

**FACULTAD DE CULTURA FISICA**  
**“NANCY URANGA ROMAGOZA”**  
**PINAR DEL RIO.**

**TITULO:** Conjunto de acciones para mejorar las relaciones interpersonales en la clase de Baloncesto del deporte participativo en el municipio Guane categoría 11-12 sexo M.

**AUTORES:** MsC. Roberto Crespo Contreras.  
Lic. Margelia Ramírez Blanco.  
Roberlain Crespo Guzmán

**SINTESIS CURRICULAR**

**Nombre y apellidos :** MsC. Roberto Crespo Contreras

Pinar del Río, 1958

**Profesor:** Asistente

**Categoría Científica:** Master en Ciencias. Profesor de Baloncesto de la Facultad de Cultura Física Nancy Uranga Romagoza de Pinar del Río

**Dirección particular** – calle 60 # 5510, e 55 y 57, Consolación del sur.

**Correo Electrónico:** rcrespo@fcf.pinar.cu

**RESUMEN**

Nuestra investigación abarca unos de los temas de mayor interés dentro del proceso docente educativo teniendo como eje central, la psicología aplicada al deporte dentro del juego y del entrenamiento ,en la clase del deporte participativo y dentro de este el baloncesto, en el cual investigamos la relación entre el líder afectivo y el líder en habilidades técnicas para comprobar el nivel de cohesión del equipo, proponiendo soluciones a las problemáticas existentes, que posibiliten elevar los resultados deportivos y mas que eso la formación de la personalidad de la nueva generación, sobre bases sólidas, en los principios de nuestra ideología socialista.

Para realizar esta investigación se tomo el criterio de 12 alumnos y el entrenador a cargo del equipo 11-12 del municipio Guane de la Escuela

Comunitaria Pedro Antonio Quintana teniendo como objetivo proponer un conjunto de acciones para mejorar las relaciones interpersonales y con ello fomentar dentro del equipo el colectivismo, la honestidad, el respeto entre ellos, la ayuda mutua, la atención a definiciones individuales para de esta forma lograr un grupo homogéneo, a través de ejercicios que den solución a la problemática existente en el contexto deportivo y cotidiano.

## **INTRODUCCIÓN**

La revolución desde sus inicios ha situado la educación en primer plano de sus históricas tareas y hoy es ampliamente reconocido su trascendental proceso cualitativo y relativo de esta esfera.

El desarrollo deportivo en nuestro país esta enmarcado dentro del plan educacional del sistema socialista, pues no solo cumple el objetivo de obtener buenos resultados deportivos sino le da gran valor a la influencia que tenga la formación integral del escolar,

Buscar una mayor creatividad en los contenidos a impartir en cada clase y elevar la Colectividad, la disciplina y las relaciones interpersonales. El baloncesto contemporáneo marcha al paso de la época. En la cancha al igual que en la vida los acontecimientos transcurren impetuosa y dinámicamente.

Este es un juego que esta considerado a nivel mundial entre los mas populares, dado por la gran cantidad de seguidores, que lo admiran por las acciones tan espectaculares que se manifiestan durante todo el transcurso del juego, tanto a la ofensiva como a la defensiva, pero siendo sin lugar a dudas el progreso de este deporte se alcanza con la ayuda del trabajo científico creador y de la investigación en, este deporte esta caracterizado por un conjunto de acciones y riquezas en su arsenal técnico- táctico, además complejo por la diversidad de su empleo y la coherencia y organización que debe existir entre todos los jugadores para su efectividad, requiere de la estructura psicosocial del equipo y dentro de este encontrar el liderazgo.

Las relaciones interpersonales entre los atletas de un equipo juegan un papel decisivo en el campo competitivo como forma de afianzar y lograr los resultados deportivos, máximo en un deporte colectivo como es el nuestro donde la interacción afectiva juega un papel regulador, dentro de la lucha

deportiva, como cohesionador del enfrentamiento, entre los diferentes rivales a la hora de obtener resultados deportivos a cualquier plano, esto, es un complemento de lo que se quiere lograr a través del sacrificio mancomunado entre atletas ,y entre estos y los entrenadores a través de las cargas de entrenamiento aplicadas donde interaccionan los diferentes componentes de la preparación del deportista, donde la temática abordada, es parte interna, e integra de este proceso, como un todo indisoluble de este proceso, para poder lograr los resultados esperados o moldeados en el entrenamiento de cualquier equipo como ya señalamos, por eso el interés nuestro en esta temática a tratar con vista a elevar el rendimiento deportivo, y hacer mas asequible el entendimiento de nuestros equipos en las arenas deportivas.

