

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR
PEDAGÓGICO PÚBLICO CHIMBOTE



Estrategias de entrenamiento para mejorar la práctica
del Básquetbol en estudiantes del primer año de
Secundaria de las instituciones N^o 88298 y N^o 88013
Chimbote - 2018

INFORME DE INVESTIGACIÓN PARA OBTENER EL TÍTULO
PROFESIONAL DE PROFESOR EN LA CARRERA DE EDUCACIÓN
FÍSICA.

AUTORES:

ALVA BERMÚDEZ Paola Cindy

ZAVALETA RAMOS Adan Mauro

PÉREZ URCIA José Loreto

ASESOR:

Mg. Hermenegildo Espinoza Quiñones

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Estrategias Metodológicas

Nuevo Chimbote – Perú

2020

DEDICATORIA

A Dios, por ser mi guía en todo lo que hago.

A mi bella madre Patricia, por ser una mujer ejemplar y nunca haberme dejado sola en ningún momento de mi vida.

A mis 4 bellos hijos, ya que ellos son el motor y motivo para seguir adelante, gracias a mis estudios podré brindarles una mejor calidad de vida.

Paola.

A Dios, porque me da la paz espiritual y fortaleza, me ilumina por la senda del bien, a mi padre que me guía del cielo.

A mi madre, por su apoyo incondicional en mi vida y en la carrera profesional que elegí.

A cada uno de mis compañeros, por su apoyo que me dieron durante los 5 años de estudios pedagógicos, ellos son parte de mi vida y los considero con aprecio y gratitud.

José.

A Dios, por ser mi guía en todo lo que hago.

A mi bella madre Amanda, por ser una mujer ejemplar y nunca haberme dejado solo en ningún momento de mi vida.

A mis 2 bellas hijas, ya que ellas me dan la fuerza día a día para seguir esforzándome y poder lograr mis metas y mis objetivos.

También dar gracias al profesor Jorge Lu; y los docentes que me ayudaron en mi formación profesional durante mis 5 años de estudios, profesor Hugo, mis Eliana, mis Judith, profesor camayo, entre otros.

Mauro.

AGRADECIMIENTO

A los directores: Adavid Goicochea Goicochea, y los docentes de educación física. Denis Masa Arizola, walder Herrera Ramos, de las instituciones Educativas 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” y 88298 Luis Alberto Sánchez, por permitirnos realizar nuestro estudio y darnos su apoyo en cuanto a la flexibilidad de tiempo, espacios y algunos materiales.

Un agradecimiento especial a los estudiantes del 1° año “A” Y 1° año “B” de secundaria de las instituciones mencionadas, quienes fueron partícipes de nuestro trabajo y con mucho entusiasmo realizaron lo propuesto.

Al instituto de Educación Superior Pedagógico Público del santa, por ser nuestra casa de estudio y alma mater.

A la Profesor Mg. Jorge Martín Lu Saavedra, quien nos brindó su tiempo y conocimientos pedagógicos; también a los docentes de nuestro querido instituto del santa. Al Mg. Hermenegildo Espinoza Quiñones, quien apoyó con la implementación, ejecución y revisión permanente del informe de investigación, sin ellos no hubiera sido posible culminar este arduo trabajo.

A la Mg. Guadalupe Balta Sevillano, por abrirnos la puerta de la casa de estudios donde culminamos nuestra profesión.

A todas las personas que participaron e hicieron posible esta investigación, a todos ellos muchas gracias por su enseñanza y su apoyo incondicional.

Atentamente,

Los investigadores.

ÍNDICE TEMÁTICO

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice Temático	iv
Resumen	vi
Abstract	vii
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.1. Descripción y formulación del problema	1
1.2. Objetivos de la investigación	2
1.2.1. General	2
1.2.2. Específicos	3
1.3. Justificación del estudio	3
2. MARCO TEÓRICO	5
2.1. Marco referencial	5
2.2. Marco teórico científico	6
2.2.1. El basquetbol	6
2.2.2. Estrategias de entrenamiento	18
2.3. Marco conceptual	21
3. METODOLOGÍA	23
3.1. Tipo y diseño de investigación	23
3.2. Hipótesis	23
3.2.1 Hipótesis general	23
3.2.2 Hipótesis específicas	24
3.3. Variables de estudio: Operacionalización	24
3.4. Población, muestra y muestreo	25
3.4.1. Población muestral	25

3.4.2. Muestreo	26
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	26
3.5.1. Técnicas	26
3.5.2. Instrumentos	27
3.6. Procedimientos para la validación y confiabilidad de instrumentos	27
3.7. Técnicas estadísticas para el procesamiento de datos y prueba de hipótesis	28
4. RESULTADOS	29
5. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	44
6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	48
6.1. Conclusiones	48
6.2. Recomendaciones	49
REFERENCIAS	51
ANEXOS	
Anexo N° 01: Matriz de consistencia	
Anexo N° 02: Instrumento pre y pos test	
Anexo N° 03: Ficha técnica de instrumento	
Anexo N° 04: Validación del instrumento	
Anexo N° 05: Confiabilidad del instrumento	
Anexo N° 06: Base de datos	
Anexo N° 07: Sesiones	
Anexo N° 08: Evidencias fotográficas.	

RESUMEN

El informe de investigación tuvo como objetivo determinar en qué medida las Estrategias de entrenamiento mejora la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 “Luis Alberto Sánchez” y I.E. N° 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” Chimbote -2018.

El estudio experimental, del tipo tecnológico - aplicada, utiliza un diseño pre-experimental con la aplicación de un pre y post – test, con una población muestra de 50 estudiantes; de quienes se recogió la información mediante la técnica de observación directa y el instrumento utilizado fue la ficha de observación, validada mediante juicio de expertos y con una confiabilidad indicada como muy fuerte.

Los resultados indican que la dimensión pase obtuvo la diferencia 9.96 puntos, el dribling una diferencia de 3.46, el tiro canasta una diferencia de 6.38, en la defensa la diferencia es 5.44 y en la variable de la práctica del básquetbol obtuvo una diferencia de 24.72 puntos. Ante los logros alcanzados se concluye que la aplicación de las Estrategias de entrenamiento para mejorar práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria.

Palabras claves:

Estrategias de entrenamiento, basquetbol: pase, dribling, tiro canasta, defensa.

ABSTRAC

The research report aimed to determine to what extent Coaching Strategies improves basketball practice in I.E. N ° 88298 "Luis Alberto Sánchez" and I.E. N ° 88013 "Eleazar Guzmán Barrón" Chimbote -2018.

The experimental study, of the technological-applied type, uses a pre-experimental design with the application of a pre and post-test, with a sample population of 50 students; from whom the information was collected through the direct observation technique and the instrument used was the observation sheet, validated by expert judgment and with a reliability indicated as very strong.

The results indicate that the pass dimension obtained a difference of 9.96 points, dribbling a difference of 3.46, the basket shot a difference of 6.38, in defense the difference was 5.44 and in the variable of basketball practice it obtained a difference of 24.72 points. Given the achievements, it is concluded that the application of training strategies to improve basketball practice in first-year high school students.

Keywords:

Training strategies, basketball; pass, dribling, basket shot, defense

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción y delimitación del problema.

En el distrito de Chimbote, en las últimas décadas se vienen observando bajos niveles de rendimiento deportivo en la práctica del básquetbol, se experimentan limitadas prácticas de esta disciplina, lo cual trae consigo un bajo nivel y promoción de buenas deportistas en esta disciplina deportiva.

La adaptación de los estudiantes a la práctica del básquetbol implica una diversidad de movimientos (equilibrio, coordinación, desplazamientos entre otros), los cuales le permitirán enfrentar diferentes situaciones motrices en las actividades sociales en las que participen.

El aprendizaje del básquetbol es altamente significativo para el desarrollo de habilidades y destrezas que permitan a los estudiantes un mejor desempeño en las diversas actividades en las cuales se tenga que desempeñar.

De acuerdo con Nicolás (2009) hoy en día, se observa en el básquetbol competitivo mundial, que los campeonatos se definen en base a la autoconfianza con la que cuentan los jugadores, por tanto, la autoconfianza es la convicción que una persona tiene, para ejecutar con éxito la conducta requerida y producir un determinado resultado.

Drauschke, Kroger, Achul y Utz (2011) según estadísticas oficiales, la influencia al deporte básquetbol se mantiene desde el “cambio” ocurrido en 1972 con motivos de los juegos olímpicos de Múnich. Toda la nación quedó atrapada por la fuerza de la fascinación que partió del torneo olímpico. Pero en muchos casos, a pesar de la buena predisposición de los entrenadores no se consigue una iniciación correcta a este bonito deporte porque los conocimientos básicos son algo deficientes, están anticuados o no se saben llevar a la práctica.

Sandino (1966), si bien es cierto que los estudiantes tienen habilidades básicas; y como dichas falencias fundamentales son un sostén fundamental para el desarrollo mecanizado de las técnicas del básquetbol, se observa deficiencias en el desarrollo de las habilidades que tienen como finalidad mejorar y brindar alternativas de solución al básquetbol en la sociedad; buscando mejorar el nivel competitivo.

Esta deficiencia del básquetbol en las instituciones educativas se basa al mal estado del campo de juego, muchas instituciones; ya que no cuentan con la demarcación específica para practicar esta disciplina, y también podemos observar que no tienen los materiales adecuados. Es más, en las olimpiadas internas escolares no programan esta disciplina.

El trabajo de investigación enfoca el problema educativo y deportivo referente a la práctica de los fundamentos técnicos básicos del básquetbol en la Institución Educativa N° 88013 - "Eleazar Guzmán Barrón" y N° 88298 "Luis Alberto Sánchez" de Nuevo Chimbote y Chimbote, debido al bajo rendimiento y protagonismo en los diferentes juegos deportivos inter escolares y/o en las diferentes actividades deportivas.

Se precisa que, el básquetbol siendo un deporte colectivo ejecutado con un balón; con el pasar del tiempo ha sufrido cambios en su forma de entrenamiento y enseñanza al ejecutar los movimientos, siendo estos más técnicos, de mayor precisión y coordinación a parte La poca práctica y afición de este deporte impide que los estudiantes se desarrollen de la mejor manera en las clases de Educación Física, y no puede a su vez mejorar en sus destrezas y habilidades, por eso es necesario fortalecer el proceso de enseñanza y aprendizaje, para mejorar su desempeño, capacidades físicas, intelectuales, psicológicas del estudiante y mejorar el nivel competitivo.

Las actividades de enseñanza que realiza el docente están inevitablemente unidas al proceso de aprendizaje, el profesor busca estrategias que le servirán para fortalecer la imaginación, la creatividad, a parte de una mayor cooperación socialización entre los estudiantes a su vez permitirá mejorar la técnica en cada fundamento en este caso del deporte de básquetbol.

Frente a la realidad descrita se planteó como problema de investigación el siguiente:

¿En qué medida las estrategias de entrenamiento mejoran la práctica del básquetbol en los estudiantes de 1° año de secundaria de las instituciones N° 88013 - "Eleazar Guzmán Barrón" y N° 88298 "Luis Alberto Sánchez", Chimbote – 2018?

1.2. Objetivos de la investigación:

1.2.1 General

Determinar en qué medida las estrategias de entrenamiento mejoran la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria en la I.E. N° 88013 "Eleazar

Guzmán Barrón” de Chimbote e I.E. N° 88298 Luis Alberto Sánchez de Nuevo Chimbote 2018.

1.2.2 Específicos.

- Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión el pase en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 “Eleazar Guzmán Barrón” de Chimbote e I.E. N° 88298 Luis Alberto Sánchez de Nuevo Chimbote 2018.
- Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión el dribling en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 “Eleazar Guzmán Barrón” de Chimbote e I.E. N° 88298 Luis Alberto Sánchez de Nuevo Chimbote 2018.
- Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión del lanzamiento canasta en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 “Eleazar Guzmán Barrón” de Chimbote e I.E. N° 88298 Luis Alberto Sánchez de Nuevo Chimbote 2018.
- Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión de la defensa en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 “Eleazar Guzmán Barrón” de Chimbote e I.E. N° 88298 Luis Alberto Sánchez de Nuevo Chimbote 2018.

1.3. Justificación del estudio

La investigación realizada presenta diversos aspectos desde los cuales se justificó su aplicación, en un principio constituye un aporte teórico, consideró que tiene como soporte los diversos fundamentos y conceptos sobre la variable practica del basquetbol y las estrategias de entrenamiento; asimismo, a la luz de estas teorías y los resultados hallados se establecieron las conclusiones, las cuales constituyen fundamentos y aportes para estudios posteriores.

Desde el aspecto practico, la investigación planifico, ejecuto y evaluó un conjunto de estrategias deportivas que se orientaron a la promoción de la práctica del basquetbol que es un deporte de escasa presentación en nuestra localidad y a nivel nacional, con las cuales se espera promover su masificación y practica por parte de los docentes de la

especialidad de educación física, por lo cual en los anexos de la presente investigación se incluyen las respectivas programaciones.

Otro de los aspectos considerados, es el aporte metodológico de la investigación, que se centra en los procesos de construcción del instrumento de observación con el cual se diagnosticó el nivel de la práctica del basquetbol, el cual ha seguido procedimientos rigurosos de validación y confiabilidad, lo que le da su respectiva valía, siendo posible su aplicación a otros contextos y estudios posteriores que así lo requieran, sobre el tema analizado en la presente investigación.

También, se ha considerado el aspecto social, sobre el cual se considera que el estudio ha aportado a la sociedad a encontrar en el basquetbol la promoción de un deporte poco desarrollado en nuestra sociedad, en los jóvenes de educación secundaria que participaron como sujetos de investigación y que encontraron en este deporte una nueva forma de la práctica deportiva.

Finalmente, la investigación asume la justificación filosófica, sobre la base del ideario que la tarea de educación como aquella en la que forja hombres comprometidos en la tarea de transformación histórica de la sociedad haciéndola más justa y solidaria, sobre la cual los estudiantes pertenecientes a esta casa de estudios, asumimos la responsabilidad de cooperar a través de la educación para formar ciudadanos que contribuyan al desarrollo de la sociedad. En esta filosofía, una de las claves es, educación tarea de humanización, en esta línea de estrategia se tuvo en cuenta las necesidades de los estudiantes del 1° año de secundaria en el desarrollo de su entrenamiento de estrategias del básquetbol, partiendo por el interés que tiene el estudiante en el momento del desarrollo de sus actividades. Asimismo, que la educación vocacional de servicio y solidaridad, es a través del presente trabajo, que los investigadores evidenciaron la vocación del quehacer educativo que deben de cumplir los estudiantes mostrando el desarrollo de sus capacidades y estrategias de juego del básquetbol. Por último, educación proceso en continuo cambio, en el presente trabajo se contribuyó al cambio educativo, que sea permanente las aplicaciones de las estrategias de entrenamiento mejoran la práctica del básquetbol en los estudiantes de 1° año de secundaria de las instituciones N° 88013 - "Eleazar Guzmán Barrón" y N° 88298 Luis Alberto Sánchez.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Marco Referencial

En el plano internacional se tiene los estudios presentados por Toscano, (2014) en la tesis “estudio de la enseñanza y aprendizaje del básquetbol en los estudiantes de educación básica superior de la Unidad Educativa Antares, sector Mirasierra distrito Metropolitano Quito, año lectivo 2013-2014”, que fue orientado a generar un estudio sobre la enseñanza y práctica del básquetbol en los estudiantes de Educación Básica Superior de la Unidad Educativa Antares ubicada en el sector Mirasierra, en las clases de Educación Física con el propósito de establecer una propuesta encaminada a profundizar la enseñanza, aprendizaje y práctica de dicha disciplina deportiva. La modalidad de investigación es de desarrollo social y se diseñó como una investigación de campo, acompañada de encuestas realizadas a los estudiantes. Los datos obtenidos y codificados fueron interpretados para llegar a conclusiones y a situaciones reales. La encuesta fue avalada por expertos y realizada a los involucrados, refleja la situación real de la enseñanza y aprendizaje de este deporte debido a la falta de tiempo que se tiene para la enseñanza deportiva en las clases de Educación Física en este caso el básquetbol durante el año lectivo. Los datos obtenidos fueron procesados, analizados y presentados en cuadros y gráficos de frecuencia y porcentajes, para confirmar la necesidad de mejorar la parte didáctica y metodológica de la enseñanza y aprendizaje del básquetbol en los estudiantes de la Unidad Educativa Antares y de otras Instituciones similares.

Chicaiza, (2016) en Ecuador, con el objetivo determinar la incidencia de la enseñanza, aprendizaje de los fundamentos técnicos del básquetbol en los estudiantes del séptimo año de educación general básica de la unidad educativa fiscomisional “La Inmaculada” del cantón Pangua, provincia de Cotopaxi; Estudiaron a una muestra de 54 estudiantes; Concluyendo con esta investigación se evidenció que la enseñanza-aprendizaje de los fundamentos técnicos y la práctica de basquetbol son muy importante e indispensable dentro de las horas clase de educación física; consecutivamente en la vida diaria para que promuevan este aspecto muy importante para ellos.

Dentro del contexto nacionales a Madueño (2015) en la tesis estilos de enseñanza asignación de tareas en el aprendizaje de fundamentos del básquetbol en estudiantes de economía de UNSCH 2015, de acuerdo a los resultados obtenidos mediante el estadígrafo Wilcoxon nos permite observar que el nivel de significancia obtenida $p=0.00$ es menor a $\alpha=0.05$, entonces rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la alterna, podemos afirmar

que existen diferencias significativas entre el pretest y posttest en el aprendizaje de los fundamentos del básquetbol a un nivel de confianza del 95% y significancia de 5%. Por lo que se comprueba la hipótesis general: La aplicación del estilo de enseñanzas Asignación de Tareas influye significativamente en el aprendizaje de los fundamentos del basquetbol en estudiantes de Economía de la UNSCH-2015 (P.65).

Calizaya, (2017) "Nivel de fundamentos técnicos del basquetbol en los estudiantes del 6to grado de Primaria N° 70494 Túpac Amaru de Macari y Adventista Titicaca Juliaca año 2016", el estudio es no experimental de diseño transeccional descriptivo. Se estudió a una muestra de 68 estudiantes del 6to grado de edades entre 10-12 años. El instrumento aplicado fue el test de fundamentos técnicos del basquetbol. Para el tratamiento estadístico se aplicó el análisis porcentual. Resultados el 55% de estudiantes de la IEP N° 70494 del TAM en el fundamento técnico de básquetbol se encuentra en la categoría deficiente, por otro lado el 65.10% de estudiantes de la IEP ATJ en los fundamento técnico de basquetbol se encuentra en la categoría deficiente, este resultado se debe al poco interés por parte de los estudiantes en la práctica de esta disciplina deportiva, así como también la deficiente técnica que poseen en la ejecución el movimiento tal como menciona Planchart y Domínguez (2001) la técnica se define como la utilización racional de los movimientos del cuerpo en función de los fundamentos de juego, con el objeto de obtener los más elevados beneficios mediante la realización de esfuerzo mínimo.

Aliaga, (2010) desarrolló la tesis "Nivel de fundamentos técnicos del básquetbol en las alumnas del 5to grado de la I.E María Auxiliadora e Independencia Nacional Puno-2010". Estudiaron a una muestra de 105 de María Auxiliadora y 80 de Independencia Nacional haciendo un total de 185 estudiantes en total: concluyendo que para la IE María Auxiliadora e Independencia Nacional: El 59,3%, 53,9% son eficiente y un valor de 40,7%, 46.1% son de error y un 18.5%, 7.9% son eficaz de todos los valores corresponden. El valor para IE María Auxiliadora e Independencia Nacional: el 57,5%, 51,5% son eficiente y un valor de 42,5%, 48,5% son de error y por último un valor de 15,0%, 3,1% son eficaz.

2.2. Marco teórico científico

2.2.1. El básquetbol

2.2.2.1. Historia del básquetbol

James Naismith, un profesor canadiense de educación física, inventó el baloncesto en 1891 en Massachusetts, Estados Unidos. Hace unos años, durante la realización del

Curso de Aptitud Pedagógica (CAP) al que asistí en la Escuela Militar de Ciencias de la Educación en Madrid, un profesor de estos que saben cuatro cosas pero que las saben a conciencia y además tienen esa habilidad especial para transmitir las, se empeñó en que estudiáramos determinados conceptos que jamás pensé me serían de utilidad para el desarrollo de mi trabajo.

Hessing (1995), el basquetbol posee elementos básicos para el fortalecimiento de la motricidad de niño(a), en contra posición también posee exigencias técnicas que contribuyen de echo una dificultad para su real y correcto aprendizaje. El aprendizaje de esta disciplina deportiva puede ser muy sencilla, siempre y cuando se escoja adecuadamente las herramientas correctas de enseñanza y aprendizaje en el cual se asegura el paso progresivo de lo simple a lo complejo permitiendo la enseñanza el básquetbol por etapas y/o niveles de aprendizaje.

2.2.2.2. Aparición del básquetbol en Sudamérica.

Mosston (2005), la aparición del basquetbol en Sudamérica se produce en el Perú en 1910, cuando un grupo de educadores estadounidenses encabezado por los Sres. Joseph Lockey y Joseph McKnight son contratados por el gobierno del presidente Dn. Augusto B. Leguía. Ambos profesores traerían este deporte desde Norteamérica, convirtiéndose de esta manera en los precursores de la disciplina en el continente. Dos años más tarde el básquetbol aparece casi simultáneamente en Argentina, Brasil y Uruguay, para luego llegar a Chile en 1923 y en 1925 aparecer en Paraguay. En 1926 surge en Ecuador, en 1930 en Colombia, Venezuela y las Guyanas, y por último en 1941 pondría sus cimientos en Bolivia.

2.2.2.3. El desarrollo del básquetbol en Sudamérica.

Mosston y Ashworth (1996) desde su fundación, la Confederación Sudamericana ha estado en constante actividad; basta con indicar su participación en las conversaciones que se producían en el viejo continente para formar la Federación Internacional de Básquetbol, y luego la presencia de los representantes de Brasil y Uruguay en la lejana ciudad de París a efectos de participar en la fundación del organismo mundial y la elección de su primer presidente el francés Paúl Libaud.

Mosston (2005), en el plano deportivo, Sudamérica inició sus actividades competitivas en el año 1951 mediante la programación de los Campeonatos Sudamericanos de Mayores los cuales, con el correr de los primeros años, servirían para

mostrar la supremacía de algunos equipos como Brasil y Venezuela en varones, mientras en damas lo hacían Brasil y Argentina. Años más tarde aparecerían otros seleccionados que cobrarían una significativa importancia, como el sexteto femenino de Perú desde 1964 y el masculino de Argentina desde 1970. A partir de 1972 en Río de Janeiro se comienza la disputa de los Campeonatos Juveniles, y en 1978 la Confederación Sudamericana de básquetbol será el organismo continental que por primera vez realice los Campeonatos de Menores, iniciando con los torneos de Buenos Aires la preparación desde temprana edad de la juventud continental; decisión que con el correr del tiempo, ha hecho que este deporte sea una disciplina exitosa no sólo al interior de Sudamérica sino sobre todo fuera de nuestras fronteras, donde hemos conquistado logros importantes en los eventos Panamericanos, Mundiales y Olímpicos.

Mosston (2005), los últimos años han servido para mostrar a Sudamérica como una de las Confederaciones de vanguardia de nuestro deporte, uniendo a la vez los logros deportivos con las acciones diligenciales, las cuales han venido siendo cuidadosamente conducidas a través de un Plan Continental que contiene los fundamentos esenciales para afrontar el reto que representa el deporte de cara al Siglo XXI.

