

## Manual para entrenadores que conducen el proceso de enseñanza en la iniciación del baloncesto

## Manual for coaches who lead the teaching process in the initiation of basketball

## Manual para treinadores que conduzem o processo de ensino na iniciação ao basquetebol

### **MSc. Juan Carlos Betancourt González**

<https://orcid.org/0000-0001-5729-2444>  
UCCFD “Manuel Fajardo”, Santiago de Cuba, Cuba

### **MSc. José Estradé Martínez**

<https://orcid.org/0000-0002-3362-0682>  
UCCFD “Manuel Fajardo”, Santiago de Cuba, Cuba

### **Lic. Romelio Díaz Silva**

<https://orcid.org/0000-0003-0037-3782>  
UCCFD “Manuel Fajardo”, Santiago de Cuba, Cuba

### **MSc. Arnaldo González Artola**

<https://orcid.org/0000-0001-5595-0159>  
UCCFD “Manuel Fajardo”, Santiago de Cuba, Cuba

email: juancarlosbg@0669gmail.com

**Como citar este artículo:** Betancourt González, J., Estradé Martínez, J., Díaz Silva, R. y González Artola, A. (2024). Manual para entrenadores que conducen el proceso de enseñanza en la iniciación del baloncesto. *Arrancada*, 24(1), 295-301. <https://arrancada.cuaje.edu.cu>

## RESUMEN

El Baloncesto es un deporte clasificado de oposición y cooperación, donde los atletas se inician en las edades comprendidas entre 7-12 años, es un deporte colectivo practicado en ambos sexos, el proceso de enseñanza se hace complejo ya que existen infinidad de fundamentos técnicos ofensivos y defensivos, dentro de este cursar diario el entrenador se convierte en la pieza clave para el éxito y motivación de los practicantes de nuestro deporte. Como perfeccionar el proceso de enseñanza del baloncesto en las categorías de iniciación en el baloncesto convirtió en nuestro problema científico. Nuestro objetivo fue elaborar un manual para entrenadores que imparten los contenidos en las categorías de iniciación en el baloncesto. Se utilizaron métodos de nivel empírico como la observación. Los resultados que se obtuvieron están enmarcados en establecer un orden metodológico y armónico en la enseñanza del baloncesto.

**Palabras clave:** Manual, iniciación, enseñanza.

## ABSTRACT

The Basketball is a classification opposition and cooperative sport, that all the athletic began in 7 -12-year-old, it is collective and practicing sport for two sex, learn process to be complex for the infinity technical function of attack and defender, with this, is very important the coach for the wins and athletic motivation. The basketball in the children is convert in a scientific problem. We want development a training manual for professor that learn this litter year. In this paper can read the uses the methods a high level empiric which the observation. Result that can get permit make a chronology and ammonic order in moment that learn a litter year this sport.

**Keywords:** Handbook, Initiation and teaching.

## RESUMO

O basquetebol é um desporto classificado de oposição e cooperação, onde os atletas iniciam nas idades entre os 7-12 anos, é um desporto colectivo praticado por ambos os sexos, o processo de ensino torna-se complexo visto que existem inúmeros fundamentos técnicos ofensivos e defensivos, dentro deste quotidiano. claro que o treinador passa a ser a peça chave para o sucesso e motivação dos praticantes da nossa modalidade. Como aperfeiçoar o processo de ensino do basquete nas categorias iniciantes de basquete tornou-se nosso problema científico. Nosso objetivo foi desenvolver um manual para treinadores que ministram conteúdos nas categorias introdutórias ao basquete. Foram utilizados métodos de nível empírico como a observação. Os resultados obtidos enquadram-se no estabelecimento de uma ordem metodológica e harmoniosa no ensino do basquetebol.

**Palavras-chave:** Manual, iniciação, ensino.

Recibido: septiembre/24

Aceptado: noviembre/24

## INTRODUCCIÓN

El baloncesto masculino cubano tiene su estreno olímpico en Londres en 1948, representaron a nuestra Selección Nacional en la primera demostración estival, Mario Risita Quintero, Fabio Ruiz, José LLanusa entre otros y como aspecto a destacar, el abanderado de la delegación cubana integrada por 53 deportista de 12 deportes fue el basquetbolista Raúl García Ordoñez, confirmando el prestigio del deporte de las cestas en nuestra isla. Cuba tiene el orgullo de exhibir en sus vitrinas una medalla de Bronce olímpica en Múnich en 1972, en nuestra área geografía son pocos los países que cuentan con tan alto galardón demostrando la altísima calidad de nuestros jugadores, federativos y entrenadores.

