrá él inicialmente, y deberá ir pasando el balón uno por uno a sus compañeros, quienes se la devolverán cada vez que la reciban. Los compañeros del círculo irán contando en voz alta, y lo dejarán de hacer una vez se haya acabado la vuelta entera. El juego acabará cuando todos los niños hayan pasado por el centro de la estrella y ganará quién haya conseguido hacer todos los pases en el mínimo tiempo posible.</p>			
<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
<p>VOLUMEN</p>	<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>4X1'30"</p>	<p>MODERADO 60 – 70 RC 120 – 140 p / m</p>	<p>MICRO: 45"</p>	<p>9'</p>	<p>II</p>
<p>Variantes:</p>				

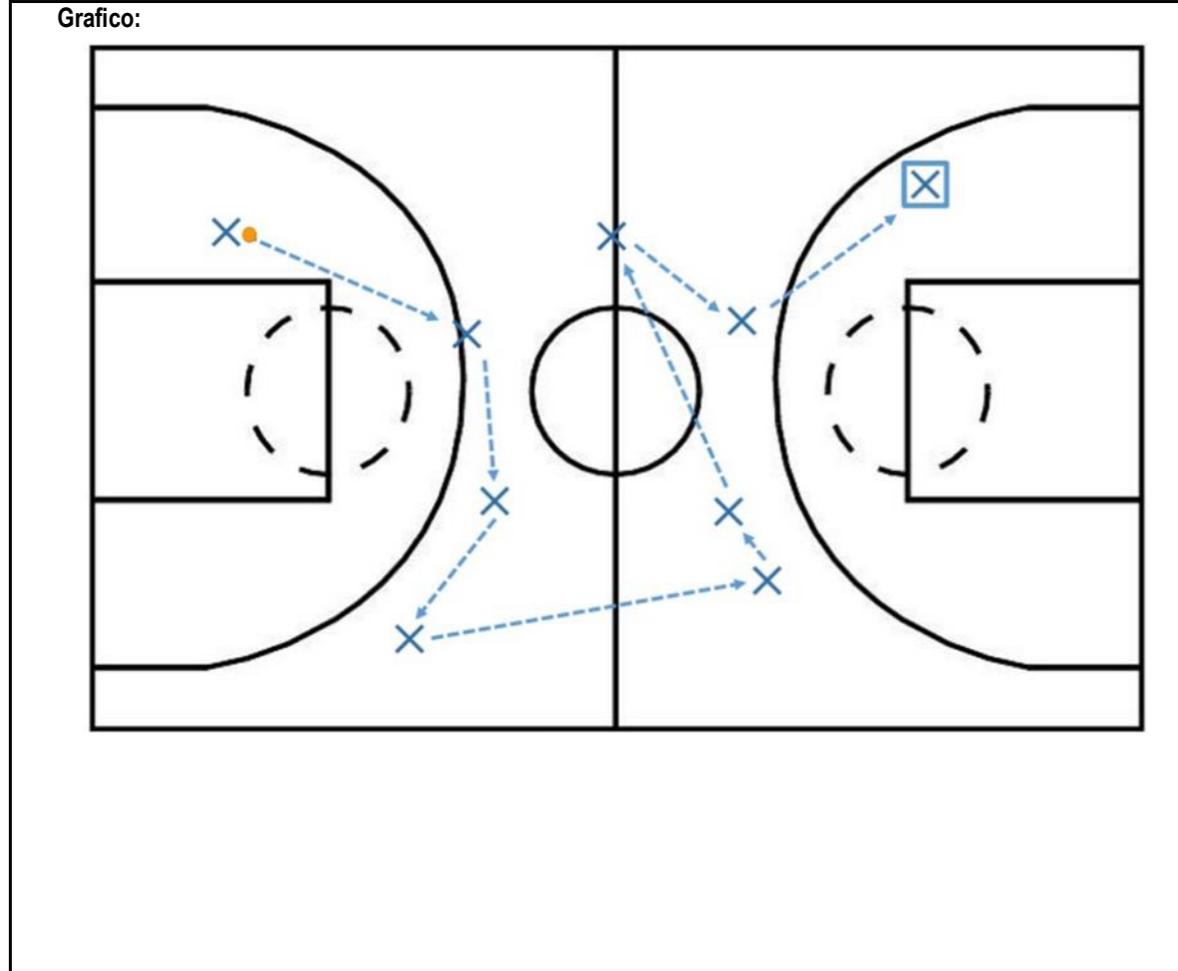
1. Este juego se puede ejecutar por los pitos de pase según lo indique el maestro formador.
1. Pase picado
2. Pase de pecho
3. Pase de beisbol
4. Pase de seguridad

FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 9**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: B
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: corregir el fundamento técnico de pase en todas sus formas en los niños de 9 a 13 años del Card. Por medio de formas jugadas



Descripción:

ATRAPAR CON PASES

En este juego sólo habrá un balón para todo el equipo. El maestro formador dirá un nombre y el resto de los niños, sólo con pases, tienen que intentar atrapar a este niño con el balón. En caso de que se consiga, quién haya tocado al niño con el balón en las manos, será el siguiente en escaparse. Si no se consigue, el entrenador puede cambiar el nombre de la persona que se escapa en el momento que crea oportuno. El juego finalizará cuando todos los niños se hayan escapado, o bien, cuando el entrenador desee.

Nota: tener en cuenta realizar con balones didácticos por seguridad de los niños

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
4X2'	MODERADO 60 – 70 % RC 150 – 170 p / m	MICRO: 45"	11'	II

Variantes:

1. Los niños ejecutan el tipo de actividad que proponga el maestro formador. Variando el tipo de pase

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA

PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG

NIVEL EJECUCIÓN

NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: PASE **JUEGO No. 10**

Disciplina Deportiva: Baloncesto	Categoría: 9-13	Fase de Aprendizaje: B
----------------------------------	-----------------	------------------------

Objetivo: corregir el fundamento técnico de pase en todas sus formas en los niños de 9 a 13 años del Card. Por medio de formas jugadas

Grafico:

Descripción:

TODOS POR PAREJAS

En este juego de pases se distribuirán por grupos de dos. La mitad de estos grupos agarrar y sostienen un aro a la altura que quieran. Las otras, tienen un balón por grupo. Tienen que ir pasándose el balón consiguiendo pasarla por todos los aros en el mínimo tiempo posible. El grupo que consiga más rápido el objetivo será la ganadora. Es importante hacer cambio de roles, es decir, los que están sosteniendo el aro pasan a hacer el ejercicio de pases y viceversa, de forma que todos los niños hagan los dos ejercicios.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
2//3X1'30"	MODERADO 60-70% RC 120 -140 p/m	MESO: 1' MICRO: 45"	14'	II

Variantes:

1. El juego se ejecutará en cambios de pase según lo indique el maestro formador:
1. Pase picado
2. Pase pecho
3. Pase de seguridad
4. Pase de beisbol

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE JUEGO No. 1

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE B
----------------------------------	------------------------	-----------------------------

Objetivo: corregir el fundamento técnico del drible por medio del juego para niños de 9 a 12 años

Grafico:



Descripción:

ESCAPA

Se dividen en dos grupos iguales, y numerar a los niños. Un equipo serán corredores que estarán regados por el espacio y el otro equipo serán los saltadores los cuales estarán detrás de la línea que delimita el espacio (8 x 10 mts). El profesor dirá un número, el jugador del equipo de los "saltadores" que le correspondió el número, se dirige al campo saltando en un pie, su tarea es alcanzar a los jugadores del otro equipo que tratan de escapar driblando el balón, el niño que haya sido tocado abandona la pista, cada 30 segundos entra un niño nuevo de los saltadores y los que hayan salido vuelven a entrar.

PRESCRIPCIÓN

VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
2//2X2'	MODERADO 60 – 70 RC 150 – 170 p/m	MICRO: 30" MESO: 1'	11'	II

Variantes:

Driblar a una sola mano, saltando, a dos manos caminar de espaldas, saltando.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

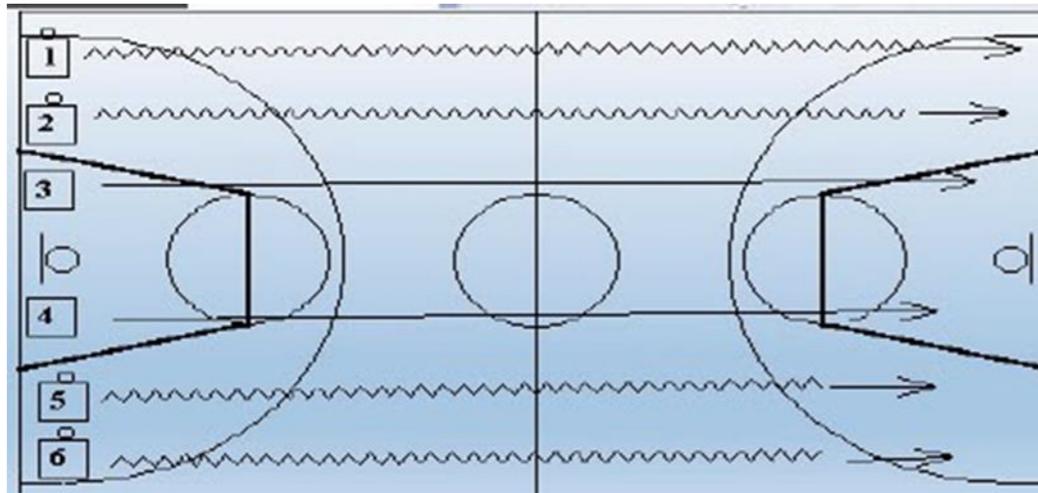
--	--	--	--

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 2**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE B
---	-------------------------------	------------------------------------

Objetivo: Determinar las distintas formas para realizar el drible por medio del juego para niños de 9 a 12 años

Grafico:



Descripción:

EL DRIBLE

Los niños de pie uno frente al otro y cada uno en un extremo del campo, con un balón pedir a los niños que crucen el campo de juego mediante el drible con la mano más dominante, el niño debe ir trotando haciendo el drible, mientras tanto ir haciendo las debidas correcciones y explicaciones del drible

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
6x 1 min	MODERADO 60-70% RC 130-150 p/m	MACRO: 1'	11'	II

Variantes:

Se le pedirá al niño que hagan diferentes formas de desplazarse de diferentes formas de drible por ejemplo con la mano menos hábil, de espaldas, con las dos manos, saltando.

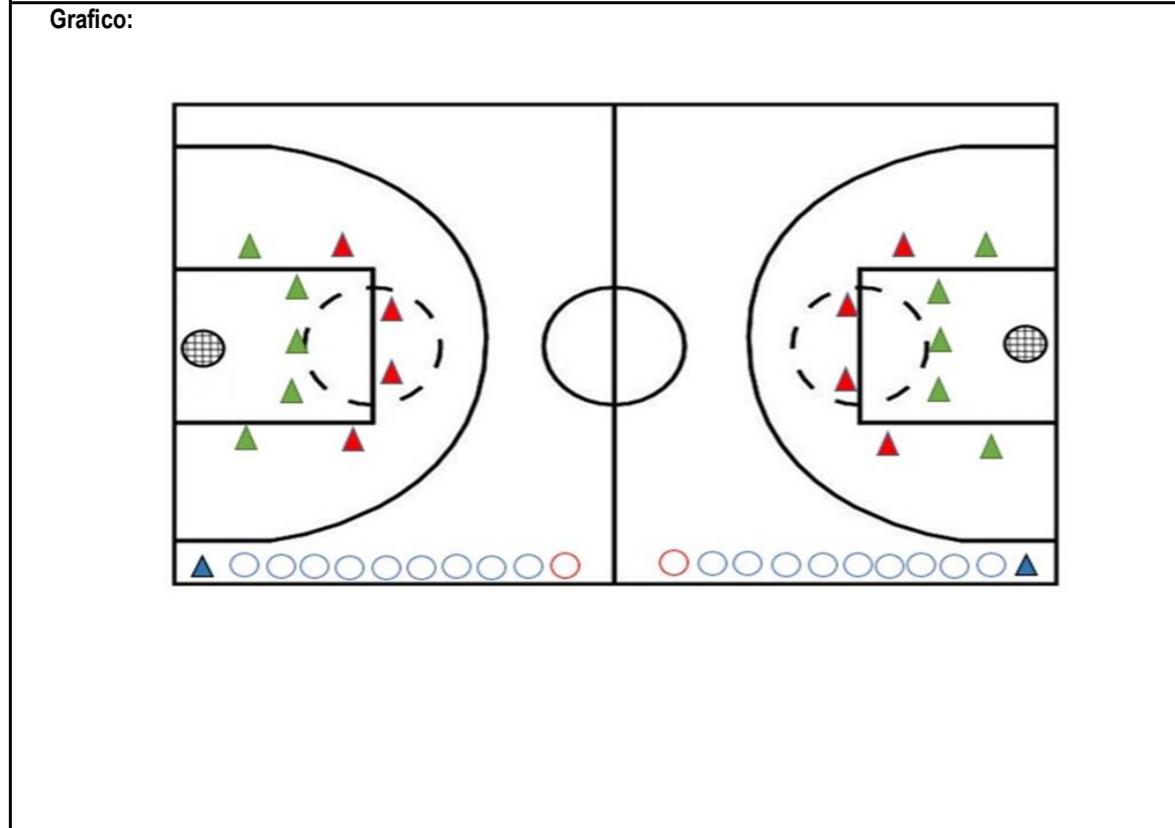
FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

