



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

UNIDAD DE POSTGRADO INVESTIGACION Y DESARROLLO

PROGRAMA DE MAESTRIA EN DOCENCIA Y GERENCIA EN EDUCACION SUPERIOR

**DIAGNÓSTICO DE LAS ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE QUE EMPLEAN
LOS DOCENTES EN EL DESARROLLO CURRICULAR EN LA CARRERA
DE CULTURA FISICA ESPECIALIZACIÓN BÁSQUET BALL
Y PROPUESTA DE UNA GUIA ALTERNATIVA**

Proyecto de grado que se presenta como requisito para optar por el Grado Académico de Magister en “Docencia y Gerencia en Educación Superior”.

Autora: GUZMAN, Rugel María del Pilar

Tutora Metodológica: MSc. Rosa Terán Araujo

Guayaquil, septiembre del 2012

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del programa de Maestría en Docencia y Gerencia en Educación Superior, nombrado por el Honorable Consejo Directivo de la Universidad de Posgrado de Investigación y Desarrollo.

CERTIFICO:

Que he analizado la Tesis de Grado presentado como requisito previo a la aprobación y desarrollo de la investigación para optar por el grado de Magister en Docencia y Gerencia en Educación Superior.

El problema de investigación se refiere a:

“DIAGNÓSTICO DE LAS ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE QUE EMPLEAN LOS DOCENTES EN EL DESARROLLO CURRICULAR EN LA CARRERA DE CULTURA FÍSICA ESPECIALIZACIÓN BÁSQUET BALL Y PROPUESTA DE UNA GUÍA ALTERNATIVA”.

Presentado por:

GUZMÁN Rugel María del Pilar

Apellidos y Nombres

0907525604

C.I.

Rosa Terán Araujo
Asesora Metodológica:

Guayaquil, septiembre del 2012

AUTORÍA

Los pensamientos, ideas, opiniones, citas, datos y análisis de la información obtenida a través de este trabajo de investigación son de exclusiva responsabilidad de la autora.

AUTORA: Guzmán Rugel María del Pilar

090752560-4

Firma

Guayaquil, septiembre del 2012

INDICE GENERAL	Pág.
CARÁTULA	
CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN DEL TUTOR	iii
AUTORÍA	iv
INDICE GENERAL	v
INDICE DE CUADROS	viii
INDICE DE GRÁFICOS	xi
RESUMEN	xiv
ABSTRACT	xv
INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I – EL PROBLEMA	5
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	5
Ubicación del Problema en un Contexto	5
Causas y Consecuencias	6
Delimitación del Problema	7
Planteamiento del Problema	7
Evaluación del Problema	8
OBJETIVOS: Generales, Específicos	9
JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA	10
CAPITULO II – MARCO TEÓRICO	12
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	13
Estrategias de Aprendizaje	13
Documental Actualizada	31
Orientación Filosófica y Educativa de la Investigación	70
Fundamentación Legal	79
Hipótesis	85
Variables de la Investigación	86
Definiciones Conceptuales	88
CAPITULO III – METODOLOGÍA	95
DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	95
Modalidad de la Investigación	95

	Pág.
Tipo de Investigación	96
Población y Muestra	98
Operacionalización de las Variables	99
Matriz de operacionalización de Variables	100
Instrumentos de la Investigación	101
Procedimiento de la Investigación	102
Recolección de la Información	102
Procesamiento y Análisis	103
Recopilación de información	104
Criterios para la elaboración de la propuesta	106
CAPITULO IV – ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	108
Análisis e interpretación de resultados	
Análisis de cuadros y gráficos	110
CAPITULO V - CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	139
Conclusiones	139
Recomendaciones	140
Prueba de hipótesis	142
CAPÍTULO VI - DESARROLLO DE LA PROPUESTA	146
Guía de estrategias de aprendizaje para el docente de Cultura Física	147
Índice	148
Introducción	150
Ficha Técnica	152
Factibilidad del proyecto	153
Factibilidad tecnológica	154
Antecedentes de la propuesta	156
Justificación	158
Objetivos operacionales	159

Pág.

Síntesis del diagnóstico	160
Estructura de la Propuesta	162
Unidad 1: Movimientos Naturales	164
Unidad Nº 2: Juegos	174
Unidad Nº 3: Entrenamiento de básquet Ball	208
Unidad Nº 4: Formación y salud	220
Bibliografía: Libros Propuesta	237
Web.	238
Referencias Generales	239
Anexos	240
Bibliografía	255
Referencias Bibliográficas	257

ÍNDICE DE CUADROS

	Pág.
Cuadro N° 1 Causas y consecuencias	6
Cuadro N° 2 Delimitación del problema	7
Cuadro N° 3 Características del buen docente según Gilbert G. Weaver	52
Cuadro N° 4 Población	98
Cuadro N° 5 Matriz Operacionalización de Variable	100
Cuadro N° 6 Etapas de la Investigación	101
Cuadro N° 7 Recopilación de Información	105
Cuadro N° 8 Condición del Informante	110
Cuadro N° 9 Edad	111
Cuadro N° 10 Género	112
Cuadro N° 11 Frecuencia de Capacitación de Estrategias de Aprendizaje	113
Cuadro N° 12 Técnicas de Aprendizaje	114

	Pág.
Cuadro N° 13 Mejorar el desarrollo Curricular	115
Cuadro N° 14 Práctica del Básquet ball	116
Cuadro N° 15 Implementos deportivos necesarios	117
Cuadro N° 16 Desarrollo de la disciplina deportiva	118
Cuadro N° 17 Implementación de las herramientas	119
Cuadro N° 18 Destrezas motrices	120
Cuadro N° 19 Los docentes deben ser capacitados	121
Cuadro N° 20 Uso de videos del Básquet Ball	122
Cuadro N° 21 Reglas del Básquet Ball	123
Cuadro N° 22 Prácticas del Básquet Ball	124
Cuadro N° 23 Calidad competitiva	125
Cuadro N° 24 Rendimiento académico de los docentes	126
Cuadro N° 25 Objetivos propuestos en el plan de clase	127
Cuadro N° 26 Técnica de fácil comprensión	128

	Pág.
Cuadro N° 27 Estrategias d aprendizaje	129
Cuadro N° 28 Enseñanza del básquet ball	130
Cuadro N° 29 El mini básquet es un juego mundial	131
Cuadro N° 30 El docente y la credibilidad en el aprendizaje	132
Cuadro N° 31 Conocimiento deportivo	133
Cuadro N° 32 Coordinación psicomotora	134
Cuadro N° 33 Estrategias de aprendizaje del básquet ball	135
Cuadro N° 34 Guía especializada	136
Cuadro N° 35 Conocimientos teóricos y prácticos	137
Cuadro N° 36 Estrategias de aprendizaje que más emplea el docente	138
Cuadro N° 37 Ficha técnica	152
Cuadro N° 38 Rubro de gastos	153
Cuadro N° 39 Características del deporte competitivo y educativo	177

INDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
Gráfico N° 1 Condición del Informante	110
Gráfico N° 2 Edad	111
Gráfico N° 3 Género	112
Gráfico N° 4 Frecuencia de capacitación de estrategias de aprendizaje	113
Gráfico N° 5 Técnica de aprendizaje	114
Gráfico N° 6 Mejorar el desarrollo curricular	115
Gráfico N° 7 Práctica del básquet ball	116
Gráfico N° 8 Implementos deportivos necesarios	117
Gráfico N° 9 Desarrollo de la disciplina deportiva	118
Gráfico N° 10 Implementación de las herramientas	119
Gráfico N° 11 Destrezas motrices	120
Gráfico N° 12 Los docentes deben ser capacitados	121
Gráfico N° 13 Uso de videos de básquet ball	122

	Pág.
Gráfico N° 14 Reglas del básquet ball	123
Gráfico N° 15 Práctica del básquet ball	124
Gráfico N° 16 Calidad competitiva del básquet ball	125
Gráfico N° 17 Rendimiento académico de los docentes	126
Gráfico N° 18 Objetivos propuestos en el plan de clases	127
Gráfico N° 19 Técnicas de fácil comprensión	128
Gráfico N° 20 Estrategias de aprendizaje	129
Gráfico N° 21 Enseñanza del básquet ball	130
Gráfico N° 22 El mini básquet es un juego mundial	131
Gráfico N° 23 El docente y la credibilidad en el aprendizaje	132
Gráfico N° 24 Conocimiento deportivo	133
Gráfico N° 25 Coordinación psicomotora	134
Gráfico 26 Estrategias de aprendizajes del básquet ball	135

	Pág.
Gráfico N° 27 Guía especializada	136
Gráfico N° 28 Conocimientos teóricos y prácticos	137
Gráfico N° 29 Estrategias de aprendizajes que más emplea el docente	138
Gráfico N° 30 Pruebas atléticas de carreras de velocidad	165
Gráfico N° 31 Carrera de resistencia	169
Gráfico N° 32 Ejecución del salto largo	171
Gráfico N° 33 Ejecución del salto alto	173
Gráfico N° 34 Canasta de básquet ball	179
Gráfico N° 35 Un encuentro de básquet ball	180
Gráfico N° 36 Cancha de básquet ball	183
Gráfico N° 37 Técnicas de defensa	188
Gráfico N° 38 Formas del dribling	192
Gráfico N° 39 Técnicas para el dribling	195

Pág.

Gráfico N° 40 Pases de pecho	204
Gráfico N° 41 Competencia de Básquet ball	207
Gráfico N° 42 Práctica del básquet ball	210
Gráfico N° 43 Tácticas de entrenamiento	214
Gráfico N° 44 Ejercicios calisténicos	228

UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL**UNIDAD DE POSTGRADO INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO
MAESTRÍA EN DOCENCIA Y GERENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR****DIAGNÓSTICO DE LAS ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE QUE EMPLEAN LOS
DOCENTES EN EL DESARROLLO CURRICULAR EN LA CARRERA DE CULTURA FÍSICA
ESPECIALIZACIÓN BÁSQUET BALL Y PROPUESTA DE UNA GUÍA ALTERNATIVA.**

Autora: Guzmán Rugel María del Pilar

Asesora Metodológica: MSc. Rosa Terán Araujo

RESUMEN

La presente tesis, tiene como objetivo conocer las estrategias de aprendizaje que emplean los docentes en el desarrollo curricular en la Carrera de Cultura Física ,especialización básquet ball a fin de proponer una guía alternativa metodológica para el personal docente a fin de lograr que se sienta preparado pedagógicamente en la práctica del deporte (Básquet), para ello se aspira poner a disposición de los docentes una Guía alternativa para mejorar las estrategias de enseñanza aprendizaje y orientarlos al desarrollo técnico-táctico. Esta tarea constituye un interés por colaborar con el proceso de innovación. Para la presente investigación, se recurrió a una investigación cualicuantitativa, para lo cual se recurrió a conocer a través de las encuestas, y de una investigación bibliográfica a lograr la información pertinente que permita diagnosticar el problema. Conscientes que los contenidos del Marco Teórico tienen concordancia con el tema a investigar, está ubicado dentro del sistema que abarca la completa información con lenguaje claro y preciso en el proceso de capacitación y perfeccionamiento. Está garantizado con instrumentos como cursos de actualización donde el docente se enriquecerá de conocimientos para transmitirlos a los estudiantes de la carrera de Cultura Física especialización básquet, quien demostrará libertad a la hora de transmitir los conocimientos adquiridos aumentando así el rendimiento en un 80% para lograr mantener la calidad de enseñanza aprendizaje. Esta Tesis cubre una de las exigencias académicas del área del Deporte en el que los maestros tienen una decidida participación. Los Contenidos Teórico-Prácticos contribuyen al afianzamiento de una serie de estrategias metodológicas en el área de Cultura Física cuya finalidad es el desarrollo integral del estudiante en las diferentes áreas: Intelectual, socio-emocional y bio-psicomotora. Los seis capítulos desarrollados, permitieron diagnosticar el problema y proponer una Guía que mejore los procesos de aprendizaje dinamizando el proceso. Se encuestó a 129 estudiantes y 15 docentes., población muy pertinente para los objetivos de la investigación. **DESCRIPTORES: ESTRATEGIAS - APRENDIZAJE - CULTURA FÍSICA BÁSQUET BALL- GUÍA.**

UNIVERSITY OF GUAYAQUIL**GRADUATE RESEARCH UNIT DEVELOPMENT MASTERS PROGRAM IN
TEACHING AND MANAGEMENT IN HIGHER EDUCATION****DIAGNOSIS OF LEARNING STRATEGIES TEACHERS USING CURRICULUM
DEVELOPMENT IN THE PHYSICAL CULTURE RACE AND PROPOSED MAJOR
BASKETBALL AN ALTERNATIVE GUIDE.**

**Author: Guzmán Rugel María del Pilar
Asesora Metodológica: MSc. Rosa Terán Araujo**

ABSTRACT

The importance of this thesis is to have qualified teaching staff, you feel ready pedagogically in sport (basketball), made available through an alternative guide to improve teaching and learning strategies and guide the technical development. Tactically, this task is an efficient way to collaborate with the innovation process, it is based on survey sampling by who tested to detect the problem. Aware that the contents of the framework are consistent with the research topic is located within the system that covers the complete information with clear and precise language in the process of training and development. It is guaranteed with instruments such as refresher courses where the teacher is to transmit knowledge to enrich the students of the career of basketball ball specialist Physical Education, who will demonstrate freedom to transmit the knowledge thus increasing the yield by 80% achieve and maintain the quality of teaching and learning. This thesis covers one of the academic requirements in the area of Sport's teachers have a strong participation. The theoretical and practical content to help build a series of methodological strategies in the area of physical culture aimed at the whole child development in different areas: intellectual, emotional and socio-bio-psychomotor performance. The four chapters that contains the @ thesis allows the teacher to develop a better self-learning process and interaction with his students and his intent becomes reality by presenting a guide to best work that stimulate and enhance the sports development. This project is a compilation of data and results in implementing curricular activities in the proposal there are methods that contain aspects.

**DESCRIPTIVE: LEARNING STRATEGIES, CURRICULUM DEVELOPMENT,
CULTURE PHYSIC, BASKET, GORGING.**

INTRODUCCIÓN

La presente tesis de grado, está dirigida a maestros en el área de Cultura Física especialización Básquet Ball, con la finalidad de potenciar su trabajo que les permita brindar una educación de calidad y al mismo tiempo la búsqueda de soluciones a los problemas planteados.

La experiencia, la teoría y la práctica educativa docente han hecho que la preocupación por la enseñanza aprendizaje de la Cultura Física en el nivel superior sea forzada y esclarecida con la vivencia de los estudiantes que han permitido tomar la decisión de estas páginas para ahondar en algo a la visión de nuestra educación superior, es así que con este aporte se pretende motivar un buen desarrollo del aprendizaje.

El enfoque que se hizo en este proyecto en cuanto a la enseñanza aprendizaje de la Cultura Física donde está inmersa la Educación Física, Deportes y Recreación; así mismo se requiere también aportar al campo de la renovación educativa en función de la formación integral del desarrollo de la personalidad del individuo.

La Cultura Física se divide en tres campos importantes que son: Educación Física, Deporte y Recreación. Se considera a la Educación Física como la parte intencional con la que el docente alcanza de los estudiantes el aprendizaje de los contenidos básicos; el Deporte es el campo de aplicación de lo aprendido con la intención del estudiante de competir y compararse; y la Recreación es el campo donde se aplica lo aprendido y dependiendo de la voluntad del estudiante de disfrutar, recuperar y emplear el excedente energético.

En esta tesis se aplicó diferentes conocimientos sobre los juegos deportivos (básquet ball) con el propósito de inducir inicialmente al mundo maravilloso que es el deporte.

Así mismo se buscó introducir la práctica del deporte a los estudiantes para que mejoren su metodología y de esta manera logren conseguir excelentes docentes en el área de Cultura Física.

El deporte se ha convertido en un elemento esencial de la cultura. Inicia unos planteamientos éticos, una manera de ser y de actuar, una conducta normal, al mismo tiempo que aporta una contribución original al conocimiento de uno mismo y de los demás. En muchas de sus manifestaciones especialmente en las actividades al aire libre, su práctica y ejercicio enriquece la sensibilidad. Los análisis científicos relativos a los aspectos psicológicos y fisiológicos del ejercicio físico.

El deporte es una actividad adaptada de diversas necesidades humanas del mundo contemporáneo, para su mejor integración social. Mediante la práctica del básquet ball logramos mantener un espíritu de lealtad y compañerismo y procurando preservar la moral deportiva.

El llamado "fair play" "juego limpio" es esencial en el deporte de alta competición, un basquetbolista debe ser exageradamente relevante y entregado a su deporte, en cuanto al entrenamiento y disciplina para conseguir buenos resultados a la hora de competir.

Con la propuesta de una Guía alternativa para mejorar las estrategias de la enseñanza aprendizaje se logró conseguir el mejoramiento técnico táctico para un mejor desarrollo deportivo.

El número de personas vinculadas directamente como participantes y protagonistas del fenómeno deportivo es elevadísimo, en el mundo hay

no menos de cien millones de jugadores de fútbol y algo más de ciento veinte millones de practicantes activos del básquet ball.

El deporte moderno es la fuerza social niveladora más efectiva y radical que existe, se encuentran gentes de todos los niveles, formaciones y procedencias entre los participantes.

El deporte es una excelente escuela para templar el espíritu en el esfuerzo, la colaboración, la amistad y el sufrimiento, practicar deportes como el básquet supone complementar decisivamente la formación del hombre. Poner el deporte (básquet ball) al alcance de todos, sin discriminación de raza, credo religioso o ideología política, debería ser, junto con el libre acceso a la Educación y la Cultura, una de las preocupaciones fundamentales de toda obra de gobierno.

En consecuencia la Cultura Física y los Deportes también aportan al campo de la renovación educativa que contempla el Ministerio de Educación y Cultura y es considerada como base del desarrollo bio-sico-social del ser humano en función de la formación integral y; por lo tanto, responsable del Desarrollo de la personalidad del individuo.

El presente trabajo de tesis de grado se conforma de seis capítulos, estructurados de la siguiente manera: *Capítulo I*, se expone el planteamiento del problema, los objetivos del estudio, su justificación de el porqué se decidió realizar la investigación y su delimitación; *Capítulo II*, se presenta el marco teórico en donde se declaran los elementos teóricos básicos utilizados en el desarrollo de la investigación, además se plantea la hipótesis de la investigación y otras preguntas como complemento de la formulación del problema; *Capítulo III*, se detalla la metodología utilizada, el método científico, la modalidad de investigación, unidades de observación, se identifica la población y muestra que se tomó para el desarrollo de la tesis y la matriz de Operacionalización de las variables

involucradas; el *Capítulo IV*, presenta el análisis y la interpretación cualitativa de todos los datos obtenidos en la investigación incluye las respectivas conclusiones, recomendaciones y las respuestas a las hipótesis, el Capítulo V presenta las Conclusiones y Recomendaciones, y el *Capítulo VI*, se presenta la propuesta que aspira solucionar el problema expresado en una Guía alternativa de estrategias de enseñanza aprendizaje para mejorar el rendimiento en los estudiantes que practican la disciplina de este deporte (Básquet Ball).

CAPITULO I
EL PROBLEMA
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Ubicación del problema en un contexto

Un conocimiento de la realidad a través del criterio de los docentes, fue la fuente del problema “Diagnóstico de estrategias de aprendizajes en los docentes y estudiantes, del cuarto año de la facultad de Cultura Física”.

1. La solución de este problema permitirá mejorar el aprendizaje.
2. Fomentar estrategias para un buen desarrollo Curricular en los Docentes.

Es por eso que al realizar el análisis se comprobó que los docentes de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Guayaquil no cuentan con un vasto conocimiento de estrategias de aprendizaje.

Situación conflicto

El estudiante universitario inicial se enfrenta a la necesidad de aplicar nuevos conocimientos en estrategias de aprendizaje con relación a un buen desarrollo curricular.

Su rendimiento académico será en función de tomar correcciones en este aprendizaje y aplicarlos eficazmente.

CAUSAS Y CONSECUENCIAS

CUADRO N° 1

CAUSAS Y CONSECUENCIAS DEL PROBLEMA	
CAUSAS	CONSECUENCIAS
Actualización de conocimientos	Seminarios actualizados en estrategias de aprendizaje
Desconocimiento de los docentes en estrategias de aprendizaje.	Docentes tradicionales y con bajo nivel académico
Formación académica	Profesionales graduados en la Facultad de Cultura Física especialización Básquet Ball.
Participación en talleres	Mejoras en el nivel académico y profesional.
Conocimiento pedagógico en estrategias de aprendizaje	Planificación en el desarrollo del proceso de enseñanza.
Improvisación en las sesiones de enseñanza aprendizaje	Estudiantes sin conocimiento secuenciales en su proceso de aprendizaje..
Baja autoestima académica	Poco interés por su profesionalismo docente.
No existen Guías especializadas	Falta de orientación en estrategias de aprendizaje.
Falta de interés por capacitarse	Rendimiento académico insuficiente
Escasa motivación en los docentes	Trabajos monótonos repetitivos

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

A continuación se presenta el CUADRO N° 2 con los datos representativos de la delimitación del problema.

CUADRO Nº 2
DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

Ámbito	Delimitación
Campo	Educación Superior
Área	Capacitación Docente
Aspecto	Estrategias de Aprendizaje
Tema	Diagnóstico de las Estrategias de aprendizaje que emplean los docentes en el desarrollo curricular en la carrera de cultura física especialización básquet ball y propuesta de una guía alternativa

DELIMITACIÓN: GEO – TEMPORO - ESPACIAL

Geografía: Guayaquil ciudadela universitaria, facultad de educación física

Tiempo: Año 2012

Espacio: Año lectivo 2011 – 2012

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

¿Cómo inciden las Estrategias de enseñanza aprendizaje en los docentes y estudiantes de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Guayaquil? .

En los docentes de la Facultad de Cultura Física incide en mejorar las Estrategias de enseñanza aprendizaje, por medio de capacitación y orientados mediante una Guía Alternativa para transmitir de la mejor manera a los estudiantes de la Facultad.

Variable 1. Diagnóstico de las **estrategias de aprendizaje** de los docentes de la facultad de cultura física.

Variable 2. Mejorar los **procesos de aprendizaje** en la carrera de cultura física.

Variable 3. Elaborar una **Guía alternativa de estrategias de aprendizaje**.

EVALUACION DEL PROBLEMA

Los aspectos generales de evaluación son:

Delimitado: La tesis de diagnóstico de las estrategias de aprendizaje, será aplicado en la carrera de Cultura Física en el próximo período lectivo con el objetivo de mejorar académicamente.

Original: Este tema es original porque su contenido es actual y no ha sido propuesto por persona o institución alguna anteriormente.

Factible: Porque cuenta predisposición de las autoridades, personal docente y estudiantes dispuestos a aplicar la presente propuesta.

Evidente: Los procesos de enseñanza aprendizaje serán actualizados en forma permanente, conforme los adelantos pedagógicos; se evidencia que los docentes necesitan esta innovación educativa en beneficio de los estudiantes.

Concreto: La propuesta es realizable en la carrera de Cultura Física, además, se introdujo la interacción de la práctica del Básquet Ball, para lograr mejoras en la enseñanza aprendizaje en los estudiantes.

OBJETIVOS

Objetivos Generales:

- Evaluar las estrategias del aprendizaje de los docentes para mejorar la capacitación y rendimiento en los estudiantes.
- Determinar las estrategias de aprendizaje en la carrera de cultura física, para que los estudiantes desarrollen sus prácticas mediante los nuevos conocimientos en técnicas y tácticas.
- Elaborar una Guía alternativa de estrategias del aprendizaje de los docentes de la facultad cultura física para mejorar el rendimiento académico de los docentes.

Objetivos Específicos:

- Analizar la enseñanza aprendizaje de los docentes en la facultad de cultura física para un buen desarrollo curricular.
- Identificar los problemas de aprendizaje de los estudiantes.
- Seleccionar las estrategias de aprendizaje de acuerdo a cada nivel para seguir la secuencia de los planes curriculares.
- Detallar cada estrategia a utilizar para mejorar el aprendizaje de los alumnos.

- Diseñar una Guía Alternativa de estrategias de aprendizaje en la carrera de cultura física para aplicar habilidades y destrezas en los estudiantes.

JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

Esta temática tiene especial interés en la problemática que viven los docentes y estudiantes de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Guayaquil, al no contar con una Guía de estrategias de aprendizaje adecuada a la realidad del presente siglo y que no utilizan estrategias apropiadas.

A través de esta Tesis, se tratará de palear en parte el problema, para tratar de hacer llegar a los estudiantes y docentes de la Facultad de Cultura Física, una serie de estrategias activas para renovar inmediatamente sus conocimientos. Así mismo se pretende fortalecer las técnicas y tácticas con enfoques novedosos que estimulen el aprendizaje como aspecto fundamental en el proceso de educar.

Las estrategias de aprendizaje son proposiciones que responden a fundamentaciones filosóficas, que constituyen un cuerpo sistematizado, de conceptos, categorías y leyes que tratan de explicar, resolver los problemas del aprendizaje y generar nuevos cuestionamientos, respuestas e investigaciones.

En consecuencia, todas las acciones educativas siendo actos intencionales, deben estar regidas por una estructura sistematizada de conceptos, categorías y leyes del aprendizaje que no son otra cosa que las Teorías de aprendizaje.

Un maestro que desconozca una firme orientación teórica, estará haciendo inevitablemente muy poco, más que cumplir con sus obligaciones de trabajo.

La investigación impulsa el mejoramiento de la calidad de la educación:

- Que se haga mayor énfasis en la enseñanza aprendizaje de las técnicas y tácticas.
- Que el conocimiento de la didáctica y metodología aplicada en la Cultura Física sea actualizada.
- Proponer un nuevo modelo didáctico en la Cultura Física
- Conlleva a tener capacidad de respuesta ante nuevos desafíos

La falta de capacitación permanente sobre estrategias de aprendizaje requiere la atención de los docentes y estudiantes, por lo tanto se consideró necesario sugerir nuevas técnicas y tácticas.

Con la Guía alternativa para mejorar la enseñanza aprendizaje, se pretende colaborar en el desarrollo de las prácticas y conseguir cualidades requeridas.

Se trazó una meta para poder desarrollar los métodos de entrenamiento para mejorar la eficiencia deportiva. Un mentalizador de los juegos olímpicos. **DE CUBERTIN Pierre, (1896) “Manifiesta que la introducción del deporte se debe al hecho de ser impulsor” (p.11).**

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

En cumplimiento con el reglamento establecido previo al planteamiento del problema de la Tesis educativa, se remite a investigar si en los archivos de la Universidad de Guayaquil y en otras universidades de otros países reposan trabajos realizados al respecto y se constató que no existe; por lo que se partió hacia la investigación.

Reviste caracteres de suma importancia el tema que tiene como finalidad dar oportunidad a los estudiantes y docentes de la Facultad de Cultura Física, para que busquen bajo su criterio como mejorar las estrategias de aprendizaje de acuerdo a sus necesidades e intereses.

El tratamiento de la enseñanza de la Cultura Física se hace en función del aprendizaje significativo, que se fundamenta en la concepción constructivista del aprendizaje, esto significa que los conocimientos son alcanzados por los individuos cuando interaccionan con el medio, cuando manipula los aparatos, implementos y elementos, al relacionarse con sus compañeros.

Cultura Física es toda ciencia o actividad que gire en torno al hecho de educar con el empleo del movimiento humano y olvidar cualquiera de los dos aspectos (hecho educativo y motor) supone falsear la realidad. La

cultura física se puede considerar como una verdadera pedagogía de las conductas motrices de los individuos. Su finalidad es la educación y el medio donde se puede emplear la motricidad.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Los procesos de las Estrategias de aprendizaje permitirán optimizar el tiempo y los recursos que faciliten a los estudiantes y docentes alcanzar un nivel adecuado, completo e integral para mejorar el desarrollo curricular de esta importante área de la Cultura Física.

ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

Independientemente del método particular que utilice el docente, el desarrollo de una clase o lección, como cualquier trabajo intelectual tiene tres momentos de realización: Principio, desarrollo y fin. Por lo tanto sin tomar en cuenta las acciones previas o preparatorias, que corresponde al docente casi exclusivamente, la estructura de una clase, tomada en un sentido general, comprende actividades iniciales, de elaboración y de conclusión.

La inducción y el análisis, la deducción y la síntesis se aplicaron en íntima relación entre sí. Solo así se logrará el objetivo educativo de la clase. El conocimiento está construido esencialmente sobre la base del análisis. Sin conclusiones generalizadoras no se consiguen resultados, no se logra un conocimiento sistemático o con mayor razón no se puede orientar la reflexión de los estudiantes hacia la profundización de los conocimientos y su aplicación en la práctica.

Para implementar una propuesta educativa no se necesita de implementos costosos o sofisticados, el docente puede utilizar materiales de desuso, o adquiridos a bajo costo, se puede contar con los materiales que brinda el entorno como son botellas plásticas, latas, papeles, cartones y muchos más, que sean ágiles y sencillos, posibles de ser renovados cada cierto tiempo para mantener la novedad o mejorarlos. Es posible desechar cada año cierto número de materiales o implementos y ver la forma de reemplazarlos.

Según Shuell:

Se identifica dos líneas principales de trabajo iniciadas desde la década de los setenta. La aproximación impuesta que consiste en realizar modificaciones o arreglos o en el contenido o estructura del material de aprendizaje y la aproximación inducida que se aboca a entrenar a los aprendices en el manejo directo (Pág. 68).

Objetivos del Aprendizaje

Los objetivos son metas concretas, particulares, que pueden apreciarse en la marcha del aprendizaje. Son logros a corto, mediano o largo plazo, que permiten orientar el aprendizaje paso a paso, es el punto de llegada previsto para el estudiante, orienta las acciones y determina las formas de apreciar la eficacia de las acciones.

Los objetivos deben ser formulados anticipadamente y deben guiar, dirigir las diferentes acciones docentes, para la consecución de las grandes finalidades de la educación.

En función de lo expresado anteriormente, se puede manifestar que al finalizar un proceso de interaprendizaje, sea de un día, de una hora, un año o varios años. Los estudiantes lograrán nuevas conductas

como resultado de dicho proceso. Se llama objetivos a los resultados en términos de conducta, que se espera que los estudiantes logren al finalizar el proceso de aprendizaje.

Por lo tanto los objetivos, se formulan en el momento de planificar y son cambios de conducta esperados; en cambio, los resultados son los cambios de conductas logrados.

Los objetivos deben formularse desde el punto de vista del estudiante, ya que el que aprende es él y es quien cambia su conducta. Así mismo deben formularse en términos de conducta, ya que son las conductas que se espera que los estudiantes logren, finalizando el proceso de interaprendizaje.

Los Objetivos de Aprendizaje y Propósitos del Docente

Los objetivos de Aprendizaje son los cambios de conducta que se espera del estudiante. El propósito del Docente es lograr el Objetivo, con las actividades que realiza. Cuando se formula un objetivo se enfoca en lo siguiente:

¿Qué conducta tiene que lograr el estudiante, cuando finalice el proceso de interaprendizaje?

La respuesta puede ser:

Resolver problemas

Cuando se formula un propósito, se debe preguntar **¿Qué se va a hacer como profesor para que el estudiante logre el objetivo?**

La Respuesta puede ser:

Explicar el procedimiento para resolver problemas

Existen ocasiones en las que un mismo verbo, sirve para referirse a un objetivo o a un propósito.

La diferencia no radica en los términos empleados, sino en el enfoque que se adopta en la formulación.

Pestalozzi J. (1801) argumentaba que:

“El objetivo de la instrucción es lograr una intuición clara de lo verdadero, recto y bueno. Su método se basaba y en el entendimiento progresivo, desde lo fácil a lo difícil, y desde lo simple hasta lo complejo, el fin de la educación era conseguir en cada niño el desarrollo integral de sus capacidades”. (pág. 30)

Teoría de la Enseñanza Aprendizaje

La relación Enseñanza Aprendizaje es el objeto de la didáctica, pero no se pueden dejar al margen los factores psicológicos y sociológicos que intervienen en el proceso. Por lo tanto, se puede entender que el objeto formal de la didáctica es el conocimiento del conjunto de condiciones sociales, psicológicas y pedagógicas que influyen en el acto de aprender y lo determinan.

Las didáctica actual ha puesto de relieve la existencia de un buen número de condicionamientos afectivos, cognitivos, sociales y metodológicos, que el docente debe conocer e investigar para entender el alcance y significado de una enseñanza cuyo objetivo es el aprendizaje creativo, activo, crítico y reflexivo. Desde esta concepción, y sin olvidar la

metodología a emplear, se analizan la motivación, la memoria o la atención asociados a la instrucción.

Algunos autores consideran que la didáctica no se interesa tanto por lo que va a ser enseñado cuanto por cómo se va a enseñar. Sin intención de formular una nueva definición. Puede afirmarse que la didáctica es la ciencia o el cuerpo de conocimientos científicos contruidos a partir del análisis teórico y de la práctica de todos los procesos que intervienen en la relación Enseñanza Aprendizaje en el estudiante.

La didáctica, por su sentido práctico, se instala en el terreno de la acción. La teoría práctica, tal como la definió **DURKHEIN 1992**, **“se entiende como práctica gobernada por la reflexión teórica, que se nutre, a la vez, de la práctica de la que surge y que debe abarcar cualquier tipo de conocimiento”**. (pág. 80.)

Así la didáctica determina un conjunto de normas generales válidas para el aprendizaje de cualquier materia, además de aportar toda clase de conocimientos culturales. La Didáctica especiales, a pesar de tener carácter aplicativo o técnico, carecen de calidad científica en sí mismas y sólo la adquieren gracias a la concreción de las leyes, principios y normas de la didáctica.

El estudiante deberá tener la oportunidad de satisfacer sus necesidades básicas de aprendizaje. Estas necesidades abarcan tanto las herramientas esenciales para el aprendizaje, la expresión oral, el cálculo, la solución de problemas, como los contenidos básicos del aprendizaje, conocimientos teóricos-prácticos, valores y actitudes necesarios para que

los seres humanos puedan sobrevivir, desarrollar plenamente sus capacidades, vivir y trabajar con dignidad, participar plenamente en el desarrollo, mejorar la calidad de vida, tomar decisiones fundamentales y continuar aprendiendo.

Adicionalmente a las necesidades básicas de aprendizaje priorizadas por la UNESCO, especifican otras expectativas de la sociedad actual en relación con la escuela, se dice que la comunidad social espera que la escuela de hoy forme personas capaces de entender diferentes clases de códigos, de comunicarse con fluidez. Personas preparadas para identificar alternativas y responder creativamente, capaces de valorar y elegir automáticamente. Aptas para explicarse e interpretar los hechos y fenómenos de la realidad. Listas para adaptarse cada vez que cambien las tecnologías y para participar en trabajos cada vez más complejos. Personas capaces de comprometerse con un desarrollo sustentable, con el respeto de la diversidad y con el mantenimiento de la paz.

Hasta el siglo pasado era suficiente que los estudiantes salieran de las escuelas aprendiendo a leer, escribir y calcular, posean unos pocos rudimentos sobre geografía y ciencias de la naturaleza y un conjunto de reglas de moral, el siglo actual demanda cada vez más de la escuela. los planificadores pretendieron satisfacer esa exigencia agregando más materias y horas al pensum escolar.

Lejos de conseguir resultados satisfactorios, la escuela sólo logró atiborrar la mente de los estudiantes con datos aislados y a la larga, estériles, frecuentemente la institución escolar perdió la credibilidad de los mayores y creó resistencia en los estudiantes.

Aprendizaje Significativo

Con el fin de fomentar la curiosidad por el saber y el interés por aprender, el estudiante debe encontrar sentido y relevancia en los quehaceres de los centros educativos. El maestro decía **RODRÍGUEZ 1996 “lo que no se hace sentir no se entiende y lo que no se entiende, no interesa”** (Pág.38)

Dos atributos son sustantivos en el aprendizaje: La significación y la funcionalidad, por ser significativo, el aprendizaje debe responder a las motivaciones de los estudiantes cuyo interés de aprender se definen a partir de: la necesidad de comprender la realidad es decir el interés cognitivo, la necesidad de autovaloración y reconocimiento por parte de los otros y la necesidad de identificarse con su grupo o el interés asociativo.

Para ser funcional el aprendizaje debe poseer capacidad de aplicación práctica o de transferencia a nuevos aprendizajes. Cualquier persona ante cada situación nueva, aplica lo que ya sabe, los esquemas que posee. Todo conocimiento nuevo necesita sostenerse en los conocimientos previos, partir de ellos y con los que vienen después.

Siendo significativo el aprendizaje también debe ser placentero. Hay que insistir sobre este punto, la escuela y el aula deben ser espacios de trabajo en Cultura Física es necesario contar con el espacio físico como por ejemplo un patio o un coliseo para alcanzar las metas, pero también lugares de regocijo, escenarios donde se fabriquen las más grandes alegrías.

No sólo porque allí transcurren los años y porque allí se forjan las primeras amistades, sino por otras satisfacciones que refuercen esta vivencia generalizada. Tal vez la más importante sea la de acceder al gozo del descubrimiento, a la recreación y la creación, la de conocer, la de familiarizarse con los libros, con los demás a la hora de una clase de Cultura Física o de cualquier otra materia, fuentes permanentes de conocimiento y de placer, de las cuales se derivan otras gratificaciones.

Los términos Enseñanza Aprendizaje están directamente relacionados con el concepto de didáctica, el proceso de aplicación de ésta, conocido también con el nombre de metodología, implica múltiples actuaciones y decisiones en la intervención educativa que pueden conducir bien al éxito o al fracaso.

Tanto la Educación Física como el Deporte presentan ciertas características que dotan a la enseñanza de ambas especialidades de un carácter genuino y diferencial.

Una vez argumentada la necesidad de una didáctica específica de la Educación Física, se presenta una síntesis de las diferentes fases del proceso de Enseñanza Aprendizaje en la Cultura Física, en primer lugar se estudia la preparación de la intervención instructiva a través de los criterios de programación. Seguidamente se aborda la ejecución de la intervención didáctica a través de la organización de la clase, los estilos de enseñanza que se va a utilizar, la gestión y el control de las situaciones imprevistas, y la utilización de los recursos y los materiales didácticos. Luego se concluye con la frase de evaluación para determinar si los estudiantes han logrado los objetivos previstos.

Por límites de espacio, se ha intentado simplificar los múltiples aspectos que aparecen en el proceso de Enseñanza Aprendizaje de la Cultura Física. Estos límites han obligado seleccionar los contenidos que han adquirido una mayor importancia en la Cultura Física renunciando a otros que no por ello son menos importantes.

La Cultura Física se concibe como una parte importante del aprendizaje del estudiante que incluye la actividad física en su doble vertiente de juego libre y juego codificado o reglamentado, el profesor actual entiende a la Cultura Física como un área más del curriculum, cuyo objetivo fundamental, como el de respeto de áreas, es el desarrollo integral de la persona.

Si se identifica los principales factores positivos y negativos que tiene la organización o institución de plantear caminos que servirán para superar errores, esos caminos o posibles soluciones lo constituyen las estrategias que son grandes acciones que se pueden emplear en el planteamiento de líneas de acción y proyectos. Como ejemplo de estrategias pueden constituirse la capacitación, la comunicación, la observación, la participación, y más.

M. Mosston citado por Manual de la Educación, englobó en la expresión estilos de enseñanza.

Los utilizados hasta entonces, como mando directo, asignación de tareas, enseñanza recíproca, resolución de problemas o descubrimiento guiado. Explicó que la expresión estilo de enseñanza comenzó a utilizarse para diferenciar nuevas actitudes respecto a la enseñanza de otras ya existentes. Palabras como método, aproximaciones, modelos y estrategias se empleaban y siguen empleándose de distintos modos por diferentes autores.(pág. 86).

Estrategias Didácticas

El orden que se debe seguir respecto a los objetivos, a los contenidos y a la organización del grupo o de los grupos incidirá, sin ninguna duda, en la forma de desarrollar la clase.

Clases de estrategias

El material didáctico.- La elección de unos ejercicios o juegos determinados depende del material disponible en el centro y del que se puede crear.

El modelo de evaluación.- En el área de la cultura física, como en el resto de las que componen el currículum escolar, se evaluará preferentemente de forma continua, con intención formativa y no sólo sumativa y se fomentará la autoevaluación de los estudiantes.

Principios didácticos.- Deben tener varios referentes así se puede señalar:

Progresividad.- Se basa en el principio constructivista que establece la necesidad de pasar de lo concreto a lo abstracto, de lo conocido a lo desconocido, de lo fácil a lo difícil, teniendo en cuenta una progresión creciente en cuanto a intensidad y dificultad, cabe concretar que saltar primero con el pie derecho y después con el pie izquierdo serían los pasos previos a saltar con los dos; o que para trabajar la coordinación habría que comenzar por una coordinación óculo manual sencilla, por ejemplo botar una pelota, antes de pasar a una más compleja, como puede ser una coordinación óculo – manual y prédica al mismo tiempo,

mediante una acción motora, en la que intervengan el balón, la mano y el pie.

Individualización.- Se debe situar en la perspectiva de cada estudiante y tratar por separado sus problemas y dificultades, el objetivo de este aspecto es potenciar la mejora del trabajo individual teniendo en cuenta las posibilidades de cada estudiante para ponerlas al servicio de la colectividad.

Por ejemplo si en un partido de baloncesto se observa que hay un grupo de tres o cuatro estudiantes que no participan porque tienen menos riqueza motriz que el resto del grupo y los más habilidosos no les pasan el balón porque creen que la perderán, el docente debe detectar el problema y retomar el trabajo individual para que mejoren sus capacidades y no sean desagregados del grupo.

Motivación.- Consiste en despertar el interés, la atención y el entusiasmo y con mucha variedad a los ejercicios, a los juegos y a la manera de usar el material, la confianza y la motivación se consiguen mediante el trabajo de progresión e individualización, que depende de una programación correcta. Así se consigue que el estudiante avance y es en ese avance cuando adquiere confianza y seguridad.

Visión.- Es la descripción deseada para la institución u organización basada en el concepto de desarrollo, la cultura organizacional y los valores personales, es un desafío difícil pero no imposible, de largo plazo pero factible de lograr que responda a las siguientes preguntas.

Para formular la visión es útil imaginar cómo se quiere estar o verse después de un tiempo determinado, generalmente de tres a cinco años, dependiendo del ámbito en el cual se realiza la planificación.

Visión andragógica.- El adulto universitario desafiando el infortunio se eleva sobre los obstáculos en busca del conocimiento científico y humanístico, para purificar su mente de la ignorancia.

La educación superior es libertad, solidaridad humana, defensa de la naturaleza, acción creadora, innovación vital; que permite soñar en un mundo mejor y justo sin explotación pleno de éxito, colmado de felicidad y amor.

El estudiante andragógico es dueño de su propio destino educacional, con una fuerte dosis de autoestima considerando que su evolución y formación educativa lo hace solo venciendo la pereza, desidia, angustia, para triunfar y estudiar en beneficio de su propia educación. **Grant (2005) “En el fondo del tiempo es todo cuanto poseemos, y conviene pensar que no es cuestión de ahorrarlo, sino de disfrutar de él” (p. 83)**

¿Para qué sirve?

- Ayuda a ver claramente el destino de la organización o institución
- Distingue lo útil de lo inútil en ese camino a recorrer
- Facilita la toma de decisiones, pues quien sabe a dónde va, igual conoce lo que debe hacer
- Contribuye a la unidad de pensamiento, ya que todos tendrán un fin común.

Características de una visión

- Debe ser emocionante
- Debe tocar el corazón de las personas que la leen
- En la redacción debe ser breve, fácil de entender y puede utilizar metáforas o ser poética.

Errores que deben evitarse al plantear una visión

- Tan alta que resulte imposible de lograr
- Redactada de una manera tan amplia, con muchas palabras que se pierde el sitio exacto al que se desea llegar.

Desarrollo Curricular

En la actualidad en cualquier actividad profesional la planificación es una tarea imprescindible, que efectúa para prever todas las acciones a realizar y con ello optimizar los recursos existentes, evitar la improvisación y el desgaste innecesario de energía y tiempo, para lograr el éxito y los objetivos deseados.

En el campo educativo donde los maestros con sus actividades de aprendizaje con antelación planificadas y con el ejemplo, estamos cincelandos las personalidades de las nuevas generaciones de la sociedad ecuatoriana. Con este análisis, se quiere destacar la importancia que la

planificación curricular tiene, en el marco de las instituciones educativas, pues constituye una fase de fundamental importancia.

