

## CONCEPTOS BÁSICOS

### MODELO DE EDUCACIÓN DEPORTIVA U13 BASQUETBOL

La enseñanza de una actividad deportiva es un proceso largo y sistemático por la serie de elementos que contiene, desde un aprendizaje de un gesto motor, hasta una autonomía en el juego. En esta ocasión hablaremos del modelo de educación deportiva (ED), el cual, a lo largo de los años se ha ido construyendo por diversos autores, profesionales del área de la educación física, deporte e inmerso en los currículos de diferentes países.

Según García López- López González Villora, “la ED se configura como una auténtica enseñanza por las competencias gracias principalmente al trabajo por roles, tales como entrenador, árbitro, preparador”. Considerando que este modelo ED es muy valioso en la enseñanza deportiva en niños puesto que nos hace apreciar los momentos y procesos donde el niño avanza de acuerdo a la progresión de las actividades.

En el modelo de ED podemos valorar que es un planteamiento que nace de la experiencia de muchos profesionales del área de la educación física y el deporte, y que por tanto está fundamentado en la práctica con los niños en la iniciación al deporte a diario con los alumnos, lo que nosotros entendemos que es la clave para el éxito que ha experimentado este modelo a lo largo de sus más de tres décadas de desarrollo desde los años 80 en Nueva Zelanda y partes de Europa con Siedentop.

Para Siedentop (1994), “un deportista competente es aquel que participa de manera satisfactoria en el juego, pues ha adquirido las habilidades necesarias, comprende el juego y sabe aplicarlas según el contexto de juego”.

De tal manera podemos mostrar que el modelo de ED propicia en los niños las siguientes competencias:

- conocimiento del deporte desde sus inicios, su evolución y generalidades
- aprendizaje gradual del deporte en sí, mediante gestos motores de acuerdo al deporte
- manejo de habilidades y conocimientos de acuerdo a su rol en el juego
- autonomía en el juego
- fomento y aplicación de valores y actitudes positivas
- responsabilidad individual y social

“los niños desarrollan competencias claves, cívicas y sociales, espíritu emprendedor y autonomía” (Calderón, Martínez de Ojeda y Mendez-Gimenez, 2013)

Para el entrenador es muy satisfactorio usar este modelo de ED por:

- La motivación en los niños y los resultados del proceso
- Por la exigencia que tiene el entrenador para dinamizar las actividades, plantear nuevos juegos
- Observación de progresión de alumnos en varias áreas motriz, autonomía, táctica y social

Lo anterior manifestado por Araujo, Mesquita & Hastie, 2014; Chu y Zhang, 2018; Hastie, Martínez de Ojeda y Calderón, 2011)

En la práctica personal es más viable retomar este modelo de Educación Deportiva por el estilo de practica que tiene, sus fases y la progresión de las actividades, las cuales van desarrollando los niños a lo largo de la temporada para terminar con aprendizajes bien establecidos y duraderos.

Las temporadas deportivas, regularmente se dividen regularmente en una fase de pretemporada, en las que se desarrolla la preparación física, técnica, táctica, teoría y reglamento. En pretemporada partidos amistosos o interescuadras. En la fase de temporada regular se introduce la competición oficial. Por último, las temporadas en muchos deportes acaban en una fase final, como el torneo final, finales estatales, en este caso será la competencia de los XVIII juegos estatales de las escuelas del deporte.

A continuación, realizaremos un pilotaje del modelo de educación deportiva con alumnos de la Escuela del Deporte de Valle de Bravo, en la categoría U13, nacidos en 2008 y 2009 en la rama varonil y femenil. Ésta programación mediante el modelo de educación deportiva (ED), es una temporada integrada, incluye varios contextos de práctica, autónoma y dirigida, con aspectos de acondicionamiento físico, técnico, táctico y teórico del deporte del basquetbol, a su vez, dirigida hacia el contexto de practica variable y dinámico en cada sesión de entrenamiento, buscando siempre la motivación e interés de los alumnos deportistas.

Documento elaborado y dirigido por los CC. Onésimo García Rebollar y Lilian Figueroa Posadas entrenadores de la Escuela del Deporte de Valle de Bravo

MODELO DE EDUCACIÓN DEPORTIVA				
DEPORTE		BASQUETBOL		
EDADES		12 Y 13 AÑOS		
TEMPORADA 1				
BLOQUES	SESIONES INICIALES	PRETEMPORADA	TEMPORADA REGULAR	FASE FINAL
SESIONES	2	4	8	2
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Baloncesto y su historia</li> <li>Reglas y generalidades del mini básquet.</li> <li>Asignación de roles</li> <li>Elaboración de equipos</li> <li>Acondicionamiento físico</li> <li>Fundamentos técnicos del baloncesto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acondicionamiento físico</li> <li>Fundamentos técnicos del baloncesto</li> <li>Roles tácticos</li> <li>Prácticas dirigidas con roles asignados</li> <li>Prácticas autónomas con roles asignados</li> <li>Reglas y generalidades del mini básquet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentos técnicos del baloncesto</li> <li>Competiciones en torneo</li> <li>Prácticas dirigidas y autónomas con roles asignados</li> <li>Estrategia de juego</li> <li>Correcciones en reglas del mini básquet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Competiciones contra equipos</li> <li>Semifinales y finales</li> <li>Organización de fiesta final</li> <li>Premiación y reconocimientos</li> </ul>

TEMPORADA	1	BLOQUE 1	SESIONES INICIALES
SESION	CONTENIDO	PAPEL DEL PROFESOR	PAPEL DEL ALUMNO
1	Historia del baloncesto Generalidades del minibaloncesto Asignación de roles Práctica global: acondicionamiento físico- fundamentos técnicos Práctica de juego asumiendo roles	Líder de clase Desarrollo de sesiones Organización de práctica Selección de roles y asignar	Participante Determinar roles
2	Historia del baloncesto Generalidades del minibaloncesto Asignación de roles Práctica global: acondicionamiento físico- fundamentos técnicos Práctica de juego asumiendo roles	Líder de clase Desarrollo de sesiones Organización de práctica Correcciones técnicas	Participante Determinar roles

TEMPORADA	1	BLOQUE 2	PRETEMPORADA
SESION	CONTENIDO	PAPEL DEL PROFESOR	PAPEL DEL ALUMNO
3	Práctica global: acondicionamiento físico- fundamentos técnicos Utilización de variabilidad de la practica en entrenamiento Corrección en roles asignados Enseñanza de aspectos tácticos Práctica dirigida en juegos modificados Práctica en interescuadras	Desarrollo de sesiones Organización de práctica variada Correcciones técnicas y tácticas Correcciones en reglas de minibasquetbol	Participante Resolver problemas Aprendizaje de la técnica y la táctica, así como reglamento Búsqueda de juego autónomo
4	Práctica global: acondicionamiento físico- fundamentos técnicos Utilización de variabilidad de la practica en entrenamiento Corrección en roles asignados Enseñanza de aspectos tácticos Práctica dirigida en juegos modificados Práctica en interescuadras	Desarrollo de sesiones Organización de práctica variada Correcciones técnicas y tácticas Correcciones en reglas de minibasquetbol	Participante Resolver problemas Aprendizaje de la técnica y la táctica, así como reglamento Búsqueda de juego autónomo Organizar equipo
5	Utilización de variabilidad de la practica en entrenamiento Corrección en roles asignados Utilización de variabilidad de la practica en entrenamiento Corrección en roles asignados Enseñanza de aspectos tácticos Práctica autónoma en juegos modificados e interescuadras	Desarrollo de sesiones Organización de práctica variada Correcciones técnicas y tácticas Correcciones en reglas de minibasquetbol Búsqueda del juego autónomo	Participante Resolver problemas Aprendizaje de la técnica y la táctica, así como reglamento Búsqueda de juego autónomo Organizar equipo
6	Utilización de variabilidad de la practica en entrenamiento Corrección en roles asignados Utilización de variabilidad de la practica en entrenamiento Corrección en roles asignados Enseñanza de aspectos tácticos Práctica autónoma en juegos modificados e interescuadras	Desarrollo de sesiones Organización de práctica variada Correcciones técnicas y tácticas Correcciones en reglas de minibasquetbol Búsqueda del juego autónomo	Participante Resolver problemas Aprendizaje de la técnica y la táctica, así como reglamento Búsqueda de juego autónomo Organizar equipo