Actualmente, la preparación de los jugadores ha tomado mayor importancia, no solo por la necesidad de una correcta aplicación de los fundamentos sino por el alto grado de individualización y comunicación que se necesita lograr. Por consiguiente, si esta preparación es más efectiva, propiciará que los jugadores o jugadoras logren una elevada efectividad en la ejecución de las acciones técnico-tácticas y sean capaces de soportar el ritmo actual de juego.

Nuestro problema científico es: ¿Cómo perfeccionar el proceso de enseñanza del baloncesto en las categorías de iniciación en el baloncesto? Nuestro objetivo es, elaborar un manual para entrenadores que conducen el proceso de enseñanza en las categorías de iniciación en el baloncesto.

La justificación del problema es la importancia y utilidad que va tener este trabajo es que le va a proponer a los entrenadores de la categoría los elementos Técnicos- Tácticos a trabajar en cada semana en cada una de las Etapa del Programa de Enseñanza.

Un manual es un libro o folleto en el cual se recogen los aspectos básicos, esenciales de una materia. Así, los manuales nos permiten comprender mejor el funcionamiento de algo, o acceder, de manera ordenada y concisa, a un conocimiento de algún tema o materia. (Wikipedia 2020.)

En el contexto actual existe una serie de libro, La Ofensiva y La defensa. De La Paz. P (2005), El baloncesto para niños y Jóvenes, Pardo. R (2007), Aprender y Progresar. Wisell W. 2012, que exponen detalladamente cada elemento técnico ofensivo y defensivo, también se han revisado manuales muy actualizados de grandes potencias de nuestro deporte. Método Cabb, Argentina. 2018, Manual para entrenadores de Mini FIBA. 2020, que reflejan de forma modelada cada accionar dentro de la cancha y con métodos renovadores para aumentar la motivación de los que se inician en el deporte de las cestas.

## **MUESTRA Y METODOLOGÍA**

La investigación fue realizada tomando como muestra 10 egresados de la UCCFD “Manuel Fajardo” en la especialidad de Baloncesto que están insertados en los combinados Deportivos de la Capital, La Habana, en el deporte de Baloncesto. Durante la investigación se realizaron observaciones a sesiones de entrenamientos y la revisión los documentos oficiales. Se entrevistaron a la Comisionada de Baloncesto de La Habana y Orlando Ortega Miranda, Responsable del minibaloncesto de la Federación Cubana de Baloncesto con el objetivo de conocer el dominio de los entrenadores noveles a la hora de conducir el proceso de enseñanza del baloncesto con un carácter técnico-metodológico.

Los métodos aplicados a entrenadores y federativos nos arrojó que los entrenadores noveles que conducen el proceso de preparación en el baloncesto de iniciación:

- No tienen conocimiento de cómo relacionar los fundamentos técnicos a la hora de enseñarlos dentro de su proceso de preparación.
- No existe un documento actual que le permita guiarse para conducir el proceso de preparación de sus equipos.

## **RESULTADOS**

Como resultado de esta investigación se elaboró un Manual para los entrenadores noveles que conducen el proceso de enseñanza en la iniciación del baloncesto donde ha sido la petición de varias instituciones y de la Federación Cubana de Baloncesto. El resultado de esta investigación ha sido avalado por la Dirección Técnica –Metodológica del Alto Rendimiento del INDER y con las ultimas indicaciones emitida por esta dirección para ser aplicada en el mes de septiembre del 2022.

### **MANUAL DE DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS DEL BALONCESTO EN EL PROGRAMA DE ENSEÑANZA EN LAS CATEGORIAS DE INICIACIÓN**

Epígrafe Contenido

I INTRODUCCIÓN

II CARACTERÍSTICAS Y PARTICULARIDADES DE LAS FASES DEL PROGRAMA DE ENSEÑANZA

III DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS EN CADA FASE

IV SÍNTESIS BIOGRÁFICA DE LOS AUTORES

V BIBLIOGRAFÍA

## 1. Introducción

- Breve historia de baloncesto.
- Características de las categorías de iniciación.
- Algunas reglas y mediciones del terreno del Minibaloncesto.

