I.- Datos Generales

Código	Título
EC1685	Conducción del entrenamiento de básquetbol nivel básico

Propósito del Estándar de Competencia
Servir como referente para la evaluación y certificación de las personas que conducen el entrenamiento del básquetbol a nivel básico, en clubes, escuelas o instituciones deportivas del ámbito público y privado.

Asimismo, puede ser referente para el desarrollo de programas de capacitación y de formación basados en el Estándar de Competencia (EC).

Este EC se refiere únicamente a funciones para cuya realización no se requiere por disposición legal la posesión de un título profesional. Por lo que para certificarse en este EC no deberá ser requisito poseer dicho documento académico.

Descripción general del Estándar de Competencia
El Estándar de Competencia describe las actitudes, conocimientos, productos y desempeños necesarios para una persona que conduce el entrenamiento de básquetbol a nivel básico, desde la planeación de una sesión, considerando en todo momento el objetivo del entrenamiento y el perfil del grupo, su ejecución y retroalimentación al grupo.

También se fundamenta en criterios rectores de legalidad, competitividad, libre acceso, respeto, trabajo digno y responsabilidad social.

Nivel en el Sistema Nacional de Competencias: Dos
Desempeña actividades programadas que, en su mayoría son rutinaria y predecibles, depende de las instrucciones de un superior, y se coordina con compañeros de trabajo del mismo nivel jerárquico.

Comité de Gestión por Competencias que lo desarrolló
Profesionales del Entrenamiento del Básquetbol

Fecha de aprobación por el Comité Técnico del CONOCER:	Fecha de publicación en el Diario Oficial de la Federación:
21 de febrero de 2025	21 de marzo de 2025

Periodo sugerido de revisión /actualización del EC:
4 años

Ocupaciones relacionadas con este EC de acuerdo con el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones (SINCO)

Grupo unitario
2716 instructores en educación física y deporte

Ocupaciones asociadas
Instructor de deportes

Ocupaciones no contenidas en el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones y reconocidas en el Sector para este EC
Instructor de básquetbol

Clasificación según el sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN)

Sector:

61 Servicios educativos

Subsector:

611 Servicios educativos

Rama:

6116 Otros servicios educativos

Subrama:

61162 Escuelas de deporte

Clase:

611621 Escuelas de deporte del sector privado

611622 Escuelas de deporte del sector público

El presente EC, una vez publicado en el Diario Oficial de la Federación, se integrará en el Registro Nacional de Estándares de Competencia que opera el CONOCER a fin de facilitar su uso y consulta gratuita.

Organizaciones participantes en el desarrollo del Estándar de Competencia

- Asociación Deportiva Mexicana de Básquetbol (ADEMEBA)
- Asociación Nacional de Entrenadores de Básquetbol (ANEBA)
- Escuela Nacional de Entrenadores de Básquetbol (ENEB)

Aspectos relevantes de la evaluación

Detalles de la práctica:

- La evaluación de los desempeños podrá llevarse a cabo en situación simulada o real en un espacio acondicionado para la práctica o en el lugar de trabajo del candidato.
- Si se requiere evaluar a distancia, se deberá tomar en cuenta:
  - Productos entregados a través de plataforma educativa o correo electrónico.
  - Se llevará a cabo una sesión sincrónica para el entrenamiento de básquetbol. Para esta sesión, se proporcionarán las claves de acceso y el horario específico en el que se realizará la actividad a través de una videoconferencia.

- Resolver la evaluación de conocimientos a través de una actividad automatizada.
- Cumplir con los requerimientos que para tal efecto establece el CONOCER.

Apoyos/Requerimientos: Es necesario contar con lo siguiente:

- Para demostrar los desempeños se requiere:
  - 1 cancha de básquetbol de 26 x 14 metros, con dos canastas a 3.05 metros de altura.
  - Al menos un grupo de diez personas similares en edades para llevar a cabo la aplicación de los ejercicios en los tres momentos didácticos de la sesión. Las personas deberán portar camiseta (playeras de entrenamiento), pantalón corto y zapatos que permitan la práctica del básquetbol.
  - Material deportivo: Al menos 10 balones de básquetbol, 2 conos de plástico de 25 cm por cada practicante y 1 aro de plástico por cada practicante de diferentes diámetros 60, 80 y 100 centímetros, además del material que defina la persona entrenadora en su planeación.
- Para las evidencias de conocimientos y productos:
  - Anexo 3 del IEC
  - Hojas blancas
  - Tabla de apoyo
  - Impresora
  - Equipo de cómputo
  - Red de internet

Duración estimada de la evaluación

- 2 horas 30 minutos en gabinete y 1 hora en campo, totalizando 3 horas 30 minutos.

