



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Carrera de Cultura Física

Elaboración de un programa lúdico de baloncesto, en la condición física,
técnica y psicológica, de niños de 10 a 12 años

Trabajo de titulación previo a la
obtención del título de Licenciado en
Ciencias de la Educación Cultura
Física

Autora:

Andrea Carolina Oñate Pico

CI: 0106862899

Correo electrónico: angie.caro9696@outlook.es

Tutor:

Mg. Jacinto Damián Quezada Andrade

CI: 0102420619

Cuenca, Ecuador

30-julio-2020



RESUMEN

Las actividades lúdicas son excelentes alternativas en relación a métodos tradicionales en la educación, ya que permiten trabajar diferentes habilidades y capacidades de los estudiantes, viabilizando su desarrollo en la etapa de iniciación deportiva, en este caso el baloncesto (Mendoza, 2012)

Para ello se ha buscado implementar un programa de aprendizaje de actividades lúdicas, el cual permita conocer los efectos físicos, técnicos y psicológicos en baloncesto en niños/as de 10 a 12 años del presente año lectivo.

Y aunque es evidente el escaso apoyo brindado a esta disciplina deportiva por parte de las autoridades, se pretende realizar un programa de actividades lúdicas, el cual tiene como objetivos hacer evidente los efectos físicos y técnicos, específicamente en la parte del dribling, lanzamientos y pases. Siendo una preocupación actual el hecho de poder proporcionar a las personas una manera diferente y divertida de aprender y practicar este deporte, teniendo en mente que los niños son nuestro futuro, y vincularlos con el ámbito deportivo lo más temprano posible, hará que de esta manera logren aprender en tolerancia, colaboración y solidaridad con otros.

Para ello se utilizará la batería de Test ALPHA-Fitness de alta prioridad, para evaluar la condición física relacionada con la salud en niños/as, mientras que, para las cualidades técnicas, como lo son el dribling, lanzamientos y pases, utilizaremos el Test Global de Rendimiento deportivo, por último, se aplicará el test SERVQUAL, para conocer el grado de satisfacción de los niños, con respecto al programa aplicado. Teniendo como resultados esperados que los programas lúdicos en esta disciplina deportiva trabajada, brindarán efectos notorios en las cualidades mencionadas anteriormente, a más de ello se hará evidente la necesidad de programas lúdicos los cuales masifiquen este deporte colectivo como lo es el baloncesto.

PALABRAS CLAVES: Actividades lúdicas. Baloncesto. Niños. Juegos. Mini-baloncesto.



ABSTRACT

The recreational activities are excellent alternatives in relation to traditional methods in education, since they allow students to work different skills and abilities, making possible their development in the stage of sports initiation, in this case basketball (Mendoza, 2012)

To this end, it has been sought to implement a program of learning of recreational activities, which allows to know the physical, technical and psychological effects in basketball in children from 10 to 12 years of the current school year.

And although it is evident the little support given to this sport discipline by the authorities, it is intended to carry out a program of recreational activities, which aims to make evident the physical and technical effects, specifically in the part of dribbling, launches and passes. Being a current concern being able to provide people with a different and fun way to learn and practice this sport, keeping in mind that children are our future, and linking them to the sports field as early as possible, will make this way manage to learn in tolerance, collaboration and solidarity with others.

For this, the high-priority ALPHA-Fitness Test battery will be used to evaluate the physical condition related to health in children, while, for the technical qualities, such as dribbling, launches and passes, we will use the Test Global Sports Performance, finally, the SERVQUAL test will be applied, to know the degree of satisfaction of children, with respect to the program applied. Having as expected results that the recreational programs in this sports discipline worked, will have noticeable effects on the qualities mentioned above, the need for recreational programs which massify this collective sport such as basketball is more evident.

KEY WORDS: Playful activities, basketball, children, games, mini-basketball.



INDICE DE CONTENIDOS

RESUMEN	2
ABSTRACT.....	3
DEDICATORIA	10
AGRADECIMIENTOS	10
INTRODUCCIÓN.....	11
ANTECEDENTES	12
PROBLEMA	13
JUSTIFICACIÓN	15
OBJETIVOS.....	17
OBJETIVO GENERAL.....	17
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	17
CAPÍTULO I	18
INTRODUCCIÓN	18
MARCO TEÓRICO.....	18
Historia del Baloncesto	22
El Mini básquet	24
Reglas del Mini-baloncesto	25
Técnica del baloncesto	26
CAPÍTULO II	28
MATERIAL Y MÉTODOS	28
Generalidades	28
Instrumentos.....	29
Procedimiento.....	29
Tabla 1.....	34
<i>Evaluación Test Piloto (Físico)</i>	34
Tabla 2.....	35
<i>Evaluación Test Piloto (Técnico)</i>	35



Tabla 3.....	36
<i>Cronograma de Actividades de Abril</i>	36
Tabla 4.....	36
<i>Cronograma de Actividades de Abril.</i>	36
Análisis Estadístico	37
Recursos.....	37
Institucionales	37
Humanos	37
Materiales	38
Presupuesto	38
Tabla 5.....	38
<i>Recursos Institucionales</i>	38
Tabla 6.....	39
<i>Recursos Humanos</i>	39
Tabla 6.....	39
<i>Recursos Materiales</i>	39
CAPÍTULO III	40
TABLA DE RESULTADOS.....	40
Tabla 7. BATERÍA ALPHA-FITNESS.....	41
<i>Resistencia física: Test Course –Navette</i>	41
Gráfico 1. Relación entre el Tiempo Inicial y Final	41
Tabla 8. BATERÍA ALPHA-FITNESS.....	42
<i>Velocidad y Agilidad 4x10m</i>	42
Gráfico 2. Tiempo Inicial de Velocidad y Agilidad	43
Gráfico 3. Tiempo Inicial de Velocidad y Agilidad	43
Tabla 9. BATERÍA ALPHA-FITNESS.....	43
<i>Test de Salto de Longitud</i>	43
Gráfico 4. Distancia de Salto	44
Tabla 10. TEST GLOBAL DE RENDIMIENTO DEPORTIVO	44
<i>Boteo</i>	44
Gráfico 6. Relación entre el Tiempo Inicial y Final de Boteo.....	45
Tabla 11. TEST GLOBAL DE RENDIMIENTO DEPORTIVO	45



<i>Pases</i>	45
Gráfico 7. Relación entre el Número Correcto e Incorrecto de Pases	46
Tabla 12. TEST GLOBAL DE RENDIMIENTO DEPORTIVO	46
<i>Lanzamiento</i>	46
Gráfico 8. Relación entre de Canastas Inicial y Final.....	47
Tabla 13. -TEST PSICOLÓGICO	48
<i>Nivel de satisfacción</i>	48
DIAGRAMA DE FLUJO 1	50
CAPÍTULO IV	51
CONCLUSIONES	51
RECOMENDACIONES.....	52
DISCUSIÓN	53
ANEXOS	56
Foto 1. Entrega de Consentimientos	65
Foto 2. Aplicación del Test Piloto ALPHA-Fitness (Resistencia)	65
Foto 3. Aplicación del Test Piloto ALPHA-Fitness (Velocidad)	66
Foto 4. Aplicación del Test Piloto ALPHA-Fitness (Salto)	66
Foto 5. Aplicación del Test Piloto de Rendimiento Global deportivo (Boteo)	67
Foto 7. Aplicación del Test Piloto de Rendimiento Global deportivo (Pases)	68
Foto 8. Aplicación del Test Piloto de Rendimiento Global deportivo (Lanzamiento)	68
Foto 9. Aplicación del Pre-Test ALPHA-Fitness (Resistencia).....	69
Foto 10. Aplicación del Pre-Test ALPHA-Fitness (Velocidad).....	69
Foto 11. Aplicación del Pre-Test ALPHA-Fitness (Salto).....	70
Foto 12. Aplicación del Pre-Test de Rendimiento Global deportivo (Boteo)	71
Foto 13. Aplicación del Pre-Test de Rendimiento Global deportivo (Pases).....	71
Foto 14. Aplicación del Pre-Test de Rendimiento Global deportivo (Lanzamiento)	72
Foto 15. Programa Lúdico (Calentamiento).....	73
Foto 16. Programa Lúdico (Lanzamiento).....	74
Foto 17. Programa Lúdico (Boteo).....	74
Foto 18. Programa Lúdico (Pases)	75
Foto 19. Programa Lúdico (Pases)	76
Foto 20. Aplicación del Pos-Test ALPHA-Fitness (Resistencia).....	76



Foto 21. Aplicación del Pos-Test ALPHA-Fitness (Velocidad).....	77
Foto 22. Aplicación del Pos-Test ALPHA-Fitness (Velocidad).....	78
Foto 23. Aplicación del Pos-Test ALPHA-Fitness (Salto)	78
Foto 24. Aplicación del Pos-Test de Rendimiento Global deportivo (Boteo).....	79
Foto 25. Aplicación del Pos-Test de Rendimiento Global deportivo (Pases)	79
Foto 26. Aplicación del Pos-Test de Rendimiento Global deportivo (Lanzamiento)	80
Foto 27. Aplicación del Test SERVQUAL (Nivel de satisfacción del Programa Lúdico)	81
Foto 28. Aplicación del Test SERVQUAL (Nivel de satisfacción del Programa Lúdico)	81
Tabla 20.....	82
<i>Cronograma de Actividades</i>	82
Referencias bibliográficas:	85



Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

Andrea Carolina Oñate Pico en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Elaboración de un programa lúdico de baloncesto, en la condición física, técnica y psicológica, de niños de 10 a 12 años", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 30 de julio del 2020

Andrea Carolina Oñate Pico

C.I: 0106862899



Cláusula de Propiedad Intelectual

Andrea Carolina Oñate Pico autor/a del trabajo de titulación "Elaboración de un programa lúdico de baloncesto en la condición física, técnica y psicológica, de niños de 10 a 12 años", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 30 de julio del 2020

Andrea Carolina Oñate Pico

C.I: 0106862899



DEDICATORIA

A Dios por ser mi mayor fuente de inspiración y que todo lo que haga me permita poner en alto su nombre.

AGRADECIMIENTOS

A mi familia, por amarme, apoyarme y creer en mí incluso cuando yo había dejado de hacerlo, son el motor que me mueve cada día a ser la mejor versión de mi misma.

A mi futuro esposo, por ser la persona que me hace sentir frágilmente invencible y quien me ayuda a creer que todo con la ayuda de Dios es posible.



INTRODUCCIÓN

El baloncesto infantil brinda a los niños una experiencia diferente y enriquecedora, con la cual les prepara para un largo camino en este deporte. Basado en principios educativos firmes que otorgan a los niños las oportunidades para su desarrollo integral en el ámbito físico, intelectual, emocional y social (Vélez, y otros, 2015)

La importancia de que los niños vivan diferentes experiencias respetando sus necesidades como individuos, siendo la competencia un atractivo al realizar cualquier tipo de juegos, es imperativo recalcar que cada niño tiene la oportunidad de mejorar y explotar sus capacidades y potencialidades al máximo, enriqueciendo su nivel de juego y destrezas, como la forma más importante en las que obtienen conocimientos y competencias esenciales (Brey, 2016)

Las actividades lúdicas son excelentes alternativas en relación a métodos tradicionales en la educación, ya que permiten trabajar diferentes habilidades y capacidades de los niños, viabilizando su desarrollo en la etapa de iniciación deportiva, en este caso el baloncesto. Los niños a edades tempranas aprenden de manera teórica-demostrativa mediante ejemplos, el baloncesto brinda el desarrollo de trabajo en grupo y la solidaridad entre compañeros, es decir valores indispensables en la formación integral de los niños, también el conocimiento de su cuerpo en cuanto a su fisiología y morfología, las articulaciones y extremidades, optimiza la salud y agilidad mental, el aseo personal, entre otros (Mendoza, 2012)

Teniendo en cuenta la realidad actual de nuestro medio, el hecho de poder proporcionar a las personas una manera diferente y divertida de aprender y practicar este deporte, pensando en que los niños son el futuro, y el vincularlos con el ámbito deportivo lo más temprano posible, hará que de esta manera logren aprender en tolerancia, colaboración y solidaridad con otros.



ANTECEDENTES

El baloncesto es el deporte menos difundido en nuestra provincia, ya sea por la forma que se realiza el proceso de enseñanza – aprendizaje, los métodos utilizados o la falta de apoyo, como sostiene, Patricia Pinos, entrenadora del equipo con mayores triunfos en los intercolegiales de baloncesto: “Muchos establecimientos, principalmente fiscales han dejado de participar en los últimos años. Pasa quizás por el poco apoyo de las autoridades al baloncesto”. Lamentablemente, dijo, no hay muchos torneos en la provincia más que el Interescolar e Intercolegial, organizados por la Federación Deportiva Estudiantil del Azuay, lo que les obliga a salir de la provincia para jugar otros campeonatos. “Esos compromisos no alcanzan, a pesar de que permanentemente buscamos partidos amistosos...” (JMB, 2018)

Sabiendo que el baloncesto siempre se ha caracterizado por ser un deporte colectivo y abierto a innovaciones que lo mejoren como juego, deporte y espectáculo (Torrano & Turró Ortega, 2012), que a más de entretenernos nos ayuda en el desarrollo físico, cognitivo y social, es por ello que el presente trabajo trata sobre el análisis de los efectos físicos y técnicos que se puedan dar en niños de 10 a 12 años, mediante un programa de aprendizaje de actividades lúdicas en el baloncesto.

Algunos estudios recientes han permitido demostrar empíricamente la mejora de habilidades cognitivas y de percepción, concretamente en la búsqueda visual y memoria espacial: “Los juegos que suponen la búsqueda y otras estrategias de combinación de objetos mejoraron la búsqueda visual y la memoria espacial de los participantes” (Gértrudix F & Gértrudix M, 2013). Otorgando al juego un lugar privilegiado en la educación de los niños, permitiéndoles vivir una infancia que sea llena de sueños, proyectos, logros y con toda la vitalidad del juego, al cual está vinculado el mini baloncesto, al permitir la interiorización de los movimientos básicos a través del juego (Cardinal & Duran, 2014)

Siendo el baloncesto un deporte colectivo de agrado para los niños que quisieron formar parte, porque a más de ser una práctica física, se puede convertir en un hábito muy saludable, ya que la salud es uno de los aspectos de mayor desarrollo el cual mejora a través



de la práctica del baloncesto (Blotta, Facultad de Derecho Universidad de Buenos Aires, 2017)

PROBLEMA

En la actualidad, es evidente la disminución del desarrollo del baloncesto de nuestra provincia, sabiendo que, es un deporte basado en principios de juego sencillos y exigencias físicas y técnicas entendibles por los estudiantes, que deben adaptar el ámbito lúdico a las tareas de aprendizaje; evidenciando que los docentes no desarrollan de una manera diferente y divertida la competencia motriz, siendo este uno de los problemas que aqueja a nuestras instituciones educativas evitando así, que se garantice la consecución de todos los beneficios que brinda (Timón, Luis; Hormigo, Fran, 2010).

Esto se da, debido a la forma en la que se realiza el proceso de enseñanza – aprendizaje, los métodos utilizados, la falta de apoyo y los escasos campeonatos que se realizan; a más de la práctica del baloncesto sin la utilización de actividades lúdicas como estrategia, en función de las edades y nivel de aprendizaje de los niños, ocasionando pérdida de interés y limitando la participación de los mismos.

