

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN					
	NOMBRE ALUMNA:					
	ÁREA / ASIGNATURA: EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTE					
	DOCENTE: EMIRO MENA PALACIOS					
	PERIODO	TIPO GUÍA	GRADO	Nº	FECHA	DURACIÓN
	3	CONCEPTUAL	10º	3	AGOSTO 2024	1 UNIDAD

INDICADOR DE DESEMPEÑO

Identifica algunos conceptos técnicos y tácticos del baloncesto.

¿Qué es el básquetbol?

El baloncesto, basquetbol o básquetbol (castellanización de basketball, en inglés) es un deporte en equipo, en el que dos bandos de jugadores se enfrentan y tienen como objetivo hacer entrar un balón en el aro del equipo contrario. Gana el juego el equipo que más anotaciones o “canastas” haga.

La cancha de básquetbol es una superficie plana, interior o exterior, que tiene un aro en cada extremo suspendido a unos tres metros de altura. Cada vez que un equipo realiza una canasta, suma puntos. Cada canasta tiene distinto puntaje de acuerdo con el lugar de la cancha desde el que se realiza el tiro.

Objetivo: El objetivo del juego es atravesar con el balón el aro del equipo contrario, tantas veces como sea posible, para acumular puntos. El equipo con más puntos al final del partido gana.

Anotaciones: Cada canasta corresponde a una anotación, pero las canastas tienen distinto puntaje de acuerdo con el lugar de la cancha desde el que se realiza el tiro. Una canasta vale dos puntos si se realiza dentro de la línea de tres puntos (a 6,75 m del aro), tres puntos si es de larga distancia y un punto si es un tiro libre.



Campo de juego: La cancha de básquetbol es un rectángulo que mide 28 metros por 15 y tiene una canasta en cada extremo.

Duración: El juego dura cuatro períodos de diez minutos cada uno, con la posibilidad de un tiempo extra de cinco minutos en caso de que exista un empate en la puntuación.

Aspectos generales del baloncesto

Juego

- En un partido se enfrentan dos equipos de doce jugadores cada uno.
- El juego comienza con un salto entre dos jugadores de ambos equipos en el centro de la cancha.
- Los equipos pueden hacer tantas sustituciones como deseen.
- Cuando un equipo tenga posesión del balón, tendrá 24 segundos para intentar un tiro al aro.
- Un jugador no podrá permanecer en la zona restringida del aro del contrincante durante más de tres segundos para el ataque.
- El jugador no podrá driblar, detenerse y luego continuar driblando. En ese caso, tiene dos pasos para intentar un tiro al aro o pasar el balón a un compañero.
- Una vez que un equipo pasa la línea de mitad de cancha, no podrá volver para atrás.



Faltas

- Los contactos ilegales entre contrincantes son considerados faltas personales y acarrear sanciones individuales y colectivas.
- Un jugador puede cometer cinco faltas en un partido.
- Un equipo solo podrá hacer cuatro faltas en cada cuarto. En caso de superar este número, se le otorgarán al equipo rival dos tiros libres.
- Los tiros libres también son otorgados cuando se le comete una falta a un jugador durante el lanzamiento.

Puntaje

- Gana el equipo que obtiene mayor cantidad de puntaje, el puntaje se logra encestando el balón en el aro del equipo contrario.
- Un partido de básquetbol no puede terminar en empate, por lo que al finalizar el partido se otorgan sucesivos tiempos extra de cinco minutos hasta que algún equipo se haga con la delantera.
- Las canastas valen tres puntos cuando el lanzamiento se realiza por fuera de la línea de tres puntos, dos puntos cuando el lanzamiento se realiza por dentro de la línea de tres puntos y un punto cuando el lanzamiento es de tiro libre.



Tiempo

- El juego dura cuatro períodos de diez minutos cada uno, con la posibilidad de un tiempo extra de cinco minutos en caso de que exista un empate en la puntuación. En la NBA los cuartos duran doce minutos cada uno.
- El tiempo se para cada vez que el balón no está en juego.
- El tiempo muerto es un tiempo de un minuto que puede ser pedido por alguno de los dos entrenadores para que su equipo se reúna en el banco.

Actividad

- Investiga y realiza un escrito de mínimo 2 páginas, que contenga portada, desarrollo o contenido y bibliografía. La portada y la bibliografía **NO** cuentan como una página.

Tema: Gesto técnicos del Baloncesto y sus tipos.

“El éxito no es un accidente, el éxito es una elección”. Stephen Curry

Fuente: <https://concepto.de/basquetbol/#ixzz8jU5WJwNO>