Referencias de Información

- ANEBA (2023). Manual para el entrenador nivel básico. México: ANEBA
- FIBA (2023). *Entrenador nivel 1*. [Sitio web]. Recuperado de https://wabc.fiba.com/es/manual/level-1/
- FIBA (2023). *Official Basketball Rules 2020* [Reglas Oficiales de Basquetbol]. [Documento pdf]. Recuperado de https://www.fiba.basketball/documents/official-basketball-rules/current.pdf

II.- Perfil del Estándar de Competencia

Estándar de Competencia
Conducción del entrenamiento de básquetbol nivel básico

Elemento 1 de 2
Planear la sesión de entrenamiento

Elemento 2 de 2
Implementar la sesión de entrenamiento

III.- Elementos que conforman el Estándar de Competencia

Referencia	Código	Título
1 de 2	E5263	Planear la sesión de entrenamiento

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

PRODUCTOS

1. El plan de sesión de entrenamiento elaborado:
- Contiene el nombre completo de la persona entrenadora,
- Muestra el nombre de la institución donde se impartirá la sesión,
- Indica la fecha a la que corresponde la sesión,
- Incluye el tiempo total de duración de la sesión,
- Describe el perfil del grupo considerando: edad, peso, estatura, estilo de vida y antecedentes de salud de acuerdo con el expediente de cada participante,
- Incluye el objetivo del entrenamiento considerando acción, objeto y condición con base en el perfil del grupo,
- Integra la descripción de las actividades en tres momentos didácticos de la sesión: inicial, principal y final,
- Contiene la descripción de los ejercicios para el calentamiento de acuerdo con el objetivo de la sesión y perfil del grupo,
- Contiene la descripción de los ejercicios para el desarrollo de las técnicas de bote de balón/ pase de balón de manera estática y dinámica/de tiros de balón con cambios de dirección, velocidad y ritmo con y sin oposición, organizados de los más sencillos a los más complejos y en concordancia con el objetivo de la sesión y el perfil del grupo,
- Incluye la descripción de los ejercicios para el desarrollo de las habilidades tácticas de: distribución geométrica de la cancha/ataque y defensa/desplazamientos uno vs uno/toma de decisiones, organizados de los más sencillos a los más complejos y en concordancia con el objetivo de la sesión y el perfil del grupo,
- Contiene la descripción de los ejercicios para la parte final/vuelta a la calma con ejercicios progresivos de baja intensidad, en concordancia con el objetivo y el perfil del grupo,
- Contiene la descripción de la forma de organización del grupo: en estaciones/filas/parejas/pequeños grupos/individual,
- Contiene la descripción de la estrategia didáctica que empleará para realizar los ejercicios en el calentamiento, en la parte principal, en la parte final y en la retroalimentación de la sesión,
- Incluye la duración de cada ejercicio y coincide con el tiempo total de duración de la sesión, y
- Contiene el material deportivo a utilizar considerando cantidad y características en función del tipo de ejercicios, el objetivo de la sesión y el perfil del grupo.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS	NIVEL
1. Metodología del entrenamiento deportivo: • Periodización. • Selección de contenido. • Planificación de la práctica.	Compresión
2. Principios didácticos en la enseñanza y aprendizaje del básquetbol.	Comprensión

3. Reglamento de la Federación Internacional de Básquetbol. • Reglas de juego • Corrección de pases a violaciones comunes	Comprensión
4. Biomecánica deportiva: • Optimización del rendimiento • Prevención de lesiones	Conocimiento
5. Preparación técnica en el básquetbol • Fundamentos básicos ○ *Dribbling* ○ Pases ○ Tiro ○ Defensa	Comprensión

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Orden:	La manera en que los ejercicios descritos se plantean en orden progresivo.
2. Responsabilidad:	La manera en que los ejercicios descritos en su planeación son acordes al logro del objetivo de la sesión y el perfil del grupo.

GLOSARIO

1. Antecedentes de salud:	Información médica relevante de los participantes, obtenida a partir de un certificado médico. Incluye datos como edad, peso, estatura, estilo de vida, y condiciones médicas previas o actuales. Esta información es fundamental para adaptar el entrenamiento a las necesidades individuales y garantizar la seguridad durante la actividad física.
2. Calentamiento:	Ejercicios que preparan al organismo para efectuar un esfuerzo físico.
3. Momentos didácticos de una sesión de entrenamiento:	Fases estructuradas que permiten un aprendizaje efectivo y organizado. Estos momentos ayudan a asegurar que los objetivos de la sesión se cumplan de manera clara y efectiva, estos son: Inicial: también conocida como calentamiento, es la primera fase de una sesión de entrenamiento donde se programan y se imparten todas aquellas actividades enfocadas a preparar al cuerpo y órganos del ser humano a realizar una actividad física que requiere mayor intensidad. Principal: elemento de una sesión de entrenamiento donde se programan y se imparten todos aquellos ejercicios o tareas orientados a conseguir el objetivo principal de la sesión ya sea coordinativo, físico, técnico y/o táctico. Final: pertenece a la parte del cierre de una sesión de entrenamiento, donde además de permitir al cuerpo volver a los estados fisiológicos de forma gradual, tras una actividad que requirió mayor intensidad, se brinda retroalimentación sobre las

	fortalezas y áreas de mejora y se prepara a las personas para la próxima sesión.
4. Vuelta a la calma:	Ejercicios de baja intensidad utilizados para la recuperación de los organismos después de hacer una actividad física intensa.