En varias visitas a las secciones de entrenamiento del equipo 11-12 masculino de la Escuela Comunitaria Pedro Antonio Quintana del municipio Guane se ha podido constatar la falta de compenetración que existe entre los atletas la desunión formándose subgrupos que atentaban contra el desarrollo del entrenamiento y se ha podido constatar esto en diferentes competencias donde los resultados deportivos se han visto afectados por esta problemática donde la falta de colectivismo apreciándose esto en variadas ocasiones donde en los topes de control y encuentros de preparación ,atletas en condiciones no propicias para tirar al aro por ejemplo no han pasado el balón, primando el individualismo, entre subgrupos específicos y pequeños cosa que por ende a afectado los resultados del equipo y que de no solucionarse llevarían al traste cualquier tipo de preparación que se haga con vista a cualquier competencia, no respondiendo a los intereses colectivos del equipo , la falta de experiencia del entrenador, lo cual nos motivo a realizar la investigación pertinente en este caso, conociendo la gran importancia que presenta la preparación psicológica, para desarrollar el nivel de las relaciones interpersonales en el caso entre los jugadores escolares a la correcta selección del capitán del equipo ,que en muchos momentos de juego será el que lleve las riendas del equipo al tener necesidad de orientar a los jugadores en instrucciones dadas por parte del entrenador, en momentos en que a este le es imposible hacerlo

Es por ello la necesidad de detectar y proyectarnos por solucionar de forma urgente la situación existente con vista a elevar los resultados deportivos de este equipo con el fin de no tan solo obtener los máximos logros en nuestro

deporte sino también de formar la personalidad de nuestros atletas y alumnos dentro de los principios de nuestra sociedad socialista como nos lo enseñó nuestro máximo líder y comandante en jefe de nuestra revolución Fidel Castro Ruz.

Basándonos en estas dificultades nos formulamos el siguiente problema ¿Cómo activar las relaciones interpersonales entre el líder en habilidades técnicas y el líder afectivo de la selección de baloncesto masculino 11-12 de la Escuela Comunitaria Pedro Antonio Quintana del municipio Guane teniendo en cuenta .

### **OBJETO DE ESTUDIO**

Proceso de Relaciones Interpersonales

Apoyándonos en el problema definimos como objetivo de la investigación Diseñar un conjunto de actividades para mejorar las relaciones interpersonales entre el líder en habilidades técnicas y el líder afectivo de la selección de baloncesto masculino 11- 12 de la Escuela Comunitaria Pedro Antonio Quintana del municipio Guane

### **POBLACION**

Equipo de baloncesto masculino 11-12 años de la Escuela Comunitaria Pedro Antonio Quintana del municipio Guane integrado por 12 atletas.

### **MUESTRA**

Un total de 12 alumnos del equipo masculino 11-12 años y el entrenador a cargo representando el 100%

### **FUENTE DE INFORMACIÓN:**

El entrenador del equipo masculino que representa el 100% de la muestra con respecto a la población de los entrenadores, el mismo tiene ,5 años de experiencia, no tiene cursos de postgrado.

## **PROPUESTA DE ACTIVIDADES PARA ELEVAR LAS RELACIONES INTERPERSONALES DEL GRUPO**

**Objetivo:** Elevar las relaciones interpersonales entre los dos líderes y del equipo en general.

La propuesta está fundamentada por ejercicios que además de desarrollar la técnica -táctica de los jugadores están encaminados en su interacción al desarrollo afectivo, producto a las relaciones de grupo y equipo con el fin de lograr el mejoramiento de sus habilidades, conjuntamente con esto la activación de las relaciones interpersonales de dicho equipo para futuras competencias, la influencia de estos ejercicios en edades tempranas sirven para elevar y mejorar los valores de la personalidad en los niños escolar, la novedad de estos ejercicios es que interactúa por vez primera en nuestro municipio lo cual aporta ideas, criterios con vista a tener un mejoramiento en el rendimiento deportivo y fortalecer su intelecto y su salud, preparándolos para la vida desde el punto de vista como lo exige los principios de nuestra educación socialista.