Esta tesis tiene el propósito de que los programas de estudio tengan un alcance y las consecuencias correspondientes y sea visible a lo largo de todo el sistema educativo, con la finalidad de reforzar el conocimiento.

El desarrollo curricular se concreta en que es un esquema que sirve de guía para la acción de cada maestro, que prevea una organización, una estructura para la realización de las experiencias de aprendizaje, tiende a evitar la repetición innecesaria y la omisión de aspectos importantes en el aprendizaje.

Andino P. (2004) enfoca que:

“El conocimiento empírico se vincula a los sentidos, ya que su conocimiento fundamental está formado por datos sensoriales, aunque también incluye en uno u otro grado, la elaboración racional de estos datos y en parte sobrepasan sus límites” (p. 14)

Los Docentes:

Todas las investigaciones y reflexiones que se han hecho sobre educación en los últimos años concuerdan en relevar el papel de los docentes en el sistema educativo. En realidad ninguna reforma educativa puede tener la menor garantía de éxito sin la participación decidida de los docentes pues, en última instancia es en el aula donde se efectivizan las innovaciones y donde se valoran los cambios.

Deporte Básquet Ball

Este juego nació a finales del siglo XIX implantado por el Sr. James Naismith en el colegio norteamericano de Springfield, tiene similitudes y características con uno inventado por los incas llamados Por – tapok, otro juego similar tenían los indios Olmaces y aztecas mexicanos. El Básquet es un deporte muy rápido, de contactos personales en el que participan dos equipos de cinco jugadores principales y cinco o siete suplentes. El objetivo es tener más puntos que el equipo contrario en un tiempo dado.

Fundamentación Filosófica:

Platón fue un notable filósofo y luchador, que otorgó gran importancia al deporte en la educación de los jóvenes helenos, así en su célebre obra “La República” defiende a la gimnasia armoniosa sencilla como la disciplina educativa que debe combinarse para obtener la perfección del alma. De esta manera se consigue formar jóvenes equilibrados, en este caso se trata de una gimnasia con objetivos filosóficos y que se opone al culto, el cuerpo como tal.

Además del deporte y la Cultura Física los griegos disfrutaban también de los juegos, no incluidos en los festivales atléticos, que servían para llenar las horas de descanso y de ocio. Entre ellos se encuentran numerosos juegos tradicionales que de una u otra manera han perdurado hasta nuestros días, por ejemplo canicas, aro, rayuela, columpio, el yoyo, juegos con pelotas y más.

Fundamentación Pedagógica

El estudio pedagógico de la actividad física se la debe contemplar desde la lógica de las ciencias de la educación porque dentro de ellas se vislumbra el camino más apropiado, tanto para la proximidad conceptual y de contenidos como por el tratamiento metodológico de la investigación, sin olvidar la intercomunicación entre ellas y otros grupos de disciplinas científicas materiales y humanas ocupadas de los más diversos aspectos del movimiento; en realidad indisociables; el movimiento como proceso biológico (fisiología) como fenómeno físico (biomecánica – Kinesiología) como medio del rendimiento laboral y/o deportivo (Ergonomía) como base y fundamento de las manifestaciones deportivas de la cultura.

Por lo tanto la cultura física “es toda ciencia o actividad que gire en torno al hecho de educar con el empleo del movimiento humano” y olvidar cualquiera de los dos aspectos (hecho educativo y motor). La Cultura Física se puede considerar como una verdadera pedagogía de las conductas motrices de los individuos, su finalidad es la educación y el medio donde se puede emplear la motricidad.

Fundamentación Psicológica

A partir del siglo XVIII aparecieron numerosos psicólogos, y pensadores que se sentaron las bases de la cultura física moderna e influyeron en los centros educativos y sistemas posteriores. Los psicólogos como Spaltró implica una aceptación de pautas sociales es decir la afirmación del concepto de grupo, aún la más aislada actuación deportiva trae implícito el concepto de equipo, de grupo, para el cual existe la posibilidad de socialización, permite una evaluación de los

sentimientos de seguridad y culpa, evaluación que se torna más fácil en el ámbito de una dinámica de grupo y no de un individuo aislado, trae consigo una evaluación de la percepción de riesgo o peligro social.

La cultura física enfocada desde el punto de vista psicológico constituye a eliminar los impulsos de la agresividad que en determinada forma, casi todos los seres humanos presentamos la agresividad se pone en evidencia mediante la ira, el ataque, furor u odio. La psicología es necesaria en el deporte para resolver problemas colectivos y de grupos, es necesario destacar que la mejor preparación física, técnica, puede ser anulada en el momento de la competencia, si falta una buena preparación psicológica, ya que los músculos, así como cualquier acción, ha sido y seguirá siendo dirigido por el cerebro.

Las teorías psicológicas se fundamentan en la teoría de la modificabilidad cognitiva de **FEUERSTEIN, 2000** que dice:

“Los humanos somos capaces de modificar nuestro desarrollo hasta niveles impredecibles, porque poseemos un gran potencial oculto de aprendizaje que puede incluso crear un nuevo potencial para aprender. Rechaza las pruebas para clasificar a las personas y aquellas que predicen el desarrollo posterior” (Pág. 140).

Fundamentación Sociológica

Se fundamenta en forma integrada o separada, para indicar ciertos énfasis, responden a la intención de establecer una relación entre el currículo con el entorno sociocultural del cual se es partícipe.

Todo desarrollo curricular lleva siempre de alguna manera un planteamiento sobre la sociedad y por lo tanto reproduce sus formas, procedimientos y relaciones. Más concretamente diríamos que toda institución educativa produce esquemas de generación de autoridades, de ejercicio de poder, de comunicación y organización, que son reflejo de la concepción que se tiene explícita o implícitamente del funcionamiento de la sociedad. Si se piensa en una concepción educativa donde se desee por ejemplo una participación de los educandos, de su familia y de la comunidad en muchas de las decisiones educativas que un currículo supone, necesariamente se debe pensar que subyace un concepto de sociedad democrática y participativa que estimula y favorece este tipo de prácticas educacionales.

Es importante que el fundamento social detecte el rol y lugar que se le asignan al estudiante dentro de la sociedad entera, por las implicaciones de todo tipo que se derivan de este hecho, siendo la educación base de la familia, no puede desconocerse que, en nuestras sociedades actuales, para favorecer su crecimiento y desarrollo pleno se requiere de la concurrencia de otras personas e instituciones. Esto conlleva preguntarse: ¿ocupan el estudiante y su educación un lugar preponderante dentro de las diferentes preocupaciones sociales y estatales? ¿Hay una concordancia entre las declaraciones que se hacen al respecto y las asignaciones de recursos, por ejemplo?

En la sociedad latinoamericana, donde los problemas de pobreza son importantes, es fundamental hacerse estas reflexiones, y junto con ello incorporar todo tipo de antecedentes que nos ayuden, y junto con ello incorporar todo tipo de antecedentes que nos ayuden a caracterizar mejor la realidad social en que viven los estudiantes cuyo desarrollo deseamos favorecer, junto con el de sus familias. Por este motivo es fundamental

que la sociología cumpla un papel importante dentro del quehacer educativo, partiendo de la base de que el respeto al educando que preconiza todo currículo debe abarcar también el respeto a esa subcultura de la que es partícipe.

- Conceptualización de la Cultura Física
- Didáctica de la Cultura Física
- Objetivos de la Cultura Física
- Concepto de Diagnóstico
- Estrategias de Aprendizaje
- Teoría de la Enseñanza Aprendizaje
- Generalidades del Docente
- Reseña Histórica del Deporte
- Conducta deportiva
- El Baloncesto: Conceptualización
- Breve Reseña histórica del Básquet Ball
- El Deporte como medio Educativo
- Desarrollo Curricular

DOCUMENTAL ACTUALIZADA

Conceptualización De la Cultura Física

La Cultura Física no siempre ha gozado del prestigio actual. Hace unos años, una serie de aspectos negativos provocaban su rechazo entre los estudiantes. Los principales eran la falta de formación pedagógica y técnica del profesorado que impartía la asignatura, el aburrimiento y el miedo de los aparatos. En cuanto al primero, la falta de formación pedagógica, el hecho de haber practicado algún deporte, o de conocer alguna tabla de gimnasia, por haberla practicado en el ejercicio, se consideraba suficiente para dar las clases de Educación Física.

El aburrimiento en las clases se derivaba tanto de su contenido, repetición de lo mismo y una y otra sesión, como de la forma en que se llevaban a cabo, se producían largas esperas en el turno de intervención. Los aparatos entre ellos el potro y el plinto, llegaban a ser la causa, en ocasiones, de esguinces, roturas de dedos, muñecas y brazos y de otro sin fin de situaciones lamentables.

Afortunadamente tanto la concepción de la materia como sus componentes han cambiado, El profesorado actual entiende de la Educación Física o denominada Cultura Física, como una de las áreas más del curriculum, cuyo objetivo fundamental, como el del resto de las áreas, es el desarrollo integral de la persona.

La Educación Física en general se concibe como una parte del aprendizaje que influye la actividad física ya sea como una parte del aprendizaje que incluye la actividad física, o ya sea como Juego libre o como juego codificado o reglado (Deportes).

Los conocimientos del maestro abarcan hoy en día la anatomía, la fisiología, la pedagogía, la psicología, la Sociología y la formación deportiva, ya que se considera imprescindible que el docente sepa transmitir este tipo de información y que incida de manera eficaz en el Proceso Enseñanza Aprendizaje de la Educación Física a lo largo de las diferentes fases de formación.

La Cultura Física es el resultado de la conjugación de las relaciones hombre – medio a través del conocimiento y práctica de la Educación Física el Deporte y la Recreación, La Cultura Física conlleva

un aprendizaje sistemático, orientado a la atención de los dominios cognoscitivos, motriz y afectivo y como parte integrante del quehacer educativo, debe contribuir a que en las demás áreas del conocimiento, se haga realidad el desarrollo de los tres campos de la personalidad del estudiante.

Si no existe esta interacción, el aprendizaje desarrollado en los centros educativos no garantizará la formación de los educandos para la vida presente y futura, Hasta hace un tiempo atrás se le denominaba a esta asignatura Educación Física, pero con la Reforma Curricular se le dio el nombre de Cultura Física, considerando el plan estratégico de desarrollo de la Educación Básica ecuatoriana en el año 1997-1998, entre sus componentes, enfatiza el desarrollo del currículo que se orienta a la elaboración e instrumentación de la Reforma curricular, de manera progresiva y permanente, mediante acuerdo nº 1443 de nueve de abril de 1996, EL Ministerio de Educación y Cultura pone en vigencia el nuevo Currículo para la Educación Básica que en el pensum de estudios, establece el área de Cultura Física.

Es función de la Dirección Nacional de Currículo dirigir la ejecución, seguimiento y evaluación de los diseños curriculares que se implementen en el seguimiento y evaluación de la unidad nacional del sistema educativo y cultural. Se acuerda la integración de AREA DE CULTURA FÍSICA en el nuevo currículo de la Educación Básica ecuatoriana, de acuerdo con el plan de estudios respectivos. Responsabilizar a las direcciones nacionales de currículum y Educación Física, Deportes y Recreación de la validación e instrumentación del área de Cultura Física.

Con esta perspectiva toda expresión de actividad Física que forma parte de la Cultura Ecuatoriana, ha sido considerada en el programa de Cultura Física así se le dará atención prioritaria a lo que tiene el país en

cuanto a bailes, danzas, juegos, deportes, sin dejar de considerar la teoría y la práctica externas. Como consecuencia de este principio integrador, se consideró la necesidad de que la actividad física con sus partes, Educación Física, Deportes y Recreación se unifique en una sola denominación que es la Cultura Física para que como tal contribuya al desarrollo conjunto de la Educación y Cultura Ecuatoriana.

Por lo tanto toda actividad física, en la práctica se puede realizar con sentido educativo, deportivo y recreativo; se puede correr, nada, saltar, jugar, bailar, danzar y realizar ejercicios bajo estos criterios. Cada vez una misma actividad puede tener otro sentido, otra forma y otra realización, dependiendo de los objetivos. Para mayor claridad, se define las tres formas de realizar Actividades Físicas.

Educación Física.- Es toda actividad en la que se enseña y se aprende intencionalmente por medio de movimientos. Únicamente se debe hablar de Educación Física, si al realizar la actividad se visualiza cambios o mejoramiento en capacidades, habilidades, afectos o motivaciones y conocimientos.

Deporte.- Es la aplicación de lo aprendido, son actividades en las que el estudiante, dentro de una competencia compara su rendimiento en función de sí mismo y de los demás. La competencia se desarrolla bajo reglas preestablecidas y aceptadas por los participantes. Además, los deportes incluyen procesos de entrenamiento para establecer y mejorar el rendimiento.

Recreación.- Son actividades en las que se aplican los movimientos aprendidos en trabajos individuales o grupales, para recuperara fuerzas perdidas, para liberar energías estancadas o para disfrutar de la actividad Física, sin intención educativa ni competitiva.

Su función es proporcionar al individuo estímulos de diverso orden para su desarrollo físico y su madurez emocional y social, en cuanto a su desarrollo físico y motriz, la recreación contribuye a que tome conciencia de sus habilidades y de su capacidad frente a sí mismo, a sus compañeros y/o a su mundo circundante.

La Cultura Física en la actualidad

La Cultura Física forma parte de los planes y programas, pero en inferioridad de condiciones respecto a las otras áreas, las diferencias que normalmente se registran suelen afectar a los siguientes apartados.

- Las horas asignadas semanalmente a cada curso, grado, o nivel.
- Las instalaciones con que cuenta el centro para su práctica.
- El material que proporciona el centro para su desarrollo.
- El presupuesto anual que le dedica al centro educativo.
- La titulación de la persona que la imparte.
- La participación del profesorado de Cultura Física en la vida académica del centro.
- El sueldo mensual del profesorado de Cultura Física.
- El tipo de reconocimiento oficial hacia la materia.

La principal diferencia entre unos países y otros es reglamentaria, de manera que mientras que en algunos se ha conseguido un reconocimiento tanto de la Cultura Física como del profesorado que debe impartirla, incluyéndolos dentro de la ley general de Educación, en otros esta situación está lejos de darse.

Entre los seis y los doce años sería conveniente para el niño que la asignatura de Cultura Física la impartieran maestros especialistas en esta disciplina, titulados en las escuelas, universitarios de formación del profesorado siguiendo un plan de estudios.

La confusión entre Educación Física y práctica deportiva.

Es un error grande el confundir las clases de Cultura Física con la práctica deportiva, tanto porque su experiencia coincide con esta idea como porque se cree que la meta de la asignatura es la práctica de los deportes. En algunas ocasiones, esas ideas cobran fuerza por la experiencia en el aula, donde se suele dar la circunstancia de que estudiantes son malos deportistas y poco amantes del esfuerzo físico y por el contrario, estudiantes con buen rendimiento académico, hecho sobre el que, sin duda, se debería reflexionar.

Didáctica de la Cultura Física

La relación Enseñanza Aprendizaje es el objeto de la didáctica, pero no se pueden dejar al margen los factores psicológicos y sociológicos que intervienen en el proceso, por lo tanto, se puede atender que el objeto formal de la didáctica es el conocimiento del conjunto de

condiciones sociales, psicológicas y pedagógicas que confluyen en el acto de aprender.

La Didáctica actual ha puesto de relieve la existencia de un buen número de condicionamientos afectivos, cognitivos, sociales y metodológicos que el docente debe conocer e investigar para atender el alcance y significado de una enseñanza cuyo objetivo es el aprendizaje creativo, activo, crítico y reflexivo. Desde esta concepción y sin olvidar la metodología a emplear, se analizan la motivación, la memoria o la atención asociados a la instrucción.

Se considera que la Didáctica no se interesa tanto por lo que va a ser enseñado cuánto por cómo se va a enseñar. Sin intención de formular una nueva definición, puede afirmarse que la didáctica es la ciencia o el cuerpo de conocimientos científicos construidos a partir del análisis teórico y de la práctica de todos los procesos y factores que intervienen en la relación Enseñanza Aprendizaje, con la clara intención de ayudar en la construcción del aprendizaje del estudiante.

La Didáctica, por su sentido práctico, se instala en el terreno de la acción, la teoría práctica.

DURKHEIM (1992)

“A la Didáctica se la entiende como una práctica gobernada por la reflexión teórica, que se nutre, a la vez de la práctica de la que surge y que debe abarcar cualquier tipo de conocimiento que le otorgue eficacia y que determinen un conjunto de normas generales válidas para el aprendizaje de cualquier materia”. (p.54).

Las Didácticas especiales, a pesar de tener carácter aplicativo o técnico, carecen de calidad científica en sí mismas y solo la adquieren gracias a la concreción de las leyes, principios y normas de la didáctica general.

La Educación Física en los distintos niveles

A cada edad corresponde un distinto enfoque de la materia, que debe adecuarse a las capacidades psicomotrices de los estudiantes, tanto en primaria como en secundaria, o en la universidad, la Educación Física constituye un medio idóneo para el desarrollo corporal y social de los estudiantes.

La Cultura Física Infantil

Hasta los doce años, la enseñanza de la disciplina debe dedicarse, especialmente a la educación corporal a través del juego. El juego constituye un aprendizaje social en el que se despliegan la riqueza motriz y la cognición. Así en la etapa infantil, uno de los principios didácticos es que el aprendizaje se produzca a través del juego. Se trata de ofrecer muchos estímulos, mucha actividad, sin exigir demasiada calidad. A medida que el estudiante madura, se puede reducir la cantidad de actividades y exigirle mayor calidad en sus respuestas motrices.

Al principio, el juego debe ser libre, sin reglas, posteriormente, se van introduciendo algunas normas que vayan configurándolo. Educación Infantil y primaria las reglas las tiene que crear el propio estudiante y de esta manera se conseguirá que las respete, entienda y comparta. Ello conduce a introducir elementos educativos para el aprendizaje social. Hay

que tener en cuenta que la educación infantil constituye el fundamento básico de todos los aprendizajes posteriores.

La Educación Física en la secundaria

En esta etapa la Cultura Física continúa manteniendo su razón de ser por sí misma y por los valores educativos que comporta. En esta etapa se relaciona con la vertiente educativa y la práctica de diferentes deportes, así como las técnicas coreográficas y las danzas. No hay que olvidar en esta etapa que el concepto de Cultura Física va más allá de la práctica deportiva, que es un complemento de aquella.

La práctica deportiva no es educativa en sí misma si no se introducen en su programa actividades y reflexiones educativas de tipo técnico y social.

La relación entre Cultura Física y Deportes tiene un componente socioeducativo muy importante. En primer lugar, porque desarrolla en la juventud el interés por la actividad Física, que aporta muchos beneficios; en segundo lugar, porque permite transmitir valores positivos y pautas de reflexión sobre el comportamiento social y personal, tanto cuando se participa de espectador como cuando se forma parte de un equipo.

La parte fundamental de la Didáctica es promover en los estudiantes una actitud favorable hacia cualquier asignatura, lo que se consigue, en Cultura Física, incrementando el nivel de reflexión y participación en la toma de decisiones finales respecto al tipo de actividades a realizar y cómo llevarlas a cabo.

Para poner en práctica estas técnicas didácticas se requirió que los docentes posean una preparación interdisciplinaria, buena capacidad comunicativa, sin caer en la sumisión hacia el estudiantado. **Holderlin 1984, “Los Educadores deben formar a sus alumnos como los océanos a los continentes” (p.95).**

La Cultura Física en la Universidad

En la etapa universitaria, la actividad Física suele ser una práctica opcional, sin embargo la universidad debe crear los medios para ofrecer una amplia gama de posibilidades, buenas instalaciones y un equipo de profesionales dispuestos a introducir y potenciar actividades físicodeportivas variadas, desde los deportes mayoritarios, como el fútbol, el baloncesto, vóley, y otros. Las organizaciones estudiantiles a su vez deben plantear sus necesidades y participar en el diseño y puesta en práctica en estas actividades. En esta etapa, la actividad físico deportiva también ayuda a conocer y dominar mejor el cuerpo y constituye un medio idóneo para fomentar las relaciones con los demás.

Objetivos de la Cultura Física

- Lograr una Formación Física Básica a través de la formación corporal, funcionamiento orgánico y alineación postural.
- Favorecer la Educación del movimiento, la expresión Estética y el ritmo, mediante el acrecentamiento de la coordinación motora.
- Estimular un mayor rendimiento orgánico funcional para alcanzar el aumento de la capacidad de esfuerzo, la eficiencia Física y el logro de resultados.

- Desarrollar la capacidad creadora y la libre iniciativa coordinando con fluidez y seguridad nuevas formas de movimientos.
- Logar la formación Físico-Técnico para la expresión del movimiento especializado y deportivo.
- Facilitar el proceso de reposición vital mediante el uso adecuado del tiempo libre, a través de actividades deportivas, culturales, sociales e intelectuales.

Lograr una formación Física Básica a través de la formación corporal, funcionamiento orgánico y alineación postural.

Se relaciona con el buen funcionamiento del sistema ósea muscular, que afecta al mismo tiempo los fenómenos de la respiración de la circulación, de la nutrición, del sistema endócrino y del sistema nervioso, implica también la buena alineación.

Formación Corporal.- Se refiere al desarrollo del sistema óseo con especial referencia al logro de la fuerza y la flexibilidad.

Funcionamiento Orgánico.- Se relaciona con el desarrollo y acrecentamiento de las funciones respiratoria y circulatoria, así como el entrenamiento de las mismas y el logro de la resistencia funcional.

Alineación Postural.- Consiste en lograr el desarrollo muscular y la amplitud de las articulaciones para obtener una postura adecuada, dinámica y funcional; la alineación, el equilibrio y fijación de los segmentos corporales en relación a la postura.

Favorecer la Educación del movimiento, la expresión estética y el ritmo, mediante el acrecentamiento de la coordinación motora. Significa incrementar, afinar la capacidad motora del estudiante perfeccionando sus esquemas de movimientos, enriqueciéndolos con nuevas experiencias motrices. La educación del movimiento se refiere a la eficaz manera de moverse del individuo para resolver situaciones que enfrenta, especialmente con el medio físico, logrando una correcta acomodación del movimiento con relación al tiempo, el espacio y los objetos circundantes.

La coordinación neuro-muscular y el dominio de los tonos musculares en todos sus grados, la coordinación motora respecto al contenido técnico, la coordinación neuro-muscular fina; ajustado con el rol de impulso del juego de tensión y de relajación y la coordinación de los diferentes grupos musculares que rigen los grandes movimientos del individuo.

Estimular un mayor rendimiento orgánico funcional para alcanzar el aumento de la capacidad de esfuerzo, la eficiencia física y el logro de resultados.

Se refiere en el nivel primario a mejorar la capacidad de esfuerzo en el orden a que el educando pueda vivenciar y constatar el logro progresivo de nuevas metas, ligado a la satisfacción de ver el esfuerzo gratificado por el hecho real, concreto, medible de un resultado y autoafirmarse en la comprobación de la propia realización. En el nivel medio el rendimiento paralelamente al proceso de desarrollo implica la modificación de las técnicas apoyadas por el mayor nivel de desarrollo de las cualidades físicas básicas, lo que determina mejores logros.

Desarrollar la capacidad creadora y la libre iniciativa coordinando con fluidez y seguridad nuevas formas de movimientos.

Significa la capacidad para expresarse, para establecer nuevas relaciones y para crear a través del movimiento una correspondencia directa en la búsqueda y elaboración a su propia forma y estilo personal. El logro de este objetivo depende en gran medida del clima de trabajo en la clase, en cuanto favorezca la libre iniciativa, la encauce y la estimule, permita realizar bases técnicas y psicológicas apropiadas, para que la capacidad expresiva y creadora de los educandos se manifieste en el movimiento, en variadas circunstancias del proceso Enseñanza Aprendizaje.

Lograr la formación Físico-Técnica para la expresión del movimiento Especializado y Deportivo.

Se capacitó al sujeto en el desarrollo de técnicas suficientes que le posibiliten una adecuada actividad diaria, dándole la oportunidad de expresarse con su cuerpo a través de diferentes actividades como el baile, gimnasia, deportes entre otros.

Facilitar el proceso de reposición vital mediante el uso adecuado del tiempo libre, a través de actividades físicas, deportivas, culturales, sociales e intelectuales.

La actividad Física, adecuadamente administrativa, tiende a establecer el equilibrio psicofísico, descarga la energía emocional reprimida, repone y restaura la vida de las personas. En este sentido, la Cultura Física satisface importantes necesidades psicológicas, por lo cual,

se deberá hacer hincapié en el hecho de que no debe ser solo una experiencia dentro del centro educativo, sino una experiencia que se proyecta para la vida, fortaleciendo los valores morales, sociales y cívicos.

Concepto de Diagnóstico.-

Es el análisis de los recursos disponibles para la práctica en la enseñanza; el diagnóstico nos ubica en la situación real, actual de las capacidades y potencialidades de los estudiantes o grupos de estudiantes, los recursos humanos, materiales, técnicos, financieros, de tiempo, organizacionales, con que se cuenta.

La utilidad del docentes y los recursos como prerrequisitos de las necesidades más inmediatas para mejorar el aprendizaje, todo esto sirve para proyectarse hacia el mañana es decir, para realizar un pronóstico, que fundamentará con mayores evidencias y mejores probabilidades de realidad, el planteamiento de los alcances educativos que se puede obtener.

Es la información que se tiene sobre el sujeto, sus conductas y contextos, permite tomar decisiones terminales acerca de una intervención educativa o terapéutica, adoptar resoluciones o tratamientos, o emprender acciones investigadoras que lleven a obtener nuevas informaciones que a su vez perfeccionen el diagnóstico y los tratamientos optimizadores de la realidad positiva o negativa del sujeto en cuestión. Se trata de medir el potencial de aprendizaje y predecir su rendimiento académico futuro, identificar los mejores o peores aspectos relativos al aprendizaje, Proveer de una base para la adecuación de la Enseñanza y sobre todo nos ayuda predecir el futuro académico.

El Diagnóstico es la actividad gracias a la cual el docente dialoga con la realidad, para lo cual necesita pautarla y cuantificarla de forma que el orden y el sistema preestablecido faciliten los análisis que conducen al descubrimiento o a la ampliación del conocimiento, en definitiva, a la construcción u ordenación de los saberes, transformándolos poco a poco en disciplinas.

Todo diagnóstico se inicia con la identificación de una cuestión a resolver, la cual debe reunir dos condiciones básicas: poseer cierta relevancia científico-social y ser susceptible de análisis. Una vez identificado el problema en cuestión, se diseñan las estrategias orientadas a tratar de solucionarlos o al menos, a redefinirlo de tal manera que permita avanzar en la búsqueda de caminos para su superación. Uno de los momentos claves del proceso de diagnóstico es el de la captación de la información que permita delimitar el tema y ayude a avanzar en el análisis de la realidad problemática. La construcción de reactivos para la recogida de información, los procesos de escalamiento y la comprobación de las características métricas de dichos instrumentos constituyen los objetivos básicos que debe cubrir el aparatado dedicado a la medición.

El Diagnóstico en la Institución.

Es un trabajo en el que participan en forma conjunta el supervisor, los directivos educacionales, docentes, estudiantes, padres de familia y miembros de la comunidad. Es una especie de radiografía de la institución educativa en la que debe estar orientada a identificar y caracterizar de la manera más precisa posible las potencialidades y debilidades de la institución educativa y su contexto, considerando particularmente los siguientes aspectos:

Las características del entorno de la institución educativa-comunidad, puede ser de carácter Física, ambiental, económico, socio cultural, las principales características de la relación Institución Educativa-comunidad, las actividades que se realizan en conjunto y sobre todo lo que está inmersa la Institución Educativa.

El Diagnóstico se lo realiza para establecer:

La situación actual del entorno, la situación actual de la Institución, las necesidades más apremiantes y las alternativas de solución planteadas por los diferentes sectores de la comunidad educativa.

Estrategias del Diagnóstico

El Diagnóstico Estratégico se basa en el diagnóstico tradicional; diagnóstico estratégico integral, al taller curricular comunitario que muchos docentes lo han puesto en práctica, entre otros.

El Diagnóstico estratégico es el análisis de la situación actual de la Institución o de los estudiantes en sí, en su interior y en su entorno, es una especie de auditoría interna y externa de la Institución.

Pedagogía Actual y Reforma Curricular

La última reforma educativa implementada por el Ministerio de Educación y Cultura del Ecuador recoge las expectativas de los diferentes sectores sociales respecto de lo que estos esperan de la escuela. La propuesta está inserta en las corrientes psicopedagógicas más modernas.

Parte con una sólida base científica consensuada en los diferentes eventos previos a la promulgación de la Reforma Curricular. Ideas claras, habilidades rigurosas, actitudes positivas son objetivos que la nueva escuela propone lograr en los estudiantes.

La Reforma Curricular ecuatoriana aspira a establecer en el país una educación de calidad, conforme a los mejores planteamientos de la pedagogía actual. Como toda propuesta educativa moderna hereda las mejores ideas de los pedagogos de todos los tiempos aunque no coincida con la totalidad de sus doctrinas. De Sócrates a Rousseau, de Rousseau a Dewey, de Dewey a Freire, todos los grandes pensadores que se han preocupado el tema de la educación y de los estudiantes, han dejado su importancia en las concepciones pedagógicas subsiguientes.

De estos aportes se nutre la pedagogía actual como es natural puede prescindir de la teorías contemporáneas, que aportan más bien desde la investigación psicológica como el Aprendizaje Significativo de Ausubel, el constructivismo de Piaget, la teoría de la Zona de Desarrollo Potencial de Vigostsky, la Psicología Dialéctica de Wallon y otras. Aquí cabe una aclaración, la base teórica de la Reforma fue emitida a través del documento “fundamentos” que apareció en la etapa posterior denominado Propuesta Consensuada no contradice esos criterios científicos se remiten a plantear el proceso operativo. Por lo tanto se asume que los planteamientos pedagógicos en que se fundamenta la Reforma son los siguientes:

- El ser humano es una totalidad conformada por tres sistemas que se apoyan y enriquecen mutuamente: y se considera el sistema cognitivo, el sistema valorativo y el sistema psicomotriz.

- En la educación debe incidir sobre cada uno de ellos por igual. La secuencia curricular debe integrar contenidos correspondientes a cada uno de dichos sistemas, esto es contenidos cognitivos, actitudinales y procedimentales que permitan el aprendizaje de conceptos, valores y destrezas. Esto significa que se fragmente el aprendizaje sino que pretende incentivar en cada caso el desarrollo de uno u otro componente de la conducta humana.
- El desarrollo intelectual depende del factor biológico madurativo y el factor social, pero a través de la educación se puede estimularlo, se hace necesario crear el ambiente adecuado para promover el desarrollo del pensamiento. Este planteamiento se remite a la palabra del mayéutico **SÓCRATES “Él va a descubrir, buscando en común conmigo, yo no haré otra cosa que preguntarle, sin enseñarle nada”**.

Dos pasiones recorren la educación a lo largo de los siglos: La pasión por la creatividad y la pasión por el control. La primera se vuelca al aprendizaje, la segunda a la enseñanza; la primera al aprendizaje con toda su riqueza y sus posibilidades; la segunda a la institución, con sus esquemas y rutinas prefijadas; la primera a la aventura para reiniciar la búsqueda, la segunda a la respuesta rígida, al señalamiento de informaciones y de modos de ser.

Puesto que el psiquismo evoluciona en etapas sucesivas, el aprendizaje debe mantener correspondencia con el avance progresivo de las operaciones intelectuales y de los procesos madurativos que los estudiantes son capaces de realizar. Debe estar en relación con los instrumentos de conocimiento que ellos pueden elaborar. Un aprendizaje

que no parte de este avance sólo adquiere el carácter de retención mecánica y frágil, a la larga inútil, improductiva acumulación de datos sin significado.

Conocer y organizar para sí la realidad circundante. Es representar la realidad en el cerebro humano. Es transferir las relaciones materiales del mundo a estructuras mentales. Es integrar nuevas informaciones a los conocimientos que ya se poseen. Los conocimientos más generales y abstractos se construyen sobre la base de los conocimientos particulares y concretos. Dentro de la organización del pensamiento, los instrumentos de conocimiento son: Las nociones, los conceptos, las categorías y los paradigmas. Las nociones se elaboran a través de la experiencia directa, los conceptos se elaboran mediante la experiencia representativa, las categorías y los paradigmas se dan por medio de la experiencia reflexiva y teórica.

La escuela tradicional trabaja a nivel nocional, durante toda la educación básica, sólo alcanza a desarrollar conocimientos superficiales de las cosas. Los estudiantes son capaces en el mejor de los casos de hacer afirmaciones particulares o decir enunciados sobre las cosas pero no llegan a develar la esencia de ellas, sus interrelaciones no están habilitadas para construir proposiciones, esto es afirmaciones de carácter general. La pedagogía actual favorece el desarrollo del pensamiento actuando deliberadamente sobre la formación y aprehensión de nociones, conceptos y categorías de la ciencia y enfatizando las operaciones intelectuales que dan lugar a estos instrumentos de conocimiento. A medida que el pensamiento se complejiza el conocimiento tiende a un mayor grado de abstracción y universalización. Es importante considerar el concepto del diccionario para el cual enfoca lo siguiente:

Andragogía.- Es la ciencia que se ocupa de la Educación y la Enseñanza en los adultos, es real, objetiva, concreta, práctica, racional y orientadora; tiene las siguientes características que benefician al estudiante adulto.

- Ergológico
- Ecológico
- Económico
- Sentido humano
- Educación global y permanente
- Motivador
- Organizador de su tiempo
- Se educa voluntariamente
- Participación activa
- Diálogo interactivo

Los conocimientos sistematizados sobre la acción educativa. En sentido estricto no designa más que una metodología de las prácticas educativas, que está integrada en las Ciencias de la Educación, que es la disciplina científica que junto a otras ciencias afines como la psicología, sociología y filosofía, se ocupa del estudio de la realidad de la Educación.

Generalidades del Docente

El mundo de hoy es un escenario dinámico y cambiante, Se están haciendo transformaciones en todos los campos de la vida diaria, como puede ser en el campo de la economía, de la política o de la cultura. La escuela no ha perdido su poder a pesar de que el dinamismo de las comunicaciones, el impacto de los medios de difusión, la influencia de la informática tienen su dinamismo e importancia pero sobre todo esto está

la escuela, donde los jóvenes, y los adultos adquieren día a día la capacitación intelectual tanto moral y física necesaria para superarse para poder salir adelante. Todos los países del mundo reconocen que necesitan de la institución escolar para hacer frente al mañana que se avecina. Se reconoce que en otras épocas, cuando la sociedad cambiaba muy lentamente, tal vez la escuela no era tan necesaria, entre la escuela y la sociedad se establece un circuito de correspondencia permanente.

Ni siquiera los medios audiovisuales pueden sustituir a la escuela porque la institución escolar sigue siendo el organismo social por excelencia encargado de preparar a las nuevas generaciones para que tomen posesión activa de la herencia cultural humana, la conserven y enriquezcan. El Docente es el encargado de la enseñanza no en términos de explicarlo todo, sino en términos de orientar, guiar y organizar el aprendizaje de sus estudiantes, el docente aplica estrategias de metodología activa más apropiada. Dentro del nuevo enfoque, el docente deja de ser un experto orador o dictador de clases, para ser un artífice generador de experiencias de aprendizaje significativos, que le permitan al estudiante actuar tanto física como mentalmente sobre la realidad. En tal sentido, un docente tiene como tarea formar no de informar. La actitud de un docente tiene que ver con las formas de aprendizaje de sus estudiantes, más que con sus formas de enseñar, por lo tanto el nuevo enfoque pedagógico demanda de los docentes nuevos roles.

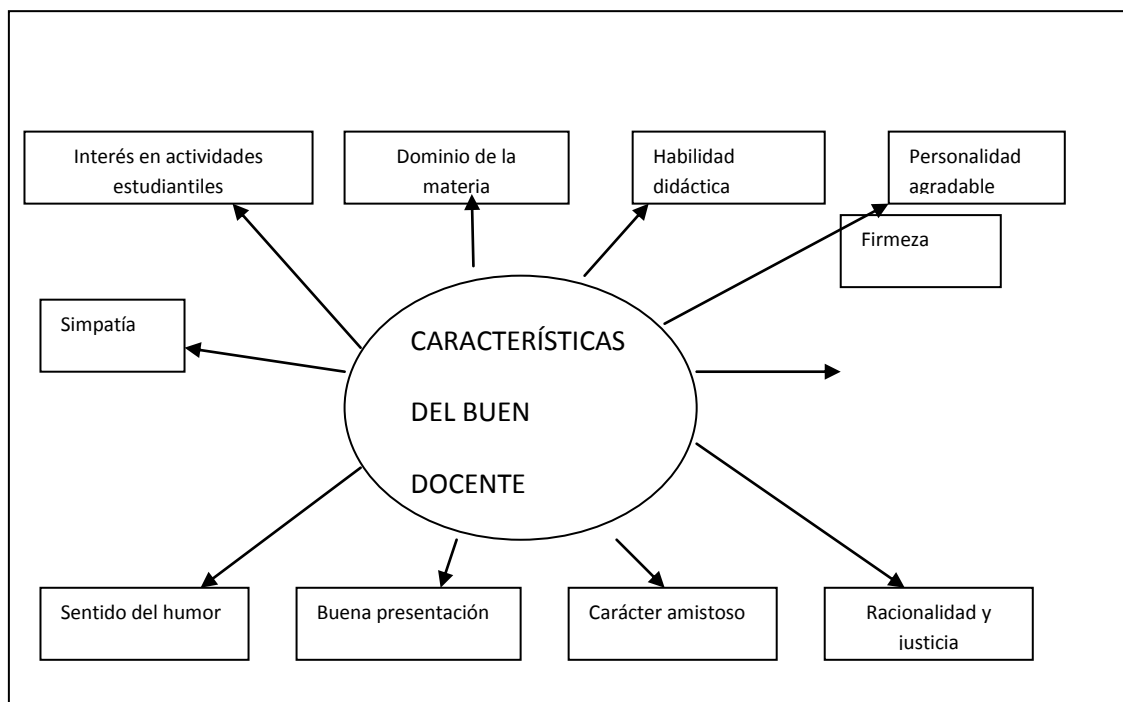
MANTOVANI 1996. Dice que:

El Docente es ante todo, un animador de la vida plena de educando y un encausador de su formación. Para ello el docente debe vivir ensanchando su espíritu en el estudio y en las relaciones con los demás altos valores. (pág. 97).

Maestro proviene del latín magíster y este a su vez de magis = mas. Maestro, desde tal perspectiva, es el que más posee es el que más puede.

CUADRO Nº 3

CARACTERÍSTICAS DEL BUEN DOCENTE SEGÚN GILBERT G.WEAVER



FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

EL ROL DE LOS DOCENTES

Todas las investigaciones y reflexiones que se han hecho sobre educación en los últimos años concuerdan en relevar el papel de los docentes, ninguna reforma educativa puede tener la menor garantía de éxito sin la participación decidida de los docentes en el aula se realizan innovaciones y es allí donde se valoran los cambios.

El nuevo rol del docente es intervenir como coordinador, organizador, motivador y orientador del aprendizaje de sus estudiantes. El docente como facilitador guía a sus educandos, a través de todo el proceso educativo, tiene muy en cuenta sus logros, sus conocimientos previos, sus capacidades, sus diferencias y sus errores, deben ser muy activos, participativos, creativos, críticos y los debe estimular a sus estudiantes a la investigación, participación activa, a la experimentación y a la discusión o crítica.

Además en la actualidad el docente debe dejar de hacer él todo el trabajo el aula o en el patio en el caso del profesor de Cultura Física para hacer trabajar al estudiante. Como facilitador se convierte en guía, orienta al estudiante a aprender a aprender, a ser persona, a convivir, a comportarse y a decidir por sí mismo Considerando desde el enfoque constructivista, el docente pone mucho énfasis en el rol de facilitador, actúa como puente del saber, es decir como mediador afectivo y cognitivo entre los educados y los materiales educativos, entre sus estudiantes y el conocimiento.

Genera un clima de confianza y de relaciones democráticas, muy motivadores para el aprendizaje, realiza su labor con alegría y buen humor, demostrando comprensión, tolerancia, paciencia y satisfacción en

relación con el trabajo de sus estudiantes. El verdadero aprendizaje no se produce a la fuerza ni por el temor o el castigo, ni por afán de aprobación o reconocimiento, sino cuando hay un verdadero interés por comprender y aprender algo. Cuando los educandos comparten experiencias de aprendizajes incluyendo sus logros y dificultades y respetan sus diferencias y ritmos de aprendizajes, sienten que los docentes aprenden de ellos y con ellos.

ROL DEL PROFESOR DE CULTURA FÍSICA

- Satisfacer las necesidades de movimiento y ofrecer libertad en la ejecución del mismo
- Estimular, orientar, y ayudar al estudiante mediante su acción y consejo personal, estableciendo una adecuada relación maestro estudiante.
- Ofrecer amplio y variado repertorio de medios, y en particular un currículo que se componga de rigurosas actividades y apropiada variedad de categorías de aprendizajes y suficiente contenidos.
- Lograr que el estudiante aprenda
- Asegurar acción suficiente
- Establecer los objetivos, tema, y orden de su desarrollo y los métodos didácticos de trabajo.
- Asegurar que el estudiante tenga conciencia de la actividad que está realizando.
- Evaluar continuamente la actividad.

RELACIONES ENTRE EL PROFESOR DE CULTURA FÍSICA Y LOS ESTUDIANTES

El docente de Cultura Física debe ser amigo de los estudiantes, la materia es adecuada para acercarse un poco a ellos por las actividades lúdicas que se realizan tanto en el salón de clases como en el patio, para tener relaciones cálidas y positivas en la clase el docente tendrá que demostrar a los estudiantes que desea tener ese tipo de relación con ellos. E. Jenson en su libro Súper Teaching (La Súper Enseñanza), da los siguientes consejos para fomentar estas relaciones.

Ámate a ti mismo. Cuando te cuidas a ti mismo y te respetas, tus estudiantes saben que te consideras especial y digno de respeto. Esto les hace ver que también ellos tienen valor.

Conoce a Tus estudiantes. Entérate de quienes son en realidad. Pídeles que llenen una tarjeta con sus datos, contando donde nacieron, cuántos hermanos y hermanas tienen, las mascotas que tienen y algo sobre sus padres. ¿Qué les gusta, ¿Qué no les gusta? ¿Cuáles son sus temores? Preocupaciones y problemas? Para ellos ¿Qué es importante? Pregúntales como es un alumno hoy en día.

Aprecia a tus Estudiantes. Trata de entender las presiones y las dificultades de ser estudiante, Piensa en el esfuerzo que hacen y el valor que deben tener para hacer todo lo que hacen en el día, cuánta presión social sienten sus estudiantes y cuánta presión académica también, Para hacer esto, se requiere un esfuerzo especial de tu parte, para escuchar sin juzgar.

“Reconoce a tus estudiantes”. Agradéceles las cosas pequeñas, agradéceles las cosas grandes, agradéceles por ser parte de tu vida. Aprecia las cosas pequeñas que hacen. Muestra tu aprecio de forma verbal, escríbeles notas, dales un abrazo, una sonrisa, un gesto tierno. Dales a entender que para ti ellos son especiales y que en verdad te complace conocerlos.

Reseña Histórica del Deporte

La práctica de actividades fíicodeportivas ha sido y sigue siendo una de las constantes del comportamiento humano, la manifestación cultural de la actividad física cultural, de la actividad física en sí se ha producido de diferentes formas, en función de las necesidades sociales y los objetivos planteados a cada civilización y período histórico, así se ha visto como actividad utilitaria que posibilita la supervivencia, como preparación para la guerra; como medio de invocación religiosa; como juego o actividades recreativas y de ocio; como método de educación física en beneficio de la salud, o como deporte espectáculo y de competición.

En la actualidad, para poder entender el concepto de Educación Física es conveniente conocer la influencia que las distintas civilizaciones han ejercido sobre ella o a lo largo de los siglos, cada cultura dependiendo de su objetivo, han establecido un modelo de educación Física diferenciado que en muchas ocasiones aún perdurará.