TEMPORADA	1	BLOQUE 3	TEMPORADA REGULAR
SESION	CONTENIDO	PAPEL DEL PROFESOR	PAPEL DEL ALUMNO
7-8	Práctica global: acondicionamiento físico- fundamentos técnicos Utilización de variabilidad de la practica en entrenamiento Corrección en roles asignados Corrección de aspectos tácticos Táctica de equipo y estrategia Práctica dirigida en juegos modificados Corrección de Reglamento <a href="#">Juego de torneo</a>	Desarrollo de sesiones Organización de práctica variada Correcciones técnicas y tácticas Estrategia de equipo Correcciones en reglas de minibasquetbol Dirección de juego en torneo	Participante Resolver problemas Aprendizaje de la técnica y la táctica, así como reglamento Búsqueda de juego autónomo Juego de jornada en torneo
9-10	Práctica global: acondicionamiento físico- fundamentos técnicos Utilización de variabilidad de la practica en entrenamiento Corrección en roles asignados Corrección de aspectos tácticos Táctica de equipo y estrategia Práctica dirigida en juegos modificados Corrección de Reglamento <a href="#">Juego de torneo</a>	Desarrollo de sesiones Organización de práctica variada Correcciones técnicas y tácticas Estrategia de equipo Correcciones en reglas de minibasquetbol Dirección de juego en torneo	Participante Resolver problemas Aprendizaje de la técnica y la táctica, así como reglamento Búsqueda de juego autónomo Organizar equipo
11-14	Práctica global: acondicionamiento físico- fundamentos técnicos Utilización de variabilidad de la practica en entrenamiento Corrección en roles asignados Corrección de aspectos tácticos Estrategia de juego y formaciones Práctica dirigida en juegos modificados o interescuadras Corrección de Reglamento <a href="#">Juego de torneo</a>	Desarrollo de sesiones Organización de práctica variada Supervisión de roles Estrategia de equipo Correcciones en reglas de minibasquetbol Dirección de juego en torneo	Participante Resolver problemas Aplicación de la técnica y la táctica, así como reglamento en juegos reales Búsqueda de juego autónomo Comunicación con su equipo en juegos de torneo
15-16	Práctica global: acondicionamiento físico- fundamentos técnicos Utilización de variabilidad de la practica en entrenamiento Corrección en roles asignados Corrección de aspectos tácticos Estrategia de juego y formaciones Práctica dirigida en juegos modificados o interescuadras Corrección de Reglamento <a href="#">Juego de torneo</a>	Desarrollo de sesiones Organización de práctica variada Supervisión de roles Estrategia de equipo Correcciones en reglas de minibasquetbol Dirección de juego en torneo	Participante Resolver problemas Aplicación de la técnica y la táctica, así como reglamento en juegos reales Búsqueda de juego autónomo Comunicación con su equipo en juegos de torneo

TEMPORADA	1	BLOQUE 4	FASE FINAL
SESION	CONTENIDO	PAPEL DEL PROFESOR	PAPEL DEL ALUMNO
17	Desarrollo de Juegos finales Supervisión del desarrollo de habilidades técnicas y tácticas Corrección de aspectos tácticos en los juegos Corrección de reglamento Desarrollo de juegos finales Ceremonia de premiación	Correcciones técnicas y tácticas Estrategia de equipo Correcciones en reglas de minibasquetbol Dirección de juego en torneo Organización de eventos finales (sede, uniformes, sonido, arbitrajes, maestría de ceremonias, premiación y reconocimientos)	Participante Resolver problemas Aplicación de la técnica y la táctica, así como reglamento Búsqueda de juego autónomo y de equipo Juegos de semifinales Motivación Invitación a familiares a apoyarlos
18	Desarrollo de Juegos finales Supervisión del desarrollo de habilidades técnicas y tácticas Corrección de aspectos tácticos en los juegos Corrección de reglamento Desarrollo de juegos finales Ceremonia de premiación	Correcciones técnicas y tácticas Estrategia de equipo Correcciones en reglas de minibasquetbol Dirección de juego en torneo Organización de evento final Checar (sede, uniformes, sonido, arbitrajes, maestría de ceremonias, premiación y reconocimientos)	Participante Resolver problemas Aplicación de la técnica y la táctica, así como reglamento Búsqueda de juego autónomo y de equipo Juego Final Motivación Invitación a familiares a apoyarlos

A continuación, se presenta la planificación del modelo de Educación Deportiva en el deporte de Basquetbol pilotada en la Escuela del Deporte de Valle de Bravo, Estado de México. con alumnos de 11 y 12 nacidos en 2008 y 2009 en la rama varonil y femenil, que cuentan con previo desarrollo y dominio técnico aun no consolidado, con práctica variada en busca de generar un mayor bagaje motor y múltiples soluciones a las problemáticas que pueden presentarse durante el partido de baloncesto o durante la vida cotidiana.

SESIONEN INICIALES 1		FECHA DE APLICACIÓN	
"HISTORIA Y GENERALIDADES DEL BASQUET"		04 enero 2022	
OBJETIVO			
Que el alumno conozca la historia general de basquetbol desarrolle el fundamento técnico del bote, elementos tácticos de ataque y defensa, desplazándose de manera lateral y frontal utilizando cambios de dirección para finalizar con una entrada a la canasta.			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Balones de basquetbol</li> <li>Conos</li> <li>Balones de voleibol</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 4</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Caminata por el espacio determinado que es la cancha de basquetbol Durante la caminata elevación de extremidades superiores de forma alternada, circular y simultánea. Realizar carrera frontal y lateral, en reversa. Realiza saltos en un pie, saltos de tijera Ejecutar ejercicios de control y dominio del balón: ceros, ochos, cambios de mano		
	DESARROLLO		
	Los jugadores situados en la línea de media cancha, uno de un lado y el otro al frente, cada uno con un balón. Botar a velocidad hacia un cono que estará a la altura de la línea de tiro de tres, se hace cambio de dirección entre las piernas para realizar bote lateral hacia el cono que está instalado en el codo del tiro libre donde se realiza el segundo cambio de dirección, pasando el balón por detrás de la espalda Finalmente se realiza entrada a la canasta y pasa a la fila contigua		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Bote con mano izquierda, en el primer cambio de dirección realizar giro con cambio de mano. Bote alternado previo al realizar la entrada a canasta	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Cambiar los conos por compañeros del entrenamiento para que estos sean defensas e impidan hacer los movimientos en los cambios de dirección. Solo está permitido que el defensa se mueva 1 m. en cualquier dirección	
	<b>OBJETOS</b>	Cambio de implemento o material: balón de voleibol, propiciando un mejor dominio y control del bote en el baloncesto	
	<b>ESPACIO</b>	Salida de la línea final hacia la línea de tiro de tres, para continuar a la línea de tiro libre donde está situado el cono y finaliza con entrada a canasta	
	<b>TIEMPO</b>	Reducción del tiempo de jugada de 14 segundos a 6 segundos por ejecución	
CIERRE			
Dar a conocer la historia del basquetbol, inventor James Naishmith, año de invención y generalidades Con el siguiente video: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=6d3smqwR1Vk">https://www.youtube.com/watch?v=6d3smqwR1Vk</a> Principales reglas del minibasquetbol con el siguiente video <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5F_HNvP0nZY">https://www.youtube.com/watch?v=5F_HNvP0nZY</a> realizar comentarios generales y apuntes individuales con los gráficos o dibujos e ideas principales			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA - LILIAN FIGUEROA	

