

Original

Alternativa de juegos predeportivos para la iniciación deportiva de los escolares en el baloncesto en la educación física

Alternative of predeportivos games for the initiation sportive of the students in the basketball in the physical education

Dr. C. Víctor Luis Olivera Rodríguez, Profesor auxiliar, Universidad de Granma, Cuba.

voliverar@udg.co.cu,

Dr. C. Odonel Martínez Bárzaga, Profesor titular, Universidad de Granma,

Cuba. omartinezb@udg.co.cu

Dr. C. Antonio Sáez Palmero, Doctor en Ciencias Pedagógicas, profesor titular, Universidad de Camagüey,

Cuba. antonio.saez@reduc.edu.cu,

Recibido: 12 de abril de 2019 Aceptado: 2 de agosto de 2019

Resumen

La incorporación de niñas y niños a la práctica de deportiva es una de las tareas de la Educación Física. Por lo que, el objetivo de la investigación se enmarca en "Elaborar una alternativa de juegos predeportivos que favorezca la iniciación deportiva y la incorporación de los escolares a la práctica del Baloncesto. La investigación se desarrolló en la escuela primaria rural Arquímedes Colina de Mabay en Bayamo, con los escolares de 9 a 11 años de edad. La alternativa de juegos predeportivos constituye una vía para favorecer la iniciación deportiva y la incorporación proyectiva de los escolares a la práctica del Baloncesto en la clase de Educación Física y en el Deporte para Todos.

Palabras Claves: alternativa; educación física; deporte para todos; iniciación deportiva; juegos predeportivos.

Abstract:

The incorporation of girls and boys to the practice of sports is one of the tasks of Physical Education. Therefore, the objective of the research is framed in "To elaborate an alternative of predeportive games that favors the sportive initiation and the incorporation of the students to the practice of the Basketball." The investigation was developed in the rural elementary school Arquímedes Colina of Mabay in Bayamo, with schoolchildren from 9 to 11. The alternative of predeportive games is a way to encourage sports initiation and the projective incorporation of schoolchildren to the practice of Basketball in the Physical Education class and Sports for All.

Keywords: alternative; physical education; sport for all; sportive initiation; predeportive games.

INTRODUCCIÓN:

El Baloncesto constituye uno de los deportes que se practica en casi todas las escuelas, comunidades y combinados deportivos de nuestro país, desde las categorías infantiles hasta mayores en ambos sexos; así como, las personas limitadas físicas (baloncesto en silla de ruedas) con carácter educativo, recreativo y competitivo.

Este deporte se introduce en los programas de Educación Física en el cuarto grado de la enseñanza primaria mediante los juegos predeportivos de drible, pase-recepción y tiro al aro; posteriormente, en quinto grado se introduce como unidad motivo de estudio, que se sistematiza su enseñanza en sexto, séptimo, octavo y oncenos grados. Además, se establece el proyecto 3 vs 3 en primaria, y 5 vs 5 en secundaria básica y preuniversitario que favorece la iniciación deportiva y su práctica sistemática en el horario de deporte para todos.

Autores nacionales y extranjeros, tales como: Pérez, S., Rodríguez, A. y Sánchez, A. (2016), Martínez, P.A., Quiñones, Y. y Martínez, Y. (2015), Vizcaíno, C., Sáenz, P. y Rebollo, J.A. (2012), Domínguez, E.E. (2010), Sáez, G. y Rodríguez, Á. (2009), Corrales, M.T. (2006), Montero, A. (2006), Hernández, J. (2001), entre otros, hacen referencia a actividades, juegos predeportivos y programas en diversos contextos para la iniciación deportiva de los niños y niñas al Baloncesto en la Educación Física y en el entrenamiento deportivo.