En Gran Bretaña se produjo una auténtica revolución que pronto se extendió por todo el mundo, al introducir el Deporte en los Centros Educativos, se buscaron los valores positivos y formativos del deporte, estableciéndose una estrecha relación entre el maestro y el estudiante, el

auge experimentado por el Deporte durante el siglo xix, propiciado también por la iniciativa de Pierre de Coubertin (1863-1937), quien restauró los Juegos Olímpicos y defendió la práctica deportiva en el marco escolar, y su decisiva importancia en la sociedad del siglo xx, lo han consolidado como un bloque fundamental de los contenidos de la Cultura Física.

PIERRE DE COUBERTIN HABLABA DE DEPORTE, DE PAZ Y DE HERMANDAD

Sin duda, el movimiento olímpico, por la explícita formulación de sus valores, por su dimensión global y por la importancia y el eco de los Juegos Olímpicos, ha contribuido decisivamente a que el deporte tenga una dimensión de lenguaje común, de nexo de unión entre pueblos y personas, de ámbito de paz entre los pueblos y de igualdad entre las personas, es decir, de camaradería universal. Aún así, como toda obra humana, no ha sido ni está libre de contradicciones.

Pierre de Coubertin nació en París el año 1863, en el seno de una familia acomodada. Por influencia de su padre inició la carrera militar, pero pronto la abandonó para estudiar Pedagogía. Se fue primero al Reino Unido y después a los Estados Unidos. Ante la magnífica aceptación y el crecimiento de la práctica deportiva, Coubertin empezó a soñar en unir en una extraordinaria competición a los deportistas de todo el mundo, bajo el signo de la unión y la hermandad, sin ánimo de lucro y sólo por el deseo de conseguir la gloria, competir por competir. Como él decía “lo importante es participar”.

Viajó por todo el mundo hablando de paz comprensión entre los hombres y unión, y, todo esto, relacionado con la palabra deporte. Finalmente, en la última sesión del Congreso Internacional de Educación Física que se celebró a la Sorbona de París, el 26 de junio de 1894, se decidió instituir los Juegos Olímpicos. El 24 de marzo de 1896, el rey Jorge I de Grecia pronunciaba por primera vez las palabras rituales: "Declaro abiertos los primeros Juegos Olímpicos Internacionales de Atenas." Los Juegos Olímpicos de Invierno empezaron en 1924.

La palabra Deporte viene de “depuerto” “deportar” que eran términos utilizados para denominar a las actividades físicas, el deporte y la diversión. El deporte es una actividad humana que satisface la necesidad de movimiento, de estar en permanente actividad y que mejor presenta la confraternidad y sinceridad. Lleno de satisfacciones y frustraciones, su finalidad es ejercitar al individuo en tiempos libres, desarrollando habilidades y destrezas generales y especiales.

Significa Recreación, pasatiempo, placer, ejercicio físico generalmente al aire libre, práctica individual o colectiva para vencer un adversario o superar una marca con armas nobles y legales, respetando ciertas reglas y normas. La educación Física y los Deportes tienen una existencia paralela, pero metas diferentes, la primera busca beneficios generales de preparación para la sociedad moderna; el segundo en cambio es búsqueda constante de la especialización o disciplina, del alto rendimiento, de las máximas capacidades, habilidades y destrezas súper desarrolladas para acciones específicas; no le interesa lo humano, sino el resultado.

La Educación Física toma el deporte para sus propósitos y para tal adapta a sus principios y leyes convirtiéndolo en un medio educativo. El

deporte enseña a ganar honradamente, a perder con dignidad y sobre todo enseña a vivir.

La práctica del deporte y Recreación en la comunidad es y será una de las constantes del comportamiento humano. La manifestación cultural de las actividades físicas se ha producido de las diferentes formas, en función de las necesidades sociales y los objetivos planteados en cada civilización y período histórico. Así se ha visto como actividad utilitaria que posibilita la supervivencia; como preparación para la guerra; como medio de invocación religiosa; como juego o actividad recreativa y de ocio, como método de educación Física en beneficio de la salud; o como deporte espectáculo y de competición.

En la actualidad para poder entender el concepto de Educación Física es conveniente conocer la influencia que las distintas civilizaciones han ejercido sobre ella a lo largo de los siglos.

Los griegos en la actualidad otorgaron un papel muy importante y destacado al ejercicio físico en los distintos ámbitos de la vida social, como la educación en la que la actividad física se complementaba con la adquisición de conocimientos y la celebración de las fiestas en las que los Juegos Atléticos Helénicos, fundamentalmente los Juegos Olímpicos, tuvieron trascendencia. Tanto a través de la lectura de los grandes clásicos de la poesía y la filosofía, como de los hallazgos arqueológicos, se puede percibir la importancia que tuvo la Educación Física y la práctica del deporte en una de las grandes civilizaciones del mundo antiguo.

La Recreación y el deporte desempeñaban un papel fundamental en el sistema educativo griego, ya que formaba parte del anhelado equilibrio armónico entre las aptitudes físicas y las intelectuales. Conviene

sin embargo establecer una distinción entre dos concepciones opuestas de la Educación Física: La Arcaico Aristocrática de Esparta, y la clásica democrática de Atenas.

La mentalidad Espartaca fundamentalmente guerrera, orientaba la Educación Física de los niños hacia el combate. Así desde muy pequeños tanto niños como niñas recibían en Esparta una dura preparación física, en la que incluso se fomentaba la crueldad. Ya a los 7 años de edad eran separados de sus padres, y pasaban a depender exclusivamente del estado. Solo los niños de fuerte complexión eran considerados dignos de recibir educación; los débiles eran excluidos, o incluso asesinados. Los jóvenes se ejercitaban fuera de la ciudad en el domos (lugar para correr) y dentro de sus límites, en la palestra (recinto para la lucha).

Es por esta razón que este proyecto estará dirigido a la comunidad universitaria, en especial a aquellas personas estas pueden ser niños , jóvenes, y adultos mayores, las mismas que sienten la necesidad de una transformación profunda, integral y sostenida de su organización, y sobre todo a aquellas que tienen la voluntad de mejorar su desarrollo emocional, físico e intelectual.

La actividad física tiene un status cultural dentro de la sociedad ecuatoriana, sobre todo en el deporte y la recreación, el que conlleva un aprendizaje sistemático orientado a la atención de los dominios cognitivos, motriz y afectivo y como parte integral del quehacer educativo y recreativo. El ser humano de hoy tiene el reto de contribuir a mejorar sus condiciones de vida. Hoy el trabajo o el estudio nos exigen mejorar las cualidades físicas o mentales para poder rendir adecuadamente, superar la rutina y prevenir enfermedades ocasionadas por el

sedentarismo. Las condiciones ambientales, los hábitos alimenticios y la escasa convivencia social. El deporte y la recreación, puede adaptarse a las personas de toda edad estos pueden ser niños, jóvenes, adultos mayores, personas con discapacidad etc. cada uno de ellos pueden tener diferentes razones para practicar deporte, o para realizar actividades recreativas, para satisfacer las diferentes necesidades. Por ejemplo los niños y los jóvenes representan un importante grupo, ellos tienden a tener una mejor salud y ocupan su tiempo libre en actividades productivas para su cuerpo, mejor condición física y a ser más felices que aquellos que no practican deporte. En algunos casos estos grupos enfrentan algunas barreras para practicar deporte.

En algunas comunidades, hay una ausencia de actividades deportivas y recreativas debido a sus escasos recursos económicos. Los niños y jóvenes obesos a menudo no tienen las habilidades. Las personas adultas mayores no tienen oportunidad de realizar actividades debido a la escasez de lugares para realizar estas actividades. Las personas con discapacidades no cuentan con lugares adaptados a sus condiciones.

Los seres humanos en general no contamos con lugares para realizar actividades deportivas y recreativas, como contar con buena infraestructura. El deporte y Recreación en la comunidad contribuyen a desarrollar habilidades motrices y conocer las posibilidades de su cuerpo, en la medida que aumenta su dominio motriz, adquieren una mayor autonomía personal, seguridad y auto confianza en los movimientos.

En este proceso se logrará la percepción motriz, habilidades, destrezas y expresión corporal, condición física y salud que es lo principal. Además debe entenderse en forma conjunta que será de mucha

importancia para un buen desarrollo motor acorde con las potencialidades de cada persona. Hay que tener presente que toda manifestación motriz requiere dosis diversas de cada una de las competencias consideradas.

El desarrollo de las habilidades y destrezas implica la estimulación de habilidades para resolver problemas de tipo motriz, que comprende el desarrollo de las capacidades y la eficiencia motora, la comunidad tomará conciencia de su corporeidad, posibilidades y capacidades de relajación, postura, higiene y nutrición que se traduce en hábitos y actitudes para la obtención de una óptima salud. Los seres humanos tendrán oportunidad de participar en un proceso de valoración de sí mismo y de constante movimiento así mismo también existen personas que son sedentarias y pasan la mayor parte del tiempo sin realizar actividades de movimiento básico como es el caminar, correr entre otros.

El Básquet Ball Conceptualizaciones

Para conocer la raíces históricas del Baloncesto, se debe remontar al siglo VII a. c. cuando los Incas inventaron un juego de similares características al actual. La analogía más notable es que la cesta constituida por un anillo de piedra de diámetro variable podía llegar hasta un metro, estaba enganchada perpendicularmente a la pared, a unos tres o cuatro metros de altura. El juego consistía en botar una pelota de caucho con cualquier parte del cuerpo, muslos, caderas, codos, rodillas, excepto con las manos o los pies, e introducirla finalmente en la cesta.

Este juego, llamado por aquel entonces “poktapok” constituye una lejana referencia sobre el deporte que a finales del siglo xix implantaría el

doctor James Naismith en el colegio norteamericano Springfield, fue allí efectivamente donde nació este deporte, que es uno de los más practicados en todo el mundo.

La afición por este deporte, libre ya de sus primeros fallos se extendió más allá del colegio de Springfield, en 1894 el baloncesto entró en Yale y tres años más tarde se creó el primer equipo en Nueva York. En 1905 el baloncesto era el deporte de invierno aconsejado para todos los colegios, y así acabó conquistando definitivamente toda América, no obstante el principal objetivo de los defensores de este deporte era extenderlo para el mundo, tarea nada fácil si se tiene en cuenta que durante muchos se estuvo considerando a este deporte como una actividad complementaria sin autonomía propia.

El primer partido de básquet ball celebrado en Europa se jugó en París en 1893, en un gimnasio cerrado; pero seguidamente se prefirió actuar en locales al aire libre, por la sencilla razón de que en Europa existían pocas pistas cubiertas. Este hecho tiene una importancia fundamental en el posterior desarrollo de este deporte, principalmente por los inconvenientes que una pista al aire libre trae consigo, rachas de viento que dificultan la precisión de tiros y pases, rayos de sol que dificultan la visión, entre otros.

La primera aparición del básquet ball en el programa olímpico se produjo en Berlín en el año 1936, lo que supuso el definitivo reconocimiento a nivel mundial de este deporte. No obstante, se estaba muy lejos aún de imaginar que vendría un día en el que el Baloncesto se revelaría como el deporte de equipo más destacado en unos juegos Olímpicos. Cosa que ocurrió doce años más tarde en Londres.

El Básquet ball es el deporte de equipo más espectacular y emocionante de la actualidad, a la gran belleza producida por la rapidez y vistosidad de las jugadas se une la incertidumbre del resultado, pues un partido se puede decidir en el último segundo. Cada año se produce alguna modificación en sus reglas, lo que contribuye aún más a la viveza y espectacularidad, la última innovación han sido la falta intencionada y la canasta de tres puntos, con lo que recupera un papel importante y relevante los tiradores de larga distancia.

La NBA, tiene sus propias normas de juego, diferentes a las de la FIBA, por ejemplo el partido se divide en cuatro partes de doce minutos; el jugador en posesión del balón puede pedir tiempo muerto; está prohibida la defensa en zona; el jugador es eliminado a la sexta falta personal. Los equipos más representativos del baloncesto estadounidense son: Los Ángeles Lakers, que cuenta en sus filas con Shaquille O'Neill y Kobe Bryant; con Dirk Nowitzk; entre otros.

REGLAS OFICIALES DEL BÁSQUET BALL

El básquet ball es un juego mundial, en el que se enseña y se aprende de manera muy responsable y agradable, por su riqueza de actividad física, desarrollo social y disciplina de equipo en el cual todos participan, prepara a los jóvenes en el deporte para alentarlos y motivarlos a realizar prácticas en el deporte y a mejorar su calidad de vida y salud.

El básquet ball se juega con equipos de 5 jugadores, el objetivo es el de introducir el balón en el cesto del equipo contrario, y evitar que el

otro equipo obtenga el control del balón o anote, de acuerdo con las reglas establecidas.

CANCHA DE JUEGO.

El terreno de juego debe ser una superficie rectangular, lisa y dura sin obstáculos, las dimensiones del terreno de juego deben ser de 28 mts.de largo por 15 mts de ancho.

LINEAS DE MARCACIÓN.

Las líneas de demarcación del terreno de básquet ball se trazarán de acuerdo con las normales, y serán iguales las empleadas en un terreno normal de baloncesto o de una cancha múltiple, la línea de tiro libre está a 4 metros del tablero, una línea que se trazará para fijar los 3 puntos, todas las líneas deben tener una anchura de 5 cts. De ancho y perfectamente visibles.

TABLEROS.

Cada tablero será de superficie plana o lisa, hecho de madera maciza o material transparente adecuado, con unas dimensiones de 1.20 m. de largo x 0.90mcms.de ancho.

CESTOS.

Los cestos comprenden arcos y redes, cada uno de los dos cestos se situará a una altura de 2.60m de suelo, de acuerdo a las normales.

EL BALON.

El balón es esférico con una superficie exterior de cuero, goma o de material sintético, tendrá una circunferencia entre 68 y 73 centímetros y su peso oscilará entre 450 y 500 gramos.

EN LOS ADULTOS

Por ejemplo la edad adulta es más amplia y está formado por edades de 18 a 65 y mas, los mismos que están invitados a realizar actividades físicas y a motivarlos a entretenerse y además tener la oportunidad para socializar y relacionarse con otros.

Se realizará campañas promocionales que destaquen el nivel de condición y prevención de enfermedades y mejorar su bienestar y ser constantes en este sentido para coadyuvar a su mejor rendimiento y mejoramiento de estética, la gente que tiene poca experiencia en practicar deportes puede disfrutar de las actividades recreativas y están menos propicias a correr riesgos de enfermedades cardiovasculares y así poder disfrutar del deporte con armonía.

Las barreras para la participación de adultos incluyen falta de tiempo, difícil acceso a las instalaciones deportivas, falta de energía o autodisciplina, costos elevados, lesiones o mala salud, falta de habilidades. Los factores que motivan la participación de adultos incluyen más tiempo, fácil transporte, intereses comunes con familiares o amigos, accesibilidad a instalaciones, bajo costo, entre otros. Para adultos es muy común el envejecimiento precoz, permanecer activo hasta una edad avanzada será cada vez más importante para el mantenimiento de los órganos vitales como el corazón y otros. La recreación y el deporte pueden jugar un papel importante proporcionando oportunidades a los adultos mayores para permanecer activos.

Este proyecto será de una positiva contribución en el exitoso quehacer deportivo de la mayoría de la población, el adulto permanecerá activo si lo motivamos a realizar y desarrollar habilidades como:

- Destacarse en la comunidad
- Disminuir riesgo de accidentes cardio-vasculares

- Mantenimiento de la flexibilidad, equilibrio y fuerza
- Menos fatiga, mayor seguridad física y más auto confianza
- Aspecto positivo del cuerpo y sensaciones de bienestar
- Amistad y compañerismo obtenidos a través de la participación con otros.

EN LAS POBLACIONES ESPECIALES

Estas poblaciones tienen necesidades especiales. Cualquier intento de involucrarlos en Deportes y actividades recreativas puede incluir:

- Personas con impedimentos
- Familias de Bajos ingresos
- Minorías étnicas
- Población Rural
- Población penitenciaria

PARA PADRES DE FAMILIA

- Promover programas en los medios de cuidados diario que desarrollen habilidades motoras
- Trabajar en unión con las personas que laboran en diferentes empresas como son escuelas, (maestros), Asociaciones deportivas, Asociaciones juveniles, y profesionales de la salud.
- Promover oportunidades para el entrenamiento de maestros que apoyen las actividades deportivas.
- Desarrollar materiales y herramientas o implementos para ser utilizados en escuelas

- Promover oportunidades de entrenamiento de liderazgo entre jóvenes que demuestren interés en organización de actividades deportivas y recreativas.

La Conducta Deportiva

Los entrenadores y deportistas deben entender que los deportes más que competencia son oportunidades de participación, en esas circunstancias perder o ganar no debe ser lo significativo, sino educarse integralmente, algunos profesores y padres de familia, equivocadamente solo se preocupan del desenvolvimiento físico del estudiante que juega, no cuidan la intención de sus reacciones psicológicas, sociales, ellos ven el juego como competencia y no como participación.

CALERO 1994

“Descuidan su formación integral como lo dice el profesor De que vale que un niño o joven pueda jugar muy bien el fútbol, ser una estrella en ese deporte, si falsificando un partido, a veces promovido por los mismos profesores, participan con el solo afán de ganar” (Pág. 32).

Hay necesidad de cambio, de todos los agentes de la educación en especial de docentes, que son los formadores de los futuros ciudadanos. Es preciso que la disciplina personal, la disciplina colectiva sea organizada por los mismos estudiantes en colaboración con los docentes procurando reforzar el sentimiento de las responsabilidades individuales y sociales.

La competencia egoísta debe desaparecer de la educación y ser reemplazada por la cooperación que enseñe al niño a poner su

personalidad al servicio de la colectividad. La práctica deportiva dentro o fuera del plantel debe implicar el conocimiento y la práctica de normas básicas como las siguientes:

- Amar a la Institución
- Reconocer la derrota, sin perder la moral ni el honor
- No re juzgar que el árbitro es un enemigo y acatar sus órdenes
- Saber ganar el juego con humildad y coraje
- No discutir ni hacer gestos desagradables u ofender a los rivales
- Mostrar Cultura y personalidad deportiva, equilibrada, fraterna, dentro y fuera del campo deportivo en los eventos deportivos escolares y otros.

Por todo lo expuesto es trascendental a presencia y el ejemplo de los profesores, en eventos deportivos, resulta bochornoso la constante odiosidad, insultos entre quipos, escuelas, hasta profesores y estudiantes cuando se trata de campeonatos escolares, merecen ser orientados para ser educativos.

El deporte como medio Educativo

Se puede considerar, en el ámbito de las actividades físicas, cuatro áreas básicas, la condición o cualidades físicas, la expresión corporal, el juego y el deporte. Todas ellas pueden ser orientadas con una finalidad educativa de recreación o esparcimiento y para acrecentar o mantener la salud. El deporte, actividad caracterizada por la realización de ejercicio físico, la presencia de una competición con uno mismo o con los demás, la existencia de unas reglas para su desarrollo y su componente lúdico, se convierte en un excelente medio educativo para el individuo durante su

período formativo, ya que se desarrolla la capacidad de movimiento, habitúa a la relación con los demás y a la aceptación de las reglas, a la vez que estimula la superación.

En la actualidad, los valores educativos del deporte son aceptados mayoritariamente aunque sea criticado por muchos, no sin razón, el uso excesivo que en ocasiones se hace de la competición. Ello lo convierte en selectivo, permitiendo su práctica sólo a una minoría. Por el contrario se debe emplear la competición como un medio más, fundamentalmente participativo, sin convertirlo en selectivo.

Los objetivos educativos del deporte, según **CAGIGAL**, se centran en los cuatro campos siguientes:

- Aprendizaje Básico psicomotores
- Aprendizaje psicomotores adaptados a tareas específicas frecuente en la vida cotidiana.
- Aprendizaje Social, por medio de la relación con los demás
- Vinculación psico.afectiva-

ORIENTACIÓN FILOSÓFICA Y EDUCATIVA DE LA INVESTIGACIÓN

Una de las grandes prioridades para el desarrollo de América Latina y de la región Andina es el mejoramiento de la educación y la búsqueda de alternativas dentro de las mismas, con especialidades que vayan también a incrementar sus ingresos económicos y mejorar la calidad de vida.

Este proceso debe tomarse en términos globales involucrando a todos los elementos como Ministerio de Educación y Cultura, Docentes, Estudiantes, Padres de Familia y Comunidad. Se considera que la calidad del Aprendizaje no depende tanto de supuesto coeficiente intelectual ni el dominio de un buen conjunto de técnicas y métodos para estudiar con provecho, sino de la posibilidad de captar las exigencias de las tareas en una situación de aprendizaje determinada y controlar con los medio adecuados, dicha situación.

La afirmación de Nisbet y Shucksmith (1986) se orienta claramente en este sentido.

“El factor que distingue un buen aprendizaje de otro malo o inadecuado es la capacidad de examinar las situaciones, las tareas y los problemas, y responder en consecuencia, y esta capacidad raras veces es enseñada o alentada en la escuela”. (pág. 47).

Se cree que la Filosofía de fondo que incorpora la enseñanza de estrategias, que se podría resumir con la frase “el estudiante, ante todo, debe aprender a aprender”, está ampliamente recogida y representada en los principios educativos que inspiran esta Reforma (MEC, 1989).

El desafío más inmediato para los sistemas educativos es enseñar a niños y jóvenes aquellos conocimientos o procesos que faciliten aprendizajes posteriores, mucho más que la acumulación y actualización de todos los contenidos de todos los segmentos del sistema. Este es el objetivo más evidente del proyecto de reforma. (pág. 190).

Rendimiento académico

Mediante el rendimiento académico el estudiante deberá anotar, criticar, e inclusive contribuir su propia organización o representación sobre el contenido propuesto, si éste está organizado mediante un conjunto de mapas conceptuales como una meta, los estudiantes y el profesor deberán revisar los modelos creados, el estudiante también deberá poder criticar los módulos y esperar una respuesta del profesor.

El ambiente debe permitir al estudiante una participación activa al navegar a través de módulos, crear sus propias anotaciones, construir modelos ligados o sobrepuestos a los módulos y criticar el contenido de éste, el profesor frente a su grupo de estudiantes les imparte las lecciones, el estudiante debe asimilar o rendir y adicionalmente la interacción entre el profesor y el estudiante es sumamente activa, debe darse tiempo para realizar una interacción significativa con los estudiantes, y mediante el diálogo los debe hacer participar.

En las clases del profesor deben ser aprovechadas por los estudiantes, y estos participar, discutir, analizar e interactuar; el ambiente debe tener como característica principal el interactuar de manera provechosa y frecuente entre estudiantes y maestros, el profesor deberá contar con herramientas que le permitan llevar un control adecuado de las interacciones, decisiones y sugerencias con cada estudiante y a la vez el estudiante tiene el deber de cumplir con todos y cada uno de los temas propuestos y así poder rendir eficientemente.

El estudiante debe provechar al enseñanza de todo maestro para evolucionar hacia un punto de convergencia, pues ellos son los expertos representarán sus conocimientos. La educación está llamada a jugar un papel importante y cada vez más esencial, Aceptar el reto que supone la

cultura de la innovación permanente implica para los profesionales del mundo educativo, el profundizar en aquellos conocimientos que configuran su activo como especialistas en un ámbito del saber tan complejo como es la educación, entre estos profesionales se destaca a los maestros que deben acometer, en ocasiones muy en precario, la ardua tarea de guiar a sus estudiantes convenientemente en la aventura de la adquisición y dominio de los conocimientos.

Guía Didáctica

La guía didáctica constituye la plataforma ideal para abordar la reflexión innovadora en el aula a la par que es un poco difícil encontrar obras que aborden de forma amplia y a la vez con un cierto nivel de profundidad tan compleja temática, por todo ello se entiende que la guía propuesta en esta tesis puede ser una obra oportuna y necesaria.

La guía didáctica trata de mejorar los aprendizajes que son concebidos como el resultado de un complejo proceso de intercambios funcionales que se establecen entre tres elementos básicos: El estudiante que aprende, el contenido que es objeto de aprendizaje y el profesor que ayuda al estudiante a dotarse de significados y a atribuir sentido a lo que aprende. Desde este enfoque holístico se configuran las distintas unidades didácticas, pero ante la imposibilidad de tratar todas sus especificidades, procedimientos a su selección considerando la didáctica correspondiente a la materia de Cultura Física, esta materia por su trascendencia para la formación y por su incidencia en el resto de las disciplinas, debería ser ampliamente tratada.

ELLIOT J. 1998

“Se contribuye a potenciar el papel del docente como investigador de su propia práctica, lo cual si lo que se pretende es transformar y mejorar la práctica docente, debe realizarla en equipo” (P.51).

Definición de Guía

Una guía es la planificación estratégica que abarca un período de varios años, es necesario iniciar las estrategias y líneas de acción simultáneamente, a través de una guía se cumplen objetivos institucionales, el diseño de esta guía debe basarse en estrategias definidas, las mejores guías son aquellas que pueden integrar y hacer operativas a varias estrategias.

Una guía debe tener un orden lógico implica analizar desde el inicio y desarrollar sus contenidos para implementar con los recursos y capacidades actuales, es recomendable iniciar con una guía pequeña o de corta duración para que los estudiantes puedan ponerla en práctica, y no con algo demasiado ambicioso, esta guía aumentará la capacidad y confianza de los participantes y les preparará para iniciar con otras guías más ambiciosas.

Tipos de Guía

La mayor parte de las Guías son independientes que responden a problemas concretos, otros menos frecuentes, son las Guías intersectoriales que establecen objetivos comunes a dos o más sectores, estos pueden ser de índole educacional y de salud, de alimentación

escolar entre otros. Hay otras Guías llamadas integradas para lograr objetivos de conjunto, bajo la responsabilidad de un sector o de varios de ellos independientemente, pero ligados por objetivos comunes o por áreas geográficas o grupos de población determinados, en general Guías de mayor envergadura, se refieren a la ampliación de la red de establecimientos, producción de materiales educativos, capacitación docente entre otros.

Importancia de una Guía Didáctica

Toda Guía debe someterse a un estudio de viabilidad, o factibilidad, esto significa evaluar las posibilidades reales de ejecución que tiene una Guía, desde varios puntos de vista que aunque para efectos didácticos se abordan por separado, está estrechamente vinculados entre sí. Además resultan de la educación de la Guía a los intereses y necesidades de la comunidad educativa a la que va dirigido, acode con las políticas nacionales de desarrollo educativo, no siempre hay coincidencia entre la alternativa que ofrece el técnico con la forma de apreciar que tienen los participantes.

En algunas ocasiones, el estudio de factibilidad institucional puede conducir a la realización de acciones previas en el caso de la capacitación del personal especializado, reforma administrativa, incluso modificación del organigrama del Ministerio, para crear la unidad necesaria. Para determinar la viabilidad de una Guía Didáctica de acuerdo a los criterios señalados, se puede proceder a través de una evaluación interna y externa de la Guía. La Evaluación interna verifica la consistencia y conferencia del mismo, desde la identificación de la idea, pasa por la

elaboración técnica y continúa a través de su ejecución por el análisis continuo de los resultados parciales y finales de cada etapa.

La evaluación externa es el resultado de un proceso permanente de consulta con las unidades ejecutoras y con los demás elementos participantes de su desarrollo, la idea de una Guía surge, por lo general de un análisis de las necesidades educativas, pero su adopción viene solo después de un análisis de viabilidad o factibilidad.

Objetivos de una Guía Didáctica

Una vez conocida la situación, se puede pasar a la fase de elaboración de los objetivos de la Guía, para determinar los objetivos de esta, es necesario adelantarse para prever los resultados que se quieren lograr en el futuro, los objetivos mantienen la unidad y la coherencia entre las diferentes actividades de la Guía. Ellos evitarán contradicciones entre las múltiples actividades que lo componen. Además constituyen una fuente de motivación al esfuerzo que hacen las personas pero si no tienen razón de ser, no habrá motivación para realizarlo.

Como resultado de esta fase se realiza una lista de objetivos generales y específicos para la Guía, a lo que debe agregarse una adecuada articulación de actividades correspondientes a cada campo del proceso. Ellas se lograrán en la medida en que los objetivos particulares de actividades coincidan con los generales que dan la orientación de todo el proceso.

Elaboración de una Guía

Se consideran aspectos relacionados con el diagnóstico, los objetivos de la Guía, los estudios de demanda y oferta educativa, la estimación de los déficit por atender, el tamaño de la Guía, si esta considera construcciones y equipamiento, la inversión que demanda la programación de la operación, las informaciones sobre el financiamiento y la organización administrativa para la ejecución de la Guía.

Reseña Histórica de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Guayaquil

La Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación de la Universidad de Guayaquil, consciente de su responsabilidad histórica, fue creada en mayo de 1936 como Escuela de Cultura Física, después en la década de los 60 se transformó en Instituto de Educación Física, posteriormente en el 1970 en Instituto Superior de Educación Física cumpliendo con todos los requisitos al igual que todas las demás facultades en la formación de los profesionales y sus integrantes profesores, trabajadores, empleados y estudiantes lucharon para conseguir su transformación a Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación, denominación que ostentamos actualmente y que a raíz del año 2000 transcurrida una década asumió la dirección de la Facultad y dentro de nuestras propuestas de cambios estuvo la reforma académica que de inmediato se emprendió con ella. Y luego de un trabajo en conjunto con los profesores de la Facultad y asesores nacionales y extranjeros se trabajó en la reforma académica, creando dos carreras La Carrera de Docencia para formar los profesores y licenciados en Cultura Física y la Carrera de Tecnología Deportiva para formar los entrenadores

deportivos y los preparadores físicos acorde con las nuevas tendencias de lo que es la Cultura Física y el Deporte de Alto Rendimiento. Sin embargo estaba pendiente la petición de muchos profesionales y egresados de la Facultad quienes venían exigiendo Proyectos para los Profesionales de Cuarto Nivel, siendo una realidad actualmente la propuesta de una Maestría en Cultura Física, para formar profesionales de Cuarto Nivel en esta rama (Magíster). Más aún hemos dado respuesta a la última petición de que existen muchos profesores no titulados que también han venido reclamando la oportunidad para venir a la Universidad a prepararse y luego se creó la Carrera de Docencia Semipresencial Autofinanciada, para que precisamente estos señores tengan la oportunidad de prepararse y poder responder de mejor manera en la formación profesional.

Un profesional de Cultura Física que sale graduado de las aulas de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Guayaquil, actualmente tiene un perfil muy amplio que le permite trabajar en escuelas, colegios, universidades, clubes, federaciones, pueden gerenciar academias, gimnasios y entidades deportivas. Siendo un profesional preparado para atender los retos y perspectivas de la educación física escolar y el entrenamiento deportivo prospectivo o de largo plazo, el mismo que al desarrollar su labor ayuda en la formación integral del nuevo ciudadano con aptitudes y actitudes de carácter positivo para ayudar en la transformación de la sociedad en que vive para su transformación cualitativamente. Por ello se debe de señalar que la Cultura Física abarca un amplio espectro de campos de acción o forma de manifestarse entre las que destacan la Educación Física Escolar, el Entrenamiento Deportivo, la Recreación Física y la Actividad Física Profiláctica y Terapéutica.

Y como en esta época de la Revolución de la Informática que se ha evolucionado de manera agresiva es importante que los profesionales a más de recibir los conocimientos científicos, técnicos, pedagógicos, andragógicos también no dejen de lado lo ético, lo moral y sobre todo la del respeto hacia el medio ambiente y entorno en el que se desenvuelven, porque la actividad física, el deporte y la recreación son sinónimos de salud y van de la mano, eh allí la importancia de este profesional que cuando realiza su trabajo y sobre todo con los niños y jóvenes es importante el modelaje de su trabajo para que sus alumnos lo emulen y se convierta en ese profesional que va a ayudar en el cambio de sistemático y efectivo de nuestro país, porque se tiene la oportunidad maravillosa de enseñar y educar en valores, el respeto al profesor, al compañero, al conserje, al adversario y por ende a todas las personas y los conocimientos que se reciben en la etapa de formación como el caso de Anatomía, Fisiología, Psicología General y Evolutiva, Control Médico Pedagógico, Lenguaje y Comunicación más las materias y asignaturas de formación profesional como Historia de la Educación Física, Gimnasia Básica, Metodología y Pedagogía de la Educación Física y la Recreación, más los deportes como atletismo, fútbol, básquet, volley, natación, preparación física, etc., hacen que el profesional responda de manera eficaz, efectiva y eficiente y ayude a la formación integral de los niños y jóvenes futuros profesiones que requiere el país.

FUNDAMENTACIÓN LEGAL

Esta investigación se remite a la constitución política del Ecuador en vigencia del año 2008.

En el título II “Derechos”, en su capítulo segundo “Derechos del buen vivir” en su sección cuarta “Cultura y Ciencia” en su artículo 26 menciona.

Art. 26.- La educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable de Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir. Las personas, las familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo.

Art. 27.- La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, la calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y capacidades para crear y trabajar.

La educación es indispensable para el conocimiento, el ejercicio de los derechos y la construcción de un país soberano y constituye un eje estratégico para el desarrollo nacional.

Art. 28.- La educación responderá al interés público y no estará al servicio de intereses individuales y corporativos. Se garantizará el acceso universal, permanencia, movilidad y egreso sin discriminación alguna y la obligatoriedad en el nivel inicial, básico y bachillerato o su equivalente.

Es derecho de toda persona y comunidad interactuar entre culturas y participar en una sociedad que aprende. El Estado promoverá el diálogo

intercultural en sus múltiples dimensiones. El aprendizaje se desarrollará de forma escolarizada y no escolarizada. La educación pública será universal y laica en todos sus niveles, y gratuita hasta el tercer nivel de educación superior inclusive.

Art. 29.- El estado garantizará la libertad de enseñanza, la libertad de cátedra en la educación superior, y el derecho de las personas de aprender en su propia lengua y ámbito cultural.

Las madres y padres o sus representantes tendrán la libertad de escoger para sus hijas e hijos una educación acorde con sus principios, creencias y opciones pedagógicas.

LEY DE EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTES Y RECREACIÓN

EL PLENARIO DE LAS COMISIONES LEGISLATIVAS

De conformidad con lo dispuesto en el inciso del Art. 60 de la Constitución Política de la República.

Resuelve:

ARTÍCULO ÚNICO

APRUEBASE LA SIGUIENTE CODIFICACIÓN DE LA LEY DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

TÍTULO PRIMERO

Generalidades

CAPÍTULO I

Objetivos y Conceptos fundamentales

Art. 1. Esta Ley regula el ejercicio de la educación física, los deportes y la recreación, como actividades formativas del hombre.

Art. 2. La planificación, organización, ejecución, coordinación y control de la educación física, los deportes y la recreación constituyen funciones obligatorias del Estado, que ejercerá el Ministerio de Educación y la Dirección Nacional de Educación, Deportes y Recreación.

Art. 3. Es objetivo primordial de esta Ley contribuir, por medio de la actividad física, a la formación integral de la persona en todas sus edades, para el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

Art. 4. La educación física es un aspecto sustantivo, inseparable de la educación integral, cuyo fin específico es la formación armónica del individuo.

Art. 5. El deporte es la práctica de las disciplinas físicas, formativas y competitivas, dentro de las normas preestablecidas, orientada a generar valores morales, cívicos y sociales.

TITULO SEGUNDO

DE LA INTEGRACIÓN DEPORTIVA NACIONAL

CAPITULO PRIMERO

De la Educación Física

Art. 7 La enseñanza y práctica de la educación física son esencialmente educativas, recreativas y sociales.

Art. 8. Par efectos de esta Ley, la educación física se divide en:

- a) Educación física estudiantil; y
- b) Educación física de la comunidad

La educación física estudiantil se regirá de acuerdo a los Planes y Programas del Ministerio y Cultura que correspondan a cada nivel.

La educación física de la comunidad es de responsabilidad de las diversas instituciones y organismos que la integran, de conformidad con las prescripciones que se establezcan en esta ley y los reglamentos respectivos.

Art.9.- La enseñanza y práctica de la educación física son obligatorias para todos los niveles estudiantiles y su organización y control corresponden al Ministerio y Cultura.

CAPÍTULO SEGUNDO

De los Deportes

Art. 10. Se admite la práctica de todos los deportes reconocidos internacionalmente y de aquellos que tienen su origen en el país y que cumplan la acción señalada en esta

Art. 11. El deporte ecuatoriano se clasifica en:

- a) Deporte aficionado (amateur) y;
- b) Deporte profesional

Art.12. El deporte aficionado es el organizado, practicado y dirigido como disciplina de formación, sin afán de lucro.

Art.13. El deporte profesional es el practicado por individuos que reciben una remuneración económica, organizado y dirigido por personas y entidades que persiguen una función social.

Art.14. La enseñanza y la práctica del deporte estudiantil son de carácter educativo, recreativo y social.

Art. 15. Para efectos de esta Ley, el deporte estudiantil se clasifica en:

- a) Deporte escolar;
- b) Deporte colegial o medio; y,
- c) Deporte de instituciones de educación superior.

Art.16. Los deportes escolar y colegial se regirán por los Planes y Programas del Ministerio de Educación y Cultura.

El deporte de las instituciones de educación superior tendrá sus propias regulaciones, que serán aprobadas por el Ministerio de Educación y Cultura.

Art.18. La enseñanza y práctica del deporte son obligatorias para todos los niveles estudiantiles.

Art.19. El deporte a nivel escolar y medio tiene los siguientes organismos:

- a) Federación Deportiva Nacional Estudiantil
- b) Federación es Deportivas Provinciales Estudiantiles;
- c) Consejos Deportivos Cantonales Estudiantiles; y,
- d) Centros Deportivos Escolares.

Su funcionamiento y actividad estarán regulados por sus estatutos, que deberán tener la aprobación del Ministerio de Educación y Cultura.

Art.20. El deporte profesional se registrará por las normas internacionales y sus propios reglamentos, que serán aprobados por el Ministerio de Educación y Cultura, previo informe del Consejo Nacional de Deportes.

REGLAMENTO (junio de 1990)

El Deporte Profesional estará dirigido y controlado por las Federaciones Nacionales respectivas.

Para la práctica del deporte profesional, por lo menos doscientos socios cotizantes, destinarán recursos económicos especiales para este objetivo, disponer en propiedad canchas, para la práctica de dicho deporte; y, fomentar la práctica de cuatro deportes aficionados (amateur). La autorización será concedida por el Consejo Nacional de Deportes, previa solicitud que reúna los requisitos anotados.

HIPÓTESIS

El estudio plantea hipótesis que serán probadas en el transcurso de la investigación y corresponden al modelo de hipótesis lógica.

HIPÓTESIS 1

Si el 65% de los informantes consideran que las estrategias de aprendizaje aplicadas en los procesos de enseñanza en la Carrera de

Cultura Física de la Universidad de Guayaquil, se evidenciará la necesidad de su actualización.

HIPÓTESIS 2

La mayoría de consultados, entre docente y estudiantes estiman que los métodos, técnicas y estrategias de aprendizaje inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la Carrera.

HIPÓTESIS 3

El 65% de la población encuestada manifiesta su interés por que las técnicas y estrategias de aprendizaje cambien con el propósito de optimizar el rendimiento académico y formación profesional de los estudiantes de la Carrera.

HIPÓTESIS 4

El 65% de los encuestados manifiestan su interés por que exista una Guía alternativa de Estrategias de Aprendizajes para los docentes, en beneficio de los estudiantes de la carrera de Cultura Física.

VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN

En función del problema investigativo planteado denominado “Diagnóstico de las estrategias de aprendizaje que emplean los docentes en el desarrollo curricular en la carrera de Cultura Física especialización Básquet y propuesta de una Guía alternativa”, se han determinado las siguientes variables de estudio.

Variable Independiente:

Diagnóstico de la **Estrategia de Aprendizaje** que emplean los docentes en la carrera de cultura física.

Variable dependiente 1: Para mejorar el **rendimiento académico** de los estudiantes

Variable dependiente 2: Propuesta de una **guía alternativa de estrategia de aprendizaje.**

Es un proceso consciente de cómo el ser humano produce y justifica el conocimiento, es un mapa que muestra dos aspectos: dónde está la Institución y a dónde desea llegar. Es un proceso de evaluación sistemática de la naturaleza de una Institución, o del estudiante, defendiendo sus objetivos a largo plazo, identificando metas y objetivos cuantitativos, desarrollando estrategias para alcanzar dichos objetivos y localizando recursos para llevar a cabo dicha estrategia.

El Diagnóstico de la Estrategia de Aprendizaje, se basa en la Visión y los valores de la organización, requiere de una buena comprensión de los procesos de transformación y desarrollo, así como un análisis contextual de cierta profundidad. Así mismo demanda un tiempo determinado para realizarla y un componente básico, es la participación activa de todos los interesados, para que sea el resultado de un trabajo común, no es un trabajo de especialistas, con un conocimiento adecuado, es una herramienta que puede y debe ser utilizada por todas las instituciones educativas en especial, con el propósito de trazar un norte hacia donde avanzar, garantizando el cumplimiento de sus objetivos.

Una Institución educativa que no ofrezca una buena educación y sea reconocida por sus usuarios no tiene razón de existir, por ello es importante que los Docentes conozcan los principios básicos de la planificación estratégica.

Elementos que conforman el Diagnóstico de las Estrategias de Aprendizaje.

- Marco conceptual de Desarrollo
- Visión Institucional
- Misión Institucional
- Análisis Contextual (Diagnóstico FODA)
- Estrategias
- Líneas de Acción
- Proyectos.

Definiciones Conceptuales

Aplicar.- Poner en práctica un conocimiento

Aprendizaje.- Se denomina aprendizaje a la acción o efecto de aprender (incorporar y racionalizar algún tipo de conocimiento por medio de la experiencia o el estudio).

Básquet Ball.- El básquet ball es un deporte de equipo que se juega en pista cubierta. Cada equipo de cinco jugadores intenta anotar puntos encestando en los aros correspondientes a ambos lados de la cancha.

Curricular.- El término curricular se emplea para referirse a todo aquello propio del currículo o que es relativo a este.

Densidad.- La densidad es una medida de cuánto material se encuentra comprimido en un espacio determinado; es la cantidad de masa por unidad de volumen.

Destreza.- Habilidad, arte, primor o propiedad con que se hace una cosa.

Diseñar.- Pensar o planear un proyecto o una idea.

Docente.- Es aquel individuo que se dedica a enseñar o que realiza acciones referentes a la enseñanza. La palabra deriva del término latino *docens*, que a su vez procede de *docēre* (traducido al español como “enseñar”). En el lenguaje cotidiano, el concepto suele utilizarse como sinónimo de profesor o maestro, aunque su significado no es exactamente igual.

Eficiencia.- Capacidad para realizar o cumplir adecuadamente una función

Enseñanza.- La enseñanza es la acción y efecto de enseñar (instruir, adoctrinar y amaestrar con reglas o preceptos). Se trata del sistema y método de dar instrucción, formado por el conjunto de conocimientos, principios e ideas que se enseñan a alguien.

Estímulo - . Incitar, animar a alguien para que efectúe una cosa.

Estrategia.- Es el conjunto de acciones que se implementarán en un contexto determinado con el objetivo de lograr el fin propuesto.

Expansión.- Aumento de la producción de una cosa para que llegue a un mayor número de personas.

Fair Play.- Cumplimiento de las reglas, juego limpio, especialmente en el deporte.

Guía.- Una guía es algo que dirige o encamina. A partir de esta definición, el término puede hacer referencia a múltiples significados de acuerdo al contexto. Una guía puede ser el tratado en que se indican preceptos para

dirigir o encaminar cosas, o la lista impresa de datos que se refieren a una materia específica.

Habilidad.- Es la capacidad y disposición para algo. El concepto puede usarse para nombrar al grado de competencia de un sujeto frente a un objetivo.

Impartir.- Impartir es el aporte de conocimiento no material a un determinado grupo de personas, bien sea de una entidad educativa, gubernamental, empresas entre otros

Intensidad.- Intensidad es el nivel de fuerza con que se expresa una magnitud, una propiedad o un fenómeno. Por lo tanto, suele hacer referencia a lo vehemente o impetuoso. Por ejemplo: “El ciclista mostró una gran intensidad en la última etapa y se hizo con la competición”, “La banda tiene una intensidad especial en vivo”, “Los amores hay que vivirlos con intensidad”.

Intervalo.- Espacio o distancia que media entre dos momentos o entre dos puntos.

