



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 20 – JULIO DE 2009

“BALONCESTO EN EL PROGRAMA EL DEPORTE EN LA ESCUELA: PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN”

| |
|--|
| AUTORÍA FRANCISCO JESÚS MARTÍN RECIO |
| TEMÁTICA DEPORTES |
| ETAPA E.S.O. |

Resumen

El objeto del presente artículo es presentar una planificación y evaluación práctica y útil del baloncesto como deporte colectivo en los programas del deporte en la escuela orientada a los monitores o técnicos deportivos encargados de impartir las sesiones prácticas. Esta herramienta puede ser utilizada y modificada a su vez por el profesor/a de EF, que en la mayoría de los casos suele ser el coordinador del programa.

Palabras clave

Educación Física (EF), Programa Deporte en la Escuela (PDE), Baloncesto, Planificación y Evaluación.

1. MARCO CONTEXTUAL.

Los deportes colectivos son un contenido popular y muy vinculado a nuestro entorno social, que goza en general del interés y motivación del alumnado. Se ubican en el bloque de contenidos de “Juegos y Deportes” en la ESO, en el núcleo temático “Cultura para la utilización constructiva del ocio” en 1º Bachillerato y el núcleo de “Habilidades deportivas” en 2º Bachillerato, atendiendo a la normativa actual.

1.1. Conceptos

Definir deporte ha sido una tarea abordada por numerosos autores desde distintas perspectivas, siendo además un término confuso y polisémico. Hernández Moreno (1994) señala que el deporte es toda situación motriz de competición, reglada, con carácter lúdico e institucionalizado. En base a esta sencilla propuesta y



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 20 – JULIO DE 2009

teniendo en cuenta a Cagigal (1981) podemos afirmar que las características definitorias del deporte son:

- ❑ Situación motriz: implica actividad física.
- ❑ Juego: los deportes nacen como juegos, teniendo un carácter lúdico, libre y voluntario.
- ❑ Competición: deseo de superación y de alcanzar rendimiento elevado.
- ❑ Tiene un marcado carácter competitivo, se convierte en su esencia.
- ❑ Reglamentación: a través de reglas codificadas y estandarizadas que fijarán la actividad y su desarrollo.
- ❑ Institucionalización: organización y control por parte de instituciones oficiales que fijan su desarrollo y reglamento (FIFA, FIBA, IHF ...)

Según Parlebás (2001) los deportes colectivos son aquellos en los que aparece la colaboración entre distintos individuos para superar una adversidad, ya sea física (rafting, escalada en cordada), técnica (acrosport) o a través de oponentes (fútbol, baloncesto, voleibol...)

1.2. Características y clasificaciones de los deportes colectivos

La diferencia principal de estos deportes con los individuales y los de adversario es que surge la colaboración entre distintas personas para vencer una adversidad (comunicación motriz). En estos deportes surge el concepto de equipo deportivo, como conjunto de jugadores y técnicos con un proyecto en común, entre los que se establece relaciones intensas y coordinadas para alcanzar dicho proyecto común.

Parlebás (2001) propone su taxonomía en función de la existencia de incertidumbre en cuanto a los compañeros (C), adversarios (A) y el medio (I). La existencia de una línea sobre la inicial significa que dicho factor no es relevante.

| Clasificación | | CARACTERÍSTICAS | EJEMPLOS |
|---------------|--------------|--|---|
| 1ª | C A I | Sin compañeros, sin adversarios y sin interacción en el medio. | Lanzamiento de disco, de peso, salto de altura, natación, gimnasia artística ... |
| 2ª | C A I | Sin compañeros, ni adversarios, pero con un medio fluctuante. | Carrera de orientación colectivo, natación en aguas bravas, ala delata, parapente ... |
| 3ª | C A I | Con compañeros, pero sin adversarios ni interacción en el medio. | Gimnasia rítmica por equipos, natación sincronizada ... |
| 4ª | C A I | Sin compañeros ni interacción en el medio pero con adversarios. | Deportes de adversario: tenis, kárate, judo, bádminton ... |
| 5ª | C A I | Con adversarios e interacción en el medio, pero sin compañeros. | Motocross, vela ... |
| 6ª | C A I | Sin adversarios, pero con compañeros e interacción en el medio. | Escalada en cordada ... |
| 7ª | C A I | Con compañeros, adversarios, pero sin interacción en el medio. | Fútbol, baloncesto, balonmano, voleibol, rugby ... |
| 8ª | C A I | Con compañeros, adversarios e interacción en el medio. | Ciclismo por equipos, vela, ... |

Tabla 1. Clasificación de los deportes de Parlebás.

Clasificaciones de los deportes colectivos

Los deportes colectivos, es decir aquellos en donde aparece un equipo deportivo con un proyecto en común, se corresponden con las categorías 3ª, 6ª, 7ª y 8ª de la propuesta de Parlebás (2001). Dentro de los deportes colectivos distinguimos entre deportes de cooperación y deportes de cooperación-oposición. En ambos existen compañeros, pero se diferencian en la existencia o no de adversarios directos. En base a este criterio y según la incertidumbre en el medio distinguimos entre:

| | EN UN MEDIO FIJO | EN UN MEDIO FLUCTUANTE |
|--|---|--|
| DEPORTES DE COOPERACIÓN (sólo compañeros) | Gimnasia rítmica por equipos, carrera de relevos por equipos en atletismo, carrera de relevos en natación, acrosport, etc. 3ª categoría de Parlebás | Rafting, escalada en cordada ... 6ª categoría de Parlebás |
| DEPORTES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN (compañeros y adversarios) | Fútbol, baloncesto, rugby, balonmano, voleibol, hockey ... 7ª categoría de Parlebás | Carrera por equipos en ruta 8ª categoría de Parlebás |

Tabla 2. Deportes colectivos de cooperación y de cooperación-oposición.