- Sin embargo, en el diagnóstico realizado se constataron las siguientes insuficiencias:
- Insuficientes juegos predeportivos de Baloncesto en el programa de Educación Física.
- Insuficiente preparación de los profesores de Educación Física para potenciar la iniciación deportiva en el Baloncesto.
- Baja incorporación de los niños y niñas a la práctica del Baloncesto.
- Insuficientes actividades para la potenciación del Baloncesto en el Deporte para Todos.
- Insuficientes equipos de Baloncesto en la comunidad escolar.

Esto conlleva a la siguiente **situación problemática**: a pesar de los juegos predeportivos establecidos en la Educación Física, se hace necesario una alternativa para la iniciación deportiva de los escolares y su incorporación a la práctica del Baloncesto. Esto conlleva a la siguiente interrogante: ¿cómo potenciar la iniciación deportiva de los escolares que favorezca su incorporación a la práctica del Baloncesto? Y para dar solución al problema es necesario Diseñar una alternativa de juegos predeportivos que favorezca la iniciación deportiva y la incorporación de los escolares a la práctica del Baloncesto.

La investigación se hace pertinente ya que es un deporte que se introdujo en la comunidad rural de Mabay y Julia en 1966, es de poca preferencia por las niñas de la escuela

Arquímides Colina y no posee la infraestructura necesaria para su práctica; aunque cuenta con el personal técnico para su desarrollo.

DESARROLLO:

Población y Muestra:

El escenario seleccionado para desarrollar la investigación es la comunidad rural de Mabay, y se eligió la escuela primaria Arquímides Colina, que posee espacios al aire libre y con excelente vegetación que permite la práctica deportiva (atletismo, bádminton, baloncesto, balonmano, fútbol, hockey, voleibol, tenis de campo, deportes de combate; gimnasia artística, aerobía y rítmica) en cualquier horario sin perjudicar la salud de las niñas y niños; y la cancha rústica de baloncesto que permite su práctica y empleo con carácter recreativo.

De una población de 432 escolares, se seleccionó como muestra los 221 niños y niñas, que representan el 52%. Los criterios para la selección de esta muestra, de manera no probabilística e intencional fueron: que cursan los grados 4to, 5to y 6to, de ambos sexos y edades (9 a 11 años) que son las más propicias para la iniciación deportiva, a partir de las etapas dadas Ruiz, R. y Ashmarin, B. (1966).

Análisis de los resultados:

La triangulación metodológica arrojó las siguientes limitaciones: insuficientes juegos predeportivos en el programa de Educación Física (tres de drible, cuatro de pase-recepción y solo uno de tiro al aro); la estrategia deportiva es dogmática, pues no responde a intereses de los escolares ni tiene en cuenta las tradiciones deportivas y recreativas de la comunidad, ni las potencialidades de la escuela y la localidad; y hay un solo equipo de baloncesto masculino con 10 escolares incorporados, y baja asistencia los fines de semana en el Deporte para Todos.

Los profesores de Educación Física aplican los mismos juegos predeportivos de Baloncesto, en solo 12 clases de las 24 observadas emplearon los juegos de pase-recepción y tiro básico; plantean la necesidad de implementos oficiales para desarrollar el deporte, de actualizarse en la metodología y el reglamento; los escolares exponen que les interesa la Educación Física y la práctica del deporte, que no se hacen muchas competencias entre ellos y con otras escuelas.

Esto demuestra la necesidad de una alternativa que favorezca la iniciación deportiva de los escolares y su incorporación a la práctica del Baloncesto, el rescate de este deporte como tradición de la comunidad, los gustos y preferencias de los escolares; así como las potencialidades de infraestructura y de los recursos humanos.

A partir de los resultados del diagnóstico y en correspondencia con los gustos y preferencias de los escolares, las potencialidades de la escuela y la comunidad; las posibilidades y

facilidad de implementación, se diseñan los juegos con una adecuación de la metodología de Arnold, J.(1998) y Watson, H. (2008).

Alternativa de juegos predeportivos para favorecer la iniciación deportiva y la incorporación de los escolares a la práctica del Baloncesto.