Mosston y Ashworth (1996) desde su moderna sede ubicada en el céntrico balneario de Miraflores en Lima, Perú, se elaboran las estrategias que combinan la actividad propia del deporte con los requerimientos económicos, todo ello dentro de un manejo empresarial que propicia la consolidación del básquetbol como el segundo deporte en la aceptación de la afición continental.

2.2.2.4. Fundamentos técnicos del básquetbol.

Hessing (1995), son los conocimientos que ponen en práctica cuando juegan a algo. Los fundamentos técnicos son la forma apropiada, la técnica de un movimiento para lograr el objetivo, porque cada técnica de cada deporte ha ido evolucionando porque descubrían que haciendo un movimiento de tal forma era más eficaz; y con las nuevas tecnologías se van estudiando la biomecánica del movimiento para no lesionar a deportista y mejorar la técnica.

En el básquetbol es de gran importancia profundizar en los fundamentos de juego donde la técnica cumple una sustancial misión. Al hablar de técnica se habla de los fundamentos (Hessing, 1995).

Mosston (2005), movimiento especializado o específico principal y primario que aseguran el dinamismo de competitividad del deportista.

Campos (2002), para alcanzar el objetivo del juego, los jugadores realizan acciones individuales identificadas en los siguientes gestos técnicos: las posiciones fundamentales, los desplazamientos.

Según Planchart y Domínguez (2001) la técnica se define como la utilización racional de los movimientos del cuerpo en función de los fundamentos de juego, con el objeto de obtener los más elevados beneficios mediante la realización de esfuerzo mínimo.

A. El pase.

a) Concepto.

El pase es la acción por la cual los jugadores de un mismo equipo entregan e intercambian el balón de mano en mano para tener una mejor fluidez en su juego colectivo. Es una acción entre sus compañeros del mismo equipo por la que uno de ellos transfiere el control del balón al otro (Pérez y Gardey, 2015).

b) Tipos de pases.

- Pase pecho.

Consiste en tomar el balón con ambas manos a la altura del pecho, separar los codos del cuerpo ligeramente y ubicar los dedos pulgares apuntándose mutuamente, El impulso debe ser igual con los dos brazos de modo que al final del pase queden extendidos, para finalmente arrojar el balón dando un paso hacia adelante (Mosston y Ashworth, 1996).

- Pase de pique.

Tiene las mismas características que el pase pecho, pero se acentúa la flexión de las piernas y las manos se dirigen hacia el suelo. Y al dar el pase se lanza el balón con la intención de que bote antes de ser recibido.

- Pase sobre la cabeza.

Este pase es también muy utilizado, sobre todo por los hombres altos; primero colocamos el balón encima de nuestra cabeza, y después con un movimiento rápido de muñecas pasaremos el balón a la altura del pecho del compañero o donde este nos los

vida. Este pase es el más utilizado para pasar por alto a la zona de nuestro defensor (Pérez y Gardey, 2015).

- El pase de béisbol.

Este pase es más utilizado en los contraataques puesto que es el que mayor distancia puede recibir, pero el inconveniente que también es muy impreciso. Bueno primero nos colocaremos el balón a la altura del hombro y lo impulsaremos con un movimiento del brazo en línea recta, y no en círculo puesto que el movimiento circular hace que el tiro sea aún más impreciso difícil de coger. Como este pase tiene que recorrer casi todo el campo se tendrá que lanzar un poco bombeado, pero no demasiado puesto que con más altura más tarda en llegar al destino. En lugar de realizar este sería mejor pasar como un pase de pecho, pero para ello primero tendremos que tener una buena potencia de pase (Pérez y Gardey, 2015).

- Pase bolos

El pase de bolos es un pase útil en contraataque para ejecutar una técnica rápida de pase con ángulos concretos. En esta técnica el pase lleva una parábola muy concreta y particular. Es rápido en la salida y pierde velocidad en la llegada. Utilízalo para evitar defensores midiendo velocidades y distancias con tus receptores. Éste pase se da con una mano y el balón se coloca a lado de la cintura simulando un tiro de bolos.

- Pase por detrás de la espalda.

Si quieres hacer un pase que sorprenda al contrario y que el baloncesto sea un juego aún más espectacular, tienes que practicar mucho este pase. Para poder ejecutarlo a la perfección primero tienes que controlar perfectamente el cambio de mano por la espalda, con el mismo movimiento, lanzarle el balón a un compañero en lugar de pasártelo a la otra mano. Te aconsejo que para que el balón salga con más fuerza gires un poco la cadera mientras realizas el pase.

B. Bote o dribling.

- a) Concepto.

El bote o drible es uno de los fundamentos ofensivos más importantes del baloncesto, es la acción en la cual interviene la muñeca, brazo y dedos que su ejecución

se inclina ligeramente el cuerpo semiflexionado. Para poder desplazarnos por el campo con el balón.

Es primordial que todos los jugadores manejen con la mayor soltura posible el bote, pero, y esto es muy importante, con ambas manos y por ambos lados. Todo esto permitirá al jugador centrarse en otros aspectos del juego y no estar tan pendientes del balón.

b) Tipos de dribling

- Dribling alto.

Se trata de una estrategia centrada en el desplazamiento del cuerpo que hace un jugador para evitar que un rival pueda arrebatársela el balón.

- Dribling bajo.

Sirve para protegerla pelota del adversario con cambio de mano, sincronización de manos, brazos, balón, y piernas

- Dribling de control.

En una posición sin presión defensiva, mientras el jugador anda, un bote alto y fuerte a la altura del jugador.

- Dribling de protección.

Si la defensa presiona mucho, el jugador puede botar protegiendo el balón con el cuerpo, dando botes bajos para dificultar el llegar a robarlo.

- Dribling de velocidad.

El balón se impulsa hacia adelante, teniendo una incidencia larga del balón al botar al suelo por lo que las progresiones no pide al jugador que driblea dar más pases entre bote y bote.

- Dribling con cambios de dirección.

El jugador bota con la mano izquierda hacia la derecha, hecho que propicia que el defensor se dirija a la derecha, hecho aprovechado para que el atacante haga el mismo bote pero en dirección opuesta para pillar al contrario al contrapié e irse de él.

- Dribling con giros.

Otra manera efectiva de regatear es ir en carrera recta hasta el defensor y justo antes de chocar contra él, hacer un giro sobre ti mismo, con tu espalda en contacto con su pecho mientras giras (aunque sin empujarlo, pues sería falta en ataque.) de esta manera al acabar el giro lo habrías superado y no tendrías oposición para tirar a canasta (esta acción se suele hacer cerca de canasta).

C. Tiro o lanzamineto.

El tiro o lanzamiento es la acción por la cual un jugador intenta introducir el balón dentro del aro, los tipos existentes son:

- El gancho:

Este tipo de gancho suele ser utilizado por los pivots ante la presión del mismo tipo de jugador del equipo rival. La ventaja de este tipo de lanzamiento es que no se está de frente con respecto al rival, lo que hace mucho más difícil que nos pongan un tapón incluso cuando nuestro rival sea mucho más alto (Mosston y Ashworth, 1996). El problema que tiene es saber ejecutarlo correctamente. En lo que respecta a su ejecución es la siguiente:

. Fase de preparación:

Los pies han de estar a la altura de los hombros con las rodillas semi flexionadas, hay que buscar la canasta mirando por encima del hombro en la dirección en la que se va a girar para lanzar. Lo ideal sería hacer una finta con el balón en la dirección opuesta a la que se va a lanzar. La mano de tiro tiene que estar debajo del balón, el codo alineado con la cadera, el balón hacia atrás protegido por cabeza y hombros.

. Fase de ejecución:

Levantar el balón en dirección de oreja a oreja. Extender el codo y flexionar muñeca y codos impulsando el balón con el dedo índice, la mano que va a lanzar se ha de alejar del cuerpo y la otra se ha de elevar ligeramente para proteger. Se ha de colocar la mano que tira que es la que estará más alejada al defensor a la altura del hombro opuesto. Tras esto se procede a pivotar sobre un pie y a girar el cuerpo hacia la canasta levantado la rodilla del lado de tiro y saltando sobre el pie de pivote. A la hora de lanzar el balón, este ha de ser levantado hacia la canasta con un movimiento de gancho. Es importantísimo que se flexione la muñeca y los dedos a la hora de lanzar e impulsar el balón con el dedo índice.

. Fase de seguimiento:

Se ha de caer en equilibrio con las rodillas flexionadas y preparado para coger el posible rebote en caso de fallar.

. Semigancho.

Es una variación del gancho, pero en este caso la impulsión es mucha menor.

c) TIRO EN SUSPENSIÓN :

Es uno de los tiros más utilizados en la actualidad sobre todo en lo que a juego estático se refiere. Consiste en elevarse (saltar) en el aire, este salto ha de ser vertical y equilibrado, para de este modo elevarnos por encima de nuestro defensor. El balón se ha de colocar por encima y por delante de la cabeza, apoyándole en una mano mientras se sujeta con la otra. Una vez hecho se ha de permanecer en el aire un instante para pasar a lanzar mirando a canasta con un golpe de muñeca justo en el momento anterior a empezar a caer. Lo ideal sería que el jugador cayese de nuevo en la misma posición donde inicio el salto.

- Fase de preparación:

Pies separados a la altura de los hombros, puntas de los pies rectas con las rodillas semi flexionadas, la mano de equilibrio debajo de balón, mano de tiro detrás del balón, el codo hacia dentro y el balón situado entre la oreja y el hombro. Se está mirando a canasta.

- Fase de ejecución:

Saltar y después lanzar, la altura de salto depende de la distancia, extender piernas y hombros, extender el codo, flexionar muñecas y dedos hacia delante, impulsar el balón con dedo índice, mano de equilibrio en el balón hasta soltarlo, el ritmo ha de ser uniforme, lógicamente se está mirando a la canasta.

- Fase de seguimiento:

Mantener el brazo extendido, dedo índice apuntando a la canasta, palma de la mano de tiro hacia abajo, la palma de la mano de equilibrio hacia arriba, mirando a la canasta y cayendo de la forma más equilibrada posible.

Variantes:

Tiro en suspensión saltando hacia atrás (el salto se realiza hacia atrás el problema con este tipo de tiros es que se necesita mucha fuerza de brazos), paso atrás con tiro en suspensión (se da un paso muy rápido hacia atrás y posteriormente se tira el tiro, muy importante controlar el balón a la altura de la rodilla)

D) TIRO LIBRE.

Es un lanzamiento que se realiza tras una falta personal, una técnica, una antideportiva o una falta descalificaste por parte del equipo rival. A la hora de lanzar no se puede rebasar la línea de tiro que está situada a 5,80 m de la línea de fondo, se dispone de 5 segundos para hacerlo (aunque muchos jugadores suelen tardar más). Cada tiro libre aporta un punto al equipo que lo encesta. Es de gran importancia de hecho algunos partidos se pueden perder por el excesivo número de fallos en este tipo de lanzamientos. Es uno de los tiros más libres a la hora de entrenar ya que su mecánica es siempre la misma. En este caso habrá que tener en cuenta los distintos elementos que ponemos en juego a la hora de realizar este tiro:

- Pies.

Han de estar separados, pegados al suelo puesto que en este tiro no se salta y a la altura de los hombros, con el pie de la mano que tira ligeramente adelantado, las puntas de los pies han de estar orientados hacia el aro.

- Piernas.

Estarán flexionadas, pero no en exceso, para posteriormente extenderlas en el momento de soltar el balón. La puntera del pie estará en línea vertical con la rodilla.

- Tronco.

Recto pero ligeramente inclinado hacia delante en el momento de realizar el tiro. Manos y brazos. Han de estar por encima de la cabeza, al subir la pelota se ha de hacer desde el agarre en posición de uno, formando un ángulo obtuso con el codo del brazo fuerte a la altura de la cara. La muñeca formará un ángulo recto con el antebrazo, estando por lo tanto la mano debajo de balón. Los dedos estarán abiertos y sin tensión, la palma de la mano no tocará el balón, así se controlará mejor el balón. Se debe mirar al balón entre los dos brazos y por debajo del balón.

- Fase de ejecución:

Se ha de realizar un movimiento continuo sin tirones. Se debe coordinar el movimiento de extensión de piernas y brazos para lanzar el balón hacia el aro por medio de un golpe de muñeca en el momento final de extensión total.

- Fase de seguimiento:

Mantener la posición un instante, hasta que el balón toca el aro o entra en él.

- tiro en estático:

La mecánica sería la misma descrita anteriormente solo que esta vez se realizaría en distintas posiciones, ya que nunca se sabe desde donde se va a realizar este tipo de tiro. La principal diferencia sería que en esta ocasión si se ha de saltar verticalmente cayendo en la misma posición del salto. Los brazos han de permanecer extendidos hasta recobrar la posición en el suelo. No es tan importante la altura del salto como la velocidad de ejecución.

- Tiro tras parada:

Este tipo de tiro es esencialmente igual al anterior solo que en este caso se realiza inmediatamente después de hacer una parada, ya sea en uno o dos tiempos. En el momento de realizar la parada se debe tener en cuenta que los pies han de estar alineados con el aro y ser suficientemente bueno para que nos permita tirar rápido y tener un buen equilibrio. Una parada en un tiempo será mejor y nos permitirá tirar con mayor velocidad.

En cambio, la parada en dos tiempos nos permitirá equilibrarnos mejor, para eso lo conveniente es hacer el primer tiempo con el pie más cercano al aro, la razón de esto es que generalmente es el lado en el que está colocada la defensa, pero no solo esto además esto último hace más fácil el gesto técnico.

- Entrada a canasta:

Son tiros que se realizan en movimiento tras un pase o un bote. Se divide en varias fases:

Una primera fase de aproximación y ciclo de pasos.

En la que comienza el gesto recogiendo el balón, tras un pase o un bote. Posteriormente pasamos a los pasos, es fundamental que el primer paso sea muy amplio para ganar la acción al defensor y ganar el mayor espacio posible y será dado con el mismo lado que hacemos el bote.

El 2º paso lo haremos con la pierna contraria a la mano que tiene el balón, será más corto que el primero para equilibrarnos, sería la fase previa a la batida. Entre los errores más comunes de esta fase está la mirada al suelo en vez de mirar a canasta, aspecto que evitaremos en todo momento.

- Fase de batida o impulso.

Batimos con la pierna izquierda, elevando la pelota que irá cogida fuertemente con las 2 manos, estando está protegida en todo momento con el lado del cuerpo que no tiene la misma.

Uno de los errores más comunes en esta fase es el balanceo de balón durante el gesto, algo que no se debe hacer ya que de este modo no irá suficientemente protegido el balón.

- Fase de vuelo y salida de balón

Hemos de impulsarnos hacia la canasta, para conseguir que el impulso sea mayor levantaremos la rodilla correspondiente a la mano que tira, estando la otra mano de protección. A la vez que sube el cuerpo el balón va cada vez más arriba siendo el mejor momento para lanzar cuando llegemos a la máxima altura. En este caso la mayoría de los errores están relacionados con el lanzamiento prematuro del balón, en vez de hacerlo como dije anteriormente cuando llegué a la máxima altura

- Fase de caída

Tras realizar el gesto amortiguamos la caída, tratando de equilibrarnos lo mejor posible para coger el rebote en caso de que fuese necesario. El error más común es caer desequilibrado por lo que cuesta mucho más reiniciar la recuperación para realizar el movimiento siguiente.

Variantes: aro pasado (en vez de dejar el balón por el lado que se va, se pasa el aro y luego se tira. Cambiando paso (tiramos con la mano contraria a los pasos que

estamos dando), finalizando con tiro normal (se coge el balón como cuando tiramos normalmente, este tipo de tiro no es conveniente si tenemos un defensor cerca).

a) Mate:

Es sin lugar a dudas uno de los gestos más espectaculares de este deporte y con los que la gente suele disfrutar más durante la práctica de un partido. Su efectividad es muy alta ya que se trata de saltar bastante cerca de la canasta e introducir el balón en el aro con una o dos manos colgándose de la canasta, sin que el balón este en ningún momento en el aire. Lógicamente se trata de uno de los tiros con mayor probabilidad de acierto puesto que se realizan muy cerca de la canasta. En las ocasiones en las que se falla suele ser por exceso de confianza o por un tapón del jugador contrario. Hay auténticos jugadores especialistas haciendo mates.

b) Defensas.

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

Defensa individual.

También conocida como defensa al hombre o defensa de asignación: Cada jugador marca a un oponente en concreto del equipo rival.

- Defensa en zonas:

Cuando los jugadores que defienden no marcan uno a uno a sus oponentes de manera personal, se denomina que marcan en zona esperando a que lleguen los atacantes. Como el equipo dispone de cinco jugadores en la cancha las zonas posibles se nombran 2-3, 3-2, 1-3-1, 3-1-1, 2-1-2, 1-2-2, indicando la posición de los mismos.

- Defensa mixta:

Sería una combinación de los dos tipos de defensas expuestas anteriormente.

- Presión:

Es una defensa especial que se realiza cuando el equipo defensor adelanta a sus jugadores al campo contrario para dificultar el saque o el paso del balón por parte del rival a su campo (el equipo atacante solo tiene 8 segundos para pasar de su campo al del rival), se suele emplear en situaciones finales de un cuarto, de un partido o cuando es muy necesario recuperar el balón. Normalmente se aplica a toda o a 3/4 partes de la cancha, aunque hay equipos que comienzan la presión en la mitad del campo.

2.2.2. Estrategias de entrenamiento.

2.2.2.1. Concepto de estrategia.

Se consideran a las guías de las acciones que hay que seguir. son esenciales a la hora de conseguir objetivo.

Para explicar la importancia tanto de la técnica como de la estrategia es muy sencillo, si pensamos en un equipo de baloncesto, y ese equipo es muy bueno con mucha técnica de balón etc, si no posee una buena estrategia otorgada por su entrenador, no sirve de nada. Sin esta estrategia sería como un coche de alta gama, pero sin ningún motor. La técnica sin la estrategia no funciona.

Delgado (1991) denomina estrategia en la práctica, y lo define como “la forma de presentar la actividad” (p. 89). El término global se define en el diccionario como “tomado en conjunto”.

Hablaremos de estrategia en la práctica global cuando solicitemos al estudiante /a que ejecute la tarea en su totalidad. Por el contrario, la palabra analítica aparece como "que procede descomponiendo, del todo a las partes" (p. 45). En la estrategia en la práctica analítica identificamos en la tarea diferentes partes, procediendo a su enseñanza por separado.

La filosofía de juego o estrategia utiliza la táctica como un medio a su disposición, se encarga de prevenir situaciones y planificar acciones desde la globalidad.

La estrategia individual es personal de los jugadores, se sustenta sobre la táctica individual, pero con mayor capacidad psicológica: conocimiento del reglamento, de los sistemas de ataque, etc.

La estrategia colectiva o de equipo debe ser expuesta por el entrenador en función de un análisis de factores, estableciendo unos códigos de comunicación para ser entendida

por los jugadores. La estrategia individual debería estar siempre en consonancia y supeditada a la estrategia colectiva para hacer fuerza hacia conseguir los mismos objetivos.

Aunque para que todos los conocimientos se traduzcan en un éxito del partido es imprescindible la técnica y táctica de los jugadores y del equipo en conjunto, es imprescindible empezar por la estrategia. Una buena estrategia no será efectiva si solo se expone a los jugadores en una pizarra táctica, sino que debe aplicarse al pie de la letra o realizarse modificaciones junto a todo el equipo además de practicarse antes del juego para lograr un mejor resultado.

En los deportes de oposición como el baloncesto, toda actuación tiene un componente estratégico, un componente táctico y un componente técnico. Cualquier ejecución puede analizarse estratégica, táctica o técnicamente.

La estrategia, la táctica y la técnica no implican tres acciones diferentes, sino tres formas diferentes de contemplar la misma acción para la consecución de los mismos objetivos.

2.2.2.2. Estrategias empleadas en la investigación

a) Estaciones y Circuitos:

Estaciones para circuito de fundamentos variado:

- ESTACIÓN 1: pase: Los estudiantes en parejas se desplazan realizando el pase pecho, luego pasan a la siguiente estación realizan el pase piquen haciendo rebotar el balón, como una ayuda para perfeccionar el pase ya mencionado, en el siguiente trabajo realizan el pase balos y tenis, utilizando una net de vóley; para mejorar el pase lanzando por debajo y por encima de la net.
- ESTACIÓN 2: dribling: Los estudiantes realizan el trabajo sin desplazamiento y con desplazamientos laterales; luego pasan a la siguiente estación practican dando botes el balón, en los aros que están ubicados en columnas y en zic zac; luego se dirigen hacia la otra estación donde esquivaran unos obstáculos como si fueran rivales.
- ESTACIÓN 3: tiro canasta: Los estudiantes forman dos grupos para partir desde punto medio luego se desplazan hacían la canasta y realizan el lanzamiento,

mientras que el otro compañero espera para coja el balón y se desplace al aro contrario.

- ESTACIÓN 4: Defensa. En este trabajo es importante ubicación de los jugadores en el campo para evitar que el atacante anote un punto.

Estaciones para circuito de mecánica de tiro:

- ESTACIÓN 1: Pies, tiene una función importante al desplazarse y realizar el juego de tobillos.
- ESTACIÓN 2: Agarre del balón; Es importante en el juego sujetar bien el balón de la manera adecuada para poder realizar una buena acción.
- ESTACIÓN 3: Brazos. Colocación; El movimiento de brazos es el estilo que adopta cada jugador para realizar una buena colocación de balón.
- ESTACIÓN 4: Flexión y colocación del balón; Al realizar una buena flexión de balón, se podrá ejecutar un buen lanzamiento.
- ESTACIÓN 5: Extensión y muñeca dedos; En este caso es importantísimo trabajar un buen movimiento de muñecas conjuntamente con los dedos para realizar un buen dribling.
- ESTACIÓN 7: Trabajo desde pase. Parada, pivote (para encarar) y tiro.
- ESTACIÓN 8: Trabajo desde bote. Salida, parada, pivote (para encarar) y tiro.

b) Juego:

- Es una actividad que el ser humano practica a lo largo de toda su vida y que va más allá de las fronteras del espacio y del tiempo.
- Pugmire - Stoy (1996) define el juego como el acto que permite representar el mundo adulto, por una parte, y por la otra relacionar el mundo real con el mundo imaginario.
- Gimeno y Pérez (1989), definen el juego como un grupo de actividades a través del cual el individuo proyecta sus emociones y deseos, y a través del lenguaje (oral y simbólico) manifiesta su personalidad.

- Piaget (1990), el juego forma parte de la inteligencia del niño, porque representa la asimilación funcional o reproductiva de la realidad según cada etapa evolutiva del individuo.
- Piaget asocia tres estructuras básicas del juego con las fases evolutivas del pensamiento humano: el juego es simple ejercicio (parecido al animal); el juego simbólico (abstracto, ficticio); y el juego reglado (colectivo, resultado de un acuerdo de grupo).

2.3. Marco conceptual

Básquetbol:

Es un deporte en el cual compiten dos equipos de cinco jugadores cada uno. El objetivo es introducir el balón en el aro (cesta o canasta) del equipo contrario, que se encuentra ubicado a 3,05 metros de altura. Por eso, el baloncesto suele ser jugado por personas de gran estatura.

Pase:

Es uno de los fundamentos del básquetbol que necesita trabajarse en equipo puesto que existen dos participantes activos en él, pasador y el receptor, su dominio da la seguridad, habilidad y confianza que le permite al equipo facilidad al desplazar el balón por el terreno de juego, porque un jugador puede estar muy lejos de la cesta, pero si aplica un excelente y largo pase, el balón puede llegar con gran efectividad a un jugador que si esté cerca de la canasta para así encestar.

Dribling:

Es el elemento fundamental dentro del básquetbol. Dribliar consiste en hacer botar el balón al suelo, ya sea estando en posición estática o desplazándose en cualquier dirección, es por eso que existe una clasificación de botes (dribling alto y bajo).

