

A large, light gray, stylized profile of a man wearing a cap and a fur collar, facing right. This is a representation of Nebrija, the founder of the university.

Fundamentos básicos del baloncesto y su enseñanza

Grado en Ciencias de
la Actividad Física y
del Deporte



UNIVERSIDAD
NEBRIJA

GUÍA DOCENTE

Asignatura: Fundamentos básicos del baloncesto y su enseñanza

Titulación: Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Carácter: Obligatoria

Idioma: Castellano.

Modalidad: Presencial

Créditos: 6

Curso: 1º

Semestre: Primer Semestre

Profesores/Equipo Docente: Dra. Dña. Alba Práxedes Pizarro

1. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

1.1. Competencias

CB1: Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

CB2: Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3: Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

CB4: Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CB5: Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

CG7: Diseñar, desarrollar y evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y al deporte atendiendo a las características individuales de la población y al contexto dónde se desarrolla.

CG8: Promover, desarrollar y evaluar a través de la educación física, la formación en hábitos saludables de alimentación y de actividad física y deporte entre los diferentes sectores de la población para la mejora de la condición física y la salud.

CG12: Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

CG13: Desarrollar competencias para el aprendizaje autónomo y la adaptación a las nuevas situaciones.

CG14: Desarrollar el razonamiento crítico y hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional, actuando con respeto a los principios éticos necesarios.

CG15: Demostrar que han desarrollado las habilidades necesarias para la práctica profesional en el ámbito de actividad física y del deporte.

CG16: Utilizar la educación física y el deporte como un medio para formar en valores, tanto en el contexto educativo como en cualquier otro en el que el/la profesional desempeñe su labor.

CE2: Conocer estrategias de intervención y motivación psicológicas para la atención individual y/o grupal en contextos de actividad física y de deporte.

CE6: Relacionar desde una perspectiva sociológica e historiográfica, los factores sociales y culturales que influyen en la práctica de la actividad física y deportiva, con las situaciones problemáticas relacionadas con dicha práctica.

CE14: Abordar la actividad física y el deporte desde una perspectiva científica y educativa, aplicando medios y metodologías innovadoras en los diferentes contextos en los que el/la profesional desempeñe su labor.

CE18: Diseñar y desarrollar métodos de entrenamiento específicos para el desarrollo de las cualidades físicas y el perfeccionamiento de las habilidades técnicas y capacidades técnico-tácticas del deportista.

CE21: Conocer e identificar los beneficios bio-psico-sociales de la práctica de actividad física, deportiva y recreativa.

CE22: Conocer los fundamentos teórico-prácticos de las actividades físicas, deportivas y recreativas para aplicarlos al contexto educativo o a cualquier otro ámbito profesional.

CE24: Conocer y utilizar de forma adecuada el material, el equipamiento y las instalaciones deportivas y saber adecuarlos a las actividades a desarrollar, a los usuarios y a las circunstancias particulares.

CE25: Conocer la organización y la estructura del deporte en sus diferentes niveles y ámbitos, actuando según la legislación correspondiente.

1.2. Resultados de aprendizaje

- Conocer los fundamentos básicos de las actividades y habilidades deportivas.
- Utilizar la representación gráfica y nomenclatura específica básica de los deportes.
- Conocer y saber aplicar el reglamento de las diferentes disciplinas deportivas.
- Aplicar los principios tácticos y estratégicos a las distintas habilidades deportivas.
- Ser capaz de aplicar las disciplinas deportivas en contextos competitivos, educativos y recreativos.
- Conocer y aplicar los recursos y las metodologías más adecuadas durante el proceso de enseñanza-aprendizaje de diferentes deportes.
- Diseñar tareas y progresiones para la enseñanza de las habilidades técnicas específicas de los deportes.

2. CONTENIDOS

2.1. Requisitos previos

Ninguno.

2.2. Descripción de los contenidos

El programa de esta asignatura tiene como objetivos, por un lado dar a conocer al alumno el deporte en concreto, sus características estructurales y funcionales, con el fin de ajustar la metodología de enseñanza y el diseño de tareas a dichas características. Por otro lado, otro de los objetivos será profundizar en los medios técnico-tácticos tanto de ataque como de defensa, y así como los aspectos más relevantes a tener en cuenta en la dirección de un equipo. Finalmente los alumnos se iniciarán en la investigación en lo relacionado a la búsqueda bibliográfica de información científica y al diseño de un plan de investigación.

2.3. Contenido detallado

Presentación de la asignatura.
Explicación de la Guía Docente.

1. Historia y evolución del baloncesto.

Historia y evolución.
El reglamento del baloncesto actual.

