



INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES



INICIACIÓN DEPORTIVA MINIBALONCESTO

GUÍA DIDÁCTICA 2º PERIODO

GRADO 6º

ÁREA:

EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

DOCENTE:

VÍCTOR DAVID VALENCIA

ESTA GUÍA PERTENECE A:

GRUPO:

MEDELLIN

2022



INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES



OBJETIVOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA:

- Reconocer el desarrollo histórico del baloncesto.
- Identificar los fundamentos teóricos y técnicos del baloncesto.
- Aplicar los reglamentos en el desarrollo de los juegos deportivos.

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

- Reconoce el desarrollo histórico del baloncesto.
- Ejecuta destrezas con el balón de baloncesto.
- Identifica los fundamentos teóricos y técnicos del baloncesto.

SABER CONCEPTUAL 2º PERIODO: INICIACIÓN DEPORTIVA MINIBALONCESTO

TEMA 1: Historia del baloncesto

TEMA 2: La FIBA

TEMA 3: Reglamento y juzgamiento

TEMA 4: Posiciones tácticas

TEMA 5: Fundamentos técnicos

TEMA 1: HISTORIA DEL BALONCESTO



James Naismith, inventor del baloncesto.



Balón histórico de baloncesto. Wikipedia.

Los orígenes del baloncesto se remontan muchos años atrás. En la época de los mayas se practicaba el **pok-a-pok**, un juego en el que se utilizaba una pelota maciza de caucho que debía golpearse con los muslos y las caderas, y los perdedores eran sacrificados para ofrecerlos a los dioses.

No obstante, el **básquet**, tal y como lo conocemos ahora, nació en 1891 en Estados Unidos, de la mano de **James Naismith**, profesor de Educación Física en la Universidad de YMCA, Springfield (Massachussets). Naismith quería inventar un deporte que pudiera practicarse en el gimnasio, para pasar los duros y fríos días de invierno. Observó los deportes que había entonces -el rugby, el béisbol, el fútbol, etc.,- basados principalmente en la fuerza o el contacto físico y pensó en uno que requiriese más destreza.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES



El profesor pidió al conserje unas cajas de 50 centímetros de diámetro y lo que obtuvo fueron **dos cestas de melocotones que hizo colgar a cada lado de la pista del gimnasio, a 3,05 metros de altura**. Fue así como surgió el nombre de **basketball**, palabra inglesa que define el objetivo del juego: introducir la pelota dentro de una cesta.

Naismith diseñó **trece reglas** alrededor de este nuevo deporte. Como tenía 18 alumnos, los equipos de baloncesto estaban compuestos por nueve jugadores cada equipo. Después pasaron a ser siete miembros, para acabar siendo cinco.

Con el tiempo las cestas de melocotones se convirtieron en aros metálicos con una red sin fondo, también surgieron los tableros, donde se colgaban las canastas.

El baloncesto cuajó rápidamente en EEUU y no tardó en dar el salto a Europa. Fue un deporte de exhibición en los Juegos Olímpicos de Ámsterdam (1928) y de Los Ángeles (1932), pero en los **Juegos Olímpicos de Berlín** (1936) Naismith tuvo la oportunidad de ver cómo el deporte que él creó se convertía en categoría olímpica. El baloncesto femenino tuvo que esperar unos años más, hasta 1976 para ser admitido como deporte olímpico.

TALLER 1:

Responder las siguientes preguntas en el cuaderno de Educación Física

1. Realice una reseña de la historia del Baloncesto dando respuesta a las preguntas ¿Quién lo inventó?, ¿Cuándo lo inventó?, ¿Dónde lo inventó? y ¿Cómo lo inventó?
2. ¿Cuál es el objetivo principal del Baloncesto?
3. ¿Cómo era llamado antiguamente el baloncesto?
4. ¿En qué años fueron incluidos el baloncesto masculino y femenino en los Juegos Olímpicos?
5. Dibuje en el cuaderno la cancha o terreno de juego del Baloncesto.

TEMA 2: LA FIBA

La **Federación Internacional de Baloncesto** se formó en 1932 por ocho países fundadores: Argentina, Checoslovaquia, Grecia, Italia, Lituania, Portugal, Rumania y Suiza. En aquella época, la FIBA se ocupaba de jugadores aficionados. En sus siglas en francés, la "A" quiere decir "amateur", aficionado.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES



Los primeros Campeonatos del Mundo masculinos se celebraron en 1950 en Argentina. Tres años más tarde, los primeros Campeonatos del Mundo femeninos se celebraron en Chile.

El baloncesto se incluyó por primera vez en los Juegos Olímpicos en 1936, aunque se celebró un torneo de demostración ya en 1904. Esta competición ha sido históricamente dominada por los Estados Unidos, cuyo equipo ha ganado todos los títulos excepto en cuatro ocasiones. La primera vez que un equipo de Estados Unidos fue derrotado en una final fue en la polémica final en los Juegos Olímpicos de Múnich 1972 contra la Unión Soviética, que se proclamó campeona.

El baloncesto femenino se añadió a los Juegos Olímpicos en 1976, con equipos como Brasil y Australia rivalizando con el equipo estadounidense.

La FIBA eliminó la diferenciación entre jugadores aficionados (amateurs) y profesionales en 1989, y en 1992, jugadores profesionales jugaron en los Juegos Olímpicos por primera vez. El dominio histórico de los Estados Unidos reverdeció con este "Dream Team". Sin embargo, otros países han demostrado niveles similares al de los Estados Unidos. El equipo estadounidense compuesto íntegramente por jugadores de la NBA acabó sexto en los Campeonatos Mundiales de 2002 en Indianápolis, por detrás de Yugoslavia, Argentina, Alemania, Nueva Zelanda y España. En los Juegos Olímpicos de 2004, el campeón fue Argentina y segunda Italia, quedando los Estados Unidos en tercer lugar. También en los Campeonatos Mundiales de Japón 2006, España quedó como campeona y Grecia como subcampeona, quedando así los EE. UU. en tercer lugar.

