



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

## ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión  
Fecha de  
aprobación:

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                               |                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Área/asignatura: <b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                               | Grado: 7°                                              |
| Período académico: <b>2</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Docente: <b>DIANA MILENA CASTILLO CÓRDOBA</b> |                                                        |
| <b>Competencias</b><br>Competencia motriz.<br>Competencia expresiva corporal.<br>Competencia axiológica corporal.                                                                                                                                                                                                                                                            |                                               |                                                        |
| Descripción de las actividades a desarrollar para los estudiantes de <b>mejoramiento académico:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                               | Fecha de presentación o de desarrollo de la actividad: |
| 1. Publicación del taller                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                               | 1. Semana <b>9</b> del 20 al 24 de Julio               |
| 2. Asesorías y resolución de dudas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                               | 2. Semana <b>10</b> del 27 al 31 de Julio              |
| 3. Proceso de entrega                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                               | 3. Semana <b>11</b> del 3 al 7 de Agosto               |
| 4. Sustentación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                               | 4. semana <b>12</b> del 10 al 14 Agosto                |
| Parámetros para evaluar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                               |                                                        |
| <ul style="list-style-type: none"><li>Trabajo escrito en hojas de block conservando la margen, con portada, letra legible, dibujos, impresiones NO o en el cuaderno bien organizado. 30%</li><li>Desarrollo de la clase programada. 70%</li></ul>                                                                                                                            |                                               |                                                        |
| <b>TALLER</b><br><br>Consultar los conceptos vistos en clase, <b>FUNDAMENTOS BASICOS DEL BALONCESTO</b> , a partir de la información programar una clase con 3 momentos, para dirigir a sus compañeros de grupo, en la clase de educación física.<br><br>1. Parte práctica: Calentamiento<br>2. Parte central: 3 Actividades prácticas centrales del tema<br>3. Estiramiento |                                               |                                                        |
| Descripción de las actividades a desarrollar para los estudiantes de <b>profundización académica:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                               | Fecha de presentación o de desarrollo de la actividad: |
| 1. Publicación del taller                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                               | 1. Semana <b>9</b> del 20 al 24 de Julio               |
| 2. Asesorías y resolución de dudas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                               | 2. Semana <b>10</b> del 27 al 31 de Julio              |
| 3. Proceso de entrega                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                               | 3. Semana <b>11</b> del 3 al 7 de Agosto               |
| 4. Sustentación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                               | 4. semana <b>12</b> del 10 al 14 Agosto                |



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

## ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión  
Fecha de  
aprobación:

### Parámetros para evaluar

- Trabajo escrito en hojas de block conservando la margen, con portada, letra legible, dibujos, impresiones NO. o en el cuaderno bien organizado 30%
- Conversatorio. 70%

### TALLER

A PARTIR DEL SIGUIENTE TEXTO RESPONDE LAS PREGUNTAS

#### FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO

Cuando se habla de fundamentos nos referimos al conjunto de habilidades técnicas que debemos poseer como jugadores a nivel individual para poder practicar este deporte. Son los elementos básicos en el baloncesto: el pase, el dribling, el tiro y los movimientos defensivos. En estos aspectos técnicos, se construye el juego colectivo y se derivan de ellas el resto de acciones que necesitamos para completar el juego, como por ejemplo el rebote, el corte hacia canasta, los diferentes bloqueos entre otros. Los elementos técnicos antes mencionados se deben enseñar desde la etapa inicial, dándoles la importancia que se merecen y sin descuidarlos en las siguientes categorías. Constituyen los cimientos por los que se debe comenzar para lograr tener buenos jugadores, estas técnicas cuando se aprenden, se dominan y se aplican correctamente en el juego, se hace más fácil aprender los fundamentos técnicos más complejos, y se les dedicaría el tiempo necesario para su aprendizaje.