Por esta razón la elaboración y difusión de la propuesta del programa lúdico en baloncesto, apunta a conocer los efectos en el rendimiento físico, técnico y psicológico (satisfacción) de los estudiantes, con la implementación de un recurso didáctico para el aprendizaje de esta disciplina deportiva, mediante el juego. Desarrollando también los elementos básicos del baloncesto que es lo que proponemos, ya que como se evidenció en el Test Piloto existió una falencia en la parte física y técnica, de acuerdo a la Tabla 2 que se encuentra en el capítulo II, ya que todas las personas que quieran practicar este deporte requieren de elementos básicos los cuales faciliten su aprendizaje y práctica (Fernández Patricia, 2018). Recalcando la importancia que tiene la educación integral y más aún el aprendizaje de un deporte, teniendo en cuenta que el sector beneficiado es la “Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle”, en la que se va aplicar, sabiendo que el juego posee características que lo convierten en un elemento con gran potencial educativo.



Por otra parte, la actividad lúdica en el ámbito educativo ha sido escasa y notable durante muchos años, por diferentes factores, los cuales han sido influencia negativa; pudiendo resaltar entre ellos, la falta de conocimiento de los beneficios que brinda y de lo ligadas que están a la educación como nos indica (Timón & Hormigo, 2010, pág. 50) ”La utilización del aprendizaje lúdico usando como recursos didácticos o estrategia metodología para el aprendizaje de otros contenidos educativos ha mostrado su eficiencia a lo largo de los años”.



JUSTIFICACIÓN

El juego en la educación constituye una actividad inherente del ser humano, por ello el aporte que brinda al proceso educativo es necesario, importante y muy valioso, sobre todo si se incluye al deporte como estrategia de aprendizaje (Herrera & Hernández Barbosa, 2014)

En la iniciación a cualquier deporte, es imprescindible el componente lúdico como elemento motivante en las primeras etapas del aprendizaje (Pareja y Herrador, 2008). Por este motivo se tomó juegos populares los cuales se adaptaron al baloncesto, para la realización del programa lúdico, ya que según Lavega y Olaso (2003) un juego popular representaría aquella práctica lúdica que es muy conocida o está muy extendida en una comunidad, con el fin de mejorar los fundamentos técnicos en el baloncesto, de manera global (Sixto, 2010)

Las personas que practiquen el baloncesto recibirán varios beneficios, de manera directa, empezando por ser una de las formas más divertidas y eficaces de realizar ejercicio, permitiendo mantenerse en forma con respecto a la capacidad aerobia, la intensidad que se provoca en el juego, trabajando tanto el tren superior como inferior; a más de ello entra el componente cognitivo, por el mismo hecho de tener que tomar decisiones de manera rápida, en situaciones reales que el juego amerita, mejorando también las habilidades motoras, entre otras cosas, es decir creemos, la aplicación del programa lúdico beneficiará en varios ámbitos a la población, en este caso niños y niñas de 10 a 12 años, que son estudiantes de la “Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle”. Utilizando la técnica de muestreo no probabilístico, específicamente por conglomerado y conveniencia, ya que ha sido este grupo de niños/as a los cuales hemos tenido acceso.

También desarrollando los elementos básicos del baloncesto que es lo que proponemos, ya que como se evidencia en el Test Piloto existió una falencia en la parte física



y técnica, de acuerdo a la Tabla 1 y 2 que se encuentra en el capítulo II, ya que todas las personas que quieran practicar este deporte requieren de elementos básicos los cuales faciliten su aprendizaje y práctica (Fernández Patricia, 2018).

Mientras que en la parte psicológica se planteó el test con el fin de conocer el nivel de satisfacción del programa aplicado, debido a que se encontró al baloncesto en el top 5 de los deportes practicados en el país, a más de existen varias razones por las cuales lo practican, como: gusto, satisfacción, salud, entre otras características, siendo beneficiario para los que lo practican (Ecuador, 2012)

Es importante mencionar que el deporte en el Azuay, inicia de la misma forma que se programó el arranque del campeonato escolar de atletismo en pista, confirmó Diego Espinoza, coordinador de la Federación Deportiva Estudiantil del Azuay. “De a poco se va normalizando el deporte estudiantil. Las finales de ecuavóley, el inicio del baloncesto y del atletismo”, explicó. Ya que por el escaso número de equipos que participan, la práctica deportiva disminuye (De a poco se normaliza el deporte estudiantil, 2018)



OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Elaborar un programa lúdico con el fin de desarrollar la condición física, técnica y psicológica (satisfacción) en el baloncesto en niños de 10 a 12 años de la “Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle”, año lectivo 2018 – 2019.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Evaluar el nivel de actividad física en niños de 10 a 12 años, mediante el Test ALPHA-Fitness.

Evaluar el nivel técnico en niños de 10 a 12 años, mediante el Test de destreza deportiva.

Evaluar el nivel de satisfacción que brinda la aplicación del programa lúdico, en niños de 10 a 12 años, mediante el Test SERVQUAL



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Este capítulo presenta un breve resumen sobre el origen e historia del baloncesto y mini-baloncesto, además su desarrollo en la ciudad de Cuenca, su masificación e influencia ejercida en los niños a través de esta disciplina deportiva.

Este deporte ha logrado expandirse de manera progresiva con el paso del tiempo, y es de nuestro interés conocer los efectos que producen en los niños, en el desarrollo de su cualidades físicas, técnicas y psicológicas.

Lo primordial es evaluar esas condiciones de cada niño en su etapa escolar, para en base a ello iniciar con el Programa Lúdico basado en esta disciplina deportiva, posibilitando un desarrollo equilibrado e integral tanto de la parte técnica como física en cada niño, sin dejar de lado la psicológica.

MARCO TEÓRICO

El deporte en este caso el baloncesto, no se ha difundido con gran rapidez, en nuestra provincia, ya sea por la forma que se realiza el proceso de enseñanza – aprendizaje, los métodos utilizados o la falta de apoyo, como sostiene, Patricia Pinos, entrenadora del equipo con mayores triunfos en los intercolegiales de baloncesto menciona: “Muchos establecimientos, principalmente fiscales han dejado de participar en los últimos años. Pasa quizás por el poco apoyo de las autoridades al baloncesto”. Lamentablemente, dijo, no hay muchos torneos en la provincia más que el Interescolar e Intercolegial, organizados por la Federación Deportiva Estudiantil del Azuay (FDEA), lo que les obliga a salir de la provincia



para jugar otros campeonatos. “Esos compromisos no alcanzan, a pesar de que permanentemente buscamos partidos amistosos...” (JMB, 2018)

Sabiendo que el baloncesto siempre se ha caracterizado por ser un deporte colectivo y abierto a innovaciones que hagan mejorarlo como juego, como deporte y como espectáculo. A más de ser una buena forma de entretenernos nos ayuda en el desarrollo físico, cognitivo y social, es por ello que el presente trabajo trata sobre el análisis de los efectos físicos y técnicos que se puedan dar en niños de 10 a 12 años, mediante un programa de aprendizaje de actividades lúdicas en el baloncesto.

Algunos estudios recientes han permitido demostrar empíricamente la mejora de habilidades cognitivas y de percepción, concretamente en la búsqueda visual y memoria espacial: “Los juegos que suponen la búsqueda y otras estrategias de combinación de objetos mejoraron la búsqueda visual y la memoria espacial de los participantes” (Gértrudix F & Gértrudix M, 2013). Porque desde que se fundó el jardín de niños se ha tomado como premisa, que el juego tiene gran importancia en la labor educativa, siendo el centro de interés y estado de actividad propia del niño.

Siendo el baloncesto un deporte colectivo de agrado para los niños, y del cual quisieran formar parte, porque a más de ser una práctica física se puede convertir en un hábito muy saludable para los niños que lo realizan, ya que la salud es uno de los aspectos de mayor desarrollo y es aquello que mejora a través de la práctica del baloncesto, el cual debe realizarse de manera correcta, guiado por personas competentes y con amplios conocimientos sobre el tema, caso contrario aumentará el riesgo de los efectos perjudiciales en vez de sumar beneficios. Teniendo en cuenta que este deporte ayuda al niño a cumplir compromisos con él mismo y con los demás, desarrollando la perseverancia, realizando su máximo esfuerzo, a través del cual logre asumir responsabilidades individuales y también aquellas que beneficien al equipo.



Aunque no se han encontrado gran cantidad de estudios sobre la manera de trabajar con programas lúdicos de baloncesto en niños, podemos acotar que existen algunos trabajos los cuales hemos tomado en cuenta porque se relacionan y de alguna manera contribuyen con este proyecto.

En Chaco, se ha realizado un estudio sobre “El baloncesto y su influencia en el desarrollo de la psicomotricidad en los niños del quinto año de educación básica de la escuela fiscal mixta napo del cantón el chaco, en el periodo septiembre 2011 febrero 2012”, Los docentes son las personas preparadas cognitiva, psicológica y científicamente para formar estudiantes con alto potencial, capaces de construir sus propios conocimientos, por ello, deben actualizarse y estar hábiles para asumir los cambios que la educación exige, siendo hoy en día primordial una capacitación tecnológica y pedagógica que la aplique dentro de la enseñanza. La psicomotricidad es una parte muy importante no solo para el desarrollo cognitivo del niño sino en el área social, personal y psicológica, por lo que se debe desarrollar de una manera equilibrada en cada aspecto. Por esto, se considera importante encontrar una manera entretenida de hacerlo, que mejor que combinándolo con una actividad física, que no solo ayude a desarrollar la psicomotricidad, sino que además permita desarrollar ciertas capacidades físicas básicas como coordinación y flexibilidad (Villacís P, 2012).

A más de ello podemos mencionar que en Santa Elena, se realizó un estudio titulado “Estrategia metodológica para la masificación del baloncesto en la categoría de 8 – 12 años en los niños de la comunidad José Luis Tamayo (muey) del cantón salinas, provincia de Santa Elena, en el año 2012”, que está relacionado con este tema porque busca de una manera sencilla y dinámica que el baloncesto se masifique, por los beneficios que puede causar en quienes lo practican, en este caso los niños (Villón M & Chica P, 2013).

Otro estudio realizado en España, el cual parte del estudio en profundidad de las características del niño/a, de los modelos alternativos en la enseñanza de los deportes basadas en el Constructivismo y de la experiencia obtenida durante veinte años de entrenamiento y de esfuerzo por mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje, en el Club Polideportivo La



Roda (sección de Baloncesto), dotando de mayor calidad a las programaciones por categoría. Todo ello, con la intención de formar a jugadores inteligentes con buenos conocimientos deportivos y a sabios espectadores en personas (González Víllora, 2007).

En Cuba se realizó un estudio, basado en una Alternativa Lúdica de Baloncesto dirigida al mejoramiento de la oferta físico recreativa en la comunidad, que responde a la necesidad de incrementar la consistencia en la asistencia a las actividades recreativas durante el tiempo libre de las personas (Fernández M, 2017).

Por último, este estudio titulado: “Actividades lúdicas deportivas para mejorar la utilización de extremidades superiores en atletas de mini-baloncesto 9-10 años del Club Marino”, con la finalidad de desarrollar el dominio y manejo de las extremidades superiores en los niños/as, debido a que no existía ningún tipo de antecedente de estudio en el Club, que haga referencia a actividades lúdicas deportivas (Quiñonez M, 2017).

En 2011, una investigación realizada por científicos del Center for Neural Computation y el Edmond and Lily Safra Center for Brain Sciences de Israel mostró cómo actuaba la mente de estos deportistas. Y es que no sólo la genética, la física o las matemáticas influyen en la cancha. La psicología también tiene un peso importante en un simple partido de baloncesto. El éxito en los lanzamientos determina la conducta de los jugadores (Bernardo A, 2014).

Es de conocimiento general que la adquisición y fomentación de los buenos hábitos desde una edad temprana, como es la práctica del deporte, los hábitos alimenticios, de higiene y de lectura, entre otros; influyen directamente en el bienestar del ser humano mejorando la calidad de vida. Además, aportan técnicas de mejoramiento en la convivencia familiar y grupal permitiendo la apertura de nuevas vías para disfrutar del tiempo libre. Los hábitos y prácticas preservan la salud compatibilizando con la realidad social y económica donde se desenvuelve el individuo; la adopción de buenas prácticas y hábitos y, la habituación de al



menos uno de ellos, deben ser incorporadas a los usos y costumbres de toda persona en su vida diaria (INEC, 2010).

Por ello, finalmente se puede evidenciar que en el baloncesto, la aplicación de programas que contengan actividades lúdicas como los mencionados y analizados anteriormente, proporcionan una cantidad de efectos beneficiosos en la parte física, psíquica y social, lo cual permite un desarrollo integral en quien lo practica en este caso los niños, es por eso que teniendo en cuenta el contexto y la población a la cual se le aplica, se considera de gran importancia la implementación de esta propuesta de un programa de actividades lúdicas en este deporte tan completo como lo es el baloncesto, tomando como referencia los antes ya aplicados y los buenos resultados obtenidos.

Historia del Baloncesto

El baloncesto se considera uno de los juegos más antiguos existentes en la a Tierra, el Tlachtli, Taladzi o pok-ta-pok. Siendo practicados por los mayas, indígenas americanos precolombinos, el cual consistía en una práctica religiosa, en la que los que participaban se enfrentaban a la muerte. Con algunas diferencias en relación al baloncesto, ya que la superficie del terreno de juego era rectangular y con muros verticales, en la mitad había un aro de piedra, donde se debía introducir una bola maciza de caucho de 12cm de diámetro, que tenía que ser goleada únicamente con los muslos y la cadera, el primer equipo que lo lograra, era el ganador (Catellanos, 2012)

Continuando con la historia en 1891 nace el Baloncesto en Springfield Massachusetts, siendo su padre James Naismith, luego en 1896 se practica por primera vez en una nación latinoamericana, específicamente en Brasil, además en 1900- 1910, el baloncesto fue



instruido por los norteamericanos de la Compañía South American Development Company (SADCO), en la Provincia de El Oro –Ecuador.

Después en 1929 George Capwell, estadounidense impulsó este deporte en Guayaquil al fundar el club Emelec, mientras que, en la ciudad de Cuenca, nació en 1930, “al inicio era un deporte con técnicas y tácticas antiguas y monótonas, pero fue el Hermano Federico Falconí Dillón, fue quién lo renovó con visiones activas y modernas, llegando a esta ciudad en 1953 como profesor de Castellano y Literatura del colegio Hermano Miguel. Senda Berenson fue la iniciadora en 1892, conocida como la madre del baloncesto femenino, por su contribución a la difusión y desarrollo del mismo (Quezada, 2009)

En 1932 se crea la FIBA, siendo importante mencionar que en el mismo año Nelson A. Pons habiendo sido seleccionado de baloncesto del Colegio Juan Montalvo, decide impartir esta disciplina en Cuenca, empezando por los fundamentos teóricos y prácticos de este deporte, para luego construir la primera cancha de baloncesto, en donde podría salir a la luz este nuevo deporte. Afirmando que Nelson A. Pons fue el primero en fomentar la práctica del baloncesto en la juventud del Azuay.