SESIONES INICIALES 2		FECHA DE APLICACIÓN	
“GENERALIDADES DEL BASQUET”		06 enero 2022	
OBJETIVO			
Que el alumno conozca las generalidades del juego del basquetbol desarrolle el fundamento técnico del bote, elementos tácticos de ataque y defensa, desplazándose de manera lateral y frontal utilizando cambios de dirección para finalizar con una entrada a la canasta.			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conos</li> <li>• Balones de basquetbol</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mínimo 4</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Caminata por el espacio determinado que es la cancha de basquetbol Durante la caminata elevación de extremidades superiores de forma alternada, circular y simultánea. Realizar carrera frontal y lateral, en reversa. Realiza saltos en un pie, saltos de tijera Ejecutar ejercicios de control y dominio del balón: ceros, ochos, cambios de mano		
	DESARROLLO		
	Los jugadores situados en la línea de media cancha, uno de un lado y el otro al frente, cada uno con un balón. Botar a velocidad hacia un cono que estará a la altura de la línea de tiro de tres, se hace cambio de dirección entre las piernas para realizar bote lateral hacia el cono que está instalado en el codo del tiro libre donde se realiza el segundo cambio de dirección, pasando el balón por detrás de la espalda Finalmente se realiza entrada a la canasta y pasa a la fila contigua		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Bote con mano izquierda, en el primer cambio de dirección realizar giro con cambio de mano. Bote alternado previo al realizar la entrada a canasta	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Comunicación entre compañeros, por parejas	
	<b>OBJETOS</b>	Cambio de material: pelota de esponja	
	<b>ESPACIO</b>	Salida de la línea final hacia la línea de tiro de tres, para continuar a la línea de tiro libre donde está situado el cono y finaliza con entrada a canasta	
	<b>TIEMPO</b>	Reducción del tiempo de jugada de 14 segundos a 6 segundos por ejecución	
CIERRE			
Juego de práctica 5vs5, Explicar y corregir reglas básicas del juego Observar el siguiente video <a href="https://www.youtube.com/watch?v=HlzFblDsJ-w">https://www.youtube.com/watch?v=HlzFblDsJ-w</a> Explicar tipos de faltas Realizar apuntes, gráficos y dibujos individuales			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

PRETEMPORADA 3		FECHA DE APLICACIÓN	
“LOS DOS CAMBIOS”		18 de enero 2022	
OBJETIVO			
Que el alumno desarrolle el fundamento técnico del bote, elementos tácticos de ataque y defensa, desplazándose de manera lateral y frontal utilizando cambios de dirección para finalizar con una entrada a la canasta.			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Balones de baloncesto</li> <li>Conos</li> <li>Pelotas de vinil</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 4</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	<p>Caminata por el espacio determinado que es la cancha de basquetbol  Durante la caminata elevación de extremidades superiores de forma alternada, circular y simultánea.  Realizar carrera frontal y lateral, en reversa. Realiza saltos en un pie, saltos de tijera  Ejecutar ejercicios de control y dominio del balón: ceros, ochos, cambios de mano</p>		
	DESARROLLO		
	<p>Los jugadores situados en la línea de media cancha, uno de un lado y el otro al frente, cada uno con un balón.  Botar a velocidad hacia un cono que estará a la altura de la línea de tiro de tres, se hace cambio de dirección entre las piernas para realizar bote lateral hacia el cono que está instalado en el codo del tiro libre donde se realiza el segundo cambio de dirección, pasando el balón por detrás de la espalda  Finalmente se realiza entrada a la canasta y pasa a la fila contigua</p>		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Bote con mano izquierda, en el primer cambio de dirección realizar giro con cambio de mano. Bote alternado previo al realizar la entrada a canasta	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Cambiar los conos por compañeros del entrenamiento para que estos sean defensas e impidan hacer los movimientos en los cambios de dirección. Solo está permitido que el defensa se mueva 1 m. en cualquier dirección	
	<b>OBJETOS</b>	Cambio de implemento o material, se trabajará con una pelota de esponja, propiciando un mejor dominio y control del bote en el baloncesto	
	<b>ESPACIO</b>	Salida de la línea final hacia la línea de tiro de tres, para continuar a la línea de tiro libre donde está situado el cono y finaliza con entrada a canasta	
	<b>TIEMPO</b>	Reducción del tiempo de jugada de 14 segundos a 6 segundos por ejecución	
CIERRE			
<p>Trabajo entre equipos de 5vs5 corregir reglamento  Práctica dirigida  Observar el video de la forma correcta de defender: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=jkUIhnMP8PQ">https://www.youtube.com/watch?v=jkUIhnMP8PQ</a>  Correcciones de jugadas de fouls</p>			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

PRETEMPORADA 4		FECHA DE APLICACIÓN	
“LATERAL Y RODEA”		20 enero 2022	
OBJETIVO			
Que el alumno desarrolle los fundamentos técnicos del bote, drible y pase; elementos tácticos de ataque y defensa, desplazándose de manera frontal, lateral, reversa y giros, para finalizar con una entrada a la canasta de manera individual y en equipo.			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conos</li> <li>• Escalera de coordinación</li> <li>• 4 balón de basquetbol</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Se inicia con una caminata por el espacio determinado que es la cancha de basquetbol, elevando talones, puntas de pies, y pasos largos. Durante la caminata elevación de extremidades superiores de forma alternada, circular y simultánea. Realizar carrera frontal y lateral, en reversa. Ejecutando ejercicios de coordinación en escalera: Skipping frontal, salto lateral y carrera en reversa en la escalera. Ejecutar ejercicios de control y dominio del balón: taladros, 4x4 y ochos saltando		
	DESARROLLO		
	La actividad comienza organizado al grupo en las 4 esquinas de la cancha, cada uno con un balón ordenando las 4 filas en las esquinas correspondientes. Se instalan 4 conos en la línea de 3 puntos formando un cuadrado La actividad se realiza de manera simultánea. Cada jugador realiza bote lateral hacia el cono situado frente a él. Al llegar rodea botando con mano hábil para salir a realizar entrada a canasta. Posteriormente se cambia a la fila contigua No. 2 y así sucesivamente pasa por todas las filas		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Drible alternado hacia el cono, realizar un giro terminando con tiro en suspensión	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Cambiar los conos por compañeros, realizando un pase de pecho a una distancia de 4 m antes, e intercambiar posiciones. Jugador que pasa se coloca en el sitio del cono para después recibir e ir a canasta y cambiar de fila	
	<b>OBJETOS</b>	Bote frontal con mano no hábil, y en la otra llevar un cono. Al llegar al cono intercambiarlos para finalizar en canasta a una mano (hábil), sujetando el cono con mano no hábil.	
	<b>ESPACIO</b>	Cambiar distancia de conos. Ésta vez colocarlos a 1 m. de la línea central para mayor distancia de ejercicio	
	<b>TIEMPO</b>	Realizar el ejercicio a turnos, parando el tiempo en cada finalización de jugadores, verificando que jugador encestró.	
CIERRE			
Hablar sobre la importancia de tener desarrollados diferentes aspectos técnicos en el bote y drible como lo es visión periférica, ritmo, conducción con ambas manos, movimientos de pies y posición de estabilidad en los giros. Realizar los siguientes ejercicios de flexibilidad: en posición sentado de manera individual, extensión de extremidades inferiores abiertas, cerradas. De pie extensión de extremidades superiores, cuello y tronco. Observar el video <a href="https://www.youtube.com/watch?v=BM31RCY5B9A">https://www.youtube.com/watch?v=BM31RCY5B9A</a> Corrección de táctica de ataque individual Generar apuntes, gráficos o dibujos			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

PRETEMPORADA 5		FECHA DE APLICACIÓN	
“DIAGONALES OPUESTAS”		25 enero 2022	
OBJETIVO			
Desarrollo del fundamento del pase, entrada a la canasta, elementos de ataque y defensa 1 vs 1 Realizar desplazamientos de pies, carreas y frenadas, así como arranques, saltos y giros Defensa y ataque individual enfrentado al rival después de un pase			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 conos</li> <li>• Mínimo 8 balón de basquetbol</li> <li>• D-Man</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Se inicia con una caminata por el espacio determinado que es la cancha de basquetbol, elevando talones, puntas de pies, y pasos largos. Durante la caminata elevación de extremidades superiores de forma alternada, circular y simultánea. Realizar carrera frontal y lateral, en reversa. Ejecutando ejercicios de coordinación en escalera: Skipping frontal, salto lateral y carrera en reversa en la escalera. Ejecutar ejercicios de control y dominio del balón: taladros, 4x4 y ochos saltando		
	DESARROLLO		
	Se organizan 2 fila de jugadores en la mitad de la cancha una frente a otra. Todos con balón excepto el primer jugador de una de las filas. La actividad comienza con el jugador No. 2 que pasa el balón al jugador No. 1 que sale en carrera, éste recibe a la altura del tiro de tres y realiza una entrada a canasta. Luego, el jugador No. 2 hace lo mismo que el jugador No. 1 pero en la canasta contraria, recibiendo del jugador No. 3 y realizando una entrada a canasta. El jugador que entra o tira, recoge su propio rebote y se va a la fila contraria para continuar la dinámica del ejercicio		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Finalizar con tiro en suspensión en lugar de entrada a canasta Finalizar en entrada a aro pasado en lugar de tiro	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Ejecutar pase de picado en lugar de pase de pecho Gritar el nombre del compañero al que se le va a pasar el balón Colocar un defensa fijo para 4 min durante el ejercicio	
	<b>OBJETOS</b>	Colocar D-Man para cambiar de dirección y eludir los objetos para después finalizar la jugada Colocar una valla para que la ejecución del pase picado se con mayor precisión.	
	<b>ESPACIO</b>	Ampliar el espacio de carrera, recibiendo el pase bajo el aro	
	<b>TIEMPO</b>	Apresurar el tiempo de ejecución a 4 segundos desde el inicio de la carrera, pase y finalización de la jugada Dar tiempo de 12 segundos para que el alumno explore, manifieste y pueda crear jugada ofensiva cuando tiene a un rival	
CIERRE			
Plática sobre los principios tácticos de defensa y ataque, rol defensivo y ofensivo, búsqueda de soluciones durante una jugada en 1 vs 1 Realizar ejercicios de flexibilidad general con el método stretching: de pie, flexión de tronco al frente tocando puntas de pies, extensión de brazos de manera alternada hacia los lados. Observar el siguiente video: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=1WTRiUqvP_s">https://www.youtube.com/watch?v=1WTRiUqvP_s</a> Generar apuntes, gráficos o dibujos del video Comentarios del video			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCIA – LILIAN FIGUEROA	