Fundamentos teóricos y metodológicos de los juegos.

Juego: Acción y efecto de jugar. Ejercicio recreativo sometido a determinadas reglas, que se practica con ánimo de diversión, disposición con que están unidas dos cosas de suerte que sin separarse pueden tener movimiento.

Juego: Acción y efecto de jugar cualquier actividad, competitiva o no, que se realiza con un fin recreativo exclusivamente. El ser al azar o habilidad según que sea o no de pura suerte puede usar instrumentos (en cuyo caso reciba el nombre del instrumento utilizado, de cartas, de parchí, y otros) o no de palabras muchos juegos infantiles.

Concepto fisiológico de juego: Es la actividad que realizan los seres humanos sin un fin aparentemente utilitario como medio para eliminar su exceso de energía.

Concepto psicológico de juego: Es la actividad espontánea y desinteresada que exige una regla libremente escogida. El juego tiene como función esencial procurar al pionero el placer moral del triunfo para aumentar su personalidad. Es generador de placer, no se realiza con una finalidad exterior a ellos sino por sí mismo, por su forma de participación pueden ser activos y pasivos, por su forma de ubicación pueden ser exteriores e interiores, por su intensidad del movimiento alta, media y baja.

Los juegos predeportivos.

Ozolin, N.G. (1983) plantea que los juegos predeportivos, son una forma lúdica motora de tipo intermedio entre el juego y el deporte, que contiene elementos afines a alguna modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de los juegos deportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor, su contenido, estructura y propósito permite la adquisición de destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas ya que contiene elementos de algún deporte.

M. Valdés y J. M. Morales(1980) clasifican los juegos predeportivos en la educación primaria en Cuba de la siguiente forma:

- **Juegos predeportivos básicos:** Su contenido está dirigido fundamentalmente, a desarrollar habilidades de carácter básico que permitan incorporar elementos y habilidades más complejas.
- **Juegos predeportivos específicos:** Son aquellos que comprenden elementos de los diferentes deportes, y están encaminados al desarrollo de las habilidades y destrezas del deporte en cuestión.

Objetivos generales de los juegos predeportivos.

- 1- Familiarizar a los escolares con las habilidades motrices deportivas de los deportes que potencien el proceso de iniciación deportiva.
- 2- Contribuir a la formación de cualidades morales, sociales y volitivas, que fomenten el amor hacia la Educación Física y el Deporte, y la Patria.
- 3- Transmitir conocimientos teóricos sobre las reglas de los deportes con vista a aplicarlos en las actividades extradocentes y extraescolares como forma de aprovechar el tiempo libre.

Los juegos predeportivos diseñados tienen como finalidad favorecer el proceso de iniciación deportiva y la incorporación proyectiva de los escolares en el Béisbol, durante la clase de Educación Física y el Deporte para Todos (participativo y recreativo) partiendo de los gustos y preferencias de los escolares, y las potencialidades de la escuela y la comunidad; y las limitaciones que tienen los programas de Educación Física.

El nivel de dificultad de los juegos predeportivos dependerá del grado de desarrollo motor y del conocimiento del niño del deporte, ya que esto puede condicionar la ejecución de algunas acciones, entender algunas reglas o su integración al equipo.

Los juegos predeportivos propician: Alto grado de autonomía, el desarrollo del pensamiento y la creatividad, valores morales y estéticos, y las capacidades de transferir, discriminar, la abstracción, la concreción y la generalización.

Alternativa de juegos predeportivos de Baloncesto.

Juegos de drible:

1- Nombre: Cambio de pelota.

Potencia: Habilidad motriz del drible.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar las habilidades de drible y el desplazamiento.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de Baloncesto u otras, aros

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Los niños(a) formarán en dos hileras, detrás de una línea de salida delimitada por el profesor, delante habrá tres aros o círculos a una distancia de 1 metro entre cada uno y dentro de éstos unas pelotas. El primer niño de cada hilera tendrá una pelota en las manos.

