



Universidad Veracruzana

**Universidad Veracruzana**  
**Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa**  
**Dirección de Innovación Educativa**  
**Área de Formación de Elección Libre**

**Programa de experiencia educativa**

**1.-Área académica**

Todas las áreas académicas

**2.-Programa educativo**

Todos los programas educativos vigentes

**3.- Campus**

Todos los Campus

**4.-Entidad académica**

Dirección de Actividades Deportivas (DADUV)

**5.- Código**

**6.-Nombre de la experiencia educativa**

**7.- Área de formación**

<b>ADEP 80054</b>	<b>BALONCESTO</b>	<b>Principal</b> Electiva	<b>Secundaria</b>
-------------------	-------------------	------------------------------	-------------------

**8.-Valores de la experiencia educativa**

Créditos	Teoría	Práctica	Total horas	Equivalencia (s)
6	2	2	60	Ninguna

**9.-Modalidad de aprendizaje**

**10.-Oportunidades de evaluación**

Curso/taller/multimodal      Cursativa

**11.-Requisitos**

Pre-requisitos	Co-requisitos
Ninguno	Ninguno

**12.-Características del proceso de enseñanza aprendizaje**

Individual / Grupal	Máximo	Mínimo
Grupal	30	15

**13.-Agrupación natural de la Experiencia educativa (clasificación académica del AFEL)**

**14.-Proyecto integrador**

Salud integral

**15.-Fecha**

Elaboración	Modificación	Aprobación
Agosto 2014	Julio 2021	

**16.-Nombre de los académicos que participaron**

MCJD. Leo Hernández Rivera



Universidad Veracruzana

**Universidad Veracruzana**  
**Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa**  
**Dirección de Innovación Educativa**  
**Área de Formación de Elección Libre**

**17.-Perfil del docente**

Licenciado en Educación Física, maestro en ciencias aplicadas al ejercicio, especialidad en metodología del entrenamiento y deportes con pelota, 5 años de experiencia en nivel superior y en dirección de equipos.

**18.-Espacio**

Institucional/EMINUS

**19.-Relación disciplinaria**

Multidisciplinat

**20.-Descripción**

Esta experiencia educativa pertenece al Área de formación de elección libre (AFEL) del Modelo educativo integral y flexible (MEIF) con un valor de 6 créditos (2 hora teóricas y 2 horas prácticas). Se pretende que mediante la plataforma virtual EMINUS con respaldo paralelo en diferentes medios informativos y de investigación las y los estudiantes realicen un análisis secuenciado desde las bases del deporte y en particular del baloncesto junto con el movimiento intencionado como equilibrio entre las capacidades motoras y las capacidades volitivas que les permita desarrollar un estilo de vida favorable lo cual ayudará a que fortalezcan su formación integral. En ésta EE las y los estudiantes realizarán diferentes secuencias básicas para el aprendizaje, estímulo y desarrollo de habilidades deportivas a través de los elementos técnicos del baloncesto acompañados del estímulo de ciertas capacidades físicas y ejercicios que les permitan interiorizar en sus esquemas motores un desarrollo adecuado de dicha disciplina.

Esta EE surge por el compromiso de la Dirección de Actividades Deportivas a fin de ofrecer opciones de lograr una salud integral en la comunidad universitaria y como herramienta de acompañamiento en su formación integral académica, entre las estrategias metodológicas usadas se encuentran la participación en foros, la presentación de ensayos, la educación de videos deportivos, la formación de hábitos motores a través de un plan semanal de acondicionamiento físico, la imitación de modelos deportivos así como técnicas de relajación entre otras. Las evidencias de desempeño serán la conjugación de análisis y documentos de investigación del deporte y su impacto en la calidad de vida como saberes teóricos, estimularán un alto porcentaje de movimiento intencionado de acuerdo a las técnicas que demanda esta disciplina como saber heurístico y finalmente tendrán la oportunidad de incorporar ese aprendizaje a su percepción, autoconocimiento de las capacidades morales durante sus prácticas, la responsabilidad de alcanzar propósitos semanales de actividad física así como el interés cognitivo para determinar que hábitos les darán un mejor estilo de vida como parte de los saberes axiológicos.

