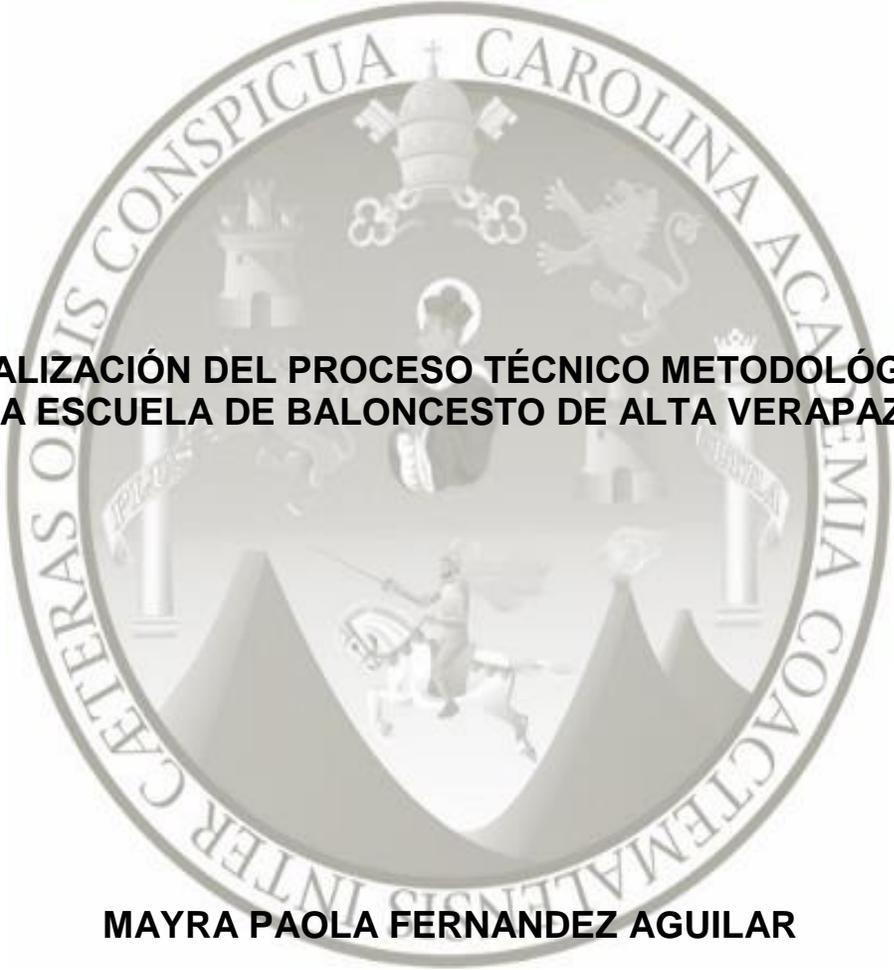


UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA  
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-



**“ACTUALIZACIÓN DEL PROCESO TÉCNICO METODOLÓGICO DE  
LA ESCUELA DE BALONCESTO DE ALTA VERAPAZ”**

**MAYRA PAOLA FERNANDEZ AGUILAR**

GUATEMALA, NOVIEMBRE DE 2016

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA  
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE  
-ECTAFIDE-

**“ACTUALIZACIÓN DEL PROCESO TÉCNICO METODOLÓGICO DE  
LA ESCUELA DE BALONCESTO DE ALTA VERAPAZ”**

INFORME FINAL DE LA INVESTIGACIÓN AL HONORABLE CONSEJO  
DIRECTIVO DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR

**MAYRA PAOLA FERNANDEZ AGUILAR**

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE

**LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN.**

EN EL GRADO ACADÉMICO DE  
**LICENCIADA**

GUATEMALA, NOVIEMBRE DE 2016

## MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO



Licenciado Abraham Cortez Mejía  
**Director**

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
**Secretario**

Licenciada Dora Judith López Avendaño  
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez  
**Representantes de los Profesores**

Pablo Josué Mora Tello  
Mario Estuardo Sitaví Semeyá  
**Representantes Estudiantiles**

M.A. Juan Fernando Porres Arellano  
**Representante de Egresados**



c.c. Control Académico  
ECTAFIDE  
Reg. 1230-2016  
CODIPs. 2617-2016

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

02 de noviembre de 2016

Estudiante  
Mayra Paola Fernández Aguilar  
ECTAFIDE  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO QUINTO (25°.) del Acta SESENTA Y CUATRO GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (64-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 28 de octubre de 2016, que copiado literalmente dice:

**VIGÉSIMO QUINTO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el informe Final de Investigación, titulado: "**ACTUALIZACIÓN DEL PROCESO TÉCNICO METODOLÓGICO DE LA ESCUELA DE BALONCESTO DE ALTA VERAPAZ**", de la carrera de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, realizado por:

**Mayra Paola Fernández Aguilar**

**CARNÉ No. 199812689**

El presente trabajo fue asesorado por la Licenciada Alma Karina Barrientos Hernández y revisado por el Licenciado Pablo Antonio Pinto Álvarez Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los Trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

  
M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO



/gaby

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA  
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-  
Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,  
Ciudad Universitaria, Zona 12  
Telefax 24439730, 24188000 ext. 1423, 1465  
E-mail: ectafide\_m3@usac.edu.gt

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"



Of. ECTAFIDE No. 258-2016

INFORME FINAL DE TESIS

Reg. 878-2016  
CODIPs. 1837-2016

Guatemala, 24 de octubre de 2016

Señores  
Consejo Directivo  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Centro Universitario Metropolitano -CUM-

Respetables Señores:

Reciban un cordial saludo de la Coordinación General de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte (ECTAFIDE).

Por este medio me dirijo a ustedes, para informarles que he procedido a la revisión del Informe Final de Tesis, previo a optar al grado de la carrera de Licenciatura en educación Física, Deporte y Recreación, de la estudiante:

Nombre: MAYRA PAOLA FERNÁNDEZ AGUILAR

Carné No. 199812689

Titulado: **ACTUALIZACIÓN DEL PROCESO TÉCNICO METODOLÓGICO DE LA ESCUELA DE BALONCESTO DE ALTA VERAPAZ.**

Asesor: Licda. Alma Karina Barrientos Hernández.

Revisor de Tesis: Lic. Pablo Antonio Pinto Alvarez.

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por ECTAFIDE, emito **dictamen favorable**, para que continúen con los trámites administrativos respectivos.

Atentamente,

"Id y Enseñad a Todos"

Lic. Carlos Humberto Aguilar Mazariegos  
Coordinador General  
ECTAFIDE



C.c. Control Académico/Psicología  
Archivo  
/rosario

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA  
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-  
Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,  
Ciudad Universitaria, Zona 12  
Teléfono 24439730, 24188000 ext. 1423, 1465  
E-mail: ectafide\_m3@usac.edu.gt

"D Y ENSEÑAR A TODOS"

REF.-ICAF- No.36-16  
**De Informe Final de Tesis**  
Guatemala, 04 de octubre de 2016

Licenciado  
Juan Carlos Ruíz Castellanos  
Encargado de Extensión  
Escuela de Ciencia y Tecnología de la |  
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-  
Su despacho

Licenciado Ruíz:

*De la manera más cordial me dirijo a usted, para comunicarle que he procedido a la Asesoría del Informe Final de Investigación, del estudiante: Mayra Paola Fernández Aguilar, Carné 199812689, titulado: "ACTUALIZACIÓN DEL PROCESO TÉCNICO METODOLÓGICO DE LA ESCUELA DE BALONCESTO DE ALTA VERAPAZ", y por considerar que cumple con los requisitos establecidos en el Reglamento de ECTAFIDE, emito dictamen favorable para que continúe con los trámites administrativos correspondientes.*

*Agradeciendo su atención, me suscribo.*

Licenciada Alma Karina Barrientos Hernández  
ASESOR



c.c. archivo  
/rut

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA  
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-  
Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,  
Ciudad Universitaria, Zona 12  
Telefax 24439730, 24186000 ext. 1423, 1465  
E-mail: ectafide\_m3@usac.edu.gt

"D Y ENSEÑAR A TODOS"

REF. -ICAF- No. 41-16  
**Informe Final de Tesis**  
Guatemala, 14 de octubre de 2016

Licenciado  
Juan Carlos Ruíz Castellanos  
Encargado de Extensión  
Escuela de Ciencia y Tecnología de la  
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-

Licenciado Ruíz:

Cordialmente me dirijo a usted, para informarle que he procedido a la revisión del Informe Final de Tesis, previo a optar al grado de Licenciado en Educación Física, Deporte y Recreación, de:

Estudiante	Mayra Paola Fernández Aguilar
Carné	199812689
Tema	"ACTUALIZACIÓN DEL PROCESO TÉCNICO METODOLÓGICO DE LA ESCUELA DE BALONCESTO DE ALTA VERAPAZ"

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por la ECTAFIDE emito **Dictamen Favorable**, para que continúe con los trámites administrativos respectivos.

Atentamente,

Licenciado Pablo Antonio Pinto Álvarez  
Revisor Final de Tesis  
-ECTAFIDE-



c.c. archivo  
/rut



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



C.c. Control Académico  
ECTAFIDE

Reg. 878-2016

CODIPs. 1837-2016

De Aprobación de Proyecto de Investigación

22 de agosto del 2016

Estudiante  
Mayra Paola Fernández Aguilar  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
ECTAFIDE  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el punto DÉCIMO TERCERO (13) del Acta CUARENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (47-2016) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 18 de agosto de 2016, que literalmente dice:

**DÉCIMO TERCERO**: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Aprobación de Proyecto de Investigación, titulado: **“ACTUALIZACIÓN DEL PROCESO TÉCNICO METODOLÓGICO DE LA ESCUELA DE BALONCESTO DE ALTA VERAPAZ”**, de la carrera de, Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, presentado por:

**Mayra Paola Fernández Aguilar**

**CARNÉ No. 199812689**

El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte **-ECTAFIDE-**, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN** y nombrar como Asesor a la Licenciada Alma Karina Barrientos Hernández”.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO

/gaby

**Centro Universitario Metropolitano -CUM- Edificio “A”**  
**9ª. Avenida 9-45, zona 11 Guatemala, C.A. Teléfono: 24187530**



## ASOCIACION DEPARTAMENTAL DE BALONCESTO ALTA VERAPAZ

Cobán, Ciudad Imperial 2 de septiembre de 2016

Licenciado

Carlos Aguilar

Director

Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte  
ECTAFIDE- USAC

Estimado Licenciado Aguilar:

Reciba un cordial saludo de parte del Comité Ejecutivo de la Asociación Departamental de Baloncesto de Alta Verapaz, esperando que sus actividades sean un éxito.

Por este medio informamos a usted que la estudiante Mayra Paola Fernández Aguilar, quien se identifica con carné número 199812689, culminó satisfactoriamente el trabajo de investigación: **"ACTUALIZACIÓN DEL PROCESO TÉCNICO METODOLÓGICO DE LA ESCUELA DE BALONCESTO DE ALTA VERAPAZ"**, previo a obtener el título de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación.

Agradeciendo la atención a la presente

Atentamente,

Augusto Emilio Urrutia Izaguirre

Presidente

Comité Ejecutivo ABAV



## PADRINOS

Pedro Hugo García Toledo  
Ingeniero Mecánico Industrial  
Colegiado No. 2009

Marick Israel Casado Oxóm  
Ingeniero Mecánico Industrial  
Colegiado No. 8480

Alma Luz Guerrero de la Cruz  
Licenciada en Sociología  
Colegiada No. 1308

## ACTO QUE DEDICO:

### A DIOS Y LA VIRGEN MARIA

Por iluminar mi vida y darme la bendición de haber culminado una etapa muy importante, por ser mi fuente de inspiración, mi fortaleza, fe y esperanza en cada paso dado.

### A MIS ANGELES

Mi mamá, abuela y hermano que desde el cielo fueron mi luz y guía, un beso y abrazo enorme hasta la eternidad.

### A MI FAMILIA

Gracias por haber fomentado en mí, el deseo de superación y el anhelo de triunfo en la vida.

