

AREA: Educación Física

GRADO: 7°

DOCENTES: Patricia Ávila – Carolina Gutiérrez - Franklin Andrade

1. OBJETIVO:

Aplicar estrategia pedagógica que permita el mejoramiento académico de los estudiantes con dificultades en las áreas del plan de estudios con bajo desempeño académico, que permita a los estudiantes demostrar la superación de las dificultades y el fortalecimiento de los aprendizajes.

2. REFERENTE CONCEPTUAL (Link de referencia):

BALONCESTO

Es un deporte que se juega en equipo, mayormente en una pista cubierta aunque también existen modalidades que se practican en pista descubierta. **Fue creado a fines de 1891 por el profesor de educación física James Naismith**, con la necesidad de poder realizar una actividad atlética en épocas invernales.

En el baloncesto **compiten dos equipos con cinco jugadores cada uno**, durante 4 períodos de tiempo o cuartos. Cuando termina el segundo cuarto, se toma un descanso que durará aproximadamente entre 15 a 20 minutos, según la regulación del campeonato.

Este deporte ha alcanzado un gran desarrollo y popularidad en todo el planeta, siendo actualmente **una de las prácticas deportivas más influyentes y relevantes a nivel global**. Ligas como la norteamericana o las que se desarrollan en varios países europeos concentran importantes inversiones económicas y muchos de los partidos llegan a ser eventos multitudinarios.

POSICIONES EN BALONCESTO

Base o playmaker. Contraataca con la pelota hasta el sector contrario, tutelando el juego de ataque de su propio equipo. Poseen un gran gobierno de balón, visión de juego, etc. No necesitan tener una gran altura.

Escolta o ayuda-base. Jugador regularmente más bajo, vertiginoso y rápido que el resto. Colabora con el base en la coordinación del ataque.

Alero o ala. Generalmente tiene una altura media. Su juego es equitativo entre el impulso y el tiro. Ocupa un lugar significativo gracias a su capacidad de integrar altura con rapidez y porque logra romper a la defensa contraria.

Ala-Pívor. Son de gran ayuda para el pívot. Intentan reprimir el juego interior del conjunto contrario cerrando el rebote. Deben tener una altura considerable.

Pívor. Son los jugadores de mayor altura y contextura física dentro del equipo. Emplean estas condiciones junto al aro, tanto en faceta ofensiva como defensiva. Situados en la defensa, aspirarán a recoger un rebote corto, imposibilitar el juego del contrario e interceptar entradas. En la ofensiva, suelen definir las jugadas bajo el aro.

DURACIÓN EN UN PARTIDO DE BALONCESTO

En el estatuto de la Federación Internacional de Baloncesto (FIBA), se estipula que cada partido está conformado por cuatro períodos de 10 minutos cada uno.

Según la National Basketball Association (NBA), el tiempo de cada período será de 12 minutos y para el NCAA se establecerán dos períodos de 20 minutos cada uno.

Si el partido concluye en empate entre ambos equipos se deberá ejecutar una prórroga de 5 minutos más, alargue que se reiterará hasta que alguno de los equipos termine sacando ventaja en el marcador.

PLANTELES DEL BALONCESTO

Cada equipo estará conformado por 12 jugadores como máximo, 5 de ellos constituirán el conjunto titular y los otros 7 jugadores serán los suplentes.

El entrenador de cada equipo realizará todos los cambios que desee en referencia a los jugadores, aprovechando las interrupciones propias del juego.

TANTOS EN BALONCESTO

Cuando la pelota atraviesa el aro contrario se produce una anotación. Si el lanzamiento se produjo en ocasión de un tiro libre luego de una falta, se otorga un punto al equipo que ataca. Si se lanza por dentro de la llamada zona de triple y hasta el aro en acción de juego, se anotarán dos puntos. Cuando el lanzamiento se produce por fuera de la zona de triple, el equipo anotará tres puntos.

INICIO DEL PARTIDO EN BALONCESTO

Al comenzar el partido, se colocará un jugador de cada uno de los equipos adentro de la órbita central con uno de sus pies cerca de la línea que separa la cancha en dos mitades, el resto de los jugadores estarán afuera del círculo.

El árbitro, desde el centro del círculo, larga la pelota hacia arriba y estos dos jugadores saltarán perpendicularmente con el fin de intentar desviarla a las manos de algún compañero de su equipo.

ÁRBITROS EN BALONCESTO

En la mayoría de los torneos con frecuencia hay dos árbitros, que son los autorizados para dirigir el juego. En otros encuentros o ligas profesionales pueden coexistir tres árbitros, en tanto que en aquellos con un presupuesto más bajo solamente hay uno.

MESA DE ANOTADORES

En las mesas de anotadores se encuentran el anotador, el ayudante de anotador, un cronometrador y operador de la regla de 24 segundos. En algunas ocasiones también se cuenta con la presencia de un comisario, quien inspecciona todas las incidencias del partido (tanteo, tiempos muertos y de juego, faltas, cambios de jugadores) y redacta un acta del partido.

EL ARO

Aproximadamente está situado a unos 3,05 metros del suelo. En el aro hay una red, tomando de este modo aspecto de canasta o cesta.

CANCHAS DE BALONCESTO

Las canchas internacionales poseen una medida estándar de 28 por 15 metros.

En tanto, las canchas de la liga norteamericana (NBA), poseen las siguientes medidas: 29 por 15 metros (aproximadamente 94 por 50 pies).

INFRACCIONES O FALTAS EN BALONCESTO

Tocar la pelota adrede o golpearla con el puño, cargar el balón más de un paso, estar dentro del área delimitada por más de tres segundos mientras se conserva el balón, derribar o cargar a un jugador y otras acciones de juego constituyen contravenciones, faltas o infracciones que dan lugar a un lanzamiento en favor del equipo contrario, en ocasiones la recuperación del dominio del balón desde su propia área o la realización de un tiro directo al aro o tiro libre, desde una línea ubicada a 4,60 metros del tablero que contiene al aro.

Fuente: <https://www.caracteristicas.co/baloncesto/#ixzz7fe4V1Uad>

3. METODOLOGÍA: (PASO APASO DE ACTIVIDAD Y TRABAJO PRACTICO A ENTREGAR)

1. Dibujar y colorear en una hoja tamaño carta cuadriculada la cancha de baloncesto con sus respectivas medidas.
2. Leer la información de la guía de mejoramiento y realizar un dibujo alusivo a la coordinación viso manual en el baloncesto.
3. Ver la película “Space Jam” y determinar que valores sobresalen en el trabajo en equipo.

4. EVALUACIÓN:

Entregar la carpeta con la información completa el día martes 18 de octubre del 2022.