Desarrollo: Cuando suene el silbato los dos niños(a) saldrán driblando, hasta llegar al primer círculo cambiarán los balones y así hasta llegar al último círculo, regresan corriendo hasta el

niño(a) que le sigue, le entregan el balón y se incorporan al final de la hilera y el que le sigue realiza la misma actividad.

Reglas: El balón no debe salirse del círculo, el balón no debe ser golpeado.

Variante: El niño(a) driblando les dará una vuelta a los círculos y regresará realizando una carrera.

2- Nombre: Pelota entre los pies.

Potencia: Habilidad motriz del drible.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar las habilidades de drible y el desplazamiento.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Banderitas, balones.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: El grupo formado en dos hileras, los primeros niños(as) con un balón en las manos, delante una línea trazada por el profesor indicando el recorrido y al final una banderita que indica la meta.

Desarrollo: A la señal del profesor, saldrán los dos primeros niños(as) driblando la pelota entre las piernas, cuando lleguen a la meta regresarán realizando una carrera. Gana el equipo que primero termine.

Reglas: La pelota se debe driblar solo entre las piernas.

Variante: Pueden regresar a sus puestos realizando un salto alterno.

3- Nombre: Dribling-quitando la pelota.

Potencia: Habilidad motriz del drible.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar las habilidades de drible y el desplazamiento.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de Baloncesto.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: El grupo formara en parejas, los segundos niños(as) de éstas tendrán un balón en las manos.

Desarrollo: Cuando de la señal el profesor un niño(a) de cada pareja saldrá driblando la pelota por todo el terreno, de forma tal que el otro niño(a) no pueda quitarles el balón, el que le quite el balón al otro niño realizará la misma actividad.

Reglas: Solo se permite atacar desde adelante.

Variante: Si al niño(a) que tiene la pelota se la logran quitar, pierde y debe realizar cinco tiros al aro.

4- Nombre: Conduce el balón.

Potencia: Habilidad motriz del drible.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar las habilidades de drible y el desplazamiento.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Banderitas y balones.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se harán dos equipos formados en hilera, los primeros niños(a) tendrán un balón en las manos y ubicados delante unas banderitas que servirán como obstáculos.

Desarrollo: Cuando el profesor de la señal, saldrán los dos primeros niños(as) driblando, le darán la vuelta a las banderitas y regresarán realizando una carrera, gana el equipo que realice correctamente el ejercicio y termine primero.

Reglas: El balón no se debe driblar con las dos manos.

Variante: Atravesar las banderitas en zigzag.

5- Nombre: La pelota rápida.

Potencia: Habilidad motriz del drible.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar las habilidades de drible y el desplazamiento.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Cajas de cartón medianas y balones.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Los niños(as) estarán formados en cuatro hileras detrás de una línea de salida, cada hilera una frente a la otra, entre ellas habrán ubicadas unas cajitas, el profesor se ubicará en el centro del terreno.

Desarrollo: Cuando el profesor de la señal, los dos primeros niños(as) de dos hileras saldrán driblando por el lado derecho de las cajas, al llegar al otro extremo entregarán el balón a sus compañeros, el que entregue el balón se colocará al final de la hilera, y el que lo recibe realizará la misma operación.

Gana el equipo que termine primero.

Reglas: No deberá salir adelantado cuando se entrega la pelota.

Variante: Los niños pueden ir driblando en zigzag.

Juegos de pase y recepción:

1- Nombre: El pase.

Potencia: Habilidad motriz de pase-recepción.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar las habilidades de pase y recepción.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de Baloncesto y banderitas de colores.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Los niños(as) formaran en dos hileras una al lado de la otra, detrás de una línea de salida, a unos 15 metros estará una banderita que indica el fin del recorrido.