Manipular.- Manejar cosas, especialmente objetos delicados o de precisión:

Métodos.- Proceso o camino sistemático establecido para realizar una tarea o trabajo con el fin de alcanzar un objetivo predeterminado.

Modelo.- Un modelo es una representación de un objeto, sistema o idea, de forma diferente al de la entidad misma. El propósito de los modelos es ayudarnos a explicar, entender o mejorar un sistema. Un modelo de un objeto puede ser una réplica exacta de éste o una abstracción de las propiedades dominantes del objeto.

Optimizar.- Buscar la mejor manera de realizar una actividad;

Planteamiento.- Exposición de un tema, problema.

Proceso.- Se denomina proceso al conjunto de acciones o actividades sistematizadas que se realizan o tienen lugar con un fin.

Propuesta.- proyecto o idea que se presenta a una persona para que lo acepte

Psicomotor.- Es el proceso por el cual le permite al niño relacionarse, conocer y adaptarse al medio que lo rodea. Este proceso incluye aspecto como el lenguaje expresivo y comprensivo, coordinación viso-motora, motricidad gruesa, equilibrio y el aspecto social-afectivo, que está relacionado con la autoestima.

Resistencia.- La resistencia es la capacidad de realizar esfuerzos de muy larga duración, así como esfuerzos de intensidades diversas en períodos de tiempo no muy prolongados ya que resistencia necesita tanto un corredor de maratón, como un corredor de 1.500, 800 ó 400 m., ó un saltador de longitud.

Táctica.- Se conoce con el término de Táctica al conjunto de métodos utilizados para lograr la concreción de un objetivo. Casi siempre al concepto de táctica se lo suele confundir con el de estrategia

Técnica.- Es un conjunto de procedimientos prácticos, en vistas al logro de un resultado, o a varios resultados concretos, valiéndose de herramientas o instrumentos, y utilizando el método inductivo y/o analógico, en cualquier campo del saber o del accionar humano.

CULTURA FÍSICA.- Es el proceso de las relaciones hombre – medio a través del conocimiento y la práctica de las actividades educativas, deportivas y recreativas, que permite dar atención prioritaria, en el marco de la Cultura nacional, a bailes, danzas, juegos, movimientos expresivos, deportes; sin dejar de considerar en tratamiento teórico-práctico de las actividades afines que se dan en el mundo y por consiguiente a su conocimiento y desarrollo.

EDUCACIÓN FÍSICA.- Son todas las actividades que se desarrollan en función del aprendizaje INTENCIONAL Y SIGNIFICATIVO por medio del movimiento. Únicamente se debe hablar de Educación Física si al realizar la actividad se visualiza cambios o mejoramientos en capacidades, habilidades, afectos o motivaciones y conocimientos.

DEPORTE.- Son actividades en las que el individuo dentro de una COMPETENCIA aplica las habilidades y destrezas y compara su rendimiento, en función de sí mismo y de los demás. La competencia se desarrolla bajo reglas preestablecidas y aceptadas por los participantes. Además, el deporte incluye procesos de entrenamiento para mejorar el rendimiento.

RECREACIÓN.- Son actividades individuales o grupales en las que se aplican los movimientos aprendidos para recuperar fuerzas perdidas, liberar energías estancadas y disfrutar de las actividades físicas. Es una actividad ESPONTÁNEA Y VOLUNTARIA.-

EVALUACIÓN

Según el diccionario de la Real Academia Española de la lengua, evaluar quiere decir valorar, estimar el valor de las cosas no materiales. El hombre desde el momento en que hace uso de la razón, inicia su juicio de valores y cada vez que valora realiza una apreciación o estimación de lo que lo rodea, lo que nos conduce a concluir que valor equivaldría a comparar.

ANDRAGOGÍA

La Andragogía es la ciencia que se ocupa de la educación y la enseñanza en los adultos, conocimientos sistematizados sobre la acción

educativa. En sentido crítico no designa más que una metodología de las prácticas educativas, que estaría integrada en las ciencias de la educación, que es la disciplina científica que, junto a otras ciencias afines como. Psicología, sociología y filosofía, se ocupa del estudio de la realidad de la educación.

METODOLOGÍA:

Se entiende como metodología al método como un conjunto de procedimientos, formas o formalidades de una enseñanza ritualística. En la escuela activa de “aprender haciendo” prevaleció el aprendizaje empírico con tendencia a la capacitación manual sin influir mucho en la conciencia.

PSICOMOTRICIDAD:

Un análisis de la palabra psicomotricidad se refiere a:

Psico: Hace referencia a la actividad psíquica en sus vertientes cognitivas y afectivas.

Motricidad: Es la función motriz y se traduce fundamentalmente por el movimiento, para el cual el cuerpo humano dispone de una base neurofisiológica adecuada.

DIAGNOSTICAR.- Es el análisis de los recursos disponibles para la práctica de la enseñanza: el Diagnóstico nos ubica en la situación real, actual de las capacidades y potencialidades de los estudiantes u grupos

de estudiantes. La actualidad de docente y los recursos como prerrequisitos de las necesidades más inmediatas, para mejorar el aprendizaje.

CAPITULO III
METODOLOGÍA
DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Modalidad de la Investigación

Este estudio corresponde a una modalidad de investigación que es de proyecto factible, pero con planteamiento de hipótesis. Proyecto Factible **según YÉPEZ 2010** “Metodología de la investigación social, procesos, paso a paso” tercera edición universal pedagógica, experimental, libertador de Venezuela – Caracas que dice:

Comprende la elaboración y desarrollo de una propuesta de un modelo operativo Viable, para solucionar problemas, requerimientos o necesidades de organizaciones o grupos sociales; puede referirse a la formulación de políticas, programas, tecnologías, métodos o procesos. Para su formulación y ejecución debe apoyarse en investigaciones de tipo documental, de campo o un diseño que incluye ambas modalidades. (Pág.9)

Este estudio se desarrolló en la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Guayaquil.

Al iniciar la investigación del problema de estudio, es necesario comprender que la investigación es un proceso sistemático, científico, planificado que tiene como fin descubrir conocimientos válidos y confiables sobre hechos y fenómenos de la humanidad.

Según el MEC 1989

...El desafío más inmediato para los sistemas educativos es enseñar a niños y jóvenes aquellos conocimientos o procesos que faciliten aprendizajes posteriores, mucho más que la acumulación y actualización de todos los contenidos de todos los segmentos del sistema... Este es el objetivo más evidente del proyecto de reforma (P.190).

Tipo de Investigación

“Este Proyecto plantea el tipo de investigación descriptiva que según Yépez 2010. Este Estudio Plantea Hipótesis que se probarán en el transcurso de la Investigación y corresponde al diseño de Hipótesis Lógicas” Yépez 2010 Pág.

Esta investigación utiliza el método científico, para establecer relaciones entre los hechos y permitan obtener, con estos conocimientos, aplicaciones útiles. Toda investigación científica se somete siempre a una “prueba de la verdad” que consiste en que sus descubrimientos pueden ser comprobados mediante experimentación, por cualquier persona y en cualquier lugar, y en que sus hipótesis son revisadas y cambiadas si no se cumplen.

Técnicas e Instrumentos de Investigación

Técnica de la Encuesta.

La técnica es un conjunto de saberes prácticos o procedimientos para obtener el resultado deseado. Una técnica puede ser aplicada en cualquier ámbito humano: ciencias, arte, educación entre otros, las

técnicas suelen ser más complejas que la de los animales, que solo responden a su necesidad de supervivencia. Ésta se realizó a través de un cuestionario, el cual permite recopilar datos de toda la población o una parte representativa de ella. Se caracteriza porque la persona investigada llena el cuestionario, siendo una de las más generalizadas en el área Social, Económica y Educativa. Es una técnica que se sirve de un cuestionario debidamente estructurado mediante la cual se recopilan datos provenientes de la población frente a una problemática determinada, el cuestionario es un formulario de preguntas que llena el encuestado sin ningún tipo de presión o intervención del encuestador.

Técnica de la Entrevista

Es un diálogo en el cual se plantearon las preguntas en base a un formulario previamente elaborado, en un orden concreto y se dicen de la misma manera como están redactadas. Todo el proceso de la entrevista estuvo previamente preparado y no existe libertad para separarse de lo programado.

Investigación de Campo

En esta investigación predomina la lectura selectiva, reflexiva y formativa, las mismas que fueron analizadas y expuestas mediante técnicas creativas tales como: Cuestionarios, Test, Collage, Dramatizaciones, Juegos Lúdicos, representaciones, mediante lenguaje iconográfico, crucigramas, y otros, todos estos estarán sustentados en artículos, revistas, textos, tarjetas electrónicas, postales entre otros.

POBLACIÓN Y MUESTRA

La población se la seleccionó buscando a los involucrados como son los docentes y estudiantes del cuarto año de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Guayaquil, se entiende como población o universo a un conjunto de individuos que forman parte de un trabajo de investigación, cuyas características son similares.

La población seleccionada para la presente investigación está constituida por los profesores y estudiantes del cuarto año de la Facultad de Cultura Física, se considera que estas personas constituyen los mejores informantes para lograr los objetivos formulados en la presente investigación y poder cumplir con las metas que se persigue, ya que ellos están viviendo directamente los efectos del problema.

CUADRO Nº 4

POBLACIÓN

Nº	DETALLE	N.-	%
1	Docentes	15	10%
2	Estudiantes	129	90%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

Como la población a investigarse se refiere a estudiantes y docentes del cuarto año de la Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación y como se trata de una población finita que si permitía realizar una investigación a la totalidad, no se recurrió al cálculo de la muestra sino que se trabajó con la totalidad de los informantes, es decir 144

desagregados entre docentes y estudiantes del cuarto año. El no calcular una muestra me permite inferir que los resultados son totalmente validos y confiables. La investigación para el desarrollo de esta Tesis ejecutable en la Facultad de Cultura Física, demostraron por medio de las entrevistas y encuestas dirigidas a diferentes Docentes del Área, de varios Centros educativos, que no se pueden dejar en el olvido la apreciación de varios complementos deportivos que son de gran importancia en el desarrollo de las Actividades Deportivas.

Es así que se pudo observar que para complementar estas Actividades Deportivas, se puede desarrollar con mayor facilidad la aplicación de los Deportes (Básquet Ball) que como se ha podido apreciar en esta etapa serán de mucha utilidad. Las encuestas realizadas permitieron ver que esta Tesis tiene bases sólidas en el ámbito pedagógico recreacional por lo que existe la seguridad de que este producirá cambios positivos en la evolución corporal de los Docentes.

Las preguntas de las encuestas apuntan que un 80% a la variable independiente y el 10 % a la variable dependiente 1; y el 10% a la variable dependiente 2.

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Diagnóstico de las estrategias de aprendizaje que emplean los docentes en el desarrollo curricular en la Carrera de Cultura Física especialización básquet ball, y propuesta de una guía alternativa de estrategias de aprendizaje.

CUADRO Nº 5

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
<p>V.I.</p> <p>1. Diagnóstico de las ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE.</p>	<p>Diagnóstico</p> <p>Estrategia Aprendizaje</p> <p>Procesos de aprendizaje</p> <p>Enfoque andragógico</p> <p>Currículo de Cultura Física Básquet Ball.</p> <p>Motivación académica de los estudiantes</p>	<p>Conceptos Importancia Utilidad</p> <p>Tradicionales Participativos ¿Qué es Estrategia?</p> <p>Objetivos Alcances Tipos</p> <p>Teoría de aprendizaje (Conductismo)</p> <p>Concepto Currículo Reseña del Básquet.</p>
<p>V.D.1</p> <p>2. DESARROLLO ACADÉMICO de los estudiantes en la Carrera de Cultura Física Básquet Ball.</p>	<p>Interés por la especialidad</p>	<p>Actitud estudiantil</p> <p>Interés de los estudiantes</p>
<p>V.D.2</p> <p>3. Propuesta: GUÍA ALTERNATIVA.</p>	<p>Paradigmas educativas</p> <p>Metodología</p> <p>Estructura de la Guía</p> <p>Estrategias del Básquet Ball.</p> <p>Diseño de la Guía</p>	<p>Tradicional Participativa</p> <p>Tipos Enfoques andragógicos</p> <p>Diseño por unidades</p> <p>Dominio del Balón Lanzamiento Reglas del Juego.</p> <p>Objetivos – Estructura</p>

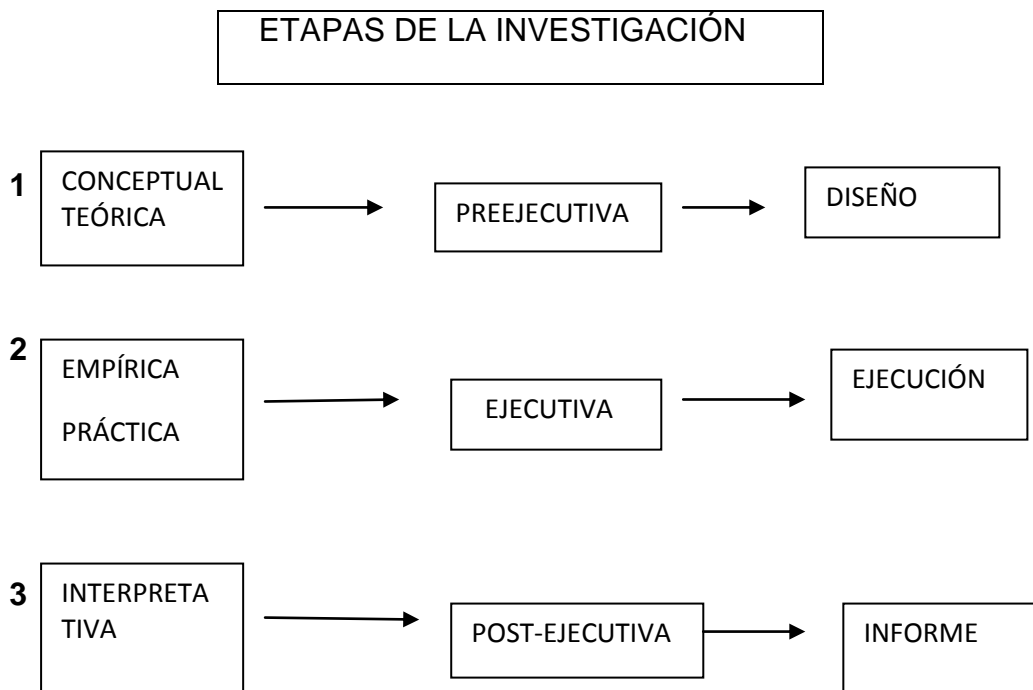
FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN

Para llevar a cabo esta Tesis se utilizó la técnica de la Encuesta, así se obtuvo la información por medio de varias entrevistas dando a conocer las inquietudes y así también el propósito, por lo cual se aplicó las entrevistas a 144 entre estudiantes y docentes que están relacionados con el desarrollo Físico y de las Actividades Recreativas. Dando a conocer así la valorización de las Estrategias de Aprendizaje que emplean los Docentes, por medio de los Deportes y por medio de los instrumentos antes mencionados se pudo observar que:

CUADRO N ° 6



FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

PROCEDIMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

- Planteamiento del Problema
- Aceptación del Proyecto
- Reunión con el Asesor
- Recopilación de datos, revistas, libros, folletos.
- Internet
- Elaboración y Desarrollo del marco Teórico
- Desarrollo del Marco Teórico
- Desarrollo del Marco Teórico
- Fundamentación Legal
- Hipótesis
- variables de la investigación
- Definiciones Conceptuales
- Metodología Diseño de la Investigación
- Modalidad de la Investigación Población y Muestra
- Operacionalización de las Variables
- Instrumentos de la Investigación
- Procedimientos de la Investigación
- Recolección de la Información
- Procesamiento y Análisis
- Desarrollo del Marco Administrativo
- Cronograma
- Presupuesto
- Referencias Bibliográficas

RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Para la recolección de la Información, se utilizó la Técnica de la encuesta con su instrumento, el Cuestionario. Se aplicó una encuesta

para los docentes y estudiantes de cuarto año de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Guayaquil, con preguntas relacionadas básicamente al empleo, diseño y uso de técnicas y tácticas para las estrategias de aprendizaje. En las encuestas se utilizaron dos preguntas abiertas y dieciocho preguntas cerradas.

PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS

Para el procesamiento y análisis de la información producida a través de la aplicación de los instrumentos de investigación de la encuesta se realizó por medio de la utilización del programa Excel, en donde se estableció los tres instrumentos de la estadística descriptiva: La tabulación de datos, la elaboración de tablas y la de gráficas estadísticas demostrativas para objetivizar los resultados. En lo que respecta a la información de segunda mano, es decir de los documentos técnicos que se utilizaron en la investigación, se procedió básicamente por medio del análisis de contenido tomando en cuenta las variables específicas que se estudiaron en este proyecto.

El análisis de los resultados se lo realizó en dos estilos: en el primero, se hizo una descripción de los resultados cuantitativos que se obtuvo en la investigación y en segunda instancia, la elaboración de conclusiones con respecto de cada uno de los ítems para que permitan dar respuesta a las hipótesis planteadas. Estas conclusiones servirán de base para la determinación de las recomendaciones del presente trabajo de investigación. En función de los resultados encontrados en la investigación se procedió al diseño de la Propuesta correspondiente, a la elaboración de una Guía Alternativa de técnicas y tácticas para la enseñanza de la Cultura Física y el deporte en especial del Básquet Ball.

RECOPIACIÓN DE INFORMACIÓN

El trabajo de campo se realizó con el apoyo de los docentes y estudiantes del cuarto año, teniendo la aceptación del Decano de la facultad de Educación Física Deportes y Recreación Lic. Napoleón Gamboa Abril y con la misma se realizó los siguientes pasos.

1. Entrevistas a los docentes del cuarto año donde les entregué la encuesta para ser retirada al día siguiente al respecto existió una tasa de retorno del 100%.
2. En el caso de los estudiantes pedí autorización a cada docente durante una semana para realizar la encuesta curso a curso.
3. En cada curso se ha explicado el objetivo de estudio. La importancia del mismo donde he obtenido una real aceptación.
4. El número de estudiantes es de 144 de cuarto curso de la facultad de Educación Física Deportes y Recreación.
5. Los resultados del estudio lo presento en tablas y gráficos correspondientes.

CUADRO Nº 7

RECOPIACIÓN DE INFORMACIÓN

¿Quiénes proporcionan la información?	la información se la realizó a los Docentes y Estudiantes
¿Cómo accedemos a la información requerida?	Se utilizó cuestionarios tipo encuesta
¿Cómo se recogió la información requerida?	Mediante la recolección de datos obtenidos en las encuestas.
¿Cómo se organizaron los datos obtenidos?	Los datos recabados fueron procesados mediante estadísticas descriptivas.
¿De qué manera se realizó el análisis de datos?	Siguiendo el modelo estadístico se realizó el análisis e interpretación

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

CRITERIOS PARA LA ELABORACIÓN DE LA PROPUESTA

Para el análisis de la información, en estos casos se calculará porcentajes y porcentajes acumulados en casos especiales. Se elaborará una Guía Alternativa la misma que contiene las Técnicas y Tácticas, pero determinado en cada una de ellas el objetivo, el proceso de Enseñanza Aprendizaje el uso y la aplicación de los implementos deportivos.

Por las características específicas de la investigación, se utilizará la encuesta con el instrumento respectivo, el cuestionario que se elaborará en función de los objetivos, las variables e hipótesis; fundamentalmente se aplicará un cuestionario tipo Likert con preguntas cerradas para que facilite el procesamiento de datos. La validez es la característica del instrumento que demuestra la capacidad del mismo para medir lo que fue diseñado; es decir asegurarse que en un contenido se contemple las variables e indicadores de un proyecto. De las formas de validez existentes se utilizará la del procedimiento de un Instrumento por pilotaje para garantizar la confiabilidad y validez del contenido.

CRITERIOS DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

Con base a las diversas concepciones, el Proyecto es factible porque se desarrolla a través de las siguientes etapas: el diagnóstico de las necesidades, el cual puede basarse en una investigación de campo o en una investigación documental, planteamiento y fundamentación teórica de la propuesta; el procedimiento metodológico, las actividades y recursos necesarios para su ejecución y el análisis de variabilidad o factibilidad del proyecto.

El informe final de este Proyecto Factible se conforma con los siguientes aspectos: Introducción, contexto de la justificación del proyecto; el marco referencial, la metodología, el diagnóstico de necesidades, la formulación de la propuesta, el análisis de factibilidad, las recomendaciones y la lista de referencias. Además en caso de que el Proyecto refiera la evaluación de propuestas, es necesario incorporar la descripción de los procesos, los resultados, las conclusiones y recomendaciones. Cuando se plantea un Proyecto que debe ser factible, se plantean muchas interrogantes, cuyas respuestas indicarán las operaciones a realizar, las cuales se relacionan con la organización y estructura del mismo.

Se determina la identidad, naturaleza y contexto del Proyecto: en el aspecto Social, Económico, Político, y Cultural, se busca definir y explicar los objetivos que guían la acción. Se la realiza con la contribución a la solución de un problema o la satisfacción de una necesidad.

El Proyecto se justifica a través de una explicación sobre su importancia, viabilidad, sustento teórico, beneficiarios, interés, relevancia y motivo. Así mismo se destacan las oportunidades actuales y a futuro que genere el Proyecto. Se incluyen todas las actividades a realizar durante el proceso.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Para el análisis e interpretación de resultados, fue necesario utilizar medios que ayuden al proceso informativo del programa Excel, en donde se establecen los tres elementos de las estadísticas descriptivas; la tabulación de datos, la elaboración de tablas y la de gráficas estadísticas demostrativas para objetivizar los resultados. En lo que respecta a la información de segunda mano, es decir de los documentos técnicos que se utilizan en la investigación, se procederá básicamente por medio de análisis de contenido tomando en cuenta las variables específicas que se están estudiando en el presente proyecto, así como las hipótesis.

El análisis e interpretación de los Resultados se lo realizó en dos estilos: en el primero se hará una descripción de los resultados cuantitativos que se obtengan en la investigación y en segunda instancia, la elaboración de conclusiones con respecto a cada uno de los ítems para que permitan dar respuesta a la hipótesis planteada en el capítulo II. Estas conclusiones servirán de base para la determinación de las recomendaciones del presente trabajo de investigación. En función de los resultados encontrados en la Investigación se procederá al diseño de la Propuesta correspondiente de una Guía Alternativa de Cultura Física.

El estudio de campo tubo la particularidad de tener información válida y confiable sobre el tema de estudio el mismo que responde no solo a los objetivos específicos sino fundamentalmente a la hipótesis y variables de la investigación. La información se obtuvo luego de realizar una compleja estrategia de campo que parte de la aceptación del decano de la facultad de Educación Física hasta encontrar el espacio adecuado para realizar la encuesta a los estudiantes del cuarto año. Luego de realizar un proceso amplio de explicación los estudiantes estuvieron muy de acuerdo en expresar libremente sus puntos de vista en el instrumento previamente elaborado y validado por juicios expertos. Los resultados se procesaron en computadora con el programa SPSS que ha permitido tener tablas y cuadros de la información válida y confiable del trabajo de campo Para el análisis se plantea la siguiente estrategia:

1. Análisis pormenorizado según preguntas del instrumento, traducidas en gráficos, cuadros y puntos de vista relacionados con el marco teórico y triangulados entre la experiencia profesional del investigador, el criterio de los investigados y las referencias del juicio de expertos, que sumados al marco teórico permiten obtener conclusiones y recomendaciones válidas.
2. El instrumento basado en la escala tipo Likert permite además tener una puntuación para establecer un perfil de puntos débiles que son necesarios atacar mediante la propuesta de guía alternativa de la Cultura Física.
3. Con la información obtenida se ha podido realizar también un proceso de prueba de hipótesis que ayuda a entender el problema y justifican la propuesta.

ANÁLISIS DE CUADROS Y GRÁFICOS

INFORMACIÓN GENERAL

PREGUNTA N° 1: CONDICIÓN DEL INFORMANTE

CUADRO N° 8

CONDICION DEL INFORMANTE

N°	DETALLE	FA	FR
1	Docentes	15	10%
2	Estudiantes	129	90%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

CONDICION DEL INFORMANTE

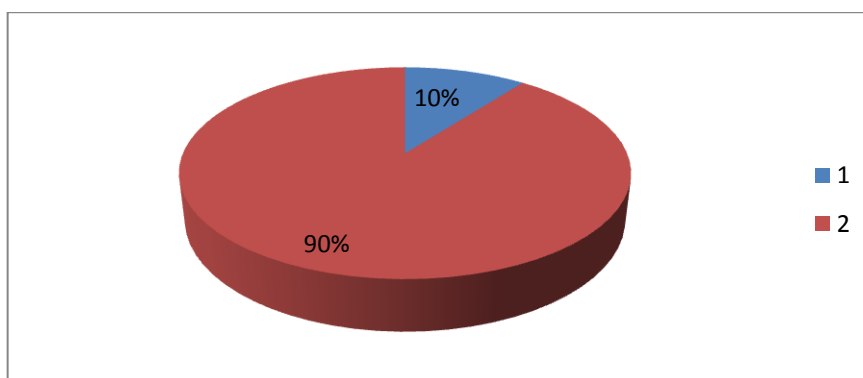


GRÁFICO N° 1

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

De los encuestados de la Facultad de Cultura Física fue la mayor parte fueros estudiantes contando así con el resto de docentes se aprecia que esta población es muy importante para saber quiénes son los informantes. El 90% de la población son estudiantes de cuarto año de la Facultad de Cultura Física. Lo que significa que 9 de cada 10 encuestados son estudiantes.

PREGUNTA N° 2: EDAD

CUADRO N° 9

EDAD

N°	DETALLE	FA	%
1	De 21 a 25 años	70	49%
2	De 26 a 30 años	40	28%
3	De 31 a 35 años	19	13%
4	De 36 a más años	15	10%
TOTAL		144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

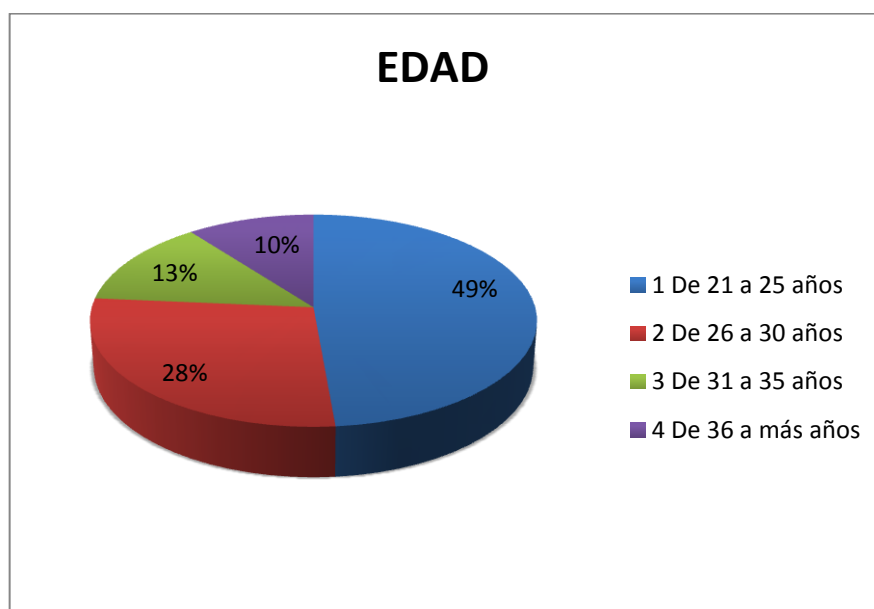


GRÁFICO N°2

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Se considero que la mayor parte de encuestados son de 21 a 25 años tomando en consideración que edad más avanzada fluctúa entre los 36 años La mayor población estudiantil esta en un rango de jóvenes. Significa el 77%, lo que representa que 8 de cada 10 personas serán los futuros capacitados en el área de cultura física.

PREGUNTA N° 3 GÉNERO

CUADRO N°10

GÉNERO

N°	DETALLE	FA	%
1	MASCULINO	80	56%
2	FEMENINO	64	44%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

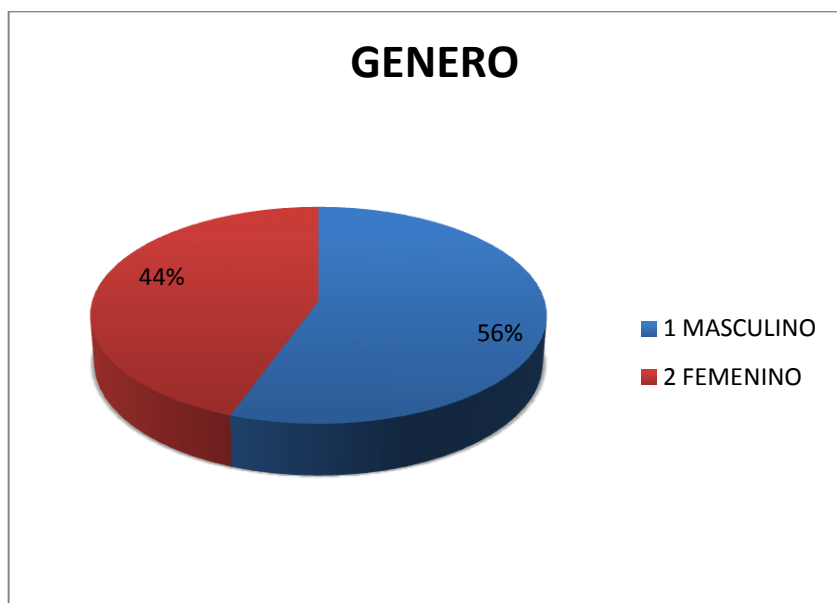


GRÁFICO N °3

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Según la encuesta se ha analizado que el género masculino es superior en un 56% en la carrera de cultura física. Mientras que el género femenino reporta un 44%. En lo que representa que los hombres escogen esta carrera por que cuentan con mejor capacidad física.

PREGUNTA N° 4

¿CON QUE FRECUENCIA HA RECIBIDO CAPACITACIÓN EN ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE?

CUADRO N°11

FRECUENCIA DE CAPACITACIÓN DE ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

N°	DETALLE	FA	%
1	SIEMPRE	20	14%
2	REGULARMENTE	30	21%
3	ALGUNA VEZ	51	35%
4	NUNCA	43	30%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

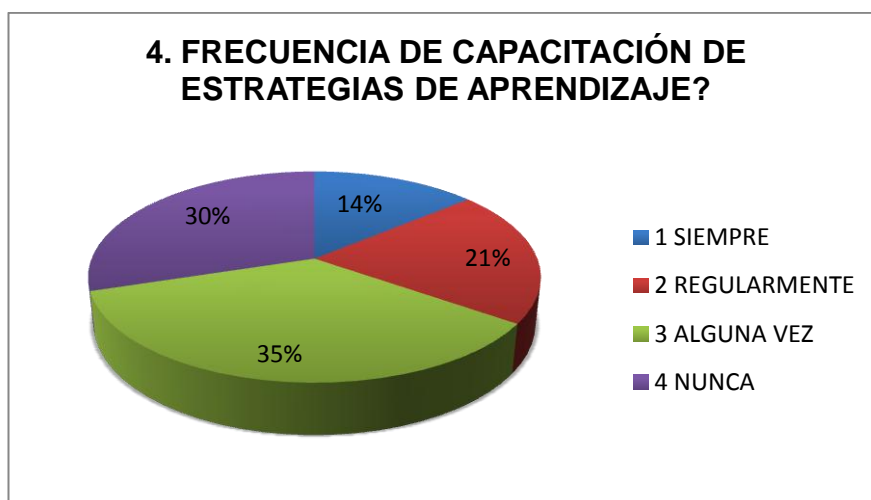


GRÁFICO N° 4

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Siguiendo con las encuestas realizadas el docente debe tener seminarios frecuentes sobre estrategias de aprendizaje. Para que el docente se sienta preparado y renovar cada día más en profundidad sobre las estrategias de aprendizaje. Según los resultados el 65% nunca o alguna vez se han capacitado, por lo que representa que 7 de cada 10 personas necesitan capacitarse en estrategias de aprendizaje.

INFORMACIÓN ESPECÍFICA

PREGUNTA N° 5

EL DOCENTE PARTICIPA EN TALLERES DE TÉCNICAS DE APRENDIZAJE?

CUADRO N°12

TÉCNICAS DE APRENDIZAJE

N°	DETALLE	FA	%
1	Siempre	10	7%
2	Casi siempre	20	14%
3	Ocasionalmente	89	62%
4	Nunca	25	17%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

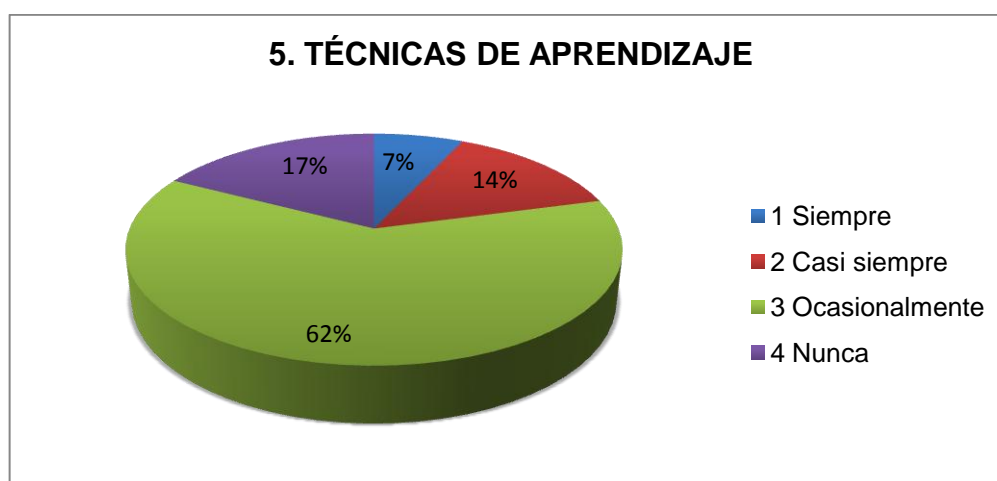


GRÁFICO N° 5

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

De la investigación resultó que 8 de cada 10 docentes nunca y ocasionalmente participan en talleres de técnicas de aprendizaje, lo que representa una población no capacitada en las técnicas, por lo tanto necesitan una capacitación. La educación debe ser participativa donde intervengan todos los actores es decir tanto el alumno como el profesor por lo consiguiente el docente debe prepararse en técnicas de aprendizaje.

PREGUNTA N° 6

CREE USTED QUE EXISTE INTERES EN LOS DOCENTES POR LA UTILIZACION DE NUEVAS TÉCNICAS PARA MEJORAR EL DESARROLLO CURRICULAR

CUADRO N°13

MEJORAR EL DESARROLLO CURRICULAR

N°	DETALLE	FA	%
1	Siempre	100	69%
2	Casi siempre	20	14%
3	Ocasionalmente	20	14%
4	Nunca	4	3%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

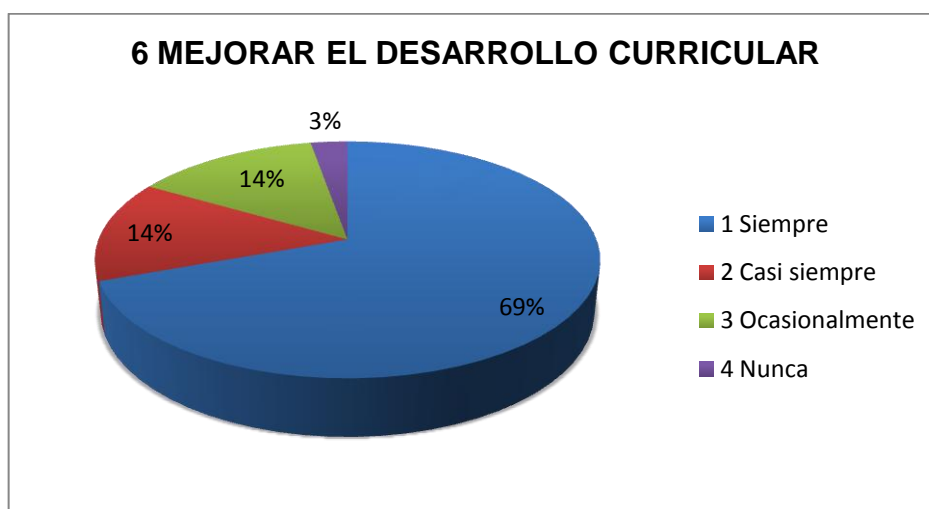


GRÁFICO N° 6

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Existe interés de parte de los docentes pero no hay plan de gobierno donde los maestros puedan ser actualizados a nivel mundial en técnicas para mejorar el desarrollo curricular. 8 de cada 10 docentes no tienen interés en utilizar nuevas técnicas para mejorar el desarrollo curricular, el 83% considera que si hay interés en utilizar nuevas técnicas de mejoramiento curricular.

PREGUNTA N°7

¿CON QUÉ FRECUENCIA CONSIDERA USTED QUE SE PRACTICA BÁSQUET BALL EN LA CIUDAD?

CUADRO N°14

PRÁCTICA DE BÁSQUET BALL

N°	Detalle	FA	%
1	Siempre	10	7%
2	Casi siempre	34	24%
3	Ocasionalmente	100	69%
4	Nunca	0	0%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

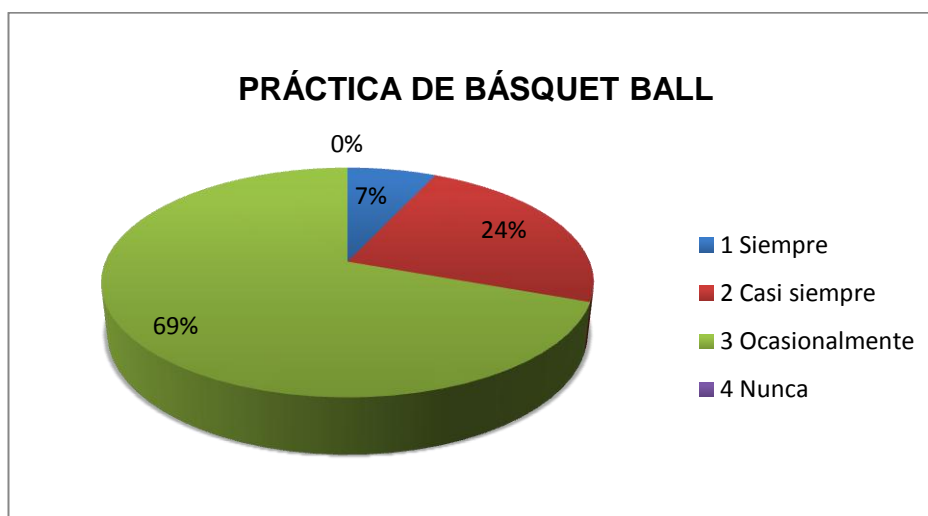


GRÁFICO N° 7

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Es notable que no se realiza esta actividad debido a que no existen canchas adecuadas para la práctica de deporte, por esa razón el esta disciplina deportiva ha decaído notablemente. Esta actividad se realiza ocasionalmente un 93%, es decir que 9 de cada 10 personas no lo hace debido a que no existen canchas adecuadas.

PREGUNTA N° 8

PIENSA USTED QUE LOS IMPLEMENTOS DEPORTIVOS SON HERRAMIENTAS NECESARIAS PARA EL DOCENTE DEL ÁREA DE CULTURA FÍSICA?

CUADRO N°15

IMPLEMENTOS DEPORTIVOS NECESARIOS

N°	DETALLE	FA	%
1	Siempre	100	69%
2	Casi siempre	40	28%
3	Ocasionalmente	4	3%
4	Nunca	0	0%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

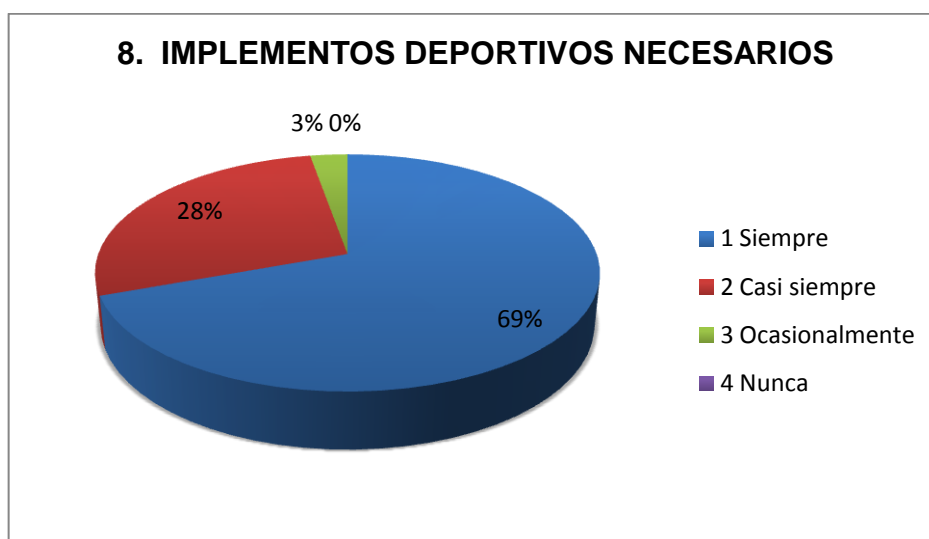


GRÁFICO N° 8

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Se llegó a la conclusión que lógicamente los implementos deportivos a utilizarse si son necesarias para el docente en el área de cultura física en esta pregunta se consideró que siempre los implementos deportivos son de mayor utilidad en el are de cultura física. La totalidad de la población encuestad piensa que los implementos deportivos son herramientas necesarias para el desarrollo deportivo que significa que 9 de cada 10 personas están conscientes de esta realidad.

PREGUNTA N°9

¿ESTÁ DE ACUERDO CON LA IMPORTANCIA DE PLANTEAR ESTRATEGIAS QUE PERMITAN EL DESARROLLO DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA?

CUADRO N°16

DESARROLLO DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA

N°	DETALLE	FA	%
1	Siempre	120	83%
2	Casi siempre	20	14%
3	Ocasionalmente	4	3%
4	Nunca	0	0%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

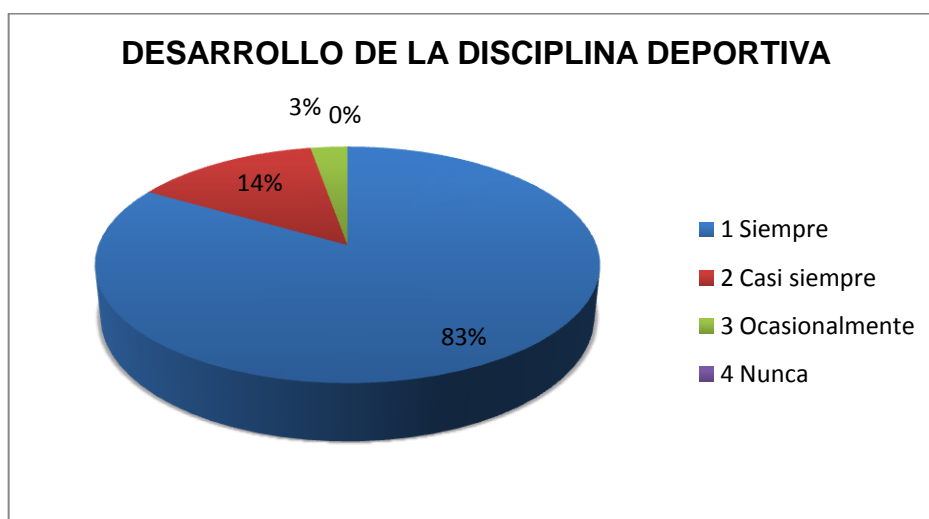


GRÁFICO N° 9

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

De los encuestados el 83% considera importante plantear estrategias porque las estrategias son activas y prácticas, 8 de cada 10 personas les gusta las clases activas, de esa manera lograrán practicar deportes.

PREGUNTA N°10

¿PIENSA QUE LA IMPLEMENTACIÓN DE LAS HERRAMIENTAS ES ADECUADA PARA LA ENSEÑANZA?

