

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS PEDAGÓGICAS
“Capitán Silverio Blanco Núñez”
Sancti – Spíritus

TESIS EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE
MASTER EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

**Título: ACTIVIDADES PARA CONTRIBUIR AL FORTALECIMIENTO
DE LAS PRINCIPALES HABILIDADES DEL BALONCESTO EN LOS
ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DEL IPI “ANDRÉS BERROS
MACIAS”**

AUTOR: Lic. Victor Cirilo Valmaseda Díaz.

TUTORA: M.Sc. Adriana Caridad César Machado.

Sancti Spíritus, 2009

**“Soy un convencido de que la actividad del deporte es necesaria
para el país.**

**...Nosotros podemos trazar líneas generales, pero la forma van a
darla ustedes, los especialistas, los técnicos, los que saben...”**

Fidel Castro Ruz.

AGRADECIMIENTOS.

A mis hijos, por su dedicación y ayuda.

A mi tutor por la ayuda prestada.

*A mis compañeros de maestría por su constante preocupación y apoyo,
en especial a los compañeros de equipo.*

*A todos que de una forma u otra han contribuido con la realización de
esta maestría.*

*Tendré presente toda sugerencia o señalamiento que se me comunique en
aras del mejoramiento de este trabajo, para un mejor uso de profesores y
de futuros trabajos.*

DEDICATORIA.

A mis hijos, que representan la vida y el futuro para mí.

A los que de una u otra forma desempeñan su labor como docente y buscan vías más efectivas para elevar la calidad del proceso docente – educativo.

Además a la revolución, a nuestro Comandante por ser ellos quienes permiten elevar el nivel cultural de la población y situar a la misma en un lugar cimero en la sociedad.

SÍNTESIS

Esta investigación se realiza sobre la base del perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje que se lleva a cabo en Cuba a partir de las transformaciones actuales en el sistema educacional cubano, las cuales buscan entre otros factores el acceso al conocimiento mediante múltiples fuentes. Esta investigación titulada “Actividades para contribuir al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macías”, consiste en aplicar actividades para contribuir con el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macías”. El trabajo investigativo se desarrolló con la aplicación de los métodos de la investigación educativa teóricos, empíricos y Matemáticos – Estadísticos. Con la aplicación de estas actividades se comprobó que el objetivo de la investigación fue cumplido, se logró contribuir con el aprendizaje del Baloncesto y que los estudiantes alcanzaran un mayor dominio en las técnicas de este deporte al apropiarse de esquemas y reglas correctas en el juego del Baloncesto.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.	1
CAPÍTULO I. FUDAMENTACIÓN TEÓRICA Y METODOLÓGICA EN TORNO AL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO POLITÉCNICO INDUSTRIAL.	9
1.1 Historia de la Educación Física en Cuba.	9
1.2 El proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física.	16
1.3 Análisis de la historia del Baloncesto.	23
1.4 La Educación Física y el Baloncesto en el Instituto Politécnico Industrial.	26
1.5 Caracterización de los estudiantes del IPI “Andrés Berros Macias”.	28
CAPÍTULO II: PROPUESTA DE SOLUCIÓN Y RESULTADOS OBTENIDOS.	31
2.1 Resultados del diagnóstico Inicial.	31
2.2 Fundamentación Teórica de la Propuesta de Solución y Propuesta de solución.	36
2.3 Validación de la propuesta.	48
CONCLUSIONES	50
RECOMENDACIONES.	51
BIBLIOGRAFÍA	52
ANEXOS.	

INTRODUCCION

Martí abogaba por la necesidad de enseñar a pensar y crear al alumno en un proceso de aprendizaje y a ejercitar la mente constantemente, así como a trabajar con independencia. “(...) y pensamos que no hay mejor sistema de educación que aquel que prepare al niño a aprender por si. (...) Asegúrese a cada hombre el ejercicio de si propio” (Martí J , T-8, p-421).

El proceso educativo debe lograr una integración de influencias, un sistema que opere como una unidad armónica que fluya con coherencia y que tenga un carácter sistémico y totalizador, no puede ser una sumatoria de elementos incoherentes. La didáctica no puede ser un sistema de reglas o “recetas” generales aisladas de la realidad del aula y de cada contexto pedagógico específico-particular. La creatividad del maestro, la búsqueda constante de métodos, procedimientos y medios que se adecuen a la realidad de sus alumnos, es la vía para lograr eficiencia, calidad, éxito de todos.

La Educación Física representa una dimensión particular del proceso educativo, conformada por una unidad semántica compuesta por el sustantivo educación y el adjetivo física. La Educación Física en la actualidad, dado su desarrollo en el campo de la ciencia del movimiento del cuerpo humano y en especial, en el campo de las ciencias de la educación, se nos revela como un espacio ideal para generar aprendizajes perdurables para la vida, de formar valores sociales y ético – morales y de desarrollar el sentido de cooperación y de amistad, donde el ejercicio físico, más que un fin en sí mismo se convierte en un medio para lograr, a través del movimiento un efecto mas educativo e integral en las personas que la practican.(López Rodríguez, A.: 2006:IX)

El aprendizaje promueve el desarrollo en la escuela cubana con un enfoque didáctico y humanista centrado en el desarrollo integral de la personalidad en las potencialidades de los estudiantes. Da la unidad de lo afectivo y lo cognitivo, de lo instructivo y lo educativo, es un proceso activo, corriente, motivado, autorregulado, cooperativo, personalizado.

La Educación Física dentro del sistema educacional cubano se dirige fundamentalmente hacia el perfeccionamiento de técnicas deportivas de los

diferentes tipos de deporte, hacia el fomento de la salud, así como su influencia en la formación de las cualidades de la personalidad.

A raíz del triunfo revolucionario de 1959, la Revolución hizo del deporte un derecho del pueblo. Se comenzaron a desarrollar en todo el país una serie de programas en el campo de la educación física y el deporte, que potenciaron los resultados que Cuba hoy ostenta ante el mundo. La creación de los ISCF en todo el país posibilitó la preparación del personal técnico calificado que pudiera llevar a cabo el trabajo de la cultura física, con el nivel científico que esta requiere.

Fue entonces que se dejó de trabajar a ciegas en el desarrollo de las capacidades físicas de los atletas y se comenzaron a utilizar las diferentes ciencias que garantizan un proceso saludable a los practicantes. Es innegable que la aplicación de ciencias como la medicina deportiva, la fisiología, la biomecánica, la morfología, la psicología, entre otras; han garantizado un conocimiento profundo del funcionamiento del organismo humano que permite interactuar con éste de la forma menos invasiva posible, logrando un alto resultado en el desarrollo de capacidades, fuerza, rapidez, resistencia y flexibilidad, tan necesarias en la actividad deportiva y en la vida en general.

Los significativos cambios en la actividad científica, la renovada atención a su naturaleza social, humanista y una mejor comprensión del proceso aprendizaje-enseñanza, ha exigido transformar la enseñanza a todos los niveles. La continuidad de estudios que supone el preuniversitario y los politécnicos para nivel medio básico, se sugiere la obligación de transformar la enseñanza de la Educación Física porque sus descubrimientos han hecho acto de presencia como nunca antes. La ciencia y la tecnología se van al sitio más alto del nuevo milenio.

En los centros politécnico del país reviste gran importancia la práctica sistemática del deporte y la Educación Física, fue destacada por el Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, cuando manifestó: “Lo que gastamos en deporte y en Educación Física, tengan la más completa seguridad que lo ahorramos en gastos de salud pública y ganamos en bienestar y prolongación de la vida de los ciudadanos”. (Casto Ruz, F.1997:4).

El Instituto Politécnico Industrial (IPI) "Andrés Berros Macías", de Trinidad forma parte del subsistema de la Educación Técnica Profesional teniendo como función principal preparar la fuerza laboral del sector de la construcción, el cual tiene que ser un especialista de alta calificación técnica con óptima preparación profesional tanto teórico como práctica, preparado para tomar decisiones con valentía, independencia y creatividad, apto para la autopreparación permanente y el autoperfeccionamiento de su personalidad, con conocimientos, hábitos, habilidades y valores que respondan al desarrollo económico-social en Cuba y a los éxitos de la revolución. (MINED, 2005: Plan de estudio de Construcción Civil)

Para el logro de este objetivo es imprescindible la preparación física que reciban los estudiantes, dentro del programa de Educación Física una de las ramas del deporte que se imparte es el Baloncesto.

Por otra parte los estudiantes que arriban al centro no tienen conocimientos sobre las habilidades a desarrollar en el juego del Baloncesto, no dominan las reglas del juego por lo que es difícil desarrollar las clases de la unidad donde se trabaja la práctica de este deporte y la realización de los juegos de baloncesto en las clases de Educación Física.

Todas estas incidencias representadas en los estudiantes que arriban al centro, y por otra parte la poca existencia de bibliografía referente al tema, la no existencia en el IPI "Andrés Berros Macías", teniendo en cuenta la importancia que reviste la práctica deportiva para el logro de una salud físico-mental duradera y la necesidad de preparar a hombres y mujeres con una amplia cultura deportiva, como parte de la Formación General Integral se propone el siguiente **Problema Científico**:

¿Cómo contribuir al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI "Andrés Berros Macías", de Trinidad?

Objeto de investigación:

- Proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física en los estudiantes del Instituto Politécnico Industrial de Construcción Civil.

Campo de acción:

- Principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes del Instituto Politécnico Industrial de Construcción Civil.

Objetivo de la investigación:

- Aplicar actividades para contribuir al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del Instituto Politécnico Industrial “Andrés Berros Macias”, de Trinidad.

Basado en el problema que se presenta en los estudiantes del centro se plantean las siguientes **preguntas científicas:**

- 1- ¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el Proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física en los estudiantes del Instituto Politécnico Industrial de Construcción Civil.
- 2- ¿Cuál es el estado actual de las principales habilidades del Baloncesto que tienen los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berro Macías”, de Trinidad?
- 3- ¿Qué características estructurales y funcionales debe tener las actividades para contribuir al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”, de Trinidad?
- 4- ¿Qué resultados se obtendrían con la aplicación experimental de las actividades para contribuir al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”, de Trinidad?

Para dar respuesta a las preguntas científicas se proponen las siguientes **tareas científicas:**

1. Sistematización de los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el Proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física en los estudiantes del Instituto Politécnico Industrial de Construcción Civil.
2. Realización del diagnóstico del estado actual de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berro Macías”, de Trinidad.
3. Elaboración de las actividades para contribuir al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macías, de Trinidad.

4. Validación de la efectividad de las actividades para contribuir al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macías”, de Trinidad.

Para la operacionalización de la variable se tuvieron en cuenta las dimensiones e indicadores que aparecen en el Anexo 1.

Después de revisar diferentes Bibliografías y el material básico Metodología de la Investigación y Calidad de la educación, teniendo como fuente los fundamentos de la dialéctica materialista, de definió la utilización de los siguientes métodos:

Método Teórico

- **Análisis Histórico y Lógico:** Para profundizar en el conocimiento de la historia de la Educación Física y del Baloncesto, con ello se le da continuidad a la búsqueda de soluciones para mejorar el aprendizaje de las habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”.
- **Analítico-sintético:** Se utiliza para analizar la bibliografía sobre el tema y en la elaboración de las actividades para contribuir con el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”, buscando unidad para establecer teorías que explican el estado actual de los estudiantes y su comportamiento futuro.
- **Inductivo-deductivo:** Permite un razonamiento lógico, la búsqueda de nuevos conocimientos, partiendo de lo particular a lo general en la realidad objetiva, para establecer generalizaciones en relación con los resultados científicos de la investigación a partir del análisis particular de la actualidad y de la teoría científica.
- **Tránsito de lo abstracto a lo concreto:** A través del proceso investigativo se obtienen una serie de conocimientos concretos, y mediante el conocimiento abstracto o lógico realizamos una serie de actividades para contribuir con el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”.

Métodos Empíricos

- **Análisis de documentos:** este se ha tenido en cuenta en la búsqueda de los elementos teóricos que sustentan el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”. Se efectuó la revisión de los planes y programas de estudio del grado.
- **Observación científica:** para constatar los errores cometidos por los estudiantes en los juegos de Baloncesto en las clases de Educación Física.
- **Encuesta:** Permitió recopilar información sobre el Baloncesto y conocer algunas de las actividades que a ellos le gustaría que se realizaran.
- **Entrevista:** Con el fin de constatar el conocimiento que tienen los estudiantes de primer año sobre la Educación Física y el Baloncesto.
- **Experimento Pedagógico:** se empleó la variante de Pre experimento. Permitió interpretar el resultado de la investigación al comparar el estado de la variable dependiente antes y después de la puesta en práctica de las actividades para contribuir con el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”
- **Prueba pedagógica:** constatar el nivel inicial de conocimientos de los estudiantes y como pre-test del experimento.

Método Matemáticos – Estadístico

- **Cálculo porcentual:** permitió analizar los resultados y arribar a conclusiones cuantitativas y cualitativas.
- **Tabulación manual:** permitió organizar la información recogida en las diferentes técnicas para su posterior análisis y comparación.
- **Construcción de gráficos:** este método permitió representar los resultados obtenidos en cada uno de los momentos de la investigación para una mayor comprensión y análisis de los mismos, así como, tener una proporción de lo que desea expresar.

Población y Muestra

Para el desarrollo de la investigación se tomo como **población** a 40 estudiantes de primer año de Construcción Civil del Instituto Politécnico Industrial Andrés Berro Macías.

La **muestra** está formada por 20 estudiantes que representan un 50% de la población, con edad de 16 a 17 años. De los 20 estudiantes, solo a 6 les gusta el deporte baloncesto.

Conceptualización de las variables

Se determinaron las siguientes **variables**:

Variable Independiente:

- Actividades.

Variable Dependiente:

- fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macías”, de Trinidad. Este aprendizaje se alcanza cuando los estudiantes conozcan y ejecuten correctamente y con la menor cantidad de errores posible las habilidades del juego del baloncesto.