### A MIS AMIGOS Y SERES QUERIDOS

Gracias por estar ahí siempre presentes con sus diversas dinámicas de la vida, por medio de las cuales logramos aprender por medio de enseñanzas.

## AGRADECIMIENTO

### A LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Por ser el centro de enseñanza que inculcó en mi la responsabilidad, el trabajo y la dedicación.

### A MI ESCUELA –ECTAFIDE-

Fuente inagotable de sabiduría.

### A MIS MAESTROS Y ASESORES

Gracias a ellos por enseñarme, aconsejarme e instruirme en el camino del buen estudiante, por darme su apoyo y su comprensión en todo momento.

### A LA ASOCIACION DEPARTAMENTAL DE BALONCESTO DE ALTA VERAPAZ:

Por permitir desarrollar esta investigación y poder aportar al baloncesto de Alta Verapaz.

## Tabla de Contenido

Introducción	
1. Marco Conceptual	3
1.1 Título del tema	3
1.2 Antecedentes	3
1.3 Justificación	4
1.4 Delimitación del tema	5
1.5 Alcances y límites	5
1.5.1 Ámbito geográfico	5
1.5.2 Ámbito institucional	5
1.5.3 Ámbito poblacional	6
1.5.4 Ámbito temporal	6
1.5.5 Ámbito personal	6
2. Marco teórico	7
2.1 Proceso de enseñanza aprendizaje	8
2.1.1 Enseñanza	8
2.1.2 Aprendizaje	8
2.2 Enseñanza del deporte de baloncesto	9
2.2.1 El Baloncesto	9
2.2.2 Breve historia del baloncesto	10
2.2.3 Evaluación en el Baloncesto	11
3. Marco Metodológico	12
3.1 Objetivos	12
3.1.1 General	12
3.1.2 Específicos	12
3.2 Hipótesis	12
3.2.1 Variables	13
3.2.1.1 Independiente	13
3.2.1.2 Dependientes	13
3.3 Indicadores	13

3.4	Índices	13
3.5	Escalas	13
3.6	Estadística	14
3.6.1	Técnicas de muestreo	14
3.6.2	Muestra de tipo	14
3.6.3	Instrumentos	14
4.	Marco Operativo	15
4.1	Técnica de recolección de datos	15
4.2	Fuente de datos	15
4.3	Trabajo de campo	15
4.4	Procesamiento de la información	16
4.4.1	Sistema de la información	16
4.5	Gráfico de Gantt	16
4.5.1	Cronograma de actividades realizadas	17
5.	Análisis e Interpretación de Resultados	18
6.	Conclusiones	35
7.	Recomendaciones	36
8.	Referencias Bibliográficas	37
9.	Anexos	39

## Introducción

En Guatemala son numerosos los documentos de naturaleza deportiva que coinciden en reconocer cómo el profesional en educación se convierte en una pieza clave para el éxito de la reforma educativa. Es por ello que se puede asegurar que existe acuerdo generalizado en la idea de que para conseguir una mayor calidad de la enseñanza es preciso contar con un profesional adecuadamente formado.

Se opta por un maestro capaz de trabajar en equipo a fin de conseguir una mayor conciencia de sus tareas prácticas y sus posibles modificaciones. Se intenta, en definitiva, conseguir más un educador que un enseñante; por lo que los contenidos deben ser conceptuales a fin de conseguir una formación integral en el alumno.

Se propone profundizar en la aplicación de los contenidos técnico metodológicos de la enseñanza del deporte de baloncesto en las asociaciones deportivas departamentales, las cuales tienen por lo menos una escuela de baloncesto en todo el país con currícula propia con sus contenidos y en la que además de su presentación en forma de conceptos y procedimientos, se añade una parte de la misma para los contenidos de tipo práctico que complementan la labor de conseguir una formación integral en el alumno.

Desde el punto de vista estricto de la cultura física, se precisa el desarrollo armónico del ser humano, se requiere de un proceso sostenido para que los alumnos asimilen, de una forma sistemática, todos los pasos para poder realizar la práctica del deporte de baloncesto con conocimiento de fundamentos, movimientos y conciencia en la ejecución de los planes durante los entrenamientos.

De acuerdo con lo anterior el informe enuncia el estudio para la implementación de un proceso sistemático de formación del atleta de la Escuela de Baloncesto, a fin de que el mismo después de atravesar por una serie de etapas técnicas pueda ser capaz de ejecutar de forma natural los fundamentos técnicos y así mismo sea competente de resolver situaciones de juego sin mayor dificultad.

La enseñanza en la escuela se realizaba con una metodología que no tiene un enfoque científico ni planificación de un proceso que permita un desarrollo en

competencias y los saberes de conocer, hacer, ser y convivir; y el informe de investigación contiene la planificación metodológica y técnica que se propone y orientará el estudio de actualización del proceso técnico metodológico de la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz.

## 1. Marco Conceptual

### 1.1 Actualización del proceso metodológico de la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz.

### 1.2 Antecedentes

El día 12 de junio de 1,989, se declara la creación de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, por medio del acta 26-96 en el inciso 39-89 del Consejo Superior Universitario. Las fechas para el inicio de sus actividades se realizaron en el mes de mayo del año 1,990. El primer plan de estudios se desarrolló de 1,991 a 1,995.

Las carreras autorizadas son Técnico en Deportes, Profesorado de Enseñanza Media en Educación Física y Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación.

Con base en el Punto Vigésimo Noveno del Acta No. 26-96 de Consejo Superior Universitario de la Universidad de San Carlos de Guatemala, se estableció que la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte, se convirtiera en un programa permanente de la Escuela de Ciencias Psicológicas, a partir de eso se desarrolló un plan piloto en un programa permanente de la Escuela de Ciencias Psicológicas, para la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte – ECTAFIDE- en 1,997.

Antes de la fundación de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte, solamente existía la Escuela Nacional de Educación Física -ENEF-, que solo se limitaba a formar profesores de educación física.

Con la creación de ECTAFIDE en la educación superior, se profesionaliza la carrera de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, lo que ha permitido elevar la calidad de los docentes y a la vez le da impulso a entrenadores, profesores y personas que se desarrollan en la República de Guatemala dentro de la rama del deporte, la educación física y la recreación.

El baloncesto se ve realmente beneficiado porque gran parte de docentes de la carrera de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación eran entrenadores de baloncesto.

Actualmente los alumnos egresados en el grado académico de licenciados de ECTAFIDE, han permitido de alguna manera el desarrollo del deporte de baloncesto.

Dentro de los trabajos de graduación realizados en los años 2005 al 2016 se han elaborado informes sobre el baloncesto a nivel de licenciatura, tales como Estructuración de la Caracterización del Baloncesto, así mismo se realiza una Propuesta de un Manual Técnico- Metodológico para la enseñanza del baloncesto en Guatemala, sin embargo estos trabajos de investigación van encaminados a la definición de lineamientos del desarrollo en edades tempranas del baloncesto y a la caracterización del deporte basado en situaciones reales de juego. Actualmente dentro de las investigaciones realizadas no existe una actualización de desarrollo técnico dirigido a una población específica y que se haya realizado un trabajo en el interior de la ciudad capital.

Históricamente el baloncesto de Alta Verapaz en las categorías de 15-17 años, ha destacado dentro de los torneos nacionales, particularmente en el género femenino, teniendo los entrenadores escasos conocimientos metodológicos del desarrollo técnico y de la preparación física de las atletas.

### 1.3.Justificación

La investigación analiza la implementación de un proceso técnico metodológico de la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz, y demuestra que se puede desarrollar un baloncesto que permita al entrenador y al atleta obtener mejores aptitudes utilizando el método científico, estructurado de acuerdo a las capacidades físicas, técnicas, biomecánicas, antropométricas y biológicas, esto beneficia al entrenador para obtener mejores herramientas para la enseñanza.

Alta Verapaz es un departamento que históricamente por la característica de sus habitantes tienen vocación innata para la práctica de este deporte, lo cual constituye una actividad que representa un plus ante la sociedad cobanera.

Con el fin de que los problemas presentados en el desarrollo del baloncesto actual, donde se carece de planificación, capacitación, y los medios electrónicos y sobre todo la falta de entrenadores capacitados para la enseñanza del baloncesto que se practica actualmente, el proyecto de estudio estableció las necesidades de una planificación a corto, mediano y largo plazo, aplicando las metodologías adecuadas que exige actualmente la práctica del baloncesto.

El estudio permitió a los entrenadores y jugadores de baloncesto tener una guía que oriente las acciones a tomar, en el corto, mediano y largo plazo para una práctica sistematizada del baloncesto, lo cual llevará a un mejor desarrollo.

#### 1.4 Delimitación del tema

No se posee una guía metodológica de enseñanza para lograr el mejor desempeño de los atletas de la Escuela de Baloncesto de la Asociación Departamental de Baloncesto de Alta Verapaz, debido a que los entrenadores se basan únicamente en la experiencia empírica.

#### 1.5 Alcances y límites

##### 1.5.1 Ámbito geográfico

Sede de la escuela de baloncesto, 1a avenida y 3a calle 3-48 zona 1, Gimnasio Municipal Mario René Aguilar Gutiérrez, Ciudad de Cobán, departamento de Alta Verapaz.

##### 1.5.2 Ámbito institucional

Asociación Deportiva Departamental de Baloncesto de Alta Verapaz.

### 1.5.3 Ámbito poblacional

15 Alumnas atletas de la Escuela de Baloncesto de la Asociación Deportiva Departamental de Baloncesto de Alta Verapaz, categoría cadetes (15-17 años).

### 1.5.4 Ámbito temporal

Del 12 de junio al 15 de agosto del 2016.

### 1.5.5 Ámbito personal

La investigadora. Investigación sobre actualización metodológica de los entrenadores (proceso técnico metodológico).

## 2. Marco Teórico

Esta investigación se basa en el análisis del proceso de formación del atleta de baloncesto en las asociaciones deportivas departamentales. Se fundamenta, por tanto, en la obtención de información acerca de si los procedimientos de transmisión de conocimientos cumplen con los objetivos para el cual fue creado, es decir, si tiende a la formación de un atleta integral, para realizar una función deportiva, práctica y cognitiva capaz de compensar cualquier tipo de limitación en cuanto a su desarrollo.

Sin embargo, es bien sabido, que la preparación en cuanto a este nivel resulta difícil de conseguir, sobre todo en la educación de movimientos, ya que sería preciso analizar una gran cantidad de procesos y llegar a una conclusión la cual pueda mejorar el nivel que actualmente el atleta integrante de la asociación posee.

Tratamos con ello de responder a la necesidad de innovar el proceso analizado desde el punto de vista de la formación e innovación para que llegado el momento próximo del desempeño deportivo pueda ser un receptor de los nuevos conocimientos.

La nueva aproximación de formación de expertos ha modificado la antigua visión del proceso de detección de talentos. Dicha perspectiva consiste en evaluar a los deportistas expertos, para analizar su proceso de formación y establecer las variables clave que los diferencia. La iniciación deportiva debe encaminarse al desarrollo de patrones sociales, psicológicos, cognitivos y motrices (Arias, 2008, pp. 28-32).

La transmisión de conocimiento teórico en el baloncesto no ha recibido toda la atención o tratamiento que se requiere en la categoría que se investiga, incidiendo esto en la formación y desarrollo de las habilidades propias del deporte (LiuverBurke, 2012, pp.1-5).

## 2.1 Proceso de enseñanza aprendizaje

### 2.1.1 Enseñanza

La esencia de la enseñanza está en la transmisión de información mediante la comunicación directa o apoyada en la utilización de medios auxiliares, de mayor o menor grado de complejidad y costo. Tiene como objetivo lograr que en los individuos quede, como huella de tales acciones combinadas, un reflejo de la realidad objetiva de su mundo circundante que, en forma de conocimiento del mismo, habilidades y capacidades, y, por lo tanto, le permitan enfrentar situaciones nuevas de manera adaptativa, de apropiación y creadora de la situación particular aparecida en su entorno.