**21.-Justificación**

El baloncesto por las características que demanda de sus practicantes permite que las y los estudiantes puedan mostrar sus diferentes tipos de inteligencias en el plano motor, en el plano moral y en definitiva en las capacidades volitivas acompañadas del desempeño físico, lo que les ayudará a estimular la capacidad de concentración, percepción y desarrollo del carácter y



Universidad Veracruzana

**Universidad Veracruzana**  
**Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa**  
**Dirección de Innovación Educativa**  
**Área de Formación de Elección Libre**

modulación del temperamento para su aprovechamiento en su formación académica enriqueciendo su ser individual con relación a otras personas y con el mundo que le rodea.

## **22.-Unidad de competencia**

Las y los estudiantes analizan los diferentes modelos de juego, técnicas deportivas del baloncesto, conceptos de estilos de vida saludables y aplican secuencias de actividades para mejorar las diferentes capacidades psicológicas y físicas en un ambiente de aprendizaje orientado a la adquisición de hábitos saludables, disciplinarios y sobre todo con un modelo de valores que impacten positivamente en su vida universitaria y en su relación con el contexto social.

## **23.-Articulación de los ejes**

**(Eje heurístico)**, los saberes que se abordan en esta experiencia educativa se relacionan con la comprensión del movimiento intencionado, con el autoconocimiento de sus capacidades intelectuales, físicas, morales y psicológicas acompañadas de la ejercitación de los elementos técnicos del baloncesto tanto en la defensivas como en la ofensiva, **(eje teórico)**, a partir del conocimiento de los antecedentes históricos del juego de pelota en Mesoamérica y como tal del baloncesto en México y en el mundo así como el análisis de las reglas básicas para llevar a cabo las técnicas defensivas y ofensivas en el juego actual y moderno, **(eje axiológico)** con la promoción de un modelo de valores como la responsabilidad de obtener un amplio y profundo conocimiento de los modelos para adquirir mejor capacidad de movimiento, el alto compromiso son su formación académica, la disciplina mental y física para la práctica y repetición de los elementos técnicos, el autocontrol emocional ante los retos del cumplimiento del volumen de los planes de ejercicios, la fijación de metas en el desarrollo físico, la promoción del respeto ante los compañeros en los foros de participación, la autoconfianza como base del liderazgo positivo.



Universidad Veracruzana

**Universidad Veracruzana**  
**Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa**  
**Dirección de Innovación Educativa**  
**Área de Formación de Elección Libre**

**24.-Saberes**

<b>Teóricos</b>	<b>Heurísticos</b>	<b>Axiológicos</b>
<p>Antecedentes del juego de pelota Mesoamérica .</p> <p>Historia del baloncesto en México y en el mundo.</p> <p>El desarrollo del baloncesto actual. Los objetivos del deporte formativo. Reglamento del baloncesto.</p> <p>Fundamentos básicos del Baloncesto</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Técnica individual de manejo y control del balón.</li> <li>✓ Técnica de posturas, desplazamientos y gestos ofensivos.</li> <li>✓ Técnica de posturas, desplazamientos y gestos defensivos.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis de las capacidades físicas.</li> <li>• Análisis de las capacidades psicológicas de la voluntad</li> <li>• Descripción de técnicas auxiliares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis de la información</li> <li>• Análisis del concepto de baloncesto y su impacto en el estilo de vida.</li> <li>• Acceso, evaluación, recuperación y uso de fuentes diversas.</li> <li>• Comprensión oral y escrita</li> <li>• Manejo de paquetería básica de office (Word, PowerPoint, Internet)</li> <li>• Análisis del concepto de baloncesto y su impacto en el estilo de vida.</li> <li>• Análisis y práctica del movimiento intencionado hacia los gestos técnicos tanto defensivos como ofensivos.</li> <li>• Comprensión y asociación de las regla de juego con respecto al uso del cuerpo con y sin balón.</li> <li>• Desarrollo de capacidades físicas condicionales y coordinativas).</li> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gusto por aprender</li> <li>• Motivos hacia el deporte</li> <li>• Autorreflexión</li> <li>• Colaboración grupal</li> <li>• Voluntad</li> <li>• Participación en tiempo y forma</li> <li>• Perseverancia</li> <li>• Modelación del temperamento</li> <li>• Desarrollo del carácter</li> <li>• Autorreflexión</li> <li>• Sacrificio de lo individual por el logro colectivo</li> <li>• Compromiso con el equipo</li> <li>• Confianza</li> <li>• Constancia</li> <li>• Cooperación con sus compañeros</li> <li>• Disciplina</li> <li>• Disposición al trabajo físico</li> <li>• Iniciativa</li> <li>• Liderazgo</li> <li>• Tolerancia a la frustración</li> <li>• Respeto a las reglas</li> <li>• Responsabilidad</li> </ul>



