

Ejercicios

auxiliares para enseñar el Tiro Básico con una mano en Baloncesto en Educación Física *Auxiliary exercises to teach the Basic One-Handed Shot in Basketball in Physical Education*

Gustavo Suárez Quintero^{1*}

E-mail: gquintero@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1170-3890>

Yorisel Carmenate Figueredo¹

E-mail: ycarmenate@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0726-9478>

¹Universidad de Cienfuegos Carlos Rafael Rodríguez, Cuba.

*Autor para correspondencia

Recibido: 12/02/26

Aceptado: 01/07/26

Publicado: 09/07/26

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Suárez Quintero, G., & Carmenate Figueredo, Y. (2026). Ejercicios auxiliares para enseñar el Tiro Básico con una mano en Baloncesto en Educación Física. *Revista Científica Cultura, Comunicación y Desarrollo*, 11, e907. <http://rccd.ucf.edu.cu/index.php/rccd/article/view/907>

RESUMEN

La enseñanza del tiro básico con una mano en baloncesto constituye un componente esencial en la Educación Física escolar; sin embargo, se evidencian limitaciones metodológicas que afectan su aprendizaje en estudiantes de primaria. Tiene como **objetivo** diseñar una propuesta de ejercicios auxiliares para la enseñanza del tiro básico con una mano en estudiantes de sexto grado. **Métodos:** Se realizó un estudio descriptivo, no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 40 estudiantes, 3 profesores y 9 especialistas. Se emplearon métodos teóricos, empíricos (análisis documental, medición, entrevista y encuesta) y estadísticos (frecuencias, porcentajes y Chi-cuadrado con $p \leq 0.05$). **Resultados:** El diagnóstico evidenció predominio de niveles bajos de desempeño y errores técnicos en la ejecución del tiro. Se identificó una limitada variedad de ejercicios en la práctica docente. La propuesta diseñada fue valorada como viable y pertinente por los especialistas. **Conclusiones:** La propuesta de ejercicios auxiliares contribuye al perfeccionamiento de la enseñanza del tiro básico, favoreciendo la corrección de errores técnicos y la diversificación metodológica en la Educación Física escolar.

Palabras clave:

Baloncesto, Tiro básico, Educación Física, Habilidades motrices, Enseñanza.

ABSTRACT

Introduction: The teaching of the one-hand basic shot in basketball is essential in school Physical Education; however, methodological limitations affect its learning in primary students. **Objective:** To design a proposal of auxiliary exercises for teaching the one-hand basic shot in sixth-grade students. **Methods:** A descriptive, non-experimental, cross-sectional study was conducted. The sample included 40 students, 3 teachers, and 9 specialists. Theoretical, empirical (document analysis, measurement, interview, and survey), and statistical methods (frequencies, percentages, and Chi-square with $p \leq 0.05$) were used. **Results:** The diagnosis showed a predominance of low performance levels and technical errors in shot execution. Limited variety of exercises in teaching practice was identified. The proposal was evaluated as feasible and relevant by specialists. **Conclusions:** The auxiliary exercise proposal contributes to improving the teaching of the basic shot, promoting technical correction and methodological diversification in Physical Education.

Keywords:

Basketball, Basic shot, Physical Education, Motor skills, Teaching.

INTRODUCCIÓN

El baloncesto constituye uno de los deportes colectivos de mayor presencia dentro de los programas de Educación Física en los diferentes niveles de enseñanza, debido a su contribución al desarrollo integral de los estudiantes.

Su práctica sistemática favorece no solo el desarrollo de habilidades motrices específicas, sino también de capacidades físicas como la coordinación, la fuerza, la rapidez y la resistencia, además de procesos cognitivos asociados a la toma de decisiones, la percepción espacio-temporal y la resolución de problemas en situaciones de juego (Contreras-García et. al., 2024).