Tiro canasta (tiro libre).

Es un lanzamiento a la canasta, por el simple hecho de que, con él, se logra inmediatamente obtener puntos, así que se podría considerar como el desenlace feliz de una increíble jugada llena de pases, dribles, fintas o falta personal o una falta técnica.

Defensa:

Se dividen en clase defensiva, que buscan en todo momento proteger el lado del campo de juego que le corresponde al equipo, para evitar que los contrarios obtengan puntos y la ofensiva buscan desplazarse efectivamente por el terreno de juego hasta alcanzar el lado contrario de la cancha, para así obtener puntos al encestar.

3. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación.

La presente investigación de acuerdo a las características del problema formulado y los objetivos propuestos, se ejecutó en la investigación cuantitativa experimental. Según Hernández, Fernández, Baptista (2014), porque se puso en práctica estrategias de entrenamiento, para mejorar la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria de las instituciones № 88298 Luis Alberto Sánchez y № 88013 Eleazar Guzmán Barrón, Chimbote – 2018.

Según Hernández, Fernández, Baptista, citado por Carrasco (2005), el diseño señala al investigador lo que debe hacer para alcanzar sus objetivos de estudio, contestan las interrogantes que se ha planteado y analizar la certeza de la hipótesis formulada en un contexto, particular, aplicando diferentes recursos naturales del contexto como variable independiente. En esta investigación, se hizo uso de un diseño pre experimental de un solo grupo aplicando un pre y post test, quedando constituido por el siguiente esquema:

G.E: O₁ X O₂

Dónde:

G.E: Grupo experimental (estudiantes del 1º grado de Educación Secundaria)

O1: Pre Test Observación Inicial: (Ficha de observación)

X: Variable Independiente (estrategias)

O2: Post Test (Observación Final: (Ficha de Observación).

3.2. Hipótesis:

3.2.1 Hipótesis general.

Hi= La aplicación de las estrategias de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol, en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. № 88298 “Luis Alberto Sánchez” y la I.E. № 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” Chimbote - 2018

Ho= La aplicación de las estrategias de entrenamiento no mejora la práctica del básquetbol, en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. Nº 88298 “Luis Alberto Sánchez” y la I.E Nº 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” Chimbote – 2018

3.2.2 Hipótesis específicas.

H1 = La aplicación de las estrategias de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol, en la dimensión del pase en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. Nº 88298 “Luis Alberto Sánchez” y la I.E Nº 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” Chimbote – 2018.

H2= La aplicación de las estrategias de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol, en la dimensión del dribling en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. Nº 88298 “Luis Alberto Sánchez” y la I.E Nº 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” Chimbote – 2018.

H3= La aplicación de las estrategias de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol, en la dimensión del lanzamiento a la canasta en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. Nº 88298 “Luis Alberto Sánchez” y la I.E Nº 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” Chimbote – 2018.

H4= La aplicación de las estrategias de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol, en la dimensión de defensa en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. Nº 88298 “Luis Alberto Sánchez” y la I.E Nº 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” Chimbote – 2018.

3.3. Variables de estudio:

a) Variable dependiente: Básquetbol.

Es un deporte de equipo, en donde dos conjuntos de cinco jugadores cada uno, intentan introducir un balón, el mayor número de veces posible en una cesta suspendida por encima de sus cabezas y situada en la parte del terreno de juego del equipo contrario.

b) Variable independiente: Estrategias de entrenamiento.

Las acciones que hay que seguir. Son esenciales a la hora de conseguir un objetivo. Para explicar la importancia de la estrategia es muy sencillo, si pensamos en un equipo de baloncesto, y ese equipo es muy bueno con mucha técnica de balón, si no posee una buena estrategia otorgada por su entrenador, no sirve de nada.

3.3.1 Operacionalización de variable.

Variable	Definición operacional	Dimensiones	indicadores	Ítems	Valoración de la variable	
VARIABLE DE ESTUDIO EL BÁSQUETBOL	En todo deporte, se necesita tácticas, estrategias y formas para poder vencer al equipo rival y conseguir la victoria. Esas tácticas son en realidad técnicas, que muy bien pudieron aplicarse en equipo o individual. Sin embargo ninguna de estas surtiría efecto, si el equipo no trabaja en conjunto para lograr el objetivo: A si también el básquetbol es un deporte en conjunto donde dos equipos de cinco jugadores intentan anotar puntos.	Pase	Pase pecho	1	91—120 BUENO 61--90 REGULAR 30—60 DEFICIENTE	
				2		
			Pase pique	4		
				5		
				Pase sobre la cabeza		6
						8
			Pase bolos	9		
				10		
			Dribling	Dribling de control y protección		11
						12
		Dribling de velocidad		14		
				15		
		Tiro canasta	Tiro de suspensión	16		
				18		
			Tiro libre	19		
				20		
			Bandeja o doble pase	21		
				22		
			Gancho	23.		
				24		
		Defensa	Mixta	29		
				30		
			Individual	25		
				26		
			Zona	27		
				28		

3.4 Población, muestra y muestreo.

3.4.1. Población muestral

Para el desarrollo del estudio, los investigadores tenían en cuenta el 100% de la población al considerarla un número manejable de sujetos. En este sentido Rodríguez y

Burneo (2017), afirman que la muestra censal es aquella donde todas las unidades de investigación son consideradas como muestra.

I.E	CICLO	GRUPO EXPERIMENTAL				
		Grado	Sección	N° estudiantes		
88013 "Eleazar Guzmán Barrón"	IV	Educación secundaria	1° "A"	Varones	Mujeres	Total
				13	15	28
88298 "Luis Alberto Sánchez"			1° "C"	8	11	19
Total				21	26	47

FUENTE: Nómina de matrícula 2018 I.E.N: 88013 e I.E.N 88298

3.4.2 Muestreo

El muestreo que se eligió fue el no probabilístico "por conveniencia" dado que los elementos de la población fueron elegidos para formar parte de la muestra, por la decisión de los investigadores.

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

3.5.1. Técnicas

Las técnicas según Carrasco (2005), se refiere al proceso sistemático de obtención, recopilación y registro de datos empíricos de un objeto, un suceso, un acontecimiento o conducta humana con el propósito de procesarlos y convertirlos en información.

Es el conjunto de reglas y pautas que guían las actividades que realizan los investigadores en cada una de las etapas de la investigación, suponiendo un previo conocimiento en cuanto a su utilidad y aplicación de tal manera que seleccionarlas y elegir las resulte muy fácil para el investigador.

Se empleó como técnica la observación ya que es un procedimiento de recolección de datos e información que consiste en utilizar los sentidos para observar hechos y realidades sociales presentes y a la gente donde desarrolla normalmente sus actividades.

3.5.2. Instrumento

Por su parte los instrumentos según Carrasco (2005), afirman que son un conjunto de ítems organizados e impresos, previstos que permita obtener y registrar respuestas. En el caso de la investigación se empleó la ficha de observación, que, en palabras del mismo autor, son de fácil manejo, pero de bastante utilidad se emplean para registrar datos que se generan como resultado del contacto directo entre el observador y la realidad que se observa.

En la investigación realizada se hizo uso de la siguiente técnica e instrumento de recolección de datos.

TÉCNICA	INSTRUMENTO	FINALIDAD
Observación directa	Ficha de observación	Indicar los conocimientos de las estrategias del básquetbol en los estudiantes del primer año de Educación Secundaria en relación de la mejora de la práctica de la disciplina mencionada.

Fuente: Elaboración propia

3.6. Procedimientos para la validación y confiabilidad de instrumentos.

3.6.1. Validación

El instrumento fue sometido a juicio de expertos; método que según Hernández, Fernández y Baptista (2014), indican que es un método de validación útil para verificar la fiabilidad de una investigación definiendo como una opinión informada de personas con trayectoria en el tema, que son reconocidas por otros como expertos cualificados en éste, y que pueden dar información, evidencia, juicios y valoraciones

Los procedimientos realizados son los siguientes:

- Selección de los expertos: en investigación y en la temática de investigación, estrategias de entrenamiento para mejorar la práctica del básquetbol.
- Entrega de la carpeta de evaluación a cada experto: cuadro de operacionalización de las variables, instrumento (pre test y post test) y ficha de opinión de los expertos.

- Mejora de los instrumentos en función a las opiniones y sugerencias de los expertos.

3.6.2. Confiabilidad.

Para establecer la confiabilidad de los instrumentos se aplicó una prueba piloto que según Hernández, Fernández y Baptista (2014), señala que una prueba piloto: “consiste en administrar el instrumento a personas con características semejantes a las de la muestra objetivo de la investigación” (p. 306), posterior a ello, los resultados fueron sometidos al método Alfa de Crombach, citados por Hernández et al. (2014), es el promedio de las correlaciones entre los ítems que hacen parte de un instrumento, en el caso de la presente investigación se obtuvo un valor $\alpha = 0,7370$, que de acuerdo al Alfa de Crombach se asume como una confiabilidad fuerte.

3.7. Técnicas estadísticas para el procesamiento de datos y prueba de hipótesis

Los datos fueron analizados y procesados utilizando la estadística básica: tablas de distribución de frecuencia, gráficos de barras y los estadígrafos descriptivos de la medida aritmética, desviación estándar y varianza. Asimismo, para determinar el nivel de aprobación de hipótesis se emplearon la estadística inferencial mediante el método “t” student.

Para el procedimiento, análisis y extracción del conocimiento se utilizó el programa estadístico SPSS versión 23 y Excel 2013.

4. RESULTADOS

4.2.1. Resultados para el objetivo específico N°1: Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento sobre fundamento técnico la dimensión pase en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. Nº 88298 “Luis Alberto Sánchez” y I.E Nº 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” Chimbote – 2018

Tabla 1

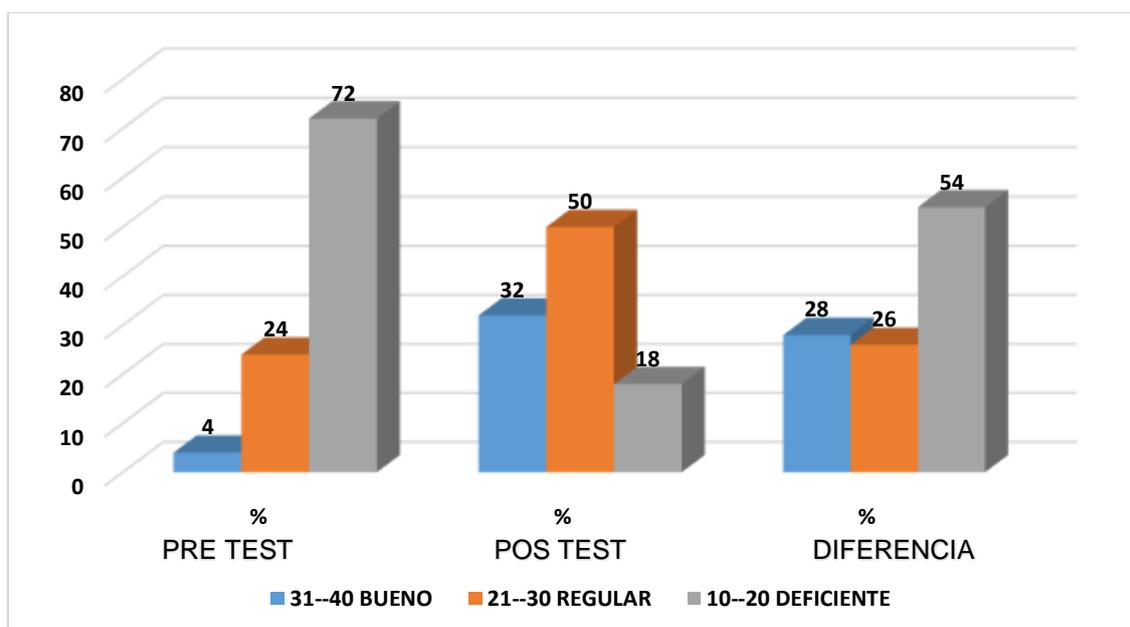
Distribución de frecuencias en la dimensión pase en estudiantes del primer año de la I.E. Nº 88298 “Luis Alberto Sánchez” y I.E Nº 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” Chimbote – 2018

NIVELES	PRE TEST		POS TEST		DIFERENCIA	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%
31--40 BUENO	2	4	16	32	14	28
21--30 REGULAR	12	24	25	50	13	26
10--20 DEFICIENTE	36	72	9	18	27	54
TOTAL	50	100	50	100		

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Figura 1

Frecuencia porcentual en la dimensión pase en estudiantes del 1° año de la I.E. Nº 88298 e I.E Nº 88013 Chimbote – 2018



Fuente: Tabla 1

Descripción.

De acuerdo con la tabla 1 y la figura 1 que presenta los datos para la dimensión pase se indica que:

- El nivel bueno de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (4 %) con referencia al post test (32 %) alcanza una diferencia de 28 %.
- El nivel regular de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (24 %) con referencia al post test (50%) alcanza una diferencia de 26 %.
- El nivel deficiente de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (72 %) con referencia al post test (18 %) alcanza una diferencia de 54 %.

Frente a los datos porcentuales analizados se puede afirmar que la dimensión pase en una cantidad superior a la cuarta parte de la muestra ha logrado mejorar su práctica de básquetbol con la aplicación de las estrategias de entrenamientos ejecutadas con los estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos en la dimensión pase en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018

ESTADÍSTICO	PRE TEST	POS TEST	DIFERENCIA
PROMEDIO	17.78	27.74	9.96
MEDIANA	16.50	29	12.50
MODA	13	20	7
DESVIACIÓN ESTANDAR	4.83	5.88	1.05
COEFICIENTE DE VARIACIÓN	27.17 %	0.01 %	27,16 %

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Descripción:

Según lo descrito en la tabla 2, existen diferencias significativas entre los estadísticos descriptivos del grupo experimental para la dimensión pase, en el post test respecto al pre test; que al confrontar los resultados se tiene una diferencia de 9,96 en la media a favor; de igual manera, la mediana presenta una diferencia de 12,50 puntos; con relación a la moda, la diferencia es de 7 puntos a favor, en la desviación estándar presenta un incremento de 1,05 puntos; asimismo, se puede observar que el coeficiente de

variabilidad presenta una diferencia de 27,16 %, este último dato indica que los estudiantes de la muestra ingresaron como un grupo homogéneo y al finalizar este nivel de homogeneidad se vio consolidado.

Tabla 3

Prueba de hipótesis en la dimensión pase en estudiantes del 1° año de la I.E. Nº 88298 e I.E Nº 88013 Chimbote – 2018

Dimensión	Prueba T - Student			Nivel de significancia α	Decisión $t_o > t_c$ $p < \alpha$
	Estadístico t	Valor crítico	Probabilidad significancia		
Pase	$t_o = 9.2570$	$t_e = 1,6605$	$p = 0.0000$	$\alpha = 0,05$	Se rechaza H_0

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Descripción:

De acuerdo a los datos mencionados en la tabla 3 se presenta la prueba de hipótesis “t Student” para comparar las puntuaciones obtenidas en la dimensión pase, se muestra las condiciones necesarias para aceptar la hipótesis nula ($t_o < t_e$) o aceptar la alterna ($t_o > t_e$), que al haberse establecido como grados de libertad 98 y un nivel de significancia de 0,05, el valor crítico es igual a 1,6605 y el estadístico “t”, en la dimensión pase es $t_o = 9.2570$; valor que es mucho mayor que el valor crítico, lo que nos lleva a tomar la decisión de rechazar la hipótesis nula y aceptar la alterna.

Por lo antes mencionado se comprueba la validez de la hipótesis de investigación: La aplicación de las estrategias de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol, en la dimensión del pase en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. Nº 88298 “Luis Alberto Sánchez” y la I.E Nº 88013 “Eleazar Guzmán Barron” Chimbote – 2018.

4.2.2. Resultados para el objetivo específico N° 2: Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento sobre fundamentos técnicos en la dimensión bote o drbling en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018

Tabla 4

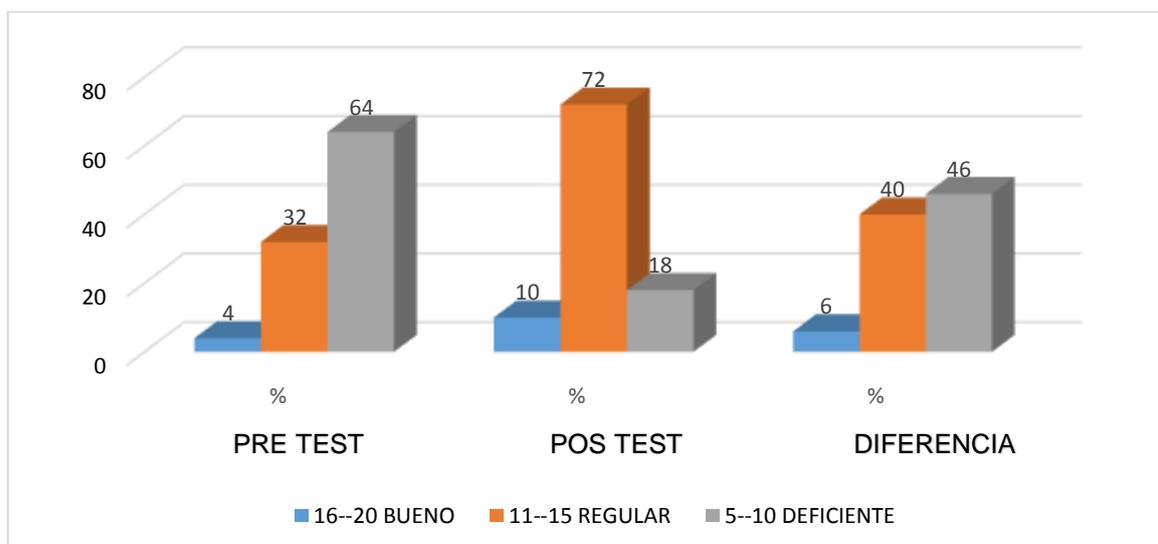
Distribución de frecuencias en la dimensión bote o drbling en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018

NIVELES	PRE TEST		POS TEST		DIFERENCIA	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%
16— 20 BUENO	2	4	5	10	3	6
11— 15 REGULAR	16	32	36	72	20	40
5—10 DEFICIENTE	32	64	9	18	23	46
TOTAL	50	100	50	100		

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Figura 2

Frecuencia porcentual en la dimensión bote o drbling en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018



Fuente: tabla 4

Descripción

De acuerdo con la tabla 4 y la figura 2 que presenta los datos para la dimensión dribling se indica:

- El nivel bueno de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (4 %) con referencia al post test (10 %) alcanza una diferencia de 6 %.
- El nivel regular de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (32%) con referencia al post test (72%) alcanza una diferencia de 40 %.
- El nivel deficiente de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (64 %) con referencia al post test (18 %) alcanza una diferencia de 46%.

Frente a los datos porcentuales analizados se puede afirmar que la dimensión dribling en una cantidad superior a la cuarta parte de la muestra ha logrado mejorar su práctica de básquetbol con la aplicación de las estrategias de entrenamientos ejecutadas con los estudiantes del 1° año de la I.E. Nº 88298 e I.E Nº 88013.

Tabla 5

Estadísticos descriptivos en la dimensión dribling en estudiantes del 1° año de la I.E. Nº 88298 e I.E Nº 88013 Chimbote – 2018

ESTADÍSTICO	PRE TEST	POS TEST	DIFERENCIA
PROMEDIO	9,38	12,84	3,46
MEDIANA	8	13	5
MODA	7	13	6
DESVIACIÓN ESTÁNDAR	3,1	2,55	0,55
COEFICIENTE DE VARIACIÓN	33,05 %	0,00 %	33 %

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Descripción:

Según lo descrito en la tabla 5, existen diferencias significativas entre los estadísticos descriptivos del grupo experimental para la dimensión dribling, en el post test respecto al pre test; que al confrontar los resultados se tiene una diferencia de 3.46 en la media a favor; de igual manera, la mediana presenta una diferencia de 5 puntos; con

relación a la moda, la diferencia es de 6 puntos a favor, en la desviación estándar presenta un incremento de 0,55 puntos; asimismo, se puede observar que el coeficiente de variabilidad presenta una diferencia de 33 %, este último dato indica que los estudiantes de la muestra ingresaron como un grupo homogéneo y al finalizar este nivel de homogeneidad se vio consolidado.

Tabla 6

Prueba de hipótesis en la dimensión dribling en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018

prueba t – studen				nivel de significancia	decisión $t_o > t_c$ $p < \alpha$
dimensión	Estadístico t	Valor critico	probabilidad significancia		
dribling	$t_o = 6.0912$	$t_e = 16,605$	$P = 0,0000$	$a = 0.05$	Se rechaza H_0

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Descripción:

De acuerdo a los datos mencionados en la tabla 6 se presenta la prueba de hipótesis “t Student” para comparar las puntuaciones obtenidas en la dimensión dribling, se muestra las condiciones necesarias para aceptar la hipótesis nula ($t_o < t_e$) o aceptar la alterna ($t_o > t_e$), que al haberse establecido como grados de libertad 98 y un nivel de significancia de 0,05, el valor critico es igual a 16,605 y el estadístico “t”, en la dimensión dribling es $t_o = 6.0912$; valor que es mucho mayor que el valor crítico, lo que nos lleva a tomar la decisión de rechazar la hipótesis nula y aceptar la alterna.

Por lo antes mencionado se comprueba la validez de la hipótesis de investigación:
La aplicación de las estrategias de entrenamiento mejora significativamente la práctica del basquetbol, en la dimensión del dribling en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 “Luis Alberto Sánchez” y la I.E N° 88013 “Eleazar Guzmán Barrón” Chimbote – 2018.

4.2.3. Resultados para el objetivo específico N°3: Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento sobre fundamentos técnicos en la dimensión lanzamiento a la canasta en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018

Tabla 7

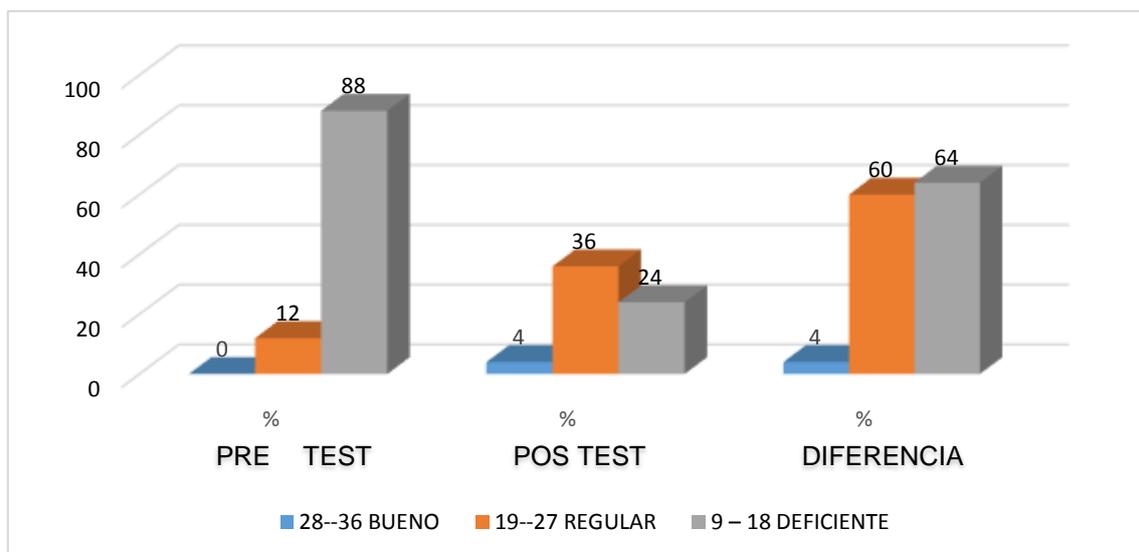
Distribución de frecuencias en la dimensión tiro canasta en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018

NIVELES		PRE TEST		POS TEST		DIFERENCIA	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
28--36	BUENO	0	0	2	4	2	4
19--27	REGULAR	6	12	36	36	30	60
9 – 18	DEFICIENTE	44	88	12	24	32	64
TOTAL		50	100	50	64		

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Figura 3

Frecuencia porcentual en la dimensión tiro canasta en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018



Fuente: Tabla 7

Descripción.