PRETEMPORADA 6		FECHA DE APLICACIÓN	
"LOS TRES BOTES"		27 enero 2022	
OBJETIVO			
<p>Desarrollo del fundamento del bote. Drible, pase, entrada a la canasta, elementos de ataque y defensa 1vs 1, 2 vs 1, así como la triple amenaza</p> <p>Realizar desplazamientos de pies, carreas y frenadas, así como arranques, saltos y giros</p> <p>Defensa y ataque individual enfrentado al rival después de un pase</p>			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 6 balones de basquetbol</li> <li>Mínimo 6 paliacates</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	<p>Se inician las actividades poniendo en práctica bote en forma estática.</p> <p>Bote por todo el espacio de manera individual, al mencionar alguna parte del cuerpo deben tocar y seguir el ejercicio</p> <p>Se ejecutan arrancadas de forma directa, adelantando el pie para impulsar la carrera frontal y regreso caminata</p> <p>Arrancadas de forma cruzada, donde se adelanta el pie contrario a la dirección que se tomará al momento de la carrera con regresos en caminata</p>		
	DESARROLLO		
	<p>Se organiza el grupo en 3 filas en la línea final de la cancha de basquetbol, todos con balón</p> <p>Los jugadores inician en la línea final, botan hacia el otro lado de la cancha. no deben dar más de tres botes en la misma dirección hasta llegara a media cancha alternando mano de bote.</p> <p>Al llegar a media cancha avanzan a velocidad para realizar una finalización libre (entrada, tiro de media o larga distancia, giro o pivote y tiro)</p> <p>Al término de la jugada los jugadores salen de la cancha, regresar y se colocan en la fila consecuente de donde iniciaron la ocasión anterior.</p>		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	<p>Realizar la triple amenaza al comenzar el ejercicio</p> <p>Finalizar con tiro a larga distancia</p> <p>Finalizar en entrada a aro pasado en lugar de tiro</p>	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	<p>Colocar un defensa que vaya cerrando la línea y cortando, al llegar a media cancha se convierte en 1 vs 1.</p>	
	<b>OBJETOS</b>	<p>Colocar paliacates, que pueda levantar en media cancha con una mano sin dejar de botar para después ir a finalizar a canasta.</p>	
	<b>ESPACIO</b>	<p>Hacer un espacio de media luna hacia el aro con conos donde haya un espacio distinto al rectangular al que ya es conocido</p>	
	<b>TIEMPO</b>	<p>Realizar el ejercicio con la mayor velocidad posible ya sea 8 a 10 segundos</p> <p>Alternar defensa y ataque en el rol de parejas</p>	
CIERRE			
<p>Consideraciones sobre aspectos de arrancada y la posición de los pies</p> <p>Corrección sobre posición defensiva, movimientos de pies y manos al defender y flotar.</p> <p>Hablar sobre la toma de decisiones en el trabajo táctico de 1 vs 1, fundamentar su rol de acuerdo a las circunstancias del juego y manejo de estrategia al ataque.</p> <p>Realizar ejercicios de flexibilidad general: rotación de hombros hacia atrás, elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. Extensión del cuello a lado derecho e izquierdo. Entrelazar manos al frente.</p> <p>Estiramiento de espalda a piernas con flexión de tronco. Estiramiento de piernas de forma lateral</p>			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

TEMPORADA REGULAR 7		FECHA DE APLICACIÓN	
"DOS CALLEJONES"		01 febrero 2022	
OBJETIVO			
Desarrollo del fundamento del bote. Drible, pase, entrada a la canasta, elementos de ataque y defensa 1vs 1, 2 vs 1 Defensa y ataque individual Realizar desplazamientos de pies, pivotes Trabajo de Fuerza general Corrección en roles asignados. Corrección de aspectos tácticos. Corrección de Reglamento			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 2 balones de basquetbol</li> <li>Mínimo 2 aros</li> <li>6 a 8 Conos</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Se inician las actividades en pareja con Desplazamientos: Uno trasporta al otro de distintas maneras y varias direcciones durante 10 segundos, alternando la acción Uno botando el balón atrás de su compañero que también bota, se van colocando delante, al lado derecho, izquierdo o nuevamente atrás, según la indicación. Por parejas uno empuja al otro por la espalda con balón en ambas manos (empujar con el balón en la espalda) Un jugador bota y opone resistencia al ser empujado por su compañero por la espalda (alternar posición)		
	DESARROLLO		
	Se organiza el grupo en dos filas y por parejas, la cancha se corta en dos callejones, uno de ida y uno de regreso La actividad comienza con un pase del jugador No. 1 (defensa) al jugador No. 2 (ataque) El jugador No. 2 sale en drible de forma libre hacia la media cancha mientras el jugador No. 1 corre a línea central y se coloca en posición defensiva, al llegar el jugador de ataque a línea central comienza enfrentamiento 1 vs 1 hasta llegar a canasta. Posteriormente intercambiar roles en el callejón de regreso para finalizar nuevamente a canasta		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Comenzar con pase picado Realizar 2 o 3 Skills antes de llegar a línea central ( entre piernas, por detrás del cuerpo, crossover o látigos) para después realizar enfrentamiento 1 vs 1	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Modificar la defensiva 1 atacante vs 2 defensas, 2 vs 2 2 atacantes vs 1 defensa	
	<b>OBJETOS</b>	Colocar conos donde se tiene que realizar algún movimiento o Skills Colocar a defensivos aros en sus manos para cerrar espacios	
	<b>ESPACIO</b>	Hacer un espacio de media luna hacia el aro con conos donde haya un espacio distinto al rectangular al que ya es conocido	
	<b>TIEMPO</b>	Realizar el ejercicio con la mayor velocidad posible ya sea 8 a 10 segundos Alternar defensa y ataque en el rol de parejas	
CIERRE			
Corrección y análisis del fundamento del bote frontal y lateral, de protección y con adversario. Ayuda en la búsqueda de soluciones y alternativas tácticas en el trabajo 1 vs 1, 2 vs 2 y 2 vs 1 Consideraciones de las variantes aplicadas para su reflexión de los jugadores. Comentarios de los jugadores Realizar ejercicios de flexibilidad general: elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. Extensión del cuello a lado derecho e izquierdo. Entrelazar manos al frente. Estiramiento de espalda a piernas con flexión de tronco. Estiramiento de piernas de forma lateral, rodillas al pecho sentado, sentado en posición de mariposa. <b>PARTRIDO DE JORNADA</b>			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA. LILIAN FIGUEROA	