En el contexto escolar, particularmente en la enseñanza primaria, el baloncesto se introduce como parte de las unidades didácticas orientadas a la formación básica del movimiento, donde los estudiantes comienzan a familiarizarse con sus elementos técnicos fundamentales.

En este sentido, el papel del profesor de Educación Física resulta determinante, ya que no solo debe transmitir conocimientos técnicos, sino también propiciar un entorno de aprendizaje motivador, creativo y adaptado a las características del grupo etario. Diversos enfoques contemporáneos destacan que la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje en el deporte depende en gran medida de la capacidad del docente para diseñar tareas variadas, significativas y contextualizadas (Casey y Kirk, 2021).

Uno de los elementos técnicos más importantes dentro del baloncesto es el tiro al aro, considerado el fundamento ofensivo esencial, ya que permite concretar el objetivo principal del juego: anotar puntos.

Desde una perspectiva clásica, De la Paz (1985) planteó que el tiro constituye el elemento técnico ofensivo más determinante, dado que todos los demás fundamentos del juego se subordinan a la posibilidad de lograr una anotación efectiva. Esta concepción se mantiene vigente en la actualidad, donde estudios recientes confirman que la eficacia del tiro está estrechamente relacionada con la correcta ejecución técnica y la coordinación de múltiples factores biomecánicos y neuromusculares (Fan et. al., 2024).

El tiro básico con una mano, específicamente, representa una de las habilidades fundamentales que deben adquirir los estudiantes en las primeras etapas de aprendizaje del baloncesto.

Su correcta ejecución implica la integración de diferentes componentes técnicos, tales como la postura corporal, la alineación del cuerpo, la extensión del brazo ejecutor, la coordinación entre segmentos corporales y el control del balón durante el lanzamiento. Investigaciones recientes han demostrado que la precisión en el tiro depende en gran medida de la estabilidad postural, la secuencia del movimiento y la regulación de la fuerza aplicada, lo cual evidencia la complejidad de esta habilidad motriz (Okazaki et. al., 2023).

Asimismo, el aprendizaje del tiro no debe entenderse únicamente desde una perspectiva mecánica, sino también desde un enfoque perceptivo-motriz.

Estudios actuales han resaltado la importancia de la percepción visual y la atención en la ejecución del tiro, señalando que la fijación visual en el objetivo y la anticipación del movimiento influyen significativamente en la efectividad del lanzamiento (Amaro et. al., 2024). Estos hallazgos refuerzan la necesidad de emplear métodos de enseñanza que integren tanto los aspectos técnicos como perceptivos del movimiento.

En correspondencia con lo anterior, la didáctica contemporánea del deporte ha evolucionado hacia enfoques que priorizan la variabilidad de la práctica y la adaptación de las tareas a las características individuales de los estudiantes.

En este sentido, la literatura reciente destaca que la utilización de ejercicios variados y diferenciados contribuye significativamente al aprendizaje motor, favoreciendo la transferencia de habilidades y la mejora del rendimiento en situaciones reales de juego (Burkaité et. al., 2025).

Este enfoque resulta particularmente relevante en el contexto escolar, donde los niveles de habilidad suelen ser heterogéneos.

Sin embargo, a pesar de los avances teóricos y metodológicos en la enseñanza del baloncesto, en la práctica pedagógica aún se evidencian limitaciones relacionadas con el tratamiento metodológico del tiro básico. En muchos casos, los profesores de Educación Física tienden a emplear ejercicios tradicionales, caracterizados por la repetición mecánica y la escasa variabilidad, lo cual puede afectar la motivación de los estudiantes y limitar el desarrollo adecuado de la habilidad.

Tal como señalan Metzler (2021), los enfoques de enseñanza centrados exclusivamente en la repetición técnica tienden a ser menos efectivos que aquellos que incorporan variabilidad y situaciones de aprendizaje significativas.