De acuerdo con la tabla 7 y la figura 3 que presenta los datos para la dimensión tiro canasta se indica que:

- El nivel bueno de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (0%) con referencia al post test (4 %) alcanza una diferencia de 4%.
- El nivel regular de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (12%) con referencia al post test (36%) alcanza una diferencia de 60%.
- El nivel deficiente de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (88%) con referencia al post test (14%) alcanza una diferencia de 64%.

Frente a los datos porcentuales analizados se puede afirmar que la dimensión tiro canasta en una cantidad superior a la cuarta parte de la muestra ha logrado mejorar su práctica de básquetbol con la aplicación de las estrategias de entrenamientos ejecutadas con los estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013.

Tabla 8

Estadísticos descriptivos en la dimensión tiro canasta en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018

ESTADÍSTICO	PRE TEST	POS TEST	DIFERENCIA
PROMEDIO	14,54	20,92	6,38
MEDIANA	14,5	20,5	6
MODA	12	20	8
DESVIACIÓN ESTÁNDAR	3,04	3,64	0,60
COEFICIENTE DE VARIACIÓN	20,91 %	0,26 %	20,65 %

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Descripción:

Según lo descrito en la tabla 8, existen diferencias significativas entre los estadísticos descriptivos del grupo experimental para la dimensión tiro canasta , en el post test respecto al pre test; que al confrontar los resultados se tiene una diferencia de 6,38 en la media a favor; de igual manera, la mediana presenta una diferencia de 6 puntos; con relación a la moda, la diferencia es de 8 puntos a favor, en la desviación estándar presenta

un incremento de 0,60 puntos; asimismo, se puede observar que el coeficiente de variabilidad presenta una diferencia de 20,65%, este último dato indica que los estudiantes de la muestra ingresaron como un grupo homogéneo y al finalizar este nivel de homogeneidad se vio consolidado.

Tabla 9

Prueba de hipótesis en la dimensión tiro canasta en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018

prueba t - studen				nivel de significancia	decisión
dimensión	Estadístico t	Valor critico	probabilidad significancia		$t_o > t_c$ $p < \alpha$
tiro canasta	$t_o = 9.5211$	$t_e = 1,6605$	$P = 0.0000$	$\alpha = 0.05$	Se rechaza H_0

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Descripción:

De acuerdo a los datos mencionados en la tabla 9 se presenta la prueba de hipótesis “t Student” para comparar las puntuaciones obtenidas en la dimensión pase, se muestra las condiciones necesarias para aceptar la hipótesis nula ($t_o < t_e$) o aceptar la alterna ($t_o > t_e$), que al haberse establecido como grados de libertad 98 y un nivel de significancia de 0,05, el valor critico es igual a 1,6605 y el estadístico “t”, en la dimensión tiro canasta es $t_o = 9.5211$; valor que es mucho mayor que el valor crítico, lo que nos lleva a tomar la decisión de rechazar la hipótesis nula y aceptar la alterna.

4.2.4. Resultados para el objetivo específico N°4: Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento sobre fundamentos técnicos en la dimensión defensa en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote - 2018

Tabla 10

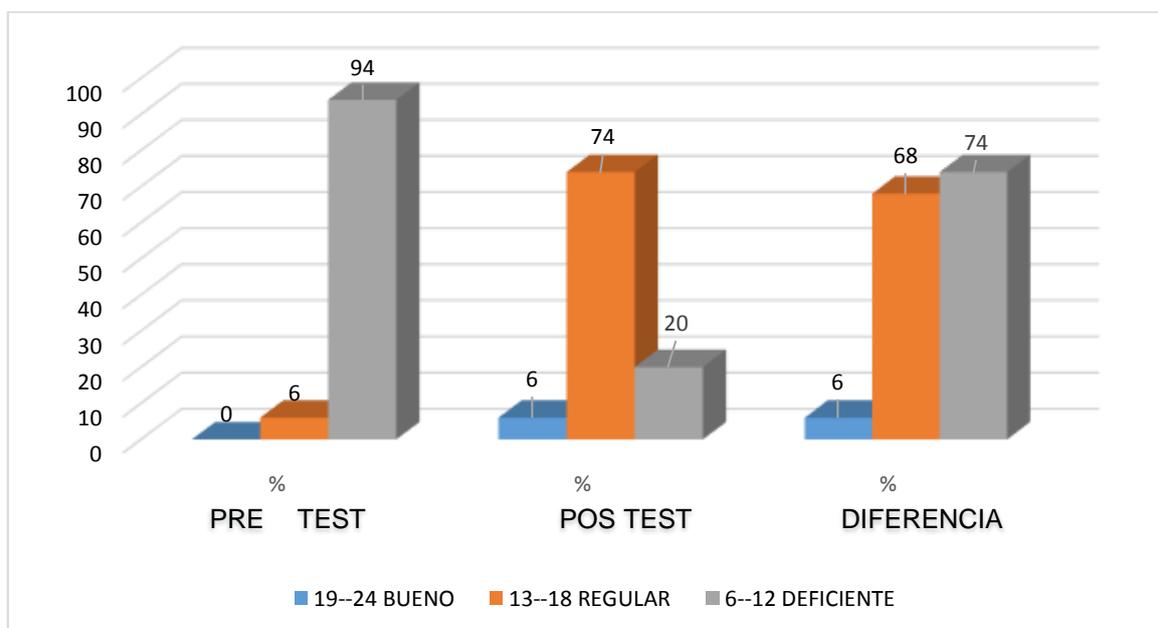
Distribución de frecuencias en la dimensión defensa en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018

NIVELES		PRE TEST		POS TEST		DIFERENCIA	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
19--24	BUENO	0	0	3	6	3	6
13--18	REGULAR	3	6	37	74	34	68
6--12	DEFICIENTE	47	94	10	20	37	74
TOTAL		50	100	50	100		

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Figura 4

Frecuencia porcentual en la dimensión defensa en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018



Fuente: Tabla 10

Descripción

De acuerdo con la tabla 10 y la figura 4 que presenta los datos para la dimensión defensa se indica que:

- El nivel bueno de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (0%) con referencia al post test (6 %) alcanza una diferencia de 6 %.
- El nivel regular de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (6%) con referencia al post test (74%) alcanza una diferencia de 68%.
- El nivel deficiente de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (94 %) con referencia al post test (20 %) alcanza una diferencia de 74%.

Frente a los datos porcentuales analizados se puede afirmar que la dimensión defensa en una cantidad superior a la cuarta parte de la muestra ha logrado mejorar su práctica de básquetbol con la aplicación de las estrategias de entrenamientos ejecutadas con los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. Nº 88298 e I.E Nº 88013.

Tabla 11

Estadísticos descriptivos en la dimensión defensa en estudiantes del 1° año de la I.E. Nº 88298 e I.E Nº 88013 Chimbote – 2018

ESTADISTICO	PRE TEST	POS TEST	DIFERENCIA
PROMEDIO	9.48	14.92	5.44
MEDIANA	9	15	6
MODA	8	15	7
DESVIACIÓN ESTANDAR	1.97	2.35	0.38
COEFICIENTE DE VARIACIÓN	20.78 %	0.14 %	20,64 %

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Descripción:

Según lo descrito en la tabla 11, existen diferencias significativas entre los estadísticos descriptivos del grupo experimental para la dimensión defensa, en el post test con respecto al pre test; que al confrontar los resultados se tiene una diferencia de 5,44 en la media a favor; de igual manera, la mediana presenta una diferencia de 6 puntos; con

relación a la moda, la diferencia es de 7 puntos a favor, en la desviación estándar presenta un incremento de 0,38 puntos; asimismo, se puede observar que el coeficiente de variabilidad presenta una diferencia de 20,64 %, este último dato indica que los estudiantes de la muestra ingresaron como un grupo homogéneo y al finalizar este nivel de homogeneidad se vio consolidado.

Tabla 12

Prueba de hipótesis en la dimensión defensa en estudiantes del 1° año de la I.E. Nº 88298 e I.E Nº 88013 Chimbote – 2018

dimensión	prueba t - studen			nivel de significancia	decisión
	Estadístico t	Valor crítico	probabilidad significancia		$t_o > t_c$ $p < \alpha$
defensa	$t_o = 12.5524$	$t_c = 1,6605$	$p = 0.0000$	$\alpha = 0.05$	Se rechaza H_0

Fuente: Anexo N° 5 base de datos

Descripción:

De acuerdo a los datos mencionados en la tabla 12 se presenta la prueba de hipótesis “t Student” para comparar las puntuaciones obtenidas en la dimensión defensa, se muestra las condiciones necesarias para aceptar la hipótesis nula ($t_o < t_c$) o aceptar la alterna ($t_o > t_c$), que al haberse establecido como grados de libertad 98 y un nivel de significancia de 0,0000, el valor crítico es igual a 1,6605 y el estadístico “t”, en la dimensión defensa es $t_o = 12.5524$; valor que es mucho mayor que el valor crítico, lo que nos lleva a tomar la decisión de rechazar la hipótesis nula y aceptar la alterna.

4.2.5. Resultados para el objetivo general: Determinar en qué medida las estrategias de entrenamiento mejoraron la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria en la I.E. N° 88013 de Chimbote e I.E. N° 88298 de Nuevo Chimbote, 2018.

Tabla 13

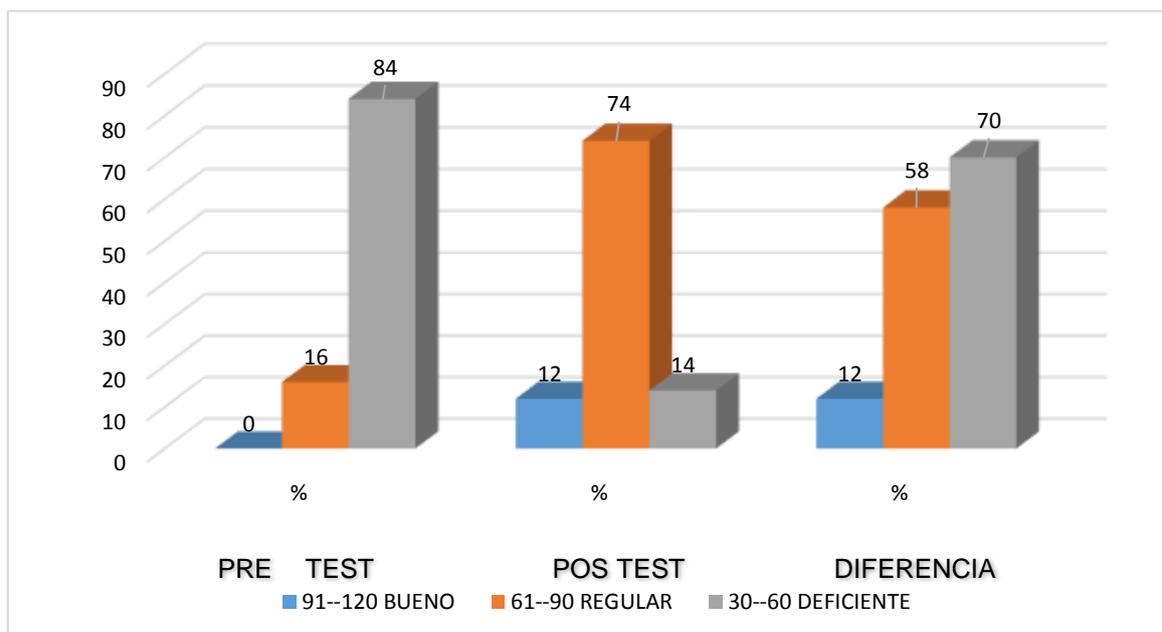
Distribución de frecuencias en la variable practica de básquetbol en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E. N° 88013 Chimbote – 2018

NIVELES		PRE TEST		POS TEST		DIFERENCIA	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
91--120	BUENO	0	0	6	12	6	12
61--90	REGULAR	8	16	37	74	29	58
30--60	DEFICIENTE	42	84	7	14	35	70
TOTAL		50	100	50	100		

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Figura 5

Frecuencia porcentual en la variable práctica del básquetbol en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E. N° 88013 Chimbote – 2018



Fuente: Tabla 13

Descripción.

De acuerdo con la tabla 13 y la figura 5 que presenta los datos para la variable práctica del Basquetbol se indica que:

- El nivel bueno de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (0 %) con referencia al post test (12 %) alcanza una diferencia de 12%.
- El nivel regular de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (16%) con referencia al post test (74%) alcanza una diferencia de 58 %.
- El nivel deficiente de la comparación de los resultados obtenidos en el pre test (84%) con referencia al post test (14 %) alcanza una diferencia de 70%.

Frente a los datos porcentuales analizados se puede afirmar que la variable práctica del básquetbol en una cantidad superior a la cuarta parte de la muestra ha logrado mejorar su práctica de básquetbol con la aplicación de las estrategias de entrenamientos ejecutadas con los estudiantes del 1° año de la I.E. Nº 88298 e I.E Nº 88013.

Tabla 14

Estadísticos descriptivos en la variable práctica del básquetbol en estudiantes del 1° año de la I.E. Nº 88298 e I.E Nº 88013 Chimbote – 2018

ESTADÍSTICO	PRE TEST	POS TEST	DIFERENCIA
PROMEDIO	51.18	75.90	24.72
MEDIANA	48.5	78	29.5
MODA	41	82	41
DESVIACIÓN ESTANDAR	11.94	12.91	0.97
COEFICIENTE DE VARIACIÓN	23.33 %	0,01 %	23,34 %

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Descripción:

Según lo descrito en la tabla 14, existen diferencias significativas entre los estadísticos descriptivos del grupo experimental para la variable practica del básquetbol, en el pos test respecto al pre test; que al confrontar los resultados se tiene una diferencia de 24.72 en la media a favor; de igual manera, la mediana presenta una diferencia de 29.5 puntos; con relación a la moda, la diferencia es de 41 puntos a favor, en la desviación

estándar presenta un incremento de 0.97 puntos; asimismo, se puede observar que el coeficiente de variabilidad presenta una diferencia de 23,34 %, este último dato indica que los estudiantes de la muestra ingresaron como un grupo homogéneo y al finalizar este nivel de homogeneidad se vio consolidado.

Tabla 15

Prueba de hipótesis en la variable práctica del básquetbol en estudiantes del 1° año de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 Chimbote – 2018

prueba t - studen				nivel de significancia	decisión
dimensión	Estadístico t	Valor critico	probabilidad significancia		$t_o > t_c$ $p < \alpha$
basquetbol	$t_o = 10.1925$	$t_e = 1,6605$	$p = 0.0000$	$\alpha = 0.05$	Se rechaza H_0

Fuente: Anexo N° 5 base de datos.

Descripción:

De acuerdo a los datos mencionados en la tabla 15 se presenta la prueba de hipótesis “t Student” para comparar las puntuaciones obtenidas en la variable practica del básquetbol, se muestra las condiciones necesarias para aceptar la hipótesis nula ($t_o < t_e$) o aceptar la alterna ($t_o > t_e$), que al haberse establecido como grados de libertad 98 y un nivel de significancia de 0,05, el valor critico es igual a 16,605 y el estadístico “t”, en la variable practica del básquetbol es $t_o = 10.1925$; valor que es mucho mayor que el valor crítico, lo que nos lleva a tomar la decisión de rechazar la hipótesis nula y aceptar la alterna.

5. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Con relación al objetivo específico Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión pase en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. № 88298 y I.E № 88013 Chimbote – 2018, los resultados indican que en el nivel Deficiente el porcentaje de los estudiantes se ha reducido en un 18% en el postest respecto al pretest, en el nivel Regular el porcentaje de los estudiantes se ha incrementado en un 50% en el postest respecto al pretest, asimismo, en el nivel Excelente el porcentaje de los estudiantes se ha incrementado en un 32% en el postest respecto al pretest; al respecto desde nuestra experiencias en educación física y el campo deportivo podemos indicar que las estrategias de entrenamiento presentado a la dimensión pase, sus resultados se encuentran en la valoración deficiente, regular y bueno donde Gardey (2013), nos menciona que el pase es la acción de dar o entregar el balón por medio de un compañero, en la cual busco la mejora de los estudiantes por medio de las estrategias de entrenamiento de pases propuestas en la sesiones.

De acuerdo a lo manifestado en el párrafo anterior los resultados muestran semejanza con lo planteado por Toscano, (2014) en la tesis “estudio de la enseñanza y aprendizaje del básquetbol en los estudiantes de educación básica superior de la Unidad Educativa Antares, sector Mirasierra distrito Metropolitano Quito, año lectivo 2013-2014”, en la que concluye y Refleja la situación real de la enseñanza y aprendizaje de este deporte debido a la falta de tiempo que se tiene para la enseñanza deportiva en las clases de Educación Física en este caso el básquetbol durante el año lectivo; lo indicado se complementa en lo señalado en el marco teórico por Gardey (2013) quien señala que el pase consiste en entregarle el balón (también conocido como pelota) a un compañero de equipo. Los pases suelen formar parte de una acción ofensiva, desarrollada por un equipo con la intención de anotar.

En referencia al objetivo específico Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión bote o dribling en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. № 88298 y I.E № 88013 Chimbote – 2018, los resultados indican que el nivel Deficiente el porcentaje de los estudiantes se ha reducido en un 18% en el postest respecto al pretest, en el nivel Regular el porcentaje de los estudiantes se ha incrementado en un 72% en el postest respecto al pretest, asimismo, en el nivel Excelente el porcentaje de los estudiantes se ha incrementado en un 10% en el postest respecto al pretest; de acuerdo desde nuestra experiencia en educación física en el campo deportivo podemos indicar que las estrategias de entrenamiento presentada la

dimensión dribling, sus resultados se encuentran en la valoración deficiente, regular y bueno, donde lo mencionado por Vitaliano (2012), el dribling es la acción que realiza un jugador después de tomar posesión del balón, le da impulso tirándolo o palmeándolo con una mano contra el suelo, la cual busco la mejora de los estudiantes por medio de las estrategias de entrenamiento del dribling propuestas en la sesiones.

Respecto a lo manifestado en el párrafo anterior los resultados muestran semejanza con lo planteado por Chicaiza, (2016) en Ecuador, con el objetivo determinar la incidencia de la enseñanza-aprendizaje de los fundamentos técnicos del basquetbol en los estudiantes del séptimo año de educación general básica de la unidad educativa fisco misional “La Inmaculada” del cantón Pangua, provincia de Cotopaxi; Estudiaron a una muestra de 54 estudiantes, en la que concluye que Con esta investigación se evidenció que la enseñanza-aprendizaje de los fundamentos técnicos y la práctica de básquetbol son muy importante e indispensable dentro de las horas clase de educación física; consecutivamente en la vida diaria para que promuevan este aspecto muy importante para ellos; lo indicado se complementa en lo señalado en el marco teórico por Vitaliano (2012) quien manifiesta que el dribling es la acción que realiza un jugador cuando, después de tomar posesión del balón, le da impulso tirándolo o palmeándolo con una mano contra el suelo y lo vuelve a tocar antes de que lo haga otro jugador

En referencia al objetivo específico Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión tiro canasta en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. № 88298 y I.E № 88013 Chimbote – 2018, los resultados indican que en el nivel Deficiente el porcentaje de los estudiantes se ha reducido en un 24% en el postest respecto al pretest, en el nivel Regular el porcentaje de los estudiantes se ha incrementado en un 36% en el postest respecto al pretest, asimismo, en el nivel Excelente el porcentaje de los estudiantes se ha incrementado en un 4% en el postest respecto al pretest. de acuerdo desde nuestra experiencia en educación física en el campo deportivo podemos indicar que Las estrategias de entrenamiento presentado a la dimensión tiro canasta, sus resultados se encuentran en la valoración deficiente, regular y bueno donde lo mencionado por Sánchez, (2012), el tiro canasta es la acción por la que se arroja el balón al aro contrario. Además es el medio técnico-táctico más importante del baloncesto, en la cual se busca la mejora de los estudiantes por medio de las estrategias de entrenamiento tiro canasta propuestas en la sesiones.

A la luz lo manifestado en el párrafo anterior los resultados muestran semejanza con lo planteado por Aliaga, (2010) desarrollo la tesis “Nivel de fundamentos técnicos del

saque de básquetbol en las alumnas del 5to grado de la I.E.S. María Auxiliadora e Independencia Nacional Puno-2010”, en la que concluye que Para la IES María Auxiliadora e Independencia Nacional: El 59,3%, 53,9% son eficiente y un valor de 40,7%, 46.1% son de error y un 18.5%, 7.9% son eficaz de todos los valores corresponden saque; lo indicado se complementa en lo señalado en el marco teórico por Sánchez (2012) quien manifiesta que el tiro canasta es la acción por la que se arroja el balón al aro contrario. Además es el medio técnico-táctico más importante del baloncesto de ataque, y constituye el eslabón final de una serie de actos motores.

Con relación al objetivo específico, Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión defensa en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote - 2018 los resultados indican que el nivel Deficiente el porcentaje de los estudiantes se ha reducido en un 20% en el postest respecto al pretest, en el nivel Regular el porcentaje de los estudiantes se ha incrementado en un 74% en el postest respecto al pretest, asimismo, en el nivel Excelente el porcentaje de los estudiantes se ha incrementado en un 6% en el postest respecto al pretest, con respecto a nuestra experiencia en educación física y el campo deportivo podemos indicar que las estrategias de entrenamiento presentado a la dimensión defensa, sus resultados se encuentran en la valoración deficiente, regular y bueno donde lo mencionado por Valerio, (2004), la defensa es la acción por la que se realiza entre la persona que ataca y el aro arroja el balón al aro contrario, en la cual se busca la mejora de los estudiantes por medio de las estrategias de entrenamiento defensa propuestas en la sesiones.

De acuerdo a lo manifestado en el párrafo anterior los resultados muestran semejanza con lo planteado por Calizaya, (2017) “Nivel de fundamentos técnicos del básquetbol en los estudiantes del 6to grado de Primaria N° 70494 Túpac Amaru de Macari y Adventista Titicaca Juliaca año 2016”, en la que concluye que la técnica se define como la utilización racional de los movimientos del cuerpo en función de los fundamentos de juego, con el objeto de obtener los más elevados beneficios mediante la realización de esfuerzo mínimo, lo indicado se complementa en lo señalado en el marco teórico por Valerio (2004) quien manifiesta que el La defensa en el baloncesto se realiza entre la persona que ataca y el aro, la posición defensiva consiste en flexionar ligeramente las rodillas y realizar desplazamientos laterales intentando robar el balón o evitando una acción de pase, tiro o intento de penetración a la canasta por parte de su rival.

En referencia al objetivo general Determinar en qué medida las estrategias de entrenamiento mejoran la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria en la I.E. N° 88013 de Chimbote y I.E. N° 88298 de Nuevo Chimbote 2018, los resultados indican que el nivel Deficiente el porcentaje de los estudiantes se ha reducido en un 14% en el posttest respecto al pretest, en el nivel Regular el porcentaje de los estudiantes se ha incrementado en un 74% en el posttest respecto al pretest, asimismo, en el nivel Excelente el porcentaje de los estudiantes se ha incrementado en un 12% en el posttest respecto al pretest, al respecto a nuestra experiencia en educación física y el campo deportivo podemos indicar a la eficacia de la práctica de las estrategias de entrenamiento se encuentran en la categoría deficiente, regular y bueno, donde lo mencionado por, Naismith (1891) el básquetbol, es un deporte de equipo que se puede desarrollar tanto en pista cubierta como en descubierta, después de ejecutar todos las estrategias de entrenamiento en los diferentes fundamentos técnicos afirmamos que en los estudiantes se vio una mejora en base a todas las dimensiones aplicadas con es el pase, dribling, tiro canasta y defensa en las sesiones trabajadas.