Las principales competiciones de baloncesto en silla de ruedas para selecciones nacionales son los Juegos Paralímpicos y los Campeonatos Mundiales, que se celebran bajo los auspicios de la Federación Internacional de Baloncesto en Silla de Ruedas (IWBF), que también es la responsable de las reglas de juego y de la organización de campeonatos continentales.

TALLER 2:

Responder las siguientes preguntas en el cuaderno de Educación Física

1. ¿Qué significan las siglas "FIBA" y "NBA"?
2. Explique las principales diferencias entre la FIBA y la NBA.
3. ¿Cuáles fueron los países fundadores de la FIBA?
4. ¿Cuándo y dónde se realizaron los primeros campeonatos mundiales de baloncesto masculino y femenino?
5. ¿Cuál es la función de la Federación Internacional de Baloncesto en Silla de Ruedas (IWBF)?

TEMA 3: REGLAMENTO Y JUZGAMIENTO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES



Balones modernos de baloncesto. Wikipedia.

Reglas Básicas:

1. Los equipos están compuestos por doce jugadores, de ellos únicamente cinco pueden jugar contemporáneamente en la cancha.
2. El tiempo de juego en la FIBA es de 40 minutos de juego real dividido en cuatro periodos de 10 minutos.
3. El periodo máximo de posesión es de 24 segundos, o sea que tienes ese tiempo para lanzar.
4. El tiempo que se tiene para sobrepasar el medio del campo es de 8 segundos.
5. Un tiro libre convertido vale 1 punto.
6. Un tiro de campo dentro del perímetro vale 2 puntos.
7. Un tiro realizado fuera del perímetro vale 3 puntos.
8. El balón no se puede interceptar en su fase descendente y mientras el balón no haya tocado el aro, en el momento que el balón toca el aro cualquier jugador puede interceptar el balón.
9. Una canasta se da por válida después de que el árbitro haya pitado.
10. Una canasta y tiro libre se dará por válida si cuando el jugador ha sido golpeado ya ha soltado el balón y la introduce en el aro.

Arbitraje

Un partido debe ser dirigido por tres árbitros, uno principal y dos auxiliares. Estos serán ayudados por los oficiales de mesa (artículo 45 Reglas Oficiales FIBA 2014). La mesa se compone de anotador, ayudante de anotador, cronometrador, operador de la regla de 24 segundos y, si lo hubiera, comisario; su función es controlar todas las incidencias del partido y elaborar el acta del partido.

Los árbitros y sus ayudantes dirigirán el juego de acuerdo con las reglas e interpretaciones oficiales. El árbitro principal decidirá en cualquier situación de discrepancia entre árbitros auxiliares, mesa de anotadores, dudas de validez en las canastas, dará su aprobación al acta, es el responsable de verificar, inspeccionar y aprobar todos los elementos técnicos y podrá tomar decisiones sobre situaciones no reglamentadas ni regladas. Los árbitros se pueden comunicar con la mesa de anotadores y con el resto de árbitros mediante la gesticulación, señalizando las incidencias con una serie de señales preestablecidas.

TALLER 3:

Responder las siguientes preguntas en el cuaderno de Educación Física



INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES



1. ¿Cuál es la duración de un partido de baloncesto según la **FIBA** y la **NBA**?
2. Explique el valor de las cestas en el Baloncesto: 1, 2 y 3 puntos.
3. Mencione 3 reglas del baloncesto diferentes a las anteriores (pueden ser sobre el balón, la cancha, la indumentaria, las faltas, los árbitros, etc.):
4. ¿Cuáles son las dimensiones de la cancha, el tablero y el aro según la FIBA?
5. Describa cómo está conformado el cuerpo arbitral en el baloncesto.
6. Investiga en qué consiste la falta de “campo atrás”.

TEMA 4: POSICIONES TÁCTICAS



Partido de baloncesto. Wikipedia.

- **Base:** También llamado *playmaker* ("creador de juego", "armador"). Normalmente el jugador más bajo del equipo es base que significa que sube el balón y debe tener buen manejo del balón, también tiene que tener buen manejo para el pase. En ataque sube la pelota hasta el campo contrario y dirige el juego ofensivo de su equipo, mandando el sistema de juego. Sus características recomendables son un buen manejo de balón, visión de juego, capacidad de dar buenos pases, buena velocidad y un acertado tiro exterior. En los bases son tan apreciadas las asistencias como los puntos anotados, aunque un buen jugador debe conseguir ambas cosas. En defensa han de dificultar la subida del balón del base contrario, tapar las líneas de pase y estar atento a recoger los rebotes largos. Normalmente estos jugadores no son de una elevada estatura, pues lo realmente importante es la capacidad organizativa y de dirección de juego. Conocidos como **1** en la terminología empleada por los entrenadores.
- **Escolta:** Jugador normalmente más bajo, rápido y ágil que el resto, exceptuando a veces el base. Debe aportar puntos al equipo, con un buen tiro incluyendo el tiro de tres puntos, un buen dominio del balón



INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES



y una gran capacidad de entrar a canasta. Conocidos como **2** en la terminología empleada por los entrenadores.

- **Alero:** Es generalmente de una altura intermedia entre los jugadores interiores y los exteriores. Su juego está equilibrado entre la fuerza y el tiro