Referencia	Código	Título
2 de 2	E5264	Implementar la sesión de entrenamiento

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Prepara el espacio para llevar a cabo la sesión:
- Revisando que exista iluminación natural/artificial que permita que los participantes puedan ver sin forzar la vista,
- Corroborando que el espacio se encuentre libre de material peligroso/basura/objetos que puedan poner en riesgo a las personas,
- Corroborando que el botiquín de primeros auxilios se encuentre en un punto de fácil localización y con medicamentos no caducados,
- Verificando que el espacio cuenta con los elementos de protección civil de acuerdo con el espacio de práctica cerrado/abierto, y
- Acomodando el material deportivo a utilizar de acuerdo con el plan de sesión de entrenamiento.

2. Guía el inicio de la sesión de entrenamiento:
- Mencionando su nombre,
- Preguntando al grupo sobre sus intereses por la práctica del básquetbol,
- Mencionando el objetivo de la sesión y los beneficios de la práctica deportiva,
- Exponiendo las reglas del juego limpio y la dinámica a emplear durante la práctica,
- Mencionando las instrucciones de las actividades de acuerdo con el plan de sesión de entrenamiento,
- Distribuyendo el material deportivo de acuerdo con las actividades del plan de sesión de entrenamiento,
- Dirigiendo las actividades de acuerdo con el plan de sesión de entrenamiento,
- Verificando que cada participante realice la ejecución de los ejercicios de acuerdo con la técnica establecida en la estrategia del plan de sesión, y
- Preguntando al grupo si existen dudas.

3. Guía la parte principal de la sesión de entrenamiento:
- Organizando al grupo de acuerdo con el plan de sesión de entrenamiento,
- Dirigiendo las actividades de acuerdo con el plan de sesión de entrenamiento,
- Verificando que cada participante realice la ejecución de los ejercicios de acuerdo con la técnica establecida en la estrategia del plan de sesión, y
- Preguntando al grupo si existen dudas.

4. Guía la parte final/vuelta a la calma de la sesión de entrenamiento:
- Dirigiendo las actividades de acuerdo con el plan de sesión de entrenamiento,
- Verificando que cada participante realice la ejecución de los ejercicios de acuerdo con la técnica establecida en la estrategia del plan de sesión, y
- Preguntando al grupo si existen dudas.

5. Concluye la sesión de entrenamiento:
- Explicando el avance alcanzado de forma individual y grupal,
- Indicando las áreas de mejora de forma individual y grupal,
- Solicitando al grupo que se lleven sus pertenencias y dejen limpio el espacio, y
- Acomodando el material deportivo para su resguardo.

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

PRODUCTOS

1. La lista de cotejo del seguimiento a participantes requisitada:
- Contiene el nombre completo de cada uno de los participantes de la sesión, y
- Contiene la información de la progresión del aprendizaje da cada participante en los ejercicios de acuerdo con el objetivo de la sesión.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS	NIVEL
1. Conceptos básicos de hidratación.	Conocimiento
2. Estilos de aprendizaje y retroalimentación.	Comprensión
3. Valores y filosofía del entrenamiento	
• Juego limpio	Conocimiento
• Medición del progreso	

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

RESPUESTAS ANTE SITUACIONES EMERGENTES

Situación emergente

1. Una persona participante sufre una lesión durante la sesión.

Respuestas esperadas

1. Conserva la calma, detiene la actividad y solicita apoyo al servicio médico para la valoración del lesionado.

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Amabilidad:	La manera en que en todo momento se dirige al grupo con un tono cordial, evitando utilizar palabras/tono agresivo.
2. Limpieza:	La manera en que se presenta aseado con la indumentaria deportiva para las actividades.
3. Perseverancia:	La manera en que motiva continuamente, mantiene el control, la atención y el orden del grupo para lograr el objetivo de entrenamiento.
4. Responsabilidad:	La manera en que realiza la corrección de la ejecución de los ejercicios a través de la corrección de la

postura/posición de las personas participantes y establece pausas para la hidratación.

GLOSARIO

1. Elementos de Protección Civil:	Elementos que permiten apoyar en la prevención y respuesta ante emergencias y desastres. Deben ser revisados previo al inicio de sesión o evento: • Extintor: Verificar que esté en buen estado, cargado y accesible. • Señalización de rutas de evacuación y puntos de encuentro: Asegurarse de que estén claramente visibles y de acuerdo con el espacio de práctica, ya sea cerrado o abierto. Señalamientos de salidas de emergencia: Confirmar que sean fácilmente identificables y no estén obstruidos.
2. Plan de sesión de entrenamiento:	Documento elaborado por la persona entrenadora que detalla la estructura y las actividades planificadas para una sesión de entrenamiento de básquetbol nivel básico, adaptadas a las necesidades y objetivos del grupo de participantes.
3. Técnica establecida en la estrategia del plan de sesión:	Método o procedimiento específico definido por la persona entrenadora dentro del plan de sesión para ejecutar las actividades de entrenamiento, orientado a desarrollar habilidades y competencias de los participantes. Entre las técnicas que se pueden establecer se incluyen el pase en movimiento, el trabajo en estaciones, y otros enfoques adaptados a los objetivos y el perfil del grupo.