Definición de términos:

Actividad: se entiende como el proceso mediante el cual el individuo, respondiendo a sus necesidades, se relaciona con el objeto de la realidad adoptando determinadas actitudes hacia ellos y la comunicación entre los sujetos, en el transcurso de la cual surge el contacto psicológico, que se manifiestan el intercambio de información de vivencias afectivas, ambos permiten la interacción del sujeto con su realidad, cuyo resultado es su propio desarrollo. (Tabloide de la Maestría en Ciencias de la Educación Modulo II segunda parte)

Baloncesto: juego con pelota por equipo que consiste en introducir el balón con la mano en la canasta correspondiente. (Historia del Baloncesto.2007)

Habilidades en el juego de Baloncesto:

- 1- Tiro
- 2- Desplazamiento.
- 3- Recepción y pase.
- 4- Drible.
- 5- Entrada al aro en movimiento.
- 6- Pantalla exterior e interior.
- 7- Defensa personal.

Operacionalización de la variable dependiente.

Dimensiones	Indicadores
1- Conocimiento de la nomenclatura de las habilidades del juego de baloncesto y las reglas del mismo.	1. 1 Conocimiento de las habilidades del juego de baloncesto.
	1.2 Conocimiento las reglas del juego.
Dimensión 2. Aplicación de los conocimientos teóricos.	2.1 Aplicación de las habilidades del juego de baloncesto.
	2.2 Aplicación de las reglas del juego.

La importancia de la investigación es que hace referencia a las principales habilidades del Baloncesto que deben dominar los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”, de Trinidad, la forma de fortalecer esas habilidades demostrado en la puesta en práctica de las actividades que se proponen.

La Novedad Científica de esta investigación está dada en la determinación de los sustentos teóricos y metodológicos que justifican la elaboración de las actividades para contribuir al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”, de Trinidad y las actividades cuentan con título, objetivo, materiales, organización, desarrollo, reglas y evaluación que las distinguen a otras existentes.

El **aporte práctico** radica en la puesta en práctica de las actividades para contribuir al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”, de Trinidad.

La tesis está estructurada de la siguiente forma: Introducción, Capítulos, Conclusiones Recomendaciones, Bibliografía y Anexos. En el primer capítulo se hace una fundamentación teórica y metodológica del proceso de enseñanza aprendizaje de la Educación Física en los estudiantes de los Institutos Politécnicos Industriales; en el segundo se fundamenta la propuesta y las actividades elaboradas, también los resultados obtenidos antes, durante y después de implementada la propuesta.

CAPÍTULO I. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA EN TORNO AL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO POLITÉCNICO INDUSTRIAL.

1.1 HISTORIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN CUBA.

En la segunda mitad del siglo XIX y principios del siglo XX el doctor Luis de Agüera se destaca como uno de los máximos propulsores de la Educación Física que dejó, además, como legado su obra titulada Gimnasia moderna y de consulta. (López Rodríguez, A: 2006:7)

La vida animal es compleja para su estudio, en ella se entrelazan o relacionan de forma armónica diferentes sistemas y órganos que son determinantes para lograr el nacimiento, desarrollo y reproducción de la especie, lo que garantiza además una exitosa interrelación con el medio en que se desenvuelven. (Palmero Carbó, O.: 1997: 5)

El hombre especie animal superior, no se encuentra al margen de este proceso, este ha sido capaz de estudiar, analizar y medir sus posibilidades en diferentes facetas de la vida. El deporte es una de estas importantes facetas, por lo que lo ha obligado a realizar una minuciosa búsqueda de vías, métodos y formas que lo llevaran a un rápido y amplio desarrollo de sus capacidades y habilidades para la obtención de relevantes triunfos en el enfrentamiento con sus semejantes.

Las investigaciones científicas y la aplicación de la ciencia y la técnica en el campo del deporte, han contribuido a capacitar al entrenador para que conozca mejor al deportista desde todos los puntos de vista, y poder organizar el entrenamiento de una forma más económica y racional, sometiendo a estos a cargas adecuadas de acuerdo a sus características.

En la actualidad el hombre ha logrado marcas y record en la esfera deportiva que décadas atrás parecían irrealizables, y esto se debe fundamentalmente a la aplicación de la ciencia y la técnica en esta esfera y en especial la Medicina Deportiva, la cual a través del control médico, ha permitido a los entrenadores conocer a los deportistas por dentro y saber lo que ocurre en su organismo al ser sometidos a grandes esfuerzos, y así planificar el proceso de entrenamiento sin riesgos para su salud, llevándolos al límite de sus posibilidades físicas.

El ejercicio físico es un medio que solo al ser aplicado correctamente proporciona efectos saludables. La práctica indebida del ejercicio físico puede quebrantar la salud y dañar el desarrollo físico armónico del practicante. En relación con esto se deben tener en cuenta las peculiaridades individuales del sexo, la edad y el estado de salud de los que realizan actividades físicas. El control sistemático de carácter médico y pedagógico, presupone que se tenga muy presentes estas peculiaridades. (Ferreiro, R. : 1988: 235.)

No hay que olvidar que es difícil para el entrenador o el profesor de Educación Física advertir oportunamente los cambios que se operan en el organismo bajo la influencia de los ejercicios físicos. Para esto se cuenta con la ayuda del médico, a través del control médico y las observaciones pedagógicas que realizan los profesores y entrenadores. Los datos obtenidos a través de ambos procesos, se consideran criterios objetivos que permiten juzgar las influencias positivas o negativas en la práctica de los ejercicios físicos, y variar o perfeccionar los métodos de entrenamiento.

En el siglo XIX, el pensamiento pedagógico de la época y las escuelas gimnásticas europeas, tienen una repercusión concreta en Cuba. El primer gimnasio se funda en 1839, en la ciudad de La Habana y constituyó el primero en América Latina [Pozas y otros 1994], que fue precursor de un movimiento que propicia el desarrollo de instituciones de este tipo en todo el país.

Sin embargo, la educación física en Cuba durante el siglo XX tuvo dos períodos de desarrollo bien diferentes: antes de 1959 y después de 1959. Entre 1902 y 1959 la educación física sigue la tendencia de la gimnasia educativa – higiénica y del deporte que caracteriza esta época a nivel mundial, pero con un desarrollo muy limitado a escuelas del sector privado dada la educación pública. A finales de la época de los 50, más de la mitad de los niños en edad escolar carecían de escuelas mientras cientos de maestros estaban sin empleo.

La práctica del deporte en la primera etapa era exclusiva para las clases pudientes y se desarrollaba esencialmente en clubes y asociaciones. La única opción de práctica deportiva que conocían los niños y jóvenes era el béisbol. Los pocos profesores educación física que existían, se formaban en Instituto Nacional de Educación

Física [INEF] y muchos que ejercían la profesión eran habilitados y no tenían una titulación reconocida, los cuales en número minoritarios asistían a cursos de verano de la Unidad de La Habana como casi la única vía de superación existente.

A partir de 1959, con el triunfo revolucionario, la educación física tiene un amplio desarrollo el cual lo agrupamos en dos etapas:

1. Etapa gimnástica – deportiva masiva: 1959 – 1975, En esta etapa se extiende masivamente los servicios de Educación Física a todo el sector escolar y social; se desarrolla también un amplio movimiento de superación y capacitación de los recursos humanos y de formación de profesores de Educación Física y de Deportes del nivel medio.

2. Etapa físico – educativa: 1975 – actualidad, En esta se consolida la Educación Física como componente esencial en la formación integral de la personalidad de niños, adolescentes y jóvenes. El presupuesto de tiempo de la asignatura ocupa el tercer lugar dentro del Plan de estudio de la Educación General.

En Cuba el deporte no es solo un entretenimiento, es una forma de elevar la calidad de vida, la salud, de poder disfrutar de largos años. La realización regular y sistemática de una actividad física ha demostrado ser una práctica sumamente beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, así como un medio para forjar el carácter, la disciplina, la toma de decisiones y el cumplimiento de las reglas beneficiando así el desenvolvimiento del practicante en todos los ámbitos de la vida cotidiana. Hoy en día esta visión ha sido aceptada por muchos, sin embargo, a lo largo del tiempo, ha tenido sus períodos de auge y regresión.

Todo lo anterior presupone una mejoría en el funcionamiento de órganos y sistemas imprescindibles en toda manifestación deportiva y para ello la Fisiología, la Medicina Deportiva y la Bioquímica marcan pautas en la conclusión de los esfuerzos físicos.

La Medicina Deportiva es una rama de las Ciencias Médicas que se ocupa de vigilar y fomentar la salud, así como el desarrollo físico de los individuos que practican cultura física y deportes. Es principalmente una ciencia de investigación sobre el hombre sano, puesto en condiciones de variabilidad constante, requiriendo una observación especial y para esto se vale fundamentalmente del control médico (Alonso, R.:1986: 3).

La práctica deportiva no se limita solamente a los atletas de elite, deportistas de alto rendimiento, gente joven, etc. Todo ser humano puede y debería realizar alguna actividad deportiva acorde a sus necesidades y sus posibilidades físicas. Por supuesto que previo a ese paso, obligatoriamente debemos consultar a un medico, se tenga la edad que se tenga, quien determinará, luego de los chequeos de práctica, que tipo de ejercicio estamos en condiciones de realizar o si lo que teníamos en mente efectuar es recomendable o no.

Educación Física: desde el punto de vista científico J. Arnold Moreno lo interpreta la Educación Física o el “movimiento” como un campo de estudio, como área de conocimiento que, para lograr su desarrollo teórico y práctico, implica necesariamente a otras disciplinas tales como: antropología, fisiología, psicología, biomecánica, estética, etc.(López Rodríguez:2006:31)

Educación Física: Se puede definir como la educación integral del individuo a través del movimiento, se trata de una educación con el movimiento y para el movimiento, en fin, de ciencia que enseña como, cuando, porque y donde hay que realizar la actividad física deportiva, y también se tiene en cuenta su carácter integral (Galera, A: 2001:34)

La Educación Física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología, etc. Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior. Específicamente, en el adolescente, ayuda a sobrellevar las agresiones propias de la vida cotidiana y del medio y a afrontar el presente y el futuro con una actitud positiva.

Promueve y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás.

Áreas de la educación física.

Aptitud física:

- Capacidad aeróbica.
- Flexibilidad
- Basketbol.
- Futbolito
- Atletismo
- Gimnasia
- Juegos
- Vida al aire libre
- Potencia anaeróbica.
- Deporte colectivo:
- Voleibol
- Deporte Individual:
- Natación
- Recreación:
- Expresión cultural y social

El origen de los juegos Olímpico en la antigua Grecia fue fruto de una mezcla entre la mitología y la realidad con un claro componente religioso, donde el principal objetivo era la observación a los dioses.

Los juegos olímpicos se realizaron durante más de doce siglos en Olimpia, en honor de Zeus, con una periodicidad de cuatro años. Su gran popularidad se prolongó, justo con la cultura Griega, hasta que Grecia fue reconquistado por el imperio Romano. Después de un vuelco total de la olimpiada del Siglo XIX descubriendo las ruinas, el pedagogo Francés Pierre Freedydd, varón de Coubertin (1863 – 1937) impulso de nuevo las ideales del deporte y los juegos olímpicos, intentando hacer renacer y transferir dichos valores a la sociedad contemporánea.

En 23 de febrero de 1961 por ley del gobierno revolucionario se creó el instituto nacional de deporte, educación física y recreación para promover y regir las actividades deportivas del país. Al triunfo de la revolución las instalaciones deportivas antiguos clubes aristocráticos fueron puestas al servicio del pueblo.

Se organizó un centro para formación de cuadros que hoy es la escuela superior de educación física “Comandante Manuel Fajardo”, a la que siguieron más tarde las escuelas provinciales de educación física, que actualmente cuentan con miles de alumnos.

Se estableció el instituto de medicina deportiva, se fundó la industria de implemento deportiva, que antes eran importados de los Estados Unidos. Decenas de miles de

maestro primarios recibieron cursos de rehabilitación para impartir clases se educación física.

Se organizaron escuelas de iniciación deportiva para los escolares destacados en el deporte, donde cursan sus estudios regulares a la vez que desarrollan sus facultades físicas. Las competencias y eventos deportivos que antes se realizaban solo en la capital, hoy tienen lugar en todas las provincias proporcionando a millones de personas, la posibilidad de disfrutar, se promovió la diversificación en el deporte, que incluía el desarrollo de aquellos en los cuales se carecía de tradición y experiencia en el país. Se desarrollo la práctica en centros de trabajos y en las unidades de las fuerzas armadas revolucionarias y el misterio del interior. Creció considerablemente la participación de la mujer.

Decenas de instalaciones deportivas fueron construidas en todos el país y las nuevas escuelas de nivel medio que hoy se construyeron fueron proyectadas en magnificas área para la educación física y el deportes. En el país se invierte en la educación física y el deporte más de 40 millones de pesos al año. Nuestros atletas son ejemplos de disciplina y de abnegación, modestia y valentía.

Las investigaciones en las clases y competencias permiten confrontar las reacciones fisiológicas del organismo y el nivel de desarrollo técnico, táctico y volitivo de preparación del deportista.

El cronometraje, el cálculo y el registro de los índices deportivos permiten comparar los datos de las investigaciones médicas y el resultado de la actividad motriz del deportista. Si se repiten estas observaciones existe la posibilidad de juzgar el crecimiento de preparación física general y la capacidad de trabajo deportivo de los deportistas en un aspecto determinado del deporte, en las diferentes etapas del ciclo de entrenamiento.

Cuando se habla de crecimiento de preparación física general y de capacidad de trabajo, debemos profundizar en estos términos a los que hacemos referencia.

La preparación física general, depende del nivel de desarrollo de capacidades y habilidades motrices y deportivas alcanzados por un individuo, a través de la práctica sistemática de la actividad física y el deporte.

La capacidad de trabajo, consiste en la posibilidad máxima que tiene el organismo, o uno de sus sistemas, de cumplir una actividad en un tiempo determinado y con la calidad requerida.