## 2. CARACTERIZACION DE LA FASE I DE ADAPTACIÓN DEL PROGRAMA DE ENSEÑANZA

A través de este manual los profesionales del baloncesto poseen una herramienta didáctica para cumplir con las Orientaciones y Direcciones dadas por la Dirección Técnica- Metodológica del Alto Rendimiento del INDER para los combinados deportivos de nuestro país.

Objetivos propuestos:

1. La iniciación deportiva respetando las etapas de desarrollo biopsicosocial.
2. La formación integral de los educandos.
3. Representar al territorio en los eventos deportivos correspondientes.
4. Identificar y promover alumnos con posibilidades de ingresar al deporte de alto rendimiento.

El diseño del manual está estructurado en las 3 fases del PROGRAMA DE ENSEÑANZA con las características de cada fase una de ellas a partir de las últimas indicaciones del INDER.

### PARTICULARIDADES DE LA 1RA FASE ADAPTATIVA.

DURACIÓN: 10 semanas.

### CONTENIDO DE LA FASE

- Su contenido está enmarcado en el cumplimiento de varias pruebas de gran importancia
- Enmarcadas en el chequeo médico inicial que avala si los atletas practicantes están aptos para la práctica de la actividad deportiva
- Se lleva a cabo el test de habilidades inicial donde se obtiene una valoración del estado actual de los atletas referente a las habilidades básicas de cada deporte,
- Se desarrollan las asambleas de formación educativa
- El acento fundamental de esta etapa es insertar al proceso los juegos para despertar el interés y motivación por la práctica deportiva. Estos juegos pueden ser pre deportivo o deportivos en dependencia a las necesidades e intereses de los practicantes.
- Otro de sus acentos es iniciar con las habilidades básicas de cada deporte que son de fácil asequibilidad para el practicante y que posteriormente se van integrando entre sí y tiene su puesta en práctica en los festivales de habilidades de bases y municipales.

Distribución del porcentaje del trabajo

No	ASPECTOS A DESARROLLAR	PORCIENTO
1	Enseñanza y desarrollo de habilidades deportivas.	70 %
2	Enseñanza de la historia y reglas del deporte.	10 %
3	Formación y desarrollo psicosocial.	5 %
4	Desarrollo de capacidades físicas.	15 %

#### PARTICULARIDADES DE LA 2DA FASE: DESARROLLADORA

**DURACIÓN:** Es la etapa más larga dentro del programa, su duración entre 15 y 20 semanas, Entre el 60 %-70 % del tiempo Disponible del programa.

#### CONTENIDO DE LA FASE

- La enseñanza y desarrollo de sus habilidades deportivas
- El trabajo de las capacidades físicas en función de las habilidades y las edades.
- La participación en festivales de habilidades a distintos niveles de bases y municipales.
- Los festivales de capacidades donde se resalta una capacidad física para cada festival.
- El festival integral de habilidades y capacidades que cierra la etapa, donde los atletas muestran toda la integración de las habilidades adquiridas o desarrolladas durante la etapa anterior y la presente, al igual que manifiestan sus capacidades físicas en función de las habilidades.
- Las asambleas de formación deportiva.

#### Distribución del porcentaje de trabajo

No	ASPECTOS A DESARROLLAR	PORCIENTO
1	Enseñanza y desarrollo de habilidades deportivas.	70 %
2	Enseñanza de la historia y reglas del deporte.	10 %
3	Formación y desarrollo psicosocial.	5 %
4	Desarrollo de capacidades físicas.	15 %

#### PARTICULARIDADES DE LA 3RA FASE: CONSOLIDACIÓN.

**DURACIÓN:** Unas 10 semanas entre el 30% y el 40% del tiempo disponible del Programa de Enseñanza.

#### CONTENIDO DE LA FASE

- Poner los fundamentos técnicos-tácticos y su sistema de conocimientos adquirido o desarrollado en función del juego o competencia deportiva.
- También entre su contenido figuran los test de habilidades, los festivales integrales de habilidades y capacidades.
- Asambleas de formación educativas