--	--	--	--

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 3**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE B
----------------------------------	------------------------	-----------------------------

Objetivo: Corregir el fundamento técnico del drible por medio del juego para niños de 9 a 12 años ejecutando distintas formas de driblar el balón



Descripción:
EL CONO ES MIO
 Se dividen en dos grupos iguales, y numerar a los niños de los dos equipos. Un equipo se ubicará en la línea lateral (con balón) y el otro en el otro extremo del campo (sin balón), el profesor dirá un número y saldrá driblando el niño que le correspondió el número el otro niño tendrá que defender y no dejar que agarre un cono que estará ubicado en el campo del rival. Si logra quitar el balón el cono se devuelve a la posición donde estaba, La actividad finaliza al momento que el equipo pueda pasar todos los conos a su campo.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
25 min	MODERADO 60 – 70% RC 150 – 170 p / m	MACRO: 5 min	30 min	II

Variantes: salgan de dos tres o cuatro números a la vez, driblando a una sola mano, con las dos alternándolas, saltando a un pie y a dos pies

FACTORES DE CONTROL

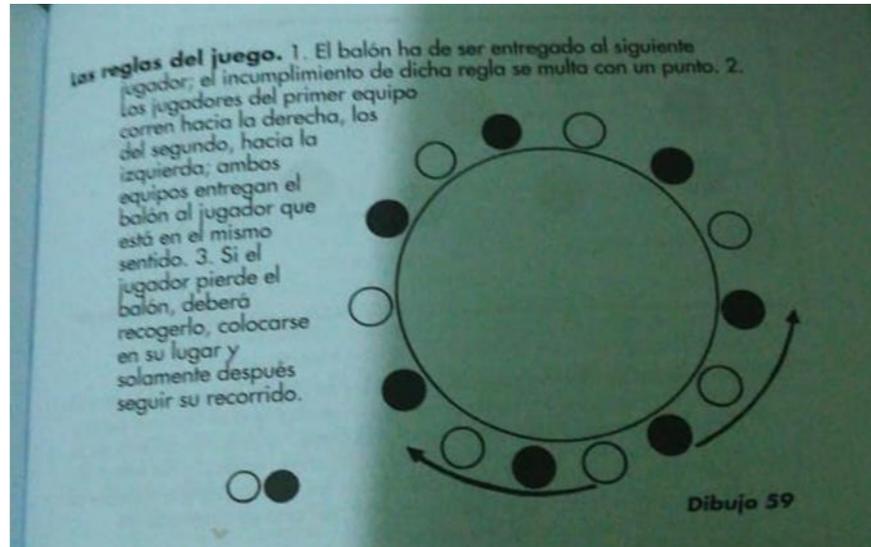
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 4**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE B
----------------------------------	------------------------	-----------------------------

Objetivo: corregir el fundamento técnico del drible por medio del juego para niños de 9 a 12 años.

Grafico:



Descripción:

“YA ESTA”

Más de 10 niños se ponen en un círculo a la distancia de los brazos extendidos entre ellos, luego se enumeran utilizando solamente los números 1 y 2, de este modo se forman dos equipos. Tras la señal del profesor, los capitanes con los balones en las manos comienzan las carreras en sentidos contrarios, rodeando el círculo por el lado exterior, hasta volver a su sitio, entregan inmediatamente el balón al siguiente compañero que repetirá el mismo recorrido, el último niño, tras finalizar su carrera y colocándose en su sitio, entrega el balón al capitán que gritará “ya está”.

PRESCRIPCIÓN

VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
2// 4x 3 min	MODERADO 60 – 70 % RC 150 – 170 p / m	MICRO 1 min MESO 3 min	33min	II

Variantes:

Para que los demás compañeros no se queden quietos, a cada uno se le dará un balón y mientras el otro está corriendo ellos deberán estar driblando, apenas llegue su compañero saldrán hacer el recorrido.

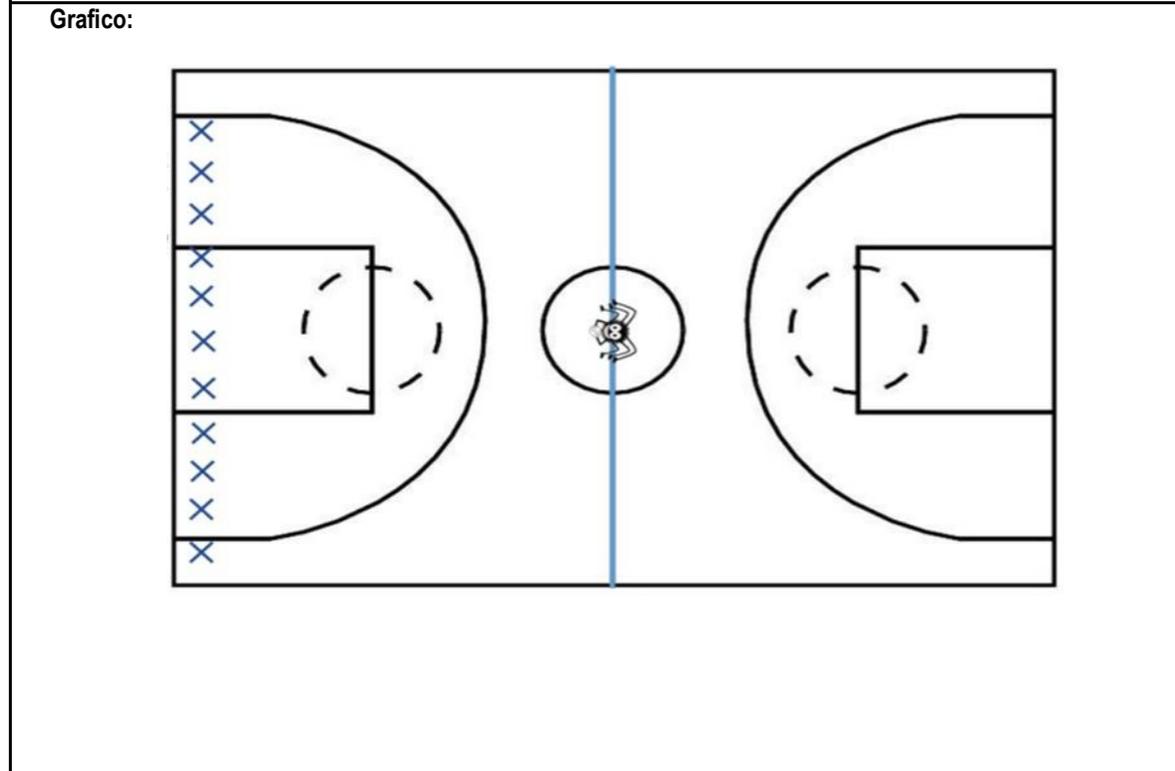
FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 5**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE B
----------------------------------	------------------------	-----------------------------

Objetivo: Identificar errores el fundamento técnico del drible por medio del juego para niños de 9 a 12 años. Realizando variedad de actividades



Descripción:

CAZANDO MOSQUITOS
 Todos los niños se sitúan en una mitad del campo, actuando como mosquitos, excepto uno, que será la araña y estará situado en la línea de medio campo. A la señal, los mosquitos tendrán que cruzar hasta la otra mitad de campo driblando y evitar ser tocados por la araña. Ésta sólo puede desplazarse por la línea de medio campo, y a poder ser, realizando desplazamientos laterales. En caso de que la araña toque a alguno de los mosquitos, quedará atrapado a la telaraña, y, por lo tanto, se convertirá en araña. El juego acaba cuando todos los mosquitos se hayan convertido en araña.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
4x 2 min	MODERADO 60 – 70 % RC 120 – 140 p / m	MICRO 1 min	11 min	II

Variantes:
 deberán pasar saltando, corriendo de espalda, de forma lateral etc.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 6**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO **Categoría:** 9 A 12 AÑOS **Fase de Aprendizaje:** FASE B

Objetivo: Corregir el fundamento técnico del drible por medio del juego para niños de 9 a 12 años. Mejorando el desarrollo de los niños

Grafico:

Descripción del gráfico: Se muestra un campo de baloncesto con líneas de campo. En el centro hay un círculo rojo que indica la zona de la actividad. Un jugador está en el centro con el balón, y otros jugadores están distribuidos en el campo, algunos persiguiendo al jugador con el balón. Una línea punteada indica la dirección del movimiento del balón.

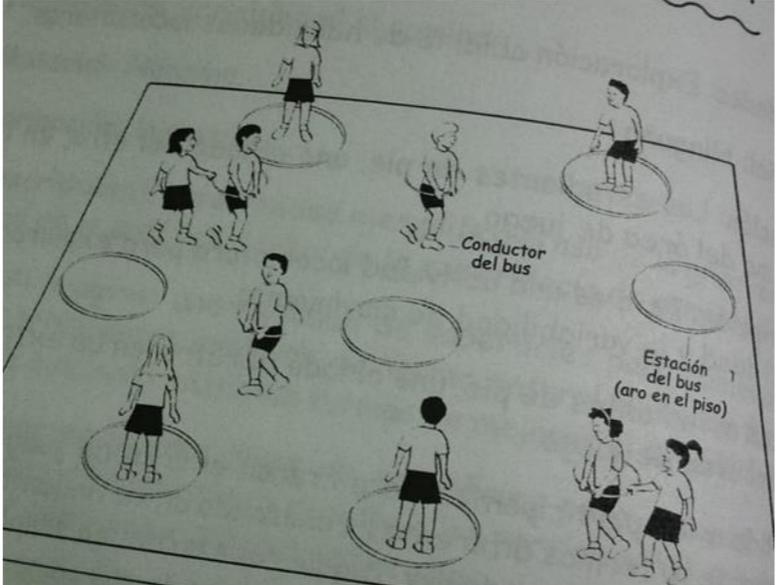
Descripción:
ROBO DE BALON
 Todos los niños se sitúan en todo el campo, driblando, la idea es que persigan a sus demás compañeros y logren quitarles el balón, siempre y cuando no dejen de driblar, no se pueden salir del campo de baloncesto, cada vez que salga uno o le quiten el balón tendrá que hacerse a un lado y seguirá driblando en el lugar que les quitaron el balón o en la zona del campo en el que se salió hasta que finalice la actividad.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
5x 2min	MODERADO 60 - 70% RC 130-150 p/m	MICRO 2 min	18 min	II

Variantes:
 Caminando, corriendo, canchillas, saltando, de espaldas.