Desarrollo: Cuando el profesor de la señal, los dos primeros niños(as) de cada hilera saldrán driblando, a los tres o cuatro pasos realizarán pase indirecto entre los dos niños(as). Cuando lleguen al final del recorrido giraran sobre su eje y repetirán la misma operación con la mano contraria, al llegar al frente de la hilera pasaran el balón con pase por encima de la cabeza.

Reglas: Como mínimo se realizará al menos tres pases.

Variante: Salir desde distintas posiciones sentados, de espalda, en cuclillas, entre otras.

2- Nombre: Rápídaje.

Potencia: Habilidad motriz de pase-recepción.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar las habilidades de pase y recepción.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelota de Baloncesto.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Los niños(as) estarán formados en cuatro hileras detrás de una línea de salida, cada hilera una frente a la otra, y detrás de una línea donde se realizará el pase, los primeros niños(as) de dos hileras opuestas tienen una pelota de Baloncesto.

Desarrollo: A la señal del profesor el niño(a) desde su posición hace un pase al niño(a) de la hilera opuesta y rápidamente se coloca al final de su hilera, el que recibe la pelota repetirá la misma operación hasta que el primer niño(a) regrese al principio y así se obtendrá la pareja ganadora de las cuatro hileras.

Reglas: La pelota no deberá caer al piso.

Variante: Los niños(as) pueden encontrarse sentados y después de la señal del profesor realizar el pase.

3-Nombre: La pelota caliente.

Potencia: Habilidad motriz de pase-recepción.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar las habilidades de pase y recepción.

Participantes: Todo el grupo participa.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Materiales: Pelota de Baloncesto.

Organización: Los niños(as) estarán formados en dos círculos, uno de cada círculo se encontrará en el centro con la pelota de Baloncesto en las manos.

Desarrollo: Cuando el profesor de la señal, los niños(as) del centro le realizarán el pase rápidamente al resto de sus compañeros, los cuales se la irán pasando a él de forma rápida como si esta estuviera caliente, cuando haya hecho esa actividad con todos, otro niño(a) del círculo tomará su lugar y hará lo mismo, gana el equipo que primero realice la actividad.

Reglas: El pase solo se realizará desde la altura del pecho.

Variante: Realizar el pase desde la posición de tiro al aro.

4- Nombre: La media vuelta.

Potencia: Habilidad motriz de pase-recepción.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar las habilidades de pase y recepción.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de Baloncesto.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: El grupo formará en dos hileras, detrás de una línea de salida, a dos metros aproximadamente se encontrará un balón, una banderita estará ubicada a cuatro metros para delimitar el fin del recorrido.

Desarrollo: Cuando el profesor de la señal, el primer niño(a) de cada hilera saldrá cogerá la pelota dará una media vuelta y la tirará desde la altura del pecho al segundo niño(a), éste se la tirará al que le sigue y así consecutivamente, cuando el último niño(a) tenga la pelota la pondrá donde estaba anteriormente.

Reglas: Gana el equipo que realice más rápido la actividad.

Variante: El primer niño(a) se encontrará de espaldas esperando la señal del profesor.

Juegos de tiro al aro:

1- Nombre: Llegando primero.

Potencia: la habilidad motriz de tiro al aro.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar la habilidad de tiro al aro y la fuerza de brazos, tronco y piernas.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Tizas, banderitas y balones.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se forman dos equipos en hileras, detrás de una línea de salida. A una distancia determinada por el profesor, se traza una línea de llegada donde habrá un aro.

Frente a cada equipo, aproximadamente se coloca una banderita.

Desarrollo: A la señal del profesor, el primer niño(a) de cada equipo avanza en cuadrupedia y al llegar a la señal corre hasta la línea de llegada donde realizarán un tiro al aro. Cuando realice esta actividad regresa corriendo para darle salida al siguiente niño(a) de su equipo y se incorpora al final de su hilera.

Gana el equipo que primero termine y realice correctamente la actividad.

Reglas: La cuadrupedia se debe realizar con apoyo de manos y pies.