El proceso de enseñanza consiste, fundamentalmente, en un conjunto de transformaciones sistemáticas de los fenómenos en general, sometidos éstos a una serie de cambios graduales cuyas etapas se producen y suceden en orden ascendente, de aquí que se le deba considerar como un proceso progresivo y en constante movimiento, con un desarrollo dinámico en su transformación continua como consecuencia del proceso de enseñanza, tiene lugar cambios sucesivos e ininterrumpidos en la actividad cognoscitiva del individuo (alumno), con la participación de la ayuda del maestro o profesor en su labor conductora u orientadora hacia el dominio de los conocimientos, de las habilidades, los hábitos y conductas acordes con su concepción científica del mundo, que lo llevarán en su práctica existencia a un enfoque consecuente.

### 2.1.2 Aprendizaje

Al aprendizaje se le puede considerar como un proceso de naturaleza extremadamente compleja caracterizado por la adquisición de un nuevo conocimiento, habilidad o capacidad, debiéndose aclarar que para que tal proceso pueda ser considerado

realmente como aprendizaje, en lugar de una simple huella o retención pasajera de la misma, debe ser susceptible de manifestarse en un tiempo futuro y contribuir, además, a la solución de situaciones concretas, incluso diferentes en su esencia a las que motivaron inicialmente el desarrollo del conocimiento, habilidad o capacidad

El proceso enseñanza-aprendizaje constituye un verdadero par dialéctico en el cual y, respecto al primer componente, el mismo se debe organizar y desarrollar de manera tal que resulte como lo que debe ser: un elemento facilitador de la apropiación del conocimiento de la realidad objetiva que, en su interacción con un sustrato material neuronal, asentado en el subsistema nervioso central del individuo, hará posible en el menor tiempo y con el mayor grado de eficiencia y eficacia alcanzable, el establecimiento de los necesarios engramas sensoriales, aspectos intelectivos y motores para que el referido reflejo se materialice y concrete, todo lo cual constituyen en definitiva premisas y requisitos para que la modalidad de educación a distancia logre los objetivos propuestos. (Kaplún M. 1995, pp. 55)

## 2.2 Enseñanza del deporte de baloncesto

### 2.2.1 El baloncesto

Deporte de equipo que se puede desarrollar tanto en pista cubierta como en descubierta, en el que dos conjuntos de cinco jugadores cada uno, intentan anotar puntos, también llamados canastas o dobles y/o triples introduciendo un balón en un aro colocado a 3,05 metros del suelo del que cuelga una red, lo que le da un aspecto de cesta o canasta.

### 2.2.2 Breve historia del baloncesto

Fue inventado por James Naismith un profesor de educación física en diciembre de 1891 en la YMCA de Springfield, Massachusetts, Estados Unidos. Se juega con dos equipos de cinco personas, durante 4 períodos o cuartos de 10 (FIBA) o 12 (NBA) minutos cada uno. Al finalizar el segundo cuarto, se realiza un descanso, normalmente de 15 a 20 minutos según la reglamentación propia del campeonato al cual el partido pertenezca.

También existe una modalidad, fundamentalmente para discapacitados, en la que se juega en silla de ruedas (baloncesto en silla de ruedas, prácticamente con las mismas normas que el baloncesto habitual.

El baloncesto nació como una respuesta a la necesidad de realizar alguna actividad deportiva durante el invierno, en la escuela de YMCA en Massachusetts. Al profesor de la Universidad de Illinois (Massachusetts) James Naismith, (un profesor de educación física) le fue encargada la misión, en 1891, de idear un deporte que se pudiera jugar bajo techo, pues los inviernos en esa zona dificultaban la realización de alguna actividad al aire libre.

Naismith analizó las actividades deportivas que se practicaban en la época, cuya característica predominante era la fuerza o el contacto físico, y pensó en algo suficientemente activo, que requiriese más destreza que fuerza y que no tuviese mucho contacto físico. El canadiense recordó un antiguo juego de su infancia denominado "duckon a rock" (El pato sobre una roca), que consistía en intentar alcanzar un objeto colocado sobre una roca lanzándole una piedra. Naismith pidió al encargado del colegio unas cajas de 50 cm. de longitud pero lo único que le consiguió fueron unas canastas de melocotones, que mandó colgar en las barandillas de la galería

superior que rodeaba el gimnasio, a una altura determinada. (Porter, 2005, pp. 346-347).

### 2.2.3 Evaluación en el baloncesto

El estudio se ha orientado a través de un modelo de evaluación mixto entre el propuesto por Stufflebeam, (Evaluación del Contexto, Entrada, Proceso y Producto), que define la evaluación como el proceso de identificar, obtener y proporcionar información útil y descriptiva del valor y mérito de las metas, la planificación, la realización y el impacto de un programa para servir de guía.

Así como el propuesto por el profesor Pérez Juste (Evaluación Inicial o el Programa en sí mismo; Evaluación del Proceso o el Programa en su Desarrollo; y Evaluación final o el Programa en sus logros y resultados), quién orienta la evaluación hacia su eficacia desde perspectivas pedagógicas haciendo hincapié en los momentos inicial y procesal para conseguir una mejora del educando y del educador actuando sobre las dimensiones ambientales, organizativas, técnicas y sobre los programas mismos.

En todo caso y dado que se tuvo en cuenta las opiniones de alumnos próximos a formar parte de pre selecciones, pero dado que también se apoya en datos sobre su rendimiento, resulta eficiente ya que analiza los logros y resultados de la evaluación, es por ello que se puede hablar de otra propuesta en su ánimo de conseguir una valoración real.

### 3. Marco Metodológico

#### 3.1 Objetivos

##### 3.1.1 Objetivo general

Analizar la importancia y los beneficios de un proceso técnico-metodológico y sistemático de la práctica del baloncesto dentro de una escuela de baloncesto, que permita al entrenador una evaluación consiente del desarrollo de los fundamentos y un mejor producto en los resultados.

##### 3.1.2 Objetivos específicos

Identificar en base a los resultados de las evaluaciones, de cómo se cimentaron los elementos metodológicos que permitan mejorar el proceso de aprendizaje y enseñanza de los alumnos mediante temporalidades delimitadas por asimilación de conocimientos.

Organizar una escuela de enseñanza acorde a las necesidades del deporte de baloncesto en la cabecera departamental, estableciendo la importancia y los beneficios del proceso sistemático, técnico metodológico.

Producir una guía curricular para los entrenadores de la escuela como instrumento que oriente el método de enseñanza del baloncesto y que actualice el proceso técnico metodológico.

#### 3.2 Hipótesis

La actualización del proceso técnico metodológico de la Escuela de Baloncesto de la Asociación Deportiva Departamental de Alta Verapaz, logrará mejorar las capacidades y respuestas de los deportistas para ser un factor que influye de gran manera en el proceso y en la formación de atletas de alto rendimiento, de la Asociación Deportiva Departamental de Baloncesto de Alta Verapaz.

### 3.2.1 Variables

#### 3.2.1.1 Independiente

La actualización del proceso técnico metodológico de la Escuela de Baloncesto de la Asociación Deportiva Departamental de Alta Verapaz.

#### 3.2.1.2 Dependientes

Determinación del grado de asimilación de los alumnos.  
Elevación de las capacidades y respuestas de los atletas.  
Influencia en la formación de atletas de alto rendimiento.

### 3.3 Indicadores

Rendimiento deportivo: estado que permitió caracterizar a los deportistas de acuerdo a la respuesta de la modificación metodológica.

Orientación metodológica: proceso de implementación de nuevas técnicas de planificación y estructuración del entrenamiento.

### 3.4 Índices

Se determinaron de acuerdo a porcentajes de cobertura en cuanto a la hoja de supervisión (elementos metodológicos dentro de la planificación de clase) misma que se utilizó para obtener la información.

### 3.5 Escalas

Las escalas valorativas fueron determinadas de acuerdo al nivel de conocimiento e implementación de la parte metodológica en la sesión de entrenamiento:

- a. Cumple con los requerimientos para la unidad de entrenamiento.
- b. Cumple parcialmente con los requerimientos.
- c. No cumple con los requerimientos.

### 3.6 Estadística

#### 3.6.1 Técnicas de muestreo

Observación sistemática y entrevista estructurada.

Exploración de conocimiento.

#### 3.6.2 Muestra de tipo

Intencional o de conveniencia en cuanto al objetivo de la investigación realizada.

#### 3.6.3 Instrumentos

Cuestionarios de exploración de conocimiento técnico metodológico.

Hojas de supervisión con datos respectivos para analizar el trabajo realizado por el entrenador durante los entrenamientos.

Unidad de entrenamiento.

## 4. Marco Operativo

### 4.1 Técnicas de recolección de datos

Estas se realizaron por medio del cuestionario de exploración de conocimientos técnico-metodológicos, del cual se hizo una recolección de cada una de las preguntas, verificando cual es la mayor deficiencia dentro del cuestionario, de las cuales se tomaron todos aquellos datos que nos permitieron sistematizar las respuestas de los entrenadores para determinar su conocimiento. Por medio de la elaboración de una gráfica que les permitió identificar la capacidad de los entrenadores.

### 4.2 Fuente de datos

Las fuentes fueron los entrenadores los cuales expusieron sus criterios en el cuestionario de exploración de conocimientos técnico-metodológicos.

1. Plan de entrenamiento.
2. Macro ciclo.
3. Mesociclo.
4. Micro ciclo.
5. Unidad de entrenamiento.
6. Objetivo del entrenamiento.

### 4.3 Trabajo de campo

El trabajo de campo se realizó en la Asociación Deportiva Departamental de Baloncesto de Alta Verapaz con los entrenadores, aplicando el cuestionario de exploración de conocimientos técnico-metodológicos, así como las supervisiones a los entrenamientos para verificar el progreso y correcta aplicación de la planificación del entrenamiento.

#### 4.4 Procesamiento de la información

De acuerdo a la información obtenida durante las visitas realizadas a la Asociación Departamental de Baloncesto de Alta Verapaz se procedió a recabar las respuestas a los cuestionarios trasladados a los entrenadores y de la misma manera se procedió a establecer los estándares de conocimiento mediante gráficas de evidencia del conocimiento y planificación de los entrenadores en sus unidades y sesiones de entrenamiento.

##### 4.4.1 Sistema de la información

Una vez depurado el cuestionario se procedió a la codificación de las preguntas para posibilitar el tratamiento informático. La codificación tiene por objeto sistematizar y simplificar la información procedente del cuestionario presentado a los entrenadores. En otras palabras, consistió en el establecimiento de grupos que permiten clasificar las respuestas. La codificación fue lo más simple e intuitiva posible. Preferentemente numérica y lo más estandarizada.

Con los códigos de respuesta asignados a cada variable, se construyó la base de datos que les permitió reflejar toda la información obtenida de los entrenadores.

#### 4.5 Gráfico de Gantt

El gráfico de Gantt se utilizó según la necesidad del manejo de información.

### 4.5.1 Cronograma de actividades realizadas

Gronogramaga de actividades realizadas																
Actividades 2016	Junio				Julio				Agosto				Septiembre			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	
Visita a Junta Directiva y presentación del proyecto	■															
Presentación de proyecto a entrenadores	■															
Realización de cuestionario a entrenadores		■														
Sistematización de cuestionarios			■													
Elaboración de plan de inicio				■												
Entrega de guía metodológica a entrenadores				■												
Capacitación de entrenadores					■											
Ejecución de la guía metodológica						■										
Supervisión y visitas							■	■	■	■						
Presentación de Resultados											■	■				
Conclusiones y Recomendaciones											■	■				
Redacción del informe final de la tesis													■	■		
presentación final																■

*Fuente: elaboración propia.*

## 5. Análisis e Interpretación de Resultados

Se tomó de base toda la información de las respuestas del cuestionario y se realizó la tabulación para un análisis más objetivo; igualmente se analizaron las respuestas de las visitas de supervisión realizadas a la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz.

Respecto al cuestionario No. 1.