TEMPORADA REGULAR 8		FECHA DE APLICACIÓN	
"TIC-TAC NORMAL"		03 febrero 2022	
OBJETIVO			
Desarrollo del fundamento del bote, drible, pase, Tiro estilo california, entrada a la canasta, elementos de ataque y defensa 1vs 1, 2 vs 1 Defensa y ataque individual Realizar desplazamientos de pies y motricidad en carrera Corrección en roles asignados. Corrección de aspectos tácticos. Corrección de Reglamento			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8 balones de basquetbol</li> <li>conos</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Se inician las actividades de manera individual cada jugador con un balón Realizan ejercicios de control y dominio del balón: ceros, ochos, taladros con mano derecha e izquierda, spiders, metralletas, 4x4, cambios de mano, vuelta al mundo, bote estático a un dedo Se colocan conos por el espacio. Sin balón, realizan carrera por el espacio y en cada cono deben realizar pivote largo, zig-zag, saltan los conos, los cambian de lugar Retoman balón de manera individual, ahora deben driblar por todos lados, sin dejar de botar, con mano derecha e izquierda, alternar bote y eludir conos, pivotar entre conos, saltar y botar entre conos. Esta actividad dura 5 minutos sin dejar de botar y realizando las acciones a la indicación del profesor.		
	DESARROLLO		
	Organización por tríos y con un balón cada equipo La actividad inicia con un pase de pecho del jugador No. 2 al jugador No. 3, en consecuente al jugador No. 1, los tres jugadores realizan un desplazamiento hacia la canasta contraria para finalizar con una entrada a la canasta. Una vez que terminan allí esperan hasta que todo el grupo haya terminado su ejercicio, para después regresar realizando el ejercicio.		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Cambiar tipo de pase, ahora picado o a una mano Finalizar con tiro de media distancia o entrada a canasta a aro pasado	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Modificar la trayectoria: ahora realizando después del pase al Jugador un recorrido de cambio de fila el No. 2 pasa a No. 3 y se va a su fila, jugador No. 3 pasa a No. 1 y se coloca en su fila, por ultimo jugador No. 1 pasa a Jugador No. 2 y pasa a su fila	
	<b>OBJETOS</b>	Colocar en el tablero una marca o sticker, el cual, al momento del tiro, el balón tiene que golpear y después entrar al aro.	
	<b>ESPACIO</b>	Realizar ejercicio en dos callejones en la cancha reduciendo el espacio a la mitad	
	<b>TIEMPO</b>	Realizar el ejercicio con la mayor velocidad posible ya sea 8 a 10 segundos	
CIERRE			
Ejecución de tiro libre individual con 30 encestes por jugador Corrección de fundamento técnico del tiro, análisis de mecánica de tiro individual, correcciones personales y comentarios de los jugadores. Realizar ejercicios de flexibilidad general: elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. Extensión del cuello a lado derecho e izquierdo. Entrelazar manos al frente. Estiramiento de espalda a piernas con flexión de tronco. Estiramiento de piernas de forma lateral, rodillas al pecho sentado, sentado en posición de mariposa.			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

TEMPORADA REGULAR 9		FECHA DE APLICACIÓN	
"DOMINIO ANCHOS"		08 febrero 2022	
OBJETIVO			
Desarrollo del fundamento del bote. Drible, pase, tiro, entrada a la canasta, elementos de ataque y defensa Realizar desplazamientos de pies y motricidad en carrera Corrección en roles asignados. Corrección de aspectos tácticos. Corrección de Reglamento			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8 balones de basquetbol</li> <li>16 Conos</li> <li>4 D-Man</li> <li>4 vallas</li> <li>8 postes y 4 aros</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Se inician las actividades de manera individual cada jugador con un balón Realizan ejercicios de control y dominio del balón: ceros, ochos, taladros, crossover y látigos en posición estática Trabajo por oleadas en la cancha, organizando al grupo en equipos de 4 jugadores, donde realizamos las siguientes acciones: zancadas cortas y largas, carrera frontal, carrera lateral, elevación de rodillas y de talones, desplazamiento en reversa. Ejercicio de velocidad de reacción ante un estímulo del profesor con silbato. Los jugadores en posición inicial pueden estar sentados, de pie, acostados en el suelo, para salir corriendo a velocidad al otro extremos de la cancha y regresar.		
	DESARROLLO		
	Distribuimos a los jugadores en equipos de 4 o más jugadores, a lo ancho de la cancha, cada uno con 2 o 3 balones. La actividad inicia con un el jugador que va realizando lo indicado por el profesor que pueden ser las siguientes acciones: bote de velocidad, cambio de dirección por delante, cambio entre piernas o por detrás en el drible		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Realizar oleada con un balón cada equipo, al regreso fortalece el tipo de pase: picado, a una mano, a dos manos por encima de la cabeza Realizar bote de protección lateral, bote en reversa	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Realizar a hora después del trabajo de bote individual un pase al regreso que puede ser picado, a una mano, de gancho o a dos manos por encima de la cabeza	
	<b>OBJETOS</b>	Colocar al momento de la trayectoria, D-Man, vallas o conos, objetos que el jugador tiene que esquivar o eludir durante el drible Colocar un aro entre postes por el cual durante la ejecución del pase, el balón debe pasar dentro de éste, para mayor precisión del pase	
	<b>ESPACIO</b>	Colocar 5 o 6 objetos acortando el espacio de movilidad durante la carrera y drible	
	<b>TIEMPO</b>	El jugador tiene 5 segundos para hacer el recorrido de ida y 5 de regreso Lo que permite tener mayor complejidad	
CIERRE			
Jugar interescuadras 5 vs 5 alternando equipos previamente organizados de acuerdo a los roles defensivos y ofensivos Realizar ejercicios de flexibilidad general: en posición de sentado, extensión de piernas y flexión del tronco con brazos extendidos al frente, De pie, elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. Extensión del cuello a lado derecho e izquierdo. Entrelazar manos al frente. Estiramiento de espalda a piernas con flexión de tronco. Estiramiento de piernas de forma lateral, rodillas al pecho sentado, sentado en posición de mariposa.			
<b>PARTIDO DE JORNADA</b>			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA - LILIAN FIGUEROA	

TEMPORADA REGULAR 10		FECHA DE APLICACIÓN		
"DOMINIO DE ANCHOS 2"		10 febrero 2022		
OBJETIVO				
Desarrollo del fundamento del bote. Drible, pase, tiro, entrada a la canasta, elementos de ataque y defensa Realizar desplazamientos de pies y motricidad en carrera Corrección en roles asignados. Corrección de aspectos tácticos. Corrección de Reglamento				
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8 balones de basquetbol</li> <li>D-Man</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>	
INICIO				
Comenzamos las actividades de manera individual cada jugador con un balón Realizan ejercicios de control y dominio del balón: ceros, ochos, taladros, crossover y látigos en posición estática, vuelta al mundo cambios entre piernas, cambios de mano y ochos saltando Trabajo por oleadas en la cancha, organizando al grupo en equipos de 4 jugadores, donde realizamos las siguientes acciones: zancadas cortas y largas, carrera frontal, carrera lateral, elevación de rodillas y de talones, desplazamiento en reversa.				
DESARROLLO				
Distribuimos a los jugadores en equipos de 4 o más jugadores, a lo ancho de la cancha, cada uno con 2 o 3 balones. Se inicia la actividad con un el jugador No. 1 de cada equipo, que va realizando lo indicado por el profesor que pueden ser las siguientes acciones: Salida con triple amenaza, bote frontal, reversos a la mitad del recorrido, cambios por delante y detrás en media cancha				
VARIANTES DE LA MOTRICIDAD				
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>PROPIO CUERPO</b>	Realizar drible en carrera y giros de pivote al llegar al D-Man Salida de un trap (dos botes hacia atrás y cambio de dirección)		
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Salidas en parejas con un balón cada uno (uno persigue al otro) Salidas en pareja con un balón para ambos realizando pases picados o de pecho		
	<b>OBJETOS</b>	Botar con 2 balones a la ves ida y regreso Botar con dos balones y pasar uno entre piernas, pasar uno por detrás		
	<b>ESPACIO</b>	Reducir espacio con diferentes objetos, como sillas, bancos, botes, D-Man para tener mayor complejidad		
	<b>TIEMPO</b>	Revisar la dinámica de grupo para acortar la actividad durante 5 minutos o alargar a 12 minutos, según la motivación, destreza o habilidad de los jugadores Acelerar el proceso individual a no más d 10 segundos por acción para buscar el mayor compromiso y esfuerzo del jugador en el trabajo individual.		
	CIERRE			
	Jugar interescuadras 3 vs 3 en media cancha, alternando equipos previamente organizados de acuerdo a los roles defensivos y ofensivos. Corrección de roles en defensa personal y ataque en equipos de 3 Realizar ejercicios de flexibilidad general: en posición de sentado, extensión de piernas y flexión del tronco con brazos extendidos al frente, De pie, elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. Extensión del cuello a lado derecho e izquierdo. Entrelazar manos al frente. Estiramiento de espalda a piernas con flexión de tronco. Estiramiento de piernas de forma lateral, rodillas al pecho sentado, sentado en posición de mariposa			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA		