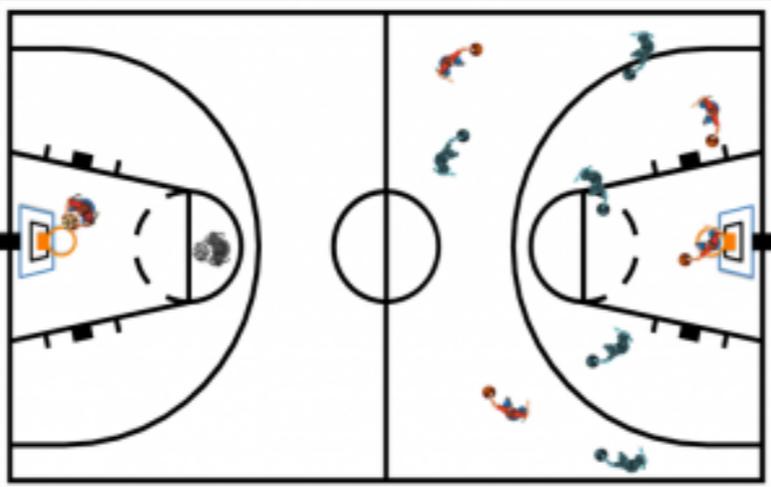
FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 7**

Disciplina Deportiva: baloncesto		Categoría: 9 a 12 años		Fase de Aprendizaje: fase b	
Objetivo: corregir el fundamento técnico del drible por medio del juego para niños de 9 a 12 años en el desarrollo de la disciplina de baloncesto					
Grafico: 			Descripción: ESTACION DE AUTOBUS los aros sobre el terreno son las estaciones de autobuses, donde los niños esperan el autobús Los niños estarán ubicados en cada uno de los aros disponibles y deberán tener en su dominio un balón, ellos deberán driblarlo manteniendo la posición de defensa en el aro, solamente se driblará el balón dentro del aro, el niño deberá permanecer fuera del aro El docente escogerá a un "chofer del autobús" este también tendrá un balón en su dominio y lo irá driblando por todo el terreno de juego simulando recoger a cada uno de los pasajeros, cuando el chofer pase por cada aro que será una "estación de autobús" el participante deberá ponerse de pie y seguir driblando su balón y agarrar al chofer de la cintura con la mano menos dominante, no se puede dejar de driblar el balón		
PRESCRIPCIÓN					
VOLUMEN		INTENSIDAD		DESCANSO	
5x 2 min		MODERADO 60 -70 % RC 130 -140 p / m		MICRO 1 min	
VOL. TOTAL			MAGNITUD		
14 min			II		
Variantes: Las posiciones de los pasajeros: arrodillados, sentados, acostados, boca arriba, boca abajo La posición del chofer: saltando, caminando de lado, hacia atrás Cada vez incrementando la velocidad					
FACTORES DE CONTROL					
FRECUENCIA CARDIACA		PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG		NIVEL EJECUCIÓN	
				NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD	

--	--	--	--

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 8**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO		Categoría: 9 A 12 AÑOS		Fase de Aprendizaje: FASE B	
Objetivo: Identificar los errores del fundamento técnico del drible por medio del juego para niños de 9 a 12 años					
Grafico: 			Descripción: POLICIAS Y LADRONES Se llevará a cabo un juego de persecución el cual será policías y ladrones El docente escogerá a los policías y tendrán que atrapar a los ladrones que será el restante del grupo, la única condición para la realización del juego es que en todo momento deberán ir driblando el balón, al momento de ser atrapados los ladrones por los policías, ellos deberán llevarlos hasta la cárcel la cual será un espacio demarcado por los conos, en la cárcel también deberán driblar el balón.		
PRESCRIPCIÓN					
VOLUMEN		INTENSIDAD		DESCANSO	
6x 2 min		MODERADO 60 -70 % RC 130 -150 p / m		MICRO 1 min	
VOL. TOTAL				MAGNITUD	
17 min				II	
Variantes: Deberán jugar por el espacio caminando, saltando acucillados Cambiar de roles los papeles de policía y ladrón.					
FACTORES DE CONTROL					
FRECUENCIA CARDIACA		PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG		NIVEL EJECUCIÓN	
				NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD	

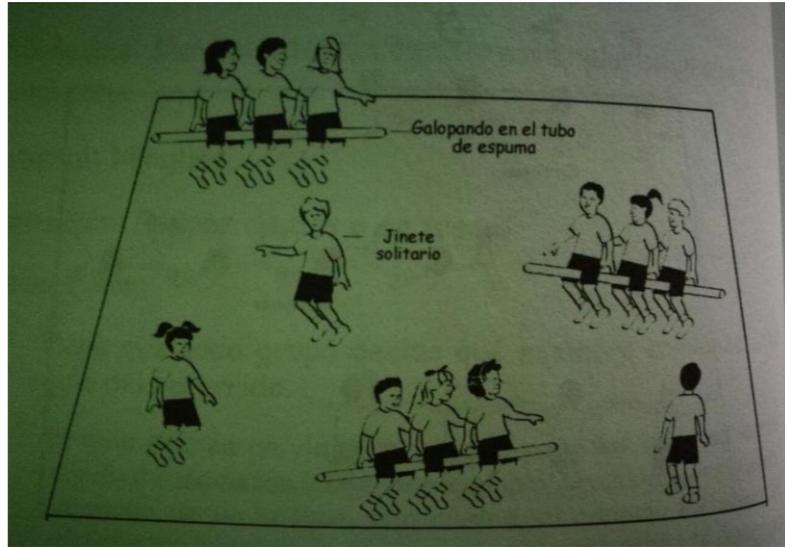
--	--	--	--

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 9**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE B
---	-------------------------------	------------------------------------

Objetivo: Identificarlos movimientos del fundamento técnico del drible por medio del juego para niños de 9 a 12 años

Grafico:



Descripción:

CABALLITO

Se realizara un juego en conjunto, donde los niños tendrán un bastón en su dominio, la actividad se tratara del caballito, el bastón será el caballito y los niños los jinetes, cada uno debe montarse en el bastón pero será de a uno por uno y deberán atrapar el bastón con la mano menos dominante, primero comenzara uno haciéndose adelante para que los demás puedan ir agarrando el caballito, la condición para su realización es ir driblando el balón en todo momento y no pueden soltar el caballito.

PRESCRIPCIÓN

VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
6x 1 min	MODERADO 60 -70 % RC 120 -140 p / m	MICRO 1min	11 min	II

Variantes:

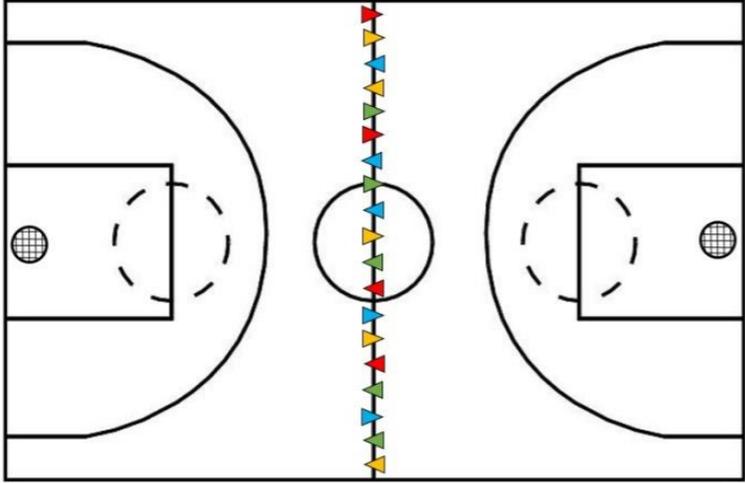
Corriendo, ir en línea recta, ir en círculo.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

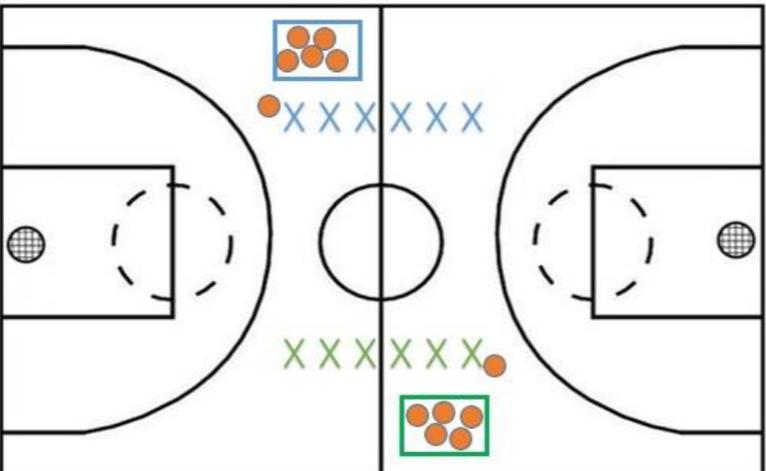
--	--	--	--

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 1**

<p>Disciplina Deportiva: BALONCESTO</p>	<p>Categoría: 9 A 12 AÑOS</p>	<p>Fase de Aprendizaje: FASE C</p>		
<p>Objetivo: Perfeccionar el fundamento técnico del lanzamiento por medio del juego para niños de 9 a 12 años.</p>				
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción: RECOLECTOR Separamos en dos equipos a los niños. Todos los conos están en la línea de medio campo. Los niños van lanzando libremente en su canasta cada vez que fallen el lanzamiento tendrán que correr hasta la mitad del campo, si la meten van hasta medio campo, agarran un cono y se lo llevan para colocarlo junto a su aro. El juego acaba cuando se hayan agotado todos los conos y ganará el equipo que más haya conseguido. A pesar de ser un ejercicio de tiro, tenemos que procurar que no infrinjan las normas básicas del baloncesto, especialmente en el momento en el que agarran el cono, invitándolos a que no paren de driblar mientras realizan esta acción.</p>			
<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
<p>VOLUMEN</p>	<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>6x 20seg</p>	<p>Máxima 90-100% RC 180-190 p/m</p>	<p>MICRO 1 min</p>	<p>7 min</p>	<p>IV</p>
<p>Variantes: Lanzar con la mano dominante corrigiendo la técnica de la muñeca.</p>				

FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

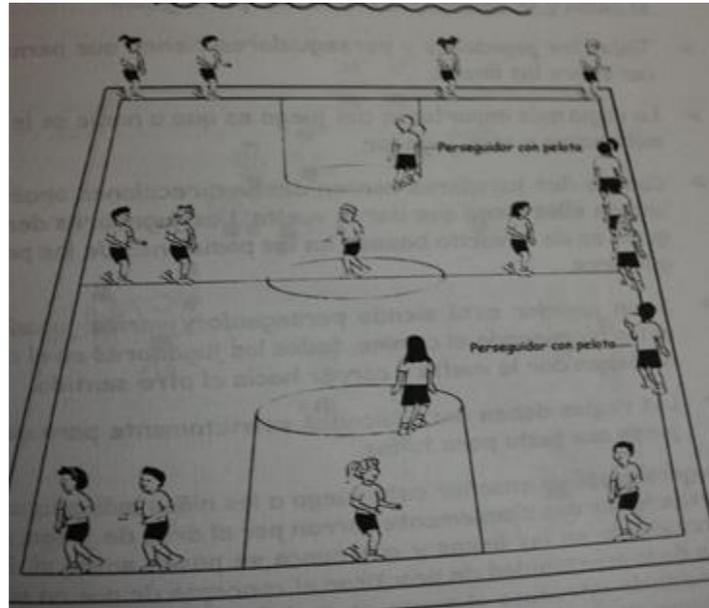
FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 2**

<p>Disciplina Deportiva: BALONCESTO</p>	<p>Categoría: 9 A 12 AÑOS</p>	<p>Fase de Aprendizaje: FASE C</p>			
<p>Objetivo: optimizar el fundamento técnico del lanzamiento por medio del juego para niños de 9 a 12 años</p>					
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción: CAJA DE BALONES Haremos dos equipos. Cada grupo tendrá una caja con varios balones (se puede sustituir por sacos, aros en el suelo o algo que permita tener los balones quietos). El primero de cada grupo agarrará un balón de su caja e irá a hacer una entrada o un lanzamiento a la canasta que le toque. En caso de fallar, volverá a poner el balón en su caja. En cambio, si consigue encestar, dejará el balón en la caja del equipo rival. En el momento que el primero del grupo haga el lanzamiento, ya puede salir el siguiente. Ganará el equipo que se quede sin balones en su caja o que tenga menos cuando el instructor quiera finalizar el juego.</p>				
	<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
	<p>VOLUMEN</p> <p>8x 15 seg</p>	<p>INTENSIDAD</p> <p>Máxima 90-100% RC 170-180 p/m</p>	<p>DESCANSO</p> <p>MICRO 1 min</p>	<p>VOL. TOTAL</p> <p>9 min</p>	<p>MAGNITUD</p> <p>III</p>
<p>Variantes: Lanzar con la mano dominante corrigiendo la técnica de la muñeca.</p>					
<p>FACTORES DE CONTROL</p>					

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

Objetivo: perfeccionar el fundamento técnico del dribling por medio del juego para niños de 9 a 12 años.

Grafico:



Descripción: todos con balón, corren por todas las líneas de demarcación que tiene el campo, se elegirán a dos niños, los cuales intentaran atrapar a sus compañeros, cada vez que toquen a uno ese será el nuevo perseguidor

PRESCRIPCIÓN

VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
8x 15seg	máxima 90-100% RC 160-170 p/m	MICRO 1 min	9 min	IV

Variantes:

Saltando, correr de espaldas, driblar con las dos manos, saltando a un pie.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

--	--	--	--

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 5**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE C
---	-------------------------------	------------------------------------

Objetivo: Perfeccionar el lanzamiento y el por medio del juego para niños de 9 a 12 años

Grafico:

Descripción:
ROBA BALONES
 4 grupos pequeños se ubican en cada esquina del área de juego, tres grupos comienzan, con un balón un grupo no tiene balón, cada grupo tiene que anotar canastas en el lado opuesto del campo desde donde empiezan, los niños del grupo que no tiene balón tratan de robar el balón de uno de los otros grupos. Los niños pueden driblar solo 4 veces antes de que tengan que pasar el balón a otro niño o lanzar a la canasta, cada niño puede lanzar a la canasta una sola vez antes del turno de cada miembro del grupo, o hasta que el balón salga, cuando se anotó un punto, los jugadores dejan el balón bajo la canasta y vuelven a su esquina, detrás de la línea, para empezar nuevamente, luego el grupo sin balón puede recogerlo. El grupo que ha marcado y está sin pelota, ahora intentará robar un balón de los otros equipos que están intentando de lanzar a la cesta.