En realidad todas las categorías antes citadas son deportes colectivos, aunque de forma tradicional se suele entender por colectivos a aquellos que forman parte de la séptima categoría propuesta por Parlebás (2001), también denominados deportes



de equipo, analizándose así en este tema por su relevancia social y escolar.

Atendiendo a la bibliografía existente los deportes de colectivos se suelen clasificar según las características del espacio de juego (común o separado) y el desarrollo de la acción (simultáneo y alternativo) en:

| DEPORTES COLECTIVOS | | DESARROLLO DE LA ACCIÓN | |
|---------------------|----------|-------------------------------|--|
| | | Simultáneo | Separado |
| ESPACIO DE JUEGO | Común | Fútbol, baloncesto, rugby ... | Pelota vasca por parejas, squash parejas ... |
| | Separado | No existentes | Voleibol, bádminton por parejas, Tenis por parejas |

Tabla 3. Clasificación de los deportes colectivos

Los deportes de cooperación-oposición en un medio fijo se caracterizan por bastante variabilidad en las situaciones de juego, actividades de baja organización, distintas alternativas a cada situación, poco tiempo de decisión, importancia del mecanismo ejecutivo, perceptivo y decisional. gran interés social y educativo ...

Según Bayer (1986) los denominadores comunes a los deportes colectivos son en la acción de juego: un terreno de juego, una meta, un móvil manipulable, compañeros, adversarios y un reglamento a respetar.

1.3. Adaptaciones y orientaciones para su tratamiento didáctico

Los deportes colectivos y el baloncesto en concreto, a través de una serie de adaptaciones pueden ser incluidos en el marco escolar, de manera que se conviertan en un medio idóneo para la ocupación del tiempo de ocio de nuestro alumnado.

1.3.1 Características generales de los deportes colectivos en la escuela

Según Posada (2000) los deportes colectivos en la escuela deben reunir las siguientes características:

- Tratamiento lúdico y participativo, con enfoques globales, favoreciendo así el desarrollo de la imaginación, estando adaptado a las características de nuestros alumnos/as .
- Enfoque multideportivo: contacto con una importante y variada gama de deportes colectivos (fútbol, baloncesto, hockey, balonmano, bádminton por parejas, tenis de mesa por parejas, voleibol ...) Es conveniente evolucionar desde planteamientos globales (juegos) a un tratamiento más específico de las especialidades deportivas colectivas (baloncesto 5 x 5). De esta forma se adquirirá una base sólida en estos deportes, permitiendo en curso más



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 20 – JULIO DE 2009

avanzados mayor especialización .

- Adecuación a las características de los niños y niñas .
- La ESO y el Bachillerato deben estar acercadas a las etapas de familiarización e iniciación propuestas por Posada.
- Vinculado a la educación en valores y por tanto a los temas transversales: educación para la salud, educación para la paz, coeducación, educación intercultural, educación moral y cívica, etc.
- Integración de los niños/as con necesidades educativas especiales .
- Debe buscar la implicación cognitiva del alumnado, a través de una técnica de enseñanza por indagación, con estilos como la resolución de problemas .
- Es conveniente adaptar los materiales empleados a las características de nuestro alumnado .
- Se debe trabajar de forma prioritaria el ataque antes que la defensa.

Según Vázquez (2000) debemos posibilitar un deporte coeducativo, dónde se garantice el éxito y la participación de todos/as, sin discriminación por razón de sexo, con cuidado en el vocabulario empleado e incluso presentando modelos deportivos femeninos.

Es interesante dotar de autonomía conforme se avanza en la etapa, llegando incluso el alumnado a organizar sus propios torneos y competiciones deportivas.

1.3.2. Tratamiento de la reglamentación

Las normas empleadas en los deportes deben ser concebidas como herramientas del profesor/a de Educación Física para incidir en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Evidentemente el reglamento será flexible y adaptable a cada situación. En general se tendrá en cuenta las siguientes premisas:

- ❑ Fomento del respeto a las reglas y a la actuación de los jueces. Puede ser positivo que los alumnos/as vivan el rol de juez.
- ❑ Realización de reflexiones y análisis del reglamento de los deportes individuales.
- ❑ Adaptación de las reglas a las características de nuestros alumnos/as: espacio de juego, tiempo, móvil, participantes, dificultad... Se progresará desde reglas sencillas hacia la utilización del reglamento oficial del deporte practicado.

1.3.3. Tratamiento de la competición

La competición es entendida por nuestro alumnado en muchas ocasiones de forma inadecuada debido al deporte espectáculo; por ello es fundamental un



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 20 – JULIO DE 2009

tratamiento educativo de la competición, no sólo en nuestras clases sino también en el PDE.