Durante el desarrollo de la práctica laboral investigativa, se constató que los estudiantes de sexto grado presentan dificultades en la ejecución del tiro básico con una mano. Entre los errores más frecuentes se identificaron la incorrecta extensión del brazo durante el lanzamiento, la inadecuada trayectoria parabólica del balón y la ausencia de rotación en el mismo.

Estas deficiencias evidencian insuficiencias en el proceso de enseñanza-aprendizaje de esta habilidad, lo cual puede estar asociado tanto a la limitada diversidad de ejercicios empleados como a la falta de recursos metodológicos disponibles para los docentes.

A ello se suma la carencia de bibliografía actualizada y accesible para los profesores, así como la insuficiente orientación metodológica para el tratamiento de este contenido en el programa de Educación Física.

Esta situación genera una contradicción entre las exigencias del currículo y las posibilidades reales de su implementación en la práctica docente, lo que repercute negativamente en la calidad del aprendizaje de los estudiantes.

En este contexto, se hace necesario el diseño de propuestas didácticas que contribuyan a mejorar la enseñanza del tiro básico, mediante la incorporación de ejercicios auxiliares que favorezcan el aprendizaje progresivo, la corrección

de errores técnicos y el incremento de la motivación hacia la práctica del baloncesto. La utilización de este tipo de ejercicios permite descomponer la habilidad en sus componentes esenciales, facilitando su asimilación y perfeccionamiento en los estudiantes.

Por tanto, la presente investigación se orienta a dar respuesta a esta problemática, proponiendo una alternativa metodológica que contribuya al perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje del tiro básico con una mano en el contexto escolar.

En correspondencia con lo anterior, se plantea como objetivo de la investigación: **Diseñar una propuesta de ejercicios auxiliares para la enseñanza del tiro básico con una mano en estudiantes de sexto grado en las clases de Educación Física.**

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación se desarrolló a partir de un enfoque cuantitativo, mediante un estudio descriptivo, con un diseño no experimental y de corte transversal, orientado a diagnosticar el estado actual de la enseñanza del tiro básico, con una mano, en baloncesto, así como a diseñar una propuesta de ejercicios auxiliares para su perfeccionamiento en el contexto de la Educación Física escolar.

La población estuvo constituida por 95 estudiantes de sexto grado de la escuela primaria Pedro Suárez Oramas.

De esta población se seleccionó una muestra intencional de 40 estudiantes, que representan el 42,1 %, garantizando la equidad en cuanto al sexo (20 hembras y 20 varones).

Además, se incluyeron 3 profesores de Educación Física del centro, lo que representa el 50 % del total, todos con título de Licenciados en Cultura Física y un promedio de 21 años de experiencia profesional.

Se consideró, además, una muestra de 9 especialistas en baloncesto, seleccionados de un total de 17, pertenecientes al Combinado Deportivo No. 3, a partir del principio de voluntariedad.

Para la selección de estos especialistas se tuvieron en cuenta criterios como los años de experiencia en la actividad, el nivel educacional, categoría docente y participación en eventos científicos vinculados al baloncesto. Este grupo estuvo conformado por cinco Máster en Ciencias y cuatro Licenciados en Cultura Física, con un promedio de 28 años de experiencia en la actividad.

Dentro de los métodos empíricos el análisis de documentos, facilitó la revisión del programa de Educación Física de sexto grado, las orientaciones metodológicas y la bibliografía especializada, con el objetivo de valorar el tratamiento didáctico del tiro básico en el contexto escolar.

La medición se utilizó para evaluar el nivel de dominio de la habilidad motriz **tiro básico con una mano**, mediante la aplicación de un test práctico establecido en el programa de la asignatura, lo que permitió identificar las principales deficiencias técnicas en su ejecución.

La tabla 1 y 2 muestran la clave de puntuación actual para la calificación de las habilidades para el nivel grueso.