CUADRO N°17

IMPLEMENTACIÓN DE LAS HERRAMIENTAS

N°	DETALLE	FA	%
1	Siempre	103	72%
2	Casi siempre	40	28%
3	Ocasionalmente	1	0%
4	Nunca	0	0%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

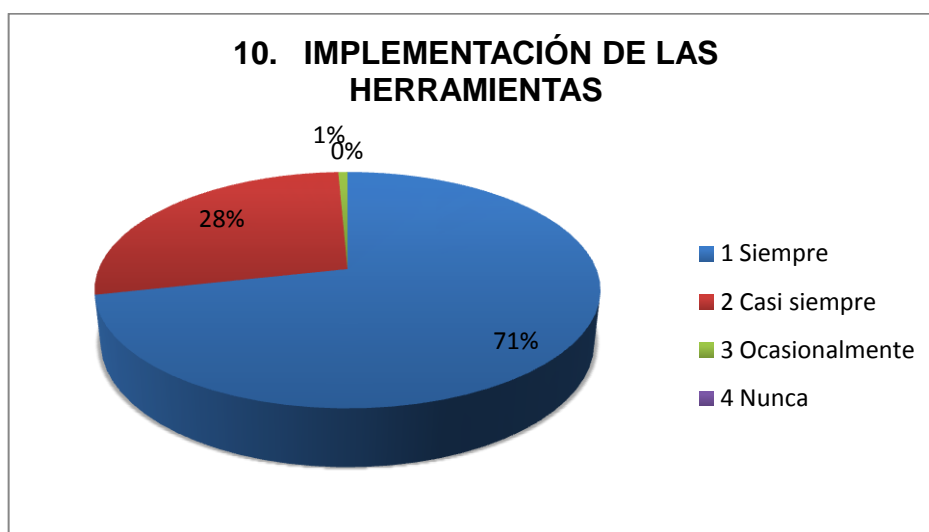


GRÁFICO N° 10

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Todas las herramientas deportivas deben ser adecuadas según el deporte porque sirven de ayuda para las actividades deportivas se considero el mayor porcentaje de siempre tuvo su mayor acogida. Por eso el 100% de los encuestados contestó siempre y casi siempre, que significa que de cada 10 personas les agrada utilizar herramientas deportivas.

PREGUNTA N°11

¿CONSIDERA QUE EL BÁSQUET BALL AYUDA A MEJORAR LAS DESTREZAS MOTRICES?

CUADRO N°18

DESTREZAS MOTRICES

N°	DETALLE	FA	%
1	Siempre	86	60%
2	Casi siempre	52	36%
3	Ocasionalmente	4	3%
4	Nunca	2	1%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

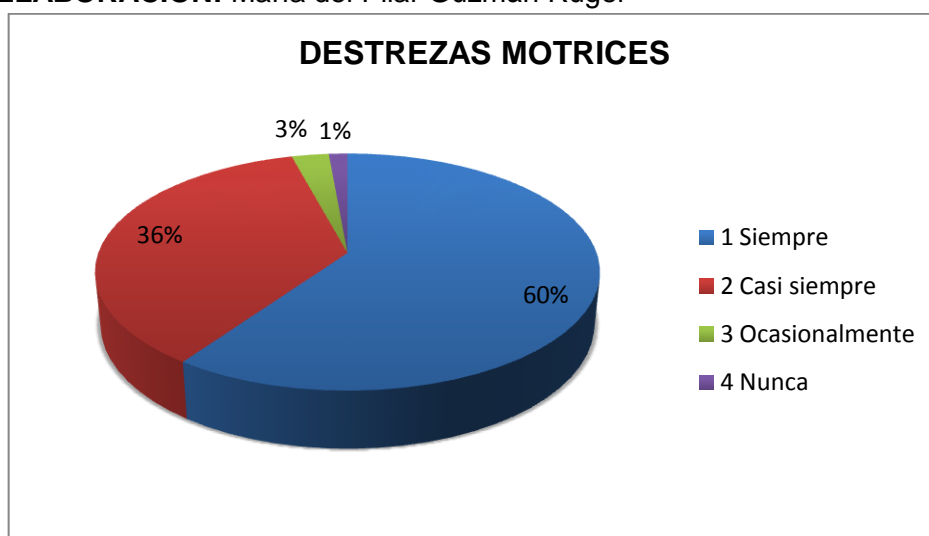


GRÁFICO N° 11

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Podríamos decir el básquet es uno de los deportes completos porque el ejercicio es localizado mas en las extremidades superiores e inferiores aumentando de esta forma sus destrezas motrices ayudando a mantener un ritmo de vida saludable ayuda al crecimiento. Por esa razón 9 de cada 10 personas encuestadas desean practicar básquet ball.

PREGUNTA N°12

¿CREE USTED QUE LOS DOCENTES DEBEN SER CAPACITADOS?

CUADRO N°19

LOS DOCENTES DEBEN SER CAPACITADOS

N°	DETALLE	FA	%
1	Siempre	140	97%
2	Casi siempre	4	3%
3	Ocasionalmente	0	0%
4	Nunca	0	0%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

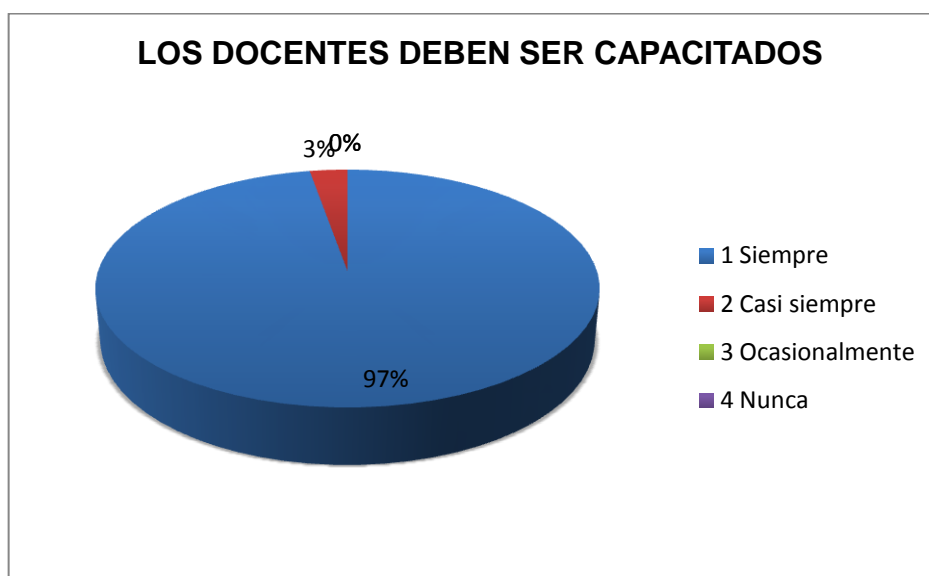


GRÁFICO N° 12

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

La capacitación debe ser de manera constante para mejorar el desempeño del docente. Por tal razón el 97%, opina que siempre debemos estar capacitados en técnicas tácticas, de recreación o clases prácticas.

PREGUNTA N°13

¿CREE USTED QUE SE DEBE HACER USO DE VIDEOS DE BÁSQUET BALL PARA ESTIMULAR ESTE DEPORTE?

CUADRO N°20

USO DE VIDEOS DE BÁSQUET BALL

N°	DETALLE	FA	%
1	Siempre	87	60%
2	Casi siempre	30	21%
3	Ocasionalmente	17	12%
4	Nunca	10	7%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

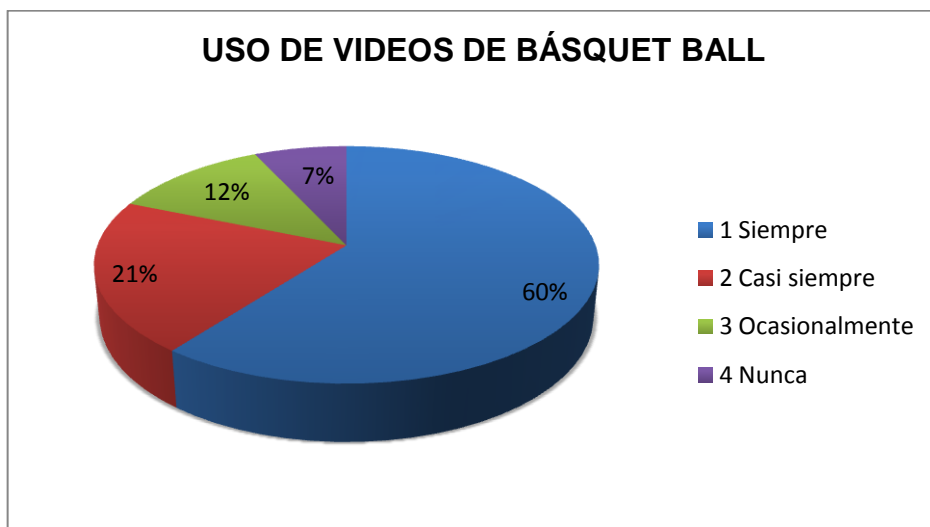


GRÁFICO N° 13

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

De los encuestados el 81% considera que el uso de videos estimula al aprendizaje y podemos captar como enseñanza las practicas de este deporte y así impartir mejor esta práctica deportiva. A 8 de cada 10 personas les agradan las clases con técnicas visuales en clases.

PREGUNTA N°14

¿LOS DOCENTES CORRIGEN CON CLARIDAD LAS REGLAS DEL BÁSQUET BALL?

CUADRO N°21

REGLAS DEL BÁSQUET BALL

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	20	14%
2	Casi siempre	43	30%
3	Ocasionalmente	81	56%
4	Nunca	0	0%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

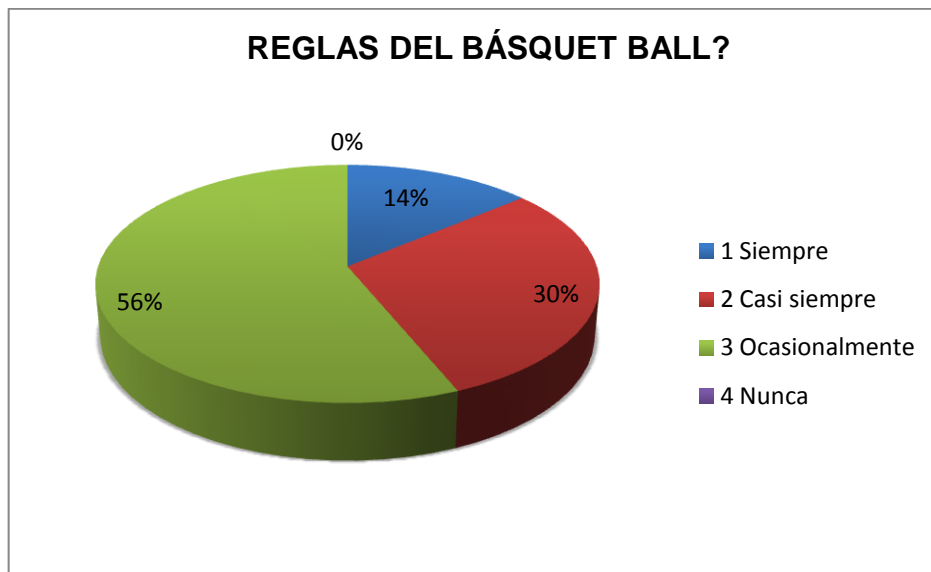


GRÁFICO N° 14

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Esta disciplina deportiva debe tener como reglamento principal y obligatorio la corrección de las reglas del básquet ball, es un reglamento que debe ser cumplido. De esto está consciente el 86% que significa el 9 de cada 10% de los encuestados aplican las reglas de este juego.

PREGUNTA N°15

¿CONSIDERA USTED QUE CUENTA CON SUFICIENTE MATERIAL DEPORTIVO PARA LA PRÁCTICA DE ESPECIALIZACIÓN BÁSQUET BALL?

CUADRO N°22

PRÁCTICA DEL BÁSQUET BALL

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	20	14%
2	Casi siempre	15	10%
3	Ocasionalmente	72	50%
4	Nunca	37	26%
		144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

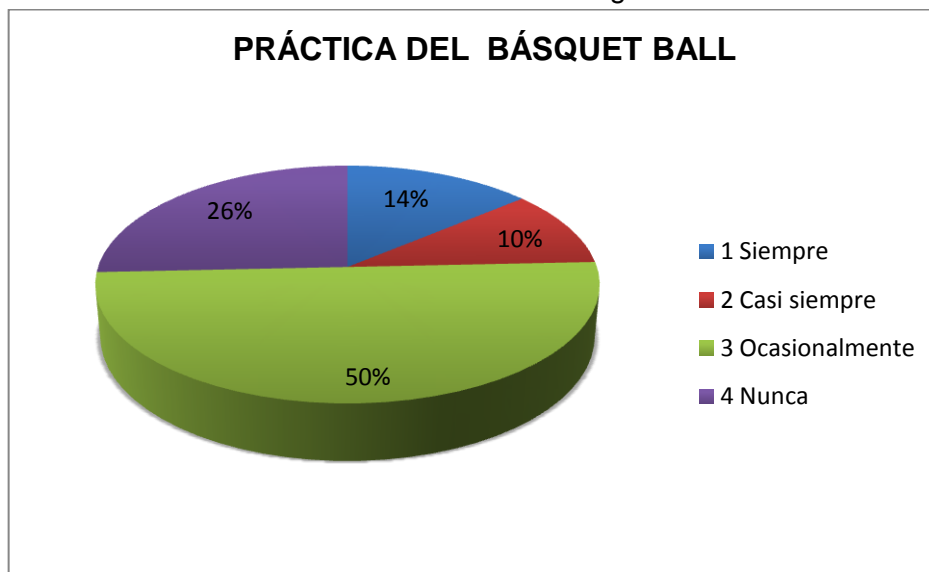


GRÁFICO N° 15

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Según la encuesta realizada un 76% de los estudiantes de la facultad de cultura física no cuenta con todos los recursos prácticos necesarios para una enseñanza óptima. Lo que significa que 8 de cada 10 personas sabe de esta patética realidad.

PREGUNTA N°16

¿CREE USTED QUE EXISTE APOYO DE PARTE DE LA INSTITUCIÓN PARA MEJORAR LA CALIDAD COMPETITIVA DEL BÁSQUET BALL?

CUADRO N°23

CALIDAD COMPETITIVA DEL BÁSQUET BALL

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	50	35%
2	Casi siempre	34	24%
3	Ocasionalmente	36	24%
4	Nunca	24	17%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

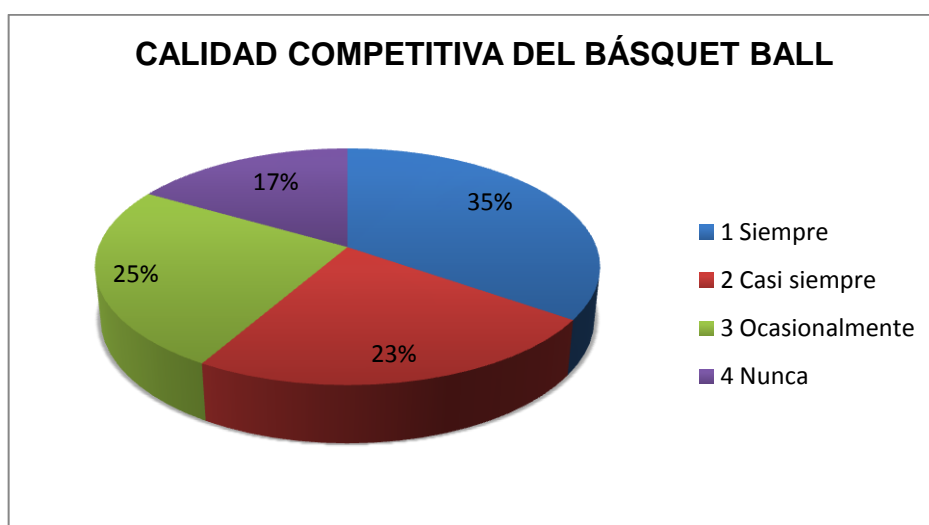


GRÁFICO N° 16

Fuente: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Existe apoyo moral en los directivos de la facultad de cultura física pero los recursos no son suficientes para mejorar la calidad competitiva del básquet ball. Por lo que debe hacerse un compromiso y buscar recursos de las instituciones privadas o empresas, o ministerio de deportes, se considera que el 86% dice que si existe apoyo.

PREGUNTA N°17

¿CREE USTED QUE LA CAPACITACIÓN CONTINUA MEJORA EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS DOCENTES?

CUADRO N°24

RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS DOCENTES

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	140	97%
2	Casi siempre	4	3%
3	Ocasionalmente	0	0%
4	Nunca	0	0%
	TOTAL	144	100%

Fuente: María del Pilar Guzmán Rugel

Elaboración: María del Pilar Guzmán Rugel

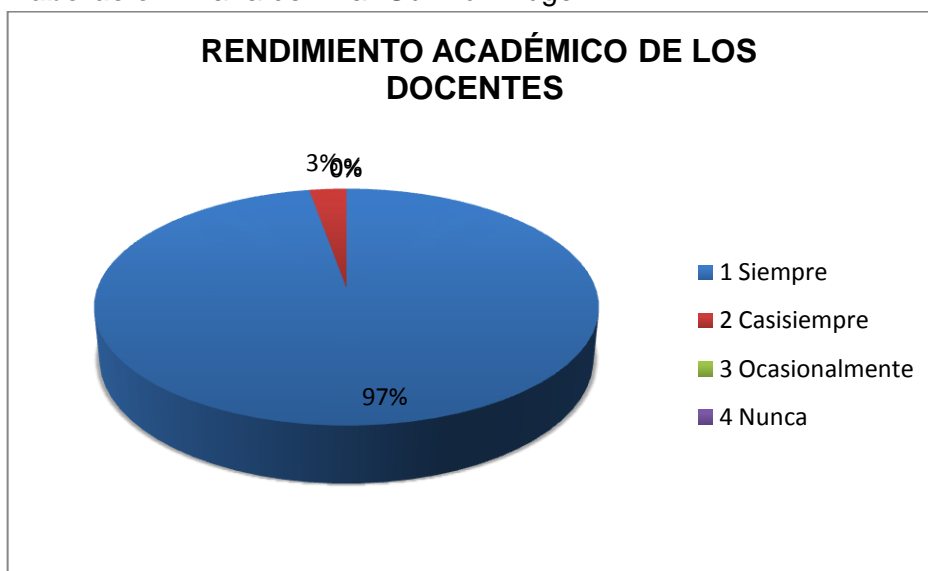


GRÁFICO N° 17

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

El 100% de los docentes debe tener capacitación continua para poder así mejorar su rendimiento académico. La capacitación continua es necesaria más aun cuando los gobiernos de turno mantienen una constante evaluación a los docentes.

PREGUNTA N°18

¿CONSIDERA QUE LOS DOCENTES CUMPLEN CON LOS OBJETIVOS PROPUESTOS EN EL PLAN DE CLASES?

CUADRO N°25

OBJETIVOS PROPUESTOS EN EL PLAN DE CLASES

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	34	24%
2	Casi siempre	28	19%
3	Ocasionalmente	70	49%
4	Nunca	12	8%
	TOTAL	144	100%

Fuente: María del Pilar Guzmán Rugel

Elaboración: María del Pilar Guzmán Rugel

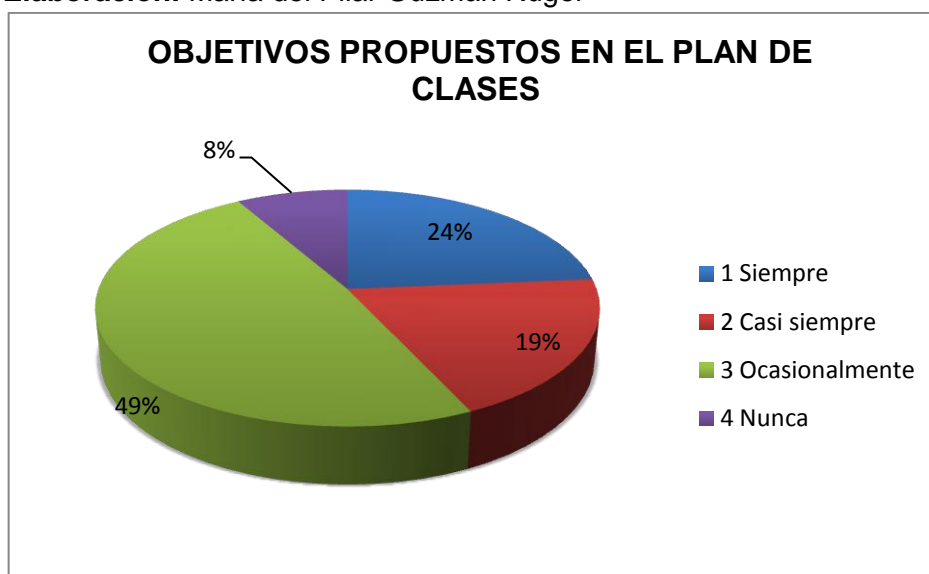


GRÁFICO N° 18

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

De las personas encuestadas un 73% no cumple con los objetivos propuestos, lo que significa que 3 de cada 10 personas cumplen ocasionalmente. Por lo que los docentes deben cumplir con los objetivos propuestos en el plan de clase.

PREGUNTA N°19

¿LOS DOCENTES APLICAN TÉCNICAS DE FÁCIL COMPRENSIÓN?

CUADRO N°26

TÉCNICAS DE FÁCIL COMPRENSIÓN

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	4	3%
2	Casi siempre	40	28%
3	Ocasionalmente	100	69%
4	Nunca	0	0%
	TOTAL	144	100%

Fuente: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

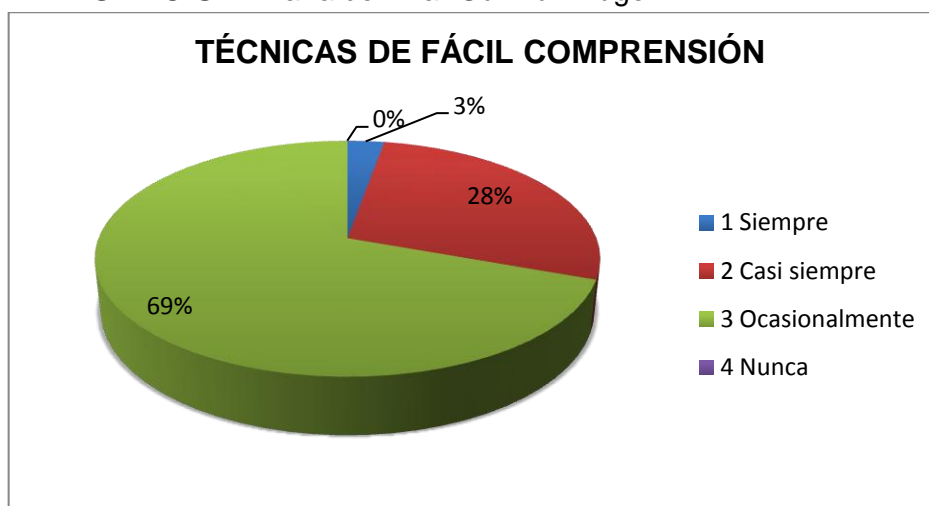


GRÁFICO N° 19

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Según el resultado obtenido se considera que el 97% de los docentes deberán presentar su plan de clases y llevarlo a cabo y realizar técnicas grupales tratando que el aprendizaje sea con calidad y calidez. Lo que representa que uno de cada 10 personas no cumple técnicas de fácil comprensión.

PREGUNTA N°20

AL INICIO DE CADA CLASE LOS DOCENTES EXPLICAN CON CLARIDAD LAS ESTRATÉGIAS DE APRENDIZAJE

CUADRO N° 27

ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	16	11%
2	Casi siempre	38	26%
3	Ocasionalmente	80	56%
4	Nunca	10	7%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

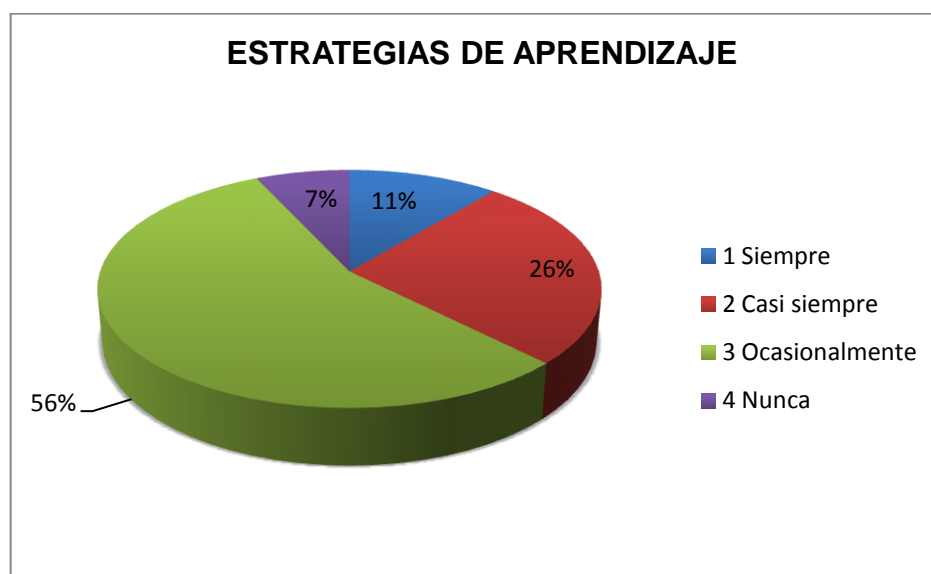


GRÁFICO N° 20

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Debe exigirse un reglamento donde el docente presenta su syllabus explicando las estrategias de aprendizaje. El 82% de los encuestados dicen que el docente debe aplicar con claridad las estrategias de aprendizaje, es decir que 8 de cada 10 personas explican con claridad las reglas de estrategias de aprendizaje

PREGUNTA N°21

¿CONSIDERA QUE ES IMPORTANTE BUSCAR MEJORES ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE PARA LA ENSEÑANZA DEPORTIVA DEL BÁSQUET BALL?

CUADRO N° 28

ENSEÑANZA DEL BÁSQUET BALL

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	104	72%
2	Casi siempre	40	28%
3	Ocasionalmente	0	0%
4	Nunca	0	0%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

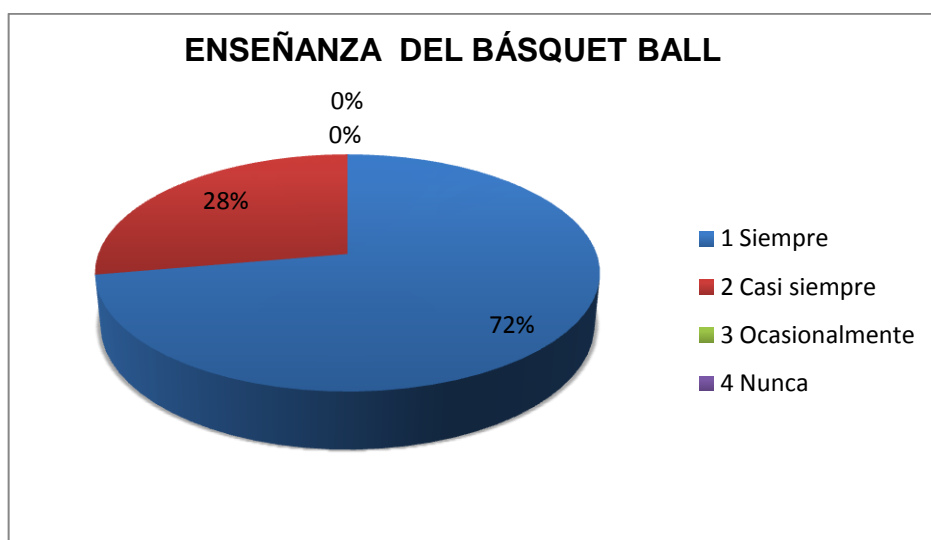


GRÁFICO N° 21

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

El 100% de los encuestados considera que es importante mejorar las estrategias de aprendizaje, que significa que 10 de cada 10 personas buscan mejorar los conocimientos de estrategias de aprendizaje. Siempre es muy importante cabe recalcar que el docente debe buscar nuevas estrategias de aprendizaje porque la disciplina deportiva del básquet siempre necesita cambios y las estrategias son las que llevan al éxito.

PREGUNTA N°22

¿CREE USTED QUE EL MINI BÁSQUET BALL ES UN JUEGO MUNDIAL QUE LO PRACTICAN NIÑOS Y NIÑAS?

CUADRO N°29

EL MINI BÁSQUET ES UN JUEGO MUNDIAL

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	110	76%
2	Casi siempre	20	14%
3	Ocasionalmente	10	7%
4	Nunca	4	3%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

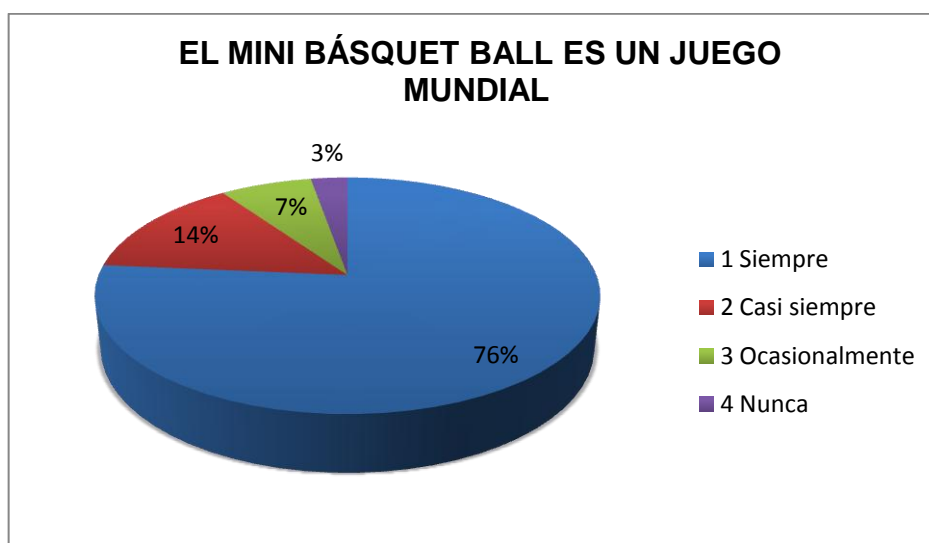


GRÁFICO N° 22

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

En esta actividad el siempre y casi siempre ha aportado el 90% que si cree que el deporte de mini básquet es un deporte mundial, que significa que 9 de cada 10 personas lo ratifican. El mini básquet es un deporte que por lo general lo practican las niñas y niños es por eso que en la encuesta manifiestan que siempre nuestro país deberían participar en campeonatos con otros países.

PREGUNTA N°23

¿CONSIDERA QUE EL DOCENTE GENERA UN CLIMA DE CONFIANZA PARA EL APRENDIZAJE?

CUADRO N°30

EL DOCENTE Y LA CREDIBILIDAD EN EL APRENDIZAJE

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	10	7%
2	Casi siempre	20	14%
3	Ocasionalmente	89	62%
4	Nunca	25	17%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

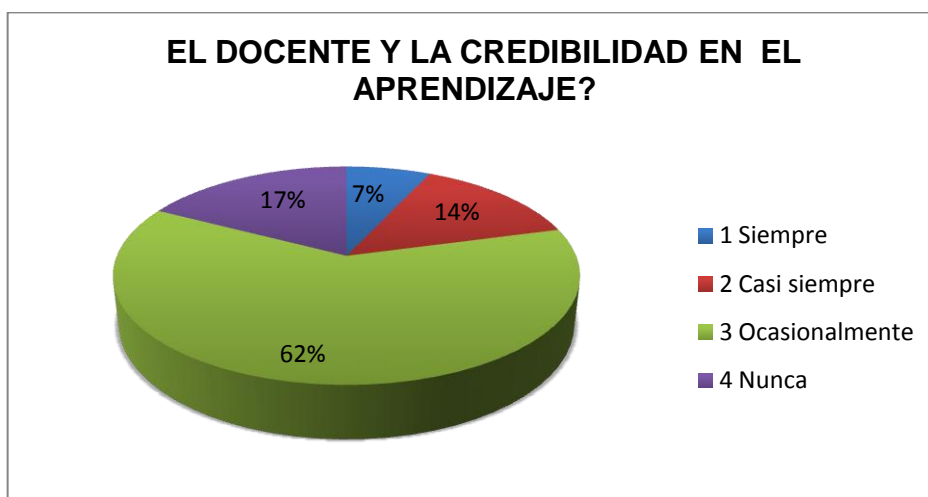


GRÁFICO N° 23

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

El 90% considera que el docente no genera un clima de confianza para el aprendizaje, este tipo de situación debe de cambiar porque ahora el docente pasa hacer un facilitador e impartir la educación con calidad y calidez, que representa que 8 de cada 10 personas ocasionalmente nunca generan un clima de confianza.

PREGUNTA N°24

¿CREE USTED QUE ES NECESARIO EVALUAR CONTINUAMENTE EL AMPLIO CONOCIMIENTO DEPORTIVO?

CUADRO N°31

CONOCIMIENTO DEPORTIVO

N°	DETALLE	FA	FR
1	Siempre	134	93%
2	Casi siempre	10	7%
3	Ocasionalmente	0	0%
4	Nunca	0	0%
	TOTAL	144	100%

Fuente: María del Pilar Guzmán Rugel

Elaboración: María del Pilar Guzmán Rugel

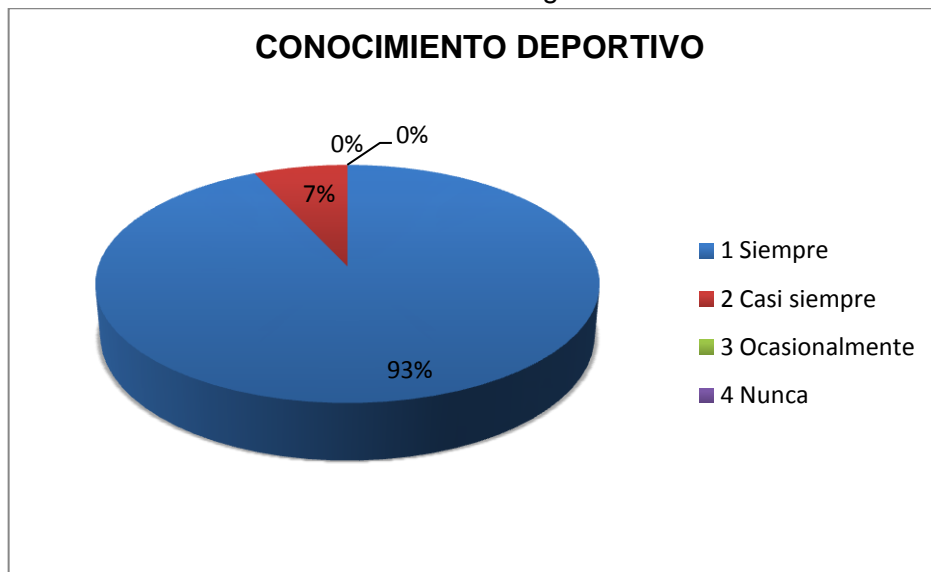


GRÁFICO N° 24

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Por supuesto los encuestados el 100% han manifestado que es necesario evaluar continuamente sobre el amplio conocimiento deportivo. La evaluación permite conocer el buen resultado del amplio conocimiento deportivo. Que representa que 10 de cada 10 docentes cree que es necesaria la evaluación permanente para obtener mayor conocimiento deportivo.

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

PREGUNTA N°25

¿CÓMO CREE USTED QUE SE LOGRA UNA ÓPTIMA COORDINACION PSICOMOTORA?

CUADRO N°32

COORDINACIÓN PSICOMOTORA

N°	DETALLE	FA	FR
1	Ejercicios	92	64%
2	Circuitos	32	22%
3	Caminata	10	7%
4	Correr	10	7%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

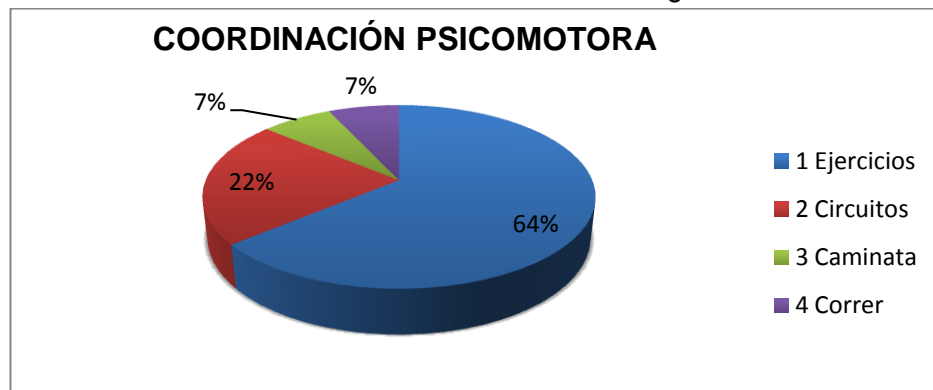


GRÁFICO N° 25

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Según los resultados un 86% se aproxima a los ejercicios y circuitos con la cual se logra la óptima coordinación psicomotora lo que representa que 9 de cada 10 personas practican ejercicios y circuitos. Esta coordinación se la puede obtener mediante la práctica constante de ejercicios.

PREGUNTA N°26

¿QUÉ ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE EMPLEARÍA USTED EN LA DISCIPLINA DEL BÁSQUET BALL?

CUADRO N°33

ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE DEL BÁSQUET BALL

N°	DETALLE	FA	FR
1	Técnicas	20	14%
2	Tácticas	20	14%
3	Técnicas/Táctica	104	72%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

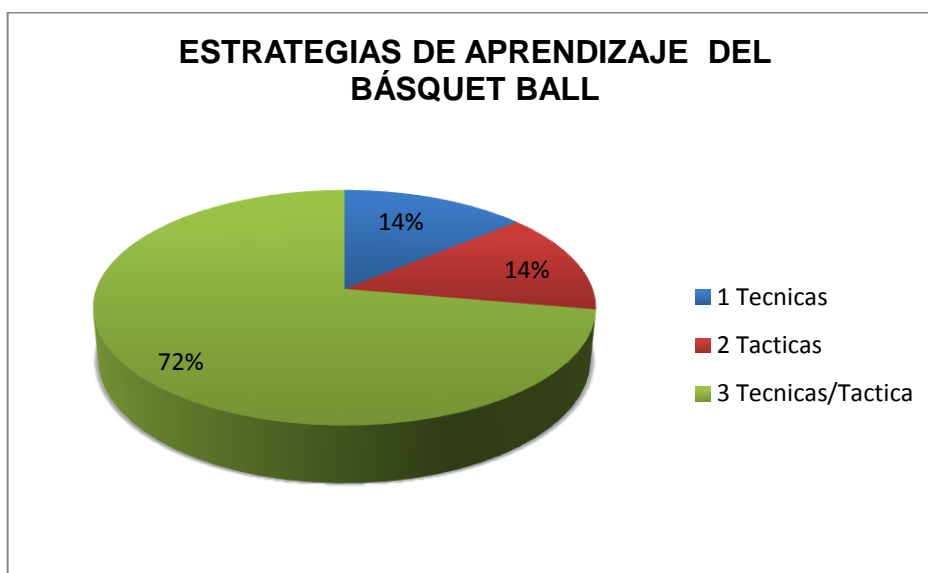


GRÁFICO N° 26

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Luego de las encuestas realizadas se pudo verificar que un 86% las estrategias a emplearse dan un resultado de táctica técnica lo que permite el desarrollo del profesional con un aprendizaje en la disciplina del básquet ball. Que representa que 9 de cada 10 docentes emplearían las técnicas-tácticas.

PREGUNTAN°27

¿CONSIDERA NECESARIO UNA GUÍA ESPECIALIZADA EN LA DISCIPLINA DEL BÁSQUET BALL?

CUADRO N°34

GUÍA ESPECIALIZADA

N°	DETALLE	FA	FR
1	Totalmente de acuerdo	118	82%
2	De acuerdo	16	11%
3	Parcialmente de acuerdo	10	7%
4	En Desacuerdo	0	0%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

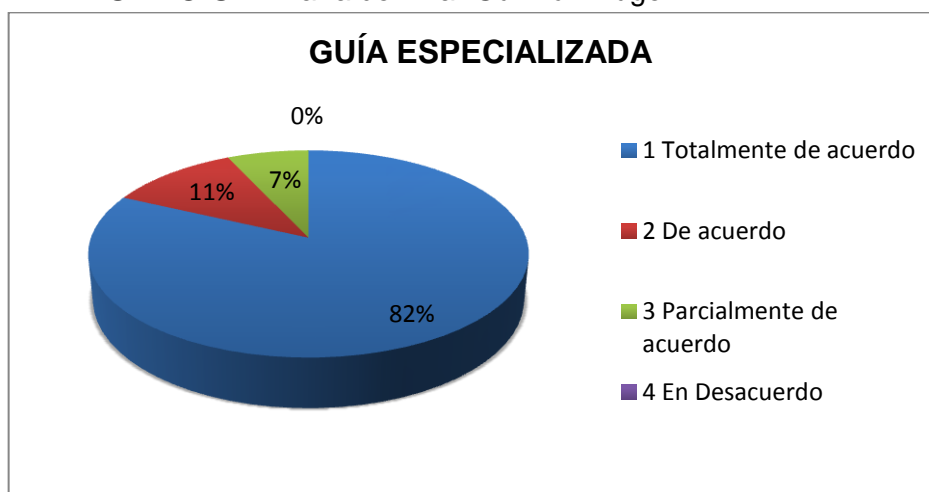


GRÁFICO N° 27

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

Continuando con el resultado de la tabulación la tendencia da un 82% a una especialización que debe ser implementada la brevedad posible para el desarrollo del futuro profesional, para una guía especializada en este deporte, lo que representa que 9 de cada 10 docentes necesitan una guía especializada de este deporte.

PREGUNTANº28

¿LOS DOCENTES IMPARTEN LOS CONOCIENTOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS NECESARIOS PARA EL APRENDIZAJE DE ESTE DEPORTE?

CUADRO N°35

CONOCIMIENTOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

Nº	DETALLE	FA	FR
1	Totalmente de acuerdo	10	7%
2	De acuerdo	10	7%
3	Parcialmente de acuerdo	114	79%
4	En Desacuerdo	10	7%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

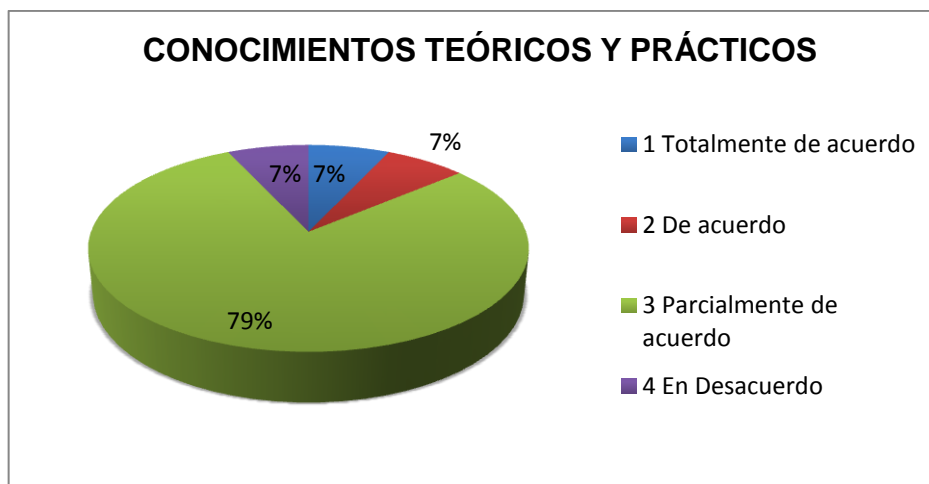


GRÁFICO N° 28

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

El 86% de los docentes no imparten muchos conocimientos teóricos y prácticos que significa que 9 de 10 docentes deben tener mucho conocimiento en teoría y práctica del Básquet Ball. Hay que hacer énfasis que parcialmente de acuerdos se dio en la mayoría En el aprendizaje de la guía alternativa se debe implementar la técnica táctica como materia de especialización.

PREGUNTA N°29

¿DE LAS ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE QUE SE PRESENTAN A CONTINUACIÓN SELECCIONE DOS QUE MAS EMPLEA EL DOCENTE?