Respecto a lo manifestado en el párrafo anterior los resultados muestran semejanza con lo planteado por Dueño, (2015) en la tesis estilos de enseñanza asignación de tareas en el aprendizaje de fundamentos del básquetbol en estudiantes de economía de UNSCH 2015, en la que concluye, que se comprueba la hipótesis general: La aplicación del estilo de enseñanzas Asignación de Tareas influye significativamente en el aprendizaje de los fundamentos del basquetbol en estudiantes de Economía de la UNSCH-2015 (p.65), lo indicado se complementa en lo señalado en el marco teórico por Neismit, (1891) quien manifiesta que el básquetbol, es un 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

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones.

Conclusión general

Las estrategias de entrenamiento mejoran la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria en la I.E. N° 88013 de Chimbote y I.E. N° 88298, afirmación que se deduce de la diferencia del pre test como el post test donde se ha obtenido un valor de 24,72 puntos en el promedio señalados en la tabla 14; asimismo, la prueba de hipótesis mediante el estadístico “t” student para la variable práctica del básquetbol se ha obtenido un valor de $t_o= 10.1925$ el cual se muestra superior al valor crítico $t_e= 1,6605$ confirmado a su vez con el valor de significancia $P= 0,0000$ inferior al valor alfa de 0,05 por lo cual se tomó la decisión de rechazar la hipótesis nula según indica la tabla 15.

Conclusiones específicas

- La aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión pase en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013, afirmación que se deduce de la diferencia del pre test como el post test donde se ha obtenido un valor de 9,96 puntos en el promedio señalados en la tabla 2; asimismo, la prueba de hipótesis mediante el estadístico “t” student para la dimensión pase de la práctica del básquetbol se ha obtenido un valor de $t_o= 9.2570$ el cual se muestra superior al valor crítico $t_e= 1,6605$ confirmado a su vez con el valor de significancia $P= 0,0000$ inferior al valor alfa de 0,05 por lo cual se tomó la decisión de rechazar la hipótesis nula según indica la tabla 3.
- la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión bote o dribling en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 Luis Alberto Sánchez y I.E N° 88013 Eleazar Guzmán Barrón, afirmación que se deduce de la diferencia del pre test como el post test donde se ha obtenido un valor de 3,46 puntos en el promedio señalados en la tabla 5; asimismo, la prueba de hipótesis mediante el estadístico “t” student para la dimensión dribling de la práctica del básquetbol se ha obtenido un valor de $t_o= 6.0912$ el cual se muestra superior al valor crítico $t_e= 1,6605$ confirmado a su vez con el valor de significancia $P= 0,0000$ inferior al valor alfa de 0,05 por lo cual se tomó la decisión de rechazar la hipótesis nula según indica la tabla 6.

- Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión tiro canasta en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013 , afirmación que se deduce de la diferencia del pre test con el post test donde se ha obtenido un valor de 6,38 puntos en el promedio señalados en la tabla 8; asimismo, la prueba de hipótesis mediante el estadístico “t” student para la dimensión tiro canasta de la práctica del basquetbol se ha obtenido un valor de $t_o= 9.5211$ el cual se muestra superior al valor critico $t_e= 1,6605$ confirmado a su vez con el valor de significancia $P= 0,0000$ inferior al valor alfa de 0,05 por lo cual se tomó la decisión de rechazar la hipótesis nula según indica la tabla 9.
- Identificar los resultados de la aplicación de la estrategia de entrenamiento en la mejora de la dimensión defensa en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E. N° 88298 e I.E N° 88013, afirmación que se deduce de la diferencia del pre test con el post test donde se ha obtenido un valor de 5,44 puntos en el promedio señalados en la tabla 11; asimismo, la prueba de hipótesis mediante el estadístico “t” student para la dimensión defensa de la práctica del básquetbol se ha obtenido un valor de $t_o= 12.5524$ el cual se muestra superior al valor critico $t_e= 1,6605$ confirmado a su vez con el valor de significancia $P= 0,0000$ inferior al valor alfa de 0,05 por lo cual se tomó la decisión de rechazar la hipótesis nula según indica la tabla 12.

6.2. Recomendaciones.

A los directores:

- A los directores de las I.E. N° 88298 y I.E N° 88013, se sugiere implementar materiales en el departamento de Educación física para lograr una mejora en la disciplina del básquetbol, así promover en los estudiantes la práctica de este deporte que constituye un gran aporte a su bienestar físico, mental y saludable
- Se sugiere la reconstrucción de la infraestructura del campo de básquetbol, para que de ese modo los estudiantes tengan más facilidad para la práctica del deporte ya mencionado y a si logren ser competitivos.

A los profesores

- A los profesores de las I.E. N° 88298 y I.E N° 88013, se sugiere que en sus programaciones anuales la disciplina del básquetbol sea tomado más en cuenta,

para que de esta manera inculcar y fomentar en los estudiantes a la práctica del mencionado deporte que constituye un aporte a su bienestar físico y socio emocional.

- También se sugiere que en sus programaciones de sus olimpiadas internas tenga en cuenta la disciplina del basquetbol, para de ese modo inculcar y fomentar en los estudiantes a la práctica del mencionado deporte que constituye una vida sana y saludable.

A los estudiantes

- A los estudiantes de las I.E. № 88298 y I.E № 88013, se sugiere poner de su parte en las sesiones de clases de básquetbol, para de ese modo mejore la práctica del mencionado deporte, que constituye un aporte a su coordinación ya su bienestar físico.
- A los estudiantes de las I.E. № 88298 y I.E № 88013, se sugiere tomar en cuenta los fundamentos técnicos del básquetbol y respetar sus reglas de juego, para de ese modo promover en los estudiantes la práctica del mencionado deporte.

A futuros investigadores

- A los futuros investigadores, se sugiere tener en cuenta la infraestructura del campo de basquetbol y lo poco que se toma en cuenta esta disciplina en algunas instituciones, para de ese modo mejore la práctica de su investigación y tengan un bonito desenvolvimiento de esta disciplina ya mencionada y así poder contribuir con la mejora de los estudiantes tanto en la parte cognitiva, socioemocional y físico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aliaga, V. (2010). *Nivel del fundamento técnico del basquetbol en alumnos del quinto grado de las Instituciones Educativas Secundaria María Auxiliadora e Independencia Nacional Puno*. (Tesis pre-grado). Universidad Nacional del Altiplano, Puno.
- Arceri, M. y Bianchini, V. (2004). *La leggenda del basket* (en italiano). Baldini Castoldi Dalai, <https://www.worldcat.org> › *leggenda-del-basket* › oclc
- Calizaya, H. (2017). *Nivel de fundamentos técnicos del basquetbol en los estudiantes del 6to grado de las Instituciones Educativas Primarias N° 70494 Túpac Amaru de Macari y Adventista Titicaca Juliaca año 2016* (Tesis Pre grado) Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.
- Campos, G. (2002). *Básquetbol básico*: Romay.
- Carrasco, S. (2005). *Metodología de la investigación*: San Marcos.
- Chicaiza, S. (2016). *La enseñanza-aprendizaje de los fundamentos técnicos del básquetbol en los niños de séptimo año de educación general básica de la unidad educativa fisicomisional "la inmaculada" del cantón Pangua, Provincia de Cotopaxi*.
- Contreras, O. (1998). *Didáctica de la EF. Un enfoque constructivista*. Zaragoza. <https://www.casadellibro.com> › Deportes › Historia y estudios
- Delgado, M. (1991). *Los estilos de enseñanza en E.F. Propuesta para una reforma de la enseñanza*. ICE.
- Drauschke, k. Krogner, C. y Utz, M. (2011). *El entrenador de Básquetbol*. Paidotribo les Guixeres.
- Fajardo, J. (1999). *Reglamento de baloncesto comentado*, Paidotribo, <https://books.google.com>›books›about›Reglamento_de_baloncesto
- Fernández, P. y Río A. (2016) *Elementos básicos de los modelos comprensivos*. <https://www.efdeportes.com>›efd214
- Gimeno, J. y Pérez, A, (1989). *La Enseñanza, su Teoría y su Práctica*. Madrid.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación. 6ta. Edición*. Mc Graw Hill Interamericana

- Hessing, W. (1995). *Básquetbol para principiantes, entrenamiento táctico y técnica*.
- Madueño, C. (2015). *Estilo de enseñanza asignación de tareas en aprendizaje de fundamentos del basquetbol en estudiantes de economía de la UNSCH, 2015*.
http://repositorio.unsch.edu.pe/bitstream/handle/UNSCH/1420/TM%20EE23_Mad.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Martín, C. (2006). *La formación del educador deportivo en baloncesto*.
www.vivabasquet.com/11711-fundamentos-del-basquetbol/
- Mosston, P. (2005). *Métodos y estrategias que combinan la actividad propia del deporte*.
<https://www.efdeportes.com> › efd132 › los-metodos-de-ensenanza-
- Mosston, P. y Ashworth, R. (1996). *La enseñanza de la Ef. La reforma de los estilos de enseñanza*. <https://www.casadellibro.com> › Deportes › Historia y estudios
- Naismith, J. (1891). *Profesor de Educación Física en la Universidad de YMCA*.
<https://www.amazon.es> › James-Naismith-Man-Invented-Basketball-ebook
- Nicolás, A. (2009). *Autoconfianza y deporte*.
- Pérez, J. y Gardey, A. (2015). *Definición de pase en baloncesto*. <https://definicion.de/pase-en-baloncesto/>
- Piaget, J. (1990). *La formación del símbolo en el niño*.
- Planchart, J. y Domínguez, D. (2001). *Fundamentos técnicos del Básquetbol*.
- Pugmire-Stoy, M. (1996). *El Juego Espontáneo, Vehículo de Aprendizaje y comunicación*.
- Rodríguez, J. y Burneo, K. (2017). *Metodología de la Investigación*. Universidad San Ignacio de Loyola.
- Sandino A. (1966). *Formación deportiva en Básquetbol*.
- Torres, C. (2006). *La formación del educador deportivo en baloncesto. Bloque común, Wanceulen S.L.* <https://www.libreriadeportiva.com>›libro›la-formacion-del-educador-deportivo.
- Toscano, M. (2014). *Estudio de la enseñanza y aprendizaje del Básquetbol en los estudiantes de educación básica superior de la unidad educativa Antares, año*

lectivo 2013-2014. (Tesis pregrado) Universidad central Del Ecuador facultad de cultura física carrera de docencia en cultura física.

Anexos

Anexo N° 01: Matriz de consistencia

TITULO: Estrategias de entrenamiento para mejorar la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018.

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLE	DIMISIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA
<p><u>General:</u> ¿En qué medida la aplicación de estrategias de entrenamiento para mejorar la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018?</p>	<p><u>General:</u> Determinar los resultados de aplicación de estrategia de entrenamiento en la mejora de la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018.</p> <p><u>Específicos:</u> Identificar los resultados de aplicación de estrategia de entrenamiento sobre práctica del básquetbol en la dimensión pase en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018. Identificar los resultados de aplicación de estrategia de entrenamiento sobre práctica del básquetbol en la dimensión dribling en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018.</p>	<p><u>General:</u> Hi: La aplicación de la estrategia de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018. Ho: La aplicación de la estrategia de entrenamiento no mejora la práctica del básquetbol en estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018.</p> <p><u>Específicos:</u> H1: La aplicación de la estrategia de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol en dimensión pase estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018.</p>	Básquetbol	<p>Pase</p> <p>Dribling</p> <p>Tiro canasta</p> <p>Defensa</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pase pecho - Pase pique - Pase sobre la cabeza - Pase bolos - Dribling de control y protección - Dribling de velocidad - Tiro de suspensión - Tiro libre - Bandeja o doble pase - Gancho - Individual - Zona - Mixta 	<p>Tipos de estudio</p> <p>Tecnología aplicada</p> <p>Diseño de investigación</p> <p>Pre experimental con pre y pos test con un solo grupo</p> <p>GE: O1 X O2</p> <p>G.E = Grupo experimental</p> <p>O1 = Pre Test</p> <p>X = Variable independiente</p> <p>O2 = Pos Test</p> <p>Muestra</p> <p>Estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018.</p>

	<p>Identificar los resultados de aplicación de estrategia de entrenamiento sobre práctica del básquetbol en la dimensión tiro canasta en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018.</p> <p>Identificar los resultados de aplicación de estrategia de entrenamiento sobre práctica del básquetbol en la dimensión defensa en los estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018.</p>	<p>H2: La aplicación de la estrategia de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol en dimensión dribling en estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018.</p> <p>H3: La aplicación de la estrategia de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol en dimensión tiro canasta en estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018.</p> <p>H3: La aplicación de la estrategia de entrenamiento mejora significativamente la práctica del básquetbol en dimensión defensa en estudiantes del primer año de secundaria de la I.E N° 88298 y I.E N° 88013 Chimbote – 2018</p>				
--	--	--	--	--	--	--

Anexo N° 02: Instrumento pre y pos test

FICHA DE OBSERVACIÓN

Nombre del estudiante:

Grado y sección:

Fecha de aplicación:

OBJETIVO:

Evaluar la práctica del básquetbol en los estudiantes del 1° año de secundaria.

ÍTEMS	Opción de respuesta			
	Siempre	Casi siempre	Muy pocas veces	Nunca
Pase				
1. Realiza el pase utilizando al mismo tiempo ambas manos y con la misma fuerza.				
2. Ejecuta el pase lanzando el balón con las dos manos hacia adelante.				
3. Realiza el pase desde el pecho flexionando las piernas.				
4. Realiza el pase pique dirigiendo las manos hacia el suelo al lanzar el balón.				
5. Ejecuta el pase dando un bote antes de ser recibido por el compañero.				
6. Realiza el pase por encima de la cabeza manteniendo los brazos extendidos.				
7. Realiza el pase por encima de la cabeza con y sin impulso.				
8. Práctica el pase por encima de la cabeza con flexión del cuerpo y sin flexión según su trayectoria.				
9. Practica el pase bolo sacando la mano desde debajo de la cintura.				
10. Demuestra mediante el juego de basquetbol el pase bolo practicado anteriormente.				
Dribling				
11. Realiza el control del balón de manera estática en el juego.				
12. Realiza el control del balón en movimiento en el juego.				
13. Realiza los movimientos de protección del balón durante el juego del basquetbol.				
14. Se desplaza rápida hacia adelante manteniendo el control del balón en el juego de basquetbol.				
15. Avanza velozmente hacia adelante esquivando a sus oponentes en juego del basquetbol.				

Tiro canasta				
16. Realiza el lanzamiento del balón elevándose en el aire.				
17. Apoya el balón con una mano mientras que se sujeta con la otra en la canasta sosteniéndose en ella.				
18. Finaliza el lanzamiento con un golpe de muñeca al balón.				
19. Lanza en balón desde la línea de tiro libre después de una falta encestando el balón.				
20. Ejecuta el tiro libre de acuerdo a la falta sancionada.				
21. Realiza el lanzamiento en carrera, utilizando una sola mano durante el juego del básquetbol.				
22. Ejecuto el doble ritmo realizando los dos pasos como máximo después de dejar dar botes al balón.				
23. Realiza el lanzamiento con una sola mano extendiendo el brazo de forma ascendente.				
24. Realiza el gesto de muñeca al momento de encestar el balón.				
Defensa				
25. Demuestra durante el juego la marca personal hacia el adversario.				
26. Ejecuta presión en la marca hacia el adversario.				
27. Demuestra una ubicación defensiva ordenada durante el juego.				
28. Ejecuta trabajos defensivos durante el juego				
29. Practica ambos sistemas defensivos durante el juego.				
30. Pone en práctica sus sistemas de juego durante el encuentro.				

Anexo N° 03: Ficha técnica de instrumento

Ficha técnica del instrumento.

1. FICHA TÉCNICA:

- 1.1. Nombre : ficha de observación
1.2. Autores : José Pérez Urcia
Paola Alva Bermúdez
Mauro Zavaleta Ramos
1.3. Año : 2018
1.4. Administración : Individual
1.5. Tiempo de aplicación : 45 minutos

2. OBJETIVO:

Caracterizar la práctica del básquetbol en los estudiantes del primer año de secundaria de las instituciones educativas, N° 88298 y N° 88013.

3. CARACTERÍSTICAS:

- a. Presenta 30 ítems con una valoración de 1 a 4 puntos cada uno (siempre= 4, casi siempre= 3, muy pocas veces = 2, nunca = 1); los cuales están organizados en función a las dimensiones de la variable dependiente “relaciones interpersonales”.
- b. La evaluación de los resultados se realiza por dimensiones y por todos los enunciados (variable), considerando la siguiente valoración:

Nivel de práctica de básquetbol	Baremos establecidos				
	Pase	Dribling	Tiro canasta	defensa	Básquetbol
		MI,.			
Bueno	31 – 40	16 – 20	28 – 36	19 – 24	91 – 120
Regular	21 – 30	11 – 15	19 – 27	13 – 18	61 - 90
Deficiente	10 – 20	6 –11	9 – 18	6 – 12	30 - 60

**INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO
PÚBLICO DE CHIMBOTE**

“AÑO DEL DIALOGO Y LA RECONCILIACIÓN NACIONAL”



**CARPETA DE VALIDACIÓN
POR JUICIO DE EXPERTOS**

INTEGRANTE:

ALVA BERMÚDEZ Cindy Paola

ZVALETA RAMOS Adán Mauro

PEREZ URCIA José Loreto

**Nuevo Chimbote – Perú
2018**

CONFIABILIDAD DE LA FICHA DE OBSERVACIÓN DEL BÁSQUETBOL

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	15	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	15	100,0

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,7370	30

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
VAR00001	8,2727	62,874	,548	,710
VAR00002	8,8182	60,251	,848	,736
VAR00003	8,4081	60,820	,715	,737
VAR00004	8,4545	60,450	,754	,737
VAR00005	8,8636	60,881	,782	,737
VAR00006	8,2273	63,708	,470	,710
VAR00007	8,7727	58,803	,873	,731
VAR00008	8,6818	58,465	,870	,736
VAR00009	8,4545	60,450	,754	,737
VAR00010	8,8182	60,251	,848	,731
VAR00011	8,8182	60,251	,848	,731
VAR00012	8,2727	62,874	,548	,710
VAR00013	8,8636	60,881	,782	,737
VAR00014	9,0808	66,468	,000	,741
VAR00015	9,0000	64,085	,485	,740
VAR00016	8,7727	58,803	,873	,731
VAR00017	8,6364	58,576	,843	,731
VAR00018	8,8545	62,888	,600	,737
VAR00019	8,2273	63,708	,470	,710
VAR00020	8,7727	58,803	,873	,731
VAR00021	8,6818	58,465	,870	,731
VAR00022	8,4545	60,450	,754	,737
VAR00023	8,8182	60,251	,848	,736
VAR00024	8,8182	60,251	,848	,736
VAR00025	8,5000	60,167	,775	,737
VAR00026	8,7727	58,803	,873	,731
VAR00027	8,8636	60,881	,782	,737
VAR00028	9,0000	64,085	,485	,727
VAR00029	8,7727	58,803	,873	,731
VAR00030	8,6818	58,465	,870	,731



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR
PEDAGÓGICO PÚBLICO CUZCO

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO:

"FICHA DE OBSERVACIÓN"

OBJETIVO: Evaluar la práctica del básquetbol en los estudiantes del 1° año de secundaria.

DIRIGIDO A: Estudiantes del 1° año de secundaria de las I.E "Eleazar Guzmán Barrón y Luis Alberto Sánchez".

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: Maza Arizola Dennis Angel

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Prof. de Educ. Física

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto <input checked="" type="checkbox"/>	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	--	-------	------	----------


FIRMA DEL EVALUADOR
Dennis Angel Maza Arizola
COORDINADOR DE

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: "Estrategias de entrenamiento para mejorar la práctica del Basquetbol en estudiantes del primer grado de secundaria de la I.E .N°88298 e I.E.N°88013".

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA		CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES		
						Relación Entre la Variable y la dimensión		Relación Entre la Dimensión y el indicador		Relación Entre el Indicador y el ítems		Relación entre El ítems y la Opción de respuesta			La redacción es clara, precisa y comprensible	
						SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		SI	NO
Basquetbol	Pase	Pase pecho	1. Realiza el pase utilizando al mismo tiempo ambas manos y con la misma fuerza			✓		✓		✓		✓		✓		
			2. Ejecuta el pase lanzando el balón con las dos manos hacia adelante			✓		✓		✓		✓		✓		
		• Pase pique	3. Realiza el pase desde el pecho flexionando las piernas			✓		✓		✓		✓		✓		
			4. Realiza el pase dirigiendo las manos hacia el suelo al lanzar el balón			✓		✓		✓		✓		✓		
			5. Ejecuta el pase dando un bote antes de ser recibido por el compañero			✓		✓		✓		✓		✓		
		Pase sobre la cabeza	6. Realiza el pase por encima de la cabeza manteniendo los brazos extendidos			✓		✓		✓		✓		✓		
			7. Realiza el pase por detrás de la cabeza con y sin impulso			✓		✓		✓		✓		✓		
			8. Práctica el pase por encima de la cabeza con flexión del cuerpo y sin flexión según su trayectoria			✓		✓		✓		✓		✓		
		• Pase bolos	9. Practica el pase bote sacando la mano desde debajo de la cintura			✓		✓		✓		✓		✓		
			10. Demuestra mediante el juego de basquetbol el pase bote practicado anteriormente.			✓		✓		✓		✓		✓		
	Dribling de control y protección	Dribling de control y protección	11. Realiza el control del balón de manera estática en el juego.			✓		✓		✓		✓		✓		
			12. Realiza el control del balón en movimiento en el juego.			✓		✓		✓		✓		✓		
			13. Realiza los movimientos de protección del balón durante el juego del basquetbol.			✓		✓		✓		✓		✓		


 Dr. Hermenegildo Espinoza Quiñonez
 Docente "FSP" "Chambac"

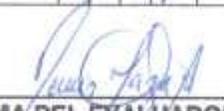
	Dribling de velocidad	14. Se desplaza rápida hacia adelante manteniendo el control del balón en el juego de basquetbol.			✓		✓		✓		✓		✓		
		15. Avanza velozmente hacia adelante esquivando a sus oponentes en juego del basquetbol.			✓		✓		✓		✓		✓		
Tiro canasta	Tiro de suspensión	16. Realiza el lanzamiento del balón elevándose en el aire.			✓		✓		✓		✓		✓		
		17. Apoya el balón con una mano mientras que se sujeta con la otra en la canasta sosteniéndose en ella.			✓		✓		✓		✓		✓		
		18. Finaliza el lanzamiento con un golpe de muñeca al balón.			✓		✓		✓		✓		✓		
	Tiro libre	19. Lanza en balón desde la línea de tiro libre después de una falta encestando el balón.			✓		✓		✓		✓		✓		
		20. Ejecuta el tiro libre de acuerdo a la falta sancionada.			✓		✓		✓		✓		✓		
	Bandeja o doble pase.	21. Realiza el lanzamiento en carrera, utilizando una sola mano durante el juego del basquetbol.			✓		✓		✓		✓		✓		
		22. Ejecuto los dos pasos como máximo después de dejar dar botes al balón.			✓		✓		✓		✓		✓		
	Gancho	23. Realiza el lanzamiento con una sola mano extendiendo el brazo de forma ascendente.			✓		✓		✓		✓		✓		
24. Realiza el gesto de muñeca al momento de encestar el balón.				✓		✓		✓		✓		✓			
Defensa	Individual	25. Demuestra durante el juego la marca personal hacia el adversario.			✓		✓		✓		✓		✓		
		26. Ejecuta presión en la marca hacia el adversario.			✓		✓		✓		✓		✓		
	Zona	27. Demuestra una ubicación defensiva ordenada durante el juego.			✓		✓		✓		✓		✓		
		28. Ejecuta trabajos defensivos durante el juego			✓		✓		✓		✓		✓		
	Mixta	29. Practica ambos sistemas defensivos durante el juego.			✓		✓		✓		✓		✓		
		30. Pone en práctica sus sistemas de juego durante el encuentro.			✓		✓		✓		✓		✓		



TRABAJO REVISADO

 Mg. Hernando Espinoza Quispe

 Av. 14500 "Chimbo"



FIRMA DEL EVALUADOR

Dennis Angel Maza Antelo

 COORDINADOR TOE



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR
PEDAGÓGICO PÚBLICO CHIMBOTE

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO:

“FICHA DE OBSERVACIÓN”

OBJETIVO: Evaluar la práctica del básquetbol en los estudiantes del 1° año de secundaria.