Se observa una prioridad para los entrenadores el contar con un proceso técnico metodológico y que el mismo podría significar un amplio desarrollo en la Escuela de Baloncesto de la Asociación Departamental de Baloncesto de Alta Verapaz. Sin embargo la importancia que manifiestan no repercute en un conocimiento de los procesos a la hora de transmitir todos los conocimientos hacia los alumnos.

Los instrumentos que se utilizan no tienen uniformidad y no cuentan con la estructura adecuada para desencadenar un desarrollo deportivo.

Gráficas del cuestionario 1.

Pregunta 1.

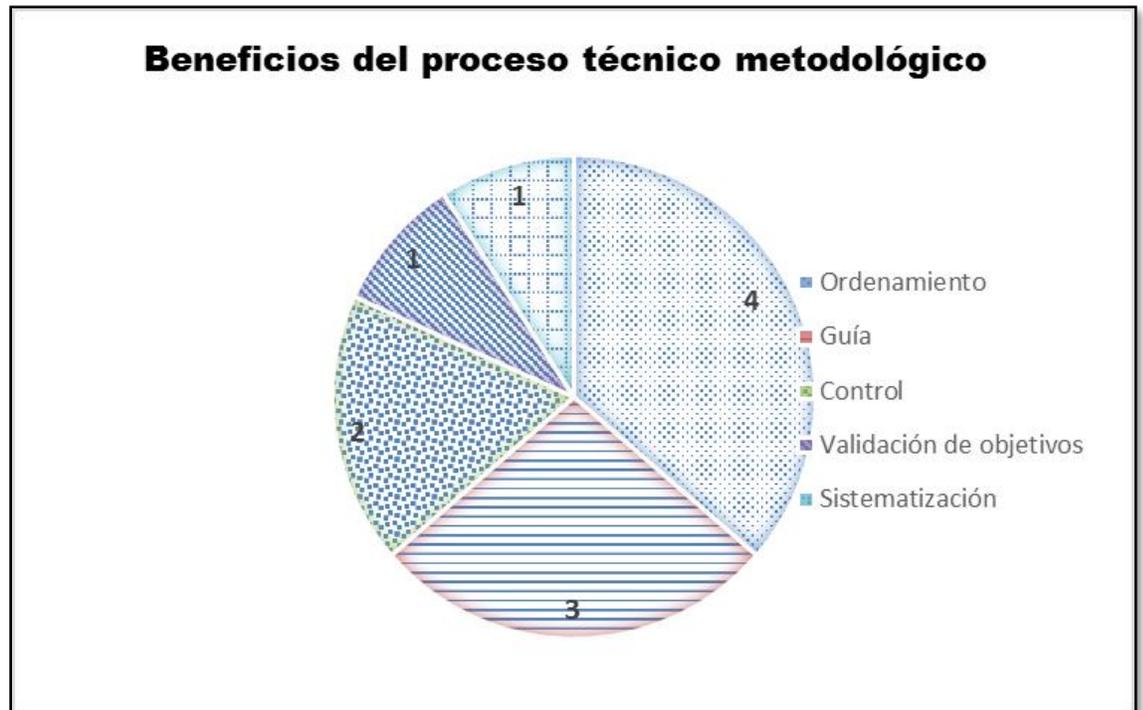


1. Cuestionario 1. Gráfica 1. ¿Cuál considera que es la importancia del uso del proceso técnico metodológico?

Dentro del proceso metodológico se pudo observar que la importancia va en relación al desarrollo, orden de ejecución, guía de trabajo, planificación y control, con el fin de mejorar la asociación de baloncesto en aspectos técnicos y tácticos que optimicen el rendimiento deportivo.

No hay uniformidad en relación a los criterios a utilizar.

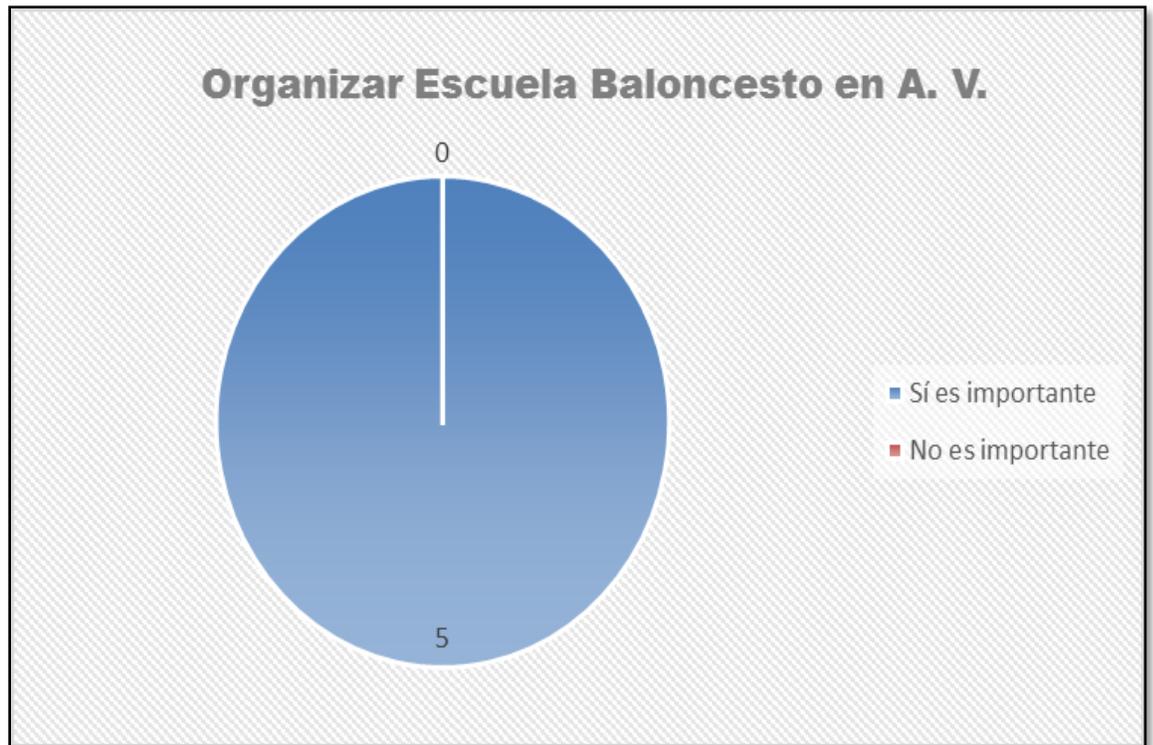
Pregunta 2.



2. Cuestionario 1. Gráfica 2. ¿Cuáles son los beneficios del proceso técnico metodológico?

El principal beneficio es el ordenamiento de la metodología y los aspectos técnicos. Para ello la propuesta metodológica que fue planteada.

Pregunta 3.



3. Cuestionario 1. Gráfica 3. ¿Considera usted que es importante organizar una escuela de baloncesto en Alta Verapaz?

Se necesita en el departamento de Alta Verapaz, las escuelas de baloncesto para poder tener la masificación deportiva y promoción del deporte de baloncesto a través de las escuelas de iniciación.

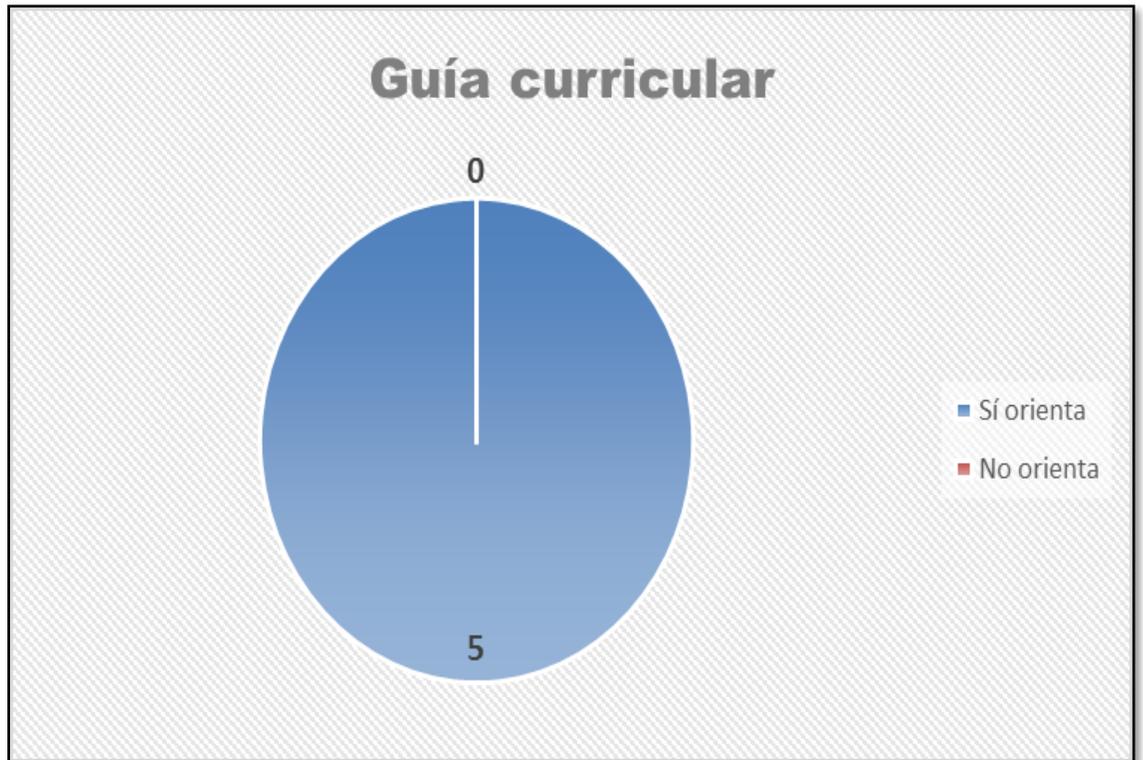
Pregunta 4.



4. Cuestionario 1. Gráfica 4. ¿Cree que es importante producir una guía curricular para entrenadores de la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz?

Los entrenadores consideran importante el uso de una guía curricular para poder realizar el proceso técnico metodológico en la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz, para unificar los criterios en la formación deportiva.

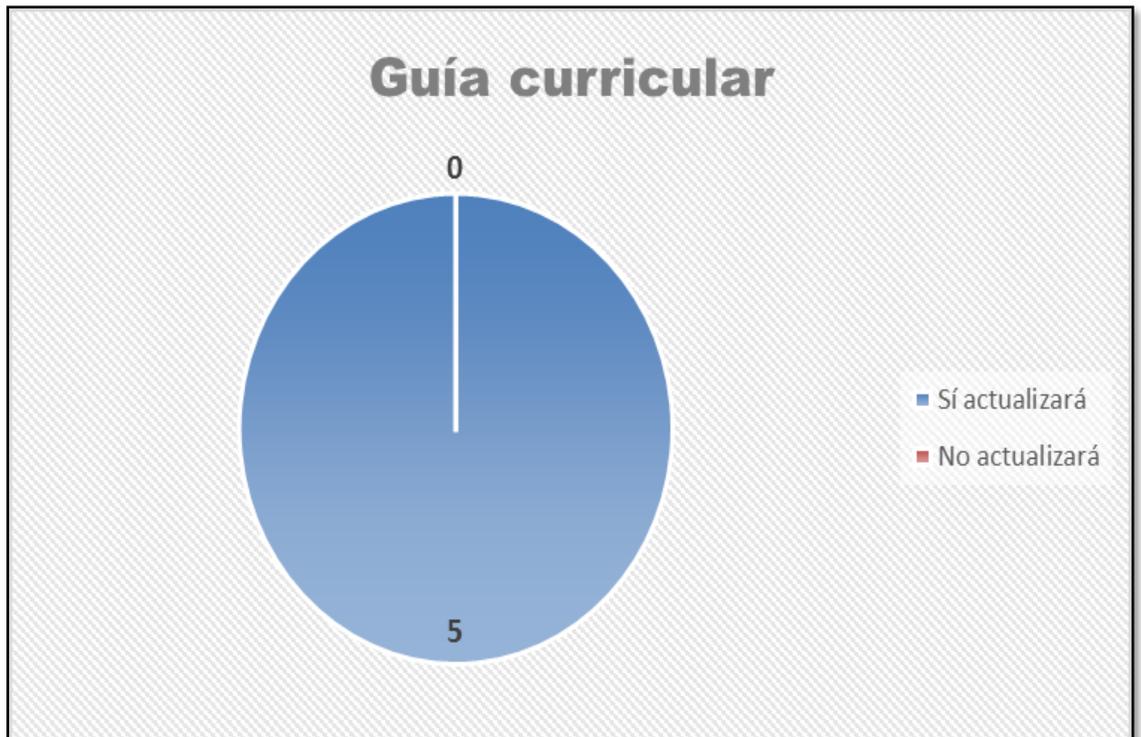
Pregunta 5.