CUADRO N°36

ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE QUE MÁS EMPLEA EL DOCENTE

N°	DETALLE	FA	FR
1	Experiencia Practica	10	7%
2	Videos	10	7%
3	Trabajo en Grupo	108	75%
4	Estudios en Clases	16	11%
	TOTAL	144	100%

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

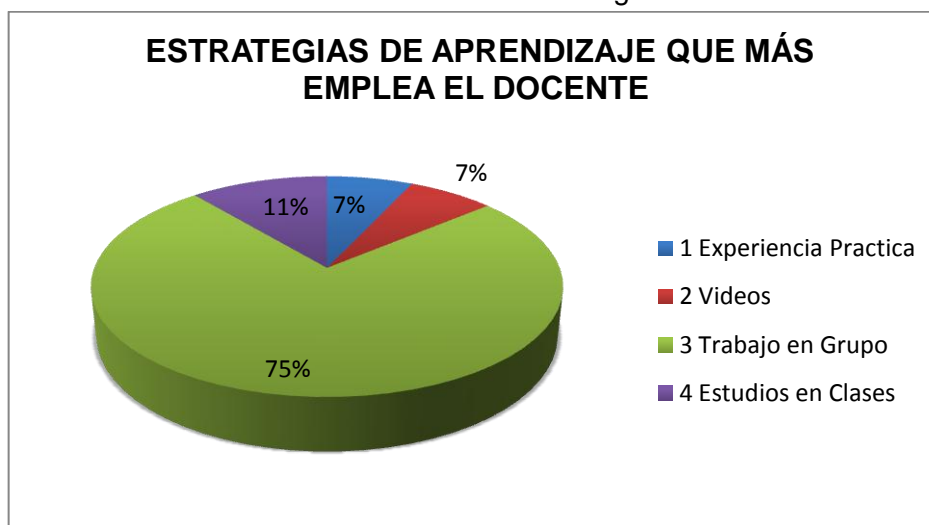


GRÁFICO N° 29

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANÁLISIS

El 86% de los docentes deben impartir trabajo en grupo y clases de estudio lo que representa que 9 de cada 10 docentes si lo hacen. Es importante la participación del estudiante que realice el trabajo en grupo o también llamadas técnicas grupales donde hay la integración y se conocen las destrezas.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

Una vez concluida la investigación en su parte bibliográfica, documental y de campo y con ello alcanzando los objetivos formulados y verificados, he sacado las siguientes conclusiones. La gran mayoría de docentes y estudiantes aún tienen el modelo tradicional de enseñanza aprendizaje en las prácticas deportivas, tanto a los estudiantes como a los docentes les cuesta mucho asumir la modernización y trabajar en base a estrategias metodológicas simultáneas y creativas para la competitividad a través del sistema sistemático de estudio.

1. El 97% de los estudiantes y docentes expresan la necesidad de contar con una guía alternativa de técnicas y tácticas para la enseñanza aprendizaje, es decir el criterio de los estudiantes y docentes precisan la necesidad de contar con esta guía para mejorar el desarrollo curricular.
2. 9 de cada 10 docentes emplean técnicas y tácticas para el aprendizaje en las prácticas deportivas, pero de manera incorrectas.

3. La mayoría de estudiantes y docentes sugieren una guía alternativa que debe ser parte del instructivo para su mejor desarrollo en las prácticas deportivas.

4. 8 de cada 10 estudiantes indican que hay profesores que no utilizan las técnicas y tácticas para el aprendizaje de manera correcta.

5. A los estudiantes de cuarto año de la facultad de cultura física se les dificulta utilizar su creatividad e intelecto en el desempeño de sus actividades. Los educadores tienen la oportunidad de capacitarse o innovarse, pero no la aprovechan porque no asisten a los centros de profesionalización. Los maestros no utilizan los recursos didácticos y tecnológicos correctamente, así tenemos como los medios audiovisuales que permiten a los estudiantes obtener mayores conocimientos eficaces para un mejor rendimiento.

6. Es de mucha importancia que todos los educadores tengan conocimientos de los temas por especialidad o áreas de estudio, métodos, estrategias y procesos metodológicos creativos que puedan facilitar el buen proceso de enseñanza aprendizaje en los establecimientos educativos.

RECOMENDACIONES

Recomiendo que por medio de este trabajo de investigación se sigan los siguientes pasos.

1. Es necesario elaborar una guía alternativa de técnicas y tácticas y orientar a los estudiantes y docentes para mejorar el aprendizaje, esta guía deberá tener el qué y el cómo procurar un aprendizaje significativo y funcional a través de un conjunto de técnicas generales y específicas de manera que el estudiante y el docente optimice su propio aprendizaje.
2. La Universidad debería financiar un conjunto de talleres de capacitación para los docentes y al mismo tiempo yo participaría como facilitadora de estos talleres.
3. De no ser este caso por la falta de presupuesto u otro criterio, la guía puede constituirse en un instrumento de aprendizaje para los docentes ya que en él se tallan las técnicas, su uso y evaluación.
4. El docente debe utilizar los conocimientos para que así haya un aprendizaje moderno y competitivo, que vayan acorde a la potencialidad y a las exigencias de este mundo globalizado, siendo para esto imprescindible considerar la parte cognitiva, lo procedimental y la parte actitudinal – afectiva.
5. Que la entidad educativa también modernice instrumentos de enseñanza de manera que la educación sea transferida de manera teórica – práctica.
6. Que los estudiantes pongan entusiasmo, interés y la predisposición positiva para lograr el mejor de los aprendizajes y que el “no puedo” desaparezca de su vocabulario.
7. Que tanto el docente como el estudiante tengan una interrelación personal de manera que el docente tenga facilidad y confianza de

expresar sus ideas, sus opiniones y que el docente sepa comprender e incentivar al estudiante, en este aspecto promoviendo acciones conjuntas como competencias deportivas, recreativas, campeonatos de inter facultades, talleres teórico prácticos.

8. Que la comunidad colabore formando parte del proceso educativo integral junto con el maestro y la institución para que así el educando obtenga un ambiente de equilibrio formativo, emocional psicológico y humanístico y así tener un buen elemento capacitado para la vida y la universidad.
9. Que el departamento técnico pedagógico de la facultad de educación física programe seminarios de mejoramiento profesional para que el personal docente obligue a los estudiantes a realizar prácticas docentes en las diferentes unidades educativas.

PRUEBA DE HIPÓTESIS

Una vez realizada la investigación y luego de analizar e interpretar los datos obtenidos, se procede a la prueba de las cuatro hipótesis formuladas:

HIPÓTESIS 1

Si el 65% de los informantes consideran que las estrategias de aprendizaje aplicadas en los procesos de enseñanza en la Carrera de Cultura Física de la Universidad de Guayaquil, se evidenciará la necesidad de su actualización.

Una vez realizada la investigación de campo, se llegó a la verificación de que los métodos, estrategias y técnicas de aprendizaje aplicados por los docentes de la Carrera de Cultura Física se mantienen dentro de los parámetros de la tradicional.

Los docentes aún se mantienen manejando estrategias tradicionales, verticales, poco participativas, cuando los procesos de aprendizaje actuales exigen una activa participación de los estudiantes, y consideran que ellos deben actualizarse para mejorar el desarrollo de las clases tanto teóricas como prácticas. El diagnóstico sirve para replantear objetivos, retomar acciones y en este caso contar con elementos que normen el diseño de Estrategias Metodológicas en la enseñanza de la carrera de Cultura Física.

Las respuestas logradas en la encuesta permitieron probar la hipótesis por que 76% consideran que los métodos utilizados actualmente se encuentran dentro del modelo tradicionalista.

HIPÓTESIS 2

La mayoría de consultados, entre docente y estudiantes estiman que los métodos, técnicas y estrategias de aprendizaje inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la Carrera.

De acuerdo a la pregunta # 13, el 81% de los Docentes considera que el uso de metodologías actualizadas sirve para estimular el rendimiento académico y la formación profesional de los estudiantes de la Carrera, con lo que se ratifica el planteamiento formulado en la hipótesis 2

Esta respuesta prueba que las estrategias de aprendizaje sí inciden en el rendimiento de los estudiantes y en su formación profesional.

HIPÓTESIS 3

El 65% de la población encuestada manifiesta su interés por que las técnicas y estrategias de aprendizaje cambien con el propósito de optimizar el rendimiento académico y formación profesional de los estudiantes de la Carrera.

El mayor porcentaje de los informantes, expresan su interés por los procesos de aprendizaje cambien se renueven, así lo manifiesta el 93% de los informantes. La pregunta 27 de la encuesta, afirman que están totalmente de acuerdo en obtener una Guía especializada de Estrategias de Aprendizaje, esto es una implementación que debe ser utilizada a la brevedad posible para el desarrollo del futuro profesional.

Una estrategia de aprendizaje es un modo de actuar planeado e intencional que combina una serie de pasos hacia el fin deseado, en este caso que el estudiante aprenda. Un buen estratega sabe combinar técnicas, adaptarlas a su contexto, reinventarlas, y cambiarlas cuando no dan el resultado esperado. Las estrategias de aprendizaje vuelcan la mirada hacia el estudiante, y dan cuenta de una serie de medios de que puede valerse para aprender por sí solo, más y mejor, siempre hablando de estrategias de aprendizaje significativo.

El análisis anterior, permite probar esta tercera hipótesis planteada en la investigación con un porcentaje del 93%

HIPÓTESIS 4

El 65% de los encuestados manifiestan su interés por que exista una Guía alternativa de Estrategias de Aprendizajes para los docentes, en beneficio de los estudiantes de la carrera de Cultura Física.

Considerando los resultados de la pregunta # 19 de la encuesta realizada, el 97% de los encuestados manifiestan su interés por que exista una Guía alternativa de Técnicas y estrategias de aprendizaje, bajo los nuevos paradigmas de la educación. Las Estrategias de Aprendizaje son el conjunto de técnicas y actividades, que permiten facilitar los procesos de aprendizaje y en este caso de la docencia universitaria, estos procesos deberían enfocarse desde las concepciones andragógicas por tratarse de una docencia en el nivel universitario.

Por lo expuesto se aprueba la hipótesis de que existe un acuerdo de aceptación para la elaboración de una Guía de Estrategias para los docentes de la institución, con un porcentaje del 93%, lo que rebaza la expectativa de la hipótesis que planteaba un 65%.

CAPÍTULO N° VI

DESARROLLO

DE LA

PROPUESTA



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

**GUÍA DE ESTRATEGIAS DE
APRENDIZAJE PARA EL DOCENTE
DE CULTURA FÍSICA
ESPECIALIZACIÓN BÁSQUET BALL**

AUTORA: Lcda. GUZMÁN, Rugel María del Pilar

TUTORA METODOLÓGICA: MSc. Rosa Terán Araujo

Guayaquil, 2012

INDICE

CONTENIDO	Pág.
Carátula	146
Índice	148
Introducción	150
Ficha técnica	152
Factibilidad del Proyecto	153
Antecedentes de la propuesta	156
Justificación	158
Objetivos operacionales	159
Síntesis del diagnóstico	160
Estructura de la propuesta	162
Unidad 1. Movimientos Naturales	164
Correr	
Técnica y táctica	
Velocidad	
Resistencia	
Unidad 2. Juegos	174
Juegos grandes (básquet ball)	
Dribling	
Técnicas del dribling	
Técnicas del pase	
Técnicas y tácticas del Básquet Ball	
Unidad 3.	208
Entrenamiento de Básquet Ball	
Ejemplo de entrenamiento	
Metodología del entrenamiento	
Planificación de un entrenamiento de básquet ball	
Unidad 4.	220

Formación y salud

Gimnasia formativa

Movimiento y salud

Movimiento y naturaleza

Posibilidades deportivas y recreativas.

INTRODUCCIÓN

Frente a los desafíos presentes y futuros, la educación constituye el camino que propicia el progreso de la humanidad hacia ideales de justicia social, es por esto que en la presente propuesta trata de responder a las interrogantes e inquietudes en la concepción general tanto del proceso educativo como en el área de Cultura Física y en la calidad de la misma. En este documento se incorpora los logros importantes de la organización curricular actual, bajo la concepción de un proceso de reforma o guía que está elaborada de acuerdo a las inquietudes observadas en el muestreo por medio de las encuestas a los involucrados. (Docentes y estudiantes), y se ha considerado los siguientes aspectos para la propuesta:

Esta Guía se la realizó sobre la base de los problemas existentes, los estudiantes y docentes son seres humanos en proceso de formación, que al planificar sus clases necesitan de la ayuda profesional para desempeñarse con éxito en sus clases pre-profesionales en el caso de los estudiantes de cuarto año. Los temas propuestos en este texto, ayudarán a tomar decisiones respecto a qué estrategias metodológicas seguir en el trabajo, para que el estudiante y docente desarrollen su aprendizaje con la mediación del maestro, para que lo pongan en práctica, utilizando adecuadamente las estrategias metodológicas que optimicen el aprendizaje operativo de sus estudiantes.

De esta manera aspiro mejorar substancialmente la formación de los estudiantes de la Facultad de Cultura Física especialización Básquet

Ball, y así puedan ser maestros de calidad, formadores del nuevo tipo de hombres y mujeres que demanda la sociedad. Cada temática está diseñada para que el lector desde su reflexión personal introduzca modificaciones o cambios que le lleven a mejorar eficazmente su trabajo docente.

CUADRO Nº 37**FICHA TÉCNICA**

TÍTULO DE LA PROPUESTA:	GUÍA DE ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE PARA EL DOCENTE DE CULTURA FÍSICA. Esta guía está dirigida en función del aprendizaje significativo, que se fundamenta en la concepción constructivista.
PARTICIPANTES	DOCENTES Y ESTUDIANTES, Msc. EDISON YÉPEZ, LIC. HUGO ANGULO, Msc. ROSA TERÁN.
DISEÑO Y ELABORACIÓN	LIC. MARÍA DEL PILAR GUZMÁN
TIEMPO DE DURACIÓN	1 AÑO
COSTO	\$ 1200
BENEFICIARIOS	ESTUDIANTES Y DOCENTES DE LA FACULTAD DE CULTURA FÍSICA.
ETAPA DE DESARROLLO DE LA PROPUESTA	IMPRESIÓN DEL MÓDULO APLICACIÓN EVALUACIÓN
CONTENIDO BÁSICOS	ESTRUCTURAS DE LA GUÍA: 4 UNIDADES
VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA	Msc. MARTHA GUZMÁN Msc. CARLOS MATAMOROS
FACTIBILIDAD DEL PROYECTO	ECONÓMICA (recursos propios) TECNOLÓGICA (informática) SOCIAL Y LEGAL (hechos reales)
OBJETIVOS DE LA PROPUESTA	OFRECER A DOCENTES Y ESTUDIANTE UN INSTRUMENTO DE FORMACIÓN EN TÉCNICAS Y TÁCTICAS. PROMOVER EL MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE LA EDUCACIÓN. ESTIMULAR EL MEJORAMIENTO DE LAS INSTANCIAS DE APOYO AL PROCESO FORMATIVO.
SÍNTESIS DEL DIAGNÓSTICO	SE TRATA DE FAVORECER EN LOS ESTUDIANTES Y DOCENTES BUENA RELACIÓN E INTERCAMBIO CON LOS DEMÁS.
JUSTIFICACIÓN	ESTA GUÍA SE ENFOCA EN LAS TÉCNICAS Y TÁCTICAS APLICADAS EN LA CULTURA FÍSICA.
ETAPAS DE EJECUCIÓN	ENCUESTAS A PROFESORES ENCUESTAS A ESTUDIANTES

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel**ELABORACIÓN:** María del Pilar Guzmán Rugel.

FACTIBILIDAD DEL PROYECTO

Este proyecto es factible puesto que el objetivo es claro, conciso y concreto. Se cuenta con los recursos económicos y el respaldo administrativo de las autoridades de la Unidad de Posgrado Investigación y desarrollo. de igual manera se dio prioridad a los resultados de las encuestas realizadas en los cuales se puede apreciar que el tema planteado es de mucha utilidad para el desarrollo de estrategias de aprendizaje en el área de Cultura Física especialización Básquet ball que sirve como complemento educativo para que los docentes eduquen a los estudiantes en forma práctica y educativa.

ECONÓMICO
PRESUPUESTO
INGRESOS
EGRESOS

CUADRO N° 38

RUBRO DE GASTOS

RUBRO DE GASTOS		VALOR
1.	PAPELERÍA	\$ 12.00
2.	TINTA DE IMPRESORA	\$100.00
3.	COMPRA DE TEXTOS	\$ 150.00
4.	FOTOCOPIADOS	\$ 10.00
5.	GASTOS DE COMPUTACIÓN	\$ 50.00
6.	ANILLADOS	\$ 15.00
7.	EMPASTADOS	\$ 45.00
	TUTORÍA	\$ 600.00
	TOTAL	\$ 982.00

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

SOCIAL: Se necesita excelentes profesionales, para la transformación de la sociedad, que va a permitir que la educación se estructure y se organice de tal manera que los beneficiarios, los ciudadanos concurren a la facultad de cultura física para hacer de este un instrumento de formación social dirigido a los maestros del área de cultura física.

FACTIBILIDAD TECNOLÓGICA

Para realizar esta propuesta se utilizó información a través de la computadora y el internet que tiene por objetivo el tratamiento básico, almacenamiento y transmisión de la información que de hecho hoy en día son necesarias para la utilización en todas las aplicaciones que requiere el tratamiento de la información.

En este tipo de aplicaciones se incluye una serie de información destinadas a hacer más simple la manipulación y la búsqueda de lo que se necesita para encontrar los temas que se buscan. Es un proceso que consiste en las actividades de planeación, organización y control para alcanzar los objetivos establecidos a través de herramientas y técnicas sistematizadas.

FACTIBILIDAD LEGAL

La presente Ley tiene como objetivo fijar los principios y fines generales que deben inspirar y orientar la educación, establecer las regulaciones básicas para el gobierno, organización y más funciones del sistema educativo y determinar las normas fundamentales que contribuyen a promover y coordinar el desarrollo integral de la educación.

REGISTRO OFICIAL

LEY ORGÁNICA DE EDUCACIÓN SUPERIOR

Art.26 de la Constitución de la República del Ecuador, establece que la educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del estado, Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir. Las personas, las familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo.

Art. 27 de la Constitución vigente establece que la educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respecto a los derechos humanos al medio ambiente sustentable y a la democracia será participativa, obligatoria intercultural, democrática, incluyente y diversa de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar.

CONSTITUCIÓN 2008

Sección sexta

Cultura Física y Tiempo Libre

Art. 381 El estado protegerá, promoverá y coordinará la Cultura Física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA

La propuesta se presenta a partir de una investigación general, los principios se plantean como uno de los elementos claves de identificar los problemas, por lo que cabe sintetizar primeramente su significado general de la educación, para proceder posteriormente a puntualizar algunos de ellos que aparecerían como esenciales para el currículo de la cultura física.

Esta guía está fundamentada en la aplicación de las técnicas y tácticas para el currículo que haría referencia a ciertos postulados que encerrarían los fundamentos básicos en los que sustenta la educación.

La didáctica conoce desde hace mucho tiempo, una serie de principios pedagógicos de validez universal, son orientaciones, no preceptos, son imágenes directrices que en el trabajo cotidiano del ámbito educativo orientan el trabajo. Si se tiene presente lo que significa un principio, es indudable que se explica la relevancia que tiene en el campo educativo, lo que es factible de comprobarlo tanto a nivel teórico como en las expresiones diarias de los educadores; sin embargo, sería interesante cuestionar, aunque sea someramente, la validez de estos principios en educación.

En este sentido habría dos posibilidades: aceptarlo como un supuesto, ante lo cual no cabría una mayor discusión o analizarlo desde un punto de vista más científico, en el cual vendría la resultante de un complejo proceso de comprobación y verificación empírica de lo que comprende cada principio.

Por lo tanto es evidente que los principios en educación no cumplen aún con todas las condiciones al respecto, pero tampoco podrían catalogarse hoy como solamente supuestos, ya que existe toda una amplia experiencia de aplicación de ellos, que si bien es cierto no cumple

con toda la rigurosidad y control necesarios, constituye por sus numerosas y variadas aplicaciones, un antecedente importante de considerar.

De esta manera, se podría plantear, al revisar la historia de la educación, que presumiblemente los principios partieron en un plano de supuesto, producto de la reflexión y especulación sobre lo que debería ser, pero que en la medida en que estos supuestos, a modo de hipótesis se fueron aplicando y demostrando a través de innumerables prácticas educativas, empezaron a adquirir el carácter de principio con una base más científica, lo que irá, progresivamente, aumentando en la medida en que se sometan las experiencias educativas a una metodología más científica de investigación.

JUSTIFICACIÓN

Esta guía dedicada a los docentes y estudiantes de cuarto año de la Facultad de Cultura Física, se enfoca fundamentalmente en la teoría y práctica y permite combinar la teoría de las técnicas y tácticas con la aplicación de las actividades de la Cultura Física (Educación física, deportes y recreación) en su trabajo diario.

La importancia de este trabajo es la de tener instrumentos que ayuden al docente a realizar una planificación real de su accionar educativo, que le permitirá, mejorar su capacidad para administrar el tiempo, los recursos, los escenarios, las metodologías, entre otros, en beneficio de los estudiantes y practicantes del deporte básquet ball que son la razón de nuestro esfuerzo; de esta forma estaremos dando el primer paso para lograr una verdadera sistematización y desarrollo de la cultura física, los deportes y la recreación en nuestro país.

Esta guía alternativa va a permitir al docente y estudiante de cuarto curso de cultura física, concretar la planificación en sus diferentes niveles, por lo que se hace necesario que partiendo de este documento pueda desarrollar su proyecto y las programaciones didácticas; por la tanto la consolidación de las técnicas y tácticas de las estrategias dependerá de la forma de operar el currículo y de cómo se vayan superando las dificultades de las situaciones futuras.

La presente guía pretende servir de apoyo y de referencia a los docentes y estudiantes de cuarto año, para que partiendo de una programación concreta, lleve a una aplicación teórico – práctica de los procesos de enseñanza aprendizaje de la Cultura Física.

Es necesario admitir que la planificación de la Cultura Física se ha mantenido en el sector del magisterio en los diferentes niveles del sistema educativo, no se planifica porque no se tiene una buena orientación pedagógica, porque es una pérdida de tiempo, porque todo lo que hay que enseñar me lo sé de memoria, porque no me revisa el supervisor o directos o simplemente porque es requisito para cumplir una obligación. Estas son las distintas opiniones y las más comunes que se les escucha a los docentes cuando se habla de la planificación. Aspiro a que esta guía - orientación será posible aplicarla en la planificación del área de la cultura física, constituyéndose en un instrumento funcional, operativo y de cambio efectivo en la medida que la dedicación, responsabilidad y capacidad de los actores educativos, evalúen el proceso pedagógico para incidir en su entorno y a la sociedad.

OBJETIVOS OPERACIONALES

- Ofrecer al estudiante un instrumento de formación en técnicas y tácticas de estrategias de estudio que le permita acceder con facilidad al proceso de planificación de área, para optimizar el tiempo, espacio y recursos, que conlleven a mejorar los procesos pedagógicos de enseñanza aprendizaje.
- Promover el mejoramiento de la calidad de la educación a través de una planificación racional, cociente y concreta en el área de cultura física, como estrategia para innovar el diseño curricular y satisfacer las demandas institucionales y de la sociedad.
- Estimular el mejoramiento de las instancias de apoyo al proceso formativo de los estudiantes y docentes de cultura física a fin de coadyuvar al logro de una educación de calidad.

- Definir técnicas y tácticas de estrategias de estudio apropiadas para la aplicación y aumentar la creatividad de los estudiantes.
- Desarrollar una programación acorde a la edad, donde será preciso desglosar los objetivos, destrezas y contenidos en un número apropiado de unidades didácticas.
- Orientar en el proceso de aprendizaje mediante cursos y talleres a los estudiantes y docentes,

SINTESIS DE DIAGNÓSTICO

El problema de una escasa correspondencia entre los aportes de las culturas más diferenciadoras y los currículos educacionales que se desarrollan en los países latinoamericanos, se evidencia como uno de los aspectos cualitativos básicos a superar en el quehacer actual, por las connotaciones de toda índole que de ellos se desprenden, en efecto, parece difícil explicar por qué los currículos no han considerado algo tan evidente como es la variadísima cultura de todo estos pueblos, que es justamente un patrimonio de alto valor, porque son sus respuestas creativas a sus necesidades.

Sin embargo, cuando se empieza a buscar las explicaciones de este actuar, que sin duda afecta la calidad de vida de las personas involucradas, se descubre que tras de este proceder hay un conjunto de factores explicatorios que tiene su raíz en la historia de nuestros pueblos, que junto con otros antecedentes, los hacen ser dependientes psicológica, cultural y económicamente, lo que por supuesto conlleva al serlo educacionalmente.

De esta manera su resolución no implica solamente que los currículos comiencen a relacionarse en una forma intencionada con sus medios culturales, sino el ser conscientes de toda la problemática de dependencia que hay tras ello, lo que indudablemente debe iniciarse con una valorización de lo que nosotros somos, a la par de un respeto de formas de sentir, pensar y actuar de otras culturas.

Ninguna cultura es perfecta, como tampoco lo es el ser humano, por lo cual se debe aprovechar lo mejor que entrega cada singularidad sea personal o cultural, para construir el mejor patrimonio de la humanidad, es ese el paso que todos los educadores latinoamericanos, no hemos dado con suficiente firmeza, quizás en este hecho esté la explicación de por qué a pesar de todos los esfuerzos en tal sentido, no logramos que los currículos que desarrollamos cumplan con ésta aspiración básica de tipo educacional, realmente no se puede favorecer el que nuestros educandos sean sujetos de la educación, si nosotros no lo somos.

Urge por lo tanto, como tarea común de todos, ya que la dependencia es problema de ambas partes, que descubramos quiénes somos y qué es lo mejor de nuestra cultura, para vitalizar los currículos educacionales de las instituciones educativas, de manera que cada uno de nuestros queridos estudiantes sea quien es y aprecie su forma de vida, a través de un actuar que le permita entender que hay otras igualmente válidas para otros estudiantes y docentes.

Dicho de esta manera, se trata de favorecer en los estudiantes y docentes actitudes de respeto y valorización de lo propio, pero a la vez, en una perspectiva de apertura, relación e intercambio con el demás,

basado esto en el respeto y lugar que toda cultura merece, por ser el gran legado que todos los hombres hemos construido.

ESTRUCTURA DE LA PROPUESTA

UNIDADES

UNIDAD 1

MOVIMIENTOS NATURALES

- Correr
- Técnica y Táctica
- Velocidad
- Resistencia

PRUEBAS DE CAMPO

- Técnica y Táctica
- Salto largo
- Salto alto

UNIDAD 2

JUEGOS

- Juegos Grandes (básquet ball)
- Técnicas del dribling
- Técnicas del pase
- Técnicas y tácticas del básquet ball

UNIDAD 3

ENTRENAMIENTO DE BÁSQUET BALL

- Ejemplo de entrenamiento
- Metodología del entrenamiento
- El decálogo del entrenador
- Planificación de un entrenamiento de básquet ball

UNIDAD 4

FORMACIÓN Y SALUD

- Gimnasia formativa
- Movimiento y salud
- movimiento y naturaleza
- Posibilidades deportivas y recreativas

UNIDAD N° 1

MOVIMIENTOS NATURALES

INTRODUCCIÓN

Caminar, correr, lanzar, saltar entre otros son movimientos naturales, que sirven como base del movimiento en casi todas las actividades físicas, sea deportivas, recreativas o educativas, no se puede saltar , lanzar, jugar, bailar, luchar, etc., sin correr, que es un medio sustancial para otras actividades físicas, pero igualmente tiene su valor como actividades en sí misma, ésta actividad se puede realizar bajo varias funciones o intenciones, en diferentes formas, ambientes materiales y sociales.

OBJETIVO

Mejorar las capacidades motrices habilidades y destrezas.

EVALUACIÓN

La evaluación en los movimientos naturales, se la debe realizar mediante la ejecución de las carreras en diferentes direcciones y velocidades, así como de caminar, lanzar, saltar, entre otros movimientos naturales.

CORRER

Correr es un movimiento natural que sirve como base del movimiento en casi todas las actividades físicas, sean deportivas, recreativas o educativas. No se puede saltar, lanzar, jugar entre otros sin correr. También es un medio sustancial para otras actividades físicas, pero

igualmente tiene su valor como actividad, esta actividad se la puede realizar bajo varias funciones o intenciones, en diferentes formas, ambientes. Se puede correr hacia adelante hacia atrás de forma lateral, en forma individual, en parejas o en grupos, correr en varias velocidades es decir despacio o rápido, en distancias es decir corta o larga, en el cemento, madera, césped o arena, en cuanto a la vestimenta se debe correr con zapatos deportivos, con calentador y camiseta, se debe correr con ropa muy cómoda y por último se debe correr en un tiempo determinado tanto en segundos, minutos u hora.

GRÁFICO Nº 30

PRUEBAS ATLETICAS DE CARRERAS DE VELOCIDAD



FUENTE: <https://www.900googlecom.ec/search?9=>

ELABORACIÓN: <https://www.900googlecom.ec/search?9=>

ASPECTOS TÉCNICOS

CARRERAS DE VELOCIDAD

Es una carrera de corta distancia, influye mucho realizar una buena o mala salida, en la posición inicial el atleta se coloca justo detrás de la línea de partida y apoya las dos manos en el suelo separadas entre sí a la misma anchura de los hombros y con las yemas de los dedos como punto de apoyo. El deportista pone en el suelo la rodilla de la pierna trasera y mantiene el cuerpo equilibrado apoyando el peso del tronco sobre los brazos y la cabeza relajada. En el momento cuando esté dando la partida el juez de atletismo y diga la palabra “listos”, el atleta sitúa las caderas algo más al ras que la altura de los hombros, separa la rodilla del suelo quedando las piernas semiflexionadas, para hacer presión en los tacos partidos.

Debe extender los brazos a fin de que puedan ser movidos fuerte y rápidamente desde que se separan del suelo, mantener la mirada baja puesta en el punto donde va a llegar inmediatamente su primera zancada. Los primeros pasos son casi rasantes, rápidos y más cortos de lo normal, con las rodillas bien dobladas y una rápida acción de pie contra el suelo, a partir de la segunda zancada, poco a poco, el cuerpo tomará una posición más vertical y tanto la frecuencia de las zancadas, como la amplitud de las mismas irán aumentando progresivamente hasta alcanzar la postura, el ritmo y la extensión normal de carrera. Todo el cuerpo debe mantenerse en una posición ligeramente inclinada hacia adelante, con el fin de hacer más presión con la punta del pie delantero sobre el suelo y facilitar el movimiento de avance de las piernas.

ASPECTOS TÁCTICOS

Si en la carrera de 50 0 100 metros lisos decíamos que se trataba de mantener la máxima velocidad adquirida ya desde la salida, en os 200 metros lisos se iniciará la carrera con menos ímpetu, consiguiendo a partir de los 30 metros y hasta los 170 metros la velocidad máxima, para cubrir los 30 metros restantes con todo el esfuerzo posible, moviendo fuertemente los brazos con el fin de acrecentar el impulso y llegar con ímpetu a la meta.

En las carreras de velocidad solo pisa la parte anterior del pie (punta del pie) en las carreras más largas el pie se apoya en el talón, planta y punta secuencialmente. En las carreras mayores a 200 metros de distancia para poder adoptar una adecuada táctica de competencia, debe primero estudiarse y con mucha atención a los contrarios, conocer sus características, comparar las posibilidades y cuando ya se conozca todo esto, fijar el planteamiento a seguir. El atleta debe concentrarse en “su” carrera, ignorando en la medida de lo posible, lo que hagan los demás , aunque esto es algo difícil pero sin embargo debe procurar fijar la atención en lo que hacen los demás, sobre todo si el atleta se encuentra en una calle exterior y debe girar constantemente la cabeza, esto puede ser contraproducente para su forma de correr, puesto que restaría concentración, así como al rebasar a un contrario puede llegar a producir una fatiga, tanto física como psicológica, que proporciona la posibilidad a los contrarios de rebasar con facilidad.

Carrera de resistencia

Las características son las mismas que en la especialidad anterior, aunque con mayor suavidad en los movimientos de brazos y piernas en

las primeras tres cuartas partes de la carrera, con el fin de correr más de prisa los brazos deben adquirir un movimiento más enérgico. La carrera de resistencia se efectuará en una distancia de 200 metros, para esta prueba la salida deberá ser alta.

La respiración

Debe reducirse por vía bucal y nasal, puesto que si los limitamos a respirar por la nariz, en una prueba de estas características, puede resultar insuficiente y provocar fatiga, la frecuencia de la respiración se la debe realizar por períodos determinados, sin embargo, lo más indicado es respirar de acuerdo a la velocidad mantenida en cada momento.

El ritmo

En el transcurso de la prueba es aconsejable mantener un ritmo uniforme, sin hacer cambios bruscos de velocidad, ni realizar un gran esfuerzo inicial para conseguir tomar la delantera, también es importante llevar un control de la velocidad durante toda la prueba, así por ejemplo, entre la primera y la segunda mitad de la carrera, debe existir una distribución equilibrada de la velocidad .mientras la segunda, tercera y última vuelta son realizadas a un tiempo progresivo; la primera y las restantes vueltas, deben realizarse a un ritmo normal.

GRÁFICO Nº 31

CARRERA DE RESISTENCIA



FUENTE: www.spinfitnes.com/deportes/articulo/tipos-carrera
ELABORACIÓN: www.spinfitnes.com/deportes/articulo/tipos

PRUEBAS DE CAMPO

TÉCNICAS Y TÁCTICAS

SALTO LARGO.- Para enseñar el salto largo, el profesor entrenador exigirá de sus estudiantes realizar carreras de velocidad (coordinación y ritmo acelerado) distancia prudente de 20 o 30 metros, al llegar al último apoyo no olvidar paso más corto.

Para realizar el pique se debe correr con mucha velocidad, elevando rodillas y pisando fuertemente, no inclinar el tronco adelante, para conseguir máxima elevación de rodillas, brazos doblados por el codo, se moverán delante, atrás a la altura de la cadera sin necesidad de

levantarlos tan arriba como en las carreras de velocidad, las fases son: fase de carga, fase de explosión e impulso, suspensión y caída.

El movimiento que se realiza durante la acción de vuelo, es necesario efectuarlo muchas veces para lograr mantenerse en el espacio un tiempo lo más largo posible, tratando de dar pasos en el espacio (uno y medio, dos y medio y tres y medio).

Metodología

Se consideran dos etapas:

La primera que se comienza para todas las técnicas

La segunda específica a cada una de ellas.

En la primera los atletas se familiarizan con el salto en longitud y se aprende la base del movimiento.

En la segunda etapa se aprende una técnica de vuelo, respetando la siguiente sucesión:

- Salto largo natural, base para las demás técnicas
- Salto largo colgado o con pasos en el aire.
- Saltos sucesivos sobre la pista de impulsos, con extensión de la rodilla en el momento en que el muslo de la pierna pendulante llega a la horizontal.
- Saltos largos colgados en la fosa, con elevación de rodillas hasta el pecho
- Saltos largos colgados con carrera de impulso completo.

GRÁFICO Nº 32

EJECUCIÓN DEL SALTO LARGO



FUENTE: <http://www.google.com.ec/imgress?hl=es&h=2108>

ELABORACIÓN: <http://www.google.com.ec/imgress?hl=es&h>

EL SALTO ALTO

En el salto alto es muy indispensable los implementos y estos son: listón o vara para apoyarse en los saltímetros, longitud de 3,64 a 4 metros dos saltímetros suficientemente altos, colchoneta para caída no podrá ser menor de tres metros de ancho x 4.05 metros de largo. El estilo que más se utiliza es el FOSBURY FLOP, en ésta técnica el profesor o entrenados considerará: impulso, pique, despegue, vuelo o caída.

La carrera adoptada es rápida y deben darse de siete a once pasos, donde los tres últimos se hacen en curva, la velocidad tangencial, carrera recta frontal, y se hace curva en los últimos pasos. Tras la batida

se busca la posición de espalda. La batida para el salto es rápida, flexionando ligeramente la pierna de impulso, mientras que la otra pierna sube completamente flexionada desde la rodilla, en el momento de la batida se realiza un giro que junto a la acción rotatoria de la pierna libre, provoca el despegue de espaldas. Los brazos realizan un movimiento hacia arriba a partir de los hombros, pero enseguida se bloquean y flaquean el listón pegado al cuerpo. Cuando el atleta ha terminado el ascender, el cuerpo está dando toda la espalda al listón y las piernas cuelgan dobladas por la rodilla y separadas entre sí, el arqueado del cuerpo es fundamental para provocar la caída del tronco y una elevación de rodillas.

La Caída.- Cuando las pernas han sobrepasado el listón, se produce la caída en la postura del cuerpo en posición horizontal y las piernas alcanzando su máxima extensión hacia arriba, forman un ángulo de casi 90°, ENTONCES LO MÁS RECOMENDABLE ES QUE ENSEÑEMOS A CAER AL ATLETA.

Metodología

En la técnica FOSBURY FLOP, se debe ejecutar el paso indio, con extensión desde la pierna pendulante en el momento en que el muslo de la misma alcanza la posición horizontal, sin impulso de tres a cinco pasos.

- Carrera hacia la varilla sobre una trayectoria arqueada pasando por frente de la misma
- Luego realizar la acción de despegue
- Carrera, despegue con giro alrededor del eje longitudinal del cuerpo hasta que el saltador llegue de espalda hacia la varilla.
- Colocado de espalda hacia la colchoneta, realizando un despegue vertical, cayendo sentado sobre la colchoneta.
- El mismo ejercicio, pero la caída se realiza sobre la espalda
- Igual ejercicio con proyección de caderas hacia adelante y ejecutando la flexión de las caderas antes del aterrizaje.

- Carrera de impulso, suave y realizando el pique – despegue unipodal cayendo sobre la colchoneta en posición sentada.
- Saltos globales con impulsos de diferentes longitudes y velocidades salvando diferentes alturas.

GRÁFICO N° 33

EJECUCIÓN DEL SALTO ALTO



FUENTE: <https://www.google.com.ec/imgrss?hl=es>

ELABORACIÓN: <https://www.google.com.ec/imgrss?hl=es>

UNIDAD N° 2

JUEGOS

INTRODUCCIÓN

El juego constituye una inigualable herramienta de la que el ser humano se sirve para avanzar en su formación personal de su pensamiento y superar conflictos dolorosos o traumáticos. Es uno de los medios para aprender y demostrar que está aprendiendo, siendo un aprendizaje más creador y significativo para los estudiantes. En el que impone formas que le son muy particulares.

OBJETIVO

Iniciar el conocimiento, rescate y práctica de los juegos como medio idóneo de la presente y futura actividad física.

EVALUACIÓN

Para evaluar un juego se determina el accionar, la integración, la sociabilización y participación en los juegos desarrollado.

Metodología del juego

Consejos para el maestro de cultura física:

- Reúna al grupo para que lo atienda (cómodo, oyéndolo, y viéndolo bien)
- De un nombre al juego
- Explique breve y claramente
- Ubique al grupo según la exigencia del juego
- Haga una breve ejercitación lenta
- Haga jugar
- Ubíquese de manera que ejerza un mejor control

- Controle el placer sin estruendo
- Sea claro, hable poco y controle bien
- Mantenga el ritmo vigoroso de las ejercitaciones
- Estimule y aliente
- Sea justo
- Suspenda el juego antes de que pierda su interés
- Si un juego no está bien comprendido, suspéndalo
- Use señales convencionales que le asegurarán la atención del estudiante.
- Provoque actitudes sociales desleales.
- Estimule el cuidado de las instalaciones.
- Aliente el progreso
- Haga jugar a todos
- Elimine riesgos.
- Prepare el material con antelación.
- Conozca bien el juego que enseña y extraiga de él todas sus posibilidades.

LOS JUEGOS GRANDES (EL BÁSQUET BALL)

Se los define como una actividad lúdica con mayor complejidad, que necesita de un cierto nivel de capacidades y habilidades (técnicas y tácticas) y que preparan a los ejecutantes para los juegos disciplinarios como el fútbol, **básquet ball**, voleibol, tenis, balonmano, entre otros. Los juegos iniciales y preparatorios para los juegos deportivos se incluyen en este grupo siempre y cuando mantengan la idea principal del juego grande aunque puede ser reducida la complejidad y así llegar al aprendizaje del juego.

El juego grande puede ser pre deportivo o el juego deportivo mismo.

El juego pre deportivo contiene la idea, reglas, técnicas y tácticas del juego completo y no solo sirve para el juego deportivo, dependiendo de la edad, el ambiente y de las condiciones puede y debe tener sentido en sí mismo, sin pensar siempre en su utilidad para el deporte. Los juegos pre deportivos son actividades con una duración más allá del juego pequeño pero muy lejos del juego deportivo (grande) con reglas algo complicadas, pero no tan severas como el deporte y que exige la movilización de más capacidades hechas a la medida para los estudiantes.

El juego deportivo en cambio se lo puede definir como una actividad motriz lúdica de larga duración, con reglas complicadas movilizand o todas las capacidades al máximo y utilizando destrezas y tácticas complejas, la concepción de estos dos tipos de juegos por sus características permite presuponer que una es para un individuo en proceso de formación, con sus capacidades limitadas y el otro para un individuo que está alcanzando la plenitud de sus capacidades.

Esto permite hablar del deporte que por el alto grado de aceptación social que tiene y reforzado constantemente por los medios de comunicación han elevado a formar el deporte espectáculo por una parte y por otra la valoración que se ha dado a la ocupación del tiempo libre con las actividades físicas en la vida contemporánea y la utilización de éstos con fines sociales, de salud y de disfrute no deben ser ignorados. Las actividades deportivas tienen un carácter eminentemente educativo para conseguir objetivos formativos y de un amplio carácter participativo y recreativo frente al carácter selectivo y competitivo del deporte.

CUADRO N° 39

CARACTERÍSTICAS DEL DEPORTE COMPETITIVO Y EDUCATIVO

Características del deporte competitivo y educativo	
Deporte competitivo	Deporte educativo
-Carácter selectivo	- Carácter participativo
- Adaptación al individuo al deporte	- Adaptación del deporte al individuo
- Trabajo sistematizado	- Trabajo globalizado
- Búsqueda de resultados	- Búsqueda de la comprensión
- Preparar deportistas	- Formar personas

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

Esta comparación de características señaladas permitirá diseñar los contenidos y las actividades deportivas pensando más a un contexto recreativo que competitivo, fomentando en los estudiantes la capacidad de diseñar estas actividades y crear sus propias reglas, adaptándolas a diferentes espacios y números de jugadores. de esta manera se facilitará la consecución de uno de los objetivos más significativos que se planteará en el nivel medio como es el de crear hábitos positivos hacia la práctica de la actividad física que asegure una mejor calidad de vida a los individuos.

Las actividades físico deportivas, tanto en el ámbito escolar como en el ámbito extracurricular son cada vez más aceptados en la comunidad educativas, sociales y culturales que exigen su presencia con personal especializado y cualificado.

Juegos de ida y vuelta

En este tipo de juegos la idea principal es de procurar que el o los oponentes sea incapaces de devolver el implemento (pelota) este deberá ir de un lado al otro de la cancha que está separado en su mitad por una red o línea, hay6 que procurar la falla en el equipo rival para acumular puntos suficientes para ganar un set y/o partido. En este grupo de los juegos encontramos los siguientes: baloncesto, tenis de mesa, tenis de campo, voleibol, bádminton, squash, raquetboll, entre otros.

Para el desarrollo de estos juegos se presentará en primer lugar la idea del juego, las reglas principales, la cancha y el material, lo más importante de la técnica y táctica de cada juego y por último los pasos metodológicos más importantes para su enseñanza. En esta guía alternativa mi propuesta específica es la de estructurar la enseñanza aprendizaje del baloncesto.

EL BÁSQUET BALL

GRÁFICO N° 34

CANASTA DE BÁSQUET BALL



FUENTE: www.planeta basket ball.com/balconcesto

ELABORACIÓN: <https://www.google.com.ec>

El baloncesto es un deporte muy rápido en el que participan dos equipos de cinco jugadores y cinco o siete suplentes, el objetivo es obtener más puntos que el equipo contrario en un tiempo determinado, el balón puede pararse, lanzarse, botarlo, lanzarlo girando o bloquearlo, pero nunca aguantarlo o darle con el pie deliberadamente, los puntos se obtienen introduciendo el balón en el cesto tomando varios puntajes que van desde los tres, dos y un punto, dependiendo esto de la forma de conseguirlo.