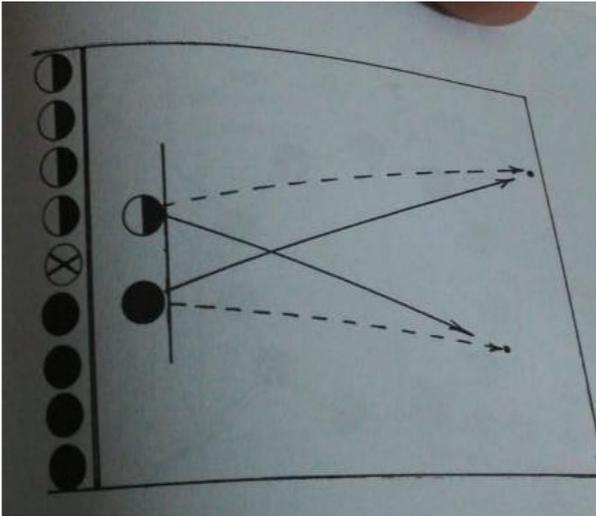
PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
8x15seg	Máxima 90-100% RC 160-170 p/m	MICRO 1 min	9 min	IV

Variantes:
 Se pueden utilizar pelotas más pequeñas y hacer los lanzamientos desde puntos específicamente marcados en el campo.

FACTORES DE CONTROL

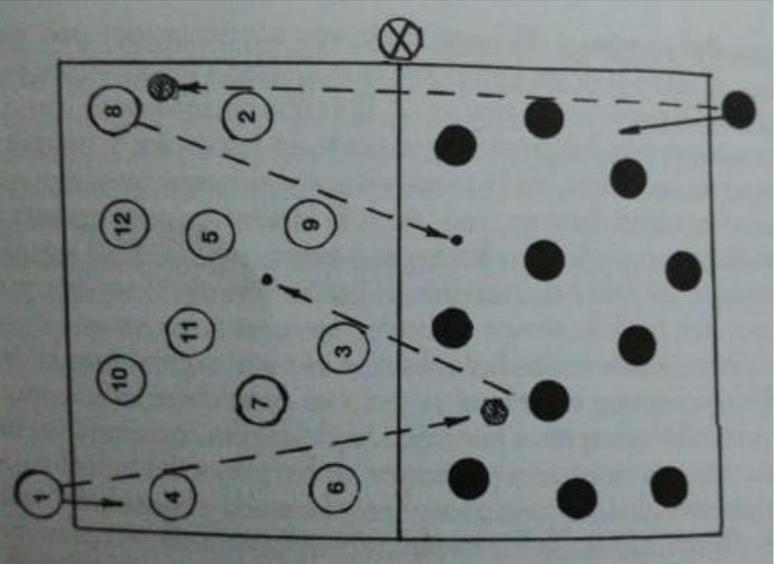
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 6**

<p>Disciplina Deportiva: BALONCESTO</p>	<p>Categoría: 9 A 12 AÑOS</p>	<p>Fase de Aprendizaje: FASE C</p>		
<p>Objetivo: Perfeccionar el lanzamiento por medio del juego para niños de 9 a 12 años.</p>				
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción:</p> <p>Dividir a los niños en dos equipos iguales que se colocan en líneas detrás de la línea frontal. Delante de la línea de salida se sitúan dos niños (uno de cada equipo) los cuales sujetan en las manos el balón.</p> <p>Tras la señal del profesor la primera pareja de jugadores efectúa el lanzamiento del balón (con la postura y correcta ejecución de un tiro libre en baloncesto) lo más lejos posible y después de esto rápidamente corren a por la pelota del otro niño. Al recogerla, ellos regresan, cruzan la línea final y se colocan al final de la fila. El niño que cruza primero la línea con el balón driblando gana un punto.</p>			
<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
<p>VOLUMEN</p>	<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>6x 20 min</p>	<p>Máxima 90-100% RC 160-170 p/m</p>	<p>MICRO 1 min</p>	<p>7 min</p>	<p>IV</p>
<p>Variantes: Para el lanzamiento inicial se pueden elegir otros dos compañeros o los mismos profesores se ubican al frente con un aro y ellos intentarían meter el balón por medio del aro para mayor precisión y eficaz en el lanzamiento.</p>				

FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 7**

<p>Disciplina Deportiva: BALONCESTO</p>	<p>Categoría: 9 A 12 AÑOS</p>	<p>Fase de Aprendizaje: FASE c</p>		
<p>Objetivo: optimizar la técnica del lanzamiento por medio del juego para niños de 9 a 12 años.</p>				
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción:</p> <p>Dividir a los niños en dos equipos iguales, se sitúan libremente en el campo, cada equipo elige a los niños que efectúan los servicios, los cuales se ubican en las líneas frontales, sujetando el balón en las manos. Tras la señal del profesor los que sirven los balones los envían al lado contrario y entran después a la pista. Los balones se los lanzan unos a otros los niños en cualquier orden hasta que un lado de la pista haya dos balones simultáneamente. El equipo que ha podido enviar ambos balones al lado de los rivales recibe dos puntos, después comienza el juego cada vez con los servicios el juego dura hasta una puntuación determinada o un tiempo acordado, gana el equipo que pueda acumular la cantidad de puntos necesarios. Para pasar el balón de compañero a compañero se debe hacer siempre con la postura correcta de la técnica de lanzamiento.</p>			
<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
<p>VOLUMEN</p>	<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>6x 15seg</p>	<p>Máxima 90-100% RC 160-170 p/m</p>	<p>1 min</p>	<p>6:30 min</p>	<p>IV</p>
<p>Variantes: Puede hacerse con más cantidad de balones, entre más balones se metan mayor debe ser el número de jugadores.</p>				
<p>FACTORES DE CONTROL</p>				

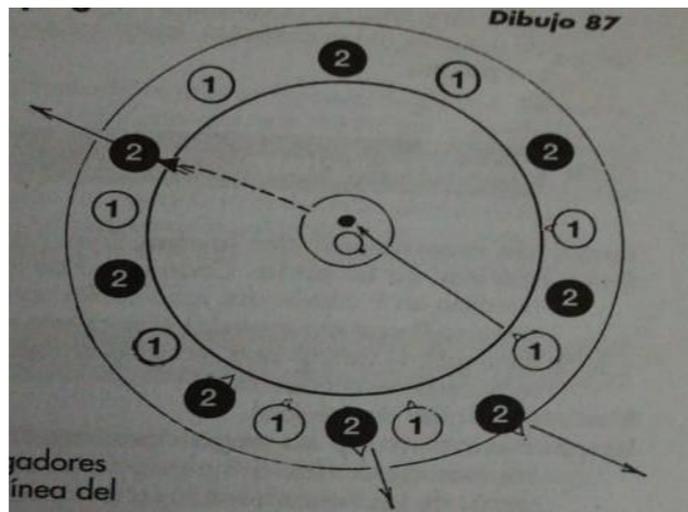
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 8**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE C
---	-------------------------------	------------------------------------

Objetivo: Perfeccionar la técnica de lanzamiento por medio del juego para niños de 9 a 12 años.

Grafico:



Descripción:

Dibujar dos círculos uno dentro del otro, cada uno debe tener un balón y estarlo driblando siempre, los niños se colocan detrás de la línea del círculo grande, a una distancia de un metro uno del otro y se enumeran utilizando 1 y 2 o sea formando dos equipos. Se escogerá un capitán de cada equipo el cual se ubicara en el centro del círculo con una cuerda en las manos, tras la señal del profesor el capitán comienza a rodar la cuerda debajo de los pies de los jugadores, en el momento que la cuerda se acerca deberán saltarla, cuando uno de los jugadores toque la cuerda, se parara el juego, y este correrá hasta el aro de baloncesto y deberá acertar , si no acierta el punto será para el otro equipo, pero si acierta el punto será para el equipo del jugador que lanzo.

PRESCRIPCIÓN

VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
10x 20 seg	Máxima 90-100% RC 170-180 p/m	MICRO 1min	12:20 min	III

Variantes:

Puede hacerse con más cantidad de balones, entre más balones se metan mayor debe ser el número de jugadores.

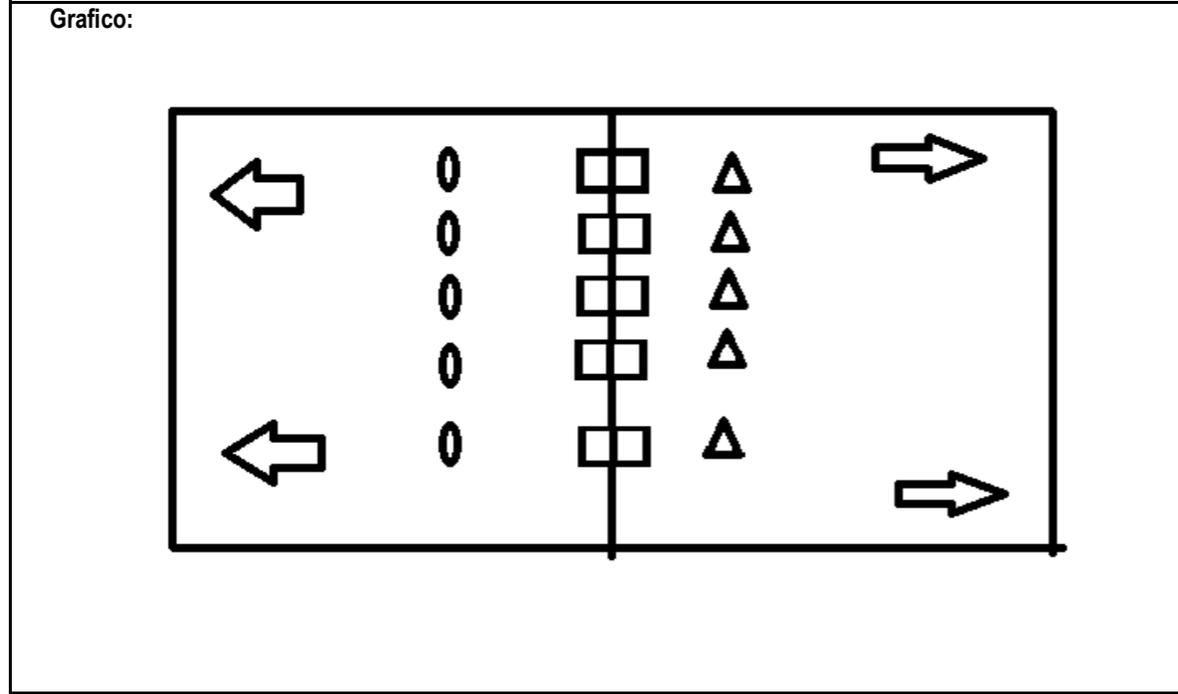
FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 9**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE C
---	-------------------------------	------------------------------------

Objetivo: perfeccionar la técnica de lanzamiento por medio del juego para niños de 9 a 12 años



Descripción:
 se dividen los niños en dos grupos iguales, en la línea media del campo se ubicaran canecas, bolsas, o algo donde ellos puedan encestar, los dos equipos se ubican uno frente al otro cada uno en una mitad del campo, aproximadamente a unos 5 metros de las canecas, cada pareja tendrá un balón a la señal del profesor lanzara cualquiera de los dos equipos e intentara meter el balón a la caneca si lo consigue recibirá un punto pero si no tendrá que ir corriendo a la línea final y volver a su puesto, y el otro participante hará el mismo procedimiento. Gana el niño que más puntos haya realizado antes de terminar el tiempo.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
9x 20 seg	Máxima 90-100% RC 160-170 p/m	MICRO 1 min	11 min	IV

Variantes:
 Puede haber cuatro o seis jugadores o caneca, si uno falla el tiro todos los del equipo corren.