En cada ejercicio rotar los jugadores para que todos cooperen entre sí

### **EJERCICIO 1**

Ofensiva Rápida entre 5 jugadores

#### **Descripción del ejercicio:**

-Realizar ofensiva rápida en grupos de 5 jugadores donde se realizaran no menos de 5 pases para poder tirar al aro, buscando que los jugadores cooperen entre sí para el logro del tiro al aro los mismos se desplazarán por la carrilera correspondiente a cada cual en el terreno según la posición que juegan, además de buscar los factores volitivos se buscará la eficiencia técnica en los ejercicios a realizar.

#### **Objetivo:**

Buscar un trabajo colectivo de los jugadores donde se interrelacionen como un todo en el logro del objetivo

#### **Método:**

Repeticiones

#### **Procedimiento:**

Equipo de 5 jugadores.

**Ejercicio:**

Grafico

**EJERCICIO 2****JUEGO 3 CONTRA 3 EN MEDIO TERRENO****Descripción del ejercicio:**

El jugador base que se encuentra con el balón, le pasa a un extremo y sucesivamente corta hacia el lado débil , este jugador que tiene la bola hace unas habilidades para mover al contrario , mientras que en lado débil se hacen pantalla entre si y sube a recibir la bola para efectuar el tiro. Juego 3 contra 3 a medio terreno hasta 5 puntos sin empate con vista a desarrollar las diferentes acciones técnico-táctico con el fin de propiciar el nivel de los jugadores y la relación entre estos.

**Objetivo:**

Interrelación entre los jugadores además de desarrollar las acciones técnico – tácticas, buscar el desarrollo de la compenetración

**Procedimiento:**

Tríos

**Método:**

Juego

**Grafico:****EJERCICIO 3**

Acciones reciprocas entre 2 y 3 a la defensiva lucha contra la pantalla directa e indirecta abrir y cerrar, o cambio de jugadores

**Descripción del ejercicio:**

Nos basamos en la acción base – base el jugador que tiene la bola va a recibir una pantalla de su compañero pero el jugador defensivo debe impedir que esto ocurra , primero debe definir si la pantalla es directa o indirecta y después decide si cambia de jugador o continua con su contrario. Acciones reciprocas el desarrollo técnico – táctico de los jugadores profundizando en el desarrollo del colectivismo y las relaciones interpersonales

**Objetivo:**

Propiciar a través de las acciones de conjunto entre 2, 3 jugadores no tan solo el desarrollo técnico – táctico sino también a través de la ayuda mutua para profundizar en las relaciones interpersonales en el trabajo colectivo

**Procedimiento:**

Cuartetos

**Método**

Repeticiones

**Grafico:****EJERCICIO 4**

Relaciones entre alero – pívot – delantero – organizador

**Descripción del ejercicio:**

A través de las acciones ofensivas según la posición de acuerdo a las funciones que juega cada jugador y se prepara de acuerdo a esto en el equipo se trazan, acciones donde se vinculen entre si todos los jugadores rotando todos por diferentes posiciones dentro del terreno propiciando no solo relacionarlos entre si sino también preparándolos multifacéticamente dentro del equipo y del juego de baloncesto como jugadores íntegros a través de la relación entre los diferentes jugadores según la posición que ocupa según sus funciones en el terreno y en el equipo se desarrolla la técnica la táctica y el colectivismo

**Objetivo:**

Relación de los diferentes jugadores según su posición, buscando el desarrollo técnico – táctico y colectivo

**Método:**

Repeticiones

**Grafico:****EJERCICIO 5**

JUEGO 5 CONTRA 5 CON TAREAS

**EJERCICIO 6**

Gardeo de cajón

## **EJERCICIO 7**

Defensa personal con ayuda al jugador que tiene la bola.

## **EJERCICIO 8**

5 vs5 en un aro con tiro a los 5 pases la canasta conseguida vale 3 puntos.