Variante: Sustituir la cuadrupedia por saltos u otra acción posible.

2- Nombre: Canguro saltador.

Potencia: Habilidad motriz de tiro al aro.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar la habilidad de tiro al aro y la fuerza de piernas.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de Baloncesto.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Los niños(as) estarán formados en dos hileras detrás de una línea de salida, a una distancia determinada por el profesor se traza una de llegada, donde se encontrará otro niño(a) con los brazos en forma de aro, los primeros niños(as) de los equipos sostienen una pelota.

Desarrollo: A la señal del profesor sale el primer niño(a) de cada hilera, saltando con la pelota entre las piernas, imitando a un canguro, hasta la línea de llegada, toma la pelota en sus manos y realiza un tiro hacia el niño(a) que se encuentra con los brazos en forma de aro y se incorpora en el lugar de este, el otro realiza la misma actividad hasta que todos los niños(as) del equipo hayan realizado la actividad. Gana el equipo que primero termine y realice correctamente la actividad.

Reglas: Cuando se encuentren saltando con la pelota entre las piernas, si se cae debe continuar donde se le cayó.

Variante: Saltar con la pelota en las manos.

3- Nombre: La canasta.

Potencia: Habilidad motriz de tiro al aro

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar la habilidad de tiro al aro y fuerza de brazos.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelota y aro de Baloncesto.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Los niños(as) se pondrán en una hilera frente al aro a una distancia de tres metros, y detrás de una línea desde donde se efectuará el tiro.

Desarrollo: A la señal del profesor el niño(a) desde su posición hace un pequeño drible y realiza el tiro al aro. El mismo niño(a) recoge el balón y se la entrega al que le sigue con un pase. El que anote más veces de forma consecutiva gana.

Reglas: Se descalificará el niño(a) que pise la línea de tiro.

Variante: El niño(a) puede realizar el tiro al aro en tres intentos.

4- Nombre: Saltando obstáculos.

Potencia: Habilidad motriz de tiro al aro.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar la habilidad de tiro al aro, la fuerza de piernas y la coordinación motriz.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Cajas de cartón, balones.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Los niños(as) estarán formados en dos hileras, detrás de una línea de salida, con un balón en las manos, y delante de ellos estarán ubicadas unas vallas.

Desarrollo: A la señal del profesor saldrán los dos primeros niños(as) de cada hilera, saltando las vallas con la pelota en las manos, cuando lleguen a la última realizarán un tiro al aro, gana el equipo que realice más rápido la actividad.

Reglas: Deben realizar el tiro al aro después que salte el último obstáculo.

Variante: Realizar el tiro al aro, volver a su lugar saltando los obstáculos.

5- Nombre: Colarse a la señal.

Potencia: Habilidad motriz de tiro al aro.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar la habilidad de tiro al aro.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Balones.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Los niños(as) estarán dispersos en el área, divididos en dos equipos con una pelota cada uno, en el centro del terreno estarán dos niños(as) haciendo la función de aro.

Desarrollo: A la señal del profesor, los niños(as) de un equipo comenzarán a pasarse la pelota y contarán los pases en voz alta, el equipo contrario intentará interceptar el balón, a la señal del profesor el equipo que tenga el balón realizará el tiro al aro.

Reglas: Gana el equipo que más pases realice y logre realizar canasta.

Variante: Se realizará con dos balones.

6- Nombre: Protege el blanco.

Potencia: Habilidad motriz de tiro al aro.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar la habilidad de tiro al aro.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de Baloncesto y aro.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se colocarán los niños(as) dispersos en el terreno, formados en dos equipos, en el terreno habrá balones, para realizar el tiro al aro, que estarán en los extremos del terreno.

Desarrollo: A la señal del profesor los niños(as) comienzan a realizar ejercicios, cuando suene el silbato por segunda vez un equipo buscará las pelotas y lanzarán tratando de anotar la canasta, el otro tratará de apoderarse de las pelotas, luego se repite la actividad, pero por el equipo contrario.