Este deporte fue creado por James A Naismith, en Springfield (Massachusetts), Estados Unidos de Norteamérica, en el mes de diciembre de 1891. Él era profesor en Springfield College, de Massachusetts (una institución YMCA, Asociación de Jóvenes Cristianos). Uno de sus superiores, el doctor Luther Gulick, decano del departamento de Educación Física, le sugirió que estudiara la posibilidad de crear un deporte, con características como las siguientes: Que se pueda jugar dentro del gimnasio del colegio y por equipos. Que se pueda jugar en invierno, ya que no se podía hacer deporte en dicha temporada al aire libre. Naismith emprendió un trabajo tomando elementos de otros deportes conocidos, entre ellos el fútbol y el rugby principalmente; luego redactó las reglas fundamentales del nuevo deporte.

GRÁFICO Nº 35

UN ENCUENTRO DE BÁSQUET BALL



FUENTE: web.wjgbasket.com. <https://www.900.com>

ELABORACIÓN: web.wjgbasket.com. <https://www.900.com>

Reglas principales

El tiempo de juego es de 40 minutos divididos en cuatro cuartos de diez minutos cada cuarto con un intervalo de cinco minutos, en caso de estar empatados al finalizar los cuarenta minutos se realizarán períodos suplementarios de cinco minutos, tantos sean necesarios para resolver el empate.

- Los árbitros son dos, uno principal y otro auxiliar denominados juez y árbitro, ambos tienen iguales derechos durante el partido y ninguno puede anular la decisión del otro.
- Los equipos están formados por cinco jugadores principales y hasta siete suplentes como máximo, se permite indicar el partido con sólo la presencia de tres jugadores.
- Los tres segundos: ningún jugador de un equipo en posición de la pelota podrá permanecer por más de tres segundos en el área restrictiva correspondiente al tablero del equipo contrario. Los treinta segundos: Todo equipo que entre en posición de la pelota deberá hacer un lanzamiento en el lapso de treinta segundos; si lanza, no convierte y recupera el balón, tiene derecho a otro período de treinta segundos.
- Las violaciones más comunes son:
 - Caminar, dar más de un paso con la pelota en la mano
 - Drible ilegal: Driblar con las dos manos, rebotar la pelota, dejarla descansar en una de las dos manos y volver a rebotar, recogerla nuevamente.
 - Echar la pelota fuera: Incluye también pisar las rayas que la delimitan, el pisar la raya estando afuera para el saque, si está dentro y pisa, también es falta.

Estas faltas son sancionadas con la pérdida de la posición del balón.

Los fauls se dividen en dos:

- Personales: cuando un jugador provoca el contacto con un adversario, estos pueden ser sin acción de lanzamiento, en acción de lanzamiento, intencionales y descalificadores.
- Técnicos: Son para castigar faltas antideportivas como ofensas a los árbitros, a contrarios o al público.
- Un jugador defensor no podrá interceptar el balón cuando ésta vaya descendiendo hacia su aro en un lanzamiento, pues se dará como cesta para el contrario. Una vez que la pelota toca el aro puede ser jugado por el defensor.

La cancha y el material

El terreno de juego.- Es un rectángulo se superficie dura, el tamaño estándar es de 28 metros de largo por 15 metros de ancho metros por quince metros de alto, la iluminación deberá ser uniforme y no estorbar a los jugadores que lancen al cesto.

Los tableros y cestos.- Los tableros pueden ser de madera, de cristal o plexiglás de unos tres cm de espesor, son rectangulares y miden 1,80 m. de largo por 1.20 m. de ancho.

GRÁFICO Nº 36

CANCHA DE BÁSQUET BALL



FUENTE: <https://google.com.ec/search?g=cancha+de+basketball>

ELABORACIÓN: <https://google.com.ec/search?g=cancha+deb>.

El balón.- Debe ser esférico y consta de una cámara de goma recubierta normalmente de cuero, su circunferencia no puede ser mayor de 78 cm. ni menor de 75 cm. y el peso oscila entre los 600 y 650 gramos con una presión que al dejarle caer de una altura de 1.80 m. no bote más de 1.40 m. menos de 1.20 m.

Fundamentos Técnicos.- Especialmente el pase, el drible, la defensa, el rebote y los lanzamientos que forman los llamados “los cinco grandes pilares” constituyen la base de un basquetero y como tal deben ser aprendidos, dominados en la fase inicial y practicados siempre.

Posición y desplazamiento.- Significa adoptar una posición correcta e ir de un lugar a otro en la cancha, de acuerdo con la función táctica colectiva.

Manejo del balón.- La finalidad del baloncesto es hacer pasar el balón por el aro, quien más puntos logra y menos permite ganar, de allí la importancia que adquiere el manejo del balón, es un instrumento esencial del juego, por lo que su dominio es uno de los fundamentos de más importancia.

Pivotear.- Es otro fundamento esencial del juego, teóricamente consiste en girar sobre un pie, parte delantera para mover e cuerpo de un lado al otro con el objeto de proteger y lanzar el balón.

El pase.- Se lo define como el impulso que se le imprime el balón para cambiar de dominio de un jugador a otro.

El drible.- Es lo que sirve al jugador para desplazarse en la cancha con el balón, es una arma de ataque y la única forma de avanzar con la pelota.

Los lanzamientos o tiros.- Es el acto de lanzar el balón al aro contrario, con la finalidad de encestar, es la culminación exitosa de todas las acciones del equipo, siendo éste el logro más importante y difícil.

Circuito de aprendizaje.- El método de circuito se presta principalmente para la repetición de los fundamentos técnicos, puede utilizarse para una clase entera o como parte del plan diario de entrenamiento de equipo, los alumnos trabajan en grupos y rotar de estación; el tiempo de trabajo no debe exceder de cinco minutos en cada estación, con quince segundos para el cambio, el circuito se integra así:

- Lanzamiento- tiro libre
- Drible de velocidad
- Manejo del balón
- Tablero de reacción
- pases

TÁCTICAS

Posiciones ofensivas:

Piloto.- Es el organizador de la ofensiva, su posición se establece aproximadamente detrás del círculo de tiro libre, también se le conoce como armador.

Pívot.- Es el jugador más alto del equipo y el único que actúa de espaldas al tablero, se ubica lo más cerca posible del aro, es decir pegado de la línea de la zona de restricción, también se le conoce como poste.

Alero.- o también llamados delanteros, “forwards” actúan hacia los lados de la cancha, su ubicación depende de la capacidad de tiro y del adversario, para ser un buen alero, un jugador requiere buen lanzamiento desde los laterales, habilidad para hacer cortinas y la penetración, además de sincronizar las jugadas para las entradas al cesto del piloto o del otro alero.

Péndulo.- En algunas formaciones ofensivas como la (1- 3) se utiliza el jugador llamado péndulo, se coloca cerca de uno de los ángulos formados por la línea final (4), para esta posición se requiere desarrollar el lanzamiento desde los ángulos, capacidad de rebote, habilidad para la penetración y ciertas características del pívot, con quien en ocasiones cambia de ubicación.

JUGADAS BÁSICAS

1. Desmarcarse para recibir el balón
2. Cortada en reversa
3. Cortada interior
4. Cortada en V
5. Cortina

6. Cortina y roll
7. Jugadas: pasar y cortar
8. Pasar, fintar, cortar.

Cómo enseñar el Básquet Ball?

- Se debe tener “sentido del balón” o no, la habilidad para adaptar la mano a la formación circular de la pelota; para tomarlo, las manos adoptan forma de espacio cóncavo, de manera natural, los dedos deben estar separados fuertes pero no rígidos, la palma de la mano no debe estar adosada a la pelota, fijando este manejo del balón el jugador está listo para lanzar, driblar y pasar, un buen ejercicio es haciendo rebotar el balón contra una pared y recibéndolo a diferentes alturas y con diferentes movimientos.
- Para pivotar se toma una posición cómoda y flexionada; el pie de pivote es el que proporciona la fuerza para los giros, se puede hacer con cualquier pie, hay que tener cuidado cuando se recibe el balón con los dos pies en el suelo y se apoya uno primero que otro; en este caso hay que penetrar sobre el que tocó primero el suelo.
- Para la enseñanza de los pases es necesario que reconozca algunos aspectos que se consideran para hacer un buen pase.
 1. Debe ser preciso, veloz y con la fuerza necesaria
 2. Debe tener criterio de pase, que indique la mejor forma, sitio, tipo de pase, oportunidad, etc.
 3. Hay que asegurar la pelota antes de pasarla
 4. No hacer pases muy largos o ancho de la cancha
 5. Engañe al contrario realizando “fintas” y pases variados
 6. Hay una gran variedad de pases y cada uno de ellos posee una técnica característica y se clasifican en dos grupos: Pases con dos manos, de pecho, de pique, sobre la cabeza, mano a mano,

por los lados, por debajo, en suspensión. Pases con una mano: De beisbol, de gancho, tocada, por detrás, softbol, o por debajo, de pique, de lado, mano a mano.

- El drible es el arma fundamental del basquetbolista y para su enseñanza hay que tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:
 1. Las manos y dedos deben acariciar el balón, no golpearlo
 2. No use la palma de la mano
 3. Practique con ambas manos
 4. No mire el balón, la vista debe estar en sus compañeros y adversarios
 5. No drible excesivamente
 6. Proteja la pelota manteniendo el cuerpo entre ella y el adversario
 7. Cuando sea necesario use el drible por detrás o por la espalda
 8. Aplique juegos en la práctica del drible

- Los lanzamientos o tiros son la culminación exitosas de las acciones que se dan en este deporte y por lo tanto su conocimiento y enseñanza debe estar encaminado a desarrollar confianza, técnica, práctica y serenidad para ser un buen lanzador.

Se debe tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

1. Ejercite el tiro perfecto y completamente técnico
2. Realice el tiro sin que este sea ni muy recto ni muy elevado
3. Use correctamente el tablero en especial para los tiros de los lados

4. Ponga la vista donde quiere poner el balón y concéntrese en ese objetivo.

Hay varios tipos de lanzamientos que pueden ser utilizados indistintamente y realizados con cualquiera de las manos o ambos simultáneamente así vemos que existe el americano o en suspensión, el de empuje con una mano, el de pecho, por encima de la cabeza, el de gancho y el de bandeja.

Ahora a practicar jugadas y defensivas y luego a jugar partidos.

GRÁFICO Nº 37

TÉCNICA DE DEFENSA



FUENTE: web.wjgbasket.com. <https://www.900.com>

ELABORACIÓN: web.wjgbasket.com. <https://www.900.com>

TÉCNICAS DEL DRIBLING

EL dribling tiene una gran importancia dentro del juego del baloncesto, es una de las maniobras preferidas de este deporte, es algo cada vez menos practicado por los basquetbolistas, es una combinación de dominio de la pelota y equilibrio del cuerpo, los jugadores deben saber driblar correctamente con ambas manos.

El reglamento define el dribling como la acción que realiza un jugador cuando, después de tomar posesión del baloncesto, le da impulso tirándolo o palmeándolo con una mano contra el suelo y lo vuelve a tocar antes de que lo haga otro jugador. La actividad del dribling se da por terminada en el momento en que controla el balón como ambas manos, o lo deja descansar en una de ellas. El jugador puede dar un número indeterminado de pasos, mientras que el balón no está en contacto con su mano, así como entre los botes del dribling. Las acciones son de una gran importancia dentro de este deporte, siendo esencial utilizarlas en el momento oportuno. Por ello, no sólo deben saber botar las bases, también los aleros y los pivotes.

Las consecuencias fundamentales sobre el dribling son las siguientes:

- 1.- Todos los jugadores deben saber driblar con ambas manos.
- 2.- No se debe mirar el balón mientras se bota para poder mantener una buena visión del todo el campo y así evitar un desconocimiento de la posición del contrario y del resto de los compañeros, además de una pérdida de tiempo en el caso de un lanzamiento a canasta.
- 3.- El bote del balón se realiza mediante un ligero vaivén del antebrazo.

4.- La muñeca realiza movimientos suaves, mientras las manos y los dedos están relajados para controlar mejor el bote amortiguando el balón cada vez que toma contacto con la mano.

5.- El balón debe resbalar por la yema de los dedos, que lo acarician.

Como norma general, se puede decir que la posición básica del jugador que ejecuta el dribling consiste en:

1.- Mantener el cuerpo cómodamente semiflexionado e inclinado con un perfecto equilibrio y control del mismo, para poder hacer con el balón lo que se quiere.

2.- Separa los pies no más de la anchura de los hombros, con uno de ellos más adelantado que el otro.

3.- La cabeza estará levantada con la vista dirigida adelante, no concentrada en un punto fijo, y menos en el balón.

4.- El peso del cuerpo se reparte sobre las puntas de los pies.

5.- El brazo que bota el balón está flexionado, con el codo casi pegado al cuerpo, mientras los dedos y el antebrazo lo impulsan hacia abajo, haciendo una acción de "muelle" tanto en el impulso como en la recepción. El otro brazo se mantiene relajado a lo largo del cuerpo, y en el caso de que el contrario se halle cerca, estará flexionado protegiendo el balón.

6.- El balón bota por delante del pie correspondiente a la mano que dribla, perpendicularmente sobre el suelo, y como norma general, no más alto de las caderas.

Posición correcta del dribling

Cuerpo semiflexionado. El peso del cuerpo sobre la punta de los pies. Los pies colocados en una posición normal, no mirar al balón, de esta forma se tiene una visión del juego más amplio.

Dribling de velocidad

Este tipo de dribling se impulsa hacia adelante teniendo una incidencia larga del balón al botar al suelo, por lo que la progresión es rápida, pudiendo el jugador que dribla dar varios pasos entre bote y bote. Es muy importante aumentar la velocidad del bote que el driblador siempre tenga control del balón, el balón sube hasta la altura de las caderas y no va pegado al cuerpo sino que va más adelantado.

Dribling de protección

Este se realiza cuando existe un defensor que impide progresar. Adelantar la pierna y brazo contrario a la mano que se dribla. A este brazo se le llama brazo de protección, ya que está delante del defensor, con la palma de la mano hacia él.

Cambio de mano con el balón

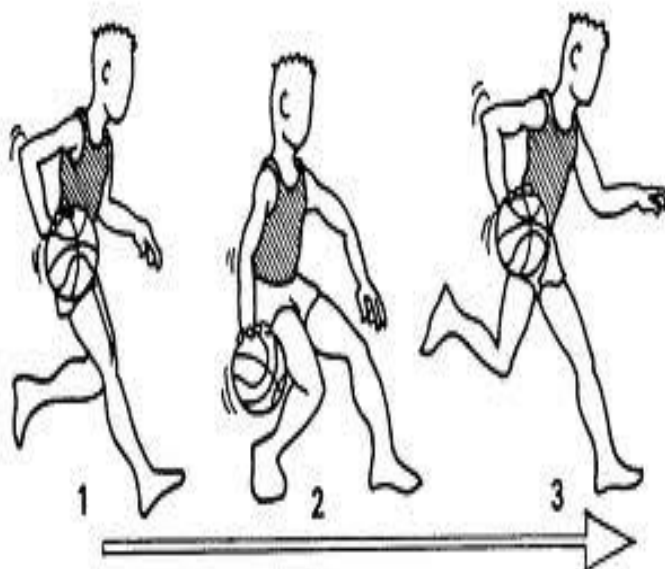
El atacante con el balón tiene una serie de recursos para driblar al contrario, si no puede superarlo con rapidez, tiene el recurso de los cambios de mano. Es muy importante saber cuándo se debe realizar. Hay que estudiar al defensor, pues este es el objetivo de la defensa. El driblador tiene que aprovechar una debilidad de la defensa para mediante un cambio de ritmo realizar el cambio de mano y dirección.

Cambio de mano y dirección del dribling por delante

La pierna y la dirección es la contraria de la que se quiere seguir. El momento de iniciar el cambio, adelantar la pierna de la mano con la que se dribla. Inclinar el peso del cuerpo hacia dicha pierna y bajar más el bote del balón. Para cambiar de dirección y de ritmo se sale primero con la pierna más alejada a la mano que se dribla.

Nunca se debe mirar el balón en todo el cambio y mantener una visión marginal, es muy importante coordinar el cambio de mano con el cruce de piernas, de esta forma tendrá mayor rapidez, mejor protección del balón.

GRÁFICO Nº 38
FORMAS DEL DRIBLING



FUENTE: Posición básica del driblingoogle.com.ec
ELABORACIÓN: www.basketjavier.com/cm/index

Cambio de mano entre las piernas

Hay dos maneras de realizarlo:

- Cambio de mano por delante entre las piernas
- Cambio de mano por detrás entre las piernas

En el cambio de mano por delante entre las piernas se bota el balón en la dirección contraria a la que se quiere tomar. Adelantar la pierna contraria a la mano que bota, realizar el bote de adelante-atrás, con las piernas separadas, y se pasa entre ellas el balón.

En el cambio de mano por detrás entre las piernas es el mismo sistema que el cambio anterior, combinando la pierna, ahora la pierna más adelante es la de la mano de bote.

Cambio de mano en reverso

Dirigirse hacia el lado contrario al que se quiere tomar, el pie de la mano que bota más retrasado, cargar el peso del cuerpo sobre la pierna más adelantada, realizando un pivote hacia atrás sobre ésta.

Cambio de mano por detrás de la espalda

Ir en dirección contraria a la que se quiere tomar, tener más adelantada la pierna contraria a la mano que dribla, dar un bote hacia atrás para posteriormente echar el cuerpo un poco hacia adelante y flexionar las rodillas, dar un bote por detrás de la espalda, realizando con el brazo un movimiento acompañando al balón, llevar el balón al otro lado del cuerpo, recogerlo por la otra mano por delante.

Cambio de ritmo con balón

Es un cambio de velocidad brusca de menos a más, realizando una parada en dos tiempos sin dejar de botar el balón protegido entre las piernas sobre la cual se lleva el peso del cuerpo, logrando que el defensor se desequilibre con el cambio de dirección.

Posición básica del dribling

Es fundamental una posición de “listo” para ejecutar el dribling controlado como el que se utiliza para avanzar rápidamente “drible rápido”, en esta posición, la cabeza está alta, las piernas flexionadas, la vista dirigida adelante y el cuerpo semiflexionado e inclinado el mismo que varía de acuerdo a la velocidad del drible.

¿Cómo driblar y avanzar rápidamente?

Para ejecutar el drible rápido se necesita ciertos ajustes

- Desde la posición básica del drible se inclina hacia adelante
- Controlar el balón entre la cintura y el pecho
- Mantener los hombros paralelos hacia donde se avanza
- Proteger el balón con el brazo libre y la correspondiente pierna

GRÁFICO Nº 39

TÉCNICAS PARA EL DRIBLING



FUENTE: El driblin en el basket ball.google.com.ec

ELABORACIÓN: www.basketjavier.com/cm/index.

TÉCNICAS DEL PASE

El objetivo de un pase en el baloncesto o básquetbol es el avance de la pelota dentro de la cancha, utilizándose este movimiento esencialmente para crear posiciones de tiro al cesto. Un pase debe ser rápido y preciso, con economía de tiempo y movimientos. El pasador debe alcanzar un cien por ciento de efectividad. La pérdida de un pase en un momento crítico puede significar puntos para el adversario, los que sumados a los puntos que el equipo ha dejado de anotar al perder el dominio del balón, han ocasionado más de una derrota.

La visión periférica es uno de los elementos fundamentales del pase ya que le permite al jugador ubicar a sus compañeros especialmente al receptor sin delatar sus intenciones ante el adversario. El jugador

decide en cada oportunidad qué tipo de pase va a efectuar y a quién pasará la pelota. Debe ubicar su pase en una zona situada entre la cintura y los hombros del receptor, combinando elementos tales como velocidad, altura del lanzamiento.

Veamos algunas de las características de un buen pase:

1. El jugador que va a ejecutar el pase debe asegurarse el dominio del balón antes de comenzar sus movimientos.
2. Se pasa hacia el lado del receptor más alejado del contrario.
3. Para imprimirle fuerza, precisión y velocidad al pase, el movimiento de dedos, brazos y muñeca debe ser enérgico.
4. El pasador debe conocer la situación de juego, la posición de sus compañeros y adversarios, realizando fintas y engaños a manera de confundir al contrario, el cual no debe vislumbrar sus intenciones.
5. En caso de un pase a un receptor que corre, la pelota debe llegar por delante, de manera de no estorbar su desplazamiento.
6. El receptor debe buscar el pase, anticiparlo en sus movimientos.
7. Es importante conocer la técnica del pase (movimientos de efecto o rotación a la pelota) los diferentes tipos de pases y su mejor utilización.

Se recomiendan ejercicios con pelotas medicinales a fin de fortalecer los músculos de las muñecas, brazos y codos.

Durante un partido de baloncesto se pueden producir hasta cuatrocientos pases por lo cual si el entrenador busca mejorar la efectividad en la ejecución de este fundamento, logrará mejores posibilidades de triunfo para su equipo.

Otras consideraciones útiles acerca del pase:

- Un mal pase hace que el receptor pierda su posición de equilibrio, aumentando las posibilidades de que a su vez genere otro mal pase. Por esto, el jugador que recibe un mal pase debe estar consciente de ello y comenzará por recobrar su equilibrio antes de jugar la pelota.
- La pelota debe estar siempre en movimiento, desorientando a la defensa.
- Los pases deben ser rápidos e incisivos para mitigar la posibilidad de intercepciones.
- Los pases lentos o poco incisivos a través de la cancha son totalmente desfavorables para un equipo, facilitando la intercepción del contrario.
- No es conveniente rebotar la pelota antes de cada pase, ya este movimiento favorece las posibilidades del bloqueo.
- La ejecución de buenas fintas desorienta y debilita la táctica de la defensa y demuestra el buen dominio del balón.
- Los pases que se hacen para lucimiento personal generalmente son poco efectivos y retrasan el juego
- Es recomendable pasar fuera del área de tiro libre
- Se aconseja no efectuar pases cruzados delante de la canasta.
- A no ser en casos de apertura rápida o pases adelantados, no debe realizarse un pase al compañero que se aleja del mismo.
- No se pasa a un compañero que está quieto sino a aquel que al encuentro de la pelota evitando intercepciones.
- -El pase debe ser una jugada que se continúa, dando oportunidad a otras situaciones de juego.
- Los pases imposibles demuestran impaciencia del equipo y poco dominio del balón.

- Contra adversarios corpulentos se recomienda botar el balón antes del pase (pase picado), pues se considera que estos jugadores tienen mayor potencia de la cintura para arriba.
- Cuando el juego se cierra debajo del cesto, junto a las líneas laterales o en las esquinas, lo más aconsejable es un pase de gancho.
- Los pases deben ajustarse en distancia y potencia, (p.ej., un pase dirigido a un jugador en proximidad debe ser suave).
- Generalmente no es necesario el salto para pasar ni para recibir la pelota.
- Es más conveniente hacer y recibir el pase con ambas manos.
- El pase de pique dada su lentitud en comparación con otros tipos de pase, deben realizarse sólo en situaciones especiales.
- Un buen pase se convierte en el mejor instrumento para la obtención de tantos y un equipo que domina esta técnica elevará su confianza y su nivel de juego.

Si bien es cierto que existe una gran variedad de pases, se pueden clasificar los más utilizados como veremos a continuación.

Pases con dos manos:

- De pecho
- De pique o pase picado
- Sobre la cabeza
- Mano a mano o entregado
- Por los lados
- Globado
- Por debajo
- Sobre el hombro y
- En suspensión.

Pases con una sola mano:

- De béisbol (baseball)
- De gancho
- De pelota dirigida
- Por detrás
- Por debajo
- De pique
- De lado
- Mano a mano
- Tocada.

Descripción de algunos de ellos.

El pase de pecho con ambas manos es uno de los más utilizados, generalmente en distancias medias. Se realiza con impulso de los brazos, las muñecas y los dedos. Para su correcta ejecución, el cuerpo debe estar en buen equilibrio, manos extendidas y ligeramente hacia atrás, cubriendo los extremos del eje horizontal, manteniendo la pelota en posición más bien elevada. Los pulgares se colocan hacia la parte de atrás de la pelota y el resto de los dedos apuntan hacia arriba. Los brazos van flexionados hacia el pecho, los codos ligeramente despegados del cuerpo, descansando el peso del cuerpo en la pierna trasera.

El impulso del balón está dado por la presión de los dedos, el movimiento de resorte de la muñeca y la extensión de los brazos. Al dar impulso a la pelota las manos rotan y quedan con las palmas hacia adelante. La pelota se envía en línea recta hacia el receptor. Si el impulso del pase va acompañado de un paso hacia adelante, el cuerpo acompaña la acción y se logra mayor ritmo en la jugada.

Pase de pique o picado con ambas manos. Este pase es similar al pase de pecho descrito anteriormente, variando sólo el efecto y la dirección de la pelota al hacer contacto con la cancha.

El jugador parte de la posición de ataque fundamental. La ubicación de las manos es la misma que en el pase de pecho, variando la acción de las muñecas. El impulso va de arriba hacia abajo, dedos apuntando hacia el suelo, pulgares detrás de la pelota. El pase está dirigido a un punto de la cancha situado entre el pasador y la posición que ocupará el receptor al momento de recibir la pelota. Si existe la marca de un contrario, la pelota rebotará a una distancia menor de 30-45 cms de su posición y la altura del bote debe ser menor que la altura de las rodillas, a fin de disminuir las posibilidades de intercepción.

Es muy favorable en este pase picado la utilización de una buena finta con la mirada, de manera de hacer creer al defensa que se va a realizar un pase alto. Para buscar el pase, el jugador receptor se coloca en posición agachada, con las manos en forma de media copa, avanzando una pierna por el lado del defensa de forma tal de imposibilitar su acceso al pase.

Pase picado con efecto.

Para aumentar la distancia del pase se aplica a la pelota un "efecto" (rotación) hacia adelante; para que la pelota suba hacia las manos del receptor se utiliza el efecto hacia atrás. Para que la pelota varíe su dirección después del pique contra el suelo se le imprime un efecto lateral, girando las manos en sentido horario cuando se desea que salga hacia derecha, e inversamente hacia la izquierda.

Pase sobre la cabeza con ambas manos. Brazos en alto de manera que la pelota quede por encima de la cabeza del jugador, entre las manos ligeramente flexionadas. El cuerpo se extiende en la dirección del pase, impulsando la pelota hacia adelante con un movimiento enérgico de muñeca y dedos.

El pase sobre la cabeza es muy efectivo cuando lo emplean jugadores de estatura elevada o cuando un jugador es marcado por otro

más bajo. Generalmente se utiliza en distancias entre 3 y 6 metros, para pasar al pivote, dirigido hacia adelante y abajo con destino al pecho del receptor.

Pase mano a mano o entregado. Se entrega la pelota con ambas manos y a muy corta distancia, generalmente a un compañero que penetra diagonalmente hacia el cesto, en jugadas de combinación con un pivote, de forma que ayuda a desmarcarse al cortador. Se efectúa con muy poca rotación del cuerpo protegiendo la pelota hasta entregarla.

El pase por debajo con dos manos. Se aplica generalmente en la ofensiva, en casos de formaciones de juego cerradas o de bloqueo.

En posición flexionada, se sostiene la pelota con ambas manos a la altura de la cadera, protegiendo el balón de la acción del defensa. Si la jugada es por la derecha, el peso del cuerpo se desplaza hacia el pie derecho antes de ejecutar el pase. Los pulgares se apoyan sobre la parte superior de la pelota, los otros dedos apuntan hacia abajo. La pelota se dirige rectamente al receptor, impulsada por las muñecas y las dos primeras articulaciones de los dedos, con un movimiento de “resorte” o “latigazo”.

Completando el movimiento, el peso del cuerpo se traslada al pie izquierdo.

El pase a dos manos por encima del hombro. Se ejecuta cuando un defensa fuerza al jugador en control de la pelota a girar interponiendo su cuerpo entre la pelota y el defensa.

Pase de béisbol (baseball) con una mano. Este es un pase directo que conlleva un recorrido certero del balón.

Se utiliza generalmente:

- En sistemas ofensivos, especialmente en roturas rápidas

- En pases largos y cuando el pasador está suelto o poco marcado
- Para poner la pelota en juego por la línea lateral
- Para pasar la pelota a un compañero desmarcado a todo lo largo de la cancha.

Al inicio del pase el peso del cuerpo recae sobre el pie derecho; mano izquierda extendida haciendo contrapeso y talón izquierdo levantado sin tocar la cancha. El jugador lleva la pelota con ayuda de la mano izquierda a una posición cercana a la oreja derecha. En esta posición retira la mano izquierda y la derecha sostiene la pelota con los dedos bien extendidos. Luego lanza el balón extendiendo brazo y muñeca en la dirección del pase.

Al momento de realizarse el pase se adelanta el pie izquierdo y sobre él recae el peso del cuerpo al avanzar, el brazo derecho lanza la pelota dándole efecto con la punta de los dedos en el último momento del contacto. Al instante de trasladar el peso del cuerpo al pie izquierdo, el pie derecho se coloca a la misma altura del izquierdo.

En el pase de gacho con una mano. El jugador salta y se extiende tanto como le sea posible antes de pasar, girando su cuerpo en el aire de manera de encarar al defensa y al receptor del pase. La pelota se lleva a la altura de los hombros y desde allí se lanza con un movimiento de latigazo (brazo flexionado a la altura del codo).

El pase se dirige de arriba hacia abajo. Se lanza de lado por encima de la cabeza del pasador, con el brazo extendido, dedos bien separados agarrando bien la pelota, apoyando la pierna contraria a la mano del pase.

Para efectuar un buen pase de gancho se requieren unos movimientos bien coordinados y es utilizado generalmente:

- Al iniciar un contraataque desde el tablero defensivo

- Ante una situación de ruptura rápida, entre dos, atrayendo al defensa y distanciándolo de la cesta, al mismo tiempo que se pasa de gancho a un compañero que se dirige a encestar.
- Para pasar desde la línea de banda, desde las esquinas y desde

la línea del centro.

- Para pases al pívot por encima de las cabezas de los defensas.

El pase por bajo con una sola mano. Es una variación del pase por bajo a dos manos descrito anteriormente. Se considera como un pase preciso y eficiente a ser ejecutado en pleno movimiento.

El jugador lleva la pelota con ambas manos a la altura de la cadera, en posición ligeramente agachada. El peso del cuerpo recae en el pie que avanza y la pelota se dirige con una sola mano, imprimiéndole movimiento con los músculos de los dedos, muñeca y antebrazo. El brazo y el otro pie acompañan el movimiento.

1. Pases en círculo. Los jugadores X1, X2, X3, X4 y X5 realizan pases al jugador A que se encuentra en el centro (X1 efectúa el pase al jugador A, éste lo devuelve a X2 y así sucesivamente). Se ejecutan pases de pecho, de pique, por encima de la cabeza, de lado y de gancho, cambiando cuando lo indique el entrenador. También se rota la posición central.

2. El mismo ejercicio indicado anteriormente variando las formaciones por ejemplo, enfrentando dos columnas. Los jugadores realizan pases de pecho, colocándose el jugador al final de su columna después de cada pase. El entrenador indica el momento de cambiar los tipos de pases: de pique, por encima de la cabeza, de lado, de gancho, etc.

Variantes: se pueden combinar los pases, por ejemplo una columna efectúa un pase de pecho y la otra realiza un pase de pique, alternando todas las combinaciones posibles.

GRÁFICO Nº 40

PASES DE PECHO



FUENTE: pases de básquet ball

ELABORACIÓN: www.jgbasket.com/el-entrenamiento.htm

TÉCNICAS Y TÁCTICAS DEL BÁSQUET BALL

La técnica y táctica se puede definir como el sistema de juego, es decir, la coordinación del juego de los 5 miembros del equipo. Para una mayor descripción de la táctica se puede definir en dos grupos: individual y colectiva.

INDIVIDUAL: como su nombre indica, es el cometido que tiene un jugador concreto del equipo y, evidentemente, la suma de los individuales hace el colectivo.

En defensa: El rebote es la recuperación del balón tirado a canasta, será de ataque si el balón lo lanza un compañero de un mismo equipo y de defensa si lo lanza un adversario, es un elemento fundamental en el baloncesto debido a que permite mayor posesión del balón y, por lo

tanto, mayor posibilidad de encestar. Hay un dicho en el baloncesto que dice: “quien domina el rebote, domina el partido”.

El rebote en defensa depende de algunas circunstancias, altura y peso del pívot, sobre todo colocación para el rebote, La importancia del rebote depende de la habilidad en ataque del equipo contrario, puesto que, si el pívot contrario, según la regla de los 3 segundos en zona, no está en la zona, difícilmente puede coger el rebote.

Del jugador con balón.- como el balón es el elemento del juego, el que lo posee es el que tiene mayor peligro. Si el objetivo es recuperar el balón se tendrá que presionar al jugador que lo tiene. En básquet ball difícilmente se quita el balón directamente a quien lo tiene, lo que se consigue con la presión al jugador es forzar sus errores de pase y de lanzamiento.

En ataque: posición de triple amenaza.- consiste en la cantidad de posibilidades que puede tener un jugador cuando tiene el balón. a) puede continuar botando, b) puede pasar a un compañero y c) puede tirar a canasta.

Bloqueos directos e indirectos.- el bloqueo es el movimiento de ataque producido por el atacante para que, sin hacer falta, impida un movimiento libre al defensa y facilite un movimiento de ataque al compañero.

Fintas de recepción.- amague o intento de realizar una acción para que el defensor se encamine en la defensa de la misma con lo que permitirá hacer una acción distinta con mucha más facilidad.

COLECTIVAS

En defensa: defensa de asignación.- defensa individual, vulgarmente llamada defensa al hombre que como su nombre indica, consiste en que cada jugador coge a un atacante. El éxito de esta táctica se fundamenta en varias circunstancias:

- Hacerla todos coordinadamente, es decir, en el mismo tiempo y con la misma intensidad.
- Saber contrarrestar los bloqueos del equipo rival.

Defensa en zona.- consiste en defender todas las zonas del campo de juego. La importancia de este sistema es el grado de defensa, es decir, las zonas de mayor peligro se defenderán más intensamente que las zonas que no lo son. Este sistema permite defender con menos esfuerzo, controlar más las líneas de pase. Sus inconvenientes: no hacer presión en los lanzamientos del otro equipo. Las ventajas e inconvenientes son los contrarios que la defensa de asignación.

En ataque: contraataque.- atacar cuando la defensa del equipo contrario no está colocada estáticamente, esto está relacionado directamente con la posesión del balón (las pérdidas de balón conllevan al contraataque del rival) y con el rebote (el dominio del rebote defensivo permite contraatacar y el dominio del rebote ofensivo permite atacar).

Ataque posicional.- lo contrario en todos los conceptos del contraataque. Significa atacar con todos los miembros del equipo y defender con todos los miembros.

Lo importante en el baloncesto será atacar en contraataque y defender posicionalmente.

Acciones técnicas más importantes

Tipos de botes del balón:

Avance: alto, rápido y profundo.

Protección: corto y bajo.

Pases

El pase es el movimiento del balón de un jugador a otro. De la precisión, de la rapidez y de la oportunidad depende en gran medida.

Tiros a la canasta

Lanzamiento del balón con la finalidad de encestar. Esta acción es bastante personal, cada jugador la hace de un modo determinado, pese a todo, existen muchos elementos comunes. Hay una mano de lanzamiento y otra de soporte, se debe coordinar el movimiento con el cuerpo, etc.

GRÁFICO Nº 12

COMPETENCIAS DE BÁSQUET BALL



FUENTE: técnica y táctica del básquet ball

ELABORACIÓN: <https://www.google.com.ec>

UNIDAD N° 3

ENTRENAMIENTO DE BÁSQUET BALL

INTRODUCCIÓN

Se utilizan varios ejercicios con mucha frecuencia en los entrenamientos del Baloncesto, por su utilidad y amenidad. Son adecuados para categoría infantil, cadete, y junior. Dependiendo de la realidad y nivel del equipo se pueden utilizar algunos.

Los ejercicios no son recetas mágicas, lo importante de un ejercicio es el ritmo, los objetivos concretos que tienen en ese momento y que lo sepan los jugadores, las correcciones sobre la marcha y la paciencia.

OBJETIVO

Consolidar las destrezas y habilidades para mejorar su capacidad física mediante el entrenamiento deportivo.

EVALUACIÓN

Demostrar destrezas adquiridas durante el entrenamiento deportivo para participar en competencias de las cuales se logren buenos resultados.

EJEMPLO DE ENTRENAMIENTO

1. Juego de calentamiento tipo “tula”, todos con balón.
2. Breves estiramientos.

3. Competición por relevos en la que se puede trabajar un fundamento técnico sin explicar en exceso: “correr con balón, hacer una parada en un tiempo en medio campo, pivotar y hacer otra parada en la línea de fondo, pasando a mi compañero, que hará lo mismo”.
4. Juego de puntería: “de un bote fuerte, a ver quien mete canasta”, “desde lejos, por parejas, a ver quien mete el balón en el aro”
5. Juego con bote: “bulldog”.
6. Competición por relevos, haciendo un determinado gesto técnico de forma sencilla, teniendo que tirar a canasta, sin necesidad de meter, antes de volver a dar el relevo a mi compañero”.
7. Juego en el que haya que utilizar el pase: “competición por tríos o cuartetos a ver quién da más pases seguidos sin que se caiga el balón o a ver quién da antes x pases”
8. Tiro a la canasta.
9. Juegos variados y sin que el eliminado esté quieto, sino que trabaje algo en el otro aro para volver) o Partidillo. El partidillo: jugar poco tiempo (5 o 10 minutos máximo) y no todos los días (cada dos o tres entrenamientos).

GRÁFICO Nº 42

PRÁCTICA DEL BÁSQUET BALL



FUENTE: Entrenamiento de básquet ball

ELABORACIÓN: jgbasket.com/el-entrenamiento.htm

METODOLOGIA DEL ENTRENAMIENTO

1. Busque que sus ejercicios capten la atención y atraigan el interés del grupo. Así conseguirá una motivación de origen en los jugadores, que luego sólo deberá intentar mantener. Ejercicios variados, juegos, competiciones y uso de diversos elementos, son algunas de las cosas que harán que la atracción por entrenamiento aumente.
2. Consiga que los ejercicios sean dificultosos pero realizables, aumentará la motivación por el aprendizaje. Si algo es imposible de conseguir desaparecerá la motivación en el momento que el jugador lo descubra, pero también si es demasiado fácil de alcanzar, pues cuando sea alcanzado deberán aparecer enseguida nuevos retos.
3. Haga ejercicios en los que trabajando un objetivo concreto, trabaje “algo más”. Se Puede así hablar de ejercicios “multiobjetivos con un objetivo central”. Así, por ejemplo, pueden trabajar las paradas con

balón dejando al jugador lanzar a la canasta después de parar, siempre y cuando no se desvíe la atención en exceso del objetivo que se quiere trabajar ni se pierdan demasiadas repeticiones del mismo.

4. Intente que el jugador esté mucho tiempo en contacto con el balón, pues el aprendizaje de movimientos con balón suele requerir de más tiempo de práctica que el de movimientos con balón, que muchas veces requiere un componente de atención y concentración más que de repetición.
5. Intente que el jugador esté casi siempre en actividad física y mental. No se requiere de “espectadores”, sino gente implicada en un esfuerzo físico y mental que repercutirá en un aprendizaje y en que el entrenamiento sea de calidad y haya servido para crecer como jugadores. Hay que salir del entrenamiento siendo mejor jugador de lo que se era cuando se entró. Para ello resulta fundamental el tipo de ejercicio que se proponga, que debe en ocasiones por sí mismo de conseguir que el jugador se esfuerce físicamente y esté obligado a pensar, tomando decisiones.
6. Debe Crear situaciones de “tráfico” para hacer ejercicios más reales. Sin decir que los jugadores se estorben, puede crear situaciones en las que esto ocurra, obligando a decidir y reaccionar en respuesta a lo que está ocurriendo en la pista. Por ejemplo, se puede trabajar finalizaciones a canasta en las que los jugadores que vuelven de realizar su trabajo pasen por delante de los que lo está ejecutando, obligándoles a decidir, reaccionando al respecto.
7. Añada componentes de decisión cuando se haya alcanzado un cierto dominio técnico, consiguiendo así que el jugador no sólo se limite a ejecutar y a la vez que está repitiendo esté pensando en lo que hace. Por ejemplo, al trabajar el pasar y cortar con defensor, dejar que el jugador que tiene que pasar el balón evalúe la situación respecto al defensor y pueda tomar una alternativa distinta a la de pasar.

8. Crea riqueza en los ejercicios usando todas las herramientas disponibles: conos, aros, porterías, combas, pelotas de otros deportes, entre otros. Con esto se consigue reclamar la atención de los jugadores y trabajar respuestas motrices distintas, así como trabajar la percepción.
9. Busque como variar los ejercicios cuando trabaje cosas “aburridas”. Cuando un ejercicio es aburrido de por sí, se puede en ocasiones añadir componentes que lo conviertan en más motivador: competir, trabajar lo aburrido intercalado dentro de un juego o corregirse entre jugadores.
10. Busque ejercicios imaginativos y cámbielos constantemente, de forma que provoquen respuestas motrices nuevas. Esto implica ir evolucionando, añadiendo en ocasiones dificultad debido a la novedad y en otras de forma intrínseca.

No termine nunca un entrenamiento sin haber realizado un ejercicio nuevo o variado uno antiguo. Sorprende a sus jugadores.

EL DECÁLOGO DEL ENTRENADOR

Un entrenador debe ser:

1. **Un educador.** Los deportistas son moldeables e influenciables, sobre todo en edades tempranas. El grado de ascendencia de un entrenador para con sus jugadores suele ser elevado y esto debe ser aprovechado para transmitir valores, formar y enseñar hábitos conductuales que podrán perdurar una vez que el deportista abandone el baloncesto y que le serán útiles para afrontar otras facetas de la vida.

2. Un profesional. Aunque resulte paradójico que lo que define a un profesional es que realiza una actividad que le permite vivir de ella y un entrenador de baloncesto no puede precisamente permitirse el lujo de vivir del baloncesto. No obstante, se considera que el afrontar una actividad siendo consciente de las dificultades existentes y a pesar de eso no se detiene, debe luchar por hacer de la mejor forma posible esa tarea, poniendo todo su esfuerzo y energía en ella, convirtiéndose en alguien **comprometido** con su labor. No debe de estar dispuesto a implicarse (¡todos deben implicarse!) sino a comprometerse, que es algo mucho más complicado y que requiere atenerse a las elecciones que han hecho, actuando en consecuencia.

3. Alguien que sabe escuchar y que **practica el eclecticismo** debe ser una persona que esté en evolución continua, aprendiendo de los que le rodean, a los que sabe escuchar y respetar, enriqueciéndose con ellos. Es alguien que lee libros, asiste a clínicas y conferencias, todo ello con actitud de aprendizaje.

4. Un sicólogo. O más bien un aprendiz de ello. Es alguien que intenta ponerse en la piel del otro, que sabe practicar una escucha activa y una atención desnuda, que intenta tratar de forma distinta puesto que intenta averiguar las características personales de los jugadores, para darles respuestas individualizadas.

5. Alguien que **se exige es el primero en exigirse** así mismo antes de exigir a sus jugadores y no solo eso, sino que sabe aceptar y valorar positivamente el que le exijan.

6. Un gestor de conflictos. No es una persona que consigue evitar los conflictos, pues esto es una utopía, sino alguien que sabe gestionarlos cuando estos aparecen, que lucha con persistencia por resolverlos sin perder los nervios ni dejarse la ilusión en el intento.

7. **Un futurólogo.** Mira hacia delante, no ve solo el presente. Hace lo que cree que es bueno para siempre, no solo para ahora. Trata de inventar un futuro feliz, aunque para ello el presente deba ser en ocasiones negro. En base a esto, trata de dar a su gente lo que *necesita, no lo que desea.*

8. Alguien con **autoridad**, no con poder. Si lo consigue, los que le rodean harán de forma voluntaria lo que él desea, no por la fuerza, y se convertirá en un verdadero **líder**, dispuesto antes a servir que a mandar.

9. Alguien que **hace lo mejor que sabe hacer.**

GRÁFICO Nº 43

TÁCTICA DE ENTRENAMIENTO



FUENTE: Entrenamiento de básquet ball

ELABORACIÓN: www.jgbasket.com/el.entrenamiento.htm

PLANIFICACIÓN DE UN ENTRENAMIENTO DE BÁSQUET BALL

La función de esta planificación es la de guiar el aprendizaje a lo largo de los años que un jugador estará formándose en el Básquet ball. De tal manera que cada temporada se construya sobre lo realizado en la anterior y evitando así que cada año haya que empezar de cero o, incluso, que se realicen trabajos contradictorios.