5. Cuestionario 1. Gráfica 5. ¿Cree que un instrumento (guía curricular) orientará en el entrenador de baloncesto un método de enseñanza?

Se creó conciencia del uso de una guía curricular para entrenadores, la cual orientará el trabajo técnico metodológico para el rendimiento deportivo.

Pregunta 6.



6. Cuestionario 1. Gráfica 6. ¿Considera que una guía curricular actualizará el proceso técnico metodológico en la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz?

Se buscó que los entrenadores se mantengan en una constante actualización respecto al proceso formativo y deportivo de los atletas a través de la utilización de la guía curricular del deporte.

Respecto al cuestionario No. 2.

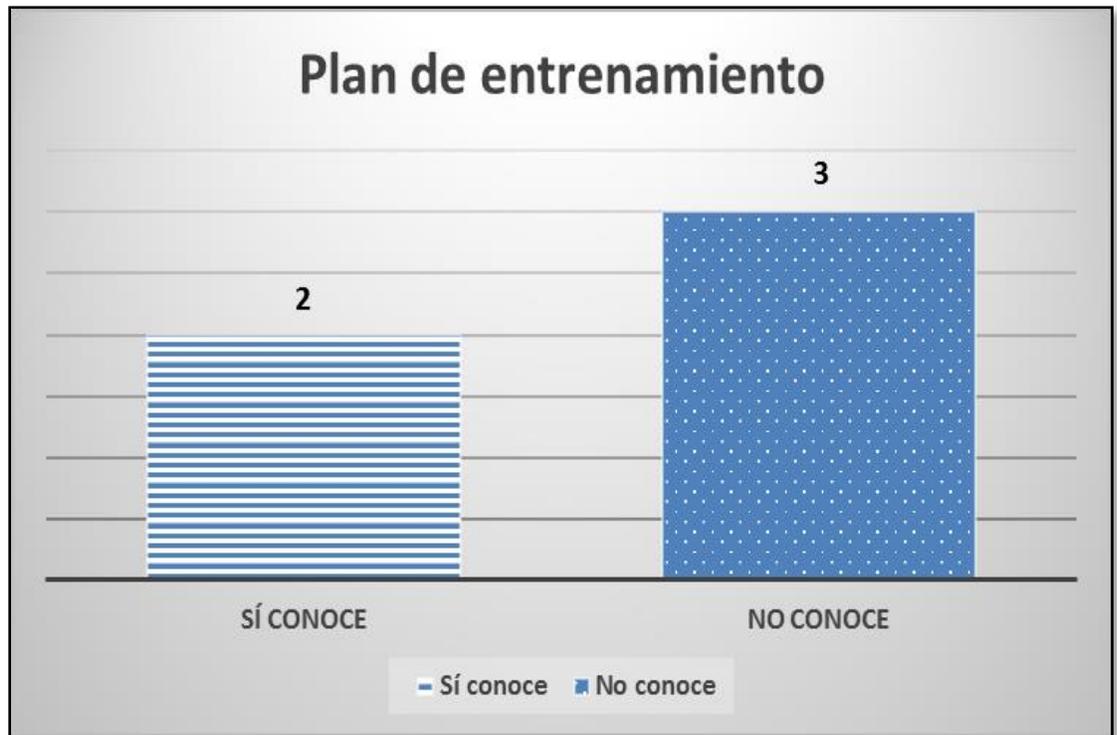
Al observar los resultados se puede decir que el 80% de los entrenadores (5entrenadores) no tienen conocimiento de la aplicación de la estructura del entrenamiento para poder realizar las clases de baloncesto en los diferentes niveles de preparación, lo cual representa una población potencial que podrá estar interesada en iniciar una proceso de aprendizaje y aplicación de tendencias de entrenamiento para mejorar el desarrollo en la asociación.

Respecto a las hojas de visita.

Dentro de las actividades realizadas se llevaron a cabo 4 visitas en los diferentes momentos de la preparación y desarrollo de las escuelas,observando un alto porcentaje de improvisación en las clases de baloncesto y también en las poblaciones en donde se requiere un nivel de conocimiento amplio debido al grado de maestría deportiva, no se cuenta con herramientas operativas que permitan una evolución en su desarrollo.

Gráficas cuestionario 2.

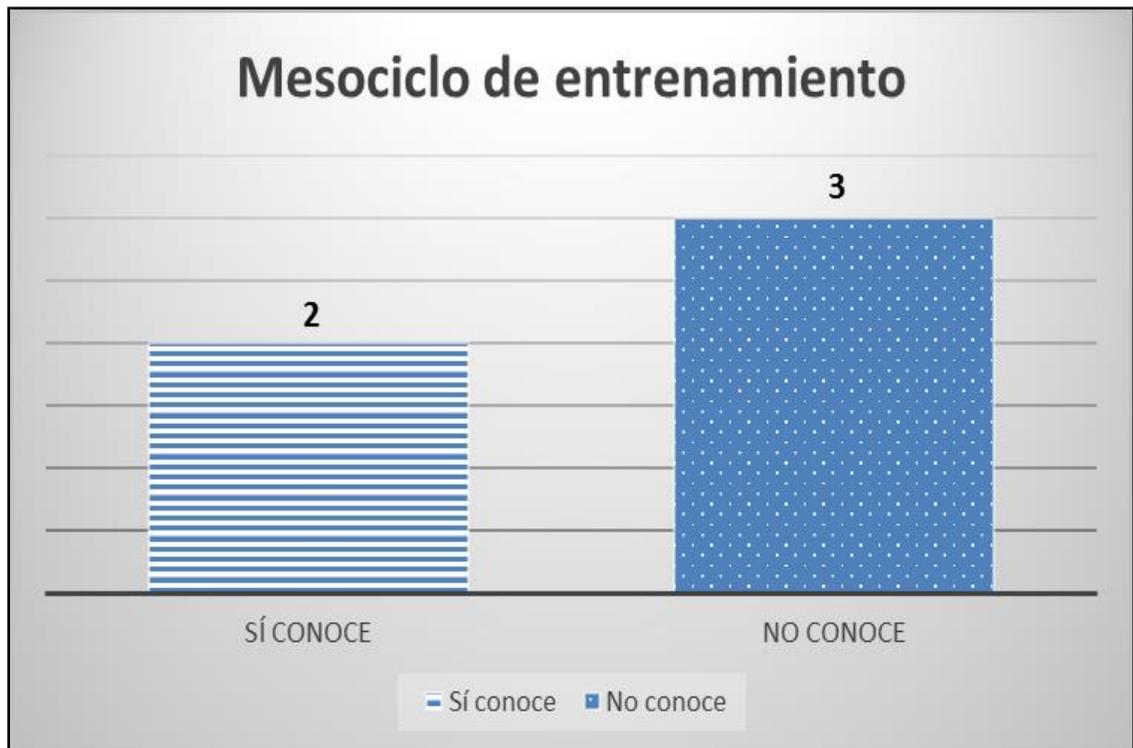
Pregunta 1.



1. Cuestionario 2. Gráfica 1. ¿Qué es un plan de entrenamiento?

De la población total el 60% de los entrenadores conoce y aplica el plan de entrenamiento.

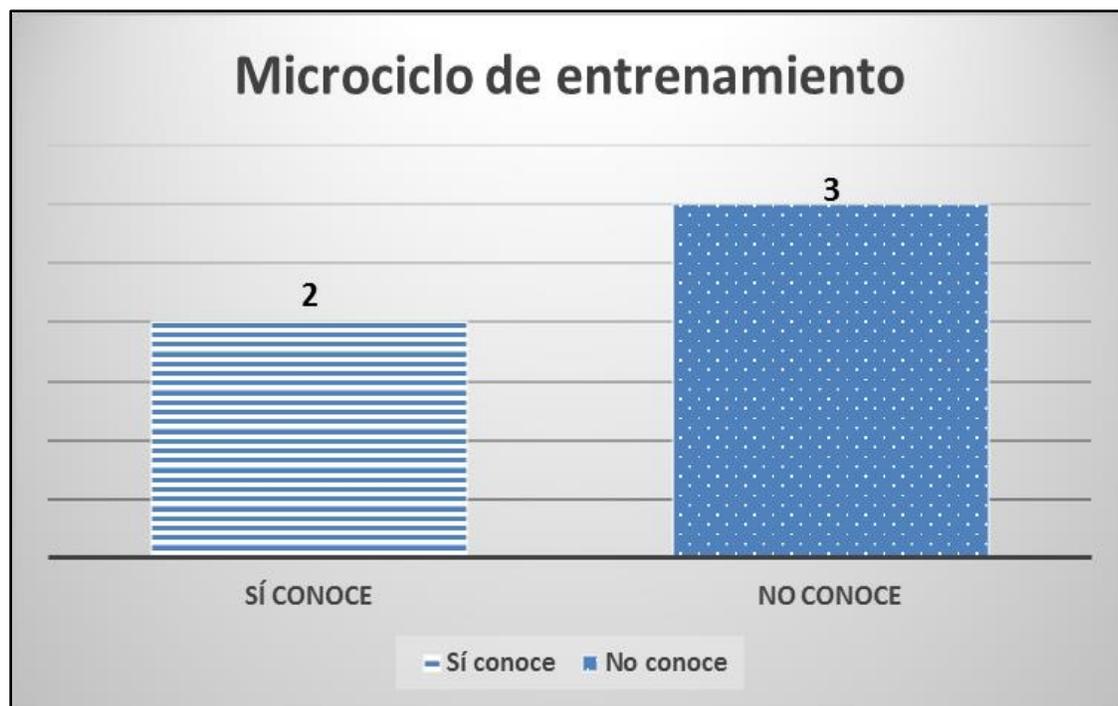
Pregunta 2.



2. Cuestionario 2. Gráfica 2. ¿Qué es un mesociclo de entrenamiento?

De la población total el 60% de los entrenadores conoce lo que es un mesociclo de entrenamiento, en referencia a lo que se ha observado, le han capacitado y ha llevado a la práctica.