Según M.V. Antropova, (Colectivo de autores: 1999: 10) la definición desde el punto de vista fisiológico de la capacidad de trabajo, se caracteriza por la posibilidad del individuo de:

- 1- Realizar con éxito una actividad.
- 2- Emplear racionalmente el potencial energético con que cuenta.
- 3- Mantener un nivel funcional óptimo de los distintos sistemas de órganos, y del organismo en su conjunto.

Como puede inferirse el aumento y mejoramiento de la capacidad de trabajo y el nivel de preparación físico general de los atletas son objetivos priorizados en cualquier plan de entrenamiento, si se quieren obtener resultados positivos en dicho deporte.

Se debe tratar en las prácticas, la metodología del régimen de entrenamiento del deportista sobre la base de las diferencias individuales, con el fin de garantizar las mejores condiciones para el fortalecimiento de su estado de salud, del progreso de altos resultados deportivos y de la prevención de la aparición de la fatiga y el sobreentrenamiento.

Como se conoce, la Educación Física y los deportes, provocan un elevado desarrollo de las capacidades de los distintos órganos y sistemas del organismo humano, coadyuvando sustancialmente al mantenimiento y fomento de la salud.

Dos de los sistemas mas influenciados y en los que más rápidamente se producen variaciones son los sistemas cardiovascular y respiratorio. Seguidamente se detallarán algunos aspectos conceptuales, así como variaciones más significativas que sufren estos importantes sistemas producto de la actividad física.

El pujante movimiento deportivo continuará desarrollándose y elevando en calidad y masividad, para llevar al pueblo cubano, trabajador y a las nuevas generaciones de jóvenes y niños los bienes inapreciable de creación y salud. Es precisamente la relación física – educativa como objeto de estudio la que permita una visión integral de la Educación Física centrada no en una tendencia específica, no en el

movimiento, sino en la persona, en el sujeto que, a partir de su acción motriz, actúa y se compromete en la actividad física – deportiva, a la vez que se receta y desarrolla relaciones de convivencia con sus coetáneos.

1.2 El proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física.

Hablar de enseñanza – aprendizaje como proceso es destacar los distintos aspectos que se materializan en el mismo a través de la interacción pedagógica de sus componentes personales: el profesor y los alumnos, así como de sus componentes no personales: objetivos, contenidos, métodos, medios y evaluación.

Un enfoque integral físico – educativo supone contemplar en los objetivos, contenidos, actividades de aprendizaje y actividades de evaluación, no solo el desarrollo de capacidades y habilidades, como ha sido la tendencia tradicional, sino asegurar, además, el aprendizaje de conceptos, sistemas de conceptos y modos de referencia unido a la formación de valores y actitudes, e integrando el nuevo conocimiento a las vivencias y experiencias previas o antecedentes de los alumnos, para imprimirle un significado y sentido personal de aprendizaje.

La Educación Física escolar no ha de estar centrada solo en el movimiento sino en el niño, en sus vivencias, experiencias, necesidades, motivos e intereses, como sujeto activo, como personalidad en formación, dentro de este proceso. Por tanto, su efecto, “nunca es parcial, cualquier intervención sobre él afecta a todo el sistema. De ahí su proyección integradora. Desde esta perspectiva, la Educación Física constituye “una acción pedagógica sobre una acción motriz” ”. (López Rodríguez, A: 2006:63)

En consecuencia, es a través de la acción motriz del educando que se desarrolla el proceso físico – educativo, entendida como una manifestación de toda su personalidad, en un proceso significativo y de construcción individual y social del aprendizaje, mediante el establecimiento de diversos niveles de ayuda, donde todos los esfuerzos se concentran en su capacidad de aprendizaje y de desarrollo humano. Los aprendizajes tradicionales en Educación Física privilegiaron el aprendizaje técnico y de modelos de movimiento, es decir, aprender a hacer en detrimento de los demás tipos de aprendizaje; basados en la demostración y repetición, lo cual supone la adquisición por parte de los estudiantes de una serie de automatismo. Otra cosa bien diferente la construcción personal y socializada de sus aprendizajes por los

propios alumnos, bajo la guía y orientación del profesor, mediante el planteamiento de situaciones de aprendizaje. Como indica Vigotski el aprendizaje, en función de todo lo expuesto es una actividad social y no solo un proceso de realización individual. (López Rodríguez, A: 2006:63)

En el concepto anterior de aprendizaje pone en el centro de atención al sujeto activo, transformador, consciente, orientado hacia un objetivo en interacción con otros sujetos (profesor – alumno, alumno – alumno) y sus acciones con el objeto, con la utilización de diversos medios en condiciones socio – históricas determinadas. La enseñanza, desde esta concepción del aprendizaje y bajo presupuestos científicos, debe caracterizarse por ser desarrolladora, consciente y objetal.

Para que estos presupuestos científicos puedan materializarse en el proceso de enseñanza – aprendizaje es determinante tener en consideración otros dos elementos de singular importancia para su concepción:

1. La atención a la diversidad.
2. La variabilidad, como elemento esencial el aprendizaje motor.

En la atención a la diversidad, la integralidad, hace mención al grado de unidad del proceso educativo, a la integración de distintos ámbitos: cognitivo – afectivo, motriz, actitudinal, en la formación de la personalidad de los estudiantes y en la organización y funcionamientos de grupos sociales. Mientras la diversidad, podría definirse como lo diferente, lo no semejante, la distinción cualitativa y cuantitativa en la formación de los sujetos y en la vida material y espiritual.

Por tanto el enfoque integral físico – educativo no es posible sin la atención pedagógica de la diversidad. Propiciar la igualdad de oportunidades, diferenciar las exigencias, favorecer la coeducación y por ende, dar igual atención a ambos sexos, no desarrollar actividades que sean solo para los más hábiles y dotados, que generen el rechazo o la burla de los menos capaces, son algunos de los aspectos que todo profesor debe tener muy presente en sus clases y actividades.

La variabilidad, como elemento esencial el aprendizaje motor, aquí se tiene en cuenta la práctica abundante y variable como vía fundamental para favorecer el aprendizaje motor. Para Schmidt variar las condiciones de práctica consiste en provocar nuevos parámetros de respuesta, conseguir que mediante dichas

variaciones el sujeto tenga que adaptar su respuesta y establecer nuevos parámetros (velocidad, trayectoria, fuerza, etc.). (López Rodríguez, A: 2006:66).

Procedimientos organizativos para el desarrollo de las capacidades y habilidades motrices deportivas.

La clase de Educación Física y la unidad de entrenamiento contemporáneos deben satisfacer ante todo la atención de las diferencias individuales de los educandos, donde tanto los alumnos como los atletas deben alcanzar los mismos objetivos, pero sin embargo hay que tener en cuenta que no todos son iguales.

Tanto en la clase de Educación Física como en la unidad de entrenamiento los alumnos y atletas se destacan en diferencias de tamaño, peso, nivel de desarrollo de las capacidades motrices, conducta motriz, entre otras, por tal motivo la organización que le demos a las actividades que desarrollaremos en ellas, deben responder de forma objetiva a la atención de las características individuales de los educandos.

Los procedimientos organizativos dan la posibilidad de poder agrupar a los estudiantes y atletas bajo este principio, así como posibilitar una forma correcta y objetiva de atender cada una de las particularidades de acuerdo al objetivo que se persigue.

Aún se pueden observar clases de Educación Física y unidades de entrenamiento con esquemas rígidos, donde el profesor o instructor, solo son los que conducen el proceso de aprendizaje, y el alumno o atleta de forma mecánica es el que ejecuta los ejercicios o actividades sin tener en cuenta la participación activa en la relación alumno-profesor.

Es necesario señalar que en una clase o unidad de entrenamiento, podemos emplear diferentes formas de organización y además, lo más importante, es que los educandos lleguen a dominarlos tal y como conocen un movimiento o ejercicio determinado, facilitando de esta manera la fluidez y el dinamismo en las clases.

En la investigación el empleo correcto de los procedimientos organizativos en cada unidad de entrenamiento fue clave para el éxito de la misma, ya que en todo momento las actividades que los estudiantes ejecutaban, partían de una caracterización física y funcional de ellas, por lo que la aplicación de procedimientos organizativos que permitieran la realización de un trabajo diferenciado acorde con los

resultados individuales de esta caracterización fue lo que garantizó el cumplimiento de los objetivos de la misma.

Para su estudio y aplicación los procedimientos organizativos se dividen en:

1- Individual. 2- Frontal 3- Grupal o grupos

1- **Individual.** Es aquel procedimiento que va dirigido a un trabajo específico y de forma individual, con el alumno o atleta. Es el menos utilizado en las clases de Educación Física. Por su característica es una forma efectiva para el entrenamiento deportivo y el trabajo de la Gimnasia Correctiva. Cuando se quiere que el alumno o atleta se autoejercite o autorregule, se puede emplear para contribuir al aprendizaje o desarrollo de hábitos, habilidades y conocimientos necesarios.

2- **Frontal.** Se realiza con el grupo. Todos los educandos realizan los ejercicios simultáneamente. Por su característica es una forma de trabajo que por su fácil utilización se emplea muy a menudo en las clases y unidades de entrenamiento para el calentamiento o preparación física general, al inicio de estas.

Esta forma de organización puede ser empleada en cualquiera de las 3 partes de la clase o unidad de entrenamiento.

Se recomienda, siempre que sea posible, alternar calentamiento o preparación física general en filas, círculos, círculos concéntricos, etc., y otras formas de trabajo como el disperso, lo que contribuye a desarrollar en los educandos la independencia y la creatividad de sus acciones, de acuerdo a sus posibilidades reales y no patrones de conducta comunes, así como una mejor orientación espacial. Cada alumno o atleta partiendo de sus posibilidades individuales, puede manifestar sus acciones de forma dinámica, creativa y variada, lográndose el principio de la independencia.

3- **Grupal.** Por su contenido los procedimientos organizativos que la integran son los mas utilizados en las clases de Educación Física y unidades de entrenamiento. Siendo ellos:

- En parejas, tríos, etc.
- En secciones.
- En ondas.
- En recorridos.

- En estaciones.
- En circuitos.
- En áreas.

- **Parejas, tríos, etc.**

Se basa en agrupar a los educandos de acuerdo a su edad, peso, talla y nivel de desarrollo de habilidades o capacidades. Con este procedimiento se logra una mejor clasificación de cargas y se atienden las diferencias individuales.

Ejemplo: transportar objetos pesados, halar sogas, pases de balones, ejercitación de técnicas deportivas, etc.

- **Secciones.**

Se utiliza para el desarrollo de habilidades y capacidades. Se fundamenta igual que el trabajo en parejas, tríos, etc., pero un número mayor de educandos y con posibilidad de realizar ejercicios iguales y simultáneos. Cada sección puede ser atendida por un monitor o atleta aventajado.

Existen dos formas para organizar las secciones en una clase o unidad de entrenamiento.

1- **Sección simple:** Por la talla, peso, sexo u otra característica.

2- **Sección de rendimiento:** Por el nivel de desarrollo alcanzado de los atletas.

Es importante tener en cuenta que en las secciones no se realiza rotación de los grupos de alumnos.

Estaciones.

Es recomendable para el desarrollo de habilidades motrices deportivas. Son diferentes sitios dentro de un área o instalación deportiva donde los educandos realizan diferentes ejercicios, y sí se realiza rotación para que todos tengan la posibilidad de trabajar dicha habilidad.

Es una forma que puede tener una gran utilización. Debe tenerse en cuenta que los ejercicios que se planifican en las estaciones estén en correspondencia con el nivel de desarrollo de los alumnos o atletas. No deben exceder de 5 las estaciones que se planifiquen en la clase de Educación Física o unidad de entrenamiento, así como considerar la B.M.E disponible para cada una.

Su uso favorece la labor educativa, propiciando la colaboración constante, la independencia y la perseverancia entre otros. Su uso también es importante en los deportes colectivos, permite que varias técnicas o tácticas deportivas sean trabajadas en una clase o unidad de entrenamiento.

Es necesario tener en cuenta:

- No seleccionar ejercicios que su estructura sea opuesta y provoque interferencia.
- Los ejercicios de alta carga deben alternarse con los de menos esfuerzo.
- Calcular bien el tiempo de ejecución de una estación y otra para lograr armonía y fluidez en los cambios o rotaciones.
- Cuando se seleccionen ejercicios muy difíciles, la cantidad de ellos debe ser la mínima.

Circuitos.

Posee la misma organización que las estaciones, pero sus objetivos son diferentes. Es un procedimiento adecuado para el desarrollo de capacidades motrices como la fuerza y la resistencia a la fuerza.

No es un método, sino que es una forma de proceder donde se aplican diferentes métodos de entrenamiento, por ejemplo:

- Método repetición _____ Fuerza máxima.
- Método intervalo _____ Fuerza rápida.
- Método resistencia _____ Resistencia a la fuerza.

Por tanto, su trabajo va dirigido fundamentalmente a desarrollar la fuerza, aunque también se emplea en el desarrollo de la rapidez, agilidad y flexibilidad.

Ventajas.

- Permite dividir los grupos por sus características individuales y de desarrollo físico.
- Es una forma eficaz y rápida de trabajar las capacidades motrices seleccionadas.
- Da la posibilidad de un uso racional y óptimo de los recursos materiales.
- Atención a las cargas físicas de forma diferenciada en su relación trabajo y descanso.

Existen dos formas de trabajar el circuito.

- 1- **Circuito por cantidad de repeticiones.** Regula la dosificación al profesor o entrenador cuando realiza la explicación y demostración de los ejercicios que la conforman e indica la forma de rotación, dando las voces de mando para comenzar y terminar cada ejercicio.
- 2- **Circuito por tiempo.** Se trabaja con un cronómetro, donde lo fundamental es realizar el mayor número de ejercicios en un tiempo determinado.