Luego de haber equipos ya organizados se realiza el primer campeonato en 1935, quedando campeón el Benigno Malo. Posteriormente se elabora una comisión en beneficio de este deporte, iniciando Nelson A. Pons el primer equipo femenino, que, a pesar de la polémica en esa época, el baloncesto avanzó (Jaramillo, 1982)

Ya que para el año 1938 se jugó el primer torneo de baloncesto nacional masculino, en Guayaquil-Ecuador, después de esto en 1950 ingresa Ecuador a la FIBA y en el mismo año el Ecuador participa en el primer Campeonato Mundial de Baloncesto masculino, en el Luna Park de Buenos Aires Argentina, y que para 1957 se realizó el primer torneo nacional



femenino. Continuando en 1960-2013 con los torneos nacionales por categoría. Finalmente, del 2014 al 2016, la Federación Ecuatoriana de Baloncesto motiva la participación de cientos de deportistas mediante la organización de torneos nacionales abiertos desde mini-baloncesto hasta sub 17 (Rodríguez, 2009)

El Mini básquet

Los niños quieren divertirse, desarrollar sus habilidades y practicar un deporte de su preferencia, por ello buscando un pasatiempo para los niños, en los años 50, Jay Archer, (1922 Scranton, Pennsylvania); crea el BIDDY-BASKET, como adaptación del Basquetbol para jugadores de la segunda infancia. El nombre BIDDY, surgió de un capricho de su hija la cual buscaba una distracción de sus tareas escolares (GILCARVEL, 2008)

El mini básquet se ha desarrollado por más de 30 años, iniciando con su primer torneo Interescolar en los años 70, llevados a cabo por la Unidad de Educación Física responsable en ese tiempo, en donde participaron 8 escuelas, 4 masculinas y 4 femeninas, quedando campeón la escuela Honorato Vásquez y Tres de Noviembre, realizando los partidos en las canchas del colegio Febres Cordero (Quezada, 2009)

Este deporte abarca a todos los practicantes de edades comprendidas entre los 8 y 12 años y su objetivo principal, más allá de la competitividad, será la enseñanza y pedagogía tanto individual como colectiva de esta disciplina deportiva. Sus reglas son parecidas a las del baloncesto, pero con algunas diferencias, tales como la dimensión del terreno de juego, el tamaño y peso del balón, la altura de las canastas, el reglamento, el tiempo de juego, con el fin de trabajar con los niños generando una idea de diversión y disfrute para el logro de aprendizajes, utilizando elementos técnicos y las reglas básicas de juego los cuales puedan comprenderlos y aplicarlos (Guillén, 2010)



Reglas del Mini-baloncesto

Considerando el mini-baloncesto como la base y el futuro del baloncesto en cada país, es necesario conocer su reglamento, y tener claro que su objetivo principal está dirigido a niños/as para motivarlos a la práctica de esta disciplina deportiva desde temprana edad.

La federación internacional de baloncesto indica que las reglas del mini-baloncesto son: El juego se puede dar un 1 vs. 1 ó 2 vs. 2 en una zona de juego improvisada. Un 3 vs. 3 prácticas o competencia en un salón escolar o de deportes. Finalmente, un juego entre dos equipos escolares 5 vs. 5. El tamaño estándar de la cancha es de 28 metros de largo por 15 metros de ancho. La línea de tiro libre este a 4.00 m del tablero, y no hay necesidad de una línea de 3 puntos porque no hay puntos de ese valor en el mini-baloncesto. Los cestos comprenderán de aros y de redes. 2.65 m para niños de 8 a 11 años, 3.05 m sobre el piso para niños/as de 12 a 13 años de edad. Se utilizan Mini-balones, niños/as de 8 a 11 años de edad, utilizan un balón de tamaño # 5, mientras que los niños/as de 12 y 13 años de edad están en una etapa de transición y pueden competir con las mismas reglas para mayores, pero se recomienda que jueguen con el balón # 5. También es necesario utilizar cronómetros, para tomar el tiempo de los periodos de juego y los intervalos entre ellos y la Planilla Oficial de juego, está conformada por tablillas numeradas del 1 al 6 para indicar las faltas cometidas por un jugador (Américas, 2010)

Finalmente, es importante indicar que cuando los niños están listos, se aplicarán las siguientes reglas básicas:

- a) Para ganar el juego, deben anotar más canastas que sus adversarios.
- b) Necesitan mantenerse dentro del área de juego, por ende, también al balón.
- c) No se puede caminar o correr mientras tienen el balón solamente botear para poder desplazarse.



- d) No podrán botear con ambas manos al mismo tiempo o botear nuevamente después de sujetar el balón.
- e) No se podrá tener contacto injusto con el adversario (Américas, 2010)

Técnica del baloncesto

La fundamentación técnica es un proceso de enseñanza y educación para el dominio de los movimientos ofensivos y defensivos, y su correcta aplicación en el juego del baloncesto. La técnica en el baloncesto se divide en dos partes: **ofensiva y defensiva** (Vargas, 2017)

La técnica ofensiva, se divide en técnica de los desplazamientos ofensivos y técnica del dominio del balón.

Boteo: El jugador empuja el balón contra el suelo usando la yema de los dedos retornando a su mano.

- **De control:** El jugador manda un bote alto y fuerte a la altura del jugador, al no existir presión defensiva.
- **De protección:** El jugador puede botar protegiendo el balón con el cuerpo, y el brazo contrario para mantenerse separado de la ofensiva, dando botes bajos para dificultar el llegar a robarlo.
- **En velocidad:** En carrera y con espacio por delante, el jugador bota el balón ligeramente hacia delante para correr con más velocidad.

Pases: Es la acción por la cual los jugadores de un mismo equipo intercambian el balón. Existen diversos tipos de pases como:

- **De pecho:** sacando el balón desde la altura del pecho y llegar al receptor a la misma altura aproximadamente. La trayectoria debe ser lo más recta posible.



- **Picado o de pique:** Se lanza el balón hacia el suelo rebotándolo antes de ser recibido para dificultar que el equipo contrario pueda cortar la jugada y sea más sencillo recibir el pase.
- **Por detrás de la espalda:** Como su nombre indica, es un pase efectuado por detrás de la espalda, con la mano contraria al lugar en el que se encuentra el futuro receptor.
- **Por encima de la cabeza:** Se efectúa lanzando el balón desde encima de la cabeza fuertemente y con las dos manos (Gutierrez, 2018)

Lanzamientos: Para realizar el tiro al aro, primero se debe tener una correcta colocación de las plantas de los pies, y posición adelantada con el mismo pie de la mano de lanzamiento, en posición semiflexionada. Luego agarrar del balón y función de las manos. En la colocación de la mano de lanzamiento. La colocación de la mano de apoyo en el agarre lateral, el centro de la palma de la mano de apoyo encima del eje horizontal del balón, toma de posición de triple amenaza. La mano con el balón se desvía hacia el hombro de la mano de lanzamiento. El balón se sitúa al nivel de la barbilla y se enfoca la visión hacia el aro. Finalmente, el ascenso del balón encima de la cabeza. El balón se lleva verticalmente encima de la cabeza con las dos manos y se ejecuta el lanzamiento del balón hacia el aro, estirando tobillos, rodillas y articulación coxofemoral y se separa la mano de apoyo del balón, simultáneamente, se extienden el antebrazo, el brazo, la muñeca y los dedos hacia arriba, conduciendo el balón hacia el centro del aro. Se finaliza el movimiento en posición empinada (Vargas, 2017)

La técnica defensiva, los jugadores realizan desplazamientos defensivos e intentan apoderarse del balón y se oponen a las acciones ofensivas (Vargas, 2017)



CAPÍTULO II

MATERIAL Y MÉTODOS

Este capítulo trata sobre el manejo de materiales, método pedagógico y didáctico del programa lúdico, que sirven para la aplicación de juegos orientados al baloncesto específicamente: pases – lanzamiento – boteo.

La aplicación del programa lúdico propone una variedad de alternativas, que permitan un aprendizaje e interiorización la disciplina, importante para el desarrollo integral del niño, en relación a la parte cognitiva, afectiva y psicomotora.

Lo necesario es conocer el material y métodos a utilizar, con los cuales se va evaluar las condiciones físicas, técnicas y psicológicas de cada niño en su etapa escolar, en base al Programa Lúdico por medio del baloncesto.

Generalidades

El estudio se desarrolló con niños y niñas de 10 a 12 años, que son estudiantes de la “Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle”. El método utilizado fue el mixto exploratorio, ya que este tipo de estudio permite al investigador la combinación de técnicas



de investigación, métodos, enfoques, conceptos cuantitativos o cualitativos, abarcando: el planteamiento del problema, la recogida-análisis de datos y la interpretación de resultados conjuntamente con el informe final (Balcells & Anguera Argilaga, 2013, págs. 31-32), utilizando la técnica de muestreo no probabilístico, específicamente por conglomerado y conveniencia (Otzen & Manterola, 2017) ya que ha sido este grupo de niños/as al que hemos tenido acceso, además que, existen artículos que avalan la importancia de esta edad en la iniciación, aprendizaje y aplicación del baloncesto, basados en los métodos de enseñanza-aprendizaje (Huala, 2015), luego de haber elaborado y entregado la carta de consentimiento para que formen parte de este programa lúdico, participando específicamente 24 niños, a los cuales se codificarán los nombres con el fin de mantener la privacidad de la información adquirida durante este proceso.

Instrumentos

- La Batería ALPHA-Fitness de alta prioridad, que Incluye Resistencia Física, Velocidad y Salto, en el área física (Ruiz, y otros, 2011)
- El Test de Destreza Deportiva, relacionado con los aspectos técnicos correspondientes a: Dribbling, Lanzamientos y Pases (L, 2006)
- Tanto en la Batería ALPHA-Fitness de alta prioridad, como en El Test de Rendimiento Global deportivo, no se incluirán anexos, ya que son netamente prácticos.
- Para el aspecto psicológico se aplicará el Modelo SERVQUAL, elaborado por Zeithaml, Parasuraman y Berry, que tiene como propósito conocer el nivel de satisfacción con respecto al servicio al cliente, por ello se lo ha adaptado al ámbito deportivo para conocer el nivel de satisfacción de los niños con respecto al programa de actividades lúdicas, en el baloncesto (Zeithaml, 1988)

Procedimiento

Para la elaboración del programa lúdico se tomó juegos populares los cuales se adaptaron al baloncesto, ya que según Lavega y Olaso (2003) un juego popular representaría



aquella práctica lúdica que es muy conocida o está muy extendida en una comunidad, con el fin de mejorar los fundamentos técnicos en el baloncesto, de manera global (Sixto, 2010)

Teniendo en cuenta que se notaba una deficiencia a través del Test Piloto en la parte técnica, se realizó el juego del “Gallito”. Recordando que, la técnica en el baloncesto se divide en dos partes: ofensiva y defensiva y la técnica ofensiva se divide en técnica de los desplazamientos ofensivos y el dominio del balón (Vargas, 2017) que es lo que se trabajó a través de los pases en este juego. Considerando los resultados del test piloto, lo que se quería evaluar, la cantidad de niños y recursos con los que se contaba, para la realización del programa lúdico.

Por ejemplo:

Juego popular: “Gallinita ciega”, Los participantes deberán elegir quién es el primero en comenzar. El elegido/a tendrá que taparse los ojos con una prenda y dar vueltas sobre sí mismo, para finalmente capturar al resto de sus amigos (Oliver, 2017)

Juego modificado: “Gallito”, Los niños forman grupos de 3 personas, ubicados en línea, las personas 1 y 3, realizarán un pase, ya sea sobre la cabeza, de pecho o de pique, en tanto el numero 2 deberá robar el balón.

Mientras que, otros juegos fueron basados en el documento de efdeportes, “Juegos populares adaptados al baloncesto”, modificando algunas acciones y en algunas ocasiones los nombres, los cuales sean más familiares para los niños.

Por ejemplo:

Juego popular: “Quemaditas”, es un juego en el que dos equipos deberán lanzarse el balón mutuamente para intentar eliminar a los jugadores del equipo contrario (Freitas, 2013)

Juego modificado: “Comecocos”, Todos los jugadores con balón, jugaremos por la mitad del campo, un jugador será el que la queda y tendrá que intentar coger a otro para que este la quede, los jugadores solo podrán desplazarse por encima de las líneas del campo y sin salirse de la dirección de estas (Sixto, 2010)



Se realizó la entrega de los consentimientos informados para contar con la autorización de los padres y poder proseguir primeramente con la evaluación piloto, tanto en el ámbito físico como técnico, para conocer el tiempo y materiales necesarios para la evaluación inicial de los mismos.

Después se procedió a aplicar los pre-test que son: Batería ALPHA-Fitness de alta prioridad, en este caso para la Resistencia Física se utilizará, el Test de Course – Navette, que es una prueba creada en la que el sujeto va desplazándose de un punto a otro situado a 20 metros de distancia, realizando un cambio de sentido al ritmo indicado por una señal sonora que va acelerándose progresivamente.

Luego para la velocidad se utilizó el test de Velocidad y Agilidad 4x10m, que son dos líneas paralelas se dibujarán en el suelo (con cintas) a 10 metros de distancia. En la línea de salida hay una esponja (B) y en la línea opuesta hay dos esponjas (A,C).

Cuando se indique la salida, el niño/a (sin esponja) correrá lo más rápido posible a la otra línea y volverá a la línea de salida con la esponja (A), cruzando ambas líneas con los dos pies. La esponja (A) se cambiará por la esponja B en la línea de salida. Luego, irá corriendo lo más rápido posible a la línea opuesta, cambiará la esponja B por la esponja C y volverá corriendo a la línea de salida.

Y por último el Test de Salto de Longitud con pies juntos, el alumno/a se colocará de pie tras la línea de salto, y con una separación de pies igual a la anchura de sus hombros. Doblará las rodillas con los brazos delante del cuerpo y paralelo al suelo. Desde esa posición balanceará los brazos, empujará con fuerza y saltará lo más lejos posible. Tomará contacto con el suelo con los dos pies simultáneamente y en posición vertical.

Para evaluar la Condición Técnica, se utilizará, el Test Global de Rendimiento deportivo, realizando el recorrido técnico que incluirá

1º.- Bote de balón con cambios de dirección.



- 2°.- Bote de balón con cambios de ritmo.
- 3°.- Bote de balón a velocidad.
- 4°.- Entrada a canasta.

Como siguiente, para el Dribling, se usó el Test de velocidad con dribling eludiendo obstáculos, el estudiante se sitúa detrás de la línea trazada para la salida con el balón asignado en las manos. A la señal del pito inicia el ejercicio con un drible moderado por todo el circuito trazado para la prueba. Cada uno de los conos se situarán a 1 mt uno del otro y el primer y último cono a 2 mts de la línea de partida y llegada respectivamente, utilizando toda la cancha de baloncesto que mide 28m de largo por 15m de ancho.

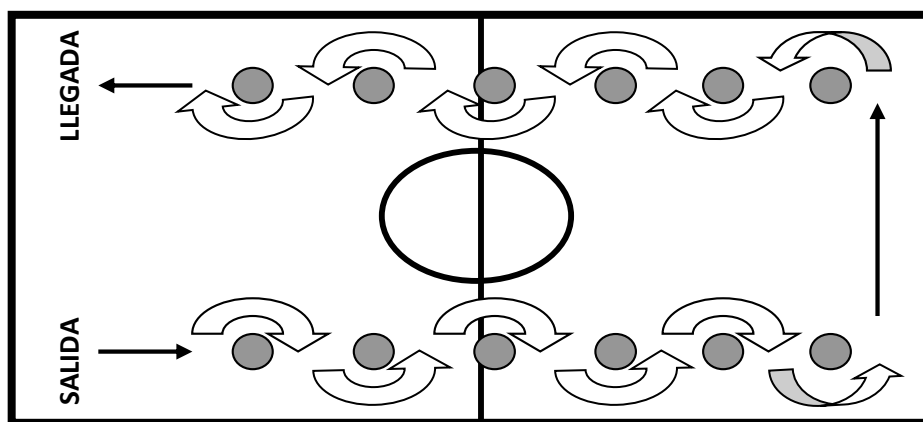


Ilustración 1. Test de velocidad con dribling (L, 2006)

Con respecto a los pases se realizará el Test para determinar los pases en 1 minuto, para ello el estudiante se sitúa detrás de la línea trazada para el ejercicio con el balón asignado en las manos. A la señal del pito inicia el ejercicio intentando realizar el mayor número de pases correctamente. Cada atleta se situará a 3 mts del aro colocado.