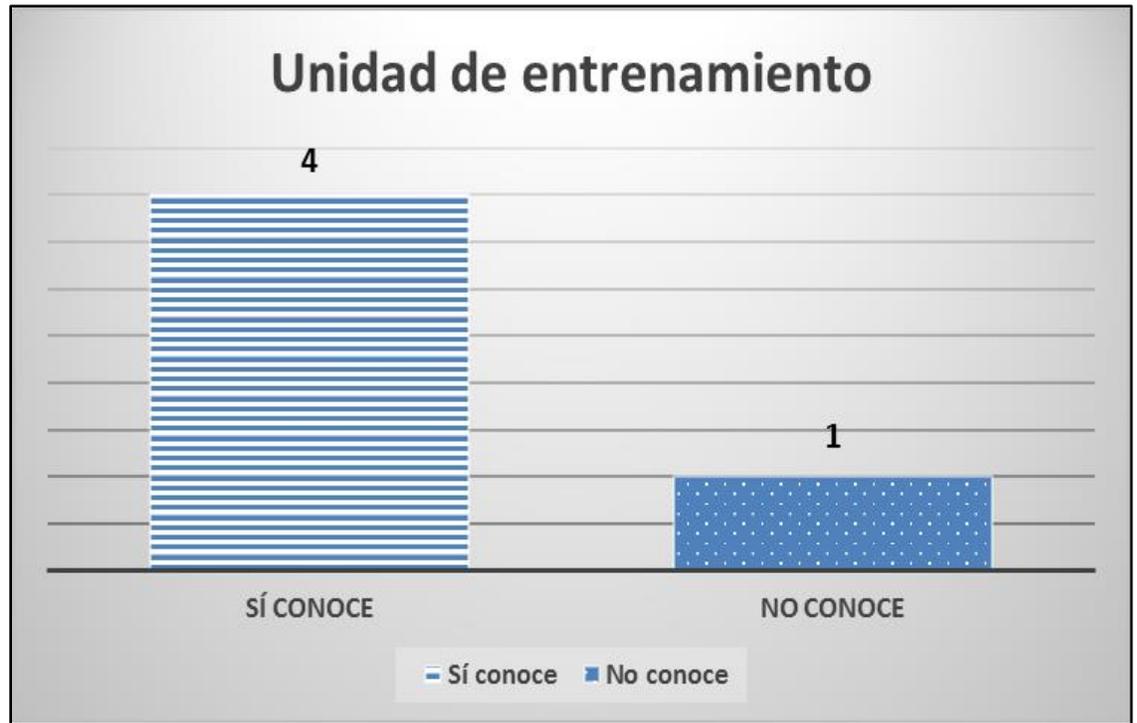
Pregunta 3.



3. Cuestionario 2. Gráfica 3. ¿Qué es un microciclo de entrenamiento?

De la población total el 60% de los entrenadores conoce lo que es un microciclo de entrenamiento, en referencia a lo que se ha observado, le han capacitado y ha llevado a la práctica.

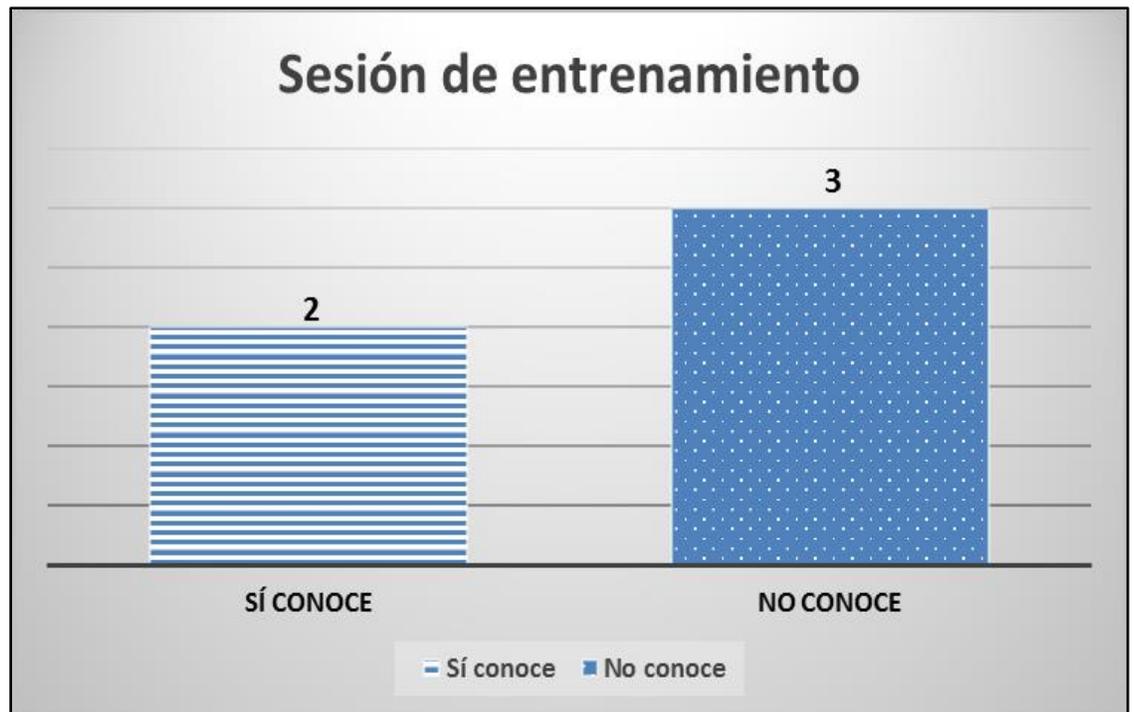
Pregunta 4.



4. Cuestionario 2. Gráfica 4. ¿Qué es un la unidad de entrenamiento?

De la población total el 80% de los entrenadores conoce lo que es una unidad de entrenamiento, en referencia a lo que se ha observado, le han capacitado y ha llevado a la práctica.

Pregunta 5.



5. Cuestionario 2. Gráfica 5. ¿Qué es una sesión de entrenamiento?

De la población total el 60% de los entrenadores conoce lo que es una sesión de entrenamiento, en referencia a lo que se ha observado, le han capacitado y ha llevado a la práctica.

Pregunta 6.



6. Cuestionario 2. Gráfica 6. ¿Cuál es el objetivo del entrenamiento?

De la población total el 60% de los entrenadores conoce lo que es un objetivo de entrenamiento, para poder llevar a cabo su planificación.

Pregunta 7.



7. Cuestionario 2. Gráfica 7. ¿Aplica la dosificación de cargas en una sesión de entrenamiento?

En relación a respetar el principio de individualidad, los entrenadores dosifican la carga de entrenamiento para sus atletas.

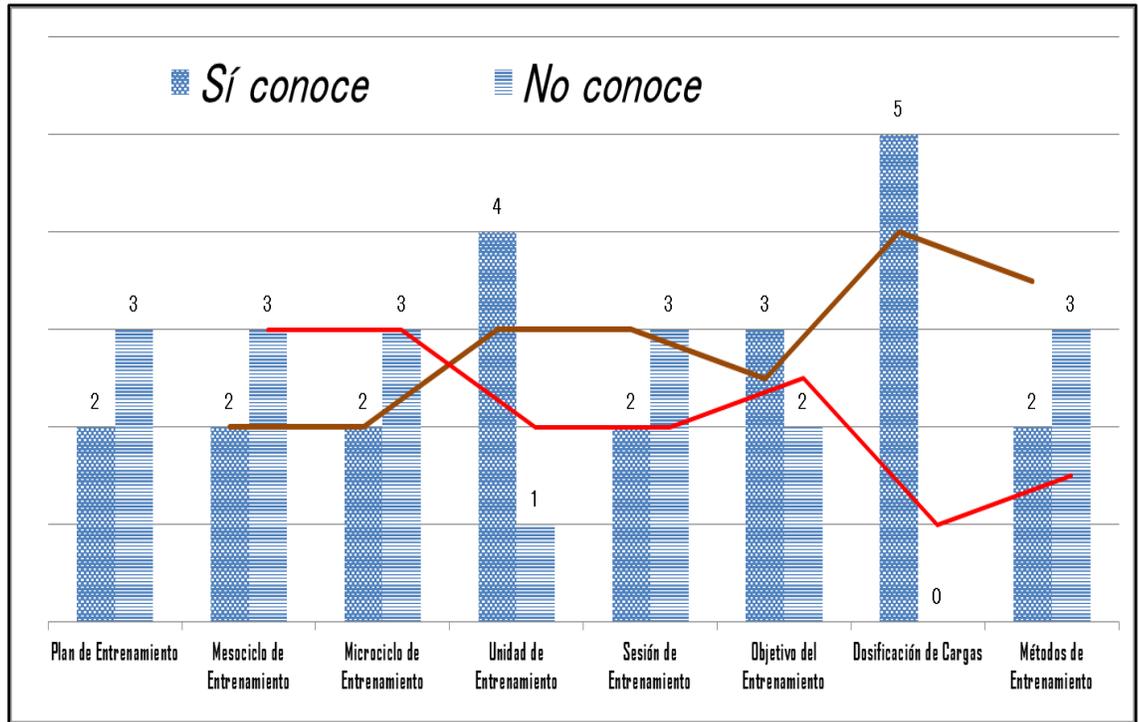
Pregunta 8.



8. Cuestionario 2. Gráfica 8. ¿Utiliza métodos de entrenamiento?

El 40% de los entrenadores sí utiliza los métodos de entrenamiento en el proceso formativo.

## Cuestionario 2, estructura del entrenamiento.



### 1. Gráfica 1. Análisis general.

En un análisis general en el 60% de los entrenadores muestran evidencia en relación a planificación del procesos metodológico utilizado en dicha escuela de baloncesto.

## 6. Conclusiones

Selogró la verificación de los instrumentos y /o herramientas en el desarrollo del entrenamiento, llevando a cabo cuatro (4) visitas de supervisión a las unidades de entrenamiento de la Asociación Departamental de Baloncesto de Alta Verapaz.

Se identificó en base a las supervisiones, que los elementos metodológicos no contribuyen a un aprendizaje de los elementos técnicos de los alumnos de la Escuela de Baloncesto de la Asociación Departamental de Alta Verapaz.

Dentro de las visitas se buscó obtener la mayor información respecto a los procesos metodológicos que utilizan los entrenadores de la Escuela de Baloncesto de la Asociación Departamental de Alta Verapaz.

En la visita de supervisión se verificó fundamentalmente que el entrenador dominara estructuralmente la parte inicial, principal y final del entrenamiento.

Las supervisiones se realizaron en diferentes momentos, tanto en el desarrollo del entrenamiento como en la fase cercana a la competición.

## 7. Recomendaciones

Iniciar con la inmediata implementación de herramientas que permitan a los entrenadores de las diferentes poblaciones de la Asociación tener un seguimiento lógico en cuanto al desarrollo de los deportistas de acuerdo a sus diferentes alcances deportivos.

Dentro de los procesos metodológicos observados, se hace imperativo estructurar planes de entrenamiento que cumplan con los objetivos por cada una de las fases en que se encuentran los deportistas respetando los procesos biológicos.

Implementar un sistema de capacitación y actualización constante para los entrenadores, en cuanto a las nuevas tendencias de la enseñanza y entrenamiento para los entrenadores de la Asociación Departamental de Baloncesto de Alta Verapaz.

Realizar evaluaciones periódicas por medio de la dirección de la Asociación Departamental a los entrenadores, con el fin de verificar el nivel de aceptación de la preparación en los atletas y hacer las correcciones debidas.

## 8. Referencias Bibliográficas

1. Arias Estero, José Luis.(2008), *Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. España: Revista digital.
2. Brittenham, G. (1997). *Baloncesto, entrenamiento y preparación*. Prólogo de Patrick Ewing.
3. Córdova, C., Gutiérrez, S., M Manso y Ramírez, J.(1983).*Minibasquet*. México: Impresos y Tesis S.A.
4. Comas, M. (1991). *Colección baloncesto más que un juego*.Madrid: Gymnos.
5. De la Paz, P. (1986). *Baloncesto*. Cuba: Pueblo y Educación.
6. García, J.M.; Navarro, M.; y Ruiz, J.A. (1996). *Bases Teóricas del Entrenamiento Deportivo, Principios y Aplicaciones*. España: Gymnos.
7. García Manso, J.; Navarro, V.;yRuiz, J. (1996). *Planificacióndel Entrenamiento Deportivo*. España: Gymnos.
8. Gomelski, A. (1990).*Baloncesto, la dirección de equipo*.Barcelona: Hispano Europea.
- 9.Hernández Sampieri, Roberto.(1998). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Gran Hill.
- 10.Jordane, F. y Martín, J. (1999).*Baloncesto, bases para el alto rendimiento*. Barcelona, Hispano Europea.
- 11.Karl, G., Stotts, T.; y Johnson, P. (2002). 101 *Ejercicios para el ataque del baloncesto*. España: Paidotribo.
- 12.Kirkov, D. (1975). *Manual de Baloncesto*. Cuba: Pueblo y Educación.