TEMPORADA REGULAR 11		FECHA DE APLICACIÓN	
"SUBIR POR BANDA"		15 febrero 2022	
OBJETIVO			
Desarrollo del fundamento del pase, tiro y entrada a canasta, control y dominio del balón Trabajo de velocidad de reacción, y fuerza general Ejecución de habilidades tácticas como el ataque y la defensa Roles tácticos personales y estrategia de juego individual y de equipo Corrección en roles asignados. Corrección de aspectos tácticos. Corrección de Reglamento			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8 balones de basquetbol</li> <li>conos</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Se organiza al grupo en parejas sin material, y comienzan a caminar por la cancha elevando brazos, de forma alternada. Zancadas cortas y largas, elevaciones de rodillas al frente y talones detrás. Realizar carrera frontal en parejas, carrera lateral, saltos a un pie, algunas flexiones en el suelo (planchas) pueden ser 2 o 3 máximo. Velocidad de reacción a estímulos táctiles, al tocar espalda el jugador No. 1 sale a velocidad mientras jugador No. 2 lo intenta alcanzar. El entrenador toca espalda de ambos y corren a velocidad 10 a 12 m. Sentados el jugador No. 2 aplaude y el jugador No. 1 se levanta y corre a velocidad mientras jugador No. 1 lo intenta alcanzar.		
	DESARROLLO		
	Se inicia la actividad organizando el espacio y las parejas con un balón cada una El jugador No. 1 con el balón pasa a jugador No. 2, después hace un recorrido por la banda, a su vez jugador No. 2 pasa a jugador No. 1 y vuelve a realizar carrera por la banda, se ejecuta 2 o 3 ocasiones hasta llegar a la canasta para finalizar en tiro o entrada a canasta según sea la creatividad individual o de equipo. La siguiente ocasión de regreso cambian posiciones (se insiste en dar pases rápidos y rectos buscando sean certeros)		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Realizar un bote después de cada recepción Finalizar con tiro en suspensión, entrada a canasta o tiro a larga distancia	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Pasar picado o a una mano a mayor velocidad posible Comunicación verbal y gestual con el compañero	
	<b>OBJETOS</b>	Colocar 4 conos para ejecutar algún drill entre ellos, pasar entre piernas o por detrás Cambiar tiro al aro y ahora exclusivo tiro al tablero en busca de canasta	
	<b>ESPACIO</b>	Cambio de espacio, ahora será en media cancha y de forma horizontal, iniciando en media cancha, nuestra línea lateral a hora será la línea central para finalizar en cada canasta	
	<b>TIEMPO</b>	Ejercicio para 10 segundos por pareja Cambiar a 15 segundos realizando drills entre conos	
CIERRE			
Juego de 4 vs 5 para estimular labores defensivas y roles ajustados. Organizar los grupos o equipos Realizar ejercicios de flexibilidad general: en posición de sentado, extensión de piernas y flexión del tronco con brazos extendidos al frente, De pie, elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. Extensión del cuello a lado derecho e izquierdo. Entrelazar manos al frente. Estiramiento de espalda a piernas con flexión de tronco. Estiramiento de piernas de forma lateral, rodillas al pecho sentado, sentado en posición de mariposa Observar el video: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=fZHgGc9Gp5M">https://www.youtube.com/watch?v=fZHgGc9Gp5M</a> Generar apuntes, gráficos y dibujos individuales <b>JORANDA DE PARTIDO REGULAR</b>			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

TEMPORADA REGULAR 12		FECHA DE APLICACIÓN	
“RUEDA DE TIRO - DOS ATRÁS”		17 febrero 2022	
OBJETIVO			
Desarrollo del fundamento del pase, tiro y entrada a canasta, control y dominio del balón Ejecución de habilidades tácticas como el ataque y la defensa Roles tácticos personales y estrategia de juego individual y de equipo			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8 balones de basquetbol</li> <li>Escalera de coordinación</li> <li>conos</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Comenzamos las actividades de manera individual cada jugador con un balón Realizan ejercicios de control y dominio del balón: ceros, ochos, taladros, crossover y látigos en posición estática, vuelta al mundo cambios entre piernas, cambios de mano y ochos saltando Se organiza al grupo en equipos de 5 sin material, y comienzan a caminar por la cancha elevando brazos, de forma alternada. Zancadas cortas y largas, elevaciones de rodillas al frente y talones detrás. En carrera los 5 jugadores avanzan en forma sincrónica y organizada, el jugador No. 5 que va al final a la indicación del profesor rebasa a los compañeros y se coloca al frente de la fila, así sucesivamente con el jugador No. 4, 3, 2 y 1.		
	DESARROLLO		
	Se organizan 2 equipos, uno trabaja en una canasta y media cancha y el otro en la otra parte del espacio A su vez se forman 2 filas en las esquinas de la cancha El ejercicio comienza cuando 2 jugadores, uno de cada fila, salen hacia la línea de tres puntos, uno botando el balón y el otro en carrera. Al llegar al punto determinado realizan un pase de pecho el Jugador No. 2 recibe y regresa de nuevo al Jugador No. 1 el cual realiza un cambio de dirección y arrancada para ir a anotar. Después jugador No. 2 va al rebote y recupera balón. Se intercambian posiciones de fila.		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Ahora bota con mano no hábil a velocidad Ejecutar pase picado certero Realizar tiro a media distancia Realizar entrada a aro pasado Ejecutar una pantalla después del pase al compañero	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	En carrera de 5 se puede variar pasar entre ellos, por debajo de piernas, saltándolos tendidos en el suelo Durante el ejercicio 2 atrás: pasar de pecho, picado pase a una mano	
	<b>OBJETOS</b>	Colocar escalera de coordinación para ejecutar en la salida de bote: pasando entre espacios de la escalera de forma frontal y lateral Colocar un D-Man en la ejecución del tiro	
	<b>ESPACIO</b>	Cambiar la zona de salida ahora en línea central: ida y vuelta para ejecutar el ejercicio	
	<b>TIEMPO</b>	Distribuir los tiempos del ejercicio <ol style="list-style-type: none"> <li>10 segundos para el ejercicio con pocas variantes</li> <li>20 segundos en ejercicio de variante de ida y regreso en línea central</li> </ol>	
CIERRE			
Jugar a “pases y enceste” con los equipos organizados de 5 deben dar 10 pases para poder tirar a canasta. Corregir reglas defensivas y de ataque. Lograr la búsqueda de soluciones y enceste Analizar reglas de pasos, fouls, 3 y 5 segundos Realizar ejercicios de flexibilidad general: en posición de sentado, extensión de piernas y flexión del tronco con brazos extendidos al frente, De pie, elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. Extensión del cuello a lado derecho e izquierdo. Entrelazar manos al frente. Estiramiento de espalda a piernas con flexión de tronco. Estiramiento de piernas de forma lateral, rodillas al pecho sentado, sentado en posición de mariposa,			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

