



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA AUXILIADORA - ELÍAS - HUILA Código
DANE: 24124400085 Rut: 891.103.341-2 GUIA PEDAGOGICA

2021

Actividades pedagógicas en casa por covid -19

Municipio de Elías

GUÍA PEDAGÓGICA

Área o Asignatura:	EDUCACION FISICA	Grado:	SEPTIMO	Periodo:	1	Semana:	1-2-3-4
---------------------------	------------------	---------------	---------	-----------------	---	----------------	---------

Nombre de Docente:	JUAN PABLO QUIMBAYA SUAREZ	Sede:	PRINCIPAL
---------------------------	----------------------------	--------------	-----------

Desempeño, estándar, DBA o competencia esperada:	Reconoce la actividad física disciplinar del baloncesto como componente fundamental de desarrollo físico y mental para su bienestar y mejora de la condición física.
---	--

Objetivo de la actividad:	Conocer y comprender aspectos basicos de la disciplina deportiva del baloncesto - conceptos y contexto.
----------------------------------	---

Duración:	4 SEMANAS
------------------	-----------

Unidad, Tema:	BALONCESTO
----------------------	------------

1. Motivación (disposición de lo humano al aprendizaje).

Apreciados estudiantes, en estas Cuatro semanas, para las guías 1-2-3,4 vamos a introducirnos en concepto y contexto disciplinar donde el único instrumento de exploración y alcance al objeto de estudio será su responsabilidad, disponibilidad de tiempo y su capacidad de interpretación y deducción para el alcance al logro. Por eso desde este punto y desarrollo de esta unidad, nos incursionaremos a la tematica de la disciplina deportiva del baloncesto, como componente de base hacia la historia, características y reglamentación. Desde este punto veremos algunas posturas básicas reglamentarias, líneas de tiempo, y cualidades típicas pero elementales que permitan comprender en aspectos basicos sobre la disciplina deportiva del baloncesto. Es importante no olvidar las buenas costumbres y recuperar los hábitos de vida saludable que se habían adquirido a través de la ejecución y desarrollo del ejercicio físico. ¡Les deseo lo mejor y seguros en el seno de cada hogar!

2. Ambientación temática (introducción, exposición al tema).

Es un deporte muy completo que involucra a gran parte de los músculos del cuerpo. Durante un partido los jugadores tienen que correr, saltar con distancia, lanzar el balón y atajar pases. Es una práctica que brinda beneficios para el organismo, estimula la oxigenación de la sangre, la resistencia física y la liberación de toxinas. El ejercicio físico de tipo aeróbico en general, motiva la producción de endorfinas que, no solo resultan de gran importancia para el funcionamiento del organismo, sino que también tienen efectos a nivel del sistema nervioso por lo que nos dan una sensación de bienestar y energía. Por otra parte, como el resto de los deportes en equipo, permite crear y expandir valores como: Sentido de pertenencia, Respeto por el otro, Trabajo en equipo, Colaboración para el logro de un objetivo común, Lazos de amistad y compañerismo. Apreciado estudiante, para el desarrollo del presente taller, se comparten unas imágenes relativas al tema fundamental disciplina deportiva del baloncesto, para que sean objeto de estudio y de análisis donde la interpretación a través de una lectura responsable le permitirá conocer aspectos detallados en conceptos y contexto del deporte a estudiar.

3. Actividades propuestas (ejemplos del docente sobre el tema).

El baloncesto podría ser la derivación de uno de los juegos más antiguos del mundo: el tlachtli o juego de la pelota; los mayas construían en la mayoría de sus centros ceremoniales unas edificaciones de formas características para practicar este ritual.

La pelota era durísima y lastimaba al jugador, por lo que éste llevaba protectores en los brazos y la cintura, zonas con las que debía golpear la pelota para que el juego fuera válido. Uno de los mejores recintos del juego de pelota se encuentra en Chichén Itzá.