Reglas: Todos los niños(as) deben realizar la actividad.

Variante: A la señal del profesor los niños(as) comenzarán hacer drible y luego la otra actividad.

7- Nombre: Tiros a canasta.

Potencia: Habilidad motriz de tiro al aro.

Tipología: Predeportivo de Baloncesto.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Mejorar la habilidad de tiro al aro.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de Baloncesto y aro.

Espacio: Tan amplio como sea posible, de acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se forman dos equipos en hileras detrás de una línea de salida marcada por el profesor, los primeros niños(as) con un balón en las manos con un aro a la distancia aproximadamente de 5 metros.

Desarrollo: Cada equipo intenta conseguir más canastas durante tres minutos, intercambiándose los niños(as) dentro del grupo.

Reglas: Por cada tiro fallado, todo el grupo ha de dar una vuelta de penalización, antes de que tire el siguiente.

Variante: Igual, pero con tiro desde la altura de la cabeza.

Indicaciones metodológicas para su implementación:

1- Los juegos predeportivos se pueden emplear de manera aislada o combinada; es decir, de drible, pase-recepción y tiro al aro; y las combinaciones que el profesor aplique.

2- Planificar las clases en sistema de clases para lograr un mejor aprendizaje de los fundamentos técnicos del Baloncesto y la motivación de los escolares por su práctica en la escuela y la comunidad.

3- Los juegos predeportivos se pueden utilizar en las clases y el Deporte para Todos (en el deporte participativo, de lunes a viernes, y en el deporte recreativo, los fines de semana).

4- Incluir los juegos predeportivos en los festivales deportivos y recreativos, en saludo a fechas y hechos relevantes de la escuela, la comunidad, el municipio, la provincia o el país, para la potenciación de las tradiciones, los valores y la Historia de Cuba y del Deporte.

5- Realizar actividades teórico-prácticas en la preparación metodológica del colectivo de asignatura, que contribuya a elevar los conocimientos y las habilidades de los docentes y la aplicación de las reglas del juego.

6- Confeccionar implementos y medios artesanales que sustituyan los oficiales y permitan su uso en las clases y el deporte para todos.

Resultados de la aplicación de la alternativa de juegos predeportivos.

Tabla1. Resultados alcanzados en los indicadores medidos.

Indicadores	Antes	%	Eval.	Después	%	Eval.
Equipos deportivos escolares	1 (V)		M	6 (V)		E
	0 (H)		M	6 (H)		E
Equipos deportivos comunitario	1 (V)		B	2 (V)		E
	0 (H)		M	1 (H)		B

Incorporados a la práctica del baloncesto en la escuela	12 (V) 0 (H)	5,4 0	M M	36(V) 36 (H)	16,3 16,3	E E
Asistencia al deporte participativo	151	68.5	R	205	93,1	E
Asistencia al deporte recreativo	98	44,5	M	145	65, 5	B
Disponibilidad de juegos predeportivos	8		M	19		E
Resultados deportivos a nivel de combinado deportivo	M (2do) F (----)		B M	1ro 2do		E B

Simbología:E: excelente, B: bien, R: regular, M: mal; Eval: evaluación.

Como se aprecia en la tabla los indicadores son evaluados de excelente y bien, reflejando una mejoría con respecto al diagnóstico inicial. Se crearon seis 6 equipos de baloncesto de cada sexo en cada grupo, y tres equipos en el combinado deportivo, donde se iniciaron a la práctica del Baloncesto 24 niños y 12 niñas; se incrementó la asistencia al deporte participativo (de lunes a viernes) de un 68,5% hasta el 93,1% y al deporte recreativo (fin de semana) de un 44,5% al 65,5%; aumentó la cantidad de juegos predeportivos de 8 a 19, lo que favorece la preparación de los profesores de Educación Física y su empleo en las clases y el Deporte para Todos (participativo y recreativo); así como, se alcanzó el 1er lugar en los juegos escolares a nivel de combinado que se mantiene en los 3 últimos cursos escolares, y se logró el rescate del baloncesto como deporte tradicional de la comunidad rural de Mabay-Julia.