2. Características estructurales y formales del baloncesto.

Estructura formal y funcional del baloncesto.
El baloncesto como deporte educativo y su aplicación en el contexto escolar.
Ámbitos para la enseñanza del baloncesto.

3. La enseñanza del baloncesto.

Modelos de enseñanza y su aplicación al baloncesto.
Variables a modificar dentro de un contexto de juegos modificados.
El cuestionamiento como herramienta metodológica.
Estrategias de enseñanza.
Diseño de tareas. Nomenclatura y representación gráfica.

4. Fundamentos técnico-tácticos individuales de ataque.

Posición básica de ataque.
El pase. Concepto y tipos.
El bote. Concepto y tipos.
El lanzamiento a canasta. Concepto y tipos.
Posición de triple amenaza, pivotes, paradas y arrancadas, y fintas: fundamentos técnico-tácticos.
Elaboración de tareas de aprendizaje de cada uno de los medios técnico-tácticos anteriores.

5. Fundamentos técnico-tácticos individuales de defensa.

Posición defensiva básica.
Desplazamientos defensivos.
Defensa al jugador con balón y sin balón.
Elaboración de tareas de aprendizaje de cada uno de los medios técnico-tácticos anteriores.

6. La construcción del juego colectivo de ataque en baloncesto en etapas de formación.

Situaciones básicas colectivas de juego: del 1x1, 2x2, 3x3 al 5x5.
La ocupación de espacios libres.
El juego sin balón: el desmarque y el bloqueo.
El movimiento de recepción.
Elaboración de tareas de aprendizaje de cada uno de los medios técnico-tácticos anteriores.

7. La construcción del juego colectivo de defensa en baloncesto en etapas de formación.

Situaciones básicas colectivas de juego: del 1x1, 2x2, 3x3 al 5x5.
El triángulo defensivo.
Ayuda y recuperación.
El rebote defensivo.
Elaboración de tareas de aprendizaje de cada uno de los medios técnico-tácticos anteriores.

8. Iniciación a la preparación física en baloncesto.

El calentamiento.
Las cualidades físicas básicas.

9. La dirección de equipos de baloncesto en las etapas de formación.

Etapas deportivas para la enseñanza del baloncesto.
El papel del entrenador y su relación con el resto de grupos humanos.

El papel del entrenador. Aspectos organizativos: entrenamiento y competición.
Factores que influyen en el rendimiento de un grupo: Cohesión de equipo.

10. La evaluación de la acción de juego en baloncesto.

La observación como método de evaluación del rendimiento en el juego.

Creación y utilización de una hoja de observación.

Iniciación a la investigación en el baloncesto: vías para la búsqueda de información científica y planteamiento de un diseño de investigación.

2.4. Actividades Formativas

ACTIVIDAD FORMATIVA	HORAS	PORCENTAJE DE PRESENCIALIDAD
Clases Magistrales	20	100 %
Caso Práctico	8	100 %
Tutorías	14	100 %
Trabajos individuales o en grupo de los estudiantes	16	0 %
Acceso e investigación sobre contenidos complementarios	6	0 %
Estudio individual y trabajo autónomo	50	0%
Actividades prácticas de campo	36	100%

2.5. Metodologías Docentes

MD1 - Método expositivo / Clase magistral: Exposición por parte del docente de los contenidos de cada tema por medio de explicaciones y presentaciones, junto con indicaciones sobre fuentes de información y bibliografía. Se promueve la participación activa del estudiante con actividades de debate, discusión de casos, preguntas y exposiciones El estudiante dispondrá previamente de materiales didácticos, que incluirán objetivos, guiones, cronograma y recursos.

MD2 - Resolución de ejercicios y problemas: Planteamiento de situaciones y ejercicios prácticos que el estudiante debe resolver.

MD3 - Método del caso: Examen y análisis sistemáticos y profundos de los diferentes aspectos y cuestiones de casos prácticos reales y concretos y propuesta de resolución de los mismos.

MD4 - Realización de trabajos: Elaboración de informes y documentos en los que el estudiante debe realizar labores de búsqueda bibliográfica, recopilación de información, análisis de documentos, análisis de casos, redacción y explicación de conclusiones.

MD5 - Aprendizaje orientado a proyectos: Metodología de aprendizaje llevada a cabo en la realización, organización y diseño de proyectos orientados al ámbito de la actividad física y del deporte.

2.6. Actividades Dirigidas

Durante el curso se podrán desarrollar algunas de las actividades, prácticas, memorias o proyectos siguientes, u otras de objetivos o naturaleza similares:

Actividad Dirigida 1 (AD1): casos prácticos.

- Tareas y supuestos prácticos a realizar en clase con el fin de profundizar en los contenidos teóricos-prácticos explicados por el profesor.