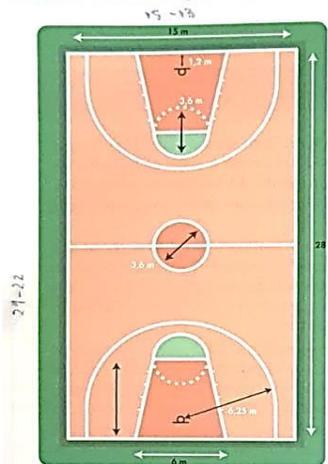
El baloncesto fue inventado en 1891 por el profesor de educación física canadiense James Naismith, quien introdujo el juego cuando era instructor en la Young Men's Christian Association en Springfield. El juego incluía elementos de fútbol americano, fútbol y hockey. La primera pelota usada fue de fútbol. Los equipos tenían nueve jugadores y las canastas eran de madera fijadas a los muros. Alrededor de 1897 se reglamentaron los equipos de cinco jugadores. El juego se extendió rápidamente por Estados Unidos, Canadá y otras partes del mundo, jugado tanto por hombres como por mujeres; también llegó a ser deporte popular informal al aire libre. Los soldados estadounidenses participantes de la II Guerra Mundial popularizaron el deporte en muchos otros países.

Un gran número de colegios universitarios estadounidenses adoptaron el juego entre 1893 y 1895. En 1934 se celebraron los primeros juegos intercolegiales en el Madison Square Garden de la ciudad de Nueva York y el baloncesto universitario comenzó a despertar un gran interés. En la década de 1950 llegó a ser un deporte de colegios mayores, consolidándose de este modo el camino para el crecimiento del interés en el baloncesto profesional.

Los Harlem Globetrotters, grupo que se fundó en 1927, un notable equipo de exhibición, se especializó en juegos divertidos y malabarismos en el manejo de la pelota.

En 1946 se unieron las diferentes ligas y asociaciones de baloncesto, para formar lo que en la actualidad conocemos como la NBA.

CANCHA DE JUEGO



Las medidas de las canchas de baloncesto difieren levemente según los países; en cualquier caso, es un área rectangular con unas dimensiones que oscilan entre los 29 x 15 metros hasta 22 x 13 metros, y en cada extremo hay un tablero vertical de aproximadamente 2 x 1 metro que está anclado en un muro, suspendido del techo o montado de otra manera, de forma que su borde inferior esté a 2,7 metros sobre el suelo. Las cestas o canastas se encuentran firmemente sujetas a los tableros, a una altura de 3 metros sobre la superficie de juego; cada una tiene un diámetro de 46 centímetros y consiste en un aro horizontal de metal, de cuyo borde cuelga una red de malla blanca.

LA PELOTA

La pelota oficial es de cuero o nailon, pesa de 567 a 624 gramos y tiene una circunferencia de alrededor de 76 centímetros.

EQUIPO DE JUGADORES

Un equipo convencional de jugadores de baloncesto, dirigido por un entrenador, integran de un pívot, aleros, escolta y base. En el comienzo de un partido, los jugadores se colocan alrededor de un círculo central de 61 centímetros de radio situado en el centro de la pista, excepto un jugador por equipo, que se sitúa en el centro del mismo para intentar conseguir la posesión del balón en el saque inicial.

SEÑALES DE LOS JUECES



Lucha

Esta señal indica que hubo una lucha entre los dos jugadores por retener el balón, el árbitro levanta los pulgares para arriba indicando que hay un saque de banda.

Esta señal indica que el jugador ha cometido una falta a un contrario, se acerca a la mesa de control y señala el número de la persona que cometió la falta.



Falta de jugador

Para indicar una falta personal, el juez levanta su brazo con el puño cerrado y el lugar de la falta cometida, va a la mesa y señala el número del infractor.



Falta personal



Pasos

Esta señal indica que el jugador ha realizado más pasos de lo normal, manifestando que el jugador ha caminado. Esta falta se denomina doble.



Triple

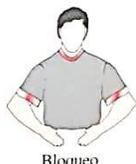
Cuando el juez levanta sus dos manos e indica con sus dedos el número tres, es que se ha convertido un triple y este aro vale tres puntos.