Cabe recalcar que el deporte y en especial el baloncesto en la actualidad forman parte del ámbito educativo, contribuyendo a su formación integral, siendo así un buen producto integrador para los procesos cognitivo, intelectual teórico y práctico en clase. “Este proceso de iniciación en el deporte, debe conllevar a iniciar cuanto antes a aquellos que presenten condiciones potencialmente positivas para llegar en posteriores aprendizajes a obtener un alto rendimiento deportivo” (Águila, 2019). Es recomendable tener en cuenta las facilidades que ofrece las directrices del profesor o entrenador, por lo que, vincula a llevar un cambio por completo bajo la práctica con actividades creativas desde un planteamiento del juego. “El modelo alternativo focaliza el aprendizaje en el reconocimiento y comprensión de elementos y características del juego” (González, 2017, p. 65).

Se entiende que los fundamentos técnicos son el arma fundamental de los grandes jugadores en el mundo, constituyen un conjunto de procesos y modelos biomecánicas y anatómico-funcionales que los movimientos



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

## ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión  
Fecha de  
aprobación:

deportivos tienen implícitos para ser realizados con la máxima eficiencia cuando se llega al dominio de cada uno de ellos como es el pase, el dribling, el tiro y los desplazamientos, se formula como una concepción ideal basada en conocimientos del baloncesto actual, la cual cada deportista aspira realizar y adaptar a sus particularidades biológicas e intelectuales, durante su preparación deportiva.

Expresan que en la ejecución de los elementos técnicos de juego en la fase ofensiva y defensiva, se deben acatar los principios fundamentales de la biomecánica para los diferentes tipos de movimientos incluidos en la ejecución de un elemento técnico manifiesta que, el boteo es un fundamento super importante que inicia con el avance de posesión del balón mediante la progresión en el sistema de juego aplicado al dribling alternando el uso de ambas manos hacia la parte ofensiva y defensiva de forma muy rápida.

En el ámbito de la iniciación deportiva del baloncesto, cuando se habla de los fundamentos técnicos, se habla del conjunto de habilidades que debe poseer un jugador/a de baloncesto para poder practicar de forma correcta el deporte. Éstos son los pilares fundamentales sobre los que se va a sustentar el juego colectivo y, por lo tanto, también van a derivar el resto de acciones que se necesiten para completar el juego. planteó que, los fundamentos individuales son la base del jugador de baloncesto el dominio de los fundamentos técnicos individuales debería de ser un objetivo a perseguir, entendiéndose la técnica como el conjunto de movimientos o acciones que nos permiten ejecutar un modelo determinado y se considera la base para construir el juego.

### PREGUNTAS

1. ¿Qué se entiende por fundamentos técnicos en el baloncesto y por qué son esenciales para la práctica de este deporte?
2. ¿Cuáles son los principales fundamentos técnicos mencionados en el texto y qué función cumplen dentro del juego colectivo?
3. Explica por qué los fundamentos técnicos deben enseñarse desde las etapas iniciales de formación deportiva.
4. ¿Cómo contribuye el dominio de las técnicas básicas al aprendizaje de fundamentos más complejos en el baloncesto?
5. Analiza la importancia del baloncesto como herramienta educativa en el desarrollo cognitivo, intelectual y práctico de los estudiantes.
6. Según el texto, ¿qué características debe tener el proceso de iniciación deportiva para favorecer el desarrollo del talento deportivo?



## INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

### ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión  
Fecha de  
aprobación:

7. ¿En qué consiste el modelo alternativo de enseñanza mencionado por González (2017) y qué ventajas puede ofrecer en el aprendizaje del baloncesto?
8. ¿Por qué los principios biomecánicos son fundamentales en la ejecución eficiente de los movimientos técnicos ofensivos y defensivos?
9. Describe la importancia del dribbling o bote dentro del sistema de juego y explica por qué se considera un fundamento técnico esencial.
10. ¿De qué manera los fundamentos técnicos individuales sirven como base para la construcción del juego colectivo en el baloncesto?