Conclusiones:

1ra- El diagnóstico realizado demostró la necesidad de la investigación a partir de las insuficiencias detectadas en el proceso de iniciación deportiva en la escuela Arquímedes Colina de la comunidad rural de Mabay en Bayamo.

2da- La alternativa de juegos predeportivos de Baloncesto constituye una herramienta metodológica para la iniciación deportiva en la clase y el Deporte para Todos en la Educación Física.

3ra- La implementación de la alternativa de juegos predeportivos favoreció la iniciación deportiva y la incorporación de los escolares de 9 a 11 años de la escuela primaria Arquímedes Colina de Mabay en Bayamo a la práctica del Baloncesto.

Referencias Bibliográficas

- Arnold, J. (1998) El juego en la educación. Barcelona, Martínez Roca.
- Corrales, M.T. (2006). La iniciación al baloncesto a través de juegos. Revista digital "Investigación y Educación" No 25, agosto de 2006, Vol. II, Sevilla. ISSN 1696-7208.

- Domínguez, E.E. (2010). Indicadores físico y antropométrico para identificar potencialidades para el Baloncesto en la etapa de iniciación. Tesis presentada en opción al título académico de Máster en Actividad Física en la Comunidad. Bayamo, Facultad de Cultura Física.
- Hernández, J. (2001). La iniciación al baloncesto desde la estructura y dinámica de la acción de juego: un nuevo enfoque. En: *Jornadas Técnicas de la XXXIX Copa de S.M. La Reina de baloncesto celebradas en Las Palmas de Gran Canarias*.
- INDER (2001) *Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física*. Educación Primaria (I y II Ciclo). Dirección Nacional de Educación Física. La Habana, Editorial Deportes.
- López, A. (2006). *La Educación Física, más Educación que Física*. La Habana, Editorial Deportes.
- Martínez, P.A., Quiñones, Y. y Martínez, Y. (2015). Alternativa metodológica para la enseñanza de la técnica del manejo del balón a niños de 8 a 12 años que se inician en el baloncesto. En: YAYABOCIENCIA2015, III Conferencia Internacional de la UNISS. Santi Spíritus, Universidad de Santi Spíritus.
- Montero, A. (2006). Modelo multidimensional de iniciación deportiva en baloncesto. En: II Congreso Internacional de Deportes de Equipo, Pontevedra. CD Colección Congreso No 9.
- Pérez, S., Rodríguez, A. y Sánchez, A. (2016). Baloncesto para todos: unidad didáctica de baloncesto para 2º curso de Educación Secundaria Obligatoria. EmásF, Revista Digital de Educación Física. Año 7, No. 39 (marzo-abril 2016), P-72-91. <http://emasf.webcindario.com>
- Ruiz, A. (2016). *Teoría y Metodología de la Educación Física y el Deporte Escolar*. Tercera edición. La Habana, Editorial Deportes.
- Ruiz, R. y Ashmarin, B. (1966). *Metodología de la Educación Física*. Ciudad de La Habana, editorial Pueblo y Educación.
- Sáez, G. y Rodríguez, Á. (2009). La iniciación y la motivación en el baloncesto: el papel del entrenador. Cuadernos de Psicología del Deporte, vol. 9, octubre de 2009, p. 83. Murcia, Universidad de Murcia, España.
- Valdés, M. y Morales, J. (1980). *Teoría y Metodología de la Educación Física y Deportiva*. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
- Vizcaíno, C., Sáenz-López, P. y Rebollo, J.A. (2012). Reflexiones acerca de la iniciación al baloncesto a través de la enseñanza de las reglas. Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte, Vol. 1, nº1. Murcia, Julio 2012. Págs. 19-23. ISSN 2254-4070.