La cantidad de ejercicios de un circuito debe oscilar entre 3 y 9, y la cantidad de repeticiones varía gradualmente por lo que el aumento de la dosificación debe ser de forma ascendente.

Ondas.

Se utiliza para la ejecución de ejercicios semejantes en forma alternada, tanto para el desarrollo de habilidades como de capacidades motrices.

Es recomendable para las técnicas del atletismo, ejercicios de preparación física (sin implementos), algunas habilidades de deportes con pelotas.

Brinda la posibilidad de uso racional de la B.M.E y la regulación de las cargas.

Lo importante de este procedimiento es la fluidez en el desplazamiento de cada fila de atletas en onda escalonada, donde la primera ejecuta el movimiento y las restantes también.

Recorridos.

Es un procedimiento poco empleado en las clases de Educación Física y unidades de entrenamiento, sin embargo su forma de ejecución permite trabajar de manera eficaz la preparación física general, además de constituir una vía para elevar el dinamismo, la variabilidad y la motivación de una clase, por el uso variado de los recursos materiales y algunos casos hasta los recursos naturales cercanos al área.

Se recomienda seleccionar ejercicios diversos y la mayor cantidad posible, con el fin de lograr una correcta alternancia entre el tiempo de trabajo y descanso de los alumnos y atletas.

▪ **Áreas.**

Se utiliza cuando necesitamos hacer un uso racional de los recursos materiales en lo que respecta a implementos e instalaciones deportivas.

Se distribuyen los atletas en grupos por deportes o aparatos (Gimnasia artística) o eventos (en el caso del Atletismo). Su desarrollo es parecido al trabajo en estaciones en lo referente a rotación y tiempo igual para cada grupo.

1.3 Análisis de la historia del Baloncesto.

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

James Naismith analizó las actividades deportivas que se practicaban en la época, cuya característica predominante era la fuerza o el contacto físico, y pensó en algo suficientemente activo, que requiriese más destreza que fuerza y que no tuviese mucho contacto físico. Una de las ideas del canadiense es que recordó un antiguo juego de su infancia denominado "duck on a rock (pato sobre una roca)", que consistía en intentar alcanzar un objeto colocado sobre una roca lanzándole una piedra. Mandó colgar unas canastas de melocotones en las barandillas de la galería superior que rodeaba el gimnasio, a una altura de 3,048 m (altura que se mantiene en la actualidad). El balón usado fue uno de fútbol. El nombre "basketball", *basket* (canasta) y *ball* (pelota), sugerido por uno de los alumnos de Naismith, fue popular desde el comienzo.

Naismith diseñó un conjunto de trece reglas para el incipiente deporte éstas eran:

1. El balón puede ser lanzado en cualquier dirección con una o ambas manos.
2. El balón puede ser golpeado en cualquier dirección con una o ambas manos, pero nunca con el puño.
3. Un jugador no puede correr con el balón. El jugador debe lanzarlo desde el lugar donde lo toma.
4. El balón debe ser sujetado con o entre las manos. Los brazos o el cuerpo no pueden usarse para sujetarlo.
5. No se permite cargar con el hombro, agarrar, empujar, golpear o zancadillear a un oponente. La primera infracción a esta norma por cualquier persona contara como una falta, la segunda lo descalificará hasta que se consiga una canasta, o, si hay una

evidente intención de causar una lesión, durante el resto del partido. No se permitirá la sustitución del infractor.

6. Se considerará falta golpear el balón con el puño, las violaciones de las reglas 3 y 4, y lo descrito en la regla 5.

7. Si un equipo hace tres faltas consecutivas (sin que el oponente haya hecho ninguna en ese intervalo), se contará un punto para sus contrarios.

8. Los puntos se conseguirán cuando el balón es lanzado o golpeado desde la pista, cae dentro de la canasta y se queda allí. Si el balón se queda en el borde y un contrario mueve la cesta, contará como un punto.

9. Cuando el balón sale fuera de banda, será lanzado dentro del campo y jugado por la primera persona en tocarlo. En caso de duda, el árbitro lanzará el balón en línea recta hacia el campo. El que saca dispone de cinco segundos. Si tarda más, el balón pasa al oponente.

10. El árbitro auxiliar, "*umpire*", sancionará a los jugadores y anotará las faltas, avisará además al "*referee*"(árbitro principal, véase siguiente punto) cuando un equipo cometa tres faltas consecutivas. Tendrá poder para descalificar a los jugadores conforme a la regla 5.

11. El árbitro principal, "*referee*", juzgará el balón y decide cuando está en juego, dentro del campo o fuera, a quién pertenece, y llevará el tiempo. Decidirá cuando se consigue un punto, llevará el marcador y cualquier otra tarea propia de un árbitro.

12. El tiempo será de dos mitades de 15 minutos con un descanso de 5 minutos entre ambas.

13. El equipo que consiga más puntos será el vencedor.

El baloncesto femenino comenzó en 1892, en el Smith College, cuando Senda Berenson, una profesora de educación física, modificó las reglas de Naismith para adaptarlas a las necesidades de las mujeres.

Como Naismith tenía 18 alumnos, decidió que los equipos estuviesen formados por 9 jugadores cada uno. Con el paso del tiempo, este número se redujo primero a 7, y luego al actual de 5 jugadores.

El baloncesto fue deporte de exhibición en los Juegos Olímpicos de 1928 y 1932, alcanzando la categoría olímpica en los Juegos Olímpicos de 1936. Aquí Naismith

tuvo la oportunidad de ver como su creación era convertida en categoría olímpica, cuando fue acompañado por Adolf Hitler en el palco de honor, en Alemania. El baloncesto femenino debió esperar hasta 1976 para su admisión como deporte olímpico.

El baloncesto en la actualidad cuenta con una gran difusión en diferentes países de Europa, Oceanía, América, Asia y África, siendo uno de los deportes con más participantes en el mundo y con competiciones regulares en más zonas y países del mundo. En Estados Unidos, se disputa la NBA, considerada la mejor competición mundial de baloncesto de clubes.

Hace aproximadamente unos 97 años que se practican el baloncesto en Cuba y fue introducido por jóvenes cubanos que estudiaban en distintos colegios americanos, que concurrían al Ignacio de la Ymca (Asociación de jóvenes cristianos) de las ciudades donde estudiaban, en particular el Ignacio que dirigía un canadiense de apellido Me God, quien dio oportunidad de práctica a los estudiantes cubanos, que diariamente visitaban en Ignacio de la Ymca, motivos por el cual llegaron a conocer a fondo este juego que se empezaba a divulgar y practicar en todos los Estados Unidos.

Ya en el año 1906 eran frecuentes los encuentros de tres contra tres y dos contra dos, gusto tanto este deporte que tomó rápidamente los previos de la universidad de la Habana, donde debido al entusiasmo de José Sixto de Solas, se logró integrar un equipo de estudiantes.

Por el año 1907 y en vista al auge alcanzado por el baloncesto, se organizó el primer campeonato oficial a través de la justa interclubes, por los que es preciso recordar a los que contribuyeron a la divulgación y desarrollo del baloncesto en esta etapa y que participaron en esa primera justa: Hernán Mornk, Miguel Ángel Moenk, Carlos Bouth, Luis Trebejo y Calixto Suárez.

La primera etapa del desarrollo del baloncesto incluye los años desde 1891 hasta 1918, los cuales se caracterizan por establecer este juego como una nueva disciplina deportiva. Creada primeramente para variar las clases de educación física; el baloncesto pasó a ser un juego deportivo con sus características y particularidades,

surgen y recibe su popularidad en Norteamérica, donde actualmente es un deporte básico en el sistema de Educación Física.

1.4 La Educación Física y el Baloncesto en la ETP.

La Educación Física tiene como tarea contribuir al logro de los objetivos generales que establece la Educación General Politécnica y Laboral para la formación de los alumnos en estos grados.

Los objetivos y contenidos del Plan de Estudio están dirigidos a la profundización y generalización de los conocimientos, las capacidades físicas condicionales, coordinativas y la flexibilidad, las habilidades motrices deportivas, las cualidades psíquicas así como los valores morales, éticos y estéticos formados en grados anteriores.

Estas características de profundización y generalización establecen la necesidad de desarrollar los contenidos en la medida de las posibilidades a partir de situaciones de juegos e ir complejizándolos gradualmente en correspondencia con el nivel de conocimientos y desarrollo de habilidades que posean y vayan adquiriendo los alumnos.

Se ha de tener en cuenta la edad de los estudiantes y sus características biológicas, fisiológicas y psíquicas de acuerdo al grado que cursan para alcanzar los niveles requeridos y por tanto mejores resultados.

Es indispensable tener en cuenta los intereses y motivaciones que manifiestan los estudiantes de estas edades y que cada vez más necesitan ser objeto y sujeto activo dentro del proceso de enseñanza aprendizaje, elementos que el profesor debe tener presente para una mejor atención a las diferencias individuales y lograr su independencia y creatividad.

La profundización en estos grados, presupone una elevada posibilidad de aplicación de los conocimientos, esto no quiere decir que se excluyan etapas de aprendizaje o de reactivación de los conocimientos según el nivel de desarrollo de los estudiantes.

Entre los objetivos generales de la asignatura educación física en la Educación General Politécnica y Laboral se pueden mencionar los siguiente:

1. Realizar con éxito las tareas que desde el punto de vista de su preparación física les plantea la escuela, la familia y la sociedad.

2. Aplicar en condiciones de juegos y competencias las habilidades principales de los diferentes deportes motivo de clases desarrollados en cada grado.
3. Identificar y seleccionar los diferentes tipos de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas, condicionales y coordinativas como medio de autoejercitación en su tiempo libre.
4. Contribuir con las actividades de clases y extraescolares a la formación y/o consolidación de valores éticos, estéticos y morales.
5. Incentivar mediante las actividades de formación vocacional y orientación profesional, los Círculos de Interés Pedagógicos y el Movimiento de Monitores, intereses y motivaciones que permitan concientizar su selección futura para el estudio de la carrera de Cultura Física.

Sobre el Baloncesto, los alumnos en los grados anteriores deben haber aprendido o consolidado aquellas habilidades fundamentales que le permiten jugar, por lo que antes de aplicar la ejercitación combinada o en complejo de habilidades, se recomienda dedicar una o dos clases al diagnóstico de habilidades, el cual puede ser de la forma que el profesor determine.

De acuerdo al nivel de desarrollo mostrado por sus alumnos en el resultado del diagnóstico, los complejos de habilidades se comenzaran a aplicar en las clases de formas invariables o variables, planificando una u otra para los grupos clases según criterio del profesor.

La aplicación de las habilidades combinadas o complejos de habilidades debe ejercitarse desde un inicio en situaciones de juego con el fin de que el alumno vaya desarrollando sus capacidades creativas, junto al pensamiento táctico individual y colectivo.

Pueden tener la premisa de ser ofensiva o defensivamente medio activas con el fin de poder ejercitarlas e ir las consolidando hasta que se obtenga un nivel que puedan realizarse de forma activa en condiciones variables o situaciones de juego.

Es importante el trabajo de la bilateralidad, o sea, ejercitar el drible con las dos manos y los tiros al aro por los dos lados.

La defensa personal en todo terreno, así como, los sistemas defensivos se deben aplicar exigiendo la postura defensiva correcta, también los desplazamientos para

oponerse a los jugadores con y sin balón, la colocación entre el aro y los jugadores ofensivos, los cuales harán sus desplazamientos por los cinco carriles.

El tiro al aro en suspensión dada la coordinación y fuerza que se requiere para el mismo, se debe comenzar por ejercicios específicos con imitación del movimiento sobre una soga situada a una altura determinada, en la medida que dominen el movimiento, llevarlos al aro, primero cerca e irlos alejando gradualmente, combinándolo con los pases y el drible.

Los juegos deben abarcar la mayor parte del tiempo en las clases, ya que estos permitirán que el alumno vaya consolidando y combinando los diferentes elementos técnicos, además de ir fijando los conocimientos sobre el reglamento.

Es importante que el profesor de la oportunidad de que los mismos estudiantes puedan planificar sus complejos de habilidades para las clases y para ser evaluados.

1.5 Caracterización de los estudiantes del IPI “Andrés Berros Macias”.

El ingreso al nivel medio superior es un momento crucial en la vida del estudiante, es el período de tránsito de la adolescencia hacia la juventud.

Todos sabemos que los límites entre los períodos evolutivos no son absolutos y están sujetos a variaciones de carácter individual y de manera que el profesor pueda encontrar en un mismo grupo escolar, estudiantes que ya manifiestan rasgos propios de la juventud mientras que otros, mantienen todavía un comportamiento típico de la adolescencia. Esta diversidad de rasgos se observa con más frecuencia en el grupo de I año de la especialidad, pues en los estudiantes de años posteriores comienzan a revelarse mayoritariamente las características de la edad juvenil es por esta razón, que se centra la atención en algunas características de la etapa juvenil cuyo conocimiento resulta de gran importancia para los profesores de este nivel.

En la juventud se continua y amplía el desarrollo que en la esfera intelectual a tenido lugar en etapas anteriores, así, desde el punto de vista de su actividad intelectual, los estudiantes del nivel medio superior están potencialmente capacitados para realizar tareas que requieren de una dosis de trabajo mental, de razonamiento, iniciativa independencia cognoscitiva, y creatividad. Estas posibilidades se manifiestan tanto respecto a la actividad de aprendizaje en el aula, como en las diversas situaciones que surgen en la vida cotidiana del joven.

Resulta necesario precisar que el desarrollo de las posibilidades intelectuales de los jóvenes no ocurre de forma espontánea y automática sino siempre bajo el efecto de la vocación y de la enseñanza recibida, tanto en la escuela como fuera de ella.

En relación a lo anterior, la investigación dirigida a establecer las habilidades psicológicas de los escolares cubanos en especial de la esfera clásicamente considerada como intelectual, ha revelado que el desempeño intelectual en el nivel medio superior como en los anteriores resulta importante el lugar que se le otorga al alumno en la enseñanza.