Debemos incidir en un deporte jugado, donde se elimine la idea de ganar a toda costa por una competición educativa, bien enfocada, en la que se pretende ganar pero siempre en un contexto de juego y sin eliminaciones por capacidad.

La competición deportiva deberá permitir experiencias de victoria a todos y todas a través de cambios en las normas, dónde se favorezca el compañerismo, el respeto y sin rechazar al perdedor en ningún momento.

No se dará excesiva importancia al resultado, sino que la competición educativa será motivante, además de permitir el conocimiento de las posibilidades y limitaciones personales .



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 20 – JULIO DE 2009

2. JUSTIFICACIÓN DE LA PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN

La inclusión del baloncesto en el PDE por indicación de las instrucciones de la dirección general de participación y equidad en educación sobre el programa el deporte en la escuela para el curso 2008/2009, permite a su vez desde una perspectiva formativa la consecución de distintos objetivos de materia en EF, incidiendo así en una educación integral del alumnado.

Según Sánchez Bañuelos (2002) el deporte no es bueno ni malo, ya que por ejemplo puede generar desde actitudes de respeto a las normas a actitudes basadas en la trampa, etc. Es fundamental por tanto un tratamiento educativo para lo que es importante la actuación del docente y la utilización de una metodología adecuada.

De forma específica alcanza los siguientes objetivos de materia en la ESO:

- ❑ Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución (objetivo 7).
- ❑ Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad (objetivo 8).
- ❑ Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del cuerpo, la actividad física y el deporte en el contexto social (objetivo 10).

Contribuye a alcanzar distintas competencias básicas cómo la social y ciudadana, la competencia en el conocimiento e interacción con el medio físico y natural, la competencia cultural y artística, la competencia en aprender a aprender ...

En definitiva la inclusión del baloncesto se justifica en el marco escolar y en el PDE ya que permite mejorar la autoestima, aumentar la superación, potenciar el autocontrol, el conocimiento propio de las posibilidades y limitaciones de cada alumno/a, la aceptación, etc.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 20 – JULIO DE 2009

3. FINALIDADES DE LA PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN

La inclusión del baloncesto en el PDE no tiene como objetivo prioritario el aprendizaje deportivo específico, aunque su consecución es importante, siendo lo realmente fundamental alcanzar una serie de capacidades educativas. Las intenciones educativas van más allá que las de aprendizaje, son más globales y consiguen una educación integral en todos los ámbitos de la personalidad de nuestro alumnado.

Su consecución no sólo se realizará desde el deporte en sí, sino también de forma intradisciplinar con otros contenidos, por ejemplo con condición física a través de ejercicios integrados de baloncesto, ...

3.1. Intenciones Educativas

Señalada por diversos autores cómo Sánchez Bañuelos (2002) o Posada (2000), son las siguientes:

- ❑ Aumento de la motivación hacia la actividad física, valorando las modalidades del baloncesto como una forma idónea de ocupación del tiempo libre.
- ❑ Incremento de las experiencias motrices y del repertorio motriz.
- ❑ Mejora del autocontrol y la autoestima.
- ❑ Desarrollo del espíritu de superación y perseverancia.
- ❑ Aceptación de las posibilidades y limitaciones personales.
- ❑ Conocimiento y aceptación de sí mismo.
- ❑ Incremento de la condición física general, en especial la vinculada a la salud y calidad de vida.
- ❑ Socialización a través del deporte, con valores de tolerancia, respeto, igualdad, juego limpio, etc.

3.2. Intenciones de aprendizaje

La propuesta es la siguiente:

- ❑ Progreso en el dominio de las habilidades motrices específicas del baloncesto.
- ❑ Participación en competiciones deportivas de baloncesto 3x3 y 5x5.
- ❑ Conocimiento y práctica de los fundamentos técnicos-tácticos y reglamentarios del baloncesto 3x3 y 5x5.
- ❑ Incremento de las capacidades físicas básicas de forma específica al deporte.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 20 – JULIO DE 2009

4. MODELO DE PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN PARA EL BALONCESTO

Por planificación entendemos el desarrollo de un plan general organizado para obtener un objetivo determinado. La carencia de planificación en el ámbito de la iniciación y perfeccionamiento deportivo es habitual por parte de los monitores o técnicos deportivos en las distintas entidades: escuelas deportivas municipales, clubs deportivos o programas de el deporte en la escuela.

Planificar ayuda también a establecer relaciones causa-efecto entre los objetivos conseguidos y el trabajo realizado. Por desgracia, todavía sigue siendo frecuente en el ámbito de la actividad física y el deporte que el monitor o técnico deportivo se enfrente a su clase diaria con la mente en blanco, sin haber trazado un plan, o como mucho habiendo preparado la clase pero de forma aislada no dentro de un plan de actuación. El improvisar sobre la marcha conlleva la realización sin querer, de un número mayor de ejercicios sobre los aspectos que primero se nos vienen a la cabeza, situación que se repite día tras día y que lleva al grupo a unos resultados buenos en determinadas habilidades y muy malos en otras. Pero no planificar impide el análisis correcto de esos resultados. Vamos a tratar por tanto de integrar un modelo de planificación con un modelo de evaluación de manera que la interacción entre ambos modelos sea directa y continua.