DIRIGIDO A: Estudiantes del 1° año de secundaria de las I.E “Eleazar Guzmán Barrón y Luis Alberto Sánchez”.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: HERRERA RAMOS JULIO WALDER

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Profesor de Educación Física

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto <input checked="" type="checkbox"/>	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	--	-------	------	----------


FIRMA DEL EVALUADOR

Julio Walder Herrera Ramos
PROFESOR

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: "Estrategias de entrenamiento para mejorar la práctica del Basquetbol en estudiantes del primer grado de secundaria de la I.E .N°88298 e I.E.N°88013".

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA		CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES	
						Relación Entre la Variable y la dimensión		Relación Entre la Dimensión y el indicador		Relación Entre el Indicador y el ítem		Relación entre El ítem y la Opción de respuesta			La redacción es clara, precisa y comprensible
						SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
Basquetbol	Pase	Pase pecho	1. Realiza el pase utilizando al mismo tiempo ambas manos y con la misma fuerza			✓		✓		✓		✓			
			2. Ejecuta el pase lanzando el balón con las dos manos hacia adelante			✓		✓		✓		✓			
		• Pase pique	3. Realiza el pase desde el pecho flexionando las piernas			✓		✓		✓		✓			
			4. Realiza el pase dirigiendo las manos hacia el suelo al lanzar el balón			✓		✓		✓		✓			
			5. Ejecuta el pase dando un bote antes de ser recibido por el compañero			✓		✓		✓		✓			
		Pase sobre la cabeza	6. Realiza el pase por encima de la cabeza manteniendo los brazos extendidos			✓		✓		✓		✓			
			7. Realiza el pase por detrás de la cabeza con y sin impulso			✓		✓		✓		✓			
			8. Práctica el pase por encima de la cabeza con flexión del cuerpo y sin flexión según su trayectoria			✓		✓		✓		✓			
		• Pase bolos	9. Practica el pase bolo sacando la mano desde debajo de la cintura			✓		✓		✓		✓			
			10. Demuestra mediante el juego de basquetbol el pase bolo practicado anteriormente.			✓		✓		✓		✓			
	Dribling	Dribling de control y protección	11. Realiza el control del balón de manera estática en el juego.			✓		✓		✓		✓			
			12. Realiza el control del balón en movimiento en el juego.			✓		✓		✓		✓			
			13. Realiza los movimientos de protección del balón durante el juego del basquetbol.			✓		✓		✓		✓			



 Vg. Hernández y C. Espinoza Quimbé

 Asesor "SPP" "Chumbé"

		Dribling de velocidad	14. Se desplaza rápida hacia adelante manteniendo el control del balón en el juego de basquetbol.			✓		✓		✓		✓		✓			
			15. Avanza velozmente hacia adelante esquivando a sus oponentes en juego del basquetbol.			✓		✓		✓		✓		✓			
	Tiro canasta	Tiro de suspensión	16. Realiza el lanzamiento del balón elevándose en el aire.			✓		✓		✓		✓		✓			
			17. Apoya el balón con una mano mientras que se sujeta con la otra en la canasta sosteniéndose en ella.			✓		✓		✓		✓		✓			
			18. Finaliza el lanzamiento con un golpe de muñeca al balón.			✓		✓		✓		✓		✓			
		Tiro libre	19. Lanza en balón desde la línea de tiro libre después de una falta encestando el balón.			✓		✓		✓		✓		✓			
			20. Ejecuta el tiro libre de acuerdo a la falta sancionada.			✓		✓		✓		✓		✓			
		Bandeja o doble pase.	21. Realiza el lanzamiento en carrera, utilizando una sola mano durante el juego del basquetbol.			✓		✓		✓		✓		✓			
			22. Ejecuta los dos pasos como máximo después de dejar dar botes al balón.			✓		✓		✓		✓		✓			
		Gancho	23. Realiza el lanzamiento con una sola mano extendiendo el brazo de forma ascendente.			✓		✓		✓		✓		✓			
			24. Realiza el gesto de muñeca al momento de encestar el balón.			✓		✓		✓		✓		✓			
		Defensa	Individual	25. Demuestra durante el juego la marca personal hacia el adversario.			✓		✓		✓		✓		✓		
	26. Ejecuta presión en la marca hacia el adversario.					✓		✓		✓		✓		✓			
	Zona		27. Demuestra una ubicación defensiva ordenada durante el juego.			✓		✓		✓		✓		✓			
			28. Ejecuta trabajos defensivos durante el juego			✓		✓		✓		✓		✓			
	Mixta		29. Practica ambos sistemas defensivos durante el juego.			✓		✓		✓		✓		✓			
			30. Pone en práctica sus sistemas de juego durante el encuentro.			✓		✓		✓		✓		✓			

TRABAJO REVISADO
 Vg. Hermano Juan Espinosa Quispe
 Excmo. IESSP "Chimbo"

FIRMA DEL EVALUADOR
 PROFESOR

Anexo N° 06: Base de datos

N°	BASES DE DATOS PRE TEST																														ST	TOTAL			
	PASE										DRIBLING					TIRO CANASTA										DEFENSA									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	ST	11	12	13	14	15	ST	16	17	18	19	20	21	22	23	24	ST	25	26	27			28	29	30
1	4	4	2	2	3	4	4	2	2	1	28	3	2	2	3	3	13	3	1	1	1	2	3	1	2	1	15	3	3	2	3	1	1	13	69
2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	1	21	3	2	2	2	3	12	2	1	1	2	2	3	1	2	1	15	2	2	2	3	1	1	11	59
3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	22	2	2	2	2	2	10	3	1	2	2	2	1	1	2	1	15	3	3	2	2	1	1	12	59
4	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	17	2	2	2	2	2	10	1	1	1	1	3	3	2	2	1	15	2	2	1	1	1	1	8	50
5	4	4	3	2	3	4	4	3	2	2	31	3	3	3	4	4	17	4	1	2	3	3	4	2	3	2	24	4	4	2	4	2	1	17	89
6	2	3	1	2	2	3	3	2	1	1	20	2	2	2	3	3	12	1	1	2	1	2	1	1	2	13	2	3	1	1	1	1	9	54	
7	2	3	2	3	3	2	3	3	1	1	23	3	3	3	3	3	15	3	1	3	2	1	2	3	2	19	1	1	3	1	1	1	8	65	
8	2	3	1	2	2	3	1	2	1	1	18	3	2	2	2	3	12	2	1	2	2	3	3	1	2	18	2	2	2	2	1	1	10	58	
9	3	3	2	3	3	3	3	2	1	1	24	2	2	2	3	3	12	3	1	2	3	3	4	1	3	22	3	3	2	1	1	1	11	69	
10	3	3	2	3	2	4	4	2	1	1	25	3	3	3	3	4	16	3	1	2	3	3	3	1	2	19	3	3	3	1	1	1	12	72	
11	3	3	2	3	3	3	4	2	1	1	25	2	2	2	3	3	12	3	1	2	3	3	2	1	2	18	3	3	2	1	1	1	11	66	
12	3	3	2	2	3	3	3	1	1	2	23	2	2	2	3	2	11	3	1	2	3	3	2	1	2	19	3	3	2	1	1	1	11	64	
13	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	21	2	2	2	3	2	11	1	1	1	3	2	2	1	2	14	2	2	1	1	1	1	8	54	
14	4	4	2	4	4	4	4	3	1	1	31	3	3	3	2	4	15	3	1	2	3	3	4	1	3	22	4	4	3	3	1	1	16	84	
15	3	3	2	3	3	3	3	1	1	1	23	2	2	2	2	3	11	2	1	1	3	3	2	1	1	15	2	2	2	2	1	1	10	59	
16	3	2	1	2	3	3	2	1	1	1	19	2	2	2	2	2	10	3	1	1	3	3	2	1	1	16	2	2	2	1	1	1	9	54	
17	2	2	1	2	2	2	1	3	1	1	17	2	2	2	3	3	12	2	1	2	3	3	3	1	2	18	4	3	2	1	1	1	12	59	
18	3	3	2	1	3	3	1	1	2	1	20	1	1	2	1	2	7	1	1	2	1	3	1	2	3	16	2	2	1	2	1	1	9	52	
19	3	3	3	1	1	2	1	2	2	3	21	3	3	3	3	3	15	2	1	2	2	1	2	3	1	15	2	1	1	2	2	1	9	60	
20	2	1	2	2	2	1	1	2	3	1	17	1	2	1	1	2	7	1	1	2	2	2	1	2	1	14	1	2	1	3	1	2	10	48	
21	1	2	2	1	3	1	2	2	2	1	17	2	1	2	2	1	8	3	1	1	2	2	1	1	2	15	2	1	2	2	2	1	9	49	
22	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	16	1	2	2	1	2	8	2	2	1	1	2	2	1	2	15	1	1	2	2	1	2	9	48	
23	2	1	1	1	2	2	2	1	3	1	16	1	2	2	3	3	11	2	2	2	2	1	1	2	1	15	2	1	1	2	2	1	9	51	
24	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	16	2	2	3	1	1	9	2	2	1	1	2	1	1	1	13	2	2	1	2	1	1	9	47	
25	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	13	2	1	1	1	2	7	2	1	1	2	1	1	1	1	12	2	2	1	1	2	1	9	41	
26	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	13	1	2	1	1	1	6	2	1	2	1	1	1	1	1	12	2	2	1	1	1	1	8	39	
27	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	13	2	2	1	1	2	8	2	1	1	2	1	1	1	1	12	2	2	1	1	1	1	8	41	
28	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	13	2	2	2	1	1	8	1	1	2	1	1	1	1	1	11	2	1	1	2	1	1	8	40	
29	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	14	1	1	2	1	1	6	2	1	2	1	1	1	1	1	12	2	2	1	1	1	1	8	40	
30	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	13	1	2	1	1	1	6	1	1	2	1	2	1	1	1	12	3	3	2	1	1	1	11	42	
31	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	14	2	1	2	1	1	7	2	1	2	1	1	1	1	1	12	2	2	1	1	1	1	8	41	
32	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	13	1	2	1	2	1	7	1	2	1	2	1	1	2	1	12	1	2	1	1	1	1	7	39	
33	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	14	1	2	1	1	1	6	2	1	2	1	1	1	1	1	12	2	1	1	2	1	1	8	40	
34	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	14	1	2	2	1	1	7	1	1	1	2	1	1	1	1	11	2	1	1	2	1	1	8	40	
35	1	2	1	1	1	2	3	1	2	1	15	1	2	1	1	1	6	1	2	1	1	1	2	1	1	12	2	1	1	2	1	1	8	41	
36	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	13	1	2	1	1	1	6	2	1	1	1	2	1	2	1	12	3	1	2	1	1	1	9	40	
37	3	3	2	1	3	3	1	1	2	1	20	1	1	2	1	2	7	1	1	2	1	3	1	1	3	15	2	2	1	2	1	1	9	51	
38	3	3	3	1	1	2	1	2	2	3	21	3	3	3	3	3	15	2	1	2	2	1	2	3	1	15	2	1	1	2	2	1	9	60	
39	2	1	2	2	2	1	1	2	3	1	17	1	2	1	1	2	7	1	1	2	2	2	1	2	1	14	1	2	1	3	1	2	10	48	
40	1	2	2	1	3	1	2	2	2	1	17	2	1	2	2	1	8	3	1	1	2	2	1	1	2	15	2	1	2	2	2	1	10	50	
41	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	16	1	2	2	1	2	8	2	2	1	1	2	2	2	1	15	1	1	2	2	1	2	9	48	
42	2	1	1	1	2	2	2	1	3	1	16	1	2	2	3	3	11	2	2	2	2	1	1	2	1	15	2	1	1	2	2	1	9	51	
43	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	16	2	2	3	1	1	9	2	2	1	1	2	1	1	1	13	2	2	1	2	1	1	9	47	
44	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	13	2	1	1	1	2	7	2	1	1	2	1	1	1	1	12	2	2	1	1	2	1	9	41	
45	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	13	1	2	1	1	1	6	2	1	2	1	1	1	1	1	12	2	2	1	1	1	1	8	39	
46	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	13	2	2	1	1	2	8	2	1	1	2	1	1	1	1	12	2	2	1	1	1	1	8	41	
47	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	13	2	2	2	1	1	8	1	1	2	1	1	1	1	1	11	2	1	1	2	1	1	8	40	
48	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	14	1	1	2	1	1	6	2	1	2	1	1	1	1	1	12	2	2	1	1	1	1	8	40	
49	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	13	1	1	2	1	1	6	2	1	2	1	1	1	1	1	12	2	2	1	1	1	1	8	39	
50	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	14	2	1	2	1	1	7	2	1	2	1	1	1	1	1	12	2	2	1	1	1	1	8	41	

Nº	BASES DE DATOS POS TEST																														TOTAL				
	PASE										DRIBLING					TIRO CANASTA										DEFENSA									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	ST	11	12	13	14	15	ST	16	17	18	19	20	21	22	23	24	ST	25	26	27		28	29	30	ST
1	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	35	3	3	3	3	4	16	2	1	2	3	4	3	3	3	2	23	3	4	2	3	3	3	18	92
2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	31	3	4	3	4	2	16	1	1	3	3	3	3	3	2	2	21	3	3	2	2	2	2	14	82
3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	29	3	3	3	2	2	13	1	1	2	3	3	2	3	3	2	20	3	3	2	2	2	2	14	76
4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	2	33	3	3	3	3	4	16	2	1	2	3	3	3	3	3	2	21	3	3	2	3	3	2	16	86
5	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	26	3	2	3	3	2	13	3	1	2	3	3	4	3	4	4	27	3	3	2	3	2	2	15	81
6	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	34	4	3	4	3	4	18	3	1	2	4	4	3	3	3	2	25	4	4	2	3	3	3	19	96
7	4	4	3	4	4	6	4	3	3	3	38	3	3	3	3	3	15	2	1	2	4	4	3	4	3	3	26	4	4	3	2	3	2	18	97
8	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	35	3	3	3	3	3	15	2	1	2	3	3	3	3	3	2	22	3	3	2	3	3	2	16	88
9	4	4	3	4	4	4	4	3	2	2	34	3	3	3	3	3	15	3	1	2	3	3	4	3	3	2	24	3	3	2	3	3	2	16	89
10	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	27	3	3	3	2	2	13	2	1	3	3	3	2	3	3	1	21	3	3	2	2	3	2	15	76
11	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	33	3	3	3	3	2	14	2	1	2	3	3	2	3	2	2	20	3	3	2	2	3	2	15	82
12	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	38	3	3	3	3	4	16	3	1	4	4	4	3	3	3	4	29	3	3	4	4	2	3	19	102
13	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	38	3	3	3	3	3	15	3	1	2	4	4	4	3	4	4	29	3	3	3	3	2	2	16	98
14	4	4	3	4	4	4	3	4	2	2	34	3	3	3	3	2	14	2	1	2	3	3	2	3	2	2	20	3	3	2	3	3	2	16	84
15	4	4	2	3	3	4	3	2	2	2	29	3	3	3	2	2	13	2	1	2	3	3	2	3	2	2	20	3	3	2	3	3	2	16	78
16	4	4	3	4	3	4	4	2	2	2	32	3	3	3	3	2	14	2	1	2	3	3	3	2	3	2	21	3	3	2	3	3	2	16	83
17	3	3	2	3	3	4	4	3	3	2	30	3	3	3	3	2	14	2	1	2	3	3	3	3	3	2	22	3	3	2	3	3	3	17	83
18	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	29	4	3	4	3	3	7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27	3	3	2	2	2	2	14	77
19	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	28	2	3	2	3	3	13	2	1	2	3	3	3	3	3	3	23	3	3	3	3	3	3	18	82
20	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	26	2	3	2	3	2	12	3	1	2	2	2	2	2	2	2	18	2	3	2	3	2	2	14	70
21	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	23	2	3	2	2	3	12	3	1	2	3	2	2	3	3	3	15	3	2	3	2	2	3	9	49
22	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	22	2	2	2	3	2	11	3	1	2	2	2	2	2	3	2	19	3	2	2	2	2	2	13	65
23	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	21	2	1	2	3	3	11	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	3	2	2	2	2	2	13	62
24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	3	3	2	2	2	12	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	2	3	2	2	2	2	13	62
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	26	3	3	3	3	3	3	18	89
26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	2	3	2	3	2	12	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	2	2	2	2	2	2	12	61
27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	2	2	2	2	2	10	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	2	2	2	2	2	2	12	59
28	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	23	2	2	2	2	2	10	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	2	2	2	2	2	2	12	62
29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	2	2	2	2	2	10	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	2	2	2	2	2	2	12	59
30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	1	1	2	1	2	7	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	2	2	2	2	2	2	12	56
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	3	3	3	15	3	1	2	2	2	2	3	2	19	3	2	3	3	2	2	15	79	
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	3	3	3	15	3	1	3	3	3	3	3	3	3	25	3	3	3	3	3	3	18	88
33	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	1	1	2	2	2	8	1	1	2	2	2	2	2	2	16	2	2	2	2	2	2	12	56	
34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	3	3	1	13	3	1	3	3	3	3	3	3	3	25	2	2	2	2	2	2	12	80
35	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	2	2	2	2	2	10	1	1	2	2	2	2	2	2	1	15	2	2	2	2	2	2	12	57
36	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	2	2	2	2	2	10	1	1	2	1	2	1	1	2	2	13	2	2	2	2	2	2	12	55
37	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	35	4	4	4	4	4	20	1	1	4	4	3	3	3	3	3	25	4	4	4	3	3	3	21	101
38	4	4	4	4	4	2	2	2	2	3	31	2	3	2	3	3	13	2	1	3	2	3	2	2	2	2	19	3	2	3	2	3	2	15	78
39	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	37	2	2	2	2	3	11	2	1	3	2	3	3	3	2	3	22	3	2	3	2	2	2	14	84
40	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	24	3	3	3	3	2	14	2	1	3	2	3	3	3	3	2	22	3	2	3	2	2	14	74	
41	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	22	2	3	2	2	2	11	2	1	3	2	3	2	2	2	3	20	3	3	2	3	2	2	15	68
42	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	23	2	2	2	2	3	11	2	1	2	2	2	3	3	2	3	20	3	3	3	2	2	2	15	69
43	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	16	2	2	2	2	3	11	2	1	2	3	3	3	3	3	3	23	3	3	3	2	3	2	16	66
44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	2	3	2	13	2	1	2	2	3	3	3	2	2	20	3	3	3	3	3	2	17	80
45	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	29	2	4	2	2	3	13	2	1	3	2	2	3	3	3	3	22	2	2	3	3	2	14	78	
46	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	25	3	3	3	2	2	13	2	1	3	2	3	3	2	2	3	21	3	3	2	2	2	14	73	
47	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	24	3	2	2	2	3	12	2	1	3	2	3	3	2	2	2	20	3	2	3	3	2	15	71	
48	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	24	2	3	2	2	2	12	2	1	2	3	2	3	2	2	2	19	3	3	3	2	2	15	70	
49	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	33	3	3	3	3	2	14	2	1	2	3	2	3	3	3	22	3	3	3	2	2	2	15	84	
50	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	26	2	2	2	3	2	11	2	1	2	2	3	3	2	3	2	20	4	3	3	3	2	17	74	

Anexo N° 07: Sesiones

Programación de sesiones

N°	VARIABLE DEPENDIENTE		VARIABLE INDEPENDIENTE		cronograma										POS TÉS
	ÍTEMS	EJE TEMÁTICO	ESTRATEGI A	RECURSOS Y MEDIOS	septiembre	S 2 octu	S 3	S 4	S 5	S 6	S 7 novi e	S 8	S 9	S 10	
	PRE TÉS				17-21										
1	<ul style="list-style-type: none"> Realiza el pase utilizando al mismo tiempo ambas manos y con la misma fuerza Ejecuta el pase lanzando el balón con las dos manos hacia adelante Practica el pase bolo sacando la mano desde debajo de la cintura Demuestra mediante el juego de básquetbol el pase bolo practicado anteriormente. 	Aprendemos el pase pecho y el pase bolos en el juego.	En pares Grupos	Balones Conos Platos deportivos		24-28									
2	<ul style="list-style-type: none"> Realiza el pase desde el pecho flexionando las piernas Realiza el pase dirigiendo las manos hacia el suelo al lanzar el balón Ejecuta el pase dando un bote antes de ser recibido por el compañero 	Practicemos el pase pique para mejorar nuestro juego.	Individual En grupo	Balones conos deportivos Aros			1-05								
3	<ul style="list-style-type: none"> Realiza el pase por encima de la cabeza manteniendo los brazos extendidos Realiza el pase por detrás de la cabeza con y sin impulso Práctica el pase por encima de la cabeza con flexión del cuerpo y sin flexión según su trayectoria 	Practicemos pase sobre la cabeza y el tenis en el juego		Balones conos platos deportivos				8-12							
4	<ul style="list-style-type: none"> Realiza el control del balón de manera estática en el juego. Realiza el control del balón en movimiento en el juego. Realiza los movimientos de protección del balón durante el juego del basquetbol. 	Aprendamos el control y protección del balón en el juego		Balones platos deportivos conos					15-19						
5	<ul style="list-style-type: none"> Se desplaza rápida hacia adelante manteniendo el control del balón en el juego de básquetbol. 	Nos desplazamos en diferentes direcciones		Platos deportivos Conos chalecos deportivos						22-26					

	<ul style="list-style-type: none"> Avanza velozmente hacia adelante esquivando a sus oponentes en juego del básquetbol. 	demostrando lo aprendido durante el juego.		balones													
6	<ul style="list-style-type: none"> Realiza el lanzamiento del balón elevándose en el aire. Apoya el balón con una mano mientras que se sujeta con la otra en la canasta sosteniéndose en ella. Finaliza el lanzamiento con un golpe de muñeca al balón. 	Ejecutemos el lanzamiento de balón en el basquetbol.		Conos deportivos							29-02						
7	<ul style="list-style-type: none"> Lanza en balón desde la línea de tiro libre después de una falta encestando el balón. Ejecuta el tiro libre de acuerdo a la falta sancionada. 	Ejecutamos el tiro libre en el basquetbol.										05-09					
8	<ul style="list-style-type: none"> Realiza el lanzamiento en carrera, utilizando una sola mano durante el juego del básquetbol. Ejecuto los dos pasos como máximo después de dejar dar botes al balón. Realiza el lanzamiento con una sola mano extendiendo el brazo de forma ascendente. Realiza el gesto de muñeca al momento de encestar el balón. 	Juguemos en equipo respetando las reglas del juego del basquetbol.										12-16					
9	<ul style="list-style-type: none"> Demuestra durante el juego la marca personal hacia el adversario. Ejecuta presión en la marca hacia el adversario. Practica ambos sistemas defensivos durante el juego. Pone en práctica sus sistemas de juego durante el encuentro. 	Practicamos la marca personal en el juego											19-25				
10	<ul style="list-style-type: none"> Demuestra una ubicación defensiva ordenada durante el juego. Ejecuta trabajos defensivos durante el juego 	Realizamos el sistema defensivo y ofensivo en el juego.												26-30			
POS TÉS																	
																	3-07