Actividad Dirigida 2 (AD2): acceso e investigación sobre contenidos complementarios.

- Revisión bibliografía y planteamiento de un diseño de investigación aplicado al baloncesto.

Actividad Dirigida 3 (AD3): trabajo en grupo de los estudiantes.

- Elaboración de una hoja de observación, junto con su vídeo explicativo, para la evaluación del medio técnico-táctico que se escoja.

Actividad Dirigida 4 (AD4): actividades prácticas de campo.

- Elaboración de una sesión práctica para el trabajo de un contenido técnico-táctico identificando para ello el modelo de enseñanza.

Actividad Dirigida 5 (AD5): actividades prácticas de campo.

- Participación en un torneo de baloncesto ejerciendo para ellos los diferentes roles: jugador, entrenador, árbitro o anotador.

3. SISTEMA DE EVALUACIÓN

3.1. Sistema de calificaciones

El sistema de calificaciones finales se expresará numéricamente, de acuerdo a lo dispuesto en el art. 5 del Real Decreto 1125/2003, de 5 de septiembre (BOE 18 de septiembre), por el que se establece el Sistema Europeo de Créditos y el sistema de Calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y su validez en todo el territorio nacional.

0 - 4,9 Suspenso (SS)

5,0 - 6,9 Aprobado (AP)

7,0 - 8,9 Notable (NT)

9,0 - 10 Sobresaliente (SB)

La mención de "matrícula de honor" podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9,0"

El número de matrículas de honor no podrá exceder de 5% de los alumnos matriculados en una materia en el correspondiente curso académico, salvo que el número de alumnos matriculados sea inferior a 20, en cuyo caso sólo se podrá conceder una sola Matrícula de Honor.

3.2. Criterios de evaluación

Convocatoria ordinaria

Modalidad: Presencial

Sistemas de evaluación	Porcentaje
Asistencia y participación en clase	10%
Presentación de trabajos y proyectos (Prácticas individuales y trabajo en equipo)	14%
Prueba parcial (escrita/presentación trabajo)	6%
Examen final o trabajo final	50%
Realización de actividades prácticas de campo	20%

Convocatoria extraordinaria

Modalidad: Presencial

Sistemas de evaluación	Porcentaje
Presentación de trabajos y proyectos (Prácticas individuales y trabajo en equipo)	30%
Examen final o trabajo final	50%
Realización de actividades prácticas de campo	20%

3.3. Restricciones

Calificación mínima

Para poder hacer media con las ponderaciones anteriores es necesario obtener al menos una calificación de 5 en la prueba final.

Asistencia

El alumno que, injustificadamente, deje de asistir a más de un 25% de las clases presenciales podrá verse privado del derecho a examinarse en la convocatoria ordinaria.

Normas de escritura

Se prestará especial atención en los trabajos, prácticas y proyectos escritos, así como en los exámenes tanto a la presentación como al contenido, cuidando los aspectos gramaticales y ortográficos. El no cumplimiento de los mínimos aceptables puede ocasionar que se resten puntos en dicho trabajo.

Concretamente, por cada falta de ortografía, se restará 0,1 a la nota final, pudiendo el alumno llegar a suspender el examen.

3.4. Advertencia sobre plagio

La Universidad Antonio de Nebrija no tolerará en ningún caso el plagio o copia. Se considerará plagio la reproducción de párrafos a partir de textos de auditoría distinta a la del estudiante (Internet, libros, artículos, trabajos de compañeros...), cuando no se cite la fuente original de la que provienen. El uso de las citas no puede ser indiscriminado. El plagio es un delito.

En caso de detectarse este tipo de prácticas, se considerará Falta Grave y se podrá aplicar la sanción prevista en el Reglamento del Alumno.

4. BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía básica

Bases de la Competición, Normativa FIBA, Normativa y Reglamentos FEB y Legislación Deportiva <http://www.feb.es/normativa.aspx>

Carillo, A. (2018). *Qué ejercicios haces. Esto es mini básquet*. Barcelona: INDE.

Carillo, A. (2019). *El entreno. Esto es mini básquet..* Barcelona: INDE.

Giménez, F. J. & Saénz-López, P. (2003). *Aspectos teóricos y prácticos de la Iniciación al Baloncesto*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva, S.L.

Méndez, A. (2005). *Técnicas de enseñanza en la iniciación al Baloncesto*. Barcelona: Inde.

Práxedes, A. (2018). *El diseño de tareas para el aprendizaje de las habilidades en el fútbol de iniciación. Una aplicación desde las perspectivas cognitiva y ecológica*. Tesis doctoral. Universidad de Extremadura. <http://dehesa.unex.es/handle/10662/7493>

Jeffreys, I., & Moody, J. (2016). *Strength and Conditioning for Sport Performance*. Londres: Routledge.