## **CONCLUSIONES**

Después de analizar los resultados de nuestro trabajo y efectuar la propuesta arribamos a las siguientes conclusiones

1. En los fundamentos teóricos se establece los parámetros del liderazgo en el deporte y como cada autor orienta su trabajo en nuestro deporte según los autores consultados en la bibliografía revisada.
2. No hay coincidencia entre el líder afectivo y el líder en habilidades técnicas del equipo por lo que se busca la homogeneidad del colectivo en aras de lograr mejores rendimientos teniendo en cuenta los resultados estadísticos de nuestra investigación.
3. La propuesta de actividades orientada posibilita mediante un trabajo mancomunado de atletas y entrenadores para lograr mejores resultados a través de la elevación de las relaciones interpersonales en el entrenamiento deportivo a través de los ejercicios a realizar.

## **RECOMENDACIONES**

Recomendamos al colectivo de entrenadores del equipo de baloncesto de la Escuela Comunitaria Pedro Antonio Quintana del municipio Guane

- 1- Elevar el nivel de habilidades técnicas del grupo haciéndolos mas homogéneo a través del trabajo técnico – táctico.
- 2- Cohesionar mas el grupo consolidando las relaciones interpersonales como sostén de la misma y del rendimiento colectivo del grupo en atención a las diferencias individuales.



## BIBLIOGRAFIA

- Aguilar, Raúl. (1989). Análisis de la efectividad de las distintas combinaciones realizadas por el equipo Cuba en el XI Centro Basket 89 masculino. Tesis Diplomado ISCF Manuel Fajardo de Pinar del Río.
- Brancho Gil, J. (1985) Estructura básica para la dirección pedagógica del desarrollo de la conducta conciente en el entrenamiento. Guantánamo. Centro de investigaciones del deporte.
- Bello Davila, Z y Julio C. Cásales. (2003) Psicología Social. La Habana.
- Collins Barry, E. y Harold Guetzkow (1971) Psicología Social de los procesos de grupos en la adopción de decisiones. Mexico.Editorial Centro Regional de Ayuda técnica.
- Denies Esquivel, W. ( ) Entrenamiento del cerebro del atleta.Enfoque psicopedagógico. Guatemala.Comgrafic Guatemala.
- Deshmgarov, T. (1983) Tipos y Estilos de liderazgo. Moscú. Cultura Física y Deporte.
- Delgado Mitjans E.(1996) Análisis de las relaciones interpersonales de la preselección masculina de baloncesto de Pinar del Río para el campeonato nacional de primera categoría Nacional de primera categoría.tesis de Diploma.
- Fernández Sotelo, A. (1990) Análisis de las relaciones interpersonales en el Equipo de Voleibol Femenino de la categoría 14-15 años de la EIDE Flavio Álvarez Galán de la Isla de la Juventud y su influencia en el rendimiento deportivo (Proyecto de Curso).
- \_\_\_\_\_ (1992) Análisis de las relaciones interpersonales en el equipo de baloncesto masculino categoría 11-12 años del área deportiva Rubén Martínez Villena .Tesis de diplomado.ISCF Manuel Fajardo Pinar del Río.
- Gladman, G. (1991) Entrenamiento, Técnica y Formación de conjunto. Madrid.editorial
- Harre, D. (1987) Teoría del Entrenamiento Deportivo.La Habana.editorial Científico Técnica.

- Kirchgassner, H. (1986) Fundamentos Psicológicos de las personalidades metodológicos del entrenamiento con el empleo de programas de comportamiento en los deportes de confrontación. Moscu.editorial
- Marx, C Y Federico Engels (1986) De las primeras producciones. Moscú.editorial Pueblo y Educación.
- Petrovski, A.V (1982) Psicología Social. Ciudad de la Habana. editorial Pueblo y Educación.
- \_\_\_\_\_ (1979) Psicología General .La Habana. Pueblo y Educación.
- Pérez Roque, Felipe. (2006) Coloquio Memoria y Futuro: Cuba y Fidel. Palacio de las Convecciones.
- Pérez Martín, L.y col. La personalidad: Su diagnostico y su Desarrollo.
- Sánchez Acosta, M. (2004) Psicología General y del desarrollo. La Habana. Editorial Deportes.
- \_\_\_\_\_ Psicología del Entrenamiento y la Competencia. La Habana. editorial Deportes.