13. Linderberg, F. (1972). *Baloncesto: juego y enseñanza*. Cuba: Pueblo y Educación.
14. Kaplún M. (1995). *Los Materiales de autoaprendizaje*. Santiago, Chile: UNESCO; 55.
15. Liuver Burke, Marsan. (2012). Acciones Didácticas para potenciar la Preparación Teórica en las y los atletas de baloncesto, categoría 13-15 años. Buenos Aires, Argentina: Revista digital, 1-5.
16. Matveev. L.P. (1983). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Rusia: Ráduga.
17. Monsalve, M. (1979). *Técnicas de entrenamiento deportivo. Trabajo para hombres altos en el baloncesto*: España:deportes.
18. Pérez Juste, R. (1995). *Evaluación de Programas Educativos y Metodología para la Evaluación de Programas Educativos*. Madrid, España: Universitas.
19. Porter, David L. (2005). *Basketball: a biographical dictionary* (en inglés). Westport: Greenwood Press, 346- 347.
20. Riley, P. (1995). *Forjador de éxitos. Cómo optimizar el trabajo en equipo*. Barcelona: Grijalbo.
21. Walker, A. L. y Donohue, J. (1995). *Nuevos conceptos de ataque para un baloncesto moderno*. Barcelona: Paidotribo.
22. Weissel, H., (1990). *Baloncesto: Aprender y Progresar*. España: Paidotribo.

## 9. Anexos

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**  
**Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte**  
**-ECTAFIDE-**  
**CUESTIONARIO DE EXPLORACIÓN DE CONOCIMIENTO TÉCNICO-**  
**METODOLÓGICO**

Estudio sobre actualización del proceso técnico metodológico de la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz, previo a obtener el título de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación.

**Instrucciones: de acuerdo a su experiencia y metodología de trabajo, responda las siguientes preguntas:**

9. ¿Qué es un plan de entrenamiento?
  
10. ¿Qué es un mesociclo de entrenamiento?
  
11. ¿Qué es un microciclo de entrenamiento?
  
12. ¿Qué es la unidad de entrenamiento?
  
13. ¿Qué es una sesión de entrenamiento?
  
14. ¿Cuál es el objetivo del entrenamiento?
  
15. ¿Aplica la dosificación de cargas en una sesión de entrenamiento?
  
16. ¿Utiliza métodos de entrenamiento? ¿Cuáles?

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**  
**Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte**  
**-ECTAFIDE-**  
**CUESTIONARIO DE EXPLORACIÓN DE CONOCIMIENTO TÉCNICO-**  
**METODOLÓGICO**

Estudio sobre actualización del proceso técnico metodológico de la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz, previo a obtener el título de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación.

**Instrucciones: de acuerdo a su experiencia y metodología de trabajo, responda las siguientes preguntas:**

7. ¿Cuál considera que es la importancia del uso del proceso técnico metodológico?
  
8. ¿Cuáles son los beneficios del proceso técnico metodológico?
  
9. ¿Considera usted que es importante organizar una escuela de baloncesto en Alta Verapaz?
  
10. ¿Cree que es importante producir una guía curricular para entrenadores de la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz?
  
11. ¿Cree que un instrumento (guía curricular) orientará en el entrenador de baloncesto un método de enseñanza?
  
12. ¿Considera que una guía curricular actualizará el proceso técnico metodológico en la Escuela de Baloncesto de Alta Verapaz?

**Universidad de San Carlos de Guatemala**  
**Escuela de Ciencias Psicológicas**

**Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-**  
**Hoja de supervisión de entrenamiento**

**I. Información general**

Deporte:	<input type="text"/>	Fecha:	<input type="text"/>		
Categoría:	<input type="text"/>	Instalación:	<input type="text"/>		
Entrenador:	<input type="text"/>	Horario De:	<input type="text"/>	A:	<input type="text"/>
Asistente:	<input type="text"/>				

**II. Información de la Unidad de Entrenamiento**

<input type="checkbox"/> Presenta unidad de entrenamiento	<input type="checkbox"/> Indica el objetivo de la unidad
<input type="checkbox"/> Determina el volumen:	Cantidad <input type="text"/> Medición <input type="text"/>
<input type="checkbox"/> Determina la intensidad	
Intensidad de la unidad <input type="text"/>	Forma de medición <input type="text"/>
Objetivo: <input type="text"/>	

**III: Información del entrenamiento**

1 Parte inicial

<input type="checkbox"/> Calentamiento general	<input type="checkbox"/> Relación de los ejercicios
<input type="checkbox"/> Calentamiento especial	<input type="checkbox"/> Control de la asistencia
Sugerencias metodológicas: <input type="text"/>	

2 Parte principal:

<input type="checkbox"/> Relación lógica de contenidos	<input type="checkbox"/> Proporciona instrucción teórica
<input type="checkbox"/> Principio de individualidad	
Métodos utilizados: <input type="text"/>	
Descripción <input type="text"/>	
Control <input type="text"/>	

3 Parte final

<input type="checkbox"/> Realiza vuelta a la calma	<input type="checkbox"/> Analiza el trabajo realizado
Observaciones técnicas <input type="text"/>	
Condiciones de la instalación	<input type="text"/>
Condiciones del material	<input type="text"/>
Indisciplinas	<input type="text"/>

**IV. Valoración**

<input type="checkbox"/> I. Información de la unidad de entrenamiento	<input type="checkbox"/> Cumplió con lo requerido
<input type="checkbox"/> II. Información del entrenamiento	<input type="checkbox"/> Cumplió con el mínimo requerido
<input type="checkbox"/> Total de faltas	<input type="checkbox"/> Cumplimiento no satisfactorio

Nombre del entrenador

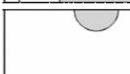
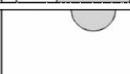
Firma

Nombre del coordinador

Firma

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**  
**ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE – ECTAFIDE –**  
**SESION DE ENTRENAMIENTO**

Entrenador: \_\_\_\_\_ Asociación: \_\_\_\_\_ Horario: \_\_\_\_\_  
 Año: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_ Día: \_\_\_\_\_ Instalación: \_\_\_\_\_

	<b>A C T I V I D A D E S</b>		
Objetivo:	<b>FASE INICIAL</b>	<b>Ejercicios</b>	<b>Tiempo</b>
	1 _____		1
	2 _____		2
Asistencia	<b>FASE PRINCIPAL</b>	<b>Ejercicios</b>	
1.-	3 _____		3
2.-	4 _____		4
3.-	4 _____		5
4.-	5 _____		6
5.-	6 _____		7
6.-	6 _____		8
7.-	7 _____		7
8.-	7 _____		8
9.-	8 _____		8
10.-	8 _____		8
11.-	8 _____		8
12.-	8 _____		8
13.-	8 _____		8
Metodos	<b>FASE FINAL</b>	<b>Ejercicios</b>	
1.-	9 _____		5
2.-	10 _____		6
3.-	10 _____		7
Equipo a utilizar	11 _____		7
1.-	12 _____		8
2.-	12 _____		8
3.-	12 _____		8
4.-	<b>Observaciones:</b>		<b>TIEMPO TOTAL</b>
5.-			



## **Metodología de Enseñanza del Baloncestista**

### **Introducción:**

El desarrollo que ha alcanzado el Baloncesto en el mundo, exige la renovación constante de formas y métodos de trabajo que permitan la aplicación de los novedosos adelantos de la técnica, correspondencia con los cambios en las reglas de juego que inciden marcadamente las transformaciones que se observan.

Para lograr niveles superiores en la enseñanza y consolidación del juego de los baloncestistas, se hace necesarios realizar un Programa de Preparación del Deportista.

Este documento lleva implícito, rangos de flexibilidad que permiten la aplicación de ideas por parte del técnico, dirigidas en todos los casos a elevar la calidad de su gestión y el logro de resultados sin abandonar los conceptos científicos que han sido expresados y que conforman esta importante indicación de trabajo.

### **Objetivos Generales para las Escuelas:**

Crear hábitos de conducta, morales, volitivas, espíritu colectivista y el amor por el juego, basados en la educación formal.

Garantizar la educación y desarrollo de habilidades y capacidades motoras básicas de forma multilateral.

Iniciar la enseñanza de los elementos básicos del baloncesto.

Consolidar la enseñanza de los elementos técnicos, vinculados a la táctica y las ideas de juego básicas en el baloncesto.

Garantizar la formación de futuros talentos para los equipos.

### **Objetivos de la Preparación Psicológica:**

Crear en los alumnos un estado óptimo de predisposición psicológica hacia la actividad del baloncesto.

Desarrollar los procesos cognoscitivos: percepción, sensación, análisis, pensamiento, creatividad e imaginación

Educar y desarrollar particularidades psíquicas de la personalidad, el temperamento y el carácter.

Crear y educar en los alumnos, un estado óptimo de las cualidades emocionales.

Desarrollar las relaciones interpersonales de grupo y colectivo.

### Objetivos de la Preparación Teórica:

Lograr que el alumno conozca la simbología del baloncesto.

Enseñar las reglas fundamentales del baloncesto, relacionadas con el juego y las competencias.

Conocer de forma general la historia del baloncesto internacional y los aspectos más significativos del desarrollo en el país.

Ubicar objetivos teóricos en el plan de enseñanza y/o plan de entrenamiento anual, estableciendo el sistema de evaluación mediante test que evalúen los contenidos impartidos y de modo particular los aspectos esenciales técnico-tácticos.

#### Nota:

Los test teóricos, se programan con el mismo criterio de los test técnicos, físicos y tácticos. En esta comprobación los objetivos teóricos, también podrán controlarse y los objetivos de la preparación psicológica. Se sugiere que sistemáticamente, los profesores indiquen a los alumnos tareas teóricas, estimulando el estudio independiente, la resolución individual o colectiva, proponiendo debates sobre los conceptos teóricos y técnico-tácticos, favoreciendo la formación del pensamiento táctico de los alumnos.

Técnica Ofensiva	EDAD				
	9-10 años	11-12 años	13-14 años	15-16 años	17-18 años
<b>DESPLAZAMIENTOS</b>					
Postura	E	E	C	C/P	P
Carrera	E	E	C	C/P	P
Frente	E	E	C	C/P	P
Espalda	E	E	C	C/P	P
Lateral	E	E	C	C/P	P
Amagos	E	E	C	C/P	P
Cambios de dirección	E	E	C	C/P	P
Cambios de velocidad	E	E	C	C/P	P
Cambios de ritmo	E	E	C	C/P	P
<b>PARADAS</b>					
Por pasos	E	E	C	C/P	P
Por saltos	E	E	C	C/P	P
<b>GIROS</b>					
De frente	E	E	C	C/P	P
De espalda	E	E	C	C/P	P
<b>SALTOS</b>					
Con una pierna	E	E	C	C/P	P
Con dos piernas	E	E	C	C/P	P
<b>SITUACIONES ESPECIALES</b>					
Salto entre dos	E	E	E/C	C/P	P
<b>ACCIONES COMBINADAS</b>					
Carreras y paradas	E	E	C	C/P	P
Paradas y giros	E	E	C	C/P	P
<b>MANEJO DEL BALÓN</b>					
Agarre	E	E	C	C/P	P
Triple amenaza	E	E	E/C	C/P	P
Pasar, tirar o driblar	E	E	E/C	C/P	P
<b>RECEPCIÓN</b>					
Arriba de la cintura	E	E	C	C/P	P
Debajo de la cintura	E	E	C	C/P	P
<b>PASES Y SUS VARIANTES</b>					
Con dos manos	E	E	C	C/P	P
Con una mano	E	E	C	C/P	P
<b>DRIBLE</b>					
Sin control visual	E	E	C	C/P	P
Alto	E	E	C	C/P	P