3.1. Delimitación de Objetivos

Los objetivos se van a estructurar en generales y específicos de cada etapa, planteándose los siguientes:

Generales

- ❑ Crear hábitos de práctica deportiva saludable.
- ❑ Respetar y aceptar las normas de comportamiento de clase así como las reglas de las diferentes actividades, no mostrando actitudes de discriminación por razón de sexo, capacidad o razón social.
- ❑ Conocer y consolidar los hábitos higiénicos de cuidado corporal en la actividad deportiva.
- ❑ Conocer y aplicar los aspectos reglamentarios del deporte.
- ❑ Participar en competiciones deportivas intercentros mostrando una actitud de juego limpio.

Específicos Etapa I

- ❑ Practicar en situaciones lúdicas las diferentes habilidades técnico-tácticas del baloncesto.
- ❑ Conocer y practicar el baloncesto 3x3 con sus adaptaciones reglamentarias.

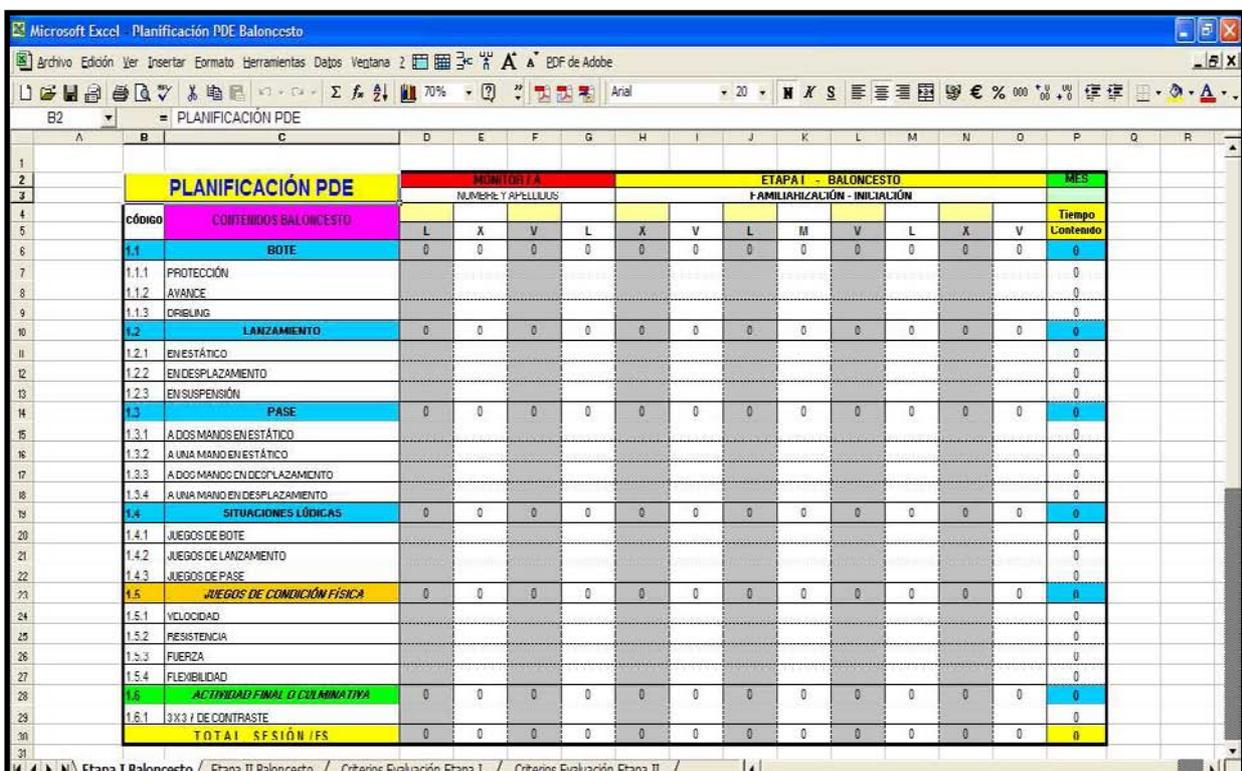
- ❑ Participar en competiciones de baloncesto vivenciando la situaciones de competición.
- ❑ Desarrollar la capacidades físicas básicas en relación a su desarrollo mediante actividades lúdicas relacionadas con el baloncesto.

Específicos Etapa II

- ❑ Practicar las diferentes habilidades específicas del baloncesto mejorando su el rendimiento motor.
- ❑ Conocer y poner en práctica el reglamento del baloncesto.
- ❑ Participar en competiciones de 5x5 vivenciando las situaciones de competición.
- ❑ Desarrollar y mejorar la capacidades físicas básicas en relación a su desarrollo mediante diferentes medios y métodos de entrenamiento.