Debe tenerse presente que su grado de desarrollo de los estudiantes de la educación media superior pueden participar de forma mucho más activa y consciente en este proceso lo que incluye la realización más cabal de las funciones del aprendizaje y la auto evaluación para dirigir el proceso de enseñanza el papel del estudiante se reduce a asimilar pasivamente, el estudio pierde todo el interés por el joven y se convierte en una tarea no grata para él. Gozan desarticular respeto aquellas materias en que los profesores demandan esfuerzos mentales, imaginación, investigativa y crean condiciones para que el alumno participe de forma activa.

El estudio solo se convierte en una necesidad vital, y al mismo tiempo es un placer, cuando el joven desarrolla, en el proceso de obtención del conocimiento, la iniciativa y la actividad cognoscitiva independiente.

Caracterización de la etapa denominada pre-adolescencia según Vigotsky.

La historia de nuestros días tiene que enfrentar exigencias tecnológicas y sociales de gran complejidad, que presentan como gran desafío la necesidad de lograr una enseñanza capaz de desarrollar al alumno y un aprendizaje significativo, es decir, construido sobre la base de los contextos socioculturales donde se desarrollan los niños.

Esta perspectiva alcanza un papel fundamental en la escuela primaria, si tenemos en cuenta que de acuerdo con el desarrollo psicológico se dan en estas edades extraordinarias que de no tener la atención educativa requerida, se pierden, implicando grandes frenos y el estancamiento del sujeto en su proceso de crecimiento intelectual como afectivo-motivacional y social.

Las condiciones señaladas llenan, desde las primeras edades escolares, de procedimiento y estrategias que le permitan aprender, es decir acercarse al cúmulo de conocimientos creados por la humanidad de una forma independiente, activa, reflexiva de forma tal que reconviertan en mecanismos impulsores de su propio desarrollo.

El propósito anterior obliga a profundizar en la categoría zona de desarrollo próximo en la cual precisamente se caracteriza la relación entre enseñanza y desarrollo.

Los procesos de aprendizaje y desarrollo en los alumnos han estado sujetos a los modelos que la psicología ha aprobado a la pedagogía, a través de diferentes etapas de su desarrollo como ciencia.

De esta forma el aprendizaje se convierte en el proceso de aprobación social. Cada individuo hará suya esa cultura, pero la hará en un proceso activo, aprendiendo de forma gradual acerca de los objetos, procedimientos, las formas de actuar de pensar del contexto histórico social en el desenvuelve y de cuyo proceso dependerá su propio desarrollo, es decir bajo esta concepción el desarrollo en el ser humano va a estar determinado por los procesos de aprendizaje que sean organizados como parte de la enseñanza y educación con lo que se crearán nuevas potencialidades para nuevos aprendizajes.

Lo anterior evidencia el papel relevante que en esta teoría se atribuye al medio social y a los tipos de interacciones que realiza el sujeto con otros, lo cual para Vigostki se constituye en la ley general de la formación y el desarrollo de la psiquis humana de acuerdo con la cual, los procesos internos, individuales llamados por él intrapsicológicos van siempre precedidos por procesos de acciones externas sociales denominadas interpsicológicas.

De todo esto lo anterior se deriva que los procesos de educación y enseñanza para esta concepción, deben conducir el desarrollo, lo que significa de acuerdo con las potencialidades de los alumnos en cada momento, obtener niveles de desarrollo.

CAPÍTULO II: PROPUESTA DE SOLUCIÓN Y RESULTADOS OBTENIDOS.

2.1 Resultados del diagnóstico Inicial.

Esta investigación se desarrolló en el IPI "Andrés Berros Macías", de Trinidad, ubicado en el Consejo Popular Armando Mestre, el cual tiene como objetivo graduar Bachiller-Técnicos altamente capacitados para enfrentar un mundo laboral cada vez más difícil y competitivo.

La misma fue el resultado de la práctica pedagógica del autor en el ejercicio de sus funciones como profesor de Educación Física en el centro.

A los 20 estudiantes de primer año seleccionados en la muestra se le aplicaron los instrumentos siguientes: Prueba pedagógica (Anexo 1), observaciones a clases (Anexo 2) con el objetivo de constatar los errores cometidos por los estudiantes en los juegos de Baloncesto en las clases de Educación Física, encuestas (Anexo 3) y se tuvo en cuenta la siguiente escala valorativa donde serán evaluados de nivel alto, medio y bajo cuando:

Alto: dominan las habilidades en el juego del baloncesto y las reglas del juego, apliquen de manera correctas las mismas.

Medio: dominan algunas de las habilidades en el juego del baloncesto y algunas de las reglas del juego, no siendo así con la aplicación de ellas en el juego.

Bajo: No dominan las habilidades en el juego del baloncesto y las reglas del juego, y no la aplican en el juego del baloncesto

Resultados obtenidos

En la prueba pedagógica (Anexo 1) aplicada a los 20 estudiantes, la misma fue aplicada en diferentes días, se arrojaron los siguientes resultados:

- 8 estudiantes mencionan de forma aceptable que es el Baloncesto, para un 40%
- 3 estudiantes mencionan alguna de las habilidades del juego de Baloncesto y las reglas del juego, para un 15 %.
- Sólo 5 estudiantes realizan tres de las habilidades del juego de baloncesto, para un 25%. (Drible, desplazamiento y pase)
- 2 estudiantes juegan con dominio de las habilidades por lo que es difícil hacer un juego con la calidad requerida.

En la siguiente tabla se muestran los resultados obtenidos en la Prueba pedagógica inicial:

Preguntas/Respuestas	Correctas		Incorrectas	
	Cant	%	Cant	%
Qué es el Baloncesto	8	40	12	60
Habilidades del Juego	3	15	17	85
Reglas del Juegos.	3	15	17	85
Juegos de Baloncesto	2	10	18	90

En la gráfica (Anexo 5) se puede ver la comparación entre la cantidad de respuestas correctas y las incorrectas.

En la guía de observación, después de observado quince clases se pudo comprobar que los estudiantes realizaban incontables errores en los juegos de Baloncesto. Estos errores se ven reflejados en la Tabla 1 (Anexo 6). Por lo que se puede resumir teniendo en cuenta la tabla 2 (Anexo 6) que se promedia a 72 errores por estudiantes.

En la encuesta (Anexo 3) aplicada a los 20 estudiantes se constato:

- Sólo a 5 le gusta el baloncesto, lo que representa el 25%.
- 15 de los estudiantes plantean que entienden al profesor cuando imparte las clases. Lo que representa el 75%.
- Al 75 %, es decir 15 estudiantes no se sienten interesados por aclarar los conocimientos que no logran asimilar en clases, pues no prestan la debida atención.
- La mayoría plantea que su disciplina en el aula es buena.
- Solo el 50% plantean que realizan los ejercicios de la clase de forma independiente.
- 10 estudiantes marcaron afirmativamente que asisten a las clases de Educación Física, para un 50 %, 4 que no asisten para un 20 % y 6 que asisten algunas veces.

- No se obtuvo respuesta para buscar otras actividades que le gustaría realizar a los estudiantes para ampliar los conocimientos en el baloncesto.

Teniendo en cuenta la escala valorativa para medir los indicadores se pudo comprobar que ningún estudiante se encontraba en el nivel Alto, 5 en el nivel Medio y 15 en el nivel Bajo para un 75%.

Para evaluar la satisfacción de los estudiantes en las clases de Educación Física, se utiliza la técnica de ladov, que a continuación se explica.

La técnica de ladov: Una aplicación para el estudio de la satisfacción de los alumnos por las clases de Educación Física. (López Rodríguez, A.:2006: 116)

Esta técnica está conformada por un cuestionario que cuenta con 10 preguntas (Anexo 4), de ellas tres se seleccionan para medir el grado de satisfacción en las clases. Estas tres preguntas (3, 8 y 10) se relacionan a través de lo que se denomina el “Cuadro Lógico de ladov”, el cual el estudiante desconoce la relación; las demás preguntas buscan la naturaleza de las causas que pueden originar los diferentes niveles de satisfacción obtenido después de calcularlo.

Cuadro lógico de ladov.

	3. ¿Quisiera ir a estudiar otra asignatura o hacer otra cosa en el horario de Educación Física?								
	No			No sé			Sí		
10. ¿Te gusta la clase de Educación Física?	8. Si tú pudieras escoger entre asistir o no asistir a las clases de Educación Física. ¿Irías a esas clases?								
	Sí	No sé	Sí	Sí	No sé	Sí	Sí	No sé	Sí
Me gusta mucho	1	2	6	2	2	6	6	6	6
Me gusta más de lo que me disgusta	2	2	3	2	3	3	6	3	6
Me da lo mismo.	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Me disgusta más de lo que me gusta.	6	3	6	3	4	4	3	4	4
No me gusta nada	6	6	6	6	4	4	6	4	5
No sé que decir	2	3	6	3	3	3	6	3	4

Después de aplicada la técnica se procede de la siguiente manera:

- I. Se busca la interrelación entre las tres preguntas, nos indica la posición de cada sujeto en la escala de satisfacción.

La escala de satisfacción es la siguiente:

1. Clara satisfacción.
2. Más satisfecho que insatisfecho.
3. No definida.
4. Más insatisfecho que satisfecho.
5. Clara insatisfacción.
6. Contradictoria.

- II. Se busca el índice de satisfacción grupal, para ello se trabaja con los diferentes niveles.

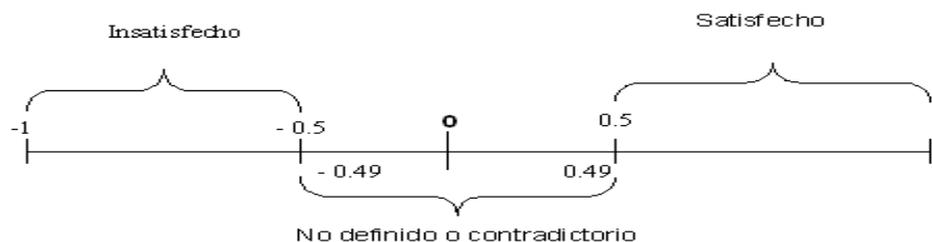
+1	Clara satisfacción.
+0.5	Más satisfecho que insatisfecho.
0	No definida.
-0.5	Más insatisfecho que satisfecho.
-1	Máxima satisfacción

La satisfacción grupal se calcula con la fórmula siguiente:

$$ISG = \frac{A(+1) + B(+0.5) + C(0) + D(-0.5) + E(-1)}{N}$$

Donde A, B, C, D, E, representan el número de estudiantes con índice individual 1, 2, 3 ó 6, 4, 5 y N el número total de estudiantes, en este caso 20.

Ubicar el resultado de ISG en el siguiente eje, así se obtiene el índice de satisfacción grupal.



AI

tabular los resultados y calcular el ISG se obtiene 0.025, donde se puede decir que el índice de satisfacción grupal evidencia contradicción o no definido.

De las demás preguntas se pudo comprobar que este índice tiene sus causas en los siguientes aspectos detectados:

- No le gustan las clases de Educación Física al 75% de los estudiantes.
- Plantean que lo que más le disgusta de las clases es el circuito de fuerza, la lejanía del terreno, la no existencia de balones y la carrera de resistencia.
- No realizan ninguna práctica deportiva, que lleve ejercicio físico.
- Los medios con que se cuentan para dar las clases no son suficientes

De los instrumentos aplicados en esta etapa de diagnóstico inicial las regularidades fueron las siguientes:

- Los estudiantes tienen poco dominio de las habilidades en el juego de baloncesto.
- Los estudiantes no dominan las reglas del juego.
- No aplican las habilidades en el juego de baloncesto.
- No aplican las reglas del juego.
- El nivel de satisfacción en los estudiantes se comprobó que no está definido.

Los resultados obtenidos y las regularidades detectadas demuestran la necesidad de la elaboración de actividades para contribuir con el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”.

2.2 Fundamentación teórica de la propuesta de solución y propuesta de solución.

Los fundamentos teóricos metodológicos que sustentan las actividades para contribuir con el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias tienen su base en las ciencias como la filosofía, la pedagogía, la sociología y la psicología, las cuales posibilitan una organización coherente en las mismas.

La educación Física como una de las ramas esenciales que determina el desarrollo de la sociedad, no ha estado ajena a cambios para mejorar el aprendizaje de los

diferentes deportes sino que, por el contrario, ha sufrido transformaciones sustanciales; y constituye una prioridad del Ministerio de Educación encontrar las vías, métodos y estrategias a través de las cuales se pueda perfeccionar el proceso de enseñanza – aprendizaje y que éste se corresponda con las nuevas exigencias.

En los momentos actuales, los principales psicólogos y pedagogos del mundo han reconocido que la función de la escuela no es dotar a los alumnos de una cantidad determinada de conocimientos, sino, lograr el desarrollo del pensamiento y de las estructuras cognitivas del sujeto que aprende, así como elevar cada día más la calidad de la educación. Ante éstas exigencias, resulta obvio que una enseñanza memorística y formalista constituiría un freno, en vez de favorecer en los alumnos el desarrollo de su aprendizaje, y que se fortalezca en ellos la voluntad de vencer las dificultades, la independencia cognoscitiva, la necesidad y el interés de ser útil.

En el mundo actual se produce un colosal incremento del conocimiento, renovándose estos en períodos breves, de modo que una persona en su vida activa enfrenta estas transformaciones en ocasiones radicales a su campo de acción. La única forma de enfrentar estas transformaciones es que el sujeto esté preparado para la asimilación independiente de los conocimientos necesarios y que sea capaz de integrarlos con una estructura lógica del pensamiento que le permita operar con ellos.

El campo del aprendizaje ha sido uno de los más estudiados en el decursar histórico de la investigación psicológica. Numerosos psicólogos han incursionado en él, partiendo de diferentes enfoques, corrientes y teorías cuya base filosófica y concepción psicológica divergen, aunque se manifiestan puntos de contactos entre ellas. Muchos datos e ideas valiosas se han acumulado pero, lamentablemente, no han sido sistematizados, ni integrados en un sistema coherente que incorpore, de manera dialéctica lo mejor de ese legado científico en función de su utilización en una práctica educativa que promueva el desarrollo del ser humano, su bienestar y calidad de vida.