Universidad Veracruzana

**Universidad Veracruzana**  
**Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa**  
**Dirección de Innovación Educativa**  
**Área de Formación de Elección Libre**

**25.-Estrategias metodológicas**

<b>De aprendizaje</b>	<b>De enseñanza</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsqueda y consulta de fuentes de información</li> <li>• Analizar, evaluar y seguir instrucciones</li> <li>• Disertación grupal</li> <li>• Ejecución de técnicas de modelaje técnico</li> <li>• Ejecución de secuencias para el acondicionamiento físico</li> <li>• Elaboración de bitácoras personales y grupales</li> <li>• Exposición de motivos y metas</li> <li>• Imitación de modelos</li> <li>• Lectura y análisis sobre los beneficios de la práctica deportiva hacia los estilos de vida saludables.</li> <li>• Relajación</li> <li>• Visualización de escenarios futuros</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuadre</li> <li>• Evaluación diagnóstica de las capacidades psicológicas y físicas</li> <li>• Lectura comentada</li> <li>• Análisis y edición de videos</li> <li>• Foros de disertación</li> <li>• Organización de grupos colaborativos</li> <li>• Exposición con apoyo tecnológico variado</li> <li>• Discusión dirigida</li> <li>• Dirección de prácticas</li> <li>• Simulaciones</li> <li>• Ilustraciones</li> <li>• Modelaje de elementos técnicos</li> </ul>

**26.-Apoyos educativos**

<b>Materiales didácticos</b>	<b>Recursos didácticos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Libros</li> <li>• Revistas</li> <li>• Antología</li> <li>• Páginas de Internet.</li> <li>• Reglamento de baloncesto</li> <li>• Videos de partidos</li> <li>• Paquetería y software deportivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Balones y elementos esféricos de diferentes texturas, pesos y materiales.</li> <li>• Tapetes</li> <li>• Ligas</li> <li>• Obstáculos</li> <li>• Cojines</li> <li>• Computadora</li> <li>• Conos de señalización</li> <li>• Cuerdas</li> <li>• Bastones</li> <li>• Materiales con peso</li> <li>• Marcas o señales visuales</li> <li>• Elementos para señales auditivas</li> <li>• Elementos para el control de posturas</li> </ul>



Universidad Veracruzana

**Universidad Veracruzana**  
**Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa**  
**Dirección de Innovación Educativa**  
**Área de Formación de Elección Libre**