3.2. Delimitación de Contenidos

Como se ha comentado en apartados anteriores, los contenidos van a ser los medios para la consecución de los objetivos propuestos. En las imágenes 1 y 2 se pueden observar los bloques de contenidos y contenidos de las etapas I y II.



| PLANIFICACIÓN PDE | | MONES / A | | | ETAPA I - BALONCESTO | | | | | | | | | | | | MES |
|--------------------------|--------------------------------------|-----------------------|---|---|------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|-----------|--|--|-----|
| | | NÚMERO Y REPETICIONES | | | FAMILIARIZACIÓN - INICIACIÓN | | | | | | | | | | | | |
| código | CONTENIDOS BALONCESTO | L | X | V | L | X | V | L | M | V | L | X | V | Contenido | | | |
| 1.1 | BOTE | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | |
| 1.1.1 | PROTECCIÓN | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.1.2 | AVANCE | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.1.3 | DRIBLING | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.2 | LANZAMIENTO | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | |
| 1.2.1 | EN ESTÁTICO | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.2.2 | EN DESPLAZAMIENTO | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.2.3 | EN SUSPENSIÓN | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.3 | PASE | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | |
| 1.3.1 | A DOS MANOS EN ESTÁTICO | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.3.2 | A UNA MANO EN ESTÁTICO | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.3.3 | A DOS MANOS EN DESPLAZAMIENTO | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.3.4 | A UNA MANO EN DESPLAZAMIENTO | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.4 | SITUACIONES LÚDICAS | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | |
| 1.4.1 | JUEGOS DE BOTE | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.4.2 | JUEGOS DE LANZAMIENTO | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.4.3 | JUEGOS DE PASE | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.5 | JUEGOS DE CONDICIÓN FÍSICA | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | |
| 1.5.1 | VELOCIDAD | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.5.2 | RESISTENCIA | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.5.3 | FUERZA | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.5.4 | FLEXIBILIDAD | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| 1.6 | ACTIVIDAD FINAL O CULMINATIVA | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | |
| 1.6.1 | 3X3 / DE CONTRASTE | | | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| TOTAL SESIÓN / ES | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | |

Imagen 1. Planificación Baloncesto Etapa I

| PLANIFICACIÓN PDE | | MONITOR/A | | | | | | | | | | | | ETAPA II - BALONCESTO | | | | | | | | | | | | MES |
|-------------------|-------------------------------|--------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--------|
| | | NOMBRE Y APELLIDOS | | | | | | | | | | | | PERFECCIONAMIENTO | | | | | | | | | | | | Tiempo |
| Código | CONTENIDOS BALONCESTO | L | X | V | L | X | V | L | M | V | L | X | V | | | | | | | | | | | | | o |
| 2.1 | PERFECCIONAMIENTO TÉCNICA | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.1.1 | BOTE | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.1.2 | PASE | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.1.3 | LANZAMIENTO | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.2 | SITUACIONES SUPERIORIDAD | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.2.1 | 4X1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.2.2 | 3X1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.2.3 | 2X1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.3 | SITUACIONES INFERIORIDAD | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.3.1 | 1X2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.3.2 | 2X3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.3.3 | 3X4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.3.4 | 4X5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.4 | TÁCTICA | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.4.1 | DEFENSA INDIVIDUAL | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.4.2 | DEFENSA EN ZONA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.4.3 | CONTRAATAQUE | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.5 | INTIGRADA | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.5.1 | VELOCIDAD | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.5.2 | RESISTENCIA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.5.3 | FUEJZA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.5.4 | FLEXIBILIDAD | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.6 | ACTIVIDAD FINAL O CULMINATIVA | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 2.6.1 | 5X5 / DE CONTRASTE | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| TOTAL SESIÓN /ES | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | 0 |

Imagen 2. Planificación Baloncesto Etapa II

3.3. Estructuración de la Sesión

El siguiente nivel sería por tanto la sesión o clase, que en función de su duración podrá tener un mayor o menor número de Unidades Educativas (5 minutos). Dado que siempre se pierde algún tiempo en la organización y dosificación de las tareas, para ser más preciso en la planificación deberemos planificar en función del tiempo útil y no del tiempo real (Ver Tabla 2).

| ESTRUCTURACIÓN SESIÓN | Distribución Temporal – UE |
|-----------------------|----------------------------|
| Calentamiento | 5 minutos – 1 UE |
| Actividad Principal | 40 minutos – 8 UE |
| Actividad Final | 5 minutos – 1 UE |
| Vuelta la Calma | 5 minutos – 1 UE |
| Tiempo Útil | 55 minutos – 11 UE máximo |
| Tiempo Organización | 5 minutos |
| Duración Total | 60 minutos |



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 20 – JULIO DE 2009

Tabla 2. Estructuración temporal y por UE de la sesión

Características de las partes de la sesión:

- Actividad Introdutoria o de Calentamiento: En la cual el alumnado realiza la transición de la inactividad a la actividad de una forma adecuada, mediante calentamiento general con ejercicios de activación vegetativa (carrera intensidad baja) y movilidad articular con una duración de 5 minutos.
 - Actividad Principal: Se comenzará con el calentamiento específico con ejercicios de repaso de la sesión anterior o bien un juego motivante. En ella se tratan de cumplir el objetivo o los objetivos de la sesión mediante el trabajo de diferentes contenidos. La actividad debe ser continua con el fin de que el alumnado consiga el mayor tiempo de práctica motriz posible.
 - Actividad Final: La importancia de esta actividad radica en la posibilidad de utilizarla de elemento motivador para siguiente clase, por lo que la actividad a plantear podrá ser de dos tipos: actividad recreativa o actividad de contraste. En el primer caso ese tipo de actividad recreativa deja un buen recuerdo en el alumnado y ayuda a que tenga ganas de asistir a la siguiente clase. En el segundo caso se consigue el mismo efecto pero porque el alumno/a ha conseguido algún objetivo concreto, la satisfacción de conseguir lo pretendido también es buen reforzador.
- Vuelta a la Calma: Consistente en realización de estiramientos de los grupos musculares trabajados principalmente durante la sesión con una duración de 5 minutos.