Las teorías que han tenido una repercusión más relevante en el ámbito educacional contemporáneo, entre las que se pueden mencionar: el conductivismo, el cognitivismo, el constructivismo, el humanismo y la teoría histórico – cultural. Esta última constituye la base conceptual metodológica de partida de las actividades. La

concepción histórico – cultural en la Psicología representada por L.S. Vigotsky, sus colaboradores y discípulos presentan un conjunto de ideas pedagógicas novedosas que han resistido y resisten el paso de los años.

Analizando la obra de Vigotsky permite comprender no sólo la vigencia y posibilidades que muestra para el trabajo pedagógico, sino que fundamenta además que esto es posible porque se está trabajando con un enfoque sistémico, dialéctico y abierto que a partir de un campo teórico y metodológico sólido se nutre de los aportes de la psicología y pedagogía contemporánea.

En las dos últimas décadas, la Didáctica General se ha visto influenciada de diferentes partes del mundo, por tendencias muy avanzadas en las que se aboga porque el alumno asuma un papel protagónico en el proceso de enseñanza – aprendizaje, que logre mayor independencia cognoscitiva, que se formen y desarrollen los procedimientos lógicos, así como la capacidad de utilizar correctamente los métodos inductivos y deductivos de la lógica, y que como resultado o como producto de su actividad, sometido a un proceso de socialización y de comunicación alcance un desarrollo integral de su personalidad, esto último sustentado en el enfoque histórico – cultural de Vigotski.

La formación de los procedimientos para aumentar el aprendizaje constituye la vía de concreción del trabajo que se puede realizar en aras de lograr un determinado desarrollo del pensamiento lógico de los alumnos, dado a que, los procedimientos lógicos precisan de forma sistemática el conjunto de acciones dirigidas a realizar determinadas operaciones, dígame: identificar, comparar, reconocer, deducir, asociar conceptos; así como determinar la veracidad o falsedad de expresiones (juicios) y además a realizar razonamientos.

El sustento filosófico de la educación cubana es la filosofía dialéctico – materialista conjugada con el ideario martiano, por lo que se supera así la concepción del marxismo – leninismo como una metodología general de la pedagogía y como una filosofía en general. La filosofía de la educación es una de las más importantes tradiciones del pensamiento cubano. Esta propicia el tratamiento acerca de la

educación del hombre, la educación como categoría más general y el por qué y el para qué se educa al hombre.

Queda entonces de esta forma la filosofía de la educación cubana comprometida con un proyecto social cuya finalidad es la prosperidad, la integración, la independencia, el desarrollo humano sostenible y la preservación de la identidad cultural. Todo ello encaminado a defender las conquistas del socialismo y perfeccionar la sociedad. Para lograr una dimensión científica y humanista del problema se toma como sustento la teoría marxista – leninista, y se asume las leyes generales de la dialéctica materialista, la teoría del conocimiento, el enfoque complejo de la realidad y la práctica como fuente del conocimiento.

Desde el punto de vista sociológico el objetivo general de la educación se resume en el proceso de socialización del individuo: apropiación de los contenidos sociales válidos y su objetivación (materialización), expresados en forma de conductas aceptables por la sociedad. Paralelamente se realiza la individualización, proceso de carácter personal, creativo, en el que cada cual percibe la realidad de manera muy particular como un agente social activo. De esta forma los individuos se convierten en personalidades que establecen, por medio de sus actividades y de la comunicación, relaciones históricas concretas, entre sí y con los objetos y sujetos de la cultura.

Al acontecer ambos procesos tanto dentro como fuera de la institución escolar la educación escolarizada, de lo que se ocupa la pedagogía, tiene que vincularse estrechamente con los demás agentes educativos de la sociedad: la familia, la comunidad, las organizaciones productivas, sociales, políticas, culturales y los medios masivos de comunicación. Lo expuesto anteriormente se consideró para diseñar la propuesta de actividades pues se pretende desde la escuela en estrecho vínculo con la familia, contribuir a la socialización del escolar en unidad dialéctica con la individualización.

Toda categoría pedagógica está vinculada en una teoría psicológica, lo que permite lograr que la psicología llegue a la práctica educativa mediada por la reflexión pedagógica. En este trabajo en consonancia con el fundamento filosófico que se esgrime, se opta por una psicología histórico – cultural de esencia humanista basada

en el materialismo dialéctico y particularmente en los postulados de Vigotsky y sus seguidores, en los que encuentran continuidad las fundamentales ideas educativas que constituyen las raíces más sólidas, históricamente construidas y que permiten ponerse a la altura de la ciencia psicológica contemporánea.

Esta concepción parte inicialmente de la idea marxista y martiana del elemento histórico que condiciona todo fenómeno social, por tanto la educación del hombre no puede ser analizada fuera del contexto histórico en el cual se desarrolla. El enfoque histórico – cultural de la psicología pedagógica ofrece una profunda explicación acerca de las grandes posibilidades de la educabilidad del hombre constituyéndose así en una teoría del desarrollo psíquico, íntimamente relacionada con el proceso educativo y que se puede calificar como optimista, pues hace consciente al educador de las grandes potencialidades que tiene al incidir en el niño.

Para diseñar esta investigación se tomó en consideración que respondiera a las leyes, principios y categorías de la pedagogía. Las leyes de la pedagogía han sido tratadas por diferentes autores, entre otros, se puede citar al Colectivo de Especialistas del MINED (1984), Klingberg (1985), Guillermina Labarrere (1988). Este último sintetiza la relación que existe entre la sociedad y las instituciones docentes, con el fin de resolver la necesidad de la formación integral de los ciudadanos de esa sociedad y en particular de las nuevas generaciones, a través del establecimiento de dos leyes pedagógicas que son asumidas en el trabajo:

1. La relación de la escuela con la vida, con el medio social.
2. Relaciones internas entre los componentes del proceso docente- educativo: la educación a través de la instrucción.

La primera ley establece el vínculo entre el contexto social y el proceso pedagógico, concebido éste último como “la organización conjunta de la enseñanza y la educación para los educadores en la escuela, dirigida a la educación de la personalidad en sus diferentes contextos de actuación, en dependencia de los objetivos sociales a través de la interacción recíproca que se establece entre profesores y alumnos y demás componentes personalizados y de estos entre sí y con los demás agentes mediante la actividad y la comunicación”. En este sentido, para resolver el encargo social existe la escuela y el proceso que se desarrolla.

Para lograr un mejor entendimiento se hace necesario preguntarse ¿Cuál es la necesidad social que ocupa este trabajo?, pues precisamente a través del desarrollo de esta propuesta de actividades se contribuye al desarrollo del aprendizaje de los estudiantes, también se desarrolla el pensamiento lógico de los mismos y los prepara mejor para la vida social.

La segunda ley establece las relaciones entre los componentes que garantizan el que se alcance el objetivo, que se pueda enfrentar el problema y resolverlo. El objetivo se alcanza mediante la apropiación de aquella parte de la cultura: el contenido que se ofrece y se alcanza en el método. El objetivo es el todo, el contenido sus partes. En consecuencia se establece la relación cognitiva – afectiva en el contenido a apropiarse, así como la relación del individuo con el contexto social y por lo tanto educarse.

Al explicar los nexos existentes entre la primera y la segunda ley se hace referencia a los principios y categoría ya que el proceso pedagógico es un proceso único, interrelacionado que transcurre como un sistema donde los elementos dependen unos de otros.

A través la literatura consultada se pudo constatar la diversidad de criterios, enfoques y valoraciones existentes acerca del papel de los principios en la dirección del proceso pedagógico. Los mismos poseen una función metodológica al determinar el camino, la vía para alcanzar objetivos o fines de la actividad humana, actuando como guía de las metas que el hombre debe lograr para su transformación y la del medio. De ahí su carácter rector en el quehacer didáctico.

En la propuesta de actividades se consideró establecer los principios propuestos por Fátima Advine Fernández y otros, ya que estos atienden las leyes esenciales del proceso pedagógico y las relaciones gnoseológicas esenciales; se corresponden con la concepción teórica del proceso pedagógico y tienen en cuenta el nivel didáctico y las posibilidades y realidades de la práctica escolar vigente.

También se tuvo en cuenta las principales categorías de la Didáctica o componentes del proceso pedagógico:

- Personales: maestro – alumno.

- Personalizados: objetivo - contenido - método – medios – evaluación - formas de organización.

Específicamente, en los componentes personales, bajo la dirección del maestro también la familia al igual que el alumno se implica personalmente en el proceso de manera activa, participativa, vivenciada y reflexiva. El contenido, lo que debe dominar el estudiante, la familia, no es más que aquella parte de la cultura que la humanidad ha ido acopiando en su desarrollo histórico – social. Para la elaboración de las actividades se tuvo en cuenta cómo los objetivos, que es la expresión pedagógica del encargo social, son las características sociales que se aspira formar en los individuos, para que satisfagan esas necesidades y posean también una naturaleza social.

En busca de solucionar el problema científico declarado se proponen actividades para contribuir al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macías”, de Trinidad, las cuales tienen las siguientes características:

Carácter sistémico: Considera todo los componente del proceso y de las propias actividades como elemento integrantes de las mismas, el hecho que este constituido por parte significa que puede ser disgregado para su análisis pero seria útil recordar que estas partes solo adquieren verdadero sentido en la medida en que son constituyentes integrado de una realidad superior.

Carácter flexible: Ello significa que es considerado en el Baloncesto como una hipótesis de trabajo que se va a modificar gradualmente en la propia actividad . además no se considera como un proceso cerrado y acabado, sino todo lo contrario es susceptible de hacerle modificaciones, adaptaciones en dependencia de los estudiantes y su diagnóstico.

Carácter dinámico: Las actividades propuestas se conciben abiertas al cambio desde la perspectiva de considerar al currículo como métodos en permanente fluctuación, que va desarrollando su trayectoria a través de sucesiones reorganizaciones teniendo en cuenta las necesidades y potencialidades de los sujetos.

Carácter socializado: Las actividades comprendidas en la propuesta de solución

son socializadas con los estudiantes a través de las clases de Educación Física muy presente los criterios , juicios , opiniones de los que aprenden.

A continuación se expresan las actividades para contribuir con el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”.

La primera actividad que se realizó, para lograr satisfacción de los estudiantes en las clases de Educación Física, fue la construcción de los tableros de baloncesto en el terreno del centro, que no existían ni los postes para su colocación, con la ayuda de los estudiantes. Después se pinto el terreno con las medidas establecidas (solo existía la cancha en el centro).

Actividad 1

Título: Desplázate y colócate.

Objetivo: Desplazarse y adaptar la posición básica del basquetbolista.

Materiales: Cancha, silbato.

Organización: Forma equipos de igual número de participantes de a 5.

Desarrollo: A la señal del profesor cada equipo se desplaza en fila por el terreno a la señal próxima se detiene y adoptan la posición básica.

Reglas:

- 1- No se deben cruzar las piernas en el momento del desplazamiento.
- 2- Los desplazamientos deben ejecutarse según la voz del profesor (al frente, a la derecha, a la izquierda)
- 3- Se debe adoptar la posición básica en el pitazo final.
- 4- Pierde un punto si pierde el equilibrio.
- 5- Se realizaran tres repeticiones, gana el equipo que mejor lo realice y más punto acumule.

Evaluación: Al finalizar la actividad el profesor propone la calificación de los estudiantes y conjuntamente con el grupo se debate.

Estudio Independiente: Buscar en Software: Microsoft Encarta 2007.

Buscar Baloncesto, baloncesto deporte de equipo y responde:

- 1- ¿En qué consiste el baloncesto?
- 2- Resume la historia del baloncesto.
- 3- Diga las medidas de la cancha.

- 4- ¿Quiénes integran el equipo?
- 5- Menciona las reglas del juego de Baloncesto.
- 6- En que consiste las faltas y tiros libres. Describe cómo se le dan a conocer a los jugadores sus faltas, quién las ejecuta.
- 7- ¿Cuáles son las técnicas de ataque y cuáles son las de defensa?

Actividad 2

Título: Balón contado.

Objetivo: Realizar pases de pecho con desplazamiento laterales de frente o de espalda mejorando las habilidades para pasar y desplazarse.

Materiales: Balón de baloncesto.

Organización: El grupo se divide en dos equipos de cinco a diez jugadores, estos estarán dispersos por toda la cancha, se comenzará la actividad evaluando por equipo de forma oral las preguntas orientadas en el estudio independiente.

Desarrollo: A la señal del profesor el equipo que tiene la pelota comenzará a realizar pases y recepciones (directas o indirectas) o cualquier variante que decida el profesor, con el fin de llegar a 20 pases sin que el equipo contrario intercepte el balón. El equipo contrario tratará de impedir o de interceptar el pase.

Reglas:

1. Ganará el equipo que llegue primero al número de pases fijados en el menor tiempo.
2. Un jugador no deberá repetir tres veces o más seguidas el pase.
3. No se puede cometer faltas, estas serán penalizas con un punto adicional al equipo que tiene el balón.
4. Si se camina con el balón se cometerá una violación y esta será penalizada con la pérdida del balón.

Evaluación: Al finalizar la actividad el profesor propone la calificación de los estudiantes y conjuntamente con el grupo se debate.

Actividad 3

Título: Desplazarse, parar y pivotar al frente o atrás según se oriente.

Objetivo: Realizar el desplazamiento, combinar con los pivot.

Materiales: Cancha, silbato.

Organización: Formar de cinco jugadores cada uno.

Desarrollo: Al sonido del silbato del profesor, cada equipo comienza a desplazarse, parar y pivotar al frente o atrás según la indicación del profesor.