FACTORES DE CONTROL

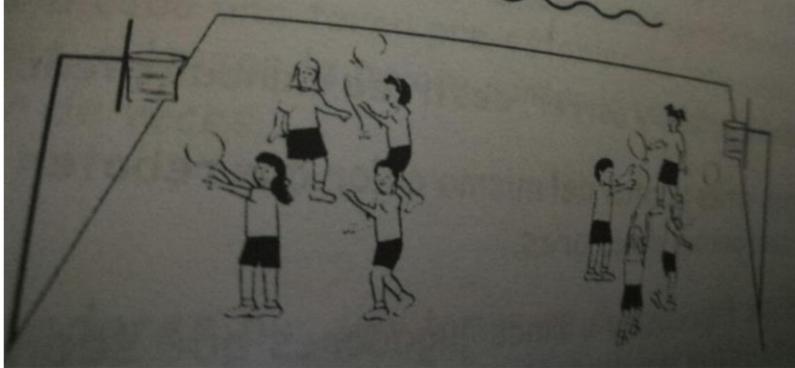
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
---------------------	------------------------------	-----------------	-------------------------------

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 10**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9 A 12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: FASE C
---	-------------------------------	------------------------------------

Objetivo: perfeccionar la técnica de lanzamiento por medio del juego para niños de 9 a 12 años

Grafico:



Descripción: Este juego se puede llevar a cabo en grupos pequeños o dividiendo la clase en dos, esto depende del número de cestas disponibles, los niños tratan de mantener el globo en el aire, el tiempo que le toma alguien anotar una canastas, debido a que como solo hay un balón y un globo por grupo, los jugadores deben tomar turnos compartiendo el balón y la responsabilidad de mantener el globo en el aire, un jugador no puede lanzar el balón a la canasta dos veces o antes de los turnos de los compañeros, los niños estarán dispersos alrededor de la canasta de baloncesto, cada vez que un jugador anota una canasta mientras el globo está en el aire se anota un punto al grupo.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
8x 15seg	Máxima 90-100% RC 160-170 p/m	MICRO 1min	9 min	IV

Variantes:
Se puede agregar otro globo. Y el globo puede tener agua o arena para más dificultad.

FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: LANZAMIENTO **JUEGO No. 11**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO **Categoría:** 9 A 12 AÑOS **Fase de Aprendizaje:** FASE C

Objetivo: Perfeccionar la técnica de lanzamiento por medio del juego para niños de 9 a 12 años

Grafico:

Descripción: Dividir a los niños de 2 a 4 equipos iguales que se ubicaran ante la línea en filas paralelas con una separación de dos a tres metros entre ellos. En la pared se dibujarán círculos en los cuales tendrán que apuntar con el balón. Todos tendrán balones, tras la señal del profesor los niños que están de primeros en la fila lanzan el balón, después lo atrapan y corren hacia la canasta lo más rápido posible y lanzan al aro y volverán a la fila driblando el balón, esto se repite hasta que todos los niños del equipo hayan cumplido con sus lanzamientos, gana el equipo que logre encestar más veces.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
8x 15 seg	Máxima 90-100% RC 160-170 p/m	MICRO 1'	9 min	III

Variantes:
Se puede agregar otro globo. Y el globo puede tener agua o arena para más dificultad.

FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 1**

<p>Disciplina Deportiva: BALONCESTO</p>	<p>Categoría: 9-13 AÑOS</p>	<p>Fase de Aprendizaje: C</p>		
<p>Objetivo: optimizar en el trabajo de dribling, para mejorar la parte técnica de los niños de 9 a 12 años por medio de formas jugadas.</p>				
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción:</p> <p>Un niño con dos balones recorre el campo de baloncesto asimétrico, es decir alternando el bote del balón de la mano izquierda seguido de la mano derecha y así sucesivamente. Durante un tiempo determinado el cual el profesor o docente a cargo lo determine.</p>			
<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
<p>VOLUMEN</p>	<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>8x20'</p>	<p>MAXIMAL 90 – 100 % RC 150 – 170 p / m</p>	<p>MICRO 1"</p>	<p>9:40"</p>	<p>III</p>
<p>Variantes: Se le pedirá al alumno que cuando llegue a la línea final, suelte uno de los dos balones salte dos veces y realice enseguida un lanzamiento a la bandeja.</p>				

FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 2**

<p>Disciplina Deportiva: BALONCESTO</p>	<p>Categoría: 9-13</p>	<p>Fase de Aprendizaje: C</p>			
<p>Objetivo: perfeccionar la técnica de drible, por medio de formas jugadas en niños de 9 a 12 años</p>					
<p>Grafico:</p>  <p style="text-align: center; font-size: small;">© 2010 - www.gymnasia.com</p>		<p>Descripción:</p> <p>Cambio de balón entre las piernas. A cada paso, el jugador cambia el balón de mano pasándolo entre las piernas de la manera más rápida y lo más cerca al suelo dando pasos amplios durante un tiempo determinado indicado por el docente.</p>			
<p>PRESCRIPCIÓN</p>					
<p>VOLUMEN</p>		<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>6x20</p>		<p>MAXIMAL 90 – 100 RC 150 – 170 p/m</p>	<p>MICRO 1”</p>	<p>7’</p>	<p>III</p>
<p>Variantes:</p>					

Driblar el balón pasar entre las piernas y lanzar a la bandeja se repite el ejercicio

FACTORES DE CONTROL

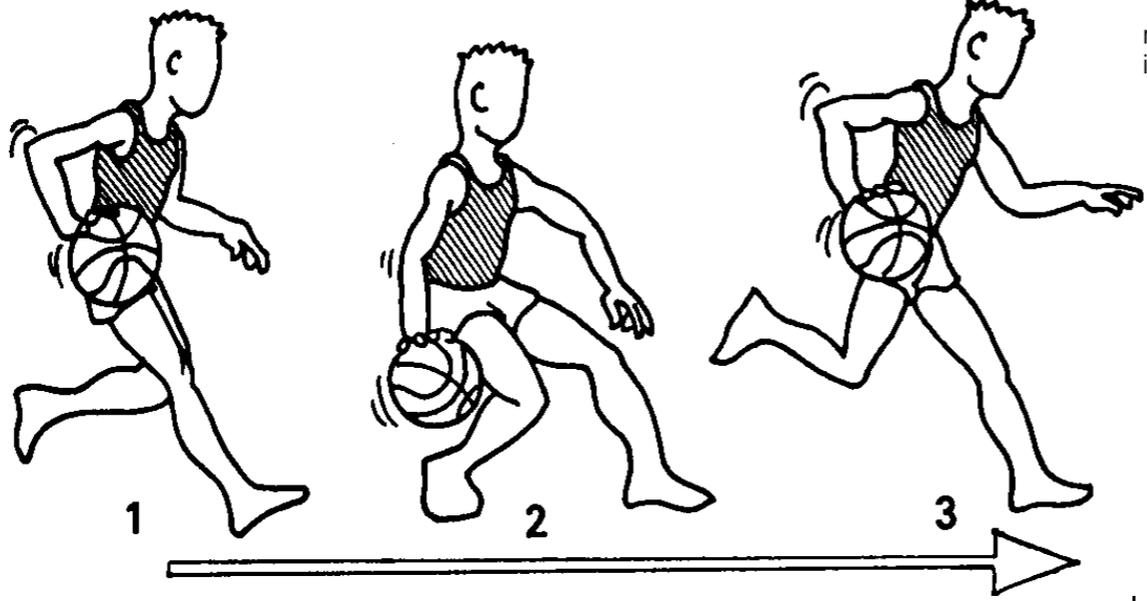
FRECUENCIA CARDIACA

PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG

NIVEL EJECUCIÓN

NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE JUEGO No. 3

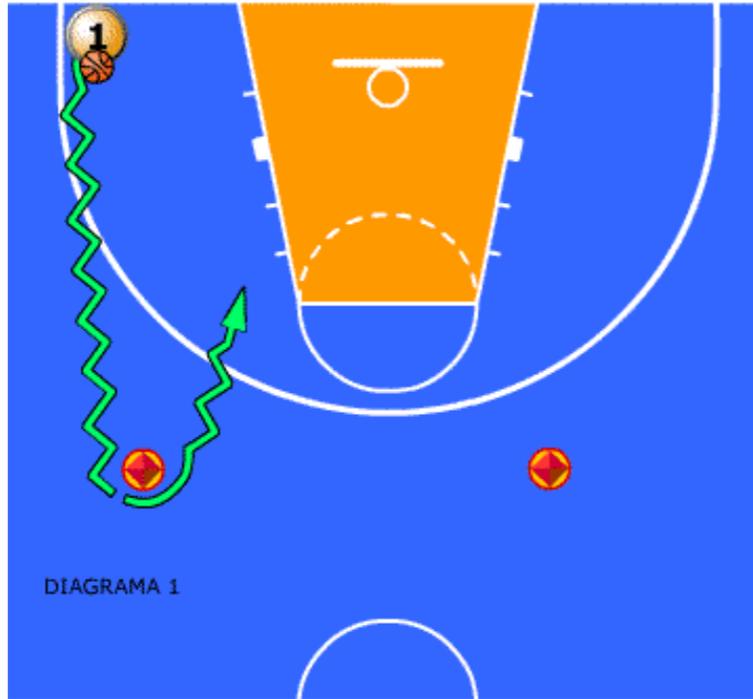
<p>Disciplina Deportiva: BALONCESTO</p>	<p>Categoría: 9-13 AÑOS</p>	<p>Fase de Aprendizaje: C</p>		
<p>Objetivo: perfeccionar en el trabajo de drible, para mejorar la parte técnica de los niños entre 9 a 12 años</p>				
<p>Grafico:</p> 	<p>Descripción:</p> <p>Recorrer el terreno de juego en drible a la máxima velocidad con el menor número de botes, alternando la mano a cada bote de balón. Y poder realizar la mayor cantidad de recorridos en el terreno de juego hasta que lo indique el docente</p>			
<p>PRESCRIPCIÓN</p>				
<p>VOLUMEN</p>	<p>INTENSIDAD</p>	<p>DESCANSO</p>	<p>VOL. TOTAL</p>	<p>MAGNITUD</p>
<p>2//4x15'</p>	<p>máxima 90 – 100 % RC 150 – 170 p / m</p>	<p>MICRO 30" MACRO 1'</p>	<p>6'</p>	<p>III</p>
<p>Variantes: Se le pedirá a un niño que este en la línea final con los brazos en forma de circulo, cuando uno recorre el campo lanza a los brazos del compañero realiza la cesta y a continuación el hará el mismo recorrido.</p>				

FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE JUEGO No. 4

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9-13 AÑOS	Fase de Aprendizaje: C
Objetivo: perfeccionar la técnica del drible por medio de formas jugadas en niños de 9 a 12 años		

Grafico:



Descripción:

El niño saldrá driblando el balón con una mano hasta la mitad del campo y regresará driblando con la otra direccionado hacia el aro y aprovechando el impulso realizará un lanzamiento. Realizara el mismo ejercicio en la otra mitad de campo buscando manejar bien el balón.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
6X20"	MAXIMAL 90 – 100 RC 150 – 170 p/m	MICRO 1"	7'	III

Variantes:

Driblar el balón, pararse en posición de defensa, volver a driblar, cambiar de mano y terminar en bandeja.

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 5**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9-13 AÑOS	Fase de Aprendizaje: C
----------------------------------	----------------------	------------------------

Objetivo: Perfeccionar el trabajo de drible para mejorar la parte técnica del niño por medio de formas jugadas

Grafico:



Descripción:

El niño tendrá que desplazarse por el terreno de juego en zigzag evadiendo conos y driblando el balón y por cada cono driblado tendrá que cambien la mano con la que bota el balón y al final dirigirse al aro y realizar un lanzamiento. el ejercicio se repetirá durante un tiempo determinado y se empleará en todo el campo de juego hasta que profesor lo indique.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
8x15eg	Máxima 90 – 100 % RC 150 – 170 p / m	MICRO 1"	9"	III

Variantes:

Driblar con una sola mano, dar vuelta a la cintura, cambiar por entre las piernas, volver a driblar