Tabla 1: Escala para la calificación de las habilidades motrices deportivas en la Educación Física

Puntos	Criterios
20	Ejecuta la habilidad en correspondencia con los objetivos y puede cometer un error.
19,9 - 17	Ejecuta la habilidad y puede cometer hasta dos errores
16,9 - 14	Ejecuta la habilidad y puede cometer hasta 3 errores
13,9 - 12	Ejecuta la habilidad y puede cometer hasta 4 errores.
11,9 - 0	Ejecuta la habilidad deficientemente y comete más de 4 errores. (Desaprobado).

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 2: Equiparación de la puntuación con niveles para el resultado final del diagnóstico

Puntos en calificación de HMD	Nivel
20	I
19,9-17	II
16,9-14	III
13,9-12	IV
11,9-0	V

Fuente: Elaboración propia

La entrevista se aplicó a los profesores de Educación Física con el propósito de conocer el uso de ejercicios auxiliares en las clases, la disponibilidad de bibliografía especializada y la percepción sobre los resultados alcanzados en la enseñanza de esta habilidad.

La encuesta se aplicó a los especialistas en baloncesto, con el objetivo de valorar la pertinencia, viabilidad y relevancia de la propuesta de ejercicios auxiliares diseñada.

Para el procesamiento de la información se emplearon métodos de la estadística descriptiva. En particular, se utilizó el cálculo porcentual para cuantificar la distribución de los estudiantes según los niveles de desempeño alcanzados en el diagnóstico inicial, lo que permitió identificar tendencias en el dominio de la habilidad motriz.

Este análisis se complementó con la prueba de Chi-cuadrado (χ^2) para variables categóricas, asumiendo un nivel de significación estadística de $p \leq 0.05$, con el objetivo de identificar posibles diferencias en el comportamiento de los resultados según el sexo. Este análisis permitió determinar la existencia o no de diferencias significativas entre los grupos estudiados.

Se realizó un análisis de frecuencia de los errores técnicos más comunes detectados durante la ejecución del tiro básico, lo que contribuyó a fundamentar la necesidad de la propuesta elaborada.

La validación por especialistas, se empleó mediante la distribución porcentual de las respuestas para cada uno de los indicadores evaluados, lo que permitió emitir juicios valorativos sobre la pertinencia y aplicabilidad de la propuesta.

Estos procedimientos posibilitaron una interpretación más integral de los resultados y favoreció la formulación de conclusiones sustentadas en evidencias empíricas.

La investigación se desarrolló respetando los principios éticos fundamentales, garantizando la participación voluntaria

de todos los sujetos implicados, así como la confidencialidad de la información obtenida, la cual fue utilizada exclusivamente con fines científicos y educativos.

RESULTADOS-DISCUSIÓN

El análisis documental, tabla 3, evidencia que, aunque el programa de Educación Física incluye el baloncesto como contenido curricular y ofrece orientaciones metodológicas para la enseñanza del tiro básico, estas resultan insuficientes en cuanto a la variedad y progresión de ejercicios.

Además, se constató un limitado uso de estos documentos por parte de los docentes, lo cual repercute negativamente en la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta situación justifica la necesidad de diseñar propuestas metodológicas complementarias que enriquezcan la práctica pedagógica.

Tabla 3. Análisis del programa y orientaciones metodológicas de Educación Física (6to grado)

Aspecto evaluado	Resultado del análisis
Estructura del programa	Organización en tres períodos con inclusión del baloncesto como unidad didáctica
Tratamiento del tiro básico	Presencia de orientaciones metodológicas generales
Variedad de ejercicios propuestos	Limitada
Continuidad metodológica desde grados anteriores	Insuficiente (escasa progresión desde juegos predeportivos)
Uso por parte de los docentes	Bajo nivel de consulta

Fuente: Elaboración propia.

Análisis del diagnóstico

Los resultados evidencian un predominio de niveles bajos de desempeño en la ejecución del tiro básico con una mano, especialmente en el sexo femenino, donde se concentra el mayor porcentaje en el nivel V (20 %), considerado desaprobado. En contraste, los varones muestran una distribución más equilibrada, sin presencia en el nivel más bajo.