Al cometer una falta grave, como empujar a un contrario o faltar el respeto a los jueces o entrenadores con un vocabulario indebido o gestos, es sancionado como falta técnica.



Falta técnica

El árbitro señala con las dos manos en la cintura cuando se cometió un bloqueo intencional y si es una falta ofensiva y está dentro de la zona con lanzamiento al aro.



Bloqueo



Tres segundos en zona

En la zona defensiva, los jugadores pueden estar solamente por tres segundos antes de que caiga el balón; si el jugador no sale en este tiempo, el juez le pita tres segundos en zona.

Para indicar los puntos a la mesa de control, el juez levanta el índice cuando es un punto y los dos dedos cuando vale la canasta dos puntos.

Las reglas de este deporte cambian frecuentemente para intentar dar más velocidad a sus acciones, aumentar el marcador y aminorar las ventajas de los equipos con jugadores muy altos. Normas algo diferentes regulan el baloncesto internacional, el universitario, el escolar, el profesional y el femenino en Estados Unidos.

JUEGO COLECTIVO

El partido comienza cuando el árbitro lanza la pelota al aire en el círculo central, donde los pivots de cada equipo saltan e intentan golpear la pelota con sus manos y pasársela a sus compañeros. El equipo que consigue la pelota trata de avanzar hacia la canasta defendida por sus oponentes, para encestar y conseguir dos o tres puntos, dependiendo de la distancia desde donde lance el jugador. Un jugador puede hacer avanzar la pelota pasándola a un compañero o correr con ella a lo largo de la pista botándola y esquivando a los jugadores contrarios. Si un jugador corre con la pelota sin botarla, comete una infracción llamada pasos, que le da la posesión de la pelota al otro equipo. Cuando se logra una canasta, el equipo contrario pone la pelota en juego desde atrás de su línea de fondo y trata de mover la pelota hacia adelante para anotar.

determinado de faltas (que es variable en cada país); cada tiro enceestado vale un punto. Faltas típicas son empujar, agarrar y cargar. El jugador al que se le hace la falta en el momento en que lanza el balón y que consigue encestar, tiene derecho a un tiro libre adicional, lo que se conoce como jugada de tres puntos.

El baloncesto profesional penaliza el exceso de faltas, ya que concede al contrario una oportunidad extra de tiros libres. Un jugador que exceda el número permitido de faltas (cinco o seis, según las diferentes normativas de las asociaciones correspondientes) queda eliminado del partido.

Cuando el balón se encuentra en trayectoria descendente hacia la canasta y es desviado por un defensor se llama tapón ilegal y se da por válida la canasta; si lo hace un jugador en ataque, se llama interferencia y la canasta no es válida.

Los partidos se componen normalmente de dos tiempos de 20 minutos de juego real con 5 minutos de receso, excepto en la NBA que constan de cuatro tiempos de 12 minutos cada uno. Otra particularidad del baloncesto es la regla que obliga a lanzar hacia la canasta dentro de un límite de tiempo, desde que se pone la pelota en juego.

FALTAS Y TIROS LIBRES

El jugador sobre el que se comete un contacto ilegal, llamado falta personal, tiene derecho a lanzar uno o dos tiros libres desde una línea situada a 4 metros de la canasta, siempre que éste se encuentre en posición de tiro o que el equipo contrario haya llegado a un número

Apreciado estudiante, para el desarrollo del presente taller se debe dar respuesta a cada una de las preguntas que aparecen a continuación, el propósito del trabajo es, conocer en aspectos técnicos y teóricos características detalladas de este deporte de conjunto. Por favor, leer con atención cada una de las preguntas y ubicar su posible respuesta de forma organizada para presentar el trabajo de la guía pedagógica.