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA

PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG

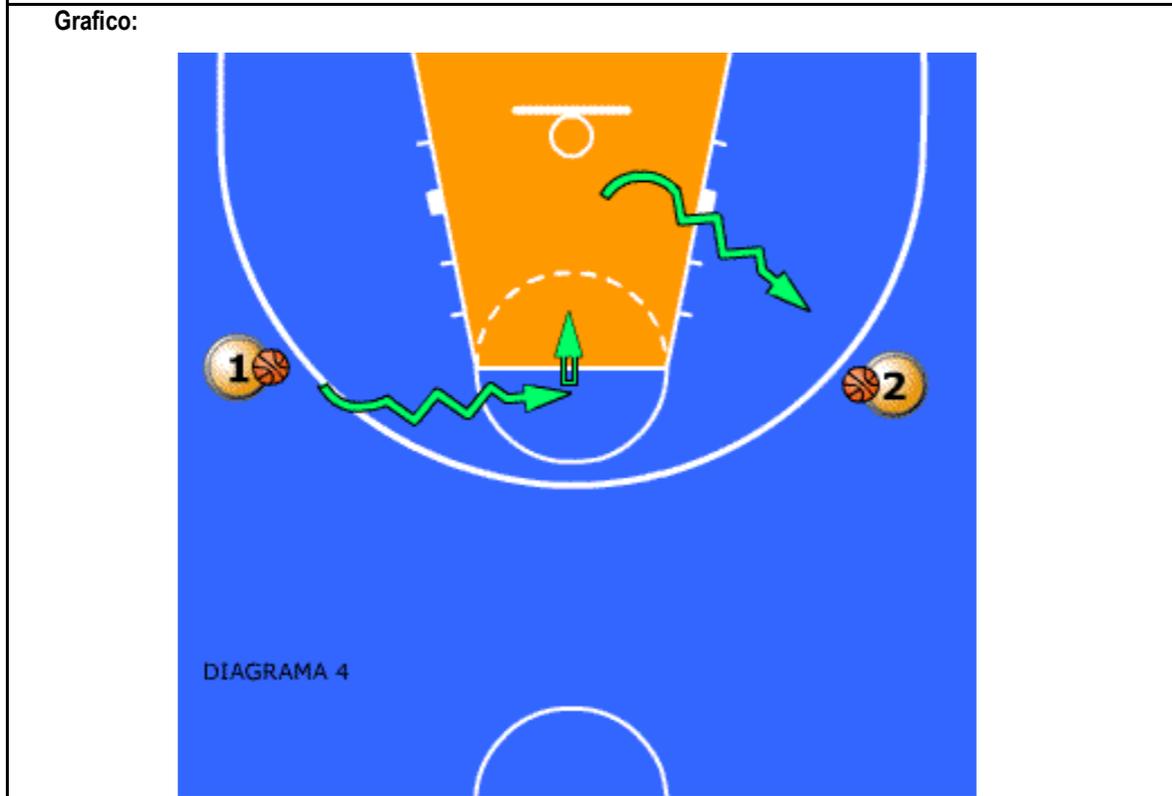
NIVEL EJECUCIÓN

NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 6**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9-13 AÑOS	Fase de Aprendizaje: C
----------------------------------	----------------------	------------------------

Objetivo: optimizar técnica del drible por medio de formas jugas en niños de 9 a 13 años



Descripción:

El niño driblara el balón por el campo de juego al escuchar la señal del docente se acercará rápidamente a la zona de tiro libre driblando el balón con la mano menos dominante y realizara un lanzamiento al aro

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
3//3x20"	Máxima 90 -100 % RC 120 -140 p / m	MICRO 1'20" MESO 2'	15'	IV

Variantes:

Driblar realizar 5 sentadillas y lanzar,

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA

PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG

NIVEL EJECUCIÓN

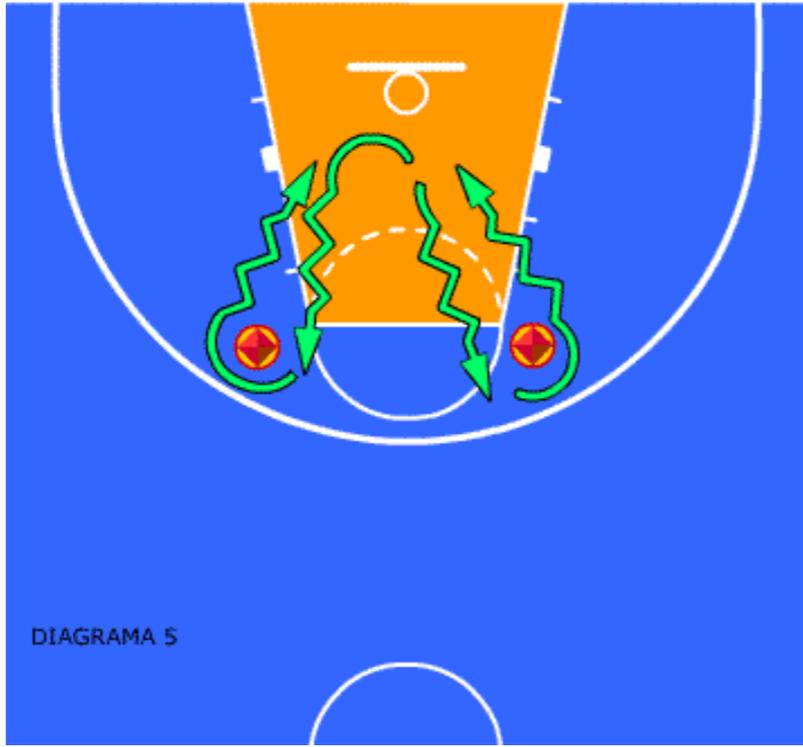
NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 7**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9-12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: C
----------------------------------	----------------------	------------------------

Objetivo: perfeccionar la técnica del drible por medio de formas jugadas en niños de 9 a 12 años

Grafico:



Descripción:

Se organizarán por grupos de tres y cada niño tendrá un balón y dos de ellos estará en un punto fijo del campo driblando el balón con la mano menos dominante mientras el tercer niño realizará recorridos en 8 en el menor tiempo posible driblando con la mano más dominante

PRESCRIPCIÓN

VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
2// 10x 30 seg	Máxima 90-100% RC 160-170 p/m	MICRO 30 seg MACRO 1min	21 min	III

Variantes:

Realizar un lanzamiento al finalizar el 8

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA

PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG

NIVEL EJECUCIÓN

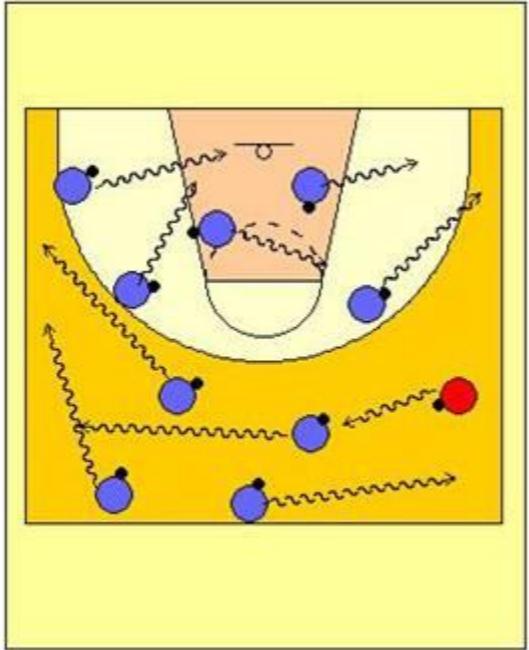
NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 8**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9-12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: C
----------------------------------	----------------------	------------------------

Objetivo: perfeccionarla técnica del drible por medio de formas jugadas en niños de 9 a 12 años

Grafico:



- Simbología**
- → Jugador.
 - → Jugador "que la queda".
 - → Balón.
 - → Desplazamiento con bote.

Descripción:

LA LLEVA
 Se jugará a la lleva, pero con la condición de que todos los niños tendrán balón y no podrán dejar de driblar el balón o la llevan y el niño que la lleve tendrá que transportar o driblar el balón con la mano más dominante mientras que el resto de los niños con la menos dominante.

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
8x20'	Máxima 90-100% RC 160-170 p/m	MICRO 1"	9:40'	IV

Variantes:
 Cada niño que sea tocado por el que la lleva también ayudara hasta que quede solo un niño huyendo

FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 9**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9-12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: C
----------------------------------	----------------------	------------------------

Objetivo: perfeccionar la técnica del drible por medio de formas jugadas en niños de 9 a 12 años

Grafico:



Descripción:

Correr por el campo y a la señal (visual o sonora), cambiar de dirección, de sentido, de velocidad, saltar en alto, correr en reversa, lateralmente... siempre driblando el balón y evadiendo a los otros compañeros

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
7x15'	Máxima 90-100% RC 160-170 p/m	MICRO 1"	7:45	III

Variantes:

Driblar pasando el balón por medio de las piernas o por la espada

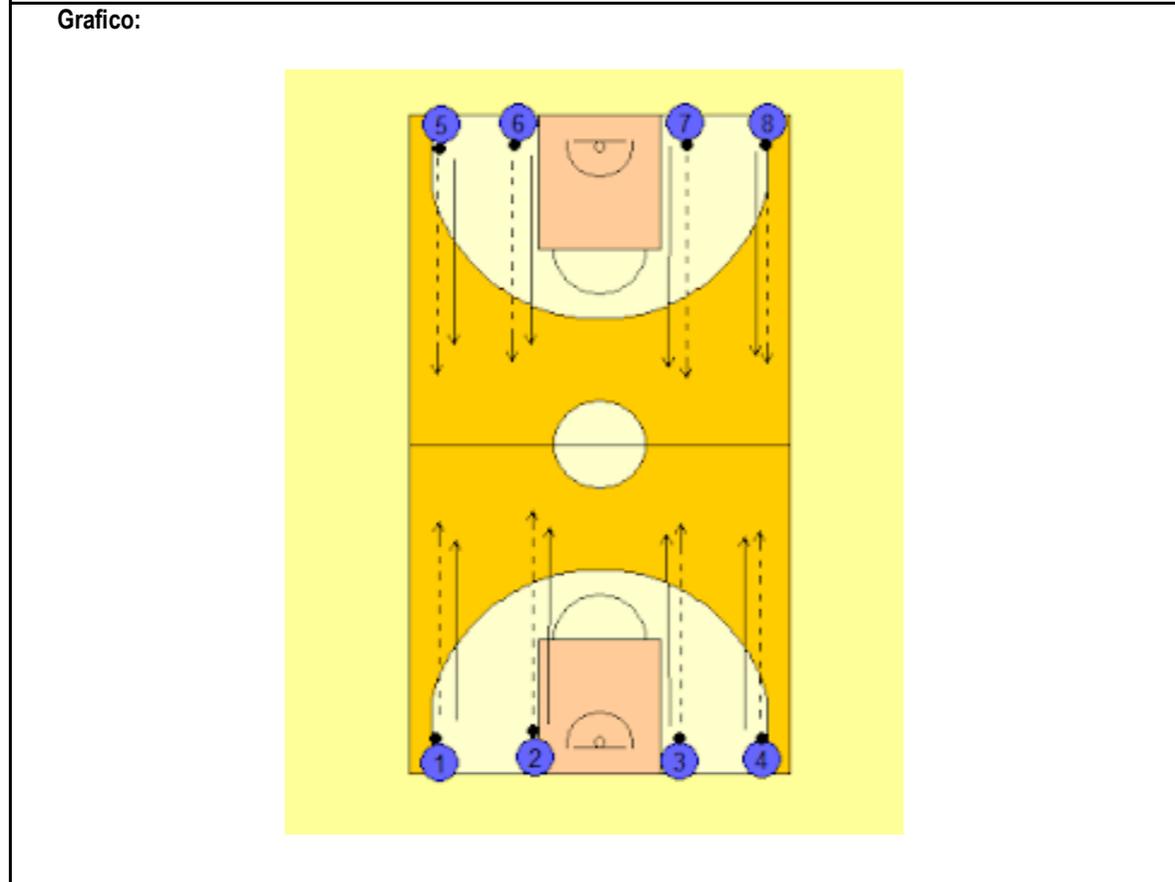
FACTORES DE CONTROL			
FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

FUNDAMENTO TÉCNICO: DRIBLE **JUEGO No. 10**

Disciplina Deportiva: BALONCESTO	Categoría: 9-12 AÑOS	Fase de Aprendizaje: C
----------------------------------	----------------------	------------------------

Objetivo: perfeccionar el trabajo de drible, para mejorar la parte técnica por medio de formas jugadas en los niños 9 a 12 años

Material: balones de baloncesto



Descripción:

Driblar libremente por el campo de baloncesto y a la señal hacer uno o dos ejercicios-juego de manipulación de balón (drible en "8", hacer girar el balón alrededor de la cabeza, del pecho y entre las piernas, etc.), después, continuar con el bote del balón. Atendiendo a la señal del maestro formador

PRESCRIPCIÓN				
VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
4x20"	Máxima 60 -70 % RC 130 -150 p / m	MICRO 1'	4:20'	IIV

Variantes:

Driblar el balón, sentarse en el piso, driblar el balón, saltar, driblar el balón, acostarse en el piso y seguir driblando por todo el campo deportivo

FACTORES DE CONTROL

FRECUENCIA CARDIACA

PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG

NIVEL EJECUCIÓN

NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD

ANEXO 2 (PROTOCOLOS TEST DE CONDICIÓN FÍSICA)