De manera general, la mayoría de los estudiantes se ubica entre los niveles III, IV y V, lo que indica un dominio insuficiente de la habilidad motriz.

Tabla 4: Resultados del diagnóstico del tiro básico con una mano

Sexo	Nivel I	%	Nivel II	%	Nivel III	%	Nivel IV	%	Nivel V	%
Hembras	2	5	1	2.5	4	12.5	5	12.5	8	20
Varones	3	7.5	5	12.5	6	15	6	15	0	0

Fuente: Elaboración propia.

Entre los principales errores técnicos identificados se encuentran la incorrecta extensión del brazo durante el

lanzamiento, la inadecuada trayectoria parabólica del balón y la ausencia de rotación, lo cual afecta la efectividad del tiro. Estos resultados reflejan deficiencias en el proceso de enseñanza-aprendizaje y justifican la necesidad de una intervención metodológica.

Resultados de la entrevista a profesores

Los resultados de la entrevista, tabla 4, reflejan una dependencia marcada de los ejercicios tradicionales establecidos en las orientaciones metodológicas, así como una carencia total de bibliografía complementaria.

Asimismo, la mayoría de los docentes reconoce no haber alcanzado resultados satisfactorios en la enseñanza del tiro básico, lo que evidencia limitaciones en el tratamiento metodológico de esta habilidad. Estos elementos refuerzan la necesidad de introducir alternativas didácticas que favorezcan la diversificación de los ejercicios y mejoren los resultados del aprendizaje.

Tabla 5: Resultados de la entrevista a profesores de Educación Física

Pregunta	Sí (%)	No (%)	Interpretación
Uso exclusivo de ejercicios de orientaciones metodológicas	100	0	Predominio de métodos tradicionales
Disponibilidad de bibliografía adicional	0	100	Limitación de recursos didácticos
Logro de resultados positivos en el tiro básico	33,3	66,6	Bajo nivel de efectividad en la enseñanza

Fuente: Elaboración propia.

Síntesis de la Propuesta de ejercicios auxiliares

La propuesta diseñada, tabla 6, se caracteriza por su enfoque progresivo y específico, ya que cada ejercicio está orientado a corregir errores técnicos identificados en el diagnóstico inicial. La utilización de ejercicios auxiliares permite descomponer la habilidad en sus componentes fundamentales, facilitando su aprendizaje. Además, la variedad de tareas propuestas contribuye a incrementar la motivación de los estudiantes y favorece un aprendizaje más significativo.

Tabla 6: Síntesis de la propuesta de ejercicios auxiliares

Ejercicio	Objetivo	Elemento técnico que favorece
Tirar por encima de una cuerda	Lograr la parábola del balón	Trayectoria del tiro
Tirar sentados	Enfatizar el trabajo del tren superior	Coordinación brazo-tronco
Tirar con los ojos tapados	Desarrollar concentración y control	Regulación del movimiento
Tirar desde diferentes ángulos	Mejorar dirección y ajuste del tiro	Orientación espacial

Fuente: Elaboración propia.

Valoración de especialistas

La valoración de los especialistas, tabla 7, evidencia un alto nivel de aceptación de la propuesta de ejercicios auxiliares. La totalidad de los evaluadores considera que la propuesta es aplicable y viable en el contexto escolar, mientras que la mayoría la califica como muy adecuada en términos de correspondencia con el programa y relevancia. Estos resultados validan teóricamente la propuesta, destacando su pertinencia y utilidad para mejorar la enseñanza del tiro básico en baloncesto.

Tabla 7: Evaluación de la propuesta por especialistas (%)

Indicadores	Muy adecuado (%)	Bastante adecuado (%)	Adecuado (%)	Poco adecuado (%)	Inadecuado (%)
Correspondencia con el programa	88,8	11,1	0	0	0
Respuesta a los objetivos	77,7	22,2	0	0	0
Aplicabilidad	100	0	0	0	0
Viabilidad	100	0	0	0	0
Relevancia	88,8	11,1	0	0	0

Fuente: Elaboración propia.