Bibliografía recomendada

Práxedes, A., García-González, L., Moreno, A., Moreno, M. P., & Moreno, A. (2016a). Aplicación de un programa de intervención para mejorar la comprensión táctica en fútbol sala. Un estudio en contexto educativo. *Movimiento*, 22(1), 51–62.

Práxedes, A., Moreno, A., Sevil, J., García-González, L., & Del Villar, F. (2016b). A preliminary study of the effects of a comprehensive teaching program, based on questioning, to improve tactical actions in young footballers. *Perceptual and Motor Skills*, 122(3), 742-756. <https://doi.org/10.1177/0031512516649716>

Práxedes, A., Moreno, A., Sevil, J., García-González, L., & Del Villar F. (2017). The effects of a comprehensive teaching program on dribbling and passing decision-making execution skills of young footballers. *Kinesiology*, 49(1), 74-83. <http://hrcak.srce.hr/177867>

Práxedes, A., Moreno, A., Sevil, J., Pizarro, D., & Del Villar, F. (2016c). Efecto de la igualdad y desigualdad numérica en juegos modificados sobre el rendimiento táctico en jóvenes futbolistas. *Journal of Sport Pedagogy & Research*, 2(1), 22–29.

Práxedes, A., Sevil, J., Pizarro, S., Del Villar, F., & Moreno, A. (2015). El diseño de tareas a través de la modificación de los elementos estructurales del deporte. Una propuesta aplicada al fútbol. En A. J. Lara, N. Espejo, M. Ocaña, & J. Cachón. (Coords.), *La formación integral a través del deporte* (pp. 239-247). Jaén: A.D. Andalucía.

Sánchez, P. A. García, T., Leo, F., & Martín, E. (2008). Importance of goal orientations and motivational climates on coping strategies in youth basketball players. *Iberian Congress on Basketball Research*, 4, 72-75.

Ticó, J. (2005). *1013 ejercicios y juegos polideportivos*. Barcelona: Paidotribo.

Otros recursos

Campus virtual. En esta plataforma se colgarán diversos documentos que sirvan de apoyo para e estudiante y así como los relativos a diferentes sesiones tanto teóricas como prácticas.

5. DATOS DEL PROFESOR

Nombre y Apellidos	Alba Práxedes Pizarro
Departamento	Educación
Titulación académica	Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Correo electrónico	apraxedes@nebrija.es
Localización	Campus de La Berzosa. Sala de Profesores.
Tutoría	Contactar con el profesor previa petición de hora por e-mail

<p>Experiencia docente, investigadora y/o profesional, así como investigación del profesor aplicada a la asignatura, y/o proyectos profesionales de aplicación.</p>	<p>Doctora en Ciencias del Deporte con mención internacional y premio extraordinario. Máster de Investigación en Ciencias Sociales y Jurídicas. Máster Universitario en Formación del Profesorado en Educación Secundaria. Grado en Ciencias de la Actividad Física y el deporte. Universidad de Extremadura.</p> <p>Profesionalmente, ha ejercido docencia como profesora de Educación Física en la educación secundaria y el bachillerato en el Colegio Salesiano San Juan Bosco de Granada.</p> <p>También, y más relacionado con el ámbito de entrenamiento deportivo, ha ejercido, durante tres temporadas, como entrenadora de fútbol en las categorías inferiores (benjamín, alevín e infantil) del Club Deportivo Diocesano de Cáceres. También, el pasado año ha sido coordinadora de la categorías inferiores (F7). Posee el Título de Nivel 2 en Fútbol y el de Dirección Metodológica por la UCLM-RFFM.</p> <p>Actualmente, compatibiliza el trabajo de la Universidad con el entrenamiento. Concretamente, es entrenadora de fútbol de las categorías inferiores del Atlético de Madrid Femenino.</p> <p>Con relación a sus publicaciones científicas, cuenta mayoritariamente con artículos en revistas de impacto. Dentro del campo de las Ciencias del Deporte, estas se centran en analizar los modelos de enseñanza y su efecto sobre el rendimiento deportivo y aquellas variables determinantes de la pericia deportiva, sobretodo en deportes de colaboración-oposición. También cuenta con publicaciones en el ámbito educativo, analizando tanto las variables motivacionales como aquellas que están relacionadas con los aspectos cognitivos.</p> <p>Finalmente, destacar su constante presencia en los congresos internacionales, que se celebran cada año, con el fin de compartir conocimientos científicos.</p>
---	--