PROTOCOLOS TEST

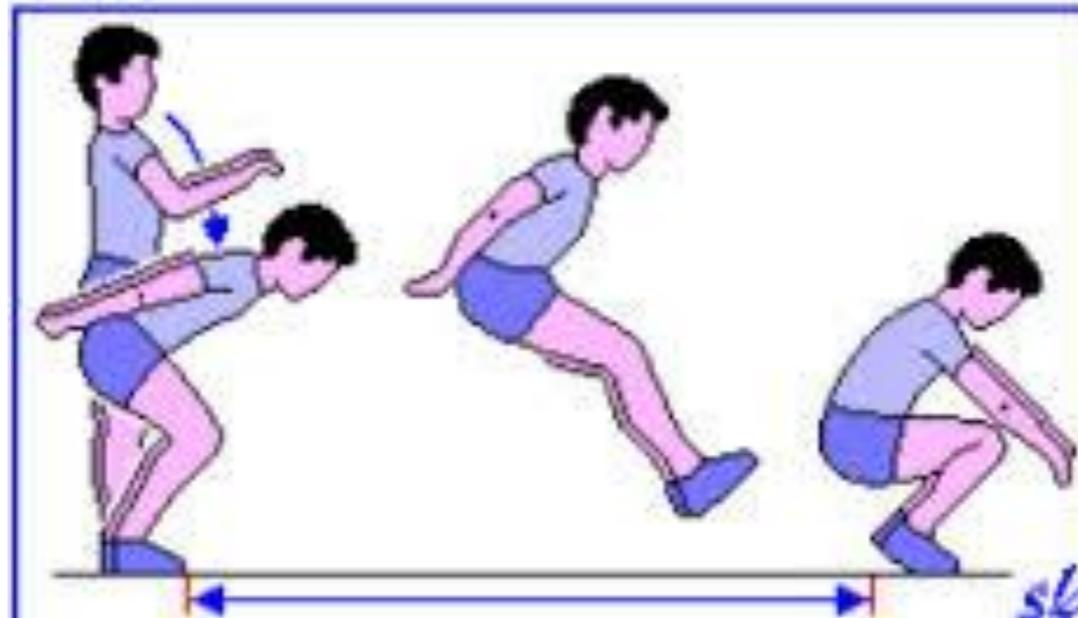
FUERZA EXPLOSIVA

Salto largo sin impulso, salto de aproximación

OBJETIVO: Medir la potencia de la musculatura extensora de las piernas.

MATERIALES: Decámetro o cinta métrica (en centímetro), línea de partida (dibujada) cronometro y hoja de registro.

DESCRIPCIÓN: El niño se coloca detrás de la línea de partida sin tocarla. Flexiona un poco las rodillas envía los brazos hacia atrás, y salta para caer de pie. La distancia obtenida en el salto se mide, desde la línea de salida hasta el talón del pie que queda más atrasado. Si se devuelve, cae sentado o resbala dejando una marca más atrás de la del primer contacto, repite el intento.



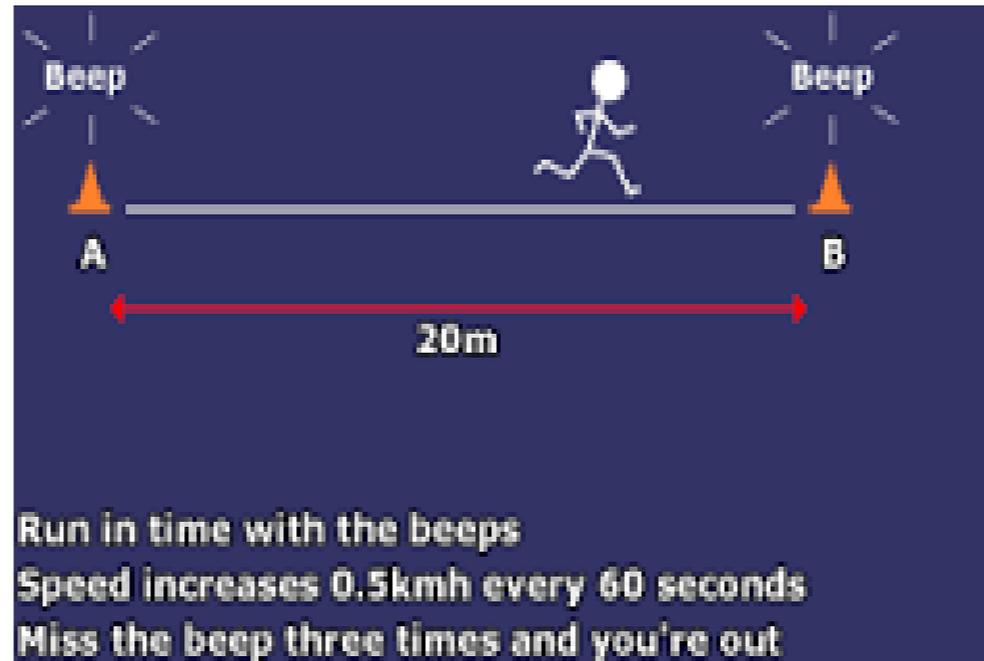
POTENCIA AEROBICA

Test de COURSE-NAVETTE

OBJETIVO: Medir la potencia aeróbica máxima.

MATERIALES: Silbato, Hoja de registro, conos, escenario limitado (20mts)

DESCRIPCION: Los niños se ubican detrás de la línea de salida, con una distancia entre ellos de 1 metro, al escuchar el beep (sonido o silbato) deben desplazarse hacia la otra línea que se encuentra en el extremo opuesto a 20 metros, deben ajustarse a la velocidad que indique la señal sonora.



VELOCIDAD DE REACCIÓN

Test del Bastón de Galton (Reacción Simple)

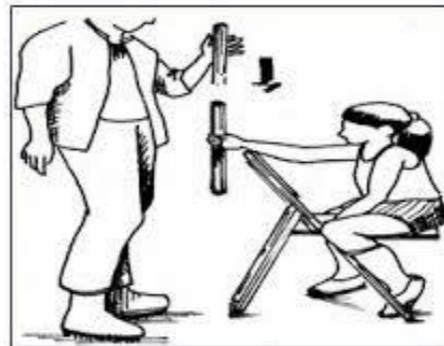
OBJETIVO: Medir el tiempo de reacción simple ante un estímulo visual.

MATERIALES: Bastón graduado en centímetros. Longitud 60 cm., diámetro 2,5 cm., peso aproximado de 0,5 kg. La escala comienza a 10 cm de uno de los extremos del Bastón.

DESCRIPCIÓN: El niño se ubica sentado en una silla, apoyando el brazo más hábil (dominante) sobre una superficie plana, la muñeca se debe encontrar a 5 cm. Máximo del borde de la superficie plana de la palma de la mano hacia la línea media del cuerpo, los dedos semi-extendidos, el pulgar separado (mano semi -cerrada) y la vista fija en el bastón.

El evaluador se sitúa frente al ejecutante y coloca el bastón frente al espacio dejado por la mano haciendo coincidir el cero de la escala de medición, con el borde superior de esta.

El evaluado debe mantener la mirada en el bastón cerca de su mano luego es alertado con la palabra “listo” antes de dejar caer el bastón dentro de los tres (3) segundos siguientes (el conteo lo realiza el evaluador lentamente) el evaluado trata de atrapar el bastón lo más rápido posible, el punto de referencia para la medición, es la parte superior de la mano en la primera articulación del dedo índice, allí se coloca en cero antes de soltarlo y se toma la medida al ser atrapado. Se registra en cm y milímetros la distancia que coincida con el borde superior de la mano.



ACELERACIÓN

Test De 20 Metros

OBJETIVO: Medir la aceleración máxima.

MATERIAL: Terreno liso, con la medida exacta, y cronómetro.

EJECUCIÓN: Se comienza a correr y se pone en funcionamiento el cronómetro a la primera pisada. Se recomienda colocar una señal después de la meta a 5 metros para que el alumno corra hasta esa señal.

ANOTACIÓN: El tiempo transcurrido en el recorrido expresado en segundos y décimas de segundo. Se anota el mejor tiempo de los dos intentos realizados.



RAPIDEZ MANOS

MATERIALES: Placa 10 x 20, Círculo 20 cm diámetro y Centros a 80 cm.

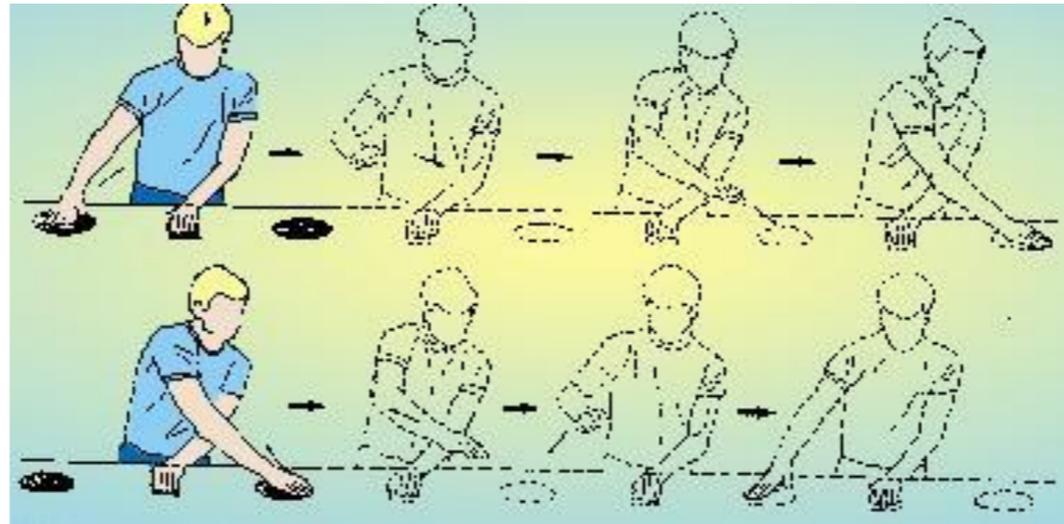
Tapping test - golpeo de placas (García, 2001): El objetivo principal de este test es medir la velocidad segmentaria de la extremidad superior.

Terreno: No definido.

Descripción:

- **Posición Inicial:** El ejecutante ha de colocarse delante de la mesa con los pies ligeramente separados. Debe situar su mano *no dominante* sobre el rectángulo y la otra mano sobre uno de los círculos.
- **Desarrollo:** ¡Al sentir la señal “preparado... ya!” Ha de tocar alternativamente los 2 círculos un total de 25 veces cada uno con la mano dominante, tan rápido como pueda.
- **Finalización:** La prueba finaliza en el contacto número 50, momento en el cual se detiene el cronómetro.

Valoración de la prueba: Se registrarán los segundos y décimas de segundos invertidos en la prueba. Se anota el mejor de los 2 tiempos realizados.



ANEXO 3 (FORMATO DE JUEGO)

Disciplina Deportiva:		Categoría:		Fase de Aprendizaje:				
Objetivo:								
Grafico:				Descripción:				
							PRESCRIPCIÓN	
				VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. TOTAL	MAGNITUD
Variantes:								
FACTORES DE CONTROL								
FRECUENCIA CARDIACA		PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG		NIVEL EJECUCIÓN		NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD		

--	--	--	--

ANEXO 4 (FICHAS DE OBSERVACIÓN)

ANEXO 4.1 PLANEADO VS EJECUTADO FICHA DE OBSERVACIÓN

DISCIPLINA DEPORTIVA: _____ **FECHA:** _____ **HORA:** _____

MAESTROS FORMADORES: _____

DOCENTE DISCIPLINAR: _____

OBSERVACIONES A LO EJECUTADO	VOLUMEN	INTENSIDAD	DESCANSO	VOL. FINAL	MAGNITUD

ANEXO 4.2 HABILIDADES DOCENTES

1. NUNCA: Marca con una (X): si la ejecución del docente - practicante no es adecuada en ninguna situación en el aspecto que menciona el indicador.	2. OCASIONALMENTE: Marca con una (X): si la ejecución del docente - practicante es adecuada en muy pocas situaciones en el aspecto que menciona el indicador	3. FRECUENTEMENTE: Marca con una (X): si la ejecución del docente - practicante es adecuada pero no es constante en diferentes situaciones en el aspecto que menciona el indicador	4. SIEMPRE: Marca con una (X): si la ejecución del docente - practicante es adecuada y constante en diferentes situaciones en el aspecto que menciona el indicador.
--	---	---	--