#### DISTRIBUCIÓN DEL PORCIENTO DE TRABAJO

No	ASPECTOS A DESARROLLAR	PORCIENTO
1	Enseñanza y desarrollo de habilidades deportivas.	65 %
2	Enseñanza de la historia y reglas del deporte.	5 %

3	Formación y desarrollo psicosocial.	5 %
4	Desarrollo de capacidades físicas.	25 %

## **DISCUSIÓN**

La elaboración de este Manual de contenido para entrenadores que conducen el proceso de enseñanza en la iniciación del baloncesto se convierte en una herramienta didáctica-metodológica que unido al documento rector el Programa Integral de Preparación del Deportista en el ciclo del 2020-2024 del Baloncesto discutido y defendido en enero del 2022.

El mismo le proporciona a cada entrenador en las 3 fases del Programa de Enseñanza y sus 40 semanas de trabajo una interrelación de elementos técnicos - tácticos ofensivos y defensivos para organizar el proceso de enseñanza, se reflejan métodos, formas y procedimientos organizativos relacionado con los contenidos a impartir semanalmente, algo significativo la propuesta de dosificación en tiempo y repeticiones.

Este documento se convierte en el sueño de Federativos, entrenadores y docentes para elevar la calidad del baloncesto cubano.

## **CONCLUSIONES**

1. El estudio de los fundamentos teóricos y metodológicos que distinguen la concepción pedagógica permitió precisar concepciones y principios fundamentales en la enseñanza de los fundamentos técnicos tácticos en el baloncesto.

2. La entrevista y el intercambio con directivos del baloncesto incentivo y propicio la elaboración del manual para entrenadores noveles de baloncesto que trabajan en la iniciación de nuestro deporte.

3. El manual para entrenadores de baloncesto que trabajan en la iniciación de nuestro deporte contiene una estructura que permite a los profesionales del baloncesto dirigir el proceso de preparación y enseñanza.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- 1- Colectivo de Autores. Baloncesto. Programa de Preparación del Deportista.
- 2- Comisión Nacional de Baloncesto. INDER 2022.
- 3- Comas, M.- Baloncesto más que un Juego. (21 Tomos).
- 4- Del Rio, A. (2018). 1000 Ejercicios de Baloncesto.
- 5- De la Paz Rodríguez, Pedro L, Baloncesto. La Ofensiva / Pedro L. De la Paz Rodríguez. 2 da Edición, Ciudad de La Habana, Editorial Deportes,
- 6- De la Paz Rodríguez, Pedro L, Baloncesto. (2005). La Defensa / Pedro L. De la Paz Rodríguez/. 2 da Edición, Ciudad de La Habana, Editorial Deportes.
- 7- Manual para entrenadores de Mini FIBA. 2020
- 8- Método Cabb, Argentina. 2018
- 9- Pardo Hernández, R. (2007). Baloncesto para Niños y Jóvenes / Ricardo Pardo Hernández/, 1ra Edición. Ciudad de La Habana. Editorial Deportes.
- 10-Reglas del Mini Baloncesto. FIBA (Impresión Digital)

- 11- Reglas Oficiales del Juego. FIBA. 2020 (Impresión Digital)
- 12- Lindberg, F.- Baloncesto. Juego y Enseñanza. /F. Lindberg/. Ciudad de La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- 13- Olivera, J. 1250 Ejercicios y Juegos de Baloncesto. Biblioteca Universitaria Nicolás Salmerón. <https://indaga.ual.es/discovery/fulldisplay?docid=alma991000182879704991&context=L&vid=34CBUA>  
UAL:VU1&lang=es&adaptor=Local%20Search%2  
Engine&tab=LibraryCatalog&query=sub,exact,Fitness,AND&mode=advanced
- Rodríguez Delgado, B, Iglesias González, J.- Organización Deportiva. /B. Rodríguez Delgado y J. Iglesias González/. Ciudad de La Habana. Editorial Deportes. 2005 – 185 Pág

#### **CONFLICTO DE INTERESES**

El o los autores declaran que la presente investigación y su redacción no responde a ningún conflicto de interés y que es un artículo inédito.

#### **CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES**

Juan Carlos Betancourt González y José Estradé Martínez: Investigación y aplicación del experimento.  
Romelio Díaz Silva y Arnaldo González Artola: Redacción y estilo científico.