Ahora será necesario organizar las sesiones a lo largo de un mes, para ello listaremos las habilidades deportivas en **bloques de contenidos** y en **etapas** utilizando para ello un archivo de Microsoft Excel para su control como se puede observar en las imágenes 1 y 2.

3.3. Evaluación del Proceso de Aprendizaje

Una vez aplicada la planificación, deberemos de confirmar si lo planificado se ha conseguido. A veces es necesario realizar modificaciones sobre la marcha ya que el contenido de la UE puede ser poco asequible para el nivel del alumnado en algunos casos o muy fácil en otros. Por este motivo, es muy importante dedicar la primera sesión de cada curso para realizar una **evaluación inicial** del grupo, para de esta forma, obtener la información necesaria para poder planificar nuestro trabajo adecuándolo a las características de nuestros alumnos y alumnas.

La planificación será un documento dinámico, que se irá modificando de acuerdo a los cambios efectuados por sesión. Con estos datos y los de la evaluación continua, analizaremos los resultados obtenidos, que nos permitirá optimizar el proceso de enseñanza y aprendizaje llevado a cabo.

En la tabla 3 se presentan los **criterios de evaluación** codificados en relación con los contenidos trabajados, y en la tabla 5 la planilla de evaluación por alumno.

| ETAPA II PERFECCIONAMIENTO BALONCESTO | | ETAPA I FAMILIARIZACIÓN - INICIACIÓN BALONCESTO | |
|--|---|--|---|
| CÓDIGO | CRITERIOS EVALUACIÓN | CÓDIGO | CRITERIOS EVALUACIÓN |
| 2.1 | DOMINIA ASPECTOS TÉCNICOS | 1.1 | UTILIZA ADECUADAMENTE EL BOTE |
| 2.1.1 | BOTE | 1.1.1 | DE PROTECCIÓN |
| 2.1.2 | LANZAMIENTO | 1.1.2 | DE AVANCE |
| 2.1.3 | PASE | 1.1.3 | DE DRIBLING |
| 2.2 | AFRONTA CORRECTAMENTE SITUACIONES | 1.2 | REALIZA ADECUADAMENTE EL LANZAMIENTO |
| 2.2.1 | SUPERIORIDAD 4 X 1 | 1.2.1 | EN ESTÁTICO |
| 2.2.2 | SUPERIORIDAD 3 X 1 | 1.2.2 | EN DESPLAZAMIENTO (ENTRADA A CANASTA) |
| 2.2.3 | SUPERIORIDAD 2 X 1 | 1.2.3 | EN SUSPENSIÓN |
| 2.3 | AFRONTA CORRECTAMENTE SITUACIONES | 1.3 | UTILIZA ADECUADAMENTE EL PASE |
| 2.3.1 | INFERIORIDAD 1 X 2 | 1.3.1 | A DOS MANOS EN ESTÁTICO |
| 2.3.2 | INFERIORIDAD 2 X 3 | 1.3.2 | A UNA MANO EN ESTÁTICO |
| 2.3.3 | INFERIORIDAD 3 X 4 | 1.3.3 | A DOS MANOS EN DESPLAZAMIENTO |
| 2.3.4 | INFERIORIDAD 4 X 5 | 1.3.4 | A UNA MANO EN DESPLAZAMIENTO |
| 2.4 | PONE EN PRÁCTICA CORRECTAMENTE | 1.4 | PARTICIPA ADECUADAMENTE EN JUEGOS |
| 2.4.1 | DEFENSA INDIVIDUAL | 1.4.1 | DE BOTE |
| 2.4.2 | DEFENSA EN ZONA | 1.4.2 | DE LANZAMIENTO |
| 2.4.3 | CONTRAATAQUE | 1.4.3 | DE PASE |
| 2.5 | PARTICIPA ADECUADAMENTE ACTIVIDADES | 1.5 | PARTICIPA ADECUADAMENTE EN JUEGOS |
| 2.5.1 | INTEGRADAS DE FUERZA | 1.5.1 | VELOCIDAD |
| 2.5.2 | INTEGRADAS DE VELOCIDAD | 1.5.2 | RESISTENCIA |
| 2.5.3 | INTEGRADAS DE RESISTENCIA | 1.5.3 | FUERZA |
| 2.5.4 | INTEGRADAS DE FLEXIBILIDAD | 1.5.4 | FLEXIBILIDAD |
| 2.6 | PARTICIPA ADECUADAMENTE EN ACTIVIDAD | 1.6 | PARTICIPA ADECUADAMENTE EN ACTIVIDAD |
| 2.6.1 | 5 X 5 / DE CONTRASTE | 1.6.1 | 3 X 3 / DE CONTRASTE |