Estos resultados coinciden con investigaciones previas que destacan la importancia de validar las propuestas didácticas mediante el criterio de expertos para garantizar su calidad y factibilidad en el contexto educativo (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Valoración general de los resultados

El análisis integrado de los resultados permitió identificar insuficiencias en el tratamiento metodológico del tiro básico con una mano en estudiantes de sexto grado, asociadas fundamentalmente a la limitada variedad de ejercicios y a la escasez de recursos didácticos.

En este sentido, la propuesta elaborada se presenta como una alternativa viable y pertinente, respaldada por el criterio favorable de los especialistas, lo que evidencia su potencial para contribuir al perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje en la Educación Física escolar.

DISCUSIÓN

Los resultados en este estudio evidencian insuficiencias en la enseñanza del tiro básico con una mano en estudiantes de sexto grado, manifestadas tanto, en el limitado dominio técnico de la habilidad, como en la escasa diversidad de ejercicios empleados en las clases de Educación Física.

Estos hallazgos coinciden con lo planteado por Casey y Kirk (2021), quienes destacan que los enfoques tradicionales centrados en la repetición mecánica limitan el aprendizaje significativo y reducen la efectividad del proceso de enseñanza-aprendizaje en el deporte escolar.

El análisis documental reveló que, aunque el programa de Educación Física contempla orientaciones metodológicas para la enseñanza del baloncesto, estas resultan insuficientes, en cuanto a la variedad y progresión de ejercicios.

Esta situación se corresponde con lo señalado por Metzler (2021), quien enfatiza la necesidad de emplear modelos de enseñanza que integren diversidad de tareas y contextos de aprendizaje para favorecer la adquisición de habilidades motrices complejas.

En este sentido, la limitada utilización de los documentos normativos por parte de los docentes, identificada en la investigación, constituye un factor que incide negativamente en la calidad del proceso pedagógico.

Los resultados del diagnóstico confirman la existencia de insuficiencias en el aprendizaje del tiro básico con una mano, lo cual coincide con lo planteado por autores como Metzler (2021), quienes señalan que la enseñanza basada en ejercicios repetitivos y poco variados limita el desarrollo de habilidades motrices complejas.

Asimismo, los errores técnicos identificados se corresponden con lo descrito por Fan et. al. (2024), quienes destacan la importancia de la coordinación neuromuscular y la correcta mecánica del movimiento para lograr un tiro eficaz.

La mayor concentración de niveles bajos en el sexo femenino sugiere la necesidad de aplicar un enfoque diferenciado, en correspondencia con lo planteado por Okazaki et. al. (2023) sobre las particularidades del aprendizaje motor en edades tempranas.

En este sentido, los resultados del diagnóstico refuerzan la pertinencia de la propuesta de ejercicios auxiliares como alternativa metodológica para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los resultados de la entrevista a profesores reflejan una dependencia marcada de ejercicios tradicionales y la carencia de bibliografía actualizada, lo cual coincide con investigaciones recientes que señalan que la actualización metodológica del docente es un elemento clave para el éxito en la enseñanza del deporte (Contreras-García et. al., 2024).

La percepción de bajos resultados en el aprendizaje del tiro básico, por parte de los profesores, se corresponde con los errores técnicos identificados en los estudiantes, tales como la incorrecta extensión del brazo, la trayectoria inadecuada del balón y la falta de rotación, aspectos que han sido descritos en estudios biomecánicos como determinantes en la eficacia del tiro (Fan et. al., 2024).

En relación con el análisis inferencial realizado, los resultados del estadígrafo Chi-cuadrado (χ^2) evidenciaron diferencias estadísticamente significativas en el desempeño del tiro básico según el sexo, lo cual sugiere la necesidad de considerar un enfoque diferenciado en la enseñanza de esta habilidad.

