	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN					
	NOMBRE ALUMNA:					
	ÁREA / ASIGNATURA: EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTE					
	DOCENTE: EMIRO MENA PALACIOS					
	PERIODO	TIPO GUÍA	GRADO	Nº	FECHA	DURACIÓN
2	APRENDIZAJE	9º	3	MAY-JUL 2025	8 SEMANAS	

INDICADOR DE DESEMPEÑO

Identifica aspectos importantes del baloncesto, aplicando sus fundamentos en clases y reconociendo sus resultados como valiosos para la competencia deportiva. Reconoce la importancia del ejercicio, ejecutando con dinamismo las actividades físicas dirigidas. Contribuyendo a fortalecer así, su aspecto motriz y estado mental.

Generalidades técnicas del baloncesto

Las técnicas en baloncesto son los movimientos y habilidades que un jugador debe dominar para participar de manera efectiva en el juego. Entre las más importantes se encuentran:

Dribling o bote: Acción de hacer rebotar el balón contra el suelo con una sola mano mientras se avanza.

Ejemplo: Conducir el balón desde media cancha hasta el aro sin cometer doble dribling.

Pase: Transferencia del balón a un compañero. Tipos comunes: pase de pecho, picado y por encima de la cabeza.

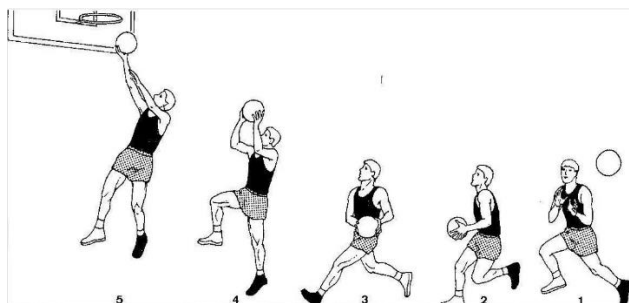
Ejemplo: Un pase de pecho rápido para asistir a un compañero debajo del aro.

Tiro: Acción de lanzar el balón hacia el aro con el objetivo de anotar puntos.

Ejemplo: Tiro libre tras una falta cometida por el equipo contrario.



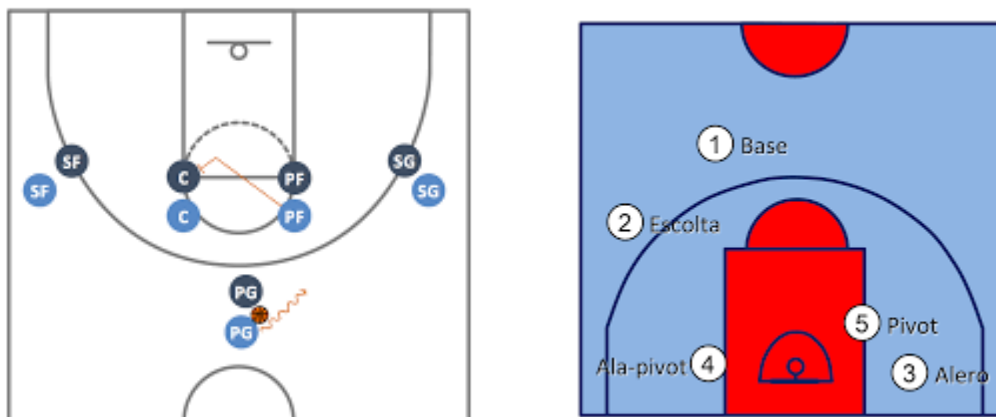
Bandeja: Técnica de lanzamiento cerca del aro, generalmente en movimiento y tras una entrada rápida.



Generalidades tácticas del baloncesto

Las **tácticas** hacen referencia a la estrategia colectiva del equipo para organizarse ofensiva y defensivamente. Incluyen:

- **Posicionamiento ofensivo:** Cómo se ubican los jugadores para crear espacios y oportunidades de tiro.
Ejemplo: Formación 1-3-1 para distribuir el balón y generar movilidad.
- **Defensa individual:** Cada jugador se encarga de marcar a un oponente específico.
- **Defensa en zona:** Los jugadores cubren zonas del campo, en lugar de marcar directamente a un rival.
- **Transición ofensiva y defensiva:** Movimiento rápido del equipo para cambiar del ataque a la defensa o viceversa.
Ejemplo: Un contraataque tras un rebote defensivo.



La pérdida y el triunfo en el juego

En el deporte, **ganar o perder** es una consecuencia natural del juego competitivo. Lo más importante es **cómo se asume cada resultado**:

Triunfo: Se valora el esfuerzo, el trabajo en equipo y la superación personal.

Derrota: Se entiende como una oportunidad de aprendizaje, reflexión y mejora continua.

Ejemplo: Un equipo que pierde por pocos puntos puede analizar sus errores para corregirlos y prepararse mejor en el siguiente partido.

Actividad

1. ¿Qué valores fomenta el baloncesto en sus jugadores?
2. ¿Qué es más importante: ganar o aprender a competir? Justifica tu respuesta.
3. Investiga el nombre de tres jugadoras destacadas en baloncesto y explica qué logros han obtenido.

"En el baloncesto como en la vida, perder y ganar hacen parte del juego; lo importante es cómo juegas mientras estás en la cancha"