

ESTRATEGIA PARA PERFECCIONAR SITUACIONES DEL CONTRAATAQUE EN BALONCESTO SUB-16, AMBOS SEXOS

Autores:

- 1) Wilson Nicolás Caicedo Silva*. Email: wncaicedo@espe.edu.ec
- 2) Anahi Alexandra Proaño Báez*. Email: aaproano5@espe.edu.ec

Director:

- 3) Patricio Marino Ponce Guerrero*. Email: pmponce@espe.edu.ec

Fecha de Publicación: 2020-06-09

Dirección Web: <https://doi.org/10.46642/efd.v25i265.2229>

RESUMEN

Introducción: las situaciones del contraataque en los deportes son elementos del juego considerablemente importantes que suelen ser modelados como parte de la preparación deportiva, su potenciación implica elevar el rendimiento deportivo de forma integral. **Objetivo:** implementar una estrategia didáctica capaz de perfeccionar diversas situaciones del contraataque en basquetbolistas Sub-16 (ambos sexos) de la Selección de Cumbaya. **Métodos:** Investigación cuasi-experimental, estudiando la población de basquetbolistas (ambos sexos) de la Selección de Cumbaya (15 jugadores masculinos y 15 femeninos). Se implementa una estrategia didáctica en dos mesociclos de entrenamiento, evaluando en dos momentos de la preparación deportiva el rendimiento del contraataque desde una situación de juego determinada. **Resultados:** La media inicial del rendimiento en contraataque del sexo masculino se estableció en 1,8 puntos, y en el postest en 2,9 puntos (+1,1 puntos), siendo significativamente diferente ($p=0,001$). La media inicial del rendimiento en contraataque del sexo femenino se estableció en 1,2 puntos, y en el postest en 2,3 puntos (+1,1 puntos), siendo significativamente diferente ($p=0,001$). **Conclusiones:** La estrategia de intervención evidenció para la presente investigación una mejora notable en el rendimiento del contraataque de los basquetbolistas estudiados (ambos sexos), siendo efectivo el estímulo físico realizado en los dos mesociclos de entrenamiento.

Palabras clave:

- ESTRATEGIA DIDÁCTICA
- BALONCESTO SUB-16
- CONTRAATAQUE

ESTRATEGIA PARA PERFECCIONAR SITUACIONES DEL CONTRAATAQUE EN BALONCESTO SUB-16, AMBOS SEXOS

Autores:

- 1) Wilson Nicolás Caicedo Silva*. Email: wncaicedo@espe.edu.ec
- 2) Anahi Alexandra Proaño Báez*. Email: aaproano5@espe.edu.ec

Director:

- 3) Patricio Marino Ponce Guerrero*. Email: pmponce@espe.edu.ec

Fecha de Publicación: 2020-06-09

Dirección Web: <https://doi.org/10.46642/efd.v25i265.2229>

ABSTRACT

Introduction: Counterattack situations in sports are considerably important elements of game that are usually modeled as part of sports preparation, their empowerment involves raising sports performance comprehensively. **Objective:** to implement a didactic strategy capable of perfecting various situations of counterattack in U-16 basketball players (both sexes) of the Cumbaya Team. **Methods:** Quasi-experimental research, studying the basketball players population (both sexes) of the Cumbaya Team (15 male and 15 female players). A didactic strategy is implemented in two training mesocycles, evaluating the counterattack performance in two preparation moments sport from a given game situation. **Results:** The initial mean performance in the male counter attack was established at 1.8 points, and in posttest at 2.9 points (+1.1 points), being significantly different ($p=0.001$). The initial mean performance in the female counter attack was established at 1.2 points, and in posttest at 2.3 points (+1.1 points), being significantly different ($p=0.001$). **Conclusions:** The intervention strategy evidenced for the present investigation a remarkable improvement in the counterattack performance of the basketball players studied (both sexes), being effective the physical stimulation carried out in the two training mesocycles.

Keywords:

- DIDACTIC STRATEGY
- U16 BASKETBALL
- COUNTERATTACK