Reglas:

- 1- Los desplazamientos se realizan desde la posición básica del jugador de baloncesto.
- 2- Adoptar la posición básica en el movimiento de los pivots.
- 3- No se puede cambiar de pierna para ejecutar ambos giros.
- 4- Pierde punto el que levante el pie durante el pivot.
- 5- Gana el equipo que mejor lo realice y no cometa violaciones en el pivot.
- 6- Se adiciona punto por la integración y fluidez del movimiento.

Evaluación: Al finalizar la actividad el profesor propone la calificación de los estudiantes y conjuntamente con el grupo se debate.

Actividad 4

Título: Tiro de precisión.

Objetivo: Pasar el balón a una altura dada, dirigida a una señal a corta distancia.

Materiales: Cancha, soga, aros, balones, silbato.

Organización: Se divide el grupo en dos equipos de diez estudiantes, formados en fila uno frente al otro, la soga a una altura dada, los equipos y aros separados a tres metros.

Desarrollo: A la señal del profesor cada alumno simultáneamente ejecuta el pase con dos manos a la altura del pecho por encima de la soga, el otro equipo decepciona y realiza la misma acción, en la segunda repetición se colocan 10 aros al frente y trataran de dirigir el pase a cada uno de los círculos que tienen delante.

Reglas:

1. Cada equipo tendrá un balón en sus manos.
2. Se ejecuta el pase con las dos manos a la altura del pecho.
3. Los balones deben pasarse simultáneamente.
4. Pierde punto el equipo que no venza la altura y no de dentro del círculo.
5. Gana el equipo que más balones pase por encima de la soga y más enceste en el círculo.

Actividad 5

Título: Ganando el balón.

Objetivo: Ejecutar técnicas de posición, tumbado y apoderamiento del balón.

Materiales: Cancha, balones, silbato.

Organización: Se divide el grupo en dos equipos de diez estudiantes, situados uno frente al otro, el equipo A posee el balón, el otro ejecutará tumbado del balón de arriba hacia abajo.

Desarrollo: Ambos equipos adoptarán las diferentes técnicas una de posición del balón y el otro de apoderamiento al sonido del silbato el equipo que realizará la técnica de tumbado tratará de quitar el balón el oponente tratará de evitar esta acción.

Reglas:

1. La técnica a ejecutar será de arriba hacia abajo.
2. El oponente no podrá retirar el balón antes de la señal del profesor.
3. Gana el equipo que mejor realice la acción y que menos balón deje tumbarse.

Actividad 6

Título: Defiéndete y ataca.

Objetivo: Defender el área de su equipo y tratar de apoderarse del balón y realizar contraataque.

Materiales: Cancha, balones, silbato, pancartas.

Organización: Formar cuatro equipos de ofensivos y dos defensivos de 5 estudiantes cada uno.

Desarrollo: Al sonido del silbato sale el primer equipo ofensivo al pasar la línea central, salen las defensas evitando que ejecute acción de tiro, el defensor tratará de apoderarse del balón y realizar contraataque.

Reglas:

1. El equipo a la ofensiva debe burlar la defensa sin cometer falta.
2. El equipo defensivo tratará de detener al atacante y ejecuta acción de apoderamiento.
3. Gana el equipo que más jugadores burlen la defensa.
4. Se dan x cantidad de puntos adicionales al equipo que estando a la defensa logre apoderarse del balón y contraatacar.

5. Gana el equipo que más punto acumule.

Actividad 7

Título: Si respondo bien, tiro y encesto.

Objetivo: Ampliar y aplicar los conocimientos sobre las habilidades del juego del baloncesto.

Materiales: Juego de fichas sobre técnicas, reglas etc., cancha, balón.

Maqueta para precisar alguna regla o jugada.

Organización: Se forman dos equipos, al final se suman los puntos obtenidos.

Desarrollo: El profesor lanzará la pregunta, el equipo levantará la mano y dará respuesta, la contesta bien o no realizará el tiro libre.

Reglas:

1. Por respuesta correcta y canasta 4 puntos.
2. Por respuesta incorrecta y canasta 2 puntos.
3. Por respuesta correcta y no canasta 2 puntos.

Gana el equipo que más puntos acumule tanto en sus respuestas correctas y canastas válidas.

Actividad 8

Título: Jugando aprendo.

Objetivo: Aplicar las habilidades técnico táctico, drible, desplazamiento, recepción, pase y tiro al aro en movimiento con defensa activa, aplicando las reglas del baloncesto.

Materiales: Cancha con dos aros, balones, silbatos, pizarra de anotación.

Organización: Se forman equipos de tres contra tres, trabajará como arbitro el profesor o algún alumno que domine las reglas del baloncesto.

Desarrollo: Se jugaran por el sistema de todos contra todos a 10' a la señal comienzan los juegos en ambos aros del terreno, los equipos que están sin jugar serán jueces y árbitros, anotadores de las canastas, los errores cometidos por cada jugador.

Reglas:

1. Gana el equipo que logre vencer a los demás.
2. En caso de empate se van a los topes entre sí.

3. Si al concluir el tiempo de juego hay empate, se realizarán cinco tiros libres.
4. Todos los alumnos al final recibirán una evaluación como jugadores y árbitros.

Actividad 9

Título: Más pase más puntos.

Objetivo: Realizar la mayor cantidad de pase en el tiempo determinado.

Materiales: cancha y balones.

Organización: Formar dos equipos de igual número de participantes.

Desarrollo: Al sonido del silbato del profesor comienza el juego pasando la pelota para tratar de realizar la mayor cantidad de pases posible.

Reglas:

- Cada equipo debe enumerar en voz alta cada vez que la pelota pase de uno a otro de sus jugadores sin repetirse y si se repite no se contará este número.
- Si el balón es interceptado el conteo empieza por uno desde el lugar donde se interceptó o se cometió la falta y el tiempo comenzará a rodar desde ese momento para el equipo.
- Ganará el equipo que más punto logre hacer en los encestes.
- Las reglas del juego el profesor las podrá reajustar de acuerdo a sus condiciones.
- Este juego se puede efectuar hasta una cantidad de puntos determinados o por tiempo.
- No se podrá driblar para desplazarse y sí para ejecutar el tiro en movimiento.

Actividad 10

Título: Juega y diviértale.

Objetivo: Aplicar en el juego las técnicas del baloncesto.

Materiales: Cancha, un balón, silbato.

Organización: Formar equipos de igual número de participantes jugaran entre sí (5 vs. 5).

Desarrollo: A la señal del profesor comienza el juego el equipo que anote la canasta se le estimula con 1 tiro libre el juego durará 10'.

Reglas:

1. Gana el equipo que más juego haya ganado.
2. Si hay empate se realizarán tiros adicionales de tres puntos (3 repeticiones).

3. El equipo ganador se le estimulará con un juego extra frente a una selección de destacados de los equipos perdedores.

Validación de la propuesta.

Después de aplicar las actividades propuestas se pudo comprobar el avance en la motivación hacia el Baloncesto, demostrándose en los resultados obtenidos en la aplicación de la prueba pedagógica final (Anexo 7) a los 20 estudiantes.

En la prueba pedagógica (Anexo 7) aplicada a los 20 estudiantes, con el objetivo de constatar el nivel de conocimientos alcanzado por los estudiantes después de aplicada la propuesta, se obtuvieron los siguientes resultados:

- 12 estudiantes mencionan las reglas del juego, los demás no saben explicarla.
- 12 estudiantes desarrollan las habilidades del juego de baloncesto, para un 60%. Y el resto solo realizan tres (Drible, desplazamiento y pase)
- 12 estudiantes realizan las habilidades correctas en el juego de baloncesto y aplican las reglas adecuadas en el juego del baloncesto, para un 60%.
- 6 estudiantes juegan con dominio de las habilidades, 6 lo hacen cometiendo algunos errores, y el resto le es difícil aplicar los conocimientos adquiridos en los juegos.

En la siguiente tabla se muestran los resultados obtenidos en la Prueba pedagógica final:

Preguntas/Respuestas	Correctas		Incorrectas	
	Cant	%	Cant	%
Reglas del Juegos.	12	60	8	40
Habilidades del Juego	12	60	8	40
Aplican las habilidades y las reglas.	12	60	8	40
Juegos de Baloncesto	12	60	8	40

En la gráfica (Anexo 8) se puede ver la comparación entre la cantidad de respuestas correctas y las incorrectas de los resultados de la prueba pedagógica final.

En la gráfica (Anexo 9) se puede ver la comparación de las respuestas correctas obtenidas en la prueba pedagógica inicial y la final, demostrando en la final el aumento del aprendizaje de los conocimientos, técnicas del Baloncesto.

En la guía de observación, después de observado 12 clases se pudo comprobar que los estudiantes habían mejorado en las habilidades en el juego del Baloncesto, observando que los errores detectados eran menos.

Teniendo en cuenta la escala valorativa para medir los indicadores se pudo comprobar que 6 estudiante se encontraba en el nivel Alto, 8 en el nivel Medio y 6 en el nivel Bajo para un 30%. En la gráfica (Anexo 10) se visualizan los resultados comparativos de estos niveles antes y después de aplicada la propuesta.

Para evaluar la satisfacción de los estudiantes en las clases de Educación Física, se utiliza nuevamente la técnica de Iadov, explicada en el epígrafe 2.1.

Al tabular los resultados y calcular el ISG se obtiene 0.55, donde se puede decir que el índice de satisfacción grupal evidencia satisfacción. Comprobando la efectividad en las actividades aplicadas.

De los instrumentos aplicados en esta etapa de diagnóstico final se puede comprobar la efectividad y aplicabilidad de las actividades ya que se obtiene:

- 20 estudiantes tienen dominio de las habilidades en el juego de baloncesto.
- 12 estudiantes dominan las reglas del juego y arbitraje.
- 15 estudiantes realizan el circuito de fuerza de forma correcta
- 12 estudiantes juegan aplicando las habilidades del juego de Baloncesto
- 10 estudiantes pueden arbitrar un juego
- El índice de satisfacción grupal por las clases de Educación Física es satisfactorio.

CONCLUSIONES

Después de hacer una valoración de los aspectos arrojados en este trabajo se arriba a las siguientes conclusiones:

1. La sustentación teórica de la investigación se fundamentó en los postulados elaborados por diferentes autores acerca de la Educación Física y el Baloncesto, en el que se aborda de forma amplia los conceptos fundamentales referidos al tema.
2. En la tesis se emplearon diferentes métodos de investigación en el diagnóstico inicial que permitieron comprobar la existencia de algunas insuficiencias que influían en el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias” tales como: los estudiantes tienen poco conocimientos sobre las habilidades a desarrollar en el juego del Baloncesto, tienen poco dominio de las reglas del juego, aplican incorrectamente las habilidades del Baloncesto y las reglas en los juegos.
3. Las actividades propuestas parten de la necesidad que tiene la Escuela Cubana y especialmente los estudiantes de la Enseñanza Técnica y profesional en lo referido al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”, de Trinidad. La cual está conformada por título, objetivo, materiales, organización, desarrollo, reglas y evaluación.
4. Los resultados obtenidos con la aplicación de las actividades demostraron su efectividad y aplicabilidad a partir de la transformación paulatina del estado inicial al estado final de la muestra, en cuanto al fortalecimiento de las principales habilidades del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”, de Trinidad.

RECOMENDACIONES

- Continuar aplicando y perfeccionando las actividades para contribuir con el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes de primer año del IPI “Andrés Berros Macias”
- En los centros de la enseñanza media superior los profesores de Educación Física deben incluir el estudio de las actividades para contribuir con el aprendizaje del Baloncesto en los estudiantes.

BIBLIOGRAFÍA.

- 1- Alonso Ramón y Antonio Alba. (1986). Control Médico. ISCF Manuel Fajardo. Ciudad de la Habana.
- 1- Álvarez Cambras, R. y otros. (2006). Secretos en el deporte cubano.—La Habana: Ed. Editorial Deporte,.—148p.
- 2- Bermúdez Morris, R. (2004). Aprendizaje Formativo y Crecimiento personal, La Habana: Editorial Pueblo y Educación. Almendros, H. (1989). Ideario pedagógico de José Martí. La Habana: Editorial Letras Cubanas.
- 3- Biblioteca de Consulta Microsoft Encarta 2007.
- 4- Blanco Pérez, A y Coautores. (2000). Filosofía de la Educación, selección de lecturas. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- 5- Bube, H. y otros. (1968). Test en la práctica deportiva. Moscú. Editorial Cultura Física y Deportes.
- 6- Castellanos Simons, Beatriz. (1998). Investigación Educativa. Instituto Superior Pedagógico “Enrique José Varona”
- 7- Casto Ruz, Fidel. (1997). Discurso pronunciado en la EIDE “ Mártires de Barbados “. Fidel Castro Ruz. Ciudad de la Habana.
- 8- Chagovatzie, A.V. y Burchenko. (1984). La Medicina Deportiva. Moscú.
- 9- Deshin, D.F. (1958). Control médico en la Educación Física. Moscú. Ed. Cultura Física y Deportes.
- 10-Fabre, R. y otros. (1948). Biología aplicada a la Educación Física y Control Médico. .B.baillere&Fils. Paris.
- 11-Ferreiro Gravié, Ramón y Pedro L. Sicilia González. (1988). “Higiene de los Niños Y adolescentes”. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad Habana.
- 12-Foulquier Paúl. Diccionario pedagógico. (SNT).
- 13-Galera, A. (2001). Manual de didáctica de la Educación Física. Barcelona. Editorial Paidós.
- 14-Galperin, P.Ya. (1982). Introducción a la Psicología. La Habana. Editorial Pueblo y Educación,

- 15-García Batista, G. (2002). Compendio de Pedagogía. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- 16-García Gallo, G. (1975). Bosquejo histórico de la educación en Cuba. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- 17-Gastón Pérez, R. y otros. (2002). Metodología de la Investigación Educacional (Primera Parte). La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- 18- González Castro V. (1982). Teoría y práctica de los medios de enseñanza. Editorial Pueblo y Educación.
- 19-González Maura, V. et al. (1995). Psicología para educadores. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- 20-González Maura, V. y otros (1995): Psicología para educadores. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- 21- González Sosa, A. (1986). "Metabolismo energético del músculo". Gráfica de Salto del Negro. Gran Canaria. G.C
- 22-Harre, D. (1973). Teoría del entrenamiento deportivo/Dietrich Harre.-La Habana: Editorial Científico Técnico..-394p.
- 23-<http://www.Historia del Baloncesto.com/Deportes>. (2007)
- 24-<http://www.monografias.com/Deportes/Salud>.(2007)
- 25-Karman, V.L. (1980). Medicina Deportiva. Moscú. Ed. Cultura Física y Deporte.
- 26-Klingberg, L. (1985). Introducción a la didáctica general. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- 27-Labarrere, G. y Valdivia Pairol, G. (1988). Pedagogía. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- 28-Leontiev AN. (1989). La psicología, principios y categorías. La Habana. Editorial Ciencias Sociales.
- 29-López Rodríguez, A.. (2006). La Educación Física más Educación que Física. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- 30-López, A.(2003). El proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física. Hacia un enfoque integral físico – educativo. La Habana. Editorial deportes.