Técnica Ofensiva	EDAD				
	9-10 años	11-12 años	13-14 años	15-16 años	17-18 años
<b>HABILIDADES CON DRIBLE</b>					
Tiro básico	E	E	C	C/P	P
Tiro libre	E	E	C	C/P	P
Tiro en movimiento	E	E	C	C/P	P
a) entrando al aro	E	E	C	C/P	P
b) en suspensión	-	-	C	C/P	P
c) de gancho	-	-	C	C/P	P
<b>ACCIONES COMBINADAS</b>					
Recepción y paradas	E	E/C	E/C	C	P
Recepcion y pase en movimiento	E	E/C	E/C	C	P
Recepción y drible	E	E/C	E/C	C	P
Drible con cambio de dirección	E	E/C	E/C	C	P
Drible con cambio de ritmo	E	E/C	E/C	C	P
Pase despues del drible	E	E/C	E/C	C	P
Drible y parada	E	E/C	E/C	C	P
Drible y pase en movimiento	E	E/C	E/C	C	P
Drible, parada y tiro	E	E/C	E/C	C	P
Tiro en movimiento despues de drible	E	E/C	E/C	C	P
Tiro en movimiento despues de pase	E	E/C	E/C	C	P
Tiro en suspensión despues de drible	-	-	E	E/C	C/P
Tiro en suspensión despues de pase	-	-	E	E/C	C/P
Tiro de gancho despues de pase	-	E	E	E/C	C/P
Tiro de gancho despues de drible	-	E	E	E/C	C/P
Tiro pasado despues de drible	-	E	E	E/C	C/P
Tiro pasado despues de pase	-	E	E	E/C	C/P
<b>SITUACIONES ESPECIALES DE SAQUE</b>					
Desde la línea final	E	E/C	C	C	P
Desde la línea lateral	E	E/C	C	C	P

	EDAD				
Técnica Defensiva	9-10 años	11-12 años	13-14 años	15-16 años	17-18 años
<b>DESPLAZAMIENTOS</b>					
Postura	E	E/C	C	C/P	P
Pies en línea o en forma de pasos	E	E/C	C	C/P	P
posición alta de las piernas	E	E/C	C	C/P	P
posición media de las piernas	E	E/C	C	C/P	P
Posición baja de las piernas	E	E/C	C	C/P	P
<b>TRABAJO DE LOS BRAZOS</b>					
posición alta de las piernas	E	E/C	C	C/P	P
Posición alternos	E	E/C	C	C/P	P
<b>APODERAMIENTO DEL BALÓN</b>					
Intercepción	E	E/C	C	C/P	P
Al pase	E	E/C	C	C/P	P
Al drible	E	E/C	C	C/P	P
Quitar el balón	E	E/C	C	C/P	P
Tumbar el balón	E	E/C	C	C/P	P
Tapar el balón	E	E/C	C	C/P	P
Bloqueo al rebote	E	E/C	C	C/P	P
Acciones combinadas de desplazamiento y apoderamiento del balón	-	E	E/C	C/P	P
<b>TÁCTICA OFENSIVA</b>					
<b>ACCIONES INDIVIDUALES</b>					
Jugador sin balón	E	E/C	C	C	C/P
Desmarcarse para buscar un lugar	E	E/C	C	C	C/P
Libre alejándose de la pelota	E	E/C	C	C	C/P
Acercándose a la pelota	E	E/C	E/C	C	C/P
Desmarcarse para buscar un lugar libre	E	E/C	E/C	C	C/P
Alejándose de la pelota	E	E/C	E/C	C	C/P
Acercándose a la pelota	E	E/C	E/C	C	C/P
Cortes hacia el aro	E	E/C	C	C	C/P
Inicio de pantalla	-	E/C	C	C	C/P
Pantalla y continuación	-	E	E/C	C	C/P
Rebote ofensivo	E	E/C	C	C	C/P

	EDAD				
	9-10 años	11-12 años	13-14 años	15-16 años	17-18 años
<b>ACCIONES TÁCTICAS DE ACUERDO A LA FUNCION DE</b>					
Armador	-	E	E/C	E/C	C/P
Alero	-	E	E/C	E/C	C/P
Pivotes	-	-	E	E/C	C/P
<b>JUGADOR CON BALÓN</b>					
Amagos y penetraciones al aro	E	E/C	E/C	C/P	P
Amagos y tiros	E	E/C	E/C	C/P	P
Amagos y pasajes	E	E/C	E/C	C/P	P
1 vs. 1	E	E/C	E/C	C/P	P
<b>ACCIONES TÉCNICO TÁCTICAS DE ACUERDO A LA FUNCION DE</b>					
Armador	-	E/C	E/C	E/C	C/P
Alero	-	E/C	E/C	E/C	C/P
Pivotes	-	E/C	E/C	E/C	C/P
<b>ACCIONES DE GRUPO DE DOS JUGADORES</b>					
Pasar y cortar	E	E/C	E/C	C/P	C/P
Centro	-	E/C	E/C	C/P	C/P
Jugadores del perímetro	E	E/C	E/C	C/P	C/P
Cortes del jugador sin balón	E	E/C	E/C	C/P	C/P
<b>PANTALLAS</b>					
Estática	-	E/C	E/C	C/P	C/P
En movimiento	-	E/C	E/C	C/P	C/P
2 vs. 0 contra ataque	-	E/C	E/C	C	C/P
2 vs. 2 juego	-	E/C	E/C	C	C/P

	EDAD				
	9-10 años	11-12 años	13-14 años	15-16 años	17-18 años
<b>ACCIONES DE GRUPO DE DOS JUGADORES</b>					
Armador	-	E	E/C	E/C	C/P
Alero	-	E	E/C	E/C	C/P
Pivotes	-	-	E	E/C	C/P
<b>JUGADOR CON BALÓN</b>					
Amagos y penetraciones al aro	E	E/C	E/C	C/P	P
Amagos y tiros	E	E/C	E/C	C/P	P
Amagos y pasajes	E	E/C	E/C	C/P	P
1 vs. 1	E	E/C	E/C	C/P	P
<b>ACCIONES TÉCNICO TÁCTICAS DE ACUERDO A LA FUNCION DE</b>					
Armador	-	E/C	E/C	E/C	C/P
Alero	-	E/C	E/C	E/C	C/P
Pivotes	-	E/C	E/C	E/C	C/P
<b>ACCIONES DE GRUPO DE DOS JUGADORES</b>					
Pasar y cortar	E	E/C	E/C	C/P	C/P
Centro	-	E/C	E/C	C/P	C/P
Jugadores del perímetro	E	E/C	E/C	C/P	C/P
Cortes del jugador sin balón	E	E/C	E/C	C/P	C/P
<b>PANTALLAS</b>					
Estática	-	E/C	E/C	C/P	C/P
En movimiento	-	E/C	E/C	C/P	C/P
2 vs. 0 contra ataque	-	E/C	E/C	C	C/P
2 vs. 2 juego	-	E/C	E/C	C	C/P

	EDAD				
	9-10 años	11-12 años	13-14 años	15-16 años	17-18 años
<b>ACCIONES DE GRUPO DE DOS JUGADORES</b>					
Armador	-	E	E/C	E/C	C/P
Alero	-	E	E/C	E/C	C/P
Pivotes	-	-	E	E/C	C/P
<b>JUGADOR CON BALÓN</b>					
Amagos y penetraciones al aro	E	E/C	E/C	C/P	P
Amagos y tiros	E	E/C	E/C	C/P	P
Amagos y pasajes	E	E/C	E/C	C/P	P
1 vs. 1	E	E/C	E/C	C/P	P
<b>ACCIONES TÉCNICO TÁCTICAS DE ACUERDO A LA FUNCION DE</b>					
Armador	-	E/C	E/C	E/C	C/P
Alero	-	E/C	E/C	E/C	C/P
Pivotes	-	E/C	E/C	E/C	C/P
<b>ACCIONES DE GRUPO DE DOS JUGADORES</b>					
Pasar y cortar	E	E/C	E/C	C/P	C/P
Centro	-	E/C	E/C	C/P	C/P
Jugadores del perímetro	E	E/C	E/C	C/P	C/P
Cortes del jugador sin balón	E	E/C	E/C	C/P	C/P
<b>PANTALLAS</b>					
Estática	-	E/C	E/C	C/P	C/P
En movimiento	-	E/C	E/C	C/P	C/P
2 vs. 0 contra ataque	-	E/C	E/C	C	C/P
2 vs. 2 juego	-	E/C	E/C	C	C/P
Combinaciones de sistemas ofensivos contra defensa mixta	-	E	E/C	E/C	C/P
<b>CONTRA ATAQUE Y TRANSICIÓN</b>					
Acciones de 2 vs. 1 en medio y todo terreno	-	E	E/C	E/C	C/P
Acciones de 3 vs. 1 en medio y todo terreno	-	E	E/C	E/C	C/P
Acciones de 3 vs. 2 en medio y todo terreno	-	E	E/C	E/C	C/P
Acciones de 4 vs. 2 y 4 vs. 3 en medio y todo terreno	-	E	E/C	E/C	C/P

E= enseñanza

C= consolidación

P= perfeccionamiento

## Orientaciones metodológicas:

1. Sugerimos que los ejercicios de pantalla estática y en movimiento se ejecuten en cualquier parte del terreno, sin especializar al jugador en una posición específica.
2. Los porcentos de trabajo que se expresan en las tablas del presente folleto deben ser utilizados como guía para planificar y dosificar la carga en el plan de entrenamiento o programa de enseñanza de la escuela durante el año de trabajo, con el rango de flexibilidad que considere cada entrenador, según las características del grupo que trabaje.
3. En la categoría de 9-10 años se debe trabajar la preparación física mediante juegos deportivos y de baloncesto; la enseñanza táctica jugara un papel fundamental para crear los elementos básicos del baloncesto (pases, drible, desplazamiento, amagos y tiros al aro)
4. Usar el juego como un vehículo fundamental en el proceso de enseñanza y consolidación, en esta categoría se inicia el proceso de enseñanza y consolidación, en esta categoría se inicia el aprendizaje de la defensa personal.
5. En la categoría de 11 a 12 años, la preparación física se debe de trabajar con ejercicios para la preparación multilateral del niño utilizando medios auxiliares; pelotas medicinales pequeñas, planchas, el peso corporal del otro niño y juegos pre deportivos y del baloncesto.
6. En esta categoría los niños deben continuar con la enseñanza de los elementos técnicos básicos del deporte, así como la consolidación de aspectos primordiales de la defensa personal, usar el juego como vehículo fundamental del proceso de enseñanza y consolidación.
7. Nunca debe usarse el concepto de perfeccionamiento de los fundamentos técnicos, físicos, tácticos, y teóricos en el mini baloncesto. El proceso de enseñanza de los elementos básicos del baloncesto deben considerarse: a) enseñanza, b) enseñanza y consolidación, c) consolidación.
8. En la categoría de 13 a 14 años, se inicia un trabajo de fortalecimiento físico con la ayuda de medios auxiliares, se continua la consolidación de los elementos técnicos fundamentales buscando una correcta ejecución de los mismos también deberá usarse el juego en la enseñanza y consolidación de todos los elementos técnicos fundamentales.
9. En la categoría de 15 a 16 años, se aumenta gradualmente el nivel de la preparación física, buscando un desarrollo progresivo de las capacidades condicionales y coordinativas, con la utilización de pesas pequeñas con repeticiones, pelotas medicinales, cajones, arena, sogas, barra, ejercicios isométricos, etc.

Los elementos de la preparación técnica se relacionan con la táctica en función del juego, buscando una correcta asimilación de las diferentes situaciones tácticas haciendo hincapié, en la defensa personal y variantes de zona.

10. En las categorías de 17 a 18 años se inicia el fortalecimiento de todos los planos musculares fundamentales para el baloncestista desarrollando a niveles superiores las capacidades condicionales coordinativas con la ayuda de los medios especiales y una correcta dosificación de las pesas, la preparación táctica juega un papel importante para perfeccionar los principios básicos de la defensa y la táctica ofensiva de grupo y equipo, general del entrenamiento.
11. Los contenidos del programa serán utilizados adecuados por cada entrenador, según la categoría que maneje.
12. Ningún entrenador podrá pasar a desarrollar un nuevo trabajo de aprendizaje o desarrollo sin antes haber vencido el contenido anterior, o sea comprobado el dominio de los atletas en la ejecución de la tarea o del ejercicio que imparte.

Fotografías