TEMPORADA REGULAR 13		FECHA DE APLICACIÓN	
“RUEDA DE TIRO –RELOJ 1”		22 febrero 2022	
OBJETIVO			
<p>Desarrollo del fundamento del pase, tiro y entrada a canasta, control y dominio del balón</p> <p>Ejecución de habilidades tácticas como el ataque y la defensa</p> <p>Roles tácticos personales y estrategia de juego individual y de equipo</p>			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8 balones de basquetbol</li> <li>Conos</li> <li>Aros</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	<p>Se inicia con caminata por el espacio, elevación de brazos de forma alternada, elevación de rodillas adelante y talones atrás. Carrera por el espacio de forma individual, ejecutando saltos por los objetos, rodeando aros, reptando por debajo de las vallas.</p> <p>Dominio y control del balón por parejas: Sujeción del balón entre ambos, uno trata de arrancar el balón al otro</p> <p>Con dos balones uno bota 5 veces simultaneas los balones y pasa a su compañero quien repite la acción</p> <p>Bote de un balón de basquetbol y una pelota de esponja a la vez</p>		
	DESARROLLO		
	<p>Se organiza al grupo en dos equipos, uno en cada parte de la cancha, cada uno trabaja en un tablero y medio campo de juego.</p> <p>Se inicia el ejercicio formado dos filas: cada una de ellas en la esquina de media cancha en contra esquina. La fila A cuenta con balones, la fila B serán receptores, pasadores y reboteadores.</p> <p>El jugador No. 1 de la fila A pasa al jugador No. 1 de la fila B que viene en carrera al punto determinado, al hacer recepción 1B espera a que el jugador 1A arranque para regresar el pase y hacer recepción.</p> <p>Ya hecha la recepción, 1A entra a canasta mientras 1B va por el rebote. Intercambian filas después de la acción</p>		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	<p>Realizar tiro a media distancia en lugar de entrada a canasta</p> <p>Realizar pivote bajo el aro</p>	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	<p>1vs1: saliendo con el mismo formato, al hacer recepción 1B, prepara y regresa el balón a 1ª para ir rápidamente a defenderlo</p> <p>1+1 en pivot A: con la misma dinámica cuando 1B recibe el balón, 1A se traslada a recibir bajo el aro, 1B pasa a 1A para terminar con un pivote bajo el aro</p> <p>1+1 en pivot B: con la misma dinámica cuando 1B recibe el balón, 1A al recibir de 1B espera, 1B corre bajo el aro para terminar con un pivote bajo el aro</p>	
	<b>OBJETOS</b>	<p>Cambio de material en ejercicio por parejas ahora con pelota de vinil y pelota de esponja</p> <p>Colocar D-Man en ejercicio de Reloj 1+1 pivot</p>	
	<b>ESPACIO</b>	<p>Cambiar de lado de la cancha</p> <p>Cambiar las contra esquinas para usar el otro perfil</p>	
	<b>TIEMPO</b>	<p>Analizar dinámica de juego, para acelerar ejercicio ya sea a 8 segundos por acción y cambiarla a 15 segundos en ejercicio de pivot</p>	
CIERRE			
<p>Jugar “compañeros móviles”: se organizan equipos de 6 integrantes, cada equipo designa un jugador que tendrá un aro. Este jugador podrá moverse por todas las líneas laterales y finales de la cancha. Se juega con las reglas de juegos de basquetbol, buscando encestar, pero ahora en el aro de nuestro compañero para acumular un punto. Mientras el equipo contrario hace labores de defensa impidiendo lancen y anoten.</p> <p>Buscar realicen los roles defensivos y ofensivos de manera adecuada.</p> <p>Realizar ejercicios de flexibilidad general: en posición de sentado, extensión de piernas y flexión del tronco con brazos extendidos al frente, De pie, elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. Extensión del cuello a lado derecho e izquierdo. Entrelazar manos al frente. Estiramiento de espalda a piernas con flexión de tronco. Estiramiento de piernas de forma lateral, rodillas al pecho sentado, sentado en posición de mariposa,</p>			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

TEMPORADA REGULAR 14		FECHA DE APLICACIÓN	
“RUEDA Y NORMAL”		24 febrero 2022	
OBJETIVO			
<p>Desarrollo del fundamento del pase, tiro y entrada a canasta, control y dominio del balón</p> <p>Ejecución de habilidades tácticas como el ataque y la defensa</p> <p>Roles tácticos personales y estrategia de juego individual y de equipo</p>			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8 balones de basquetbol</li> <li>Conos</li> <li>D-Man lentes de ocultar visión</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	<p>Se inicia con caminata por el espacio, elevación de brazos de forma alternada, elevación de rodillas adelante y talones atrás. Ejecutan zancadas cortas y largas</p> <p>Realizar carrera frontal en parejas, carrera lateral, saltos a un pie, algunas flexiones en el suelo (planchas) pueden ser 2 o 3 máximo.</p> <p>Retoman balón de manera individual, ahora deben driblar por todos lados, sin dejar de botar, con mano derecha e izquierda, alternar bote y eludir conos, pivotar entre conos, saltar y botar entre conos.</p> <p>Esta actividad dura 5 minutos sin dejar de botar y realizando las acciones a la indicación del profesor.</p>		
	DESARROLLO		
	<p>Se organiza el grupo en 2 equipo, una en cada parte del campo de juego</p> <p>Ahora cada equipo formado en una fila, todos los jugadores con balón, menos uno, el cual se sitúa por delante del D-Man 1.</p> <p>El ejercicio inicia con un pase del jugador No. 1 de la fila inicial, al jugador No. 2 que se sitúa en el D-Man 1. Éste a su vez gira y avanza hacia canasta. El jugador No. 1 se coloca en el D-Man 2 para recibir de jugador No. 3 pase e ir a canasta. Jugador No. 3 avanza a D-Man 1 para recibir de jugador No. 4 y realizar la misma acción. Retornar a fila inicial para continuar el ejercicio.</p>		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	<p>Giro en reversa y triple amenaza para salida a canasta</p> <p>Finalización con tiro en suspensión cerca del aro</p> <p>Finalización con pivote giro en 360°</p>	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	<p>Pase de pecho después de un bote</p> <p>Pasar ala compañero ahora picado o a una mano</p> <p>Comunicación no verbal con el compañero</p> <p>Ahora gritar el apellido del compañero que va a recibir</p>	
	<b>OBJETOS</b>	<p>Colocar lentes de visión media en el momento del bote y drible inicial</p> <p>Cambiar los D-Man por compañeros defensivos fijos durante 3 minutos</p> <p>Colocar D-Man 3 y 4 bajo el aro para realizar pivote o tiro en suspensión</p>	
	<b>ESPACIO</b>	<p>Realizar el ejercicio en toda la cancha realizado acciones de bote previas al pase teniendo solo un grupo</p> <p>Reducir el espacio a ¼ de cancha diversificando equipos, ahora teniendo 4 grupos</p>	
	<b>TIEMPO</b>	<p>Cambiar de tiempo de ejecución individual de 6 segundos a 14 para que realice su ejercicio de pivoteo con mayor concentración</p>	
CIERRE			
<p>Jugar “derribando torres”: divide el grupo en equipos de 5 jugadores, cada equipo busca derribar las torres (conos) del equipo contrario mediante un lanzamiento de pase, ya sea de pecho, picado o a una mano. Mientras el equipo contrario intenta defender o impedir que lancen. Gana el equipo que logre derribar más torres que son los conos. Buscar realicen los roles defensivos y ofensivos de manera adecuada.</p> <p>Realizar ejercicios de flexibilidad general: en posición de sentado, extensión de piernas y flexión del tronco con brazos extendidos al frente, sentado, sentado en posición de mariposa, de pie, elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. <b>PARTIDO DE JORNADA REGULAR</b></p>			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

TEMPORADA REGULAR 15		FECHA DE APLICACIÓN	
"SERIE TIRO EN X"		01 marzo 2022	
OBJETIVO			
Desarrollo del fundamento del pase, tiro y entrada a canasta, control y dominio del balón Ejecución de habilidades tácticas como el ataque y la defensa Roles tácticos personales y estrategia de juego individual y de equipo			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8 balones de basquetbol</li> <li>Conos</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Se inicia con caminata por el espacio, elevación de brazos de forma alternada, elevación de rodillas adelante y talones atrás. Ejecutan zancadas cortas y largas Realizar carrera frontal en parejas, carrera lateral, saltos a un pie, algunas flexiones en el suelo (planchas) pueden ser 2 o 3 máximo. Realizar pases de pecho por parejas (variar tipo de pase) corrigiendo el gesto motor y biomecánica del movimiento del pase, asegurando una mejor práctica de éste.		
	DESARROLLO		
	Se organiza el grupo en dos equipos, éstos a su vez, hacen dos filas a 4 m de las líneas laterales de la cancha Ambas filas tienen balones, menos el jugador No. 1 de la Fila B (1B) El ejercicio comienza cuando el jugador 1B se desplaza por la lateral para recibir un pase cruzado que es dirigido por 1A e ir a anotar canasta. Después 1A se desplaza por la lateral para recibir pase cruzado de 2B y realizar la misma acción de anotar. Cada jugador recoge su balón de rebote y se coloca en la fila contraria		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Después de recibir realizar cambio de dirección y finalizar con tiro de media distancia Realizar un pivot al recibir y salida hacia la canasta, finalizar con entrada a aro pasado	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Realizar tipo de pase picado o a una mano, comunicación gestual y verbal Colocar defensas fijos cerca del aro para defender la última acción (finalización) Colocar reboteadores y buscar el remate si fallan los tiradores.	
	<b>OBJETOS</b>	Colocar un aro en el suelo en el ejercicio de pases por parejas Colocar un D-Man en la finalización de tiro	
	<b>ESPACIO</b>	Usar toda la cancha de juego en un solo equipo Usar 4 equipos en la cancha de juego, cada uno organizado de acuerdo sus roles	
	<b>TIEMPO</b>	Destinar 6 a 10 segundos en la acción individual, mientras que en la variante de toda la cancha dejar sin límite de tiempo para que el jugador se concentre en las acciones	
CIERRE			
Jugar 1 vs 1 en media cancha, 2 vs 2 en media cancha y 3 vs 3, ampliar en 4 vs 4 y 5 vs 5 inclusive 6 vs 6. Cada juego en 2 o 3 minutos de acción. Buscar realicen los roles defensivos y ofensivos de manera adecuada. Realizar ejercicios de flexibilidad general: en posición de sentado, extensión de piernas y flexión del tronco con brazos extendidos al frente, sentado, sentado en posición de mariposa, de pie, elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. Extensión del cuello a lado derecho e izquierdo. Entrelazar manos al frente. Estiramiento de espalda a piernas con flexión de tronco. Estiramiento de piernas de forma lateral.			
<b>ENTRENADORES</b>		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