- 31-Martí Pérez, J. (1991). Obras completas, t, 13. p.191. La Habana: Editorial de Ciencias Sociales,
- 32-Martínez de Osaba, J.A. (2003). Cultura Física y deportes: Génesis, evolución y desarrollo. La Habana. Editorial Deportes.
- 33-Martínez Llantada, M. y Colectivo de autores (2003). Metodología de la Investigación Educativa, desafíos y polémicas actuales. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- 34-Marx, C.. Diccionario filosófico. Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- 35-Méndez, Expósito y Penedo Juarista. (1985). Conozca su capacidad de trabajo. Rev. Juventud – técnica popular. No. 213. julio., pp. 14-16.
- 36-MINED (2004). I Seminario nacional para educadores. Ciudad de la Habana.
- 37-MINED, (2005), Plan de estudio de Construcción Civil. Manual Digitalizado.
- 38-MINED. (2007). Tabloide de la maestría en Ciencias de la Educación, Módulo I, primera y segunda parte. Editorial Pueblo y Educación.
- 39-MINED. (2007). Tabloide de la maestría en Ciencias de la Educación, Módulo2, primera y segunda parte. Editorial Pueblo y Educación.
- 40-Ministerio de Educación. (2005): VI Seminario Nacional para Educadores. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
- 41-Ministerio de Educación. (2006): VII Seminario Nacional para Educadores. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
- 42-Ministerio de Educación. (1989). Educación Física Tomo II/A.— [ed.al.]-- La Habana. Ed. Pueblo y Educación,.—204p.
- 43-Ministerio de Educación. , (2004): V Seminario Nacional para Educadores. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
- 44-Moreno, J. Arnold y otros. (2002). Aprendizaje a través del juego. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- 45-Nocedo de León, I. y otros (2001). Metodología de la Investigación, segunda parte. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.

- 46- Palmero Carbó, O. (1997). "Consideraciones sobre la potencia alactácida, lactácida y capacidades aerobias de los baloncestistas juveniles". T.D, SUSS. Cultura Física.
- 47- Ruiz Aguilera, A. y otros. (1989). Metodología de la enseñanza de la enseñanza de la Educación Física", tomo I. Editorial Pueblo y educación. Ciudad Habana.
- 48- Ruiz Aguilera, A. (1989). Metodología de la enseñanza de la Educación Física Tomo I/A. La Habana: Ed. Pueblo y Educación.
- 49- Sujumliniski V. (1975). Pensamiento Pedagógico. Moscú. Editorial progreso.
- 50- UNESCO (1998): "Declaración mundial sobre la Educación Superior en el Siglo XXI: Visión y Acción". París. UNESCO.
- 51- UNESCO. (2003). Declaración de La Habana. Proyecto Regional de Educación para América Latina y el Caribe.
- 52- Vigotsky, L .S. (1982) Pensamiento y Lenguaje, La Habana, Edición Revolución.
- 53- Vigotsky, S.L. (1983). Historia del desarrollo de las funciones Psíquicas superiores.
- 54- Volkov, N.I. y Alekseev, A.G. (1980). Dinámica de la carga de entrenamiento e índices de la capacidad de trabajo especial en Jóvenes corredores de medias distancias. T.P.C.F. No 6.. Moscú.
- 55- Volkov, V.M. (2000) Selección Deportiva/V.M.Volkov, V:P. Filin.-/s.1/s.n/, 183.
- 56- Zatsoeski, V.M. (1989). Metrología Deportiva/V.M. Zatsioeski.-Moscú: Editorial Planeta,.-298p.

ANEXOS

Anexo 1

Prueba Pedagógica Inicial.

Objetivo: Comprobar el nivel de conocimiento de los estudiantes sobre el baloncesto.

- 1) ¿Qué es el Baloncesto?
- 2) Menciona alguna de las habilidades que usted conoce que se deben adoptar al jugar Baloncesto.
- 3) ¿Qué reglas del juego conoces?
- 4) Realizar y demostrar las habilidades del juego de Baloncesto, para ello se harán juegos competitivos, formando equipos de 5 estudiantes, los juegos tendrán una duración de 10':
 - Desplazamiento.
 - Recepción y pase.
 - Drible.
 - Entrada al aro en movimiento.
 - Pantalla exterior e interior.
 - Defensa personal.
- 5) Mencionar las reglas del juego y arbitraje.
- 6) Realizar juegos de Baloncesto.

Anexo 3

Encuesta

Objetivo: Obtener información de cómo se desarrolla el Proceso de enseñanza-aprendizaje de las habilidades del Baloncesto en las clases de Educación Física de primer año en el IPI “Andrés Berros Macías”, que se realizaran.

Estamos trabajando en un estudio que servirá para elaborar una investigación acerca del baloncesto. Quisiera pedir tu ayuda para que contestes las preguntas que no llevaran mucho tiempo, tus respuestas serán confidenciales y anónimas. Lee las instrucciones cuidadosamente. Espero tu mayor sinceridad.

1. Te gusta el baloncesto

Mucho_____ Muy poco _____ Nada_____

2. Entiendes el profesor cuando imparte las clases.

Si_____ No_____ A veces _____

3. Prestas la debida atención en las clases.

Si _____ No_____ A veces_____

4. Te interesas por aclarar los conocimientos que no lograste asimilar en clases.

Siempre_____ Casi siempre_____ Nunca_____

5. Como es tu disciplina en la clase de educación Física:

Buena_____Regular_____Mala_____

6. Realizas los ejercicios de la clase de forma independiente:

Siempre_____ Casi siempre_____ Nunca_____

7. Te gustaría jugar baloncesto con otros grupos:

Si_____ No_____

8. Marca con una X, si estas de acuerdo o no con la siguientes frases:

- Asisto a las clases de Educación Física

Si_____ No_____ Algunas veces _____

9. Menciona otras actividades que te gustaría realizar para ampliar los conocimientos en el baloncesto.

Gracias por la cooperación.

Anexo 4

Cuestionario de los estudiantes.

Estimado estudiantes:

Lee con cuidado cada pregunta antes de responder. En este cuestionario NO TIENES QUE PONER TU NOMBRE. Te agradecemos tu participación y tu franqueza al decirnos honestamente lo que piensas sobre lo que te preguntamos.

Edad _____ Sexo _____ Curso _____ Nivel _____

1. ¿Te gusta la escuela donde estudias? Sí ___ No ___ No sé ___

2. ¿Cuáles son las tres asignaturas que más te gustan?

1 _____ 2 _____

3 _____

3. ¿Quisieras ir a estudiar otra asignatura o hacer otra cosa con el horario de educación física?

Sí _____ No _____ No sé _____

4. ¿Qué es lo que más te gusta de la educación física?

5. ¿Qué es lo más te disgustas de la educación física?

6. ¿Practicar algún deporte?

Sí ___ No ___ A veces

¿Cuál o cuáles? _____

7. ¿Cuáles son las tres asignaturas que más te disgustan?

1 _____ 2 _____

3 _____

8. si tú pudieras escoger entre asistir o no asistir a las clases de educación física. ¿Irías a esas clases?

Sí _____ No _____ No sé _____

9. ¿Cómo es tu profesor de educación física? Marca con una X los rasgos que lo caracterizan.

Bueno		Malo	
Desagradable		Agradable	
Justo		Injusto	
Comprensivo		No comprensivo	

Autoritario		Democrático	
Serio		Alegre	

10. ¿Te gusta la clase de educación física?

___ Me gusta mucho

___ Me gusta más de lo que disgusta

___ Me da lo mismo

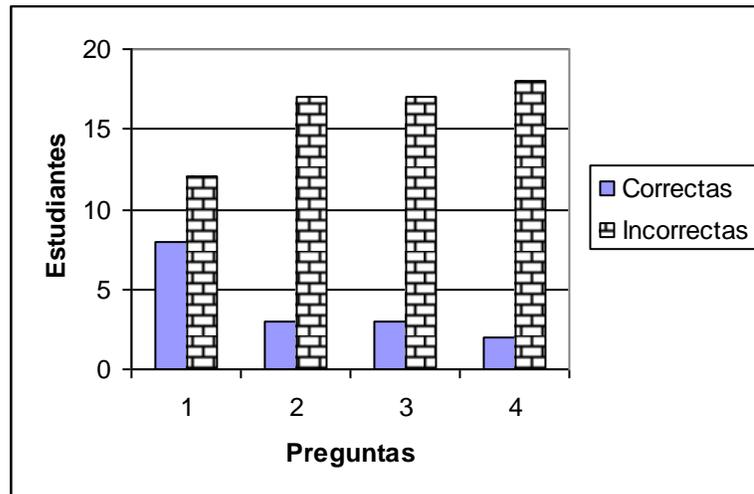
___ Me disgusta más de lo que me gusta.

___ No me gusta nada

___ no se decir.

Anexo 5

Resultados obtenido de la prueba pedagógica inicial.



Anexo 6

Resultados de la Guía de observación (Anexo. 2). Tabla 1 Constatación de errores.

Estudiantes

	HABILIDADES EN EL JUEGO DE BALONCESTO.						T.
	Desplazamiento.	Recepción y pase.	Drible	Entrada al aro en movimiento.	Pantalla exterior e interior.	Defensa personal	
1							39
2							47
3							89
4							72
5							71
6							71
7							70
8							57
9							46
10							91
11							89
12							79
13							50
14							89
15							99
16							62
17							75
18							81
19							87
20							83

En los casos que no hay errores es que no se observó al estudiante realizando la habilidad.

Tabla 2 De aquí se pudo obtener los siguientes resultados estadísticos:

Moda	Mediana	Promedio
89	73.5	72.35

Anexo 7

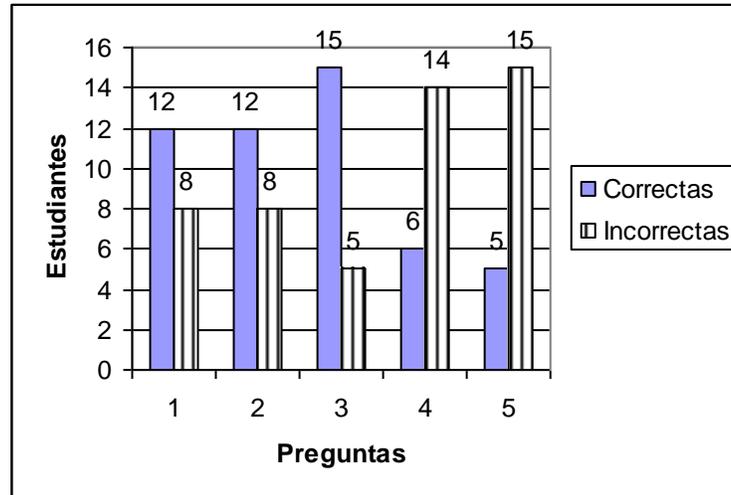
Prueba Pedagógica final.

Objetivo: Constatar el nivel de conocimientos alcanzado por los estudiantes después de aplicada la propuesta.

1. Realizar y demostrar las habilidades del juego de Baloncesto, para ello se harán juegos competitivos, formando equipos de 5 estudiantes, los juegos tendrán una duración de 10':
 2. Desplazamiento.
 3. Pase Recepción.
 4. Drible.
 5. Tiro al aro en movimiento.
- Mencionar las reglas del juego y arbitraje.
 - Realizar juegos de Baloncesto.

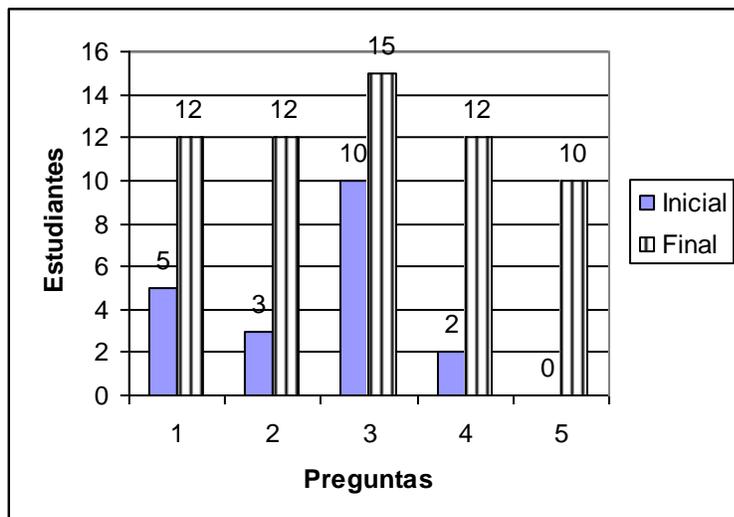
Anexo 8

Resultados obtenido de la prueba pedagógica Final.



Anexo 9

Comparación de los resultados obtenidos en la prueba pedagógica inicial y Final.
(Respuestas correctas)



Anexo 10

Comparación de los resultados obtenidos por los estudiantes antes y después de aplicada las actividades.