**27.-Evaluación del desempeño**

<b>Evidencia (s) de desempeño</b>	<b>Criterios de desempeño</b>	<b>Ámbito(s) de aplicación</b>	<b>Porcentaje</b>
Elaboración de tareas e investigaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suficiencia</li> <li>• Manejo del tema</li> <li>• Claridad</li> <li>• Congruencia</li> <li>• Apego a las indicaciones por rúbrica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plataforma Eminnus</li> </ul>	20%
Revisión, análisis, evaluación e integración del autoconocimiento de las capacidades psicológicas para su aplicación en el baloncesto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis del grado de desarrollo de las capacidades psicológicas.</li> <li>• Modelaje paulatino de las capacidades volitivas.</li> <li>• Apego a las indicaciones de los test de evaluación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plataforma Eminnus</li> </ul>	10 %
Proyecto integrador	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suficiencia</li> <li>• Manejo del tema</li> <li>• Claridad</li> <li>• Congruencia               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apego a las indicaciones</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plataforma Eminus</li> </ul>	20%
Demostración de las técnicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Modelaje de las técnicas de los elementos deportivos.</li> <li>• Apego a las indicaciones por rúbrica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancha Baloncesto</li> </ul>	20 %
Demostración del dominio de las técnicas básicas del baloncesto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecución correcta del dominio de las técnicas aprendidas</li> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancha de Baloncesto</li> </ul>	20%
Desarrollo de un plan de acondicionamiento físico.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Modelo de repeticiones en apego al plan elaborado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancha de Baloncesto</li> </ul>	5%
<b>TOTAL</b>			<b>100%</b>



Universidad Veracruzana

**Universidad Veracruzana**  
**Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa**  
**Dirección de Innovación Educativa**  
**Área de Formación de Elección Libre**

### 28.-Acreditación

Para acreditar esta experiencia educativa el estudiante deberá haber obtenido al menos un 60% de cada una de las evidencias de desempeño.

### 29.-Fuentes de información

#### Básicas

- Bennett, Randy (2019) - Stole his defensive system from Royce Uri- Arizona, St. Mary's College of California. Basketball Coach Playbook.
- Preheim, David (2020)- Best of the Horns set. Basketball Coach Playbook.
- Angelie, Jamie (2020) Euro ballsacreen. Basketball Magazine EuroLeague.
- The Player Development Framework Playboo(2020) Basketball England
- Bordas, Josep (2002). *Introducción y desarrollo metodológico de los fundamentos*. Consultado en la página web [www.basketv.com](http://www.basketv.com) en agosto de 2014.
- Castejón, F.J. et al. (2003) *Iniciación deportiva. La enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte*. Sevilla. Editorial Wanceulen
- Costoya Santos, R. (2002) *Baloncesto. Metodología del rendimiento*. Zaragoza. Inde.
- De la Paz P. L. *Baloncesto*. Editorial Pueblo y Educación. La Habana 1989
- Faucher, D.G. (2002) *Enseñar Baloncesto a los jóvenes*. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Gaitley Stephanie. *Girls basketball drills*. Editorial Wish Publishing. 2003
- Giménez F.J. Fuentes Guerra (2003) *La formación del entrenador en la iniciación al baloncesto*. Sevilla. Wanceulen.
- Giménez F.J. Fuentes Guerra y López Buñuel, P.S., (2004) *Aspectos Teóricos y Prácticos de la iniciación al baloncesto*. Sevilla. Wanceulen.
- Giordani. M. *Curso de baloncesto*. Editorial de Vecchi. Barcelona. 1991
- Kirkov, D. *Manual de baloncesto*. Editorial Pueblo y Educación. La Habana 1984.
- Klein Leigh. (2004) *Basketball coachs playbook*. Editorial equilibrium books.
- Kuchar Bill. (2005) *Coaching high school basketball*. Editorial Mac Graw Hill.
- Limberg F. *Baloncesto juego y enseñanza*. Editorial Pueblo y Educación 1990
- Lorenzo, A. y Prieto, G. (2002). *Nuevas perspectivas en la enseñanza del baloncesto*. Consultado en Noviembre de 2011 la página web [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com) Revista Digital- Buenos Aires-Año 8-nº 48. Agosto de 2014
- Martín Rodríguez, J.F. (2005) *II Curso de actualización para entrenadores de baloncesto*. Valladolid. Fundación Forum Valladolid.
- Reglamento oficial de baloncesto 2012
- Wilsen Hal. *Basketball steps to success*. Editorial Human kinectics. 2004

#### Complementarias