FECHA:		HABILIDAD DOCENTE COMUNICACION								LUGAR:									
NOMBRE MAESTRO/ FORMADOR OBSERVADO:						NOMBRE INVESTIGADORAUXILIAR OBSERVADOR:													
INDICADORES	CRITERIOS A OBSERVAR																		
	CLASES DE COMUNICACIÓN								TIPOS Y HABILIDADES				TECNICAS						
	VERBAL				NO VERBAL				TIPOS										
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			
VERBAL ORAL: <u>Léxico:</u> adecua un vocabulario apropiado y acorde con el nivel escolar y desarrollo de niños participantes					EXPRESIÓN CORPORAL: <u>Textualización:</u> Maneja el uso de las manos en las explicaciones y correcciones					<u>Unidireccional:</u> uso racional de la comunicación unidireccional en actividades masivas y en asignación de tareas					<u>Ubicación:</u> maneja la ubicación frente al grupo para favorecer procesos comunicativos				
<u>Coherencia:</u> maneja coherencia y secuencialidad en el mensaje de las explicaciones y correcciones					Crea códigos gestuales para mejorar la comunicación no verbal en clase					<u>Bidireccional:</u> Favorece canales que permiten una comunicación bidireccional con los estudiantes					<u>Tono de voz:</u> adecua el tono de voz en espacios abiertos y cerrados				
<u>Claridad:</u> maneja claridad y concreción en la comunicación oral dentro de la clase.					Se apoya de la ejemplificación como medio para las explicaciones y correcciones					<u>Multidireccional:</u> permite horizontalizar los canales de comunicación entre estudiantes					<u>Modulación:</u> modula la voz como estrategia didáctica y motivacional centrando la atención de los estudiantes				
Asigna trabajos complementarios para los tiempos de descanso y explicación					Maneja la demostración con apoyo de sus estudiantes para mejor comprensión de la actividad propuesta.					HABILIDADES COMUNICATIVAS Afianza en sus estudiantes el saber escuchar y el maestro también lo hace respetuosamente					<u>La pregunta:</u> utiliza la pregunta como estrategia motivacional en la comunicación bidireccional y en la evaluación				
Realiza registros del proceso enseñanza-aprendizaje en las clases					Se apoya en códigos y señales establecidos en clase para favorecer la comunicación					Escucha sugerencias de los estudiantes y las tiene en cuenta en el desarrollo de las actividades					Maneja interferencias comunicativas en la clase, centrando la atención y comprensión de lo explicado				
									Corrige expresiones inadecuadas en sus estudiantes resaltando una buena comunicación										

 INVESTIGADORAUXILIAR OBSERVADOR

1. NUNCA: Marca con una (X): si la ejecución del Maestro/formador no es adecuada en ninguna situación en el aspecto que menciona el indicador.					2. OCASIONALMENTE: Marca con una (X): si la ejecución del Maestro/formador es adecuada en muy pocas situaciones en el aspecto que menciona el indicador					3. FRECUENTEMENTE: Marca con una (X): si la ejecución del Maestro/formador es adecuada pero no es constante en diferentes situaciones en el aspecto que menciona el indicador					4. SIEMPRE: Marca con una (X): si la ejecución del Maestro/formador es adecuada y constante en diferentes situaciones en el aspecto que menciona el indicador.										
1.2.3.CONFIGURACIONES CONFIGURACIONES PRODUCTO PER										HABILIDAD DOCENTE: ORGANIZACION					LUGAR:										
NOMBRE MAESTRO/FORMADOR OBSERVADO:										NOMBRE AUXILIAR INVESTIGADOR OBSERVADOR:															
INDICADORES	CRITERIOS A OBSERVAR																								
	QUE SE ENSEÑA					EN DONDE					CUANDO					COMO					CON QUE				
	TEMATICAS	1	2	3	4	ESPACIOS	1	2	3	4	TIEMPO	1	2	3	4	METODOLOGIA	1	2	3	4	RECURSOS	1	2	3	4
	Presenta diseño del plan de sesión oportunamente y lo entrega al Docente Disciplinar.					Selecciona los espacios adecuados y pertinentes para el desarrollo del tema					Es puntual y se presenta con anterioridad para la implementación de la sesión.					Organiza adecuadamente grupos de trabajo teniendo en cuenta el número de niños participantes					Organiza materiales e implementación antes de iniciar la sesión				
	Precisa en el plan sus finalidades y las comunica a los niños en la parte introductoria de la sesión.					Distribuye racionalmente el espacio para el desarrollo de actividades respecto al número de niños participantes.					Distribuye racionalmente el tiempo disponible para la sesión.					Maneja claramente algunos estilos de enseñanza. Conductistas –Constructivistas.					Entrega oportunamente los materiales y en forma organizada manteniendo el orden en la sesión				
	Desarrolla ordenadamente los componentes del tema en cada una de las partes de la sesión.					Se ubica correctamente para dar explicaciones, correcciones, ejemplificaciones en grupos abiertos y cerrados					Maneja los principios fisiológicos (controles de la carga) en cada parte de la sesión.					Asigna responsabilidades y funciones específicas a los niños como apoyo al desarrollo de la sesión.					Optimiza el uso de los materiales con los que cuenta según el número de los niños participantes y el espacio.				
	Maneja coherentemente las fases de aprendizaje, relacionando contenidos y actividades					Mantiene el manejo del campo visual durante el desarrollo de las actividades					Maneja el tiempo relacionándolos con principios pedagógicos (ambientación, fijación y manejo)					Maneja estructuras didácticas, - de lo estático a lo dinámico - de la sencillo a lo complejo etc.					Es creativo y aprovecha los recursos del medio para el desarrollo del tema				
	Selecciona estrategias y actividades pertinentes al nivel y características de desarrollo de los niños participantes.					Se desplaza acertadamente para dar orientaciones en organizaciones grupales abiertas o cerradas					Cambia oportunamente las actividades y sus variantes durante el desarrollo de la sesión.					Adecua las actividades de forma idónea a los momentos de la sesión Fase Inicial o calentamiento. Fase Central o alcance de Objetivos. Fase Final o Normalización					Incluye materiales didácticos idóneos que centren el interés de los niños participantes				
	Aplica la evaluación como retroalimentación y refuerzo del tema y sus finalidades					Adecua las actividades a espacios reducidos sin perder el manejo del tema y su finalidad					Maneja el tiempo total incluyendo la evaluación como verificación de los procesos					Organiza subgrupos de rendimiento teniendo en cuenta diferencias individuales					Cuida los materiales dándoles el uso adecuado, asignando responsabilidad a los niños participantes.				

INVESTIGADORAUXILIAR OBSERVADOR

1. NUNCA: Marca con una (X): si la ejecución del Maestro/formador no es adecuada en ninguna situación en el aspecto que menciona el indicador.	2. OCASIONALMENTE: Marca con una (X): si la ejecución del Maestro/formador es adecuada en muy pocas situaciones en el aspecto que menciona el indicador	3. FRECUENTEMENTE: Marca con una (X): si la ejecución del Maestro/formador es adecuada pero no es constante en diferentes situaciones en el aspecto que menciona el indicador	4. SIEMPRE: Marca con una (X): si la ejecución del Maestro/formador es adecuada y constante en diferentes situaciones en el aspecto que menciona el indicador.
---	--	--	---

FECHA:		HABILIDAD DOCENTE: MOTIVACION								LUGAR:										
NOMBRE MAESTRO/FORMADOR OBSERVADO:										NOMBRE AUXILIAR INVESTIGADOR OBSERVADOR:										
INDICADORES	CRITERIOS A OBSERVAR																			
	TIPOS DE MOTIVACION								ESTRATEGIAS MOTIVACIONALES											
	INTERNAS				EXTERNAS				POSITIVAS				NEGATIVAS							
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
	Satisface las necesidades de movimiento, acordes con su nivel de desarrollo					ACTITUD DOCENTE Su presentación personal impacta en hábitos de pulcritud en sus estudiantes.					Trata a los niños participantes de la sesión con respeto y confianza					Emplea la censura en casos particulares como medio reflexivo de superación				
	Atiende los intereses y manifestaciones socioculturales en el desarrollo de la clase					Su expresión corporal permite una comunicación interactiva con el grupo					Explica en la parte introductoria la importancia del tema					Hace uso de penitencias o sanciones para estimular el rendimiento de los niños.				
	Maneja situaciones de incomodidad de los estudiantes por presiones sociales del grupo					El maestro/formador motiva con su actitud y ejemplo hacia el compromiso de desarrollo personal					Varias permanentemente actividades y utiliza diversas estrategias metodologías de trabajo en la sesión					Utiliza la evaluación como medio de presión para el desarrollo de la sesión				
	Incluye la evaluación como medio de motivación interna positiva y no como sanción					Permite ambientes de confianza y manejo de buenas relaciones interpersonales con los niños.					Emplea la práctica activa como estrategia motivacional en la clase					Emplea al castigo físico o psicológico con los niños participantes.				
	Satisface expectativas propuestas por los niños participantes.					AMBIENTES DE APRENDIZAJE Crea ambientes de aprendizaje adecuando espacios físicos con materiales didácticos					Presenta actividades variadas y novedosas para el desarrollo de la sesión.					Hace uso del chantaje o amenaza para la participación activa de la sesión.				
	Direcciona el desarrollo personal hacia metas según electividad en los niños, dentro y fuera de la sesión.					Los juegos y formas jugadas propuestas son estrategias motivacionales idóneas.					Participa en algunas actividades de la sesión interactuando con los niños participantes					Discrimina a algunos niños participantes por su género o dificultades de aprendizaje				
	Tiene en cuenta factores ambientales externos para desarrollar la sesión.					Tiene en cuenta las diferencias individuales en la adecuación de las actividades propuestas.					Dinamiza la clase implementando juegos y formas jugadas idóneas.					Condiciona a los niños en su participación en la sesión mediante estímulos externos				
	Identifica necesidades primarias (hambre, sed, cansancio) y como las maneja dentro la sesión.					Da importancia y trascendencia de lo realizado en la sesión como aporte para la vida.					Refuerza el aprendizaje mediante la aprobación gestual y verbal									

INVESTIGADORAUXILIAR OBSERVADOR

FECHA:				HABILIDAD DOCENTE: EVALUACIÓN										LUGAR:															
NOMBRE MAESTRO/FORMADOR OBSERVADO:										NOMBRE AUXILIAR INVESTIGADOR OBSERVADOR:																			
TIPO DE EVALUACIÓN INDICADORES	CUALITATIVO														CUANTITATIVO														
	PARTICIPACIÓN				DESEMPEÑO. MOTOR				ACTITUD				ACEPTACIÓN ACTIVIDAD					PRUEBAS				TEST				COMPROMISO. MOTOR			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	2	4	1	2	3	4	1	2	3	4
CONFIGURACIONES																													
EFFECTIVIDAD PRODUCTO - OBJETIVO																													
EFICACIA PRODUCTO - CONTENIDO																													
EFICIENCIA PRODUCTO - METODOLOGIA																													
EXPECTABILIDAD PRODUCTO - PROBLEMA																													
DIMENSIONES																													
PERTINENCIA OBJETIVO - CONTENIDO - PRODUCTO																													
OPTIMIZACIÓN OBJETIVO – METODO - RESULTADO																													
IMPACTO OBJETIVO- PROBLEMA - PRODUCTO																													

INVESTIGADORAUXILIAR OBSERVADOR

ANEXO 4.3 PLANILLA DE SEGUIMIENTO AL JUEGO MOTRIZ DIRIGIDO COMO HERRAMIENTA DE INTERACCIÓN PEDAGOGICA EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA IMPLEMENTADA EN EL CARD

MAESTRO/FORMADOR Y/O INVESTIGADOR _____					
DEPORTE _____					
CATEGORIA _____					
FECHA _____			HORA _____		
LUGAR DE PRÁCTICA _____					
CRITERIO	VALORACIÓN				
	5	4	3	2	1
El juego propicia el cumplimiento del objetivo(s) propuesto(s)					
El juego permite el cumplimiento de la prescripción dada					
El juego evidencia un compromiso motor mayor al de la cotidianidad					
El juego propicia el cumplimiento de las reglas establecidas favoreciendo el juego limpio.					
El juego cumple con los tiempos propuestos para la ejecución					
El juego cumple los tiempos de descanso establecidos					
En el desarrollo del juego se utilizan materiales llamativos e idóneos con las características del niño participante.					
En el desarrollo del juego se evidencia interés y participación por parte de los niños participantes					
El juego propicia la sociabilidad de los niños participantes					
En el desarrollo del juego se minimizan los niveles de riesgo para los niños participantes					
El grado de aceptación de la actividad					

INVESTIGADORAUXILIAR OBSERVADOR

ANEXO 4.4 FACTORES DE CONTROL

FACTORES DE CONTROL				
JUEGO #	FRECUENCIA CARDIACA	PERCEPCIÓN DEL ESFUERZO BORG	NIVEL EJECUCIÓN	NIVEL DE ACEPTACIÓN ACTIVIDAD
PROMEDIO				
PROMEDIO				
PROMEDIO				
PROMEDIO				
PROMEDIO				

DEPORTE _____ FECHA _____ INV. AUXILIAR _____