TEMPORADA REGULAR 16		FECHA DE APLICACIÓN	
"TRES GANCHOS"		03 maro 2022	
OBJETIVO			
Desarrollo del fundamento del pase, tiro y entrada a canasta, control y dominio del balón Ejecución de habilidades tácticas como el ataque y la defensa Roles tácticos personales y estrategia de juego individual y de equipo			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8 balones de basquetbol</li> <li>Conos</li> </ul>		60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Se inicia con caminata por el espacio, elevación de brazos de forma alternada, elevación de rodillas adelante y talones atrás. Ejecutan zancadas cortas y largas Ejercicios de dominio y control del balón: ceros, ochos, crossover, látigos, cambio de manos, spiders, taladros Realizar trayectorias de bote y drible que indique el profesor, éstas serán figuras geométricas que a base de la trayectoria de bote serán realizadas por cada jugador		
	DESARROLLO		
	Se organiza el grupo en dos equipos, cada uno en media pista de juego. A su vez se forman 3 filas en cada bloque, éstas se colocan en la línea final de la cancha separados a 5 m. de distancia. La primera y tercera en las esquinas y la segunda bajo el aro. El ejercicio inicia a la indicación del profesor, puede ser auditiva, visual o táctil. Cada jugador reacciona al estímulo y sale botando a velocidad, rodea el cono y regresa a velocidad a realizar tiro de media distancia, el jugador de la línea central debe anotar primero que los laterales.		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Driblar entre 3 conos para después regresar a velocidad y tirar Cambiar el tiro de media distancia por larga distancia Realizar un drill entre conos, puede ser entre piernas, por detrás del cuerpo	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Inicio de acciones mediante un gesto como bajar el brazo o levantar la mano Inicio de acciones con un estímulo táctil ya sea en la espalda o en la cabeza	
	<b>OBJETOS</b>	Colocar vallas para saltarlas durante el drible Colocar D-Man para la finalización de tiro	
	<b>ESPACIO</b>	Usar toda la cancha con un solo equipo para facilitar la velocidad	
	<b>TIEMPO</b>	Incrementar velocidad de ejecución, disminuyendo el tiempo a 8 segundos máximo en ejercicio de medida cancha Aumentar el tiempo extendido cuando se trabaje la variante de toda la cancha	
CIERRE			
Interescuadras de 5vs5 toda la cancha durante 5 minutos, organizar los equipos y roles de juego para una mejor partida. Realizar ejercicios de flexibilidad general: en posición de sentado, extensión de piernas y flexión del tronco con brazos extendidos al frente, sentado, sentado en posición de mariposa, de pie, elongación de brazo (derecho e izquierdo) sobre la cabeza. Extensión del cuello a lado derecho e izquierdo. Entrelazar manos al frente. Estiramiento de espalda a piernas con flexión de tronco. Estiramiento de piernas de forma lateral.			
ENTRENADORES		PROFR. ONESIMO GARCIA – LILIAN FIGUEROA	

FASE FINAL 17		FECHA DE APLICACIÓN	
"SEMIFINALES"		08 marzo 2022	
OBJETIVO			
Roles tácticos personales y estrategia de juego individual y de equipo Correcciones tácticas, de estrategia Jugadas y defensa			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8 balones de basquetbol</li> <li></li> </ul>		2 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mínimo 8</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Se inicia con caminata por el espacio, elevación de brazos de forma alternada, elevación de rodillas adelante y talones atrás. Ejecutan zancadas cortas y largas Ejercicios de dominio y control del balón: ceros, ochos, crossover, látigos, cambio de manos, spiders, taladros		
	DESARROLLO		
	Corrección de defensa y ataque juegos autónomos en: 1vs1 2vs2 3vs3 5vs5		
	VARIANTES DE LA MOTRICIDAD		
	<b>PROPIO CUERPO</b>	Aplicación de habilidades combinadas	
	<b>CON LOS DEMÁS</b>	Comunicación con parejas gestualmente	
	<b>OBJETOS</b>		
	<b>ESPACIO</b>		
	<b>TIEMPO</b>	Distribuir tiempos de 14 y 24 segundos por jugada. Colocar en 5vs5 5 min	
CIERRE			
Reunión con jugadores y equipos participantes en semifinales Agradecimientos e invitación a los juegos finales ya sea de espectadores o jugadores Reconocimiento de manera verbal y motivación a todos los jugadores para que sigan en la práctica del basquetbol.			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

FASE FINAL 18		FECHA DE APLICACIÓN	
“FINALES”		10 marzo 2022	
OBJETIVO			
Fiesta final del torneo Ceremonia de premiación Reconocimientos			
MATERIAL NECESARIO		TIEMPO	NUMERO DE JUGADORES
<ul style="list-style-type: none"> <li>balones de basquetbol</li> <li>premiación</li> </ul>		2 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>equipos finalistas</li> </ul>
ACTIVIDADES	INICIO		
	Juegos finales Organización de finales y protocolos		
	DESARROLLO		
	Desarrollo final de los juegos		
	RECURSOS MATERIALES PARA PREMIACIÓN		
	1	SEDE LIMPIA, SONIDO, MESA DE ANOTACIÓN, REDES	
	120	RECONOCIMIENTOS PARA TODOS	
	52	TROFEOS Y MEDALLAS PARA GANADORES EN LAS FINALES	
	1	MESA DE PREMIACIÓN Y PODIO	
	2	LONAS Y ANUNCIOS DE AGRADECIMIENTO	
CIERRE			
Ceremonia de premiación Reconocimientos a todos los jugadores del torneo Agradecimientos a alumnos, padres y entrenadores			
ENTRENADORES		PROFR. ONÉSIMO GARCÍA – LILIAN FIGUEROA	

A modo de conclusión podemos observar que los alumnos de la Escuela del Deporte de Valle de Bravo en la categoría U13, 2008-2009 en la rama varonil y femenil mostraron gran avance en el aprendizaje y consolidación de fundamentos técnicos de este deporte, un mejor conocimiento del deporte desde sus inicios, su evolución y generalidades, aprendizaje gradual de los fundamentos técnicos, manejo de habilidades y conocimientos de acuerdo a su rol en el juego, autonomía en el juego, fomento y aplicación de valores y actitudes positivas, así como una mejor responsabilidad individual y social, así como un mejor desempeño en los partidos de liga local y competencias oficiales.

Se manifiesta que a través de la intervención del modelo de educación deportiva y principios de variabilidad se obtiene un mejor aprendizaje y desarrollo deportivo en los alumnos.

La participación en los XVIII juegos estatales de las Escuelas del Deporte del Estado de México en estas categorías fue muy destacada, ya que el equipo varonil 2008-2009 obtuvo el 1er Lugar en la competencia y el equipo femenil 2008-2009 un 4to sitio. Éste desenvolvimiento nos motiva a los entrenadores a buscar mejores estrategias de trabajo, nuevas metodologías de trabajo y a su vez, buscar la profesionalización continua del entrenador.

Valle de Bravo Méx., A 29 de Junio de 2022

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

García-López, L. M., & González-Víllora, S. (2011). La enseñanza deportiva escolar orientada al desarrollo de las competencias básicas. En O. R. Contreras Jordán & R. Cuevas Campos (Eds.), *Las competencias básicas desde la Educación Física* (pp. 145-160). INDE

Burgos Eduardo. (2005). *100 ejercicios de baloncesto para un entrenamiento variado* (p.p. 25-35). Delegación de Córdoba. Federación Andaluza de Baloncesto

Fco. Javier Giménez Fuentes-Guerra, Pedro Sáenz-López Bañuel (2003). *Aspectos teóricos y prácticos de la iniciación al baloncesto* (p.p. 131-135). Wanceulen Editorial Deportiva, S. L.