Anexo N° 07: Sesiones

SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 1

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. INSTITUCIÓN : N° 88298 “Luis Alberto Sánchez y Eleazar Guzmán Barrón”
2. GRADO Y SESIÓN : Primero de secundaria
3. LUGAR : David Dasso
4. RESPONSABLE :
5. TELÉFONO :
6. CORREO :

II. TÍTULO DE LA SESIÓN: Aprendamos el pase pecho, pique y el pase bolo en el juego.

III. PROPÓSITO DE LA SESIÓN: En esta sesión el estudiante diferenciara y practicara los distintos pases del basquetbol.

IV. ANTES DE LA SESIÓN:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos y materiales se utilizaran en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"> • Solicita con anterioridad a los estudiantes o a sus familiares, que traigan algunos objetos que hagan falta para la clase. • Preparar con anticipación los materiales deportivos a utilizar. • Prepara proyector y/o audio para el afianzamiento del aprendizaje del estudiante. • Preparar el instrumento de evaluación de la clase a desarrollar. 	<p>Balones de básquetbol</p> <p>Conos</p> <p>Aros</p> <p>Silbato Tablero</p> <p>Lapiceros</p>

V. COMPETENCIAS, CAPACIDADES A TRABAJAR EN LA SESIÓN:

Área	Competencias y Capacidades	Desempeños
EDUCACIÓN FÍSICA	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> • Afianza las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera, salto y lanzamientos) a través de la regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos lúdicos, predeportivos, etc.)
	ASUME UNA VIDA SALUDABLE <ul style="list-style-type: none"> • Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. • Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce los diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física y selecciona los que mejor se adecúen a sus posibilidades, y utiliza la información obtenida en beneficio propio de su salud.
	INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES <ul style="list-style-type: none"> • Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. 	<ul style="list-style-type: none"> • Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

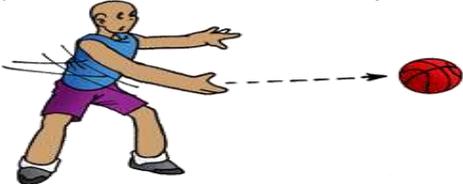
	<ul style="list-style-type: none"> • Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	<p align="center">SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADO POR LAS TIC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personaliza entornos virtuales. • Gestiona información del entorno virtual. • Interactúa en entornos virtuales. • Crea objetos virtuales en diversos formatos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Integra aplicaciones y objetos virtuales en sus actividades en el entorno virtual observando cambios y efectos para re-utilizarlos en otras situaciones similares
	<p align="center">GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Define metas de aprendizaje • Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje • Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. 	<p align="center">Se da cuenta lo que debe aprender en una tarea al preguntarse qué es lo que aprenderá.</p>

VI. ENFOQUES TRANSVERSALES:

Enfoque transversal	Actitudes que se demuestran
Enfoque De Derecho	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes promueven el conocimiento de los derechos del niño. • Los docentes promueven oportunidades para que los estudiantes ejerzan sus derechos en relación con sus pares y adultos. • Estudiantes participan de diversas actividades dando a conocer sus derechos.
Enfoque Orientación Al Bien Común	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes y docentes organizan espacios para el desarrollo de las actividades de aprendizaje. • Los estudiantes y docente se organizan y elaboran normas de convivencia del aula. • Docentes promueven oportunidades para que los estudiantes asuman diversas responsabilidades

VII. MOMENTO DE LA SESION:

Momentos	Actividades		Materiales	Tiempo
INICIO	Bienvenida: El docente da la bienvenida a los estudiantes			10´
	Motivación:	Psicológica	Física	
		La docente conversa con los estudiantes sobre el dribling en básquetbol, lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"	Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasarán el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.	Balón de básquetbol

PROCESO	<p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes forman una línea de varones y otro de damas para realizar el calentamiento específico al basquetbol. • los estudiantes forman grupos para practicar el pase pecho, de manera estática y luego en movimiento (uno quita los demás pasan el balón) 	<p>Balones de basquetbol</p> <p>Conos</p> <p>Aros</p> <p>Silbato</p> <p>Tablero</p> <p>Lapicero</p>	60´	
	<p>Ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes en parejas y en grupos de manera estática y en movimiento practican el pase pique en el basquetbol. luego de 			
	<p>Corrección de errores</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes en parejas se ubican frente a frente, el docente ubica aros en el medio de cada pareja y tendrán que lanzar el balón al aro asimilando el pase pique. • Los estudiantes forman grupos para practicar el pase bolos de manera estática y en movimiento. 			
Final	<p>Vuelta a la calma</p>	<p>Meta cognición: ¿Se da cuenta la coordinación del balón o el dribling se realiza con la yema de los dedos y con movimiento de muñeca?</p>	<p>Meta evaluación: ¿Qué aprendió? ¿Cómo lo aprendió? ¿Para qué lo servirá lo aprendido?</p>	5´

SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 2

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. INSTITUCIÓN : N° 88298 "Luis Alberto Sánchez"
2. GRADO Y SESIÓN: Primero de secundaria
3. LUGAR : David Dasso
4. RESPONSABLE :
5. TELÉFONO :
6. CORREO :

II. **TÍTULO DE LA SESIÓN:** "Practicamos el dribling para mejorar nuestra coordinación"

III. **PROPÓSITO DE LA SESIÓN:** En esta sesión los estudiantes aprenderán a desplazarse driblando con el balón por todo el campo y sobre su eje, para tener una mejor coordinación en la práctica del basquetbol.

IV. ANTES DE LA SESIÓN:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos y materiales se utilizarán en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"> • Solicita con anterioridad a los estudiantes o a sus familiares, que traigan algunos objetos que hagan falta para la clase. • Preparar con anticipación los materiales deportivos a utilizar. • Prepara proyector y/o audio para el afianzamiento del aprendizaje del estudiante. • Preparar el instrumento de evaluación de la clase a desarrollar. 	Balones de básquetbol Conos Aros Silbato Tablero Lapiceros

V. COMPETENCIAS, CAPACIDADES A TRABAJAR EN LA SESIÓN:

Área	Competencias y Capacidades	Desempeños
EDUCACIÓN FÍSICA	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> • Afianza las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera, salto y lanzamientos) a través de la regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos lúdicos, predeportivos, etc.)
	ASUME UNA VIDA SALUDABLE <ul style="list-style-type: none"> • Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. • Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce los diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física y selecciona los que mejor se adecúan a sus posibilidades, y utiliza la información obtenida en beneficio propio de su salud.
	INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES <ul style="list-style-type: none"> • Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. • Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Modifica juegos y actividades para que se adecúan a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES	SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADO POR LAS TIC	
	<ul style="list-style-type: none"> • Personaliza entornos virtuales. • Gestiona información del entorno virtual. • Interactúa en entornos virtuales. • Crea objetos virtuales en diversos formatos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Integra aplicaciones y objetos virtuales en sus actividades en el entorno virtual observando cambios y efectos para re-utilizarlos en otras situaciones similares
	GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA	
	<ul style="list-style-type: none"> • Define metas de aprendizaje • Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje • Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. 	<p style="text-align: center;">Se da cuenta lo que debe aprender en una tarea al preguntarse qué es lo que aprenderá.</p>

VI. ENFOQUES TRANSVERSALES:

Enfoque transversal	Actitudes que se demuestran
Enfoque De Derecho	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes promueven el conocimiento de los derechos del niño. • Los docentes promueven oportunidades para que los estudiantes ejerzan sus derechos en relación con sus pares y adultos. • Estudiantes participan de diversas actividades dando a conocer sus derechos.
Enfoque Orientación Al Bien Común	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes y docentes organizan espacios para el desarrollo de las actividades de aprendizaje. • Los estudiantes y docente se organizan y elaboran normas de convivencia del aula. • Docentes promueven oportunidades para que los estudiantes asuman diversas responsabilidades

VII. MOMENTO DE LA SESION:

Momentos	Actividades		Materiales	Tiempo
INICIO	Bienvenida: El docente da la bienvenida a los estudiantes			10´
	Motivación:	Psicológica La docente conversa con los estudiantes sobre el dribling en básquetbol, lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"	Física Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasarán el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.	Balón de básquetbol
Desarrollo		Los estudiantes de manera individual exploran la manera de driblear el balón en el basquetbol. 		
PROCESO	Ejecución	El docente proporciona la nueva información de como driblear un balón en el basquetbol, luego los ubica en un cuadro cada uno y driblearan el balón con la mano derecha luego izquierda. 	Balones de básquetbol Conos Aros Silbato Tablero Lapicero	60´
	Corrección de errores	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes forman columnas y saldrán driblando en balón hasta la línea de meta y regresaran. • Los estudiantes forman 4 columnas para realizar trabajos de dribling con balón en estaciones. <ul style="list-style-type: none"> ➤ los estudiantes dan botes el balón en cada aro con la mano derecha luego izquierda. ➤ los estudiantes dan votes según él la cantidad de conos que tengan. ➤ los estudiantes driblean los conos dando botes el balón. 		
FINAL	Vuelta a la calma	Meta cognición: ¿Se da cuenta la coordinación del balón o el dribling se realiza con la yema de los dedos y con movimiento de muñeca?		5´
		Meta evaluación: ¿Qué aprendió? ¿Cómo lo aprendió? ¿Para qué lo servirá lo aprendido?		

SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 3

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. INSTITUCIÓN : N° 88298 "Luis Alberto Sánchez"
2. GRADO Y SESIÓN : Primero de secundaria
3. LUGAR : David Dasso
4. RESPONSABLE :
5. TELÉFONO :
6. CORREO :

II. **TÍTULO DE LA SESIÓN:** Practicamos el pase sobre la cabeza y tenis en el basquetbol.

III. **PROPÓSITO DE LA SESIÓN:** En esta sesión los estudiantes practicarán el pase sobre la cabeza y tenis para mejorar su desempeño ante la práctica del basquetbol.

IV. ANTES DE LA SESIÓN:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos y materiales se utilizarán en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"> • Solicita con anterioridad a los estudiantes o a sus familiares, que traigan algunos objetos que hagan falta para la clase. • Preparar con anticipación los materiales deportivos a utilizar. • Prepara proyector y/o audio para el afianzamiento del aprendizaje del estudiante. • Preparar el instrumento de evaluación de la clase a desarrollar. 	<p>Balones de básquetbol</p> <p>Conos Aros Silbato Tablero Lapiceros</p>

V. COMPETENCIAS, CAPACIDADES A TRABAJAR EN LA SESIÓN:

Área	Competencias y Capacidades	Desempeños
EDUCACIÓN FÍSICA	<p style="text-align: center;">SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> • Afianza las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera, salto y lanzamientos) a través de la regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos lúdicos, predeportivos, etc.)
	<p style="text-align: center;">ASUME UNA VIDA SALUDABLE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. • Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce los diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física y selecciona los que mejor se adecúen a sus posibilidades, y utiliza la información obtenida en beneficio propio de su salud.
	<p style="text-align: center;">INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. • Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES	SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADO POR LAS TIC	
	<ul style="list-style-type: none"> • Personaliza entornos virtuales. • Gestiona información del entorno virtual. • Interactúa en entornos virtuales. • Crea objetos virtuales en diversos formatos. 	
	GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA	
	<ul style="list-style-type: none"> • Define metas de aprendizaje • Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje • Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. 	Se da cuenta lo que debe aprender en una tarea al preguntarse qué es lo que aprenderá.

VI. ENFOQUES TRANSVERSALES:

Enfoque transversal	Actitudes que se demuestran
Enfoque De Derecho	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes promueven el conocimiento de los derechos del niño. • Los docentes promueven oportunidades para que los estudiantes ejerzan sus derechos en relación con sus pares y adultos. • Estudiantes participan de diversas actividades dando a conocer sus derechos.
Enfoque Orientación Al Bien Común	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes y docentes organizan espacios para el desarrollo de las actividades de aprendizaje. • Los estudiantes y docente se organizan y elaboran normas de convivencia del aula. • Docentes promueven oportunidades para que los estudiantes asuman diversas responsabilidades

VII. MOMENTO DE LA SESION:

Momentos	Actividades		Materiales	Tiempo
INICIO	Bienvenida: El docente da la bienvenida a los estudiantes			10´
	Motivación :	<p style="text-align: center;">Psicológica</p> <p>El docente conversa con estudiantes sobre el pase tenis y el pase sobre la cabeza en el basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"</p>	<p style="text-align: center;">Física</p> <p>Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasaran el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.</p>	Balones de básquetbol

<p>PROCESO</p>	<p>Desarrollo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes de manera grupal realizarán el calentamiento específico para luego practicar el basquetbol. • Los estudiantes de manera individual y en grupo exploran con sus propias posibilidades como se realiza el pase sobre la cabeza y tenis en el basquetbol. • Los estudiantes forman grupos de para practicar el pase sobre la cabeza, teniendo en cuenta la secuencia explicada por el docente.  <p>Ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes forman grupos de para practicar el pase tenis, teniendo en cuenta la secuencia explicada por el docente.  <p>Corrección de errores</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes forman columnas y al silbato del profesor se desplazaran de dos en dos hasta el cono del frente, ida y vuelta realizando el pase tenis y el pase sobre la cabeza en el basquetbol, luego darán a su compañero y se ubicaran atrás. • El docente forma equipos para que los estudiantes demuestren lo aprendido durante el juego. 	<p>Balones de Básquetbol</p> <p>Silbato Tablero Lapicero</p> <p>Chalecos</p>	<p>60´</p>	
<p>Final</p>	<p>Vuelta a la calma</p>	<p>Meta cognición: ¿Se da cuenta que el pase sobre la cabeza y el tenis en básquetbol no era de la manera a la que usted lo realizaba?</p>	<p>Meta evaluación: ¿Qué aprendió? ¿Cómo lo aprendió? ¿Para qué lo servirá lo aprendido?</p>		<p>5´</p>

SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 4

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. INSTITUCIÓN : N° 88298 "Luis Alberto Sánchez"
2. GRADO Y SESIÓN : Primero de secundaria
3. LUGAR : David Dasso
4. RESPONSABLE :
5. TELÉFONO :
6. CORREO :

II. **TITULO DE LA SESION:** Aprendemos el control y protección del balón en el juego.

III. **PROPOSITO DE LA SESION:** En esta sesión los estudiantes aprenderán a controlar y proteger el balón durante el juego para tener una mejor fluidez de juego en equipo.

IV. ANTES DE LA SESION:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos y materiales se utilizarán en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"> • Solicita con anterioridad a los estudiantes o a sus familiares, que traigan algunos objetos que hagan falta para la clase. • Preparar con anticipación los materiales deportivos a utilizar. • Prepara proyector y/o audio para el afianzamiento del aprendizaje del estudiante. • Preparar el instrumento de evaluación de la clase a desarrollar. 	<p>Balones de básquetbol</p> <p>Conos Chalecos Aros Silbato Tablero Lapiceros</p>

V. COMPETENCIAS, CAPACIDADES A TRABAJAR EN LA SESIÓN:

Área	Competencias y Capacidades	Desempeños
EDUCACIÓN FÍSICA	<p style="text-align: center;">SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> • Afianza las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera, salto y lanzamientos) a través de la regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos lúdicos, predeportivos, etc.)
	<p style="text-align: center;">ASUME UNA VIDA SALUDABLE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. • Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce los diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física y selecciona los que mejor se adecúen a sus posibilidades, y utiliza la información obtenida en beneficio propio de su salud.
	<p style="text-align: center;">INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. • Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES	SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADO POR LAS TIC	
	<ul style="list-style-type: none"> • Personaliza entornos virtuales. • Gestiona información del entorno virtual. • Interactúa en entornos virtuales. • Crea objetos virtuales en diversos formatos. 	
	GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA	
	<ul style="list-style-type: none"> • Define metas de aprendizaje • Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje • Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. 	Se da cuenta lo que debe aprender en una tarea al preguntarse qué es lo que aprenderá.

VI. ENFOQUES TRANSVERSALES

Enfoque transversal	Actitudes que se demuestran
Enfoque De Derecho	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes promueven el conocimiento de los derechos del niño. • Los docentes promueven oportunidades para que los estudiantes ejerzan sus derechos en relación con sus pares y adultos. • Estudiantes participan de diversas actividades dando a conocer sus derechos.
Enfoque Orientación Al Bien Común	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes y docentes organizan espacios para el desarrollo de las actividades de aprendizaje. • Los estudiantes y docente se organizan y elaboran normas de convivencia del aula. • Docentes promueven oportunidades para que los estudiantes asuman diversas responsabilidades

VII. MOMENTO DE LA SESION:

Momentos	Actividades		Materiales	Tiempo
INICIO	Bienvenida: El docente da la bienvenida a los estudiantes			10´
	Tema: Aprendemos el control y protección del balón en el juego			
	Motivación :	Psicológica El docente conversa con estudiantes sobre el basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"	Física Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasaran el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.	Balón de básquetbol

PROCESO	Desarrollo	<p>Los estudiantes forman grupos de tres para practicar el control y protección del balón.</p> 		Chalecos Silbato Tablero Lapicero	60´
	Ejecución	<p>Los estudiantes de manera individual demuestran sus capacidades de como controlar y proteger un balón en el basquetbol.</p> 			
	Corrección de errores	<p>El docente forma equipos para que los estudiantes demuestren lo aprendido del control y protección del balón durante el juego.</p> 			
Final	Vuelta a la calma	Meta cognición: ¿Ahora pueden ustedes contextualizar la manera de realizar la protección y control de balón en el basquetbol?	Meta evaluación: ¿Qué aprendió? ¿Cómo lo aprendió? ¿Para qué lo servirá lo aprendido?		5´

SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 5

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. INSTITUCIÓN : N° 88298 "Luis Alberto Sánchez"
2. GRADO Y SESIÓN : Primero de secundaria
3. LUGAR : David Dasso
4. RESPONSABLE :
5. TELÉFONO :
6. CORREO :

II. **TITULO DE LA SESIÓN:** Nos desplazamos en diferentes direcciones demostrando lo aprendido durante el juego

III. **PROPOSITO DE LA SESION:** En esta sesión los estudiantes aprenderán a desplazarse en diferentes direcciones en la práctica deportiva.

IV. ANTES DE LA SESION:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos y materiales se utilizaran en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"> Solicita con anterioridad a los estudiantes o a sus familiares, que traigan algunos objetos que hagan falta para la clase. Preparar con anticipación los materiales deportivos a utilizar. Prepara proyector y/o audio para el afianzamiento del aprendizaje del estudiante. Preparar el instrumento de evaluación de la clase a desarrollar. 	<p>Balones de básquetbol</p> <p>Conos Chalecos Aros Silbato Tablero Lapiceros Cronometro</p>

V. COMPETENCIAS, CAPACIDADES A TRABAJAR EN LA SESIÓN:

Área	Competencias y Capacidades	Desempeños
EDUCACIÓN FÍSICA	<p style="text-align: center;">SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> Afianza las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera, salto y lanzamientos) a través de la regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos lúdicos, predeportivos, etc.)
	<p style="text-align: center;">ASUME UNA VIDA SALUDABLE</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> Conoce los diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física y selecciona los que mejor se adecúan a sus posibilidades, y utiliza la información obtenida en beneficio propio de su salud.
	<p style="text-align: center;">INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</p> <ul style="list-style-type: none"> Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES	SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADO POR LAS TIC	
	<ul style="list-style-type: none"> • Personaliza entornos virtuales. • Gestiona información del entorno virtual. • Interactúa en entornos virtuales. • Crea objetos virtuales en diversos formatos. 	
	GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA	
	<ul style="list-style-type: none"> • Define metas de aprendizaje • Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje • Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. 	Se da cuenta lo que debe aprender en una tarea al preguntarse qué es lo que aprenderá.

VI. ENFOQUES TRANSVERSALES:

Enfoque transversal	Actitudes que se demuestran
Enfoque De Derecho	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes promueven el conocimiento de los derechos del niño. • Los docentes promueven oportunidades para que los estudiantes ejerzan sus derechos en relación con sus pares y adultos. • Estudiantes participan de diversas actividades dando a conocer sus derechos.
Enfoque Orientación Al Bien Común	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes y docentes organizan espacios para el desarrollo de las actividades de aprendizaje. • Los estudiantes y docente se organizan y elaboran normas de convivencia del aula. • Docentes promueven oportunidades para que los estudiantes asuman diversas responsabilidades

VII. MOMENTO DE LA SESIÓN:

Momentos	Actividades		Materiales	Tiempo			
INICIO	Bienvenida: El docente da la bienvenida a los estudiantes			10´			
	Motivación:	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%; text-align: center;">Psicológica</th> <th style="width: 50%; text-align: center;">Física</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="padding: 5px;">El docente conversa con estudiantes sobre la manera de desplazamiento y que pongan en práctica lo aprendido, en el basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"</td> <td style="padding: 5px;">Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasaran el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.</td> </tr> </tbody> </table>	Psicológica	Física	El docente conversa con estudiantes sobre la manera de desplazamiento y que pongan en práctica lo aprendido, en el basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"	Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasaran el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.	Balón de basquetbol
Psicológica	Física						
El docente conversa con estudiantes sobre la manera de desplazamiento y que pongan en práctica lo aprendido, en el basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"	Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasaran el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.						

PROCESO	Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> ● Los estudiantes forman una línea de varones y otro de damas para realizar el calentamiento específico al basquetbol. ● El docente hace recordar a los estudiantes sobre los fundamentos técnicos que ya han trabajado <ul style="list-style-type: none"> ➤ tipos de pases. <ul style="list-style-type: none"> ✓ pase pecho ✓ pase pique ✓ pase tenis ✓ pase sobre la cabeza ✓ pase bolos ➤ tipos de dribling: <ul style="list-style-type: none"> ✓ alto ✓ medio ✓ bajo ➤ control y protección del balón. 		Chalecos Balones Silbato Tablero Lapicero Cronómetro	60´
	Ejecución	<ul style="list-style-type: none"> ● Los estudiantes forman columnas para practicar los desplazamientos en el basquetbol. <ul style="list-style-type: none"> ➤ los primeros de cada columna se desplazan lateralmente y regresan y se ubican atrás después de entregar el balón al compañero. ➤ los primeros de cada columna se desplazan de manera frontal y regresan y se ubican atrás después de entregar el balón al compañero. ● El docente explica a los estudiantes como se van a desplazar en el juego poniendo en práctica los fundamentos técnicos de basquetbol, (diagonal, lateral, de frente, atrás, ofensivo y defensivo) 			
	Corrección de errores				
Final	Vuelta a la calma	Meta cognición: ¿Creen ustedes que los diversos tipos de desplazamiento son importantes en el juego?	Meta evaluación: ¿Qué aprendió? ¿Cómo lo aprendió? ¿Para qué lo servirá lo aprendido?		5´

SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 6

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. INSTITUCIÓN : N° 88298 "Luis Alberto Sánchez"
2. GRADO Y SESIÓN : Primero de secundaria
3. LUGAR : David Dasso
4. RESPONSABLE :
5. TELÉFONO :
6. CORREO :

II. TÍTULO DE LA SESIÓN: Ejecutemos el tiro canasta en el básquetbol.

III. PROPÓSITO LA SESIÓN: En esta sesión el estudiante pondrá en práctica el tiro a la

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos y materiales se utilizarán en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"> • Solicita con anterioridad a los estudiantes o a sus familiares, que traigan algunos objetos que hagan falta para la clase. • Preparar con anticipación los materiales deportivos a utilizar. • Prepara proyector y/o audio para el afianzamiento del aprendizaje del estudiante. • Preparar el instrumento de evaluación de la clase a desarrollar. 	<p>Balones de básquetbol</p> <p>Conos Chalecos Aros Silbato Tablero Lapiceros Cronometro</p>

canasta para poder anotar punto para su equipo .