Tabla 3. Criterios Evaluación Etapas I y II

| N° | ALUMNOS/A - EVALUACIÓN ETAPA | Criterios | 1° | 2° | 3° | 4° | 5° | 6° | 7° | 8° | 9° | 10° | 11° | 12° |
|-----|------------------------------|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|
| 1° | JUAN | 1.1 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| | Nota PASA A ETAPA II | 1.1.1 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| 2° | MANUEL | 1.1.2 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| | Nota NO PASA A ETAPA II | 1.1.3 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| 3° | FCO. JAVIER | 1.2 | SI | NO | | | | | | | | | | |
| | Nota | 1.2.1 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| 4° | ALVARO | 1.2.2 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| | Nota | 1.2.3 | SI | NO | | | | | | | | | | |
| 5° | JOSE LUIS | 1.3 | SI | NO | | | | | | | | | | |
| | Nota | 1.3.1 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| 6° | HERONIMO SERGIO | 1.3.2 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| | Nota | 1.3.3 | SI | NO | | | | | | | | | | |
| 7° | RAUL | 1.3.4 | SI | NO | | | | | | | | | | |
| | Nota | 1.4 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| 8° | PABLO | 1.4.1 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| | Nota | 1.4.2 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| 9° | ALBERTO | 1.4.3 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| | Nota | 1.5 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| 10° | ALFREDO | 1.5.1 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| | Nota | 1.5.2 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| 11° | JUAN FRANCISCO | 1.5.3 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| | Nota | 1.5.4 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| 12° | ANTONIO | 1.6 | SI | SI | | | | | | | | | | |
| | Nota | 1.6.1 | SI | SI | | | | | | | | | | |

Tabla 4. Planilla Evaluación Proceso Enseñanza por alumno/a

3.4. Delimitación de Etapas

El PDE va estar estructurado en dos etapas de acuerdo con el desarrollo en el aprendizaje de los alumnos y alumnas (familiarización-iniciación y perfeccionamiento), y diferentes categorías según edad y sexo. En la siguiente tabla se exponen de forma resumida estas etapas y categorías.

| ETAPA | CARACTERÍSTICAS | CATEGORÍAS |
|-------|---|--|
| I | "FAMILIARIACIÓN E INICIACIÓN AL BALONCESTO" | BENJAMÍN MIXTA ALEVÍN MIXTA |
| II | "PERFECCIONAMIENTO EN EL BALONCESTO" | INFANTIL MASCULINA – FEMENINA CADETE MASCULINA - FEMENINA |

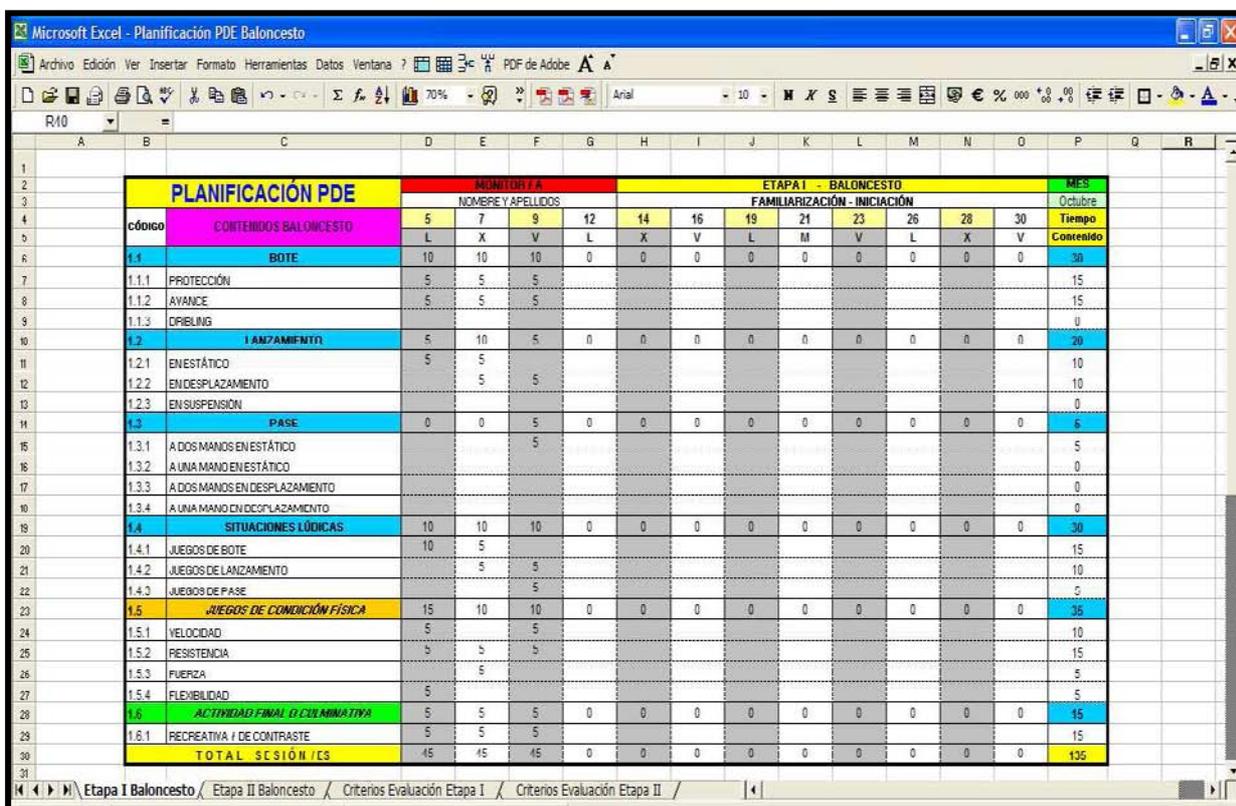
Tabla 6. Delimitación Etapas y Categorías

4. ACTUACIÓN DEL PROFESOR DE EF

Una vez presentado el modelo de planificación y evaluación en el apartado anterior, la función del docente de EF, que normalmente es el coordinador del PDE, sería la de presentar este modelo a los monitores o técnicos encargados de impartir la actividad deportiva, explicar su utilización y mensualmente controlar estas planificaciones realizadas en Microsoft Excel.