Es una planificación flexible que podrá variar en función de diversos factores: el nivel del equipo (si va avanzado o retrasado), el nivel de la liga, los contenidos que utilicen los rivales, posibilidades de aspirar a play-off, Esto nos puede obligar a anticipar o a retrasar algunos contenidos, pero siempre manteniendo una misma línea de aprendizaje.

Se indican los contenidos que se introducen en cada etapa, se subrayan dichos contenidos para señalarlo más claramente. Se entiende que en cada etapa también se repasan-practican muchos de los contenidos de las etapas anteriores. Se indican algunos contenidos que posiblemente se tengan que introducir o seguir desarrollando en la siguiente etapa.

Tendencias en la enseñanza del básquet ball de iniciación. Metodologías de intervención

Antes de comenzar este trabajo de tendencias, aportaciones, ensayos y errores, también convicciones basadas en la lectura de autores contrastados, entrenadores, de la formación continua, del entrenamiento, de la experiencia, así como de un elemento crucial como es la posibilidad de coordinar un proyecto, verlo desarrollar y observar, analizar lo que nos parecen logros y aspectos mejorables, con esta Guía se espera que sirva para ayudar a los monitores encargados del entrenamiento.

Se pretende que sea un elemento de apoyo, y de ayuda puntual, tal vez busque compartir inquietudes por este apasionante reto de enseñar

baloncesto, sobre la iniciación a este bello deporte y cómo hacer más fácil el trabajo a todos los componentes. Esta Guía sigue en constante mejora y evaluación por parte de profesores, entrenadores y jugadores.

Esta Guía está especialmente dirigida a los maestros de Cultura Física y entrenadores, para que no existan fisuras metodológicas y todos tengan claros los objetivos de este trabajo, dicho programa debe entenderse como una herramienta abierta y flexible, modificable a través del diálogo, de la experiencia, de las nuevas aportaciones técnicas y Tácticas, pero siempre teniendo al deportista como protagonista y en su evolución un denominador común para enseñar baloncesto. A ellos está dirigido este compendio. Cualquier modificación o cambio, en aspectos fundamentales como son los objetivos y contenidos, también flexibles en su consecución metodológica, incluso en su individualización, personalización, deberán plantearse en las reuniones para su discusión y reflexión, ya que es de vital importancia, que todos tengan muy claros estos dos puntos, y no actúen independientemente, porque lo que se busca principalmente, es que al final de lo planificado, los jugadores, hayan alcanzado los mismos y mínimos objetivos.

PLANIFICACIÓN DE ENTRENAMIENTO

TITULO DE LA UNIDAD: Básquet Ball

OBJETIVOS GENERALES:

- Mejorar las cualidades motrices
- Conocer los principios generales que originan la práctica de los deportes.
- Crear hábitos deportivos y higiénicos
- Adquirir el conocimiento de las reglas del deporte.

PROCESO DE ENTRENAMIENTO

- Técnica
- Táctica
- Físico
- Psicológico

CONTENIDOS DEL ENTRENAMIENTO

Deberán desarrollar capacidades asociadas:

- Capacidades coordinadas
- Capacidades condicionales
- Capacidades cognitivas

CARGAS DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO-TÁCTICO

- Perfeccionamiento máximo de los gestos elementales y adquisición de otros de mayor capacidad.
- Mejora del rendimiento de los gestos técnicos iniciados en la etapa anterior o inicios del desarrollo de combinación gestuales complejas.
- Perfeccionamiento de la capacidad táctica individual en relación con los medios colectivos básicos y en situaciones de juegos manipulados.
- Ampliación del conocimiento teórico sobre la estructura y aspectos tácticos del deporte practicado.
- Perfeccionamiento de los medios básicos de la etapa anterior
- Establecer puestos específicos de rotación obligada
- Ampliación de los conocimientos sobre las reglas del juego

OBJETIVOS PREDOMINANTES

- Instrucción 55%
- Educación 30%
- Rendimiento 15%

MÉTODOS

- Aprendizaje específico
- Prácticas y entrenamientos
- Mejorar aprendiendo y perfeccionando

PROCEDIMIENTO

En los procedimientos se practican Ejercicios.

TÉCNICA

- Del 50% al 40% del trabajo anual
- Técnica genérica del 60% al 40%
- Técnica específica del 40% al 60%

ESTRATEGIAS

- Del 50% al 60% del trabajo anual
- Táctica genérica del 60% al 40%
- Táctica específica del 40% al 60%

CARACTERÍSTICAS FÍSICAS

- Desarrollo de la fuerza
- Desarrollo de la potencia
- Desarrollo de la velocidad
- Desarrollo del sistema cardiovascular

SUGERENCIAS

- Trabajos de potencia
- Trabajos de velocidad
- Trabajos de resistencia muscular
- Fijar la técnica y táctica del básquet ball

INTELECTUALES

- Desarrollar todas las estrategias genéricas y específicas del básquet ball.
- Fomentar la constancia en los objetivos
- Analizar el cuánto, cómo y por qué de cada decisión estratégica

AFECTIVAS

- Respetar la personalidad de cada uno
- Crear valores de responsabilidades
- Definir el papel de cada grupo

SUGERENCIAS GENERALES

- Físicamente seguir trabajando el volumen y empezar a especificar las cualidades propias del básquet ball.
- Técnicamente, desarrollar sistemas de grupos determinados.

UNIDAD N° 4

FORMACIÓN Y SALUD

INTRODUCCIÓN

Mejorar la salud es una de las principales justificaciones de la Cultura Física dentro de los programas generales de educación, el profesor debe hacer observaciones sobre higiene, respiración, vestimenta, el corazón entre otros, con el objetivo de mejorar la salud por medio del movimiento.

OBJETIVO

Reconocer y relacionar con el movimiento las partes y funciones del cuerpo humano.

EVALUACIÓN

Para evaluar en esta unidad es necesario realizar ejercicios con cada parte del cuerpo y que expliquen los estudiantes sus efectos.

FORMACIÓN Y SALUD

Los contenidos, temas y actividades relacionados con la formación del esquema corporal y el mantenimiento de una buena salud y bienestar, permitirá aportar en la consecución del objetivo principal del área, que el estudiante considere a la cultura física como parte esencial de su vida presente y futura. La salud es el completo estado de bienestar físico, mental espiritual y social y no solamente es la ausencia de enfermedad. Las condiciones de salud en las que se desenvuelven los estudiantes y el individuo en general aún requieren de mucha mejoría, necesita que se les

preste mayor atención por parte de autoridades, profesores y padres de familia, tener buena salud depende de cuánto se cuide y proteja el cuerpo.

Para poder realizarlo es necesario tener conocimientos básicos sobre prevención y cuidado, al desarrollar el conocimiento y la práctica de la cultura física. Es fundamental que el profesor oriente a sus estudiantes los conocimientos básicos de los contenidos propuestos en esta unidad para estimular con ellos una práctica constante de la actividad física por los beneficios que reporta a la juventud necesaria de orientación y conocimientos, fundamental para su desarrollo físico, para su armonía estética y para la higiene y por ende un futuro mejor en la vida.

Espero que lo que encuentren en esta guía sean elementos prácticos para que los maestros se preocupen por lograr un buen estado físico y por ende un estado de salud más completo de sus estudiantes, por cuanto el primer problema que se encuentra en la selección de movimientos para estructurar unidades de trabajo que sean prácticos y que se debe enseñar en las clases de cultura física.

GIMNASIA FORMATIVA

Es el arte de desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo por medio de ejercicios metódicos (destinados a crear modificaciones estructurales). La gimnasia formativa se fundamenta en la estética e higiene, la estética comunica al cuerpo flexibilidad, agilidad y gracia a los movimientos, resumida en su conjunto a una perfecta organización en las líneas que embellecen al mismo. La higiene vigoriza el organismo

eliminando las sustancias tóxicas y eleva el rendimiento de una energía funcional superior.

La gimnasia formativa se propone educar y corregir los movimientos, estos deben ser continuos, lentos y completos, no dejando energía sin utilizar ni otra que se malgaste en exceso, se evitan actitudes viciadas, se activa la nutrición de los tejidos, se hace más amplia la respiración y aparece una acción secundaria educativa que determinan el fenómeno de la habitud. La gimnasia formativa es imprescindible, porque desarrolla las funciones de carácter estructural a los estudiantes y activan su crecimiento.

METODOLOGÍA

En la ejecución de los ejercicios gimnásticos se observará siempre un método bien definido y durante esta práctica el cuerpo adoptará una posición correcta de acuerdo con las reglas que se señalan a continuación.

- La cabeza se mantendrá alta, en posición normal, ligeramente hacia atrás y sin hundirla en los hombros.
- Los hombros estarán caídos, flácidos e inclinados hacia atrás.
- Los brazos inclinados hacia atrás
- el tórax sobresalido en contraposición con los hombros y el vientre recogido, sin que altere en sentido contrario la curva lumbar.
- Las piernas estarán juntas y firmes, las rodillas y talones de los pies en contacto y estos estarán separados entre sí por un ángulo de 60 grados.

En esta posición, el cuerpo permanece firme, sin inclinación alguna y será necesario obtener con el mayor rigor posible esta posición de partida en cualquier ejercicio gimnástico. El ejercicio debe ser cuidadosamente atendido, en su constante práctica se adquirirá una mayor acción perfecta y armónica y sus resultados serán esenciales para lograr un desarrollo perfecto y estático en general. La falta de ejercicios gimnásticos en la vida del ser humano conduce indefectiblemente a la ausencia completa de la armonía de líneas por tanto de perfección orgánica. La práctica de toda gimnasia debe tener como base la idea de la perfección física, de la belleza de formar y de la lucidez mental, objetivos resultantes de un perfecto metabolismo orgánico. Así las actividades ordenada de los músculos torácicos facilita un mejor funcionamiento de los pulmones y una perfecta circulación sanguínea; el de los músculos del vientre, favorece los movimientos del intestino.

Ejercicios

Estando con el tronco inclinado, coloque las palmas en la nuca, mueva lentamente los codos, hacia arriba y hacia abajo, repita esto en tres series de diez. Inclinado hacia adelante, levante un brazo hacia arriba y apunte con el otro hacia abajo, empezando muy lentamente cambie la posición de los brazos torciendo el tronco lo menos posible, repita este ejercicio en tres series de diez. En posición inicial sentado, las piernas cruzadas, las palmas en la nuca, estire suavemente los codos hacia atrás, conserve la espalda recta, y realice abdominales.

Ejercicios calisténicos.-Son todos los ejercicios gimnásticos que tienen por objeto desarrollar la fuerza, agilidad y destrezas de los movimientos para dar una mayor soltura al cuerpo, es muy importante tomar en cuenta que antes de realizar cualquier actividad física es necesario un estiramiento y calentamiento muscular apropiado.

La fase de trabajo que precede a las pruebas o entrenamiento depende mucho de la organización, para enseñar la auto organización de ejercicios calisténicos al estudiante, es necesario convencerlo que deberá conseguir todos los pasos indicados para evitar cualquier tipo de lesión. Además se tomará muy en cuenta si se va a utilizar implementos para el calentamiento donde actuarán directamente profesor – estudiante.

METODOLOGÍA

Esta deberá ser lo más precisa y concisa para que los estudiantes entiendan y realicen de la mejor forma los ejercicios calisténicos, el profesor tendrá que realizar nítida y correctamente todos los ejercicios calisténicos para el mejor entrenamiento de sus estudiantes.

Desarrollo de la agilidad.- La agilidad es la habilidad que se tiene para mover el cuerpo en el espacio.

Ejercicios para el desarrollo de la agilidad, equilibrio, flexibilidad, fuerza (hombros, piernas, abdomen).

- Empiece con las piernas ligeramente separadas caga en la posición que salió
- Salte a la altura mínima que pueda
- Salte lo más alto que pueda
- Alterne lo mínimo y lo máximo (Trabaje en series)

Combinaciones.- Este es el nivel más emocionante y el que más permite el uso de las facultades creadoras y por ello es un reto constante para el maestro y para los estudiantes. Al ejecutante se le pide que realice una serie de movimientos de agilidad en los que se combinan los elementos de salida y de tocar y salir.

Desarrollo del equilibrio.- El equilibrio es la capacidad para asumir y sostener cualquier parte del cuerpo contra la ley de la gravedad

Ejercicios para desarrollar el equilibrio.

Orientación en el espacio:

- orientación en el espacio
- Posición de cabeza
- Posición mixta

Ejercicios previos:

- caminar
- camine más a prisa
- camine muy despacio deslícese hacia adelante
- deslícese hacia los lados deslícese hacia atrás
- brinque
- corra en todas las direcciones

Desarrollo de la flexibilidad.- La flexibilidad es la habilidad para aumentar la extensión de un movimiento en una articulación determinada, es una capacidad física de la que con frecuencia se olvidan los profesores

y entrenadores. Para esto es muy necesario saber cuáles son las articulaciones del hombro.

- La articulación esternoclavicular
- La articulación acromioclavicular
- La articulación escapulohumeral
-

Ejercicios para desarrollar la flexibilidad

- Posición inicial, brazos levantados a los lados a la altura de los hombros, estire ligeramente los brazos hacia atrás, repita este movimiento en tres series de diez.
- Repite este ejercicio, pero ahora con los brazos levantados a un ángulo de 45°, luego repítalo con los brazos arriba.
- Los brazos a varios niveles de los hombros
- Los hombros a distintos ángulos bajo el nivel de los hombros
- Un brazo en una posición y el otro en otra.
- Empiece los círculos con los brazos en cualquier ángulo y gradualmente aumente la circunferencia

Desarrollo de la fuerza.- La fuerza es la habilidad para hacer trabajos, se puede desarrollar cargando o sosteniendo objetos o el peso de uno mismo. Hay tres actitudes básicas del cuerpo en las que intervienen todos los movimientos y posiciones que desarrollan la fuerza.

Ejercicios para desarrollar la fuerza: para las articulaciones de hombros y brazos.

- Suspensión del cuerpo con la manos sobre una barra horizontal

- Subir y bajar suspendido
- en cuatro boca abajo
- caminar hacia adelante
- caminar hacia atrás
- Caminar hacia los lados
- Elevar el centro del cuerpo formando un puente alto
- Repita la posición de lagartija, camine con las manos y arrastre los pies.

Desarrollo de la región abdominal:

- Tiéndase de cúbito dorsal, las rodillas ligeramente dobladas, los brazos a lo largo del cuerpo, las palmas hacia abajo, empiece por la cabeza moviéndose hacia adelante como si fuera a enrollar el tronco, siéntese.
- La misma posición inicial, siéntese con el tronco recto, primero se levanta el pecho, la cabeza al último.
- Tiéndase boca arriba, las rodillas ligeramente encogidas, enrudece primero una pierna y luego la otra y flexionándola vuélvala al piso.
- Repita tres series de diez.

Desarrollo de piernas:

- Todos necesitamos tener piernas más fuertes desde el subir escaleras hasta escalar montañas, desde el pasear caminando por un parque hasta un vigoroso juego de tenis. Se puede propiciar a las piernas la oportunidad de cargar ya sea con el peso del cuerpo o con peso adicional.
- Caminar poco a poco hasta llegar a quince kilómetros.
- Caminar cuesta arriba varios kilómetros

- Caminar con peso.
- Saltar a distancia.

GRÁFICO Nº 44

EJERCICIOS CALISTÉNICOS



FUENTE: www.masculino.com.es/workut/ejercicios

ELABORACIÓN: www.masculino.com.es/workut/ejercicios

MOVIMIENTO Y SALUD

Fundamentos

Mejorar la salud es una de las principales justificaciones del área de cultura física dentro de los programas generales de educación, no solamente para niños, sino también para todos los seres humanos., según diferentes investigaciones no es posible lograr esta meta solamente con

las dos horas de clases semanales de máximo veinte minutos de movimiento real. Pero en estas, es posible enseñar y motivar al estudiante para una actividad física mucho más intensa y extensa en su tiempo libre, dar contenidos y actividades para desarrollar habilidades y capacidades es la tarea principal de la cultura física.

Esto ocurre en los programas y se debe enseñar, concientizar, internalizar el conocimiento en relación con la práctica sobre las posibilidades de mejorar la salud por medio del movimiento, juego y deporte; planificación, organización y ejecución de estas actividades es tarea de los contenidos de “movimiento y salud”. Aunque en otros contenidos el profesor puede hacer observaciones sobre higiene, respiración, vestimenta, el corazón entre otros, no siempre queda corto, poco sistemático, causal e incompleto.

La salud se la define como la habilidad del hombre, de superar cargas diarias sin perder el bienestar corporal, psíquico y social, salud es característica de bienestar y rendimiento corporal óptimo, significa que el hombre tiene la capacidad de enfrentarse, adaptarse a las cargas diarias y superar, sea subiendo una escalera o una montaña, traspasando un río o dominando una distancia grande. Para lograr esta situación es necesario controlar, regular y optimizar sus mismas funciones corporales y psíquicas sin ayuda de otras personas (médicas, profesores y más).

Además es necesario:

- Poder relajar las fuerzas corporales y psíquicas en forma adecuada y económica.
- Motivarse a sí mismo para hacer cosas, resolver tareas
- Controlar sentimientos y manejarlos

En relación de estas exigencias los estudiantes tienen que aprender.

- Que todo movimiento y deporte no mejore la salud, debe ser en relación con las leyes de funcionamiento del organismo humano.
- Que no solamente moverse y jugar es suficiente para mantener y mejorar la salud, debe ser parte de una vida sana.
- Que nuestro cuerpo de las informaciones sobre su situación se debe escuchar a estas señales, interpretadas correctamente y responde en forma adecuada.

En todos estos aspectos no hay criterios fijos y absolutos, dependen de la disposición individual de los estudiantes y del tipo de carga. Puede darse el caso que la frecuencia del pulso aumente muy rápido y fuerte en las carreras de media distancia o en el básquet y despacio en gimnasia, una carrera de orientación sola, casi no exige el comportamiento social del deportista, en un grupo de alpinistas cada miembro tiene una responsabilidad social muy alta.

El pulso de carga tiene un espacio de juego entre ochenta y doscientos bastes/min., la disposición psíquica se mueve entre bienestar y malestar, los cambios están flotantes y por eso es necesario experimentar con diferentes formas de movimiento, con diferentes cargas para sentir y conocer las diferentes reacciones del cuerpo. La fatiga del organismo humano inicia con la reducción de energías. El equilibrio funcional del organismo está molesto y no puede superar las exigencias de la situación deportiva o diaria. Este efecto de la fatiga protege el cuerpo de sobrecarga y tiene gran importancia. Por eso es necesario considerar una relación adecuada entre carga y recuperación. La falta de descanso adecuado es causa para sobrecargar al organismo, molestar sus funciones y evitar actividades necesarias. Salud no solo es algo físico, contiene algo intelectual (conciencia y conocimiento sobre salud) y algo

socio afectivo. Un estudiante triste y frustrado corre el riesgo de enfermarse más rápido que el estudiante que está mentalmente estable, optimista y alegre. Salud es un estado bio-psico-social y está en el cuerpo, en la mente y el corazón.

Para dar respuesta a éstas y otras preguntas se ha planteado los siguientes temas:

- El cuerpo humano
- Los sentidos
- Aseo personal
- Vestimenta
- Primeros auxilios básicos
- Respiración
- Peso y corazón
- Higiene personal y familiar
- Transpiración y temperatura
- Circulación y frecuencia cardíaca
- Test de aptitud física
- Problemas físicos más comunes

Los aspectos técnicos de los contenidos son tratados detalladamente en el programa y en este hecho orientado para el desarrollo docente.

Se refiere a:

- Como evitar daños en la ejecución de la actividad física
- Cómo lograr efectos positivos para el individuo con actividades físicas
- Cómo resolver problemas físicos ya existentes o que ocurren durante cualquier actividad.

METODOLOGÍA

El sentido de estos contenidos no es llenar la cabeza de los jóvenes con un momento de conocimientos sobre estos temas, tampoco es posible tratarlos en forma completa sino concientizar al estudiante sobre la relación entre movimiento y salud. Esto se hace realizando actividades físicas adecuadas, analizándolas después bajo la perspectiva de cada tema.

Con este tema se trata de concientizar sobre salud y no en forma teórica, sino práctica.

MOVIMIENTO Y NATURALEZA

FUNDAMENTOS

En el mundo natural existente, se encuentra un estado original de las cosas, árboles, plantas, ríos, lagunas, piedras, bosques, es un medio que llama la atención e invita a disfrutar de su encanto natural, e incita a crear movimientos.

En el caso de Ecuador el sector rural es muy rico, cuenta con abundante naturaleza y muchos recursos materiales aptos para desarrollar actividades físicas motivadoras que tienen una estrecha relación con la vida cotidiana. Además en el sector urbano y urbano marginal existen ambientes naturales para desarrollar estas actividades las mismas que se debe evitar su deterioro, sin que más bien darles vida con cuidado permanente.

El objetivo primordial en este bloque es incentivar en el estudiante la importancia que tiene el mundo natural donde puede revivir situaciones originales de primera mano en la naturaleza así como: ascender, trepar, recolectar, lanzar, caminar, correr, jugar, practicar camping, siempre dentro de un proceso de investigación junto a la creatividad positiva que hace en cada individuo, así pues como descubrir nuevos movimientos, construir puentes, balsas, con el material que brinda la naturaleza, que ayuden a sobrevivir y dominar las adversidades del lugar y el tiempo, creando en cada uno de ellos el valor de la responsabilidad, el autoestima, un buen espíritu de cuerpo y el respeto al medio natural que los rodea.

En lo competitivo se debe mantener la idea que es un terreno muy propicio para desarrollar estas actividades deportivas en la naturaleza con la participación de niños, jóvenes y adultos; cross, carreras de orientación, bicicross, triatlón, kajak en ríos y lagunas, cruzar los ríos, andinismo entre otros. Además que la naturaleza brinda su ambiente para mantener un cuerpo sano, purificando la respiración y aumentando el deseo de llegar a la meta.

No debe olvidar que el medio presenta nuevos obstáculos por lo que siempre se debe incentivar en cada persona a perder el miedo y superarlos con humildad. Es necesario que esta unidad debe ser aplicado considerando su realidad es decir del medio, pues si analizamos las escuelas y colegios rurales estarían en ventaja a las urbanas por el ambiente natural en que se desenvuelven, sin embargo muchos maestros no lo aprovechan, las instituciones urbanas tendrían un poco de dificultad pero solucionable para la iniciativa del maestro por la existencia de parques, avenidas, espacios verdes que pueden ser propicios para desarrollar un contenido. Es necesario comparar las características de la naturaleza con las de “civilización”, en base de esto, preparar las

actividades más idóneas para este ambiente con el objetivo de recompensar experiencias que la civilización limita.

CARACTERÍSTICAS:

- Objetos fabricados iguales (pelotas, jabalinas, palos, sogas, papel, entre otros)
- Superficies lisas, planas, arregladas, duras y limpias.
- Objetos y ambientes monofuncionales
- Texturas específicas y funcionales
- Limitación
- Clima

Ambientes naturales:

- Objetos naturales
- Superficies irregulares Objetos y ambientes multifuncionales
- Texturas variables y multifuncionales
- Limitación
- Baja influencia climática: sol, lluvia, frío, calor.

Por la amplitud que tiene el ambiente natural se considera como un ideal mediador para variar experiencias físicas, ejemplo: correr en varias superficies, saltar distintos obstáculos, cruzar distancias (ríos, árboles, grietas) lanzar en distancias y con puntería distintos objetos (livianos, pesados, pequeños y grandes) rodar pendientes, aprovechar el medio, agua, árboles, pradera, arena entre otros para realizar juegos deportivos y recreativos.

ASPECTOS TÉCNICOS

Sin duda existen fundamentos técnicos unos más precisos que otros, depende muchos de cada contenido y de la dedicación de los maestros para el desarrollo de estas actividades.

POSIBILIDADES DEPORTIVAS Y RECREATIVAS

La idea básica de las posibilidades deportivas se puede describir de la siguiente manera: Puede ser sobre un terreno en lo posible desconocido, marcado por un camino auto-elegido, buscando llegar a la meta en el menor tiempo posible. Por lo general estos puestos marcados están anotados sobre un mapa topográfico y se tiene que encontrar utilizando una brújula con fines de control. Con esta descripción se entiende que la orientación se compone esencialmente de:

- Carrera y
- Orientación

Así mismo una carrera de orientación se puede hacer sin brújula, es decir, llevarla a cabo con otros medios de orientación en la naturaleza.

Elementos y características de la orientación

La orientación es un elemento básico de supervivencia, quien no se orienta bien necesitará usar desvíos y así caminos más largos, quien se pueda orientar bien encontrará los puntos marcados por el camino directo

y sin tener que buscar mucho. Para esto es indispensable entrenar sobre el terreno, pero también aprende el manejo del mapa y la brújula.

Formas y variaciones de orientación

A continuación se deben anotar algunas formas y variaciones de la orientación aumentando el grado de dificultad.

- Orientación dentro del aula, el edificio y todo el terreno de la institución
- Orientación sobre pistas
- Orientación según líneas
- Orientación con banderitas
- Carreras de orientación en forma de estrella.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFIA DE LA PROPUESTA

LIBROS

CUADROS, Magdalena, (2000), estrategias Psicomotrices para el Desarrollo Integral. Editorial San Marcos. Lima Perú.

CULTURAL S.A. (2002) Pedagogía y Psicología Infantil Cultural S.A., Madrid - España.

EDMISTON, Ralph (2002) baloncesto Madrid – España. Editorial Augusto Pila Teleña.

GÁNDARA, Cristina (2006) Manual de Educación Física Deportes y Recreación Cultural S.A. Madrid – España.

GUIMARAES, Tohnino, (1999) El Entrenamiento Deportivo Cooperativa Editorial Magisterio. Santa Fe de Bogotá.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA (1997) Guía Didáctica Nivel Pre-Primario. Ministerio de Educación y Cultura.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA (2000) Educación Física Nivel Primario. Ministerio de Educación y Cultura.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA (2003) Programa de Estudio

Y Guía Didáctica. Ministerio de Educación y Cultura.

UNIVERSIDAD CENTRAL Y UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL, (2007)

Planificación Estratégica. Editorial Universidades Guayaquil
Ecuador.

VARIOS (2003) Editorial Cultural S.A. Madrid – España.

WEB

BANTULA Y MORA, (2005), Juegos Tradicionales, Barcelona – España
Recuperado en mayo 2,2012 de la World Wide Web:
[https:// los juegos tradicionales.google.com.ec](https://losjuegostradicionales.google.com.ec).

BELTRAN, Daniel (2010)[buenastareas.com/técnicas tácticas del básquet](http://buenastareas.com/técnicas_tácticas_del_básquet)
México – D.F.recuperado en mayo 8,2012 de la World Wide
Web. [Html.técnicas del básquet ball.com.ec](http://html.técnicas_del_básquet_ball.com.ec).

DEL VALLE; VELASQUEZ Y DÍAZ (2008), Enseñar a pensar en
Educación Física. Barcelona – España.recuperado en mayo
12,2012 de la World wide Web [https:// la cultura
fisica.com.ec](https://la cultura fisica.com.ec).

GUES, Jr, (2011) [entrenamiento del baloncesto-Argentina](http://entrenamiento-del-baloncesto-argentina.com) (s.f.)
Recuperado en junio 2,2012 de la World Wide Web
www.youtube.com/watch?v=yCWN2BOYTS8-

KERSTIN, Linde (2007) [Reflejos primitivos](http://reflejos-primitivos.com), Madrid – España.recuperado
en junio 10,2012 de la World Wide Web.
[https://www.reflejos primitivos.com.ec](https://www.reflejos-primitivos.com.ec).

TORRES, Edgar (2010) [Estrategias para estimular el desarrollo creativo](http://estrategias-para-estimular-el-desarrollo-creativo.com);
Editorial San Marcos. Lima Perú.recuperado en julio 6,2012
de la World Wide Web: <https://books.com.ec/books?id>.

URIARTE, Rosina, [Terapia del Movimiento y Ritmo](http://terapia-del-movimiento-y-ritmo.com). Madrid – España,
CBET – BRISBANE.recuperado en julio 8,2012 de la World
Wide Web. <http://www.cbet-brisbane.com/>

WENTEIN, Javier; (2012) [ejercicios de Baloncesto](http://ejercicios-de-baloncesto.com); Madrid – España
Recuperado en julio 12,2012 de la World Wide Web.
[www.jgbasket.com/ejercicios - baloncesto.htm](http://www.jgbasket.com/ejercicios-baloncesto.htm).

REFERENCIAS GENERALES

CARRERAS DE ATLETISMO <https://www.900gle.com.ec/serarch?9=Ç>

Recuperado en junio 20,2012.

CARRERAS DE RESISTENCIA. www.Spainfitnes.codeportes/artículo

Recuperado en junio 22,2012

EJECUCIÓN DE SALTO LARGO. <https://www.Google.com/imgres?hl>

Recuperado en julio 5,2012

PATIOS DE COLEGIOS. <https://www.google.com/ingues?>

Recuperado en julio 8,2012

ANEXOS

ANEXO N ° 1

GRÁFICAS DE APROXIMACIÓN

UBICACIÓN GEOGRÁFICA DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL



Guayaquil se encuentra en América del Sur, es la región costera con mayor densidad poblacional del Ecuador, sus límites son:

Al norte con los cantones de Lomas de Sargentillo, Nobol, Daule y Samborondon, al sur con el Golfo de Guayaquil y la Provincia de El Oro, al oeste con la Provincia de Santa Elena y el cantón General Villamil y al oeste con los cantones Durán, Naranjal y Balao.

FUENTE: www.uce.edu.ec

ELABORACIÓN: www.uce.edu.ec

ANEXO Nº 2

GRÁFICOS DE APROXIMACIÓN

UBICACIÓN GEOGRÁFICA DE LA CASONA UNIVERSITARIA



UBICACIÓN: CHILE 900 Y CHIMBORAZO

Luego de la reapertura, realizada en 1999, en sus salones se efectuaron más de dos mil reuniones culturales, cívicas, académicas y sociales. Ya no tiene la febril actividad de antaño, pero ahora es uno de los centros culturales más dinámicos del Ecuador. Es la vieja Casona Universitaria Pedro Carbo de la Universidad de Guayaquil. Inaugurada en 1898, destruida por un incendio en 1902 y reconstruida en 1905 con diseños del arquitecto Rocco Queirolo, la Casona es uno de los referentes culturales que tiene Guayaquil.

FUENTE: www.uce.edu.ec

ELABORACIÓN: www.uce.edu.ec

ANEXO N ° 3

UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL SECTOR



UBICACIÓN: CHILE 900 Y CHIMBORAZO

La Casona Universitaria ocupa la manzana comprendida entre las calles Chile (este), Chimborazo (oeste), Chiriboga (norte) y Luzarraga (sur), se encuentra en el centro de la ciudad de Guayaquil, en el centro comercial de La Bahía.

FUENTE: www.uce.edu.ec

ELABORACIÓN: www.uce.edu.ec

ANEXO Nº 4

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN



UBICACIÓN: CIUDADELA UNIVERSITARIA

La Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación de la Universidad de Guayaquil, fue creada en mayo de 1936 como Escuela de Cultura Física, después en la década de los 60 se transformó en Instituto de Educación Física, posteriormente en el 1970 en Instituto Superior de Educación Física cumpliendo con todos los requisitos al igual que todas las demás facultades en la formación de los profesionales y sus integrantes profesores, trabajadores, empleados y estudiantes lucharon para conseguir su transformación a Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación, denominación que ostentamos actualmente desde el año 2000.

FUENTE: www.ug.ed.ec/universidad/institucion.aspx

ELABORACIÓN: www.ug.ed.ec/universidad/institucion.aspx

ANEXO Nº 5

MAPA DE LA CIUDADELA UNIVERSITARIA



UBICACIÓN: CIUDADELA UNIVERSITARIA

La Universidad de Guayaquil fundada en 1867, se encuentra ubicada en la zona norte de la ciudad de Guayaquil en la ciudadela universitaria, cercana al puente cinco de junio, junto al parque Guayaquil, en la intersección de la avenida Kennedy y la Avenida Delta.

Actualmente la Universidad está llevando a cabo reformas académicos y administrativas, e impulsando el estudio de nuevas carreras. Como se observa la Universidad es obra del pueblo que corresponde a sus intereses, dándole enseñanza e información.

FUENTE: www.ug.ec/universidad/institucion.aspx

ELABORACIÓN: www.ug.ec/universidad/institucion.aspx

ANEXO Nº 6

CUESTIONARIO DE ENCUESTAS APLICADA A DOCENTES Y ESTUDIANTES



UNIDAD DE POSTGRADO, INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO MAESTRÍA EN DOCENCIA Y GERENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR

OBJETIVO: Establecer mejoras de estrategias de aprendizaje en los docentes de cultura física para un buen desarrollo curricular.

INSTRUCTIVO: Para llenar este instrumento sírvase escribir en el cuadrado de la derecha el número que corresponde a la alternativa que usted considere correcta. No olvide que de sus respuestas depende el éxito de este estudio.

I INFORMACIÓN GENERAL

CONDICIÓN DEL INFORMANTE.

1 Docente

2 Estudiante

EDAD

1 De 21 a 25 años

2 De 26 a 30 años

3 De 31 a 35

4 De 36 a más años

GÉNERO

1 Masculino

2 Femenino

Con qué frecuencia ha recibido capacitación en estrategias de aprendizaje?

1 Siempre

2 Regularmente

3 Alguna vez

4 Nunca

II

INFORMACIÓN ESPECÍFICA

INSTRUCTIVO: Favor poner una X en el casillero de su elección

N°	DETALLE	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	OCASIONALMENE	NUNCA
1	¿El docente participa en talleres de técnicas de aprendizaje?				
2	¿Cree usted que existe interés en los docentes por la utilización de nuevas técnicas para mejorar el desarrollo curricular?				
3	¿Con que frecuencia considera usted que se practica básquet ball en nuestra ciudad?				
4	¿Piensa usted que los implementos deportivos son herramientas necesarias para el docente del área de cultura física?				
5	¿Está de acuerdo con la importancia de plantear estrategias que permitan al desarrollo de las disciplinas deportivas?				
6	¿Piensa que la implementación de las herramientas es adecuada para la enseñanza?				
7	¿Considera que el basquetbol ayuda a mejorar las destrezas motrices?				
8	¿Cree usted que los docentes deben ser capacitados?				
9	¿Cree usted que se debe hacer uso de videos de básquet ball para estimular este deporte?				
10	¿Los docentes corrigen con claridad las reglas del básquet?				
11	¿Considera usted que cuenta con suficiente material deportivo para la práctica de la especialización básquet ball?				
12	¿Cree usted que existe apoyo de parte de la institución para mejorar la calidad competitiva del básquet ball?				
13	¿Cree usted que la capacitación continua mejora el rendimiento académico de los docentes?				
14	¿Considera que los docentes cumplen con los objetivos propuestos en el plan de clases?				
15	¿Los docentes aplican técnicas de fácil comprensión?				
16	¿Al inicio de cada clase los docentes explican con claridad las estrategias de aprendizaje?				
17	¿Considera que es importante buscar mejores estrategias de aprendizaje para la enseñanza deportiva del básquet ball?				
18	¿Cree usted que el mini básquet ball es un juego mundial que lo practican niñas y niños?				
19	¿Considera que el docente genera un clima de confianza para el aprendizaje?				
20	¿Cree usted que es necesario evaluar continuamente el amplio conocimiento deportivo?				

III INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

INSTRUCTIVO: Conteste las siguientes preguntas

1.- ¿Cómo cree usted que se logra una optima coordinación psicomotora?

1. _____

2. _____

2.- ¿Qué estrategia de aprendizaje emplearía usted en la disciplina deportiva del básquet ball?

1. _____

2.- _____

Marque con una x las opciones que usted considere correctas

4.- ¿Considera necesaria una guía especializada en la disciplina de básquet ball?

Totalmente De acuerdo	De acuerdo	Parcialmente de acuerdo	En Desacuerdo
--------------------------	------------	----------------------------	------------------

5.- Los docentes imparten los conocimientos teóricos y prácticos necesarios para el aprendizaje de este deporte

Totalmente De acuerdo	De acuerdo	Parcialmente de acuerdo	En Desacuerdo
--------------------------	------------	----------------------------	------------------

6.- De las estrategias de aprendizaje que se presentan a continuación seleccione dos que mas emplea el docente.

1 .Experiencias Prácticas

2 .Demostración

3 .Procesos Teóricos y Prácticos

4 .Videos

5 .Trabajos de grupo

6 .Investigación Bibliográficas

7. Referencias estratégicas de elite

8. Estudios de clases

9. Otros ----- Especifique

ANEXOS DE LA PROPUESTA

ANEXO Nº 7

BALÓN DE BÁSQUET BALL



BALÓN DE BÁSQUET BALL

El balón es, sin duda alguna, un elemento fundamental en cualquier deporte relacionado con una esfera. Los hay de distintos tamaños y colores, incluso materialidades básicas y otras desarrolladas con última tecnología y diseño. Recordemos que dentro del básquetbol podemos encontrar tres distintas categorías y en donde también aparecen tres clasificaciones básicas de balón entregadas por la FIBA.

FUENTE: web.wwww.jgbasquet.

ELABORACIÓN: web.wwww.jgbasquet.

ANEXO Nº 8

COLISEO DE LA FACULTAD DE CULTURA FÍSICA



Coliseo de la facultad de educación física deportes y recreación, donde se practican las clases de básquet ball, lleva el nombre de un prestigioso profesor de la cátedra de básquet ball Alfonso Quiñonez Bonito.

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANEXO N° 9

LEVANTAMIENTO INFORMATIVO



Compartiendo información sobre fundamentos del básquet ball con el profesor Hugo Angulo maestro de la Facultad de Educación Física Deportes y Recreación.

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANEXO Nº 10

DEPARTIENDO METODOLOGÍA DEL BÁSQUET BALL



Con un grupo de basquetbolistas departiendo metodología aplicada a este deporte, en la Facultad de Cultura Física.

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANEXO Nº 11

DIRIMIENDO EL PESO DEL BALÓN



Corrigiendo la forma correcta de tomar un balón de Básquet Ball en las canchas de la Facultad de Cultura Física.

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

ANEXO Nº 12

BUSCANDO INFORMACIÓN EN LA FACULTAD DE CULTURA FÍSICA



En la entrada a las oficinas de la Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación de la Universidad de Guayaquil.

FUENTE: María del Pilar Guzmán Rugel

ELABORACIÓN: María del Pilar Guzmán Rugel

BIBLIOGRAFIA

- CUADROS**, Magdalena, (2000), estrategias Psicomotrices para el Desarrollo Integral. Editorial San Marcos. Lima Perú
- CULTURAL S.A.** (2002) Pedagogía y Psicología Infantil Cultural S.A., Madrid - España.
- EDMISTON**, Ralph (2002) baloncesto Madrid – España. Editorial Augusto Pila Teleña.
- GÁNDARA**, Cristina (2006) Manual de Educación Física Deportes y Recreación Cultural S.A. Madrid – España.
- GUIMARAES**, Tohnino, (1999) El Entrenamiento Deportivo Cooperativa Editorial Magisterio. Santa Fe de Bogota.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA** (1997) Guía Didáctica Nivel Pre-Primario. Ministerio de Educación y Cultura.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA** (2003) Programa de Estudio Y Guía Didáctica. Ministerio de Educación y Cultura.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA** (2000) Educación Física Nivel Primario. Ministerio de Educación y Cultura.
- UNIVERSIDAD CENTRAL Y UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL**, (2007) Planificación Estratégica. Editorial Universidades Guayaquil Ecuador.
- VARIOS** (2003) Editorial Cultural S.A. Madrid – España.

WEB

- BANTULA Y MORA**, (2005), Juegos Tradicionales, Barcelona – España Recuperado en junio 5,2012 de la World Wide Web: [https:// los juegos tradicionales.com.ec](https://losjuegostradicionales.com.ec).
- BITAR**, Luis, (2010) rincón del vago.com/técnicas tácticas del baloncesto.

México -D.F.Recuperado en junio 8, 2012 de la World Wide Web:Html.com.ec.

DEL VALLE; VELASQUEZ Y DÍAZ (2008), Enseñar a pensar en Educación Física. Barcelona – España. Recuperado en junio 12, 2012 de la World Wide Web:
[https:// la cultura física.google.com.ec](https://la.cultura.fisica.google.com.ec).

GUES, Jr, (2011), entrenamiento del baloncesto-Argentina (s.f.)
Recuperado en junio 20,2012 de la World Wide Web:
www.youtube.com/watch?v=yCWN2BOYTS8-

KERSTIN, Linde (2007) Reflejos primitivos, Madrid – España. Recuperado en junio 24,2012 de la World Wide Web:
<https://www.google.com.ec>.

TORRES, Edgar (2010) Estrategias para estimular el desarrollo creativo; Editorial San Marcos. Lima Perú. Recuperado en julio 6, 2012 de la World Wide Web:
<https://books.google.com.ec/books?id=OG0oICrfeacC&>.

URIARTE, Rosina, Terapia del Movimiento y Ritmo. Madrid – España, Recuperado en julio 10,2012 de la World Wide Web:CBET – BRISBANE. <http://www.cbet-brisbane.com/>

WENTEIN, Javier; (2012) ejercicios de Baloncesto; Madrid – España
Recuperado en julio 15, 2012 de la World Wide Web:
[www.jgbasket.com/ejercicios - baloncesto.htm](http://www.jgbasket.com/ejercicios-baloncesto.htm).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

LIBROS

- ANDINO P.** (2004) Programa de Estudios y Guía Didáctica. Editorial Ministerio de Educación y Cultura 14 pp. Quito Ecuador. Cita: 28.
- BACÓN,** Francis (1986) Guía Didáctica Nivel Pre-primar Editorial Ministerio de Educación y Cultura, 86 pp. Quito Ecuador Cita: 117
- CALERO,**(1994)Baloncesto. Editorial Augusto Pila Teleña. 32 pp. Madrid España. Cita: 72.
- DE COUBERTIN,** Pierre (1986) Pedagogía y Psicología Infantil Editorial Cultural S.A. 11 pp. Madrid España. Cita: 15.
- DURKHEIN,** (1992) Pedagogía y Psicología Infantil. Editorial Cultural S.A. Madrid España. 80 pp. Citas: 18 – 39.
- ELLIOT J.** (1998) Programa de Estudios. Guía Didáctica. Santa Fe. Bogotá Colombia. Editorial Magisterio de Educación y Cultura. 5 pp. Cita: 79.
- FEUERSTEIN.** (1907) Planificación de Estrategias. Editorial Universidades Guayaquil. Guayaquil Ecuador 140 pp. Cita: 31.
- GRANT,** (2006) Manual de Educación Física Deportes y Recreación. Madrid España. Editorial Cultural S.A. 83 pp. Cita: 26.
- HOLDERLIN,** (1984) Pedagogía y Didáctica. Lima Perú. Editorial San Marcos. 95 pp. Cita: 42.
- KOFMAN,** (1898) Planificación Estratégica. Guayaquil Ecuador. Editorial Universidades Guayaquil. 25 pp Cita: 96.
- MANTOVANI,** (1996). El Entrenamiento Deportivo. Guayaquil Ecuador. Editorial Universidad de Guayaquil. 97 pp. Cita 54.
- M. MOSSTON,** (2003). Varios. Programa de Estudios. Madrid España. Editorial Cultural S.A. 86 pp. Cita: 23.
- NISBET Y SHUCKSMITH,** (1986) Eduque con Juegos. Lima Perú. Editorial Ediciones y representaciones B. Honorio J. 199 pp. Cita: 77.
- PESTALOZZI J.** (2000) Estrategias psicomotrices para el desarrollo

Integral. Lima Perú. Editorial San Marcos 30 pp. Cita: 17.

RODRÍGUEZ (1996) Ministerio de Educación y Cultura. Guía Didáctica Guayaquil Ecuador. Editorial Ministerio de Educación y Cultura 38 pp. Cita: 20.

SHUELL (2002) Pedagogía y Psicología Educativa. Madrid España. Editorial Cultural S.A. 68 PP. Cita: 15.