IV. ANTES DE LA SESIÓN:

V. COMPETENCIAS, CAPACIDADES A TRABAJAR EN LA SESIÓN:

Área	Competencias y Capacidades	Desempeños
EDUCACIÓN FÍSICA	<p style="text-align: center;">SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> • Afianza las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera, salto y lanzamientos) a través de la regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos lúdicos, predeportivos, etc.)
	<p style="text-align: center;">ASUME UNA VIDA SALUDABLE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. • Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce los diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física y selecciona los que mejor se adecúen a sus posibilidades, y utiliza la información obtenida en beneficio propio de su salud.
	<p style="text-align: center;">INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. • Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES	SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADO POR LAS TIC	
	<ul style="list-style-type: none"> • Personaliza entornos virtuales. • Gestiona información del entorno virtual. • Interactúa en entornos virtuales. • Crea objetos virtuales en diversos formatos. 	
	GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA	
	<ul style="list-style-type: none"> • Define metas de aprendizaje • Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje • Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. 	Se da cuenta lo que debe aprender en una tarea al preguntarse qué es lo que aprenderá.

VI. ENFOQUES TRANSVERSALES:

Enfoque transversal	Actitudes que se demuestran
Enfoque De Derecho	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes promueven el conocimiento de los derechos del niño. • Los docentes promueven oportunidades para que los estudiantes ejerzan sus derechos en relación con sus pares y adultos. • Estudiantes participan de diversas actividades dando a conocer sus derechos.
Enfoque Orientación Al Bien Común	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes y docentes organizan espacios para el desarrollo de las actividades de aprendizaje. • Los estudiantes y docente se organizan y elaboran normas de convivencia del aula. • Docentes promueven oportunidades para que los estudiantes asuman diversas responsabilidades

VII. MOMENTO DE LA SESIÓN:

Momentos	Actividades		Materiales	Tiempo			
INICIO	Bienvenida: El docente da la bienvenida a los estudiantes			10´			
	Motivación:	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Psicológica</th> <th style="text-align: center;">Física</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="padding: 5px;">El docente conversa con estudiantes sobre la manera o forma de coger el balón para poder lanzarlo en la canasta de basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"</td> <td style="padding: 5px;">Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasarán el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.</td> </tr> </tbody> </table>	Psicológica	Física	El docente conversa con estudiantes sobre la manera o forma de coger el balón para poder lanzarlo en la canasta de basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"	Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasarán el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.	Balón
Psicológica	Física						
El docente conversa con estudiantes sobre la manera o forma de coger el balón para poder lanzarlo en la canasta de basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"	Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasarán el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.						

PROCESO	Desarrollo	<p>Los estudiantes realizan el calentamiento específico para realizar el juego de lanzamientos a la canasta.</p> <p>El docente entrega en balón a los estudiantes para que manera individual y grupal exploren su manera de tirar el balón a la canasta a través del juego.</p>		<p>Balones Cronómetro Silbato Lapicero Tablero</p>	60´
	Ejecución	<p>El docente proporciona la nueva información de la ubicación de los pies, las manos, como flexionar las piernas y también como estirar el brazo haciendo el movimiento de muñeca.</p> 			
	Corrección de errores	<ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes forman grupos, para practicar el tiro canasta como jugando 21 uno lanza el otro espera el balón.  <ul style="list-style-type: none"> El docente forma equipos para jugar basquetbol, y demuestren lo aprendido del tiro canasta. 			
Final	Vuelta a la calma	<p>Meta cognición: ¿Se da cuenta que la posición de las piernas y los brazos es importante para un buen lanzamiento?</p>	<p>Meta evaluación: ¿Qué aprendió? ¿Cómo lo aprendió? ¿Para qué lo servirá lo aprendido?</p>		5´

SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 7

I. DATOS INFORMATIVOS:

- INSTITUCIÓN : N° 88298 "Luis Alberto Sánchez"
1. GRADO Y SESIÓN : Primero de secundaria
 2. LUGAR : David Dasso
 3. RESPONSABLE :
 4. TELÉFONO :
 5. CORREO :

II. **TÍTULO DE LA SESIÓN:** Ejecutamos el tiro libre en el basquetbol

III. **PROPÓSITO DE LA SESIÓN:** En esta sesión el estudiante practicara el tiro libre a la canasta para encestar y ayudar a su equipo a ganar.

IV. ANTES DE LA SESIÓN:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos y materiales se utilizaran en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"> Solicita con anterioridad a los estudiantes o a sus familiares, que traigan algunos objetos que hagan falta para la clase. Preparar con anticipación los materiales deportivos a utilizar. Prepara proyector y/o audio para el afianzamiento del aprendizaje del estudiante. Preparar el instrumento de evaluación de la clase a desarrollar. 	Balones de básquetbol Conos Chalecos Aros Silbato Tablero Lapiceros Cronometro La

V. COMPETENCIAS, CAPACIDADES A TRABAJAR EN LA SESIÓN:

Área	Competencias y Capacidades	Desempeños
EDUCACIÓN FÍSICA	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD <ul style="list-style-type: none"> Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> Afianza las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera, salto y lanzamientos) a través de la regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos lúdicos, predeportivos, etc.)
	ASUME UNA VIDA SALUDABLE <ul style="list-style-type: none"> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> Conoce los diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física y selecciona los que mejor se adecúen a sus posibilidades, y utiliza la información obtenida en beneficio propio de su salud.
	INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES <ul style="list-style-type: none"> Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES	SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADO POR LAS TIC	
	<ul style="list-style-type: none"> • Personaliza entornos virtuales. • Gestiona información del entorno virtual. • Interactúa en entornos virtuales. • Crea objetos virtuales en diversos formatos. 	
	GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA	
	<ul style="list-style-type: none"> • Define metas de aprendizaje • Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje • Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. 	Se da cuenta lo que debe aprender en una tarea al preguntarse qué es lo que aprenderá.

VI. ENFOQUES TRANSVERSALES

Enfoque transversal	Actitudes que se demuestran
Enfoque De Derecho	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes promueven el conocimiento de los derechos del niño. • Los docentes promueven oportunidades para que los estudiantes ejerzan sus derechos en relación con sus pares y adultos. • Estudiantes participan de diversas actividades dando a conocer sus derechos.
Enfoque Orientación Al Bien Común	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes y docentes organizan espacios para el desarrollo de las actividades de aprendizaje. • Los estudiantes y docente se organizan y elaboran normas de convivencia del aula. • Docentes promueven oportunidades para que los estudiantes asuman diversas responsabilidades

VII. MOMENTO DE LA SESIÓN:

Momentos	Actividades		Materiales	Tiempo
INICIO	Bienvenida: El docente da la bienvenida a los estudiantes		Balones	10´
	Motivación:	Psicológica		Física
		El docente conversa con estudiantes sobre el tiro libre en el basquetbol de la manera como coger el balón y lanzarlo y también de la importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"		Gusano juguetero. El docente forma columnas y pondrá un balón al frente de cada columna y el ultimo de cada grupo pasara por debajo de las piernas de sus compañeros y cogerá el balón y pasara por medio de las piernas de sus compañeros, el ultimo vendrá driblen hacia adelante y se cogerán de las manos y encestaran el balón.

PROCESO	Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes de manera grupal realizarán el calentamiento específico para luego practicar el basquetbol. 		Balones Cronómetro Silbato Lapicero Tablero Chalecos	60´
	Ejecución	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes echados cada uno con un balón lanzarán el balón hacia arriba con el movimiento de muñeca y con giro de balón hacia atrás. • Los estudiantes forman grupos para realizar el ejercicio de tiro a la canasta, se parara frente a la canasta luego se desplazaran un paso a la derecha luego separaran las piernas al ancho de los hombros y lanzan el balón con la mano dominante hacia el aro. 			
	Corrección de errores	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes forman grupos luego frente a la canasta dan un bote el balón y realizan el lanzamiento canasta. •El docente forma equipos para que los estudiantes demuestren lo aprendido durante el juego. 			
Final	Vuelta a la calma	Meta cognición: ¿Se da cuenta que importante es la ubicación de brazos y piernas para el lanzamiento?	Meta evaluación: ¿Qué aprendió? ¿Cómo lo aprendió? ¿Para qué lo servirá lo aprendido?		5´

SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 8

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. INSTITUCIÓN : N° 88298 "Luis Alberto Sánchez"
2. GRADO Y SESIÓN : Primero de secundaria
3. LUGAR : David Dasso
4. RESPONSABLE :
5. TELÉFONO :
6. CORREO :

II. **TÍTULO DE LA SESIÓN:** Juguemos en equipo respetando las reglas del juego del básquetbol.

III. **PROPÓSITO DE LA SESIÓN:** En esta sesión el estudiante practicara en equipo los fundamentos aprendidos mediante una práctica deportiva de basquetbol respetando las reglas del juego .

IV. ANTES DE LA SESIÓN:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos y materiales se utilizaran en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"> • Solicita con anterioridad a los estudiantes o a sus familiares, que traigan algunos objetos que hagan falta para la clase. • Preparar con anticipación los materiales deportivos a utilizar. • Prepara proyector y/o audio para el afianzamiento del aprendizaje del estudiante. • Preparar el instrumento de evaluación de la clase a desarrollar. 	Balones de básquetbol Conos Chalecos Aros Silbato Tablero Lapiceros Cronometro

V. COMPETENCIAS, CAPACIDADES A TRABAJAR EN LA SESIÓN:

Área	Competencias y Capacidades	Desempeños
EDUCACIÓN FÍSICA	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> • Afianza las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera, salto y lanzamientos) a través de la regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos lúdicos, predeportivos, etc.)
	ASUME UNA VIDA SALUDABLE <ul style="list-style-type: none"> • Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. • Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce los diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física y selecciona los que mejor se adecúen a sus posibilidades, y utiliza la información obtenida en beneficio propio de su salud.
	INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES <ul style="list-style-type: none"> • Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. • Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES	SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADO POR LAS TIC	
	<ul style="list-style-type: none"> • Personaliza entornos virtuales. • Gestiona información del entorno virtual. • Interactúa en entornos virtuales. • Crea objetos virtuales en diversos formatos. 	
	GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA	
	<ul style="list-style-type: none"> • Define metas de aprendizaje • Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje • Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. 	Se da cuenta lo que debe aprender en una tarea al preguntarse qué es lo que aprenderá.

VI. ENFOQUES TRANSVERSALES

Enfoque transversal	Actitudes que se demuestran
Enfoque De Derecho	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes promueven el conocimiento de los derechos del niño. • Los docentes promueven oportunidades para que los estudiantes ejerzan sus derechos en relación con sus pares y adultos. • Estudiantes participan de diversas actividades dando a conocer sus derechos.
Enfoque Orientación Al Bien Común	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes y docentes organizan espacios para el desarrollo de las actividades de aprendizaje. • Los estudiantes y docente se organizan y elaboran normas de convivencia del aula. • Docentes promueven oportunidades para que los estudiantes asuman diversas responsabilidades

VII. MOMENTO DE LA SESIÓN:

Momentos	Actividades		Materiales	Tiempo			
INICIO	Bienvenida: El docente da la bienvenida a los estudiantes			10´			
	Motivación:	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Psicológica</th> <th style="text-align: center;">Física</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="padding: 5px;">El docente conversa con estudiantes sobre el pase tenis y el pase sobre la cabeza en el basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"</td> <td style="padding: 5px;">Gusano jugueteón. El docente forma columnas y pondrá un balón al frente de cada columna y el ultimo de cada grupo pasara por debajo de las piernas de sus compañeros y cogerá el balón y pasara por medio de las piernas de sus compañeros, el ultimo vendrá driblen hacia adelante y se cogerán de las manos y encestaran el balón.</td> </tr> </tbody> </table>	Psicológica	Física	El docente conversa con estudiantes sobre el pase tenis y el pase sobre la cabeza en el basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"	Gusano jugueteón. El docente forma columnas y pondrá un balón al frente de cada columna y el ultimo de cada grupo pasara por debajo de las piernas de sus compañeros y cogerá el balón y pasara por medio de las piernas de sus compañeros, el ultimo vendrá driblen hacia adelante y se cogerán de las manos y encestaran el balón.	Balón
Psicológica	Física						
El docente conversa con estudiantes sobre el pase tenis y el pase sobre la cabeza en el basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"	Gusano jugueteón. El docente forma columnas y pondrá un balón al frente de cada columna y el ultimo de cada grupo pasara por debajo de las piernas de sus compañeros y cogerá el balón y pasara por medio de las piernas de sus compañeros, el ultimo vendrá driblen hacia adelante y se cogerán de las manos y encestaran el balón.						

<p>PROCESO</p>	<p>Desarrollo</p> <p>Ejecución</p> <p>Corrección de errores</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Los estudiantes de manera grupal realizarán el calentamiento específico para luego practicar el basquetbol. ● El docente recuerda a los estudiantes los fundamentos técnicos del básquetbol. ● El docente pregunta a los estudiantes sobre las reglas de juego, luego los enseña. <ul style="list-style-type: none"> ➤ no caminar con el balón ➤ no seguir dribleando después de coger el balón. ➤ el balón se puede lanzar con una o dos manos. ➤ no se debe golpear el balón con el puño ➤ si un equipo comete tres faltas consecutivas, antes que el otro cometa falta se dará un punto al equipo contrario. ➤ no se podrá empujar con el hombro, manos y zancadillas al adversario. ● El docente forma equipos para jugar basquetbol poniendo en práctica las reglas de juego. 	<p>Balones Cronómetro o Silbato Lapicero Tablero Chalecos</p>	<p>60´</p>	
<p>FINAL</p>	<p>Vuelta a la calma</p>	<p>Meta cognición: ¿Se da cuenta que importantes es respetar las reglas de juego en el básquetbol?</p>	<p>Meta evaluación: ¿Qué aprendió? ¿Cómo lo aprendió? ¿Para qué lo servirá lo aprendido?</p>		<p>5´</p>

SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 9

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. INSTITUCIÓN : N° 88298 "Luis Alberto Sánchez"
2. GRADO Y SESIÓN : Primero de secundaria
3. LUGAR : David Dasso
4. RESPONSABLE :
5. TELÉFONO :
6. CORREO :

II. **TÍTULO DE SESIÓN:** Practicamos la marca personal en el juego.

III. **PROPÓSITO DE LA SESIÓN:** En esta sesión los estudiantes practicarán en pareja la marca personal evitando que su contrincante se quede con el balón.

IV. ANTES DE LA SESIÓN:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos y materiales se utilizarán en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"> • Solicita con anterioridad a los estudiantes o a sus familiares, que traigan algunos objetos que hagan falta para la clase. • Preparar con anticipación los materiales deportivos a utilizar. • Prepara proyector y/o audio para el afianzamiento del aprendizaje del estudiante. • Preparar el instrumento de evaluación de la clase a desarrollar. 	<p>Balones de básquetbol</p> <p>Conos Chalecos Aros Silbato Tablero Lapiceros Cronometro</p>

V. COMPETENCIAS, CAPACIDADES A TRABAJAR EN LA SESIÓN:

Área	Competencias y Capacidades	Desempeños
EDUCACIÓN FÍSICA	<p style="text-align: center;">SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> • Afianza las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera, salto y lanzamientos) a través de la regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos lúdicos, predeportivos, etc.)
	<p style="text-align: center;">ASUME UNA VIDA SALUDABLE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. • Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce los diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física y selecciona los que mejor se adecúen a sus posibilidades, y utiliza la información obtenida en beneficio propio de su salud.
	<p style="text-align: center;">INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. • Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES	SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADO POR LAS TIC	
	<ul style="list-style-type: none"> • Personaliza entornos virtuales. • Gestiona información del entorno virtual. • Interactúa en entornos virtuales. • Crea objetos virtuales en diversos formatos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Integra aplicaciones y objetos virtuales en sus actividades en el entorno virtual observando cambios y efectos para re-utilizarlos en otras situaciones similares
	GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA	
	<ul style="list-style-type: none"> • Define metas de aprendizaje • Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje • Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. 	Se da cuenta lo que debe aprender en una tarea al preguntarse qué es lo que aprenderá.

VI. ENFOQUES TRANSVERSALES:

Enfoque transversal	Actitudes que se demuestran
Enfoque De Derecho	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes promueven el conocimiento de los derechos del niño. • Los docentes promueven oportunidades para que los estudiantes ejerzan sus derechos en relación con sus pares y adultos. • Estudiantes participan de diversas actividades dando a conocer sus derechos.
Enfoque Orientación Al Bien Común	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes y docentes organizan espacios para el desarrollo de las actividades de aprendizaje. • Los estudiantes y docente se organizan y elaboran normas de convivencia del aula. • Docentes promueven oportunidades para que los estudiantes asuman diversas responsabilidades

VII. MOMENTO DE LA SESIÓN:

Momentos	Actividades	Materiales	Tiempo
INICIO	Bienvenida: El docente da la bienvenida a los estudiantes		
	Motivación:	Psicológica	Física
		El docente conversa con los estudiantes sobre la manera como marca al adversario y como cubrir el balón cuando lo tienes, y que pongan en práctica lo aprendido en el basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"	Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasaran el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.
			10'
			15'

PROCESO	Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes forman una línea de varones y otro de damas para realizar el calentamiento específico al basquetbol. • El docente forma columnas y para trabajar la iniciación de la marca en el basquetbol, los estudiantes al silbato saldrán desplazándose lateralmente con los brazos estirados hacia los lados. 		Balones Cronómetro Silbato Lapicero Tablero Chalecos	60´
	Ejecución	 <ul style="list-style-type: none"> • El docente forma dos grupos y luego los ubica en filas frente a frente el cual un grupo tendrá los balones, al silbato los que están con balón intentaran pasar al otro lado. 			
	Corrección de errores	<ul style="list-style-type: none"> • El docente ubica a los estudiantes de tres en tres el cual, dos se ubican frente a frente y el otro realizara la función de marca, y cuando uno lanza el balón toma la posición de marca y que estuvo marcando va en la posición de ataque. • El docente forma equipos para jugar y demuestren lo aprendido de la marca. 			
Final	Vuelta a la calma	Meta cognición: ¿Creen ustedes que las marcaciones equipo e individuales son importante para un mejor juego en el básquetbol?	Meta evaluación: ¿Qué aprendió? ¿Cómo lo aprendió? ¿Para qué lo servirá lo aprendido?		5´

SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 10

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. INSTITUCIÓN : N° 88298 "Luis Alberto Sánchez"
2. GRADO Y SESIÓN : Primero de secundaria
3. LUGAR : David Dasso
4. RESPONSABLE :
5. TELÉFONO :
6. CORREO :

II. **Título de la sesión:** Practicamos el sistema defensivo y ofensivo en el juego

III. **Propósito de la sesión:** En esta sesión los estudiantes pondrán en práctica el sistema ofensivo y defensivo para proteger el balón durante el juego.

IV. ANTES DE LA SESIÓN:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos y materiales se utilizarán en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"> • Solicita con anterioridad a los estudiantes o a sus familiares, que traigan algunos objetos que hagan falta para la clase. • Preparar con anticipación los materiales deportivos a utilizar. • Prepara proyector y/o audio para el afianzamiento del aprendizaje del estudiante. • Preparar el instrumento de evaluación de la clase a desarrollar. 	<p>Balones de básquetbol</p> <p>Conos</p> <p>Chalecos</p> <p>Aros</p> <p>Silbato Tablero</p> <p>Lapiceros</p> <p>Cronometro</p>

V. COMPETENCIAS, CAPACIDADES A TRABAJAR EN LA SESIÓN:

Área	Competencias y Capacidades	Desempeños
EDUCACIÓN FÍSICA	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> • Afianza las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera, salto y lanzamientos) a través de la regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos lúdicos, predeportivos, etc.)
	ASUME UNA VIDA SALUDABLE <ul style="list-style-type: none"> • Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. • Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce los diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física y selecciona los que mejor se adecúen a sus posibilidades, y utiliza la información obtenida en beneficio propio de su salud.
	INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES <ul style="list-style-type: none"> • Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. • Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES	SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADO POR LAS TIC	
	<ul style="list-style-type: none"> • Personaliza entornos virtuales. • Gestiona información del entorno virtual. • Interactúa en entornos virtuales. • Crea objetos virtuales en diversos formatos. 	
	GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA	
	<ul style="list-style-type: none"> • Define metas de aprendizaje • Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje • Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. 	Se da cuenta lo que debe aprender en una tarea al preguntarse qué es lo que aprenderá.

VI. ENFOQUES TRANSVERSALES:

Enfoque transversal	Actitudes que se demuestran
Enfoque De Derecho	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes promueven el conocimiento de los derechos del niño. • Los docentes promueven oportunidades para que los estudiantes ejerzan sus derechos en relación con sus pares y adultos. • Estudiantes participan de diversas actividades dando a conocer sus derechos.
Enfoque Orientación Al Bien Común	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes y docentes organizan espacios para el desarrollo de las actividades de aprendizaje. • Los estudiantes y docente se organizan y elaboran normas de convivencia del aula. • Docentes promueven oportunidades para que los estudiantes asuman diversas responsabilidades

VII. MOMENTO DE LA SESIÓN:

Momentos	Actividades		Materiales	Tiempo
INICIO	Bienvenida: El docente da la bienvenida a los estudiantes			10´
	Motivación:	Psicológica		15´
		El docente conversa con los estudiantes en que consiste un sistema defensivo y ofensivo basquetbol y lo importante que es para la salud y que beneficios nos brinda hacer deporte. "mente sana en cuerpo sano"		
		Los estudiantes forman círculos y cada uno con un balón, se pasaran el balón de mano en mano hacia la derecha y luego a la izquierda, después en Desplazamiento lateral.		

PROCESO	Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes de dos en dos trabajan el sistema defensivo uno lanza el balón a la derecha luego a la izquierda y también arriba. • Los estudiantes de dos con un balón practicarán los sistemas defensivos uno tendrán que atacar y el otro defender, luego cambian de oficio. 		Balones Cronómetro Silbato Lapicero Tablero Chalecos	60´
	Ejecución	 <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes de tres, dos se paran frente al otro uno lanza el balón y su compañero driblea y el otro viene a intentar quitárselo, y así van rotando y cambiando de posición. 			
	Corrección de errores	<ul style="list-style-type: none"> • El docente forma equipos para que los estudiantes jueguen basquetbol y demuestren lo aprendido durante todas las sesiones incluyendo el sistema defensivo y ofensivo. 			
Final	Vuelta a la calma	Meta cognición: ¿Cree usted que los sistemas de juego son importantes en el básquetbol?	Meta evaluación: ¿Qué aprendió? ¿Cómo lo aprendió? ¿Para qué lo servirá lo aprendido?		5´

Anexo N° 08: Evidencias fotográficas.



Los estudiantes realizan el calentamiento previo al juego de básquetbol.



Los estudiantes forman tres grupos para jugar básquetbol; los docentes observan el nivel de conocimientos y realizan el pre tés.



Los estudiantes realizan el calentamiento para luego pasar a realizar el fundamento técnico el dribling en el básquetbol.



Los estudiantes de manera individual realizan el dribling.



Los estudiantes practican el dribling en parejas



Los estudiantes realizan el driblin, practicando su coordinación en los aros.