Esta planificación con sus respectivas criterios de evaluación será un instrumento práctico para los monitores o técnicos en la realización de su trabajo y para el docente de EF el controlar de una forma sencilla la actividad realizada durante el PDE, y que indirectamente servirá para la consecución de objetivos didácticos recogidos en el currículo de la EF en la ESO y Generales de Etapa como se reflejaba en el apartado primero correspondiente a la justificación.

A continuación se presenta un ejemplo de planificación correspondiente a una semana reflejándose en ella la distribución temporal utilizada por bloques de contenidos y contenidos específicos.



| PLANIFICACIÓN PDE | | MONITOR/A | | | | | ETAPA I - BALONCESTO | | | | | MES | | |
|-------------------|--------------------------------------|--------------------|----|----|----|----|------------------------------|----|----|----|----|---------|----|---------------------|
| | | NOMBRE Y APELLIDOS | | | | | FAMILIARIZACIÓN - INICIACIÓN | | | | | Octubre | | |
| CÓDIGO | CONTENIDOS BALONCESTO | 5 | 7 | 9 | 12 | 14 | 16 | 19 | 21 | 23 | 26 | 28 | 30 | Tiempo Contenido |
| | | L | X | V | L | X | V | L | M | V | L | X | V | |
| 1.1 | BOTE | 10 | 10 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 30 |
| 1.1.1 | PROTECCIÓN | 5 | 5 | 5 | | | | | | | | | | 15 |
| 1.1.2 | AVANCE | 5 | 5 | 5 | | | | | | | | | | 15 |
| 1.1.3 | DREIBUNG | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 1.2 | LANZAMIENTO | 5 | 10 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 20 |
| 1.2.1 | EN ESTÁTICO | 5 | 5 | 5 | | | | | | | | | | 10 |
| 1.2.2 | EN DESPLAZAMIENTO | | 5 | 5 | | | | | | | | | | 10 |
| 1.2.3 | EN SUSPENSIÓN | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 1.3 | PASE | 0 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 |
| 1.3.1 | A DOS MANOS EN ESTÁTICO | | | 5 | | | | | | | | | | 5 |
| 1.3.2 | A UNA MANO EN ESTÁTICO | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 1.3.3 | A DOS MANOS EN DESPLAZAMIENTO | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 1.3.4 | A UNA MANO EN DESPLAZAMIENTO | | | | | | | | | | | | | 0 |
| 1.4 | SITUACIONES LÚDICAS | 10 | 10 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 30 |
| 1.4.1 | JUEGOS DE BOTE | 10 | 5 | | | | | | | | | | | 15 |
| 1.4.2 | JUEGOS DE LANZAMIENTO | | 5 | 5 | | | | | | | | | | 10 |
| 1.4.3 | JUEGOS DE PASE | | | 5 | | | | | | | | | | 5 |
| 1.5 | JUEGOS DE CONDICIÓN FÍSICA | 15 | 10 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 35 |
| 1.5.1 | VELOCIDAD | 5 | 5 | 5 | | | | | | | | | | 10 |
| 1.5.2 | RESISTENCIA | 5 | 5 | 5 | | | | | | | | | | 15 |
| 1.5.3 | FUERZA | | 5 | | | | | | | | | | | 5 |
| 1.5.4 | FLEXIBILIDAD | 5 | | | | | | | | | | | | 5 |
| 1.6 | ACTIVIDAD FINAL U OBLIGATORIA | 5 | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 15 |
| 1.6.1 | RECREATIVA / DE CONTRASTE | 5 | 5 | 5 | | | | | | | | | | 15 |
| | T.O.T.A.L. SESIÓN / ES | 45 | 45 | 45 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 135 |

Imagen 3. Distribución temporal durante una semana.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 20 – JULIO DE 2009

BIBLIOGRAFÍA

Arellano, R. (1996). Evaluación por criterio y su relación con la planificación en la enseñanza de la natación. Universidad de Granada.

Blázquez, D. (1990). Evaluar en EF. Barcelona. Inde.

Blázquez, D. (1998). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona. Inde.

Faucher, David G. (2007). Enseñar baloncesto a los jóvenes. Barcelona. Paidotribo.

Sánchez, F. (2002). *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Madrid. Prentice-Hall.

Parlebas, P. (2001). Juegos, deporte y sociedad. Barcelona. Paidotribo.

Posada, F. (2000). *Ideas prácticas para enseñanza de la Educación Física*. Lérida. Agonós.

Torres, J (1999). La actividad física para el ocio y el tiempo libre. Granada. Proyecto Sur.

Viciano, J. (2001). Planificar en Educación Física. Universidad de Granada.

Wissel, Hal. (2008). Baloncesto. Aprender y progresar. Barcelona. Paidotribo.

Autoría

- Nombre y Apellidos: Francisco Jesús Martín Recio
- Centro, localidad, provincia: I.E.S. SÉNECA, CÓRBODA, CÓRDOBA.
- E-mail: fjmrecio@hotmail.com