Este hallazgo puede explicarse a partir de diferencias en el desarrollo de capacidades físicas y coordinativas en estas edades, lo cual ha sido abordado en estudios sobre formación deportiva en etapas tempranas (Okazaki et. al., 2023). En este sentido, la literatura actual sugiere que la individualización del proceso de enseñanza favorece mejores resultados en el aprendizaje motor.

Por su parte, la propuesta de ejercicios auxiliares diseñada en el estudio responde directamente a las insuficiencias

detectadas, al incorporar tareas específicas dirigidas a corregir errores técnicos concretos.

Este enfoque coincide con lo planteado por Burkaitė et. al. (2025), quienes destacan que la variabilidad en la práctica y el uso de ejercicios diferenciados favorecen la adaptación motriz y mejoran el rendimiento en el tiro en jóvenes jugadores. Asimismo, la inclusión de ejercicios que estimulan la percepción y el control del movimiento, como el tiro con los ojos tapados, se fundamenta en estudios que resaltan la importancia de los procesos perceptivo-visuales en la precisión del tiro (Amaro et. al., 2024).

En sentido general, los resultados de la investigación evidencian que la incorporación de ejercicios auxiliares constituye una alternativa metodológica efectiva para mejorar la enseñanza del tiro básico en el baloncesto escolar, al favorecer un aprendizaje más estructurado, consciente y motivador. Estos aportan elementos teóricos y prácticos que contribuyen al perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje en la Educación Física.

CONCLUSIONES

El diagnóstico realizado permitió identificar insuficiencias en la enseñanza del tiro básico con una mano en estudiantes de sexto grado, evidenciadas en el limitado dominio técnico de la habilidad, la escasa variedad de ejercicios empleados por los docentes y la insuficiente utilización de recursos metodológicos, lo que afecta la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje.

La propuesta de ejercicios auxiliares diseñada constituye una alternativa metodológica pertinente, viable y aplicable, que contribuye al perfeccionamiento de la enseñanza del tiro básico en baloncesto, al favorecer la corrección de errores técnicos, la diversificación del proceso docente y el incremento de la motivación de los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amaro, C. M., Castro, M. A., Mendes, R., & Gomes, B. B. (2024). Visual fixations in basketball shooting: Differences between shooting conditions. *Applied Sciences*, 14(8), 3168. <https://doi.org/10.3390/app14083168>
- Burkaitė, G., Figueira, B., Schöllhorn, W., Coutinho, D., & Paulauskas, R. (2025). Differential shooting training in youth basketball players: An analysis of performance effects. *Frontiers in Psychology*, 16, 1709103. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1709103>
- Casey, A., & Kirk, D. (2021). *Models-based practice in physical education*. Routledge.
- Contreras-García, J. M., Courel-Ibáñez, J., Piñar-López, M. I., & Ibáñez, S. J. (2024). Early specialization in formative basketball: A machine learning analysis of shooting patterns in U14 and professional players. *Journal of Sports Sciences*, 42(24), 2443–2450. <https://doi.org/10.1080/02640414.2024.2436809>
- De la Paz, L. (1985). *Baloncesto: La ofensiva*. Editorial Pueblo y Educación.

- Fan, P., Yang, Z., Wang, T., Li, J., Kim, Y., & Kim, S. (2024). Neuromuscular control strategies in basketball shooting: Distance-dependent analysis of muscle synergies. *Journal of Sports Science & Medicine*, 23(1), 571–580. <https://doi.org/10.52082/jssm.2024.571>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill.
- Metzler, M. (2021). *Instructional models for physical education (4th ed.)*. Routledge.
- Okazaki, V. H. A., Rodacki, A. L. F., & Satern, M. N. (2023). A review on the basketball jump shot. *Sports Biomechanics*, 22(5), 685–702. <https://doi.org/10.1080/14763141.2021.1873419>