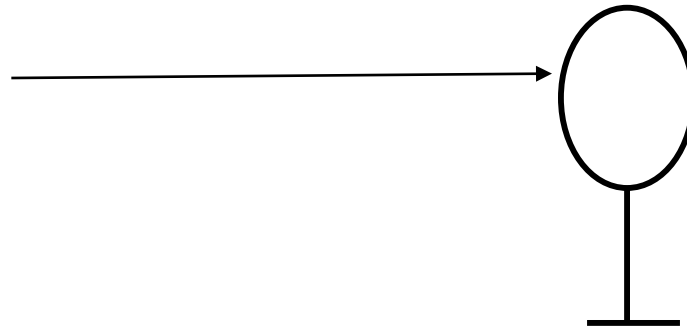


Ilustración 2. Test de pases (L, 2006)

Y con relación a los Lanzamientos, se usó el Test para calcular el número de lanzamientos en 1 minuto. Ubicar los resultados de la prueba en la planilla de seguimiento de cada estudiante.



Ilustración 2. Test de lanzamientos (L, 2006)

Finalmente, para evaluar el nivel de satisfacción de los niños en baloncesto se utilizó el Modelo SERVQUAL, utiliza un cuestionario de tipo que evalúa la calidad de servicio a lo largo de cinco dimensiones: Fiabilidad - Capacidad de respuesta - Seguridad – Empatía y Elementos tangibles, en la primera, se interroga sobre las expectativas del cliente, en la segunda, percepción del cliente sobre el servicio, finalmente, cuantifica la evaluación de los clientes respecto a la importancia relativa de los cinco criterios.

Esto se hace mediante 22 declaraciones. Sobre ellas, el usuario debe situar, en una escala de 1 a 7, el grado de expectativa para cada una de dichas declaraciones, siendo modificados para realizar la evaluación psicológica (satisfacción) del deporte aplicado, en este caso el baloncesto. Para lo cual se realizó 8 declaraciones en la cual el estudiante debe



situar su respuesta en una escala de 1 a 7, que va desde totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo, permitiendo ponderar los resultados obtenidos.

Después de la aplicación de los test se iniciará de manera inmediata con el programa de actividades lúdicas, 3 días a la semana, los días lunes – miércoles – viernes de 13:30 a 14:30. En esta etapa, se procurará el bienestar físico y psíquico de los niños, que se diviertan, que adquieran hábitos de disciplina, esfuerzo, cooperación y diversión.

Al finalizar el programa se aplicaron los pos-test respecto al área física, técnica y psicológica. Es importante mencionar que se tomó un test piloto, a 3 niños de la “Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle”, en donde se estimó el tiempo que era necesario para la realización de los test tanto físicos como técnicos para cada niño en específico.

A continuación, una tabla con sus resultados:

Tabla 1
Evaluación Test Piloto (Físico)

EVALUACIÓN PILOTO		
Test Course-Navette	Test de Velocidad y Agilidad	Test de Salto de Longitud



NOMBRE	EDAD	TIEMPO	DISTANCIA	TIEMPO	DISTANCIA
PLB1	11	5'05"86	600m	0'12"93	1,06m
PLB2	11	3'00"50	360m	0'12"31	1,26m
PLB3	10	3'00"00	360m	0'12"93	1,44m

Test de Resistencia, Velocidad y Agilidad 4x10 y Test de Salto de Longitud

Autora: Andrea Oñate

Tabla 2
Evaluación Test Piloto (Técnico)

EVALUACIÓN PILOTO				
NOMBRE	EDAD	Boteo	Pases	Lanzamiento
		TIEMPO	Nº DE PASES COREECTOS	Nº DE CANASTAS
PLB1	11	0'18"58	13	2
PLB2	11	0'14"77	16	6
PLB3	10	0'18"66	10	0

Boteo con cambios de dirección, número de pases correctos y numero de canastas encestandas.

Autora: Andrea Oñate

El programa lúdico tuvo una duración de 10 semanas, ya que existió varias irregularidades con respecto a los feriados y permisos que se dieron en la institución educativa, debido a los partidos de los interescolares desarrollados en el mes de junio y julio, a más de ello los exámenes finales en donde se suspende las actividades deportivas.

Las actividades lúdicas se llevaron a cabo los días lunes – miércoles – viernes de 13:30 a 14:30, realizando diferentes actividades lúdicas, en base a la parte técnica del deporte



trabajado, específicamente en boteo, pases y lanzamientos, como podemos observar a continuación.

Mediante el siguiente cronograma de actividades se indica lo trabajado en el mes de abril, el resto de actividades esta adjunta en anexos.

Tabla 3
Cronograma de Actividades de Abril

ABRIL					
SEMANA 1			SEMANA 2		
Lunes	Miércoles	Viernes	Lunes	Miércoles	Viernes
Presentación Del Tema	Entrega de la Carta de Consentimiento	Recepción de la Carta de Consentimiento	Evaluación del Test Físico (Resistencia)	Evaluación del Test Inicial Físico (Velocidad y Agilidad)	Evaluación del Test Inicial Físico (Salto sin impulso)
	Evaluación del Test Piloto Físico	Evaluación del Test Piloto técnico			
	Programa Lúdico (boteo)	Programa Lúdico (pases)			

Autora: Andrea Oñate

Tabla 4
Cronograma de Actividades de Abril.

ABRIL	
SEMANA 3	SEMANA 4



Lunes	Miércoles	Viernes	Lunes	Miércoles	Viernes
Evaluación del Test Inicial Técnico (Boteo)	Evaluación del Test Inicial Técnico (Pases)	Evaluación del Test Inicial Técnico (Lanzamientos)	Programa Lúdico (Boteo) Actividades: • Comecocos • La silla • ¿A qué color vamos?	Programa Lúdico (Pases) • Araña • Doble Araña • Gallito	Programa Lúdico (Lanzamiento) • El Lanzamiento • Cuenta atrás • Campo de minas

Las actividades realizadas permiten el desarrollo de habilidades físicas y técnicas, mediante el disfrute a través del programa lúdico.

Autora: Andrea Oñate

Análisis Estadístico

Para el análisis de interpretación de datos se utilizó el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 22.0 que ofrece modelos de predicción y métodos de análisis de calidad. El cual se encargará de procesar correlacionalmente datos obtenidos en un pretest y un posttest de las condiciones físicas, técnicas y psicológicas.

Recursos

Institucionales

- “Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle”

Humanos

- Tutor de tesis de la Carrera de Cultura Física
- Estudiante de la Carrera de Cultura Física



- Entrenadores de Baloncesto de la “Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle”
- 25 niños/as

Materiales

- Suministros de oficina y computación
- Equipos de Computación
- Internet
- Movilización y transporte
- Teléfono convencional, celular y comunicación
- Balones
- Conos
- Chalecos

Presupuesto

A continuación, se detallará los gastos realizados durante el proceso de realización del trabajo de titulación:

Tabla 5
Recursos Institucionales

DESCRIPCIÓN/CANTIDAD	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
“Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle”	500	500
<ul style="list-style-type: none">• Balones• Conos		



- Chalecos

TOTAL: **500** **500**

Los gastos de los materiales fueron cubiertos por la Unidad educativa.

Autora: Andrea Oñate

Tabla 6
Recursos Humanos

DESCRIPCIÓN/CANTIDAD

Tutor de tesis de la Carrera de Cultura Física

Estudiante de la Carrera de Cultura Física

Entrenadores de Baloncesto de la “Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle”

25 niños/as

Autora: Andrea Oñate

Tabla 6
Recursos Materiales

CANTIDAD	DESCRIPCIÓN	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
-----------------	--------------------	---------------------------	--------------------



12	Permisos para la institución educativa	\$ 0.04	0.50
25	Cartas de Consentimiento	\$ 0.04	1.00
500	Impresiones a hojas de borrados	\$ 0.01	5.00
1	Resma de papel oficio	\$ 3.00	3.00
12 semanas	Transporte	\$ 1.80	21.60
5	Comunicación	\$ 5.00	5.00
1	Computadora Portátil	\$ 600.00	600.00
	Imprevistos	\$ 50.00	50.00
	TOTAL:	\$ 659.89	686,1

Autora: Andrea Oñate

CAPÍTULO III

TABLA DE RESULTADOS

**Tabla 7. BATERÍA ALPHA-FITNESS****Resistencia física: Test Course –Navette**

Este test está basado en la siguiente escala establecida: **Muy Bajo ($\leq 603.5m$), Bajo (704.09m - 905.26m), Medio (1005.84m - 1207.01m), Alto (1307.59m - 1508.76m) y Muy Alto ($\geq 1609.34m$)**

Género		Tiempo de desplazamiento inicial	Espacio recorrido inicial	Tiempo de desplazamiento final	Espacio recorrido final
		Media (segundos)	Media(metros)	Media(segundos)	Media(metros)
Femenino		315	585	246	323
	Masculino	486	870	302	495

Según estos resultados, es evidente que tanto las niñas como los niños inician el test en la escala de Muy Alto, aunque las niñas tienen resultados dispersos en la escala, en el test final, las niñas tienen en la escala el Muy Bajo, superior al de los niños, ya que los niños se posicionan en Muy Bajo y Bajo en el test, debido a que en la toma de los test finales los niños tenían sobrecarga física, debido a que en el último mes y medio se llevó a cabo el campeonato Interescolar en el cual ellos participaron, a más de que realizaron otras actividades concernientes al atletismo, cumpliendo con su participación escolar.

Autora: Andrea Oñate

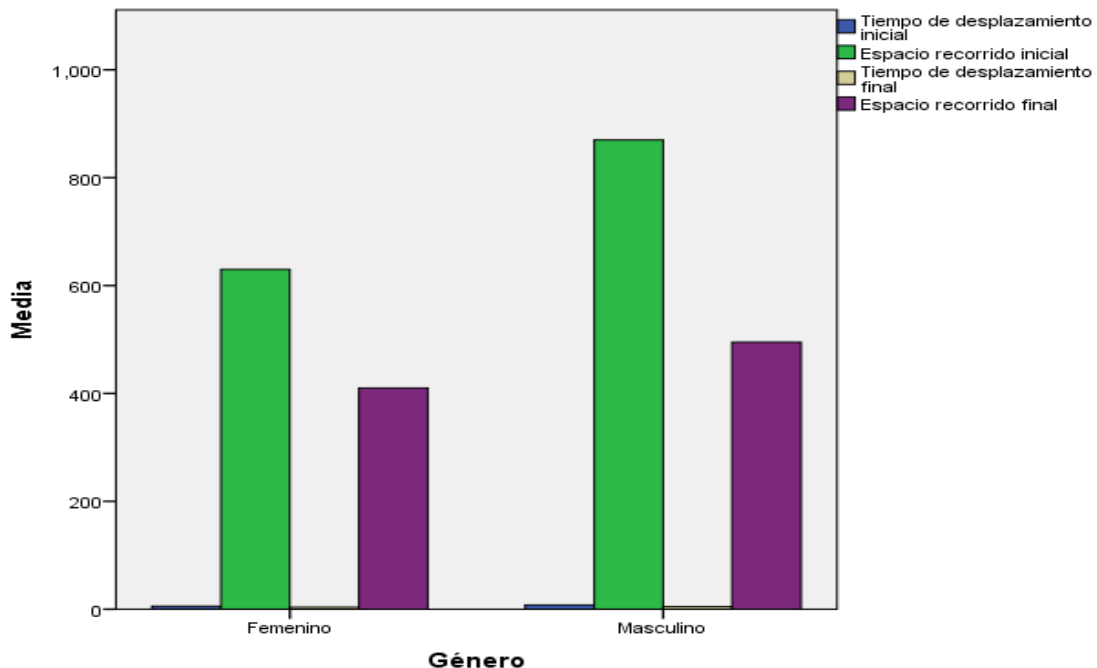


Gráfico 1. Relación entre el Tiempo Inicial y Final



Tabla 8. BATERÍA ALPHA-FITNESS

Velocidad y Agilidad 4x10m

Este test está basado en la siguiente escala establecida: **Muy Bajo** ($\geq 13,0s$), **Bajo** (12,3 -12,9s), **Medio** (11,8 - 12,2s), **Alto** (11,2 - 11,7s) y **Muy Alto** ($\leq 11,1s$)

	Género	Tiempo inicial (segundos)	Tiempo final (segundos)
Femenino	Media	23.4	23.0
	N	16	13
Masculino	Media	21.9	22.7
	N	8	7
Total	Media	22.97	22.92
	N	24	20

Se evidencia en estos resultados que las niñas mejoraron en su tiempo final en comparación con el inicial, mientras que los niños aumentaron su tiempo final, siendo el inicial más rápido.