• Responda las siguientes preguntas:

1. En qué año y como se llamaba el inventor del baloncesto.
 2. En qué año se dio inauguración y celebración a los primeros juegos intercolegiales en el Madison Square Garden.
 3. Que significado corresponde la palabra Harlen Globetrotters el cual fue fundado en 1927.
 4. Que significado establecieron para las siglas NBA. 5. En qué año se estableció la primera federación, ligas y asociaciones del baloncesto en el mundo.
 6. En un partido oficial o aficionado del baloncesto, la forma y el modo de dar inicio a una contienda es cuando:
 7. Después de realizar una acción de juego donde el equipo comete una canasta o punto a favor, en qué posición o parte del campo de juego se debe generar el saque de iniciación.
 8. En la zona de lanzamiento lugar propenso a la generación de faltas por el equipo defensor, cuando se comete un contacto ilegal, llamado falta personal, por reglamento, se tiene derecho a lanzar desde el punto o línea situada a 4 metros de la canasta. Cuantos tiros libres son objetados por el árbitro después de suceder una infracción en la zona anteriormente descrita sin que esta terminara en cesta. 9. En relación a la pregunta anterior, un tiro libre; cuantos puntos a favor corresponde por canasta.
 10. En el baloncesto profesional se penaliza el exceso de falta personales concediéndole al equipo contrario un tiro libre extra, un jugador que excede el número de faltas personales queda eliminado del encuentro del partido. ¿Con cuantas faltas personales un jugador queda expulsado del juego?
 11. Cuál es el tiempo oficial de la NBA para un encuentro deportivo del baloncesto.
 12. Cuáles son las medidas reglamentarias de un campo deportivo oficial.
 13. Que dimensiones y peso corresponde para un balón oficial del baloncesto.
 14. Representa a través de gráfico, las diferentes señales arbitrales y anexa debajo de cada una el nombre que corresponde.
1. Pueden trabajar en parejas siempre y cuando lo hagan desde LA VIRTUALIDAD y con el cuidado y protección de su hogar.
 2. Fecha de entrega de los trabajos: se les informará en el transcurso de la semana o en coordinación con las demás asignaturas.
 3. Los estudiantes que vayan terminando los trabajos, pueden enviar sus documentos sin necesidad de autorización del docente del área.
 4. Nota: recordar que los canales de comunicación siempre están abiertos para atender sus necesidades.
 5. TODA PRESENTACIÓN DE TRABAJOS DEBEN VINCULAR LA SEMANA DE DESARROLLO, EL NOMBRE COMPLETO Y CURSO.

correo electronico: jp.pantor84@hotmail.com celular: 3208783666

CRITERIOS DE EVALUACION

Criterios / Indicadores	1	2	3	4	Porcentaje calificativo
Contenido	Cumple con todos los parámetros establecidos para el desarrollo de la actividad	Relaciona casi todos los elementos pertenecientes a la actividad.	Ha hecho mucho menos de lo que se estimaba para la elaboración del trabajo académico	No presento el trabajo.	20%
Presentación	Cumple con todos los requisitos (creatividad, elementos del hogar, diseño y estructura sólida, demarcación de las zonas, aplicación de color)	Cumple con todos los requisitos, pero algunos de ellos no tienen la calidad requerida.	No cumple con todos los requisitos. Faltan algunos de ellos.	No presento el trabajo.	20%
Material	Elaboró todo el trabajo acorde a las exigencias requeridas para su presentación	Elaboró casi todo el trabajo con las exigencias requeridas para uso presentación	Aplicó mucho menos de lo estimado para la elaboración y presentación del trabajo.	No presento el trabajo.	20%
Responsabilidad	Elaboró el trabajo en los tiempos requeridos y bajo los indicadores establecidos en su totalidad.	Elaboró el trabajo casi en el tiempo requerido y bajo los indicadores establecidos.	Elaboró el trabajo mucho menos del tiempo requerido y bajo los indicadores establecidos.	No presento el trabajo.	20%
Creatividad y originalidad	El trabajo es excelente; muestra una gran cantidad de ideas que son infrecuentes e inusuales.	El trabajo es bueno; muestra algunas ideas que son infrecuentes e inusuales	El trabajo es regular; muestra al menos una idea infrecuente e inusual.	No presento el trabajo.	20%

6. Referencias de consulta de profundización.

<http://importancia.de/baloncesto/>