Autora: Andrea Oñate

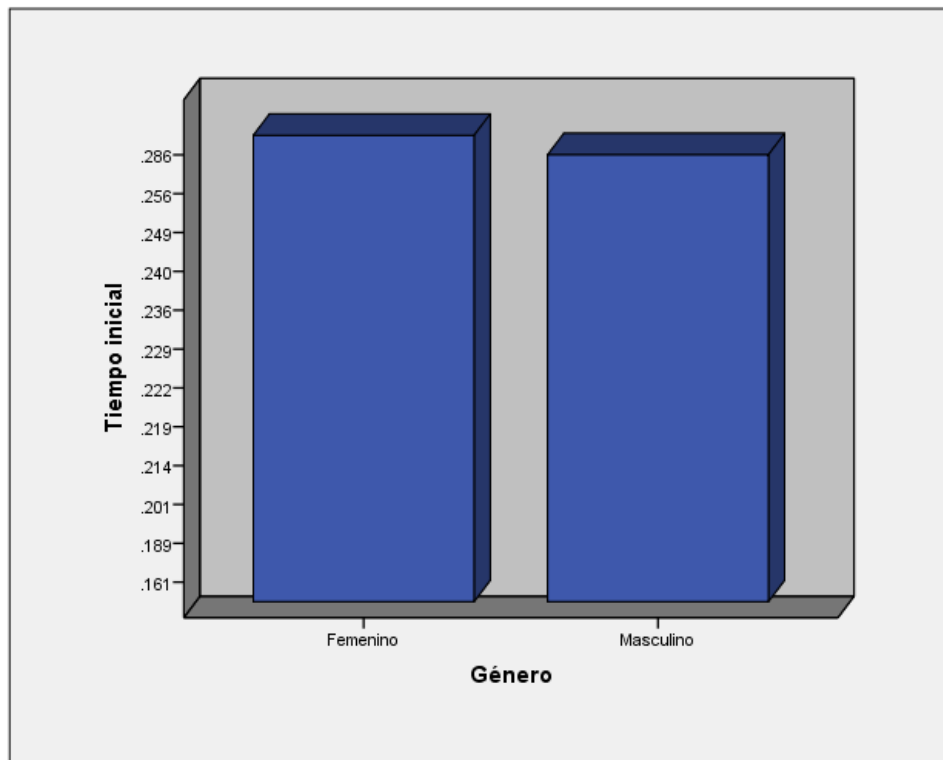


Gráfico 2. Tiempo Inicial de Velocidad y Agilidad

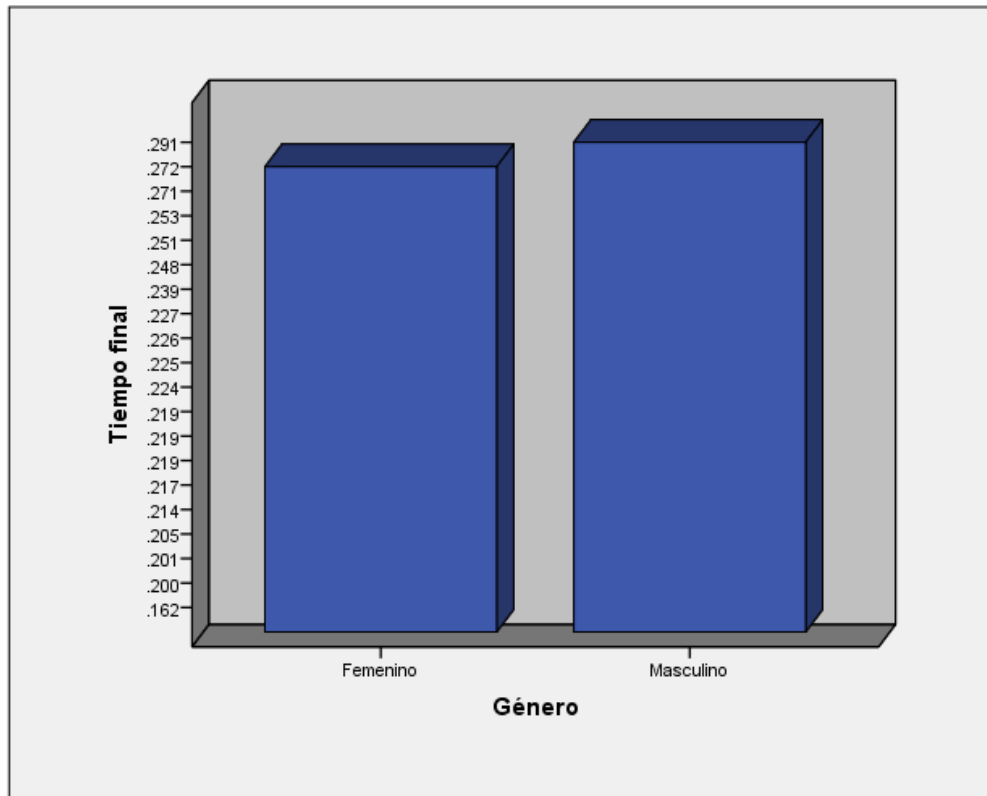


Gráfico 3. Tiempo Inicial de Velocidad y Agilidad

Tabla 9. BATERÍA ALPHA-FITNESS

Test de Salto de Longitud

Este test está basado en la siguiente escala: **Muy Bajo** ($\leq 135\text{cm}$), **Bajo** (136 - 152cm), **Medio** (153 - 167cm), **Alto** (168 - 184cm) y **Muy Alto** ($\geq 185\text{cm}$).

Género		Distancia1	Distancia
		Inicial	Final
		Media	Media
		(centímetros)	(centímetros)
Femenino		120	129
Masculino		142	157

Podemos observar por los resultados el mejoramiento en el caso de las niñas, ya que su salto inicial fue notablemente bajo en comparación del final, incluso es mayor que de los niños, ya que el salto inicial de ellos fue mayor que el final.

Autora: Andrea Oñate

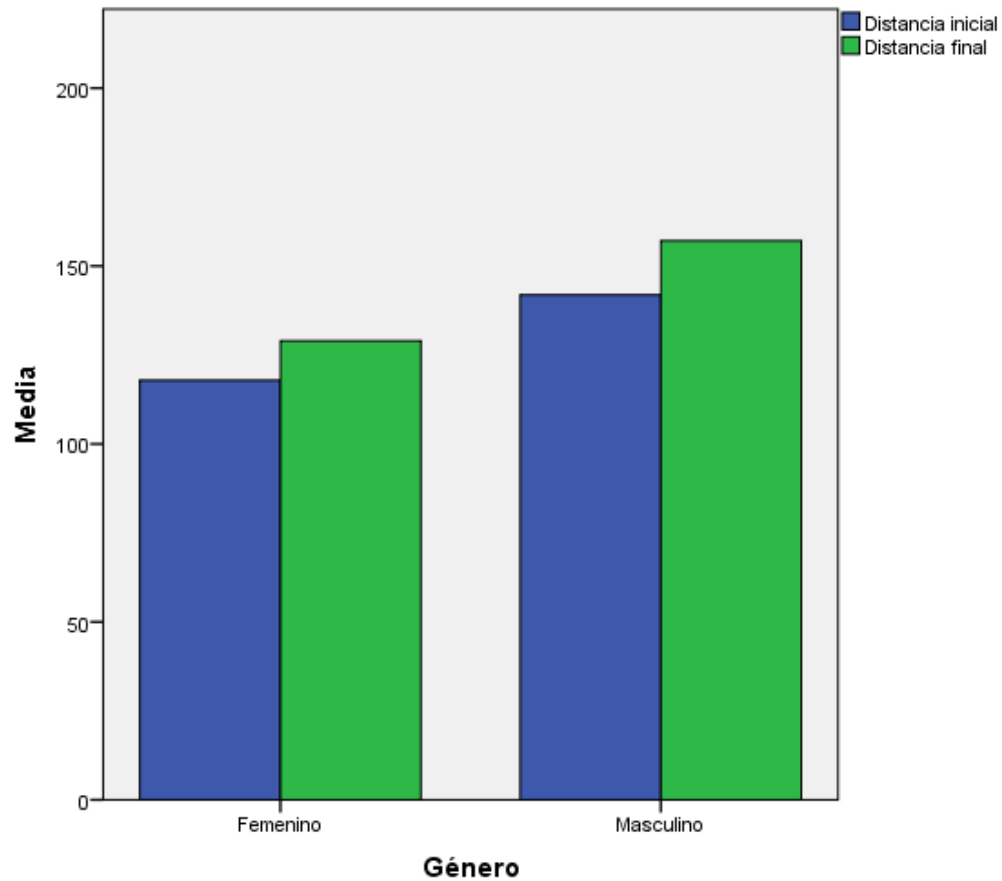


Gráfico 4. *Distancia de Salto*

Tabla 10. TEST GLOBAL DE RENDIMIENTO DEPORTIVO

Boteo

Este test permite un máximo de tiempo de: $\leq 3'30''$.

		Tiempo inicial de boteo (segundos)	Tiempo final de boteo (segundos)
		Media	Media
Género	Femenino	23	19
	Masculino	24	20



Según estos resultados, es evidente que el mejoramiento de la técnica de boteo, ya que al ser el primer test de velocidad el tiempo final disminuyó en comparación al tiempo inicial, a más de la mejoría en los diferentes cambios de dirección para eludir los obstáculos, al hacerlo de manera más rápido por tener un mejor dominio del balón, tanto en los niños como en las niñas.

Autora: Andrea Oñate

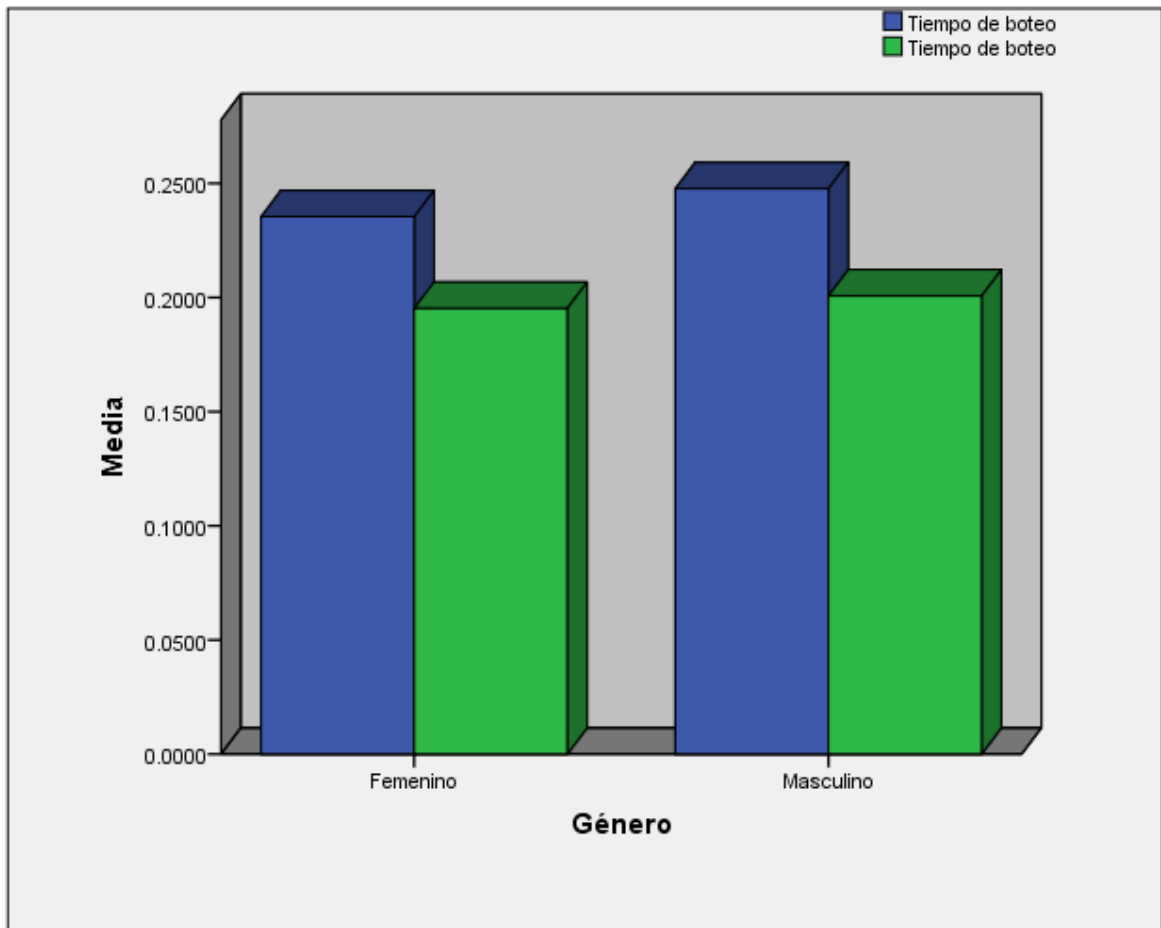


Gráfico 6. Relación entre el Tiempo Inicial y Final de Boteo

Tabla 11. TEST GLOBAL DE RENDIMIENTO DEPORTIVO

Pases

Este test será evaluado por cada docente quien valorará el conjunto de los ejercicios de 1 a 10 puntos, se considerará superada cuando el promedio obtenido sea igual o superior a cinco puntos.

Número inicial correcto de pases	Número final correcto de pases
Media	Media

Género	Femenino	11	12
	Masculino	13	13

Podemos observar por los resultados el mejoramiento en la efectividad de los pases de las niñas, ya que el número inicial fue inferior al final, demostrando la rapidez y consistencia de un pase, mientras que en los niños sus pases inicialmente fueron mejores que los finales.

Autora: Andrea Oñate

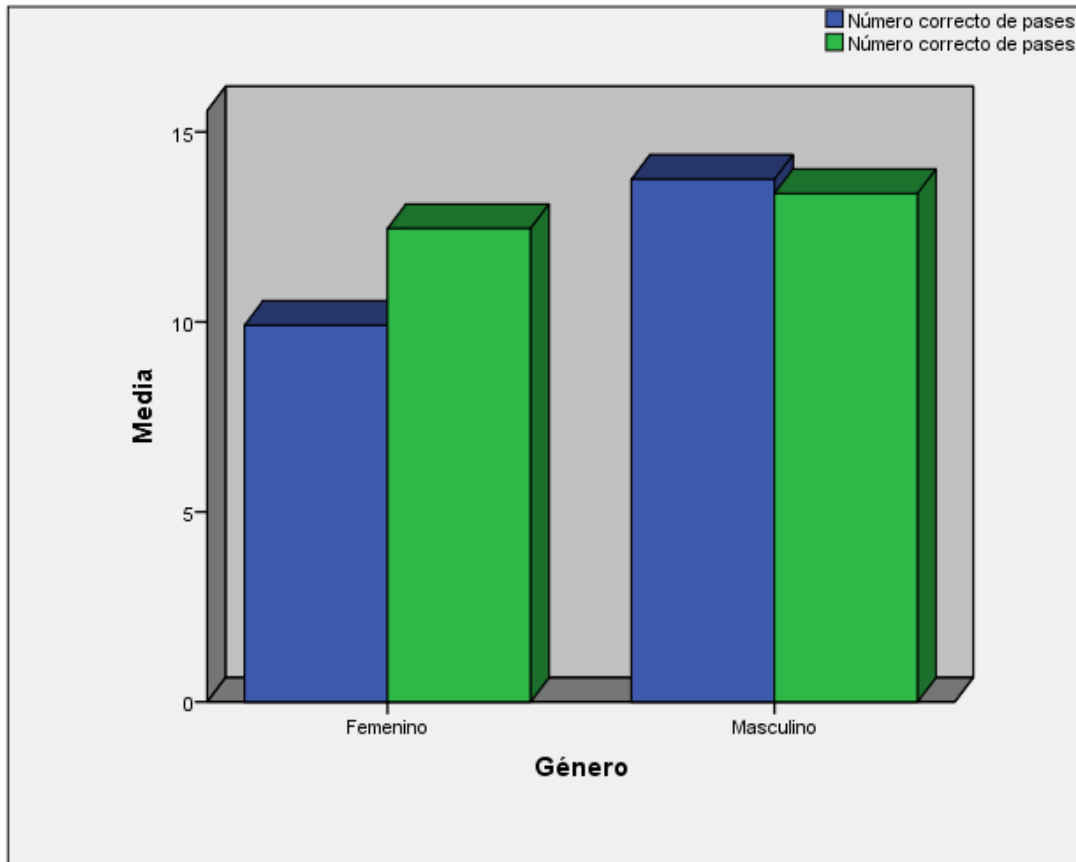


Gráfico 7. Relación entre el Número Correcto e Incorrecto de Pases

Tabla 12. TEST GLOBAL DE RENDIMIENTO DEPORTIVO

Lanzamiento

		Número inicial de canastas	Número final de canastas
		Media	Media
Género	Femenino	2	2

Masculino

1

2

Obtenidos los resultados observamos un claro mejoramiento en los lanzamientos por parte de las niñas, mientras que los niños también lograron una mejoría su número de canastas, aunque menor que de las niñas.

Autora: Andrea Oñate

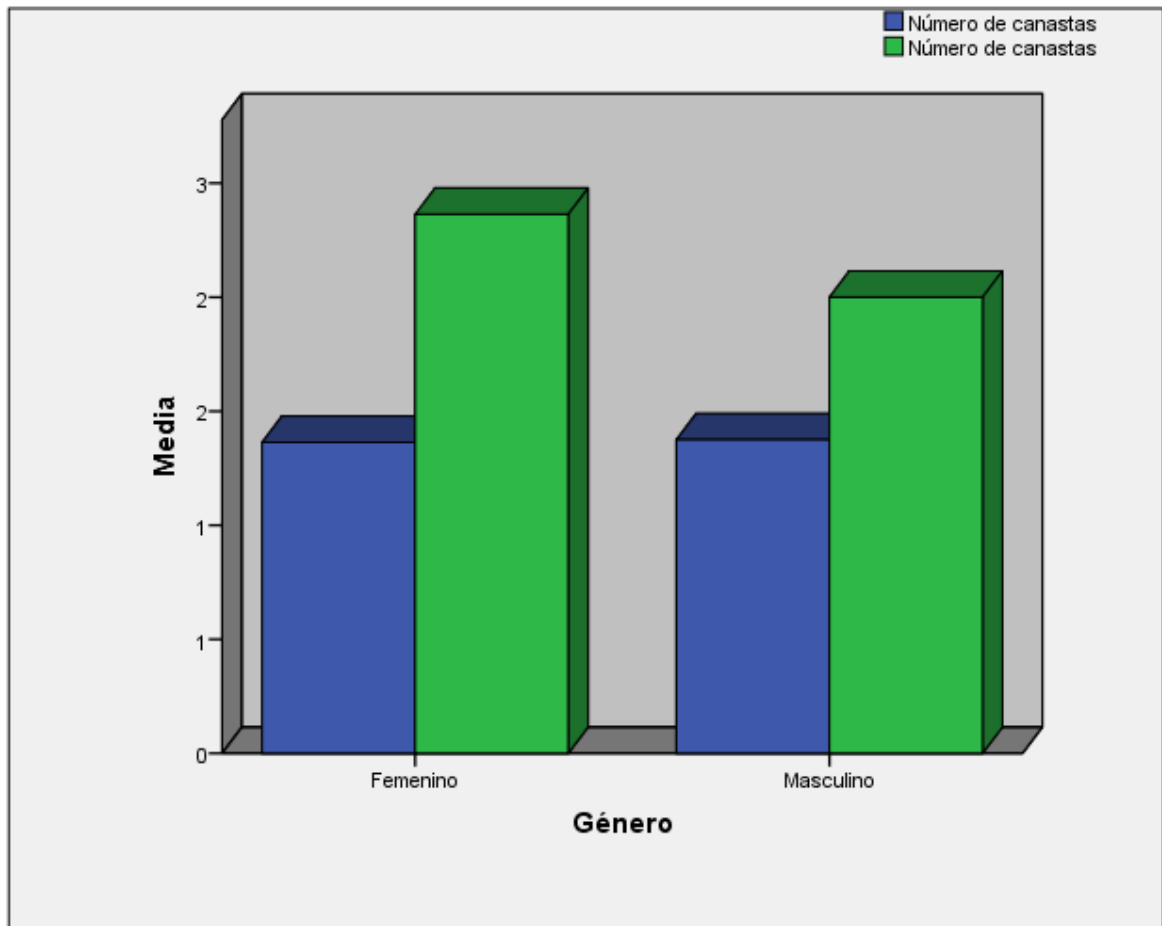


Gráfico 8. Relación entre de Canastas Inicial y Final

**Tabla 13. -TEST PSICOLÓGICO***Nivel de satisfacción*

	Me he divertido realizando las actividades	Me agradaron los horarios en que se dio el programa lúdico	Me agradaron los juegos realizados en el programa	Me he sentido motivado al realizar este programa	Me he sentido parte del programa
	Pregunta #1	Pregunta #2	Pregunta #3	Pregunta #4	Pregunta #5
Sexo Femenino	7	7	7	7	7
Masculino	7	7	7	7	7

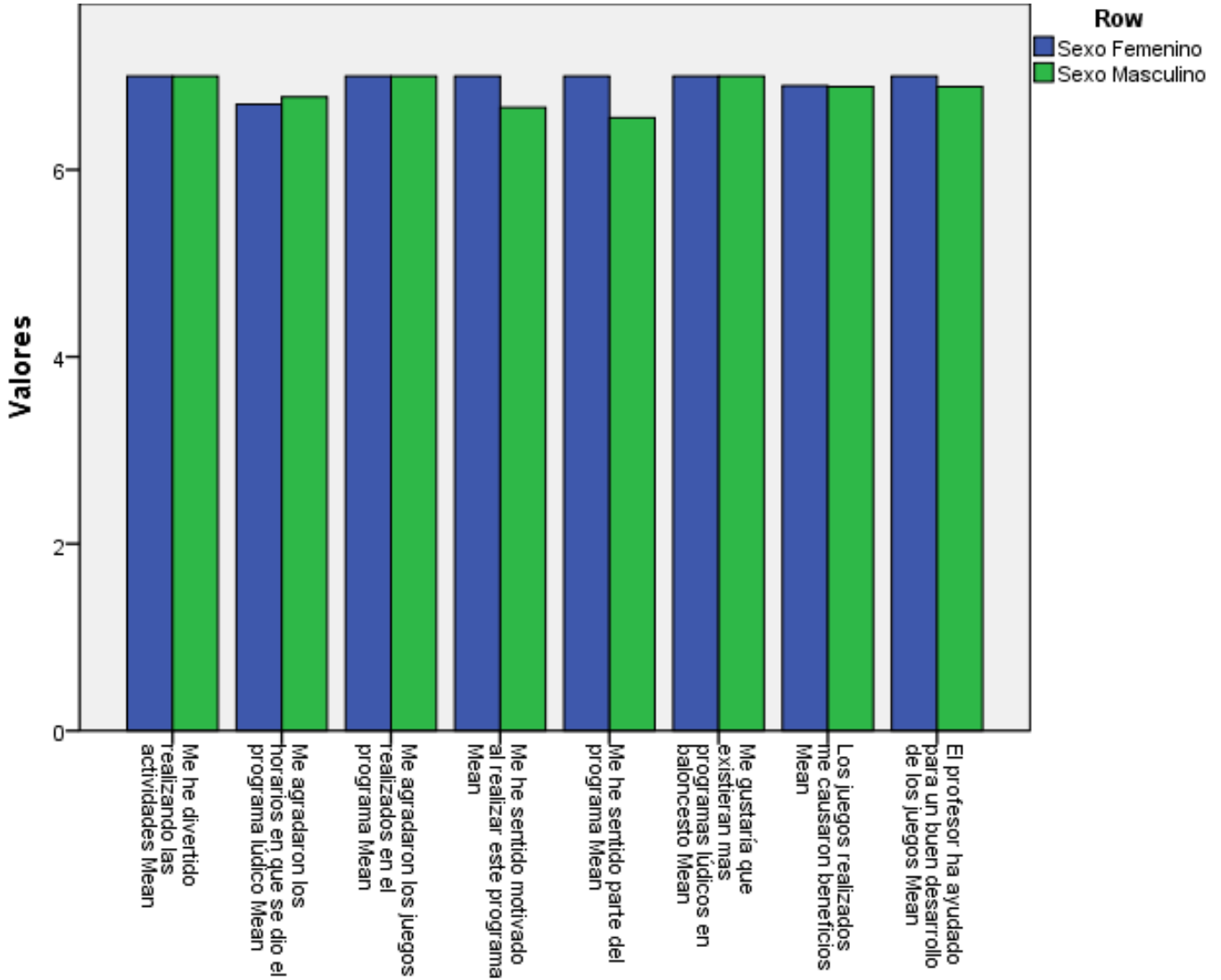
Fuente: Formulario de recolección de datos

Autora: Andrea Oñate

	Me gustaría que existieran más programas lúdicos en baloncesto	Los juegos realizados me causaron beneficios	El profesor ha ayudado para un buen desarrollo de los juegos
	Pregunta #6	Pregunta #7	Pregunta #8
Sexo Femenino	7	7	7
Masculino	7	7	7

Fuente: Formulario de recolección de datos

Autora: Andrea Oñate



Se evidencia por los resultados que tanto niños como niñas demostraron que se divirtieron practicando baloncesto a través del programa lúdico, obteniendo varios beneficios en el aspecto físico y técnico.

Autora: Andrea Oñate

DIAGRAMA DE FLUJO 1

**Inició el programa lúdico
con:
22 niños**



**A mitad del programa
lúdico se continuó con:
24 niños**



**Se finalizó el programa con:
19 niños**



CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES

Luego de reunir y analizar todos los datos se evidenció en el aspecto físico que tanto las niñas como los niños empiezan el test Course Navette posicionándose en la escala de Muy Alto, mientras que, en el test final, se ubican en la escala de Muy Bajo, debido a que en la toma de los test finales los niños tenían sobrecarga física, a causa de que en el último mes y medio se llevó a cabo el campeonato Interescolar en el cual ellos participaron, a más de que realizaron otras actividades concernientes a la institución educativa.

En relación al test de Velocidad y Agilidad, los resultados nos indican que las niñas mejoraron en su tiempo final en comparación con el inicial, mientras que los niños aumentaron su tiempo final, dando el inicial mejores resultados. Y finalmente el test Salto de longitud, podemos observar por los resultados el mejoramiento en el caso de las niñas, ya que su salto inicial fue considerablemente bajo en relación del final, siendo incluso mayor que de los niños, ya que el salto inicial de ellos fue mayor que el final.

En el aspecto técnico se demostró una gran mejora, tanto en el boteo, en los pases y lanzamientos, en cuanto a la rapidez y precisión en cada ámbito, al mejorar el tiempo de desplazamiento en el boteo siendo menor que el tiempo inicial y al aumentar el número de canastas y pases correctos en el test final.



Y en la parte psicológica tanto niños como niñas demostraron en los resultados que se divirtieron practicando baloncesto a través del programa lúdico, obteniendo beneficios en los ámbitos: físico, técnico y psicológico, sintiéndose parte de las actividades realizadas y que les agrada que existiera más programas así, pudiendo mencionar que se cumplieron los objetivos planteados inicialmente, de manera satisfactoria. Este trabajo aporta como base para el mejoramiento en la condición física, técnica y psicológica, obteniendo múltiples beneficios a través del programa lúdico en baloncesto.

RECOMENDACIONES

Se recomienda involucrar las actividades lúdicas en el entrenamiento de baloncesto en niños de 10 a 12 años, ya que no hay otra actividad que esté bien estructurada y que cuente con reglas, contenidos, procedimientos, objetivos, límites de tiempo e incentivos como lo tiene el juego, lo cual constituye una actividad inherente del ser humano, siendo un aporte en el proceso de aprendizaje deportivo, importante y muy valioso.

Se sugiere también tener en cuenta el aspecto físico de los niños, ya que el crecimiento y desarrollo, es tan particular en cada período que existen grandes diferencias al alcanzar la madurez y la armonía dependiendo su edad, lo cual es importante conocer para poder trabajar a partir de ello.

Es importante planificar test iniciales y finales, los cuales permitan adquirir información importante sobre los participantes y conocer el estado físico, técnico y psicológico actual de los niños, para partir de ello y potencializar sus capacidades y habilidades, con el fin de obtener un mejor desempeño.

Se recomienda que se utilice este trabajo realizado, como base para otros posteriores, ya que no existen muchos estudios de baloncesto concerniente a niños de 10 a 12 años, tomando en cuenta estas variables en específico: boteo, pases y lanzamientos, en el ámbito



técnico, siendo un campo poco estudiado y que se ha demostrado que trae beneficios en la población aplicada.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en este estudio nos indica que físicamente en el Test de Course – Navette, se iniciaron los test con una media de 315s las niñas, mientras que los niños 486s, posicionándose en la escala de valores Muy Alto, mientras que la media en el test final en las niñas fue 246s, y en los niños 302s, posicionándose en la escala entre Muy Bajo y Bajo, como consecuencia de una sobrecarga física debido al campeonato Interescolar y actividades de carácter físico como cumplimiento de su participación escolar, es decir un promedio de 280,5s en niñas y 397s en niños, en comparación con otro estudio que aplicó la Batería ALPHA-Fitness, realizado en España, nos indica que los niños llegaron a un promedio de 123s, en cambio las niñas muestran un promedio de 65s, indicando que los niños tiene más resistencia física que las niñas en ambos estudios (Villa-González, Ruiz, & Chillón, 2015)

Luego en el test de Velocidad y Agilidad 4x10m, las niñas con una media en el tiempo final de 23 segundos, mientras que los niños 22 segundos, es decir los niños con menor tiempo que las niñas, a diferencia en el estudio realizado en España, las niñas son más veloces que los niños, porque tiempo promedio fue de 64s en niños, mientras que en las niñas 63s (Villa-González, Ruiz, & Chillón, 2015)



Por último, en el test de Salto, los niños indicaron una media en sus resultados mayor a la de las niñas, siendo de 149,5cm , mientras que de las niñas fue 124,5cm, en comparación con el estudio realizado en España, nos muestra en sus resultados que de la misma manera los niños lograron mayor distancia que las niñas, siendo su media de 119.0cm, mientras que en las niñas fue 109.08cm (Villa-González, Ruiz, & Chillón, 2015)

Los resultados en el test técnico, nos manifiestan que existió una mejora en el boteo, al disminuir el tiempo inicial siendo el de los niños 24 segundos, y de 23 segundos de las niñas, mientras que en el test final los niños tienen como resultado 20 segundos y las niñas 19 segundos, es decir tanto niños como niñas tienen un mejor dominio del balón al disminuir su tiempo final, 0.04 milésimas de segundo en niños, y 0.4s en niñas, con un promedio de 22 segundos, considerando que este test permite un máximo de tiempo de: $\leq 3'30''$.

En comparación con un estudio realizado en la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, sobre: “Las capacidades coordinativas especiales en el Desarrollo de los fundamentos técnicos defensivos y Ofensivos del baloncesto con niños de 10 - 14 años del Colegio menor san francisco de Quito”, que evaluaron la velocidad de traslación, y control del balón, con la siguiente tabla de valoración: $<5s =$ Excelente, $7 - 6 s =$ Muy bueno, $9 - 8s =$ Bueno, $10 - 11s =$ Regular, $>11s =$ Malo. Dando como resultados que en el pre test una media de 15s, obteniendo un rango de 4s y 13 milésimas de segundo. Luego de aplicar la propuesta y pos test se obtuvo una media de 14s mejorando y obteniendo una diferencia de medias de 1s, mejorando 0,093 milésimas de segundo. Obteniendo una mejora evidente, tomando en cuenta los datos del estudio base, mostrando un rango de mejora de 22s en nuestro estudio, mientras que en los resultados de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, la mejora fue de 0,093milesimas de segundo (Peña, 2018)

Con relación a los lanzamientos, los resultados nos muestran que los niños en el test inicial encestaron 1 canasta, mientras que las niñas realizaron 2, y en el test final los niños subieron su número de canastas a 2, y las niñas se mantuvieron en 2 canastas, obteniendo un promedio de 1 canasta. Comparándole con un estudio realizado en la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, sobre “Las capacidades coordinativas especiales en el Desarrollo de



los fundamentos técnicos defensivos y Ofensivos del baloncesto con niños de 10 - 14 años del Colegio menor san francisco de Quito”, obtuvieron en el pre test una media de 1,95 aros, un valor máximo de 4 aros. Luego aplicar la propuesta y pos test se obtuvo una media de 3,09 aros, con una diferencia de medias de 1,14 aros, mejorando 0 aros. Demostrando una mejora mayor de nuestros resultados en relación al estudio de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. (Peña, 2018)

Los resultados en los pases nos indican que la media de las niñas, en el test inicial es de 11, mientras que el final es de 12, evidenciándose la mejora ya que el numero inicial fue inferior al final, mientras que en los niños sus pases inicialmente fueron una media de 13, manteniéndose de igual forma en el test final, es decir representando niños/as un 47,05 % se evalúan de bien, un 52,94 % se evalúa de regular y un 0% se evalúa de mal. En comparación con un estudio realizado en la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE sobre el “La recreación en el proceso de enseñanza de aprendizaje del Mini Baloncesto en niños de liceo José Ortega y Gasset”, nos indican que, del test de Precisión del pase en movimiento, donde 19 jugadores que representa el 79,2 % se evalúa de bien; 2 se evalúan de regular que es el 8,3%; y, 3 se evalúan de mal para un 12,5%. Lo que demuestra que en comparación al estudio de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, los niños de nuestro estudio demostraron efectividad en la aplicación de los ejercicios técnicos recreativos, al indicar un 0% evaluado de mal, manteniéndose en regular y bien. (Páez, 2018)

Finalmente los resultados nos muestran que, la aplicación de nuestro programa tuvo mayores mejoras en relación a los estudios previamente obtenidos para la discusión; específicamente en la parte física y técnica, tanto en niñas como en niños, los cuales disfrutaron de diferentes beneficios como: mejoras en la resistencia, velocidad y agilidad, así también en el aspecto social y cognitivo, también se indicó a través del test psicológico el disfrute de las actividades y que los niños desearían más programas lúdicos, los cuales les permitan aprender su deporte favorito, como lo menciona un artículo realizado en Buenos Aires, los beneficios del baloncesto son completos, aumentado su vitalidad y proporcionado más energía para sus estudios, reduciendo el estrés y ansiedad causada por las diferentes



actividades cotidianas, y en el ámbito relacional, mejora la convivencia con sus amigos y familia (Blotta, Facultad de Derecho Universidad de Buenos Aires, 2018)

ANEXOS

Anexo A

Carta de Consentimiento



Consentimiento Informado de Participación en Proyecto de Investigación

Dirigido a: Padres de Familia

Mediante la presente, se le solicita su autorización para la participación de su hijo/hija en estudios enmarcados en el Proyecto de Investigación "Elaboración de un programa lúdico de baloncesto, en la condición física, técnica y psicológica, de niños de 10 a 12 años", presentado y autorizado por la "Unidad Educativa Hermano Miguel La Salle", conducido por la profesora Andrea Oñate perteneciente a la Universidad de Cuenca.

Dicho Proyecto tiene como objetivo principal:

Evaluar los efectos físicos, técnicos y psicológicos de un programa de aprendizaje de actividades lúdicas en el baloncesto en niños de 10 a 12 años de la "Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle", año lectivo 2018 – 2019.

La colaboración de su hijo/hija en esta investigación, consistirá en la participación del programa lúdico en baloncesto. Lo cual se realizará mediante la evaluación de sus condiciones físicas, técnicas y psicológicas a través de test específicos para cada área:

- La Bateria ALPHA-Fitness de alta prioridad, que Incluye Resistencia Física, Velocidad y Salto, en el área física.
- El Test de Rendimiento Global deportivo, relacionado con los aspectos técnicos correspondientes a: Dribling, Lanzamientos y Pases.
- Para el aspecto psicológico se aplicará el Modelo SERVQUAL, elaborado por Zeithaml, Parasuraman y Berry cuyo propósito es conocer el nivel de satisfacción de los niños con respecto al programa.

Dicha actividad durará aproximadamente 3 meses y será realizada en la misma unidad educativa, en los horarios de entrenamiento los días lunes – miércoles- viernes de 13:30 a 14:30, para que los niños continúen con su sesión de entrenamiento hasta las 15:30.

Los alcances y resultados esperados de esta investigación son positivos, por lo que los beneficios reales o potenciales que su hijo/hija podrá obtener de su participación en la investigación son mejorar el desempeño en el ámbito físico, técnico y psicológico. Así mismo, es bueno considerar los posibles riesgos implicados en la participación de su hijo/hija, que se evitarán tomando todas las medidas que sean necesarias para garantizar la salud e integridad física y psíquica de quienes participen del estudio.

El acto de autorizar la participación de su hijo/hija en la investigación es **absolutamente libre y voluntario**. Todos los datos que se recojan, serán estrictamente **anónimos y de carácter privados**. Además, los datos entregados serán absolutamente **confidenciales** y sólo se usarán para los fines científicos de la investigación.

El investigador Responsable del proyecto y la Universidad de Cuenca asegura la **total cobertura de costos** del estudio, por lo que la participación de su hijo/hija no significará ningún gasto, y tampoco **involucrará pago o beneficio económico** alguno.

Anexo A

Carta de Consentimiento



Consentimiento Informado de Participación en Fecha _____

Dirigido a: Padres de Familia

Mediante la presente, se le solicita su autorización para la participación de su hijo/hija en estudios... Yo _____ apoderado(a) de _____, en base a lo expuesto en el presente documento, acepto voluntariamente que mi hijo/hija participe en la investigación "Elaboración de un programa lúdico de baloncesto, en la condición física, técnica y psicológica, de niños de 10 a 12 años", conducida por la Profesora Andrea Oñate, investigadora de la Universidad de Cuenca.

He sido informado(a) de los objetivos, alcance y resultados esperados de este estudio y de las características de la participación. Reconozco que la información que se provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y anónima. Además, esta no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio.

mediante la evaluación de sus condiciones físicas, técnicas y psicológicas a través de test específicos para cada área:

- La Batalla ALPINA-Carrera de alta prioridad, que incluye Resistencia Física, Velocidad y Salto, en el área física
- El Test de Fuerza y Resistencia Muscular, que incluye las acciones: Hacerse con el balón, lanzar el balón, recibir el balón y hacer el tiro libre.
- El Test de Velocidad y Resistencia Muscular, que incluye el Test de Velocidad por Zedham, Paralelismo y Tiro, cuyo propósito es conocer el nivel de aptitud de los niños con respecto al programa.

Dicha actividad durará aproximadamente 3 meses y será realizada en la misma unidad educativa, en las horas de entrenamiento los días lunes - miércoles - viernes de 15:30 a 17:30, para que los niños continúen con su sesión de entrenamiento hasta las 15:30.

Los beneficios y riesgos esperados de esta investigación son positivos, por lo que los beneficios reales o potenciales que se obtienen de la participación en la investigación son mejorar el desempeño en el ámbito físico, técnico y psicológico. Así mismo, es bueno considerar los posibles riesgos implicados en la participación de su hijo/hija, que se evitarán tomando todas las medidas que sean necesarias para garantizar la salud e integridad física y psíquica de quienes participen del estudio.

El acto de autorizar la participación de su hijo/hija en la investigación es absolutamente libre y voluntario. Todos los datos que se recogen, serán estrictamente anónimos y de carácter privados. Además, los datos entregados serán absolutamente confidenciales y sólo se usarán para los fines científicos de la investigación.

El investigador responsable del proyecto y la Universidad de Cuenca asegura la total cobertura de costos del estudio, por lo que la participación de su hijo/hija no significará ningún gasto, y tampoco involucrará pago o beneficio económico alguno.

Yo, _____, Investigador Responsable


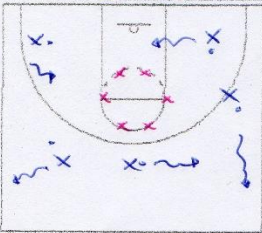
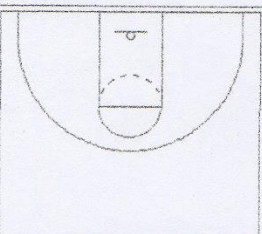

Yo, _____, Firma del Representante

Yo, _____, Firma del Entrenador

Anexo B



Planificación de Actividades Lúdicas de Boteo (abril)

CATEGORIA	sub 10-12	FECHA	03/04/19
CONTENIDOS	Boteo		
	<p>Calentamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> • Movilidad Articular • Elongación Muscular • Vasculatización 		
	<p>"Comerocos"</p>  <p>Todos los niños con balón y deben desplazarse boteando solo por las líneas y un niño será el comerocos y así cambian de papeles.</p>		
	<p>"La silla"</p>  <p>Todos los jugadores con balón, van boteando por todo el campo y solo pueden sentarse en el lugar señalado cuando la música pare, si no lo hacen deben pagar una penitencia.</p>		
	 <p>Todos los jugadores con balón, deberán ir boteando, mientras que por el campo hay conos de colores, el momento en el que el entrenador dice un color todos deben llegar lo más rápido posible.</p>		
	<p>¿A qué color vamos?</p> 		
OBSERVACIONES			

Anexo C



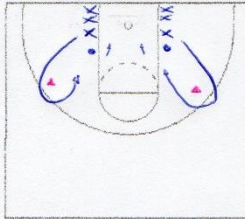
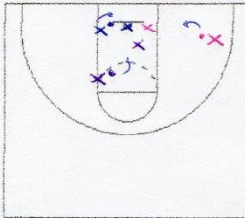
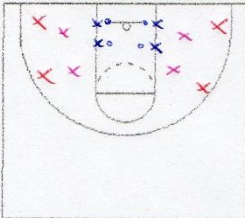
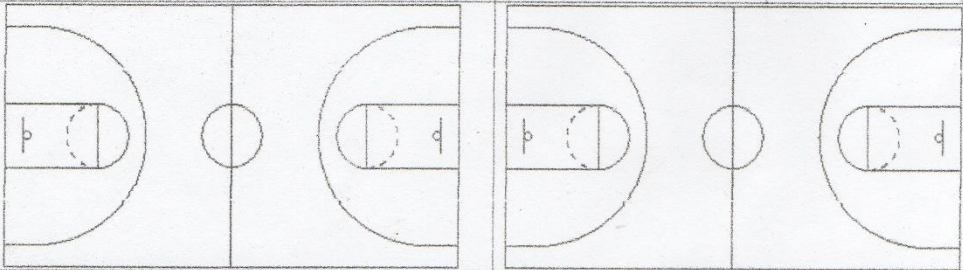
Planificación de Actividades Lúdicas de pases (mayo)

CATEGORIA	Sub 10-12	FECHA	06-05-19	
CONTENIDOS	Pase			
	Calentamiento			
	- Movilidad Articular			
	- Elongación Muscular			
	- Vasculización			
	"Balón Lanzador"			
	<p>Dos equipos colocados por todo el campo, el equipo A tiene balón y deben quemar a los del otro equipo solo al tocarlos con el balón, sin lanzarlo al niño que se ha tocado con el balón es eliminado. Gana el equipo con + personas.</p>			
	"Super Habil"			
	<p>Dos grupos de 3, en los cuales un grupo tiene balón y hay 3 defensas los cuales deben interceptar el balón antes de cruzar la cancha entera, si no logran pasar van desde el punto de salida.</p>			
	<p>Dos filas, una frente a otra en la línea de fondo, mientras que otros niños están por todo el terreno y debe interceptar, si lo hace debe iniciar de nuevo, pero si logra cruzar todo el campo es punto para la fila.</p>			
	"De campo a campo"			
OBSERVACIONES				



Anexo D

Planificación de Actividades Lúdicas de lanzamientos (junio)

CATEGORIA	Sub 10-12	FECHA	03-06-23
CONTENIDOS	Lanzamientos		
Calentamiento			
• Movilidad Articular			
• Elongación Muscular			
• Vasculización			
" Carrera y lanzamiento "			
	<p>• Formamos 2 filas, el balón se encuentra en el centro, hacen 1 paso, pasan por el cono conector y lanzamiento de corta distancia.</p>		
	<p>• Formamos parejas y van haciendo lanzamiento de media, corta y larga distancia, cada jugador debe completar 3-5 canastas de cada lugar.</p>		
	<p>• Ubicamos a 4 jugadores en cada posición, cada uno con balón, al pitazo lanzan el primero es el que pasa de nivel y se va avanzando hasta la línea de 3.</p>		
			
OBSERVACIONES			



Anexo D

Test Físico



NOMBRE	EDAD	EVALUACIÓN INICIAL				TEST DE VELOCIDAD Y AGILIDAD		TEST SALTO LONGITUD	
		TEST COURSE-NAVETTE		DISTANCIA (m)	TIEMPO	TIEMPO	DISTANCIA (m)	CM	
		TIEMPO	DISTANCIA (m)						
Tais Vallejo	10	3'20"21	360 MB	0'16"12	1,13	(113)			
Dayanna Verdugo	10	0'59"48	120 MB	0'24"90	1,44	(144)			
Daniela Zumba	11	13'39"54	1560 A	0'22"65	1,27	(127)			
Sandra Perca	11	1'01"69	120 MB	0'31"16	1,30	(130)			
Oscar Mendieta	11	2'40"62	240 MB	0'28"13	1,21	(121)			
Dayanna Romero	10	8'19"44	960 B	0'20"13	1,33	(133)			
Yadiel Otero	11	5'59"76	600 MB	0'18"85	1,63	(163)			
Melany Pillayima	10	2'18"25	240 MB	0'22"21	1,43	(143)			
Justin Quito	10	1'53"28	120 MB	0'22"88	1,66	(166)			
Karina Berrezuela	10	14'58"51	1680 MA	0'25"56	1,47	(147)			
Nicolás Ávila	11	6'09"95	720 B	0'19"59	1,46	(146)			
Andrés Morales	11	15'07"30	1800 MA	0'18"80	1,57	(157)			
Fabiana Arévalo	11	2'57"84	240 MB	0'21"90	0,97	(97)			
Emilia Méndez	11	1'58"96	120 MB	0'23"18	1,07	(107)			
Alejandro Arévalo	11	3'19"40	360 MB	0'23"47	0,97	(97)			
Sofía Quezada	11	1'21"11	120 MB	0'23"96	0,94	(94)			
Gabriela Tenesaca	11	6'39"98	720 B	0'25"33	1,21	(121)			
Mía Calle	10	4'08"30	480 MB	0'24"56	1,02	(102)			
Marcela Ramón	11	1'42"08	120 MB	0'21"65	1,38	(138)			
Arianna Roldán	11	14'57"33	1680 MA	0'20"89	1,22	(122)			
Matías Landívar	10	4'19"27	480 MB	0'26"49	1,40	(140)			
Felipe Armijos	11	14'57"31	1680 MA	0'22"15	1,47	(147)			
Carlos Villacís	11	14'57"34	1680 MA	0'21"40	1,46	(146)			
Juan Espinoza	10	1'39"67	120 MB	0'23"62	0,95	(95)			

Anexo E



Test Psicológico



"UNIVERSIDAD DE CUENCA"
FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA



La siguiente encuesta se realizará con el fin de obtener información acerca de cómo se ha sentido con respecto al Programa Lúdico de Baloncesto, impartido en la "Unidad Educativa Hermano Miguel De La Salle", el presente año lectivo, para la correcta resolución de esta encuesta se pide:

1. Lea detenidamente las preguntas y respuestas. Si tiene alguna duda consulte al profesor.
2. No se puede dejar ninguna pregunta en blanco.
3. No hay respuestas buenas o malas, esto no es un examen. Conteste de la forma más honesta y sincera posible. Recuerde: Lo que importa es su opinión.

Antes de empezar le pedimos que llene:

Sexo: F M Edad: 10

CUESTIONARIO	Totalmente en desacuerdo	Totalmente de acuerdo
Me he divertido realizando las actividades	1 2 3 4 5 6 7	7
Me agradaron los horarios en los que se dio el programa lúdico	1 2 3 4 5 6 7	7
Me agradaron los juegos realizados en el programa	1 2 3 4 5 6 7	7
Me he sentido motivado al realizar este programa	1 2 3 4 5 6 7	7
Me he sentido parte del programa	1 2 3 4 5 6 7	7
Me gustaría que existieran más programas lúdicos en baloncesto	1 2 3 4 5 6 7	7
Los juegos realizados me causaron beneficios	1 2 3 4 5 6 7	7
El profesor ha ayudado para un buen desarrollo de los juegos	1 2 3 4 5 6 7	7



Foto 1. Entrega de Consentimientos



Foto 2. Aplicación del Test Piloto ALPHA-Fitness (Resistencia)



Foto 3. Aplicación del Test Piloto ALPHA-Fitness (Velocidad)



Foto 4. Aplicación del Test Piloto ALPHA-Fitness (Salto)



Foto 5. Aplicación del Test Piloto de Rendimiento Global deportivo (Boteo)





Foto 7. Aplicación del Test Piloto de Rendimiento Global deportivo (Pases)



Foto 8. Aplicación del Test Piloto de Rendimiento Global deportivo (Lanzamiento)





Foto 9. Aplicación del Pre-Test ALPHA-Fitness (Resistencia)



Foto 10. Aplicación del Pre-Test ALPHA-Fitness (Velocidad)



Foto 11. Aplicación del Pre-Test ALPHA-Fitness (Salto)





Foto 12. Aplicación del Pre-Test de Rendimiento Global deportivo (Boteo)



Foto 13. Aplicación del Pre-Test de Rendimiento Global deportivo (Pases)



Foto 14. Aplicación del Pre-Test de Rendimiento Global deportivo (Lanzamiento)



Foto 15. Programa Lúdico (Calentamiento)



Foto 16. Programa Lúdico (Lanzamiento)



Foto 17. Programa Lúdico (Boteo)



Foto 18. Programa Lúdico (Pases)





Foto 19. Programa Lúdico (Pases)



Foto 20. Aplicación del Pos-Test ALPHA-Fitness (Resistencia)



Foto 21. Aplicación del Pos-Test ALPHA-Fitness (Velocidad)





Foto 22. Aplicación del Pos-Test ALPHA-Fitness (Velocidad)



Foto 23. Aplicación del Pos-Test ALPHA-Fitness (Salto)



Foto 24. Aplicación del Pos-Test de Rendimiento Global deportivo (Boteo)



Foto 25. Aplicación del Pos-Test de Rendimiento Global deportivo (Pases)



Foto 26. Aplicación del Pos-Test de Rendimiento Global deportivo (Lanzamiento)



Foto 27. Aplicación del Test SERVQUAL (Nivel de satisfacción del Programa Lúdico)



Foto 28. Aplicación del Test SERVQUAL (Nivel de satisfacción del Programa Lúdico)





Tabla 20

Cronograma de Actividades

ABRIL					
SEMANA 1			SEMANA 2		
Lunes	Miércoles	Viernes	Lunes	Miércoles	Viernes
Presentación Del Tema	Entrega de la Carta de Consentimiento	Recepción de la Carta de Consentimiento	Evaluación del Test Inicial Físico (Resistencia)	Evaluación del Test Inicial Físico (Velocidad y Agilidad)	Evaluación del Test Inicial Físico (Salto sin impulso)
	Evaluación del Test Piloto Físico	Evaluación del Test Piloto técnico			
	Programa Lúdico (boteo)	Programa Lúdico (pases)			
	Actividades: <ul style="list-style-type: none">• Comecocos• “La silla”	Actividades: <ul style="list-style-type: none">• Araña• Gallito			
ABRIL					
SEMANA 3			SEMANA 4		
Lunes	Miércoles	Viernes	Lunes	Miércoles	Viernes
Evaluación del Test Inicial Técnico (Boteo)	Evaluación del Test Inicial Técnico (Pases)	Evaluación del Test Inicial Técnico (Lanzamien tos)	Programa Lúdico (Boteo) Actividades: <ul style="list-style-type: none">• ¿A qué color vamos?• La inmunidad	Programa Lúdico (Pases) Actividades: <ul style="list-style-type: none">• Doble Araña• El rondo	Programa Lúdico (Lanzamiento) Actividades: <ul style="list-style-type: none">• El Lanzami ento• Cuenta atrás

**MAYO**

SEMANA 1			SEMANA 2		
Lunes	Miércoles	Viernes	Lunes	Miércoles	Viernes
Programa Lúdico	Programa Lúdico	Programa Lúdico	Programa Lúdico	Programa Lúdico	Programa Lúdico
(Boteo)	(Pases)	(Lanzamiento)	(Boteo)	(Pases)	(Lanzamiento)
Actividades:	Actividades:	Actividades:	Actividades:	Actividades:	Actividades:
<ul style="list-style-type: none"> • Las cintas • Persecución 	<ul style="list-style-type: none"> • Entrada • El Correo 	<ul style="list-style-type: none"> • Campo de minas • Balón Lanzador 	<ul style="list-style-type: none"> • El gato y el ratón • La mano pegadora 	<ul style="list-style-type: none"> • Súper hábil • De campo a campo 	<ul style="list-style-type: none"> • Vuelta al mundo • KAD

MAYO

SEMANA 3			SEMANA 4		
Lunes	Miércoles	Viernes	Lunes	Miércoles	Viernes
Programa Lúdico	Programa Lúdico	Programa Lúdico	Programa Lúdico	Programa Lúdico	Programa Lúdico
(Boteo)	(Pases)	(Lanzamiento)	(Boteo)	(Pases)	(Lanzamiento)
Actividades:	Actividades:	Actividades:	Actividades:	Actividades:	Actividades:
<ul style="list-style-type: none"> • El pescador • Los países 	<ul style="list-style-type: none"> • Balón lanzador 	<ul style="list-style-type: none"> • Más aros • La caja 	<ul style="list-style-type: none"> • Pato-pato-ganso • Cuatro Esquinas 	<ul style="list-style-type: none"> • Círculo • Pases 	<ul style="list-style-type: none"> • Rebote y tiro • Nuestra canasta

**JUNIO**

SEMANA 1			SEMANA 2		
Lunes	Miércoles	Viernes	Lunes	Miércoles	Viernes
Programa Lúdico (Boteo)	Programa Lúdico (Pases)	Programa Lúdico (Lanzamiento)	Programa Lúdico (Boteo)	Programa Lúdico (Pases)	Programa Lúdico (Lanzamiento)
Actividades:	Actividades:	Actividades:	Actividades:	Actividades:	Actividades:
<ul style="list-style-type: none"> Entradas El barco se hunde 	<ul style="list-style-type: none"> Salida rápida Ojos con los demás 	<ul style="list-style-type: none"> Sentados El gato 	<ul style="list-style-type: none"> Tula Rebasar obstáculos 	<ul style="list-style-type: none"> Balón Torre La telaraña y las moscas 	<ul style="list-style-type: none"> Juego a la canasta Diez canastas

JUNIO

SEMANA 3			SEMANA 4		
Lunes	Miércoles	Viernes	Lunes	Miércoles	Viernes
Evaluación del Test Final Físico (Resistencia)	Evaluación del Test Final Físico (Velocidad y Agilidad)	Evaluación del Test Final Físico (Salto sin impulso)	Evaluación del Test Final Técnico (Boteo)	Evaluación del Test Final Técnico (Pases)	Evaluación del Test Final Técnico (Lanzamientos)



Referencias bibliográficas:

- Américas, F. (2010). *Reglas de Mini Baloncesto de FIBA*. Obtenido de <http://www.fibaamericas.com/files/informes/C39806E38F1D4F4FA3B2E1075198700E.pdf>
- Balcells, M. C., & Anguera Argilaga, M. T. (2013). Métodos mixtos en la investigación. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 31-32.
- Blotta, M. (02 de enero de 2017). *Facultad de Derecho Universidad de Buenos Aires*. Obtenido de Facultad de Derecho Universidad de Buenos Aires:



http://www.derecho.uba.ar/extension/deportes_beneficios-del-basquetbol-a-la-salud.php

Blotta, M. (21 de Diciembre de 2018). *Facultad de Derecho Universidad de Buenos Aires*. Obtenido de http://www.derecho.uba.ar/extension/deportes_beneficios-del-basquetbol-a-la-salud.php

Brey, I. B. (11 de febrero de 2016). *Xunta de Galicia*. Obtenido de https://www.edu.xunta.gal/centros/cafi/aulavirtual2/pluginfile.php/33141/mod_resource/content/0/Metodologia_del_baloncesto_I-VF_12-13.pdf

Cardinal, M. C., & Duran, S. M. (2014). *Consejo Presidencial apra la Niñez y Adolescencia*. Obtenido de Consejo Presidencial apra la Niñez y Adolescencia.

Catellanos, K. (2012). *SCRIBD*. Obtenido de <https://es.scribd.com/doc/89080473/Antecedentes-prehistoricos-de-la-historia-del-basketball>

Crisorio, L. (2010). *Memoria Académica*. Obtenido de Memoria Académica: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.99/pr.99.pdf

De a poco se normaliza el deporte estudiantil. (24 de Febrero de 2018). *EL TIEMPO DIARIO DE CUENCA*. Obtenido de <https://www.eltiempo.com.ec/noticias/deportes/3/de-a-poco-se-normaliza-el-deporte-estudiantil>

Ecuador, M. d. (2012). *Ministerio del Deporte*. Obtenido de Ministerio del Deporte: http://aplicativos.deporte.gob.ec/Observatorio/images/Deporte%20en%20Cifras/DEPORTE_EN_CIFRAS%202012.pdf

Freitas, G. (2013). *Educación Física*. Obtenido de Educación Física: <http://gabrielafreites.blogspot.com/2013/05/el-balon-prisionero-tambien-conocido.html>

GILCARVEL. (21 de julio de 2008). *"Historia del Minibaloncesto"*. Obtenido de <http://gilcarvel1951.blogspot.com/2008/07/historia-del-minibaloncesto.html>

Guillén, G. C. (Noviembre de 2010). *efdeportes*. Obtenido de efdeportes: <https://www.efdeportes.com/efd150/la-ensenanza-del-baloncesto-en-formacion.htm>

Gutierrez, D. (07 de febrero de 2018). Obtenido de <https://www.kinacusports.com/bote-y-pase-en-el-baloncesto/>

Herrera, M. P., & Hernández Barbosa, R. (2014). *scielo*. Obtenido de <http://www.scielo.org.mx/pdf/ie/v14n66/v14n66a4.pdf>

Huala, A. (agosto de 2015). *Revista de Basquet*. Obtenido de Revista de Basquet: <http://revistadebasket.cl/wp-content/uploads/2015/09/Bolet%C3%ADn-T%C3%A9cnico-de-Mini-Basket-Agosto.pdf>

Jaramillo, T. (1982). Historia de los deportes en el Azuay. En T. Jaramillo, *Historia de los deportes en el Azuay*.



- JMB. (29 de Mayo de 2018). Inicia nueva semana del Campeonato de Baloncesto. *EL MERCURIO DIARIO INDEPENDIENTE DE CUENCA*. Obtenido de <https://ww2.elmercurio.com.ec/2018/05/29/inicia-nueva-semana-del-campeonato-de-baloncesto/>
- L, D. (septiembre de 2006). *WordPress*. Obtenido de WordPress: https://www.google.com/search?rlz=1C1CHBD_esEC776EC776&biw=1280&bih=640&ei=6Mq5XcvTNpKV5wLZojM&q=evaluacion+test+de+destreza+deportiva+baloncesto&oq=evaluacion+test+de+destreza+deportiva+bal&gs_l=psy-ab.3.0.33i22i29i30.1292.1788..3069...0.2..0.281.1026.2-
- Mendoza, J. E. (enero de 2012). *Universidad Rafael Landivar*. Obtenido de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2012/05/22/Tzic-Juan.pdf>
- Oliver, P. (08 de febrero de 2017). *guiainfantil.com*. Obtenido de <https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/juegos/la-gallinita-ciega-juegos-tradicionales-para-ninos/>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). *scielo*. Obtenido de scielo: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Páez, J. V. (2018). *Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE*. Obtenido de "La recreación en el proceso de enseñanza de aprendizaje del Mini Baloncesto en niños de liceo José Ortega y Gasset": <http://repositorio.espe.edu.ec/jspui/bitstream/21000/14504/1/T-ESPE-057900.pdf>
- Peña, S. R. (2018). *Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE*. Obtenido de "Las capacidades coordinativas especiales en el desarrollo de los fundamentos técnicos defensivos y ofensivos del baloncesto con niños de 10 a 14 años del Colegio Menor San Francisco de Quito": <http://repositorio.espe.edu.ec/jspui/bitstream/21000/15049/1/T-ESPE-057965.pdf>
- Quezada, D. J. (2009). Propuesta metodológica de entrenamiento para obtener la forma deportiva en las basquetbolistas juveniles del colegio bilingüe interamericano". *Tesis de maestría*.
- Rodriguez. (14 de octubre de 2009). *Canasta D2*. Obtenido de <https://canastad2.wordpress.com/basketecuador/>
- Ruiz, J. R., España-Romero, V., Castro Piñero, J., G Artero, E., B Ortega, F., Jiménez Pavón, D., . . . J Castillo, M. (diciembre de 2011). *ugr Universidad de Granada*. Obtenido de [ugr Universidad de Granada: https://www.ugr.es/~cts262/ES/documents/MANUALALPHA-Fitness.pdf](https://www.ugr.es/~cts262/ES/documents/MANUALALPHA-Fitness.pdf)
- Sixto, A. S. (junio de 2010). *efdeportes*. Obtenido de [efdeportes: https://www.efdeportes.com/efd145/juegos-populares-adaptados-al-baloncesto.htm](https://www.efdeportes.com/efd145/juegos-populares-adaptados-al-baloncesto.htm)
- Timón, L., & Hormigo, F. (2010). *El baloncesto como contenido en la Educación Física Escolar*. Sevilla: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA S.L.



Timón, Luis; Hormigo, Fran. (2010). *El baloncesto como contenido en la Educación Física Escolar*. Sevilla: Luis; Hormigo, Fran.

Torrano, C. V., & Turró Ortega, G. (2012). *Dialnet*.

Vargas, A. H. (08 de febrero de 2017). *Prezi.com*. Obtenido de Prezi.com:
https://prezi.com/qe5gaoehnf_a/tecnicas-defensivas-y-ofensivas-en-el-baloncesto/

Vélez, D. C., Alarcón López, F., Piñar Lopez, M., Fuentes-Guerra, X., Padial Puche, P., FericheCastanis, B., . . . Sixto Peregrín, P. (30 de octubre de 2015). *Federación Andaluza de Baloncesto*. Obtenido de file:///C:/Users/Angie/Downloads/3.-_Ense%C3%B1anza_del_baloncesto_mod._060718%20(1).pdf

Villa-González, E., Ruiz, J., & Chillón, P. (26 de Agosto de 2015). *Associations between Active Commuting to School and Health-Related Physical Fitness in Spanish School-Aged*.

Zeithaml, P. y. (1988). *AITECO CONSULTORES, SL*. Obtenido de AITECO CONSULTORES, SL.:
<https://www.aiteco.com/modelo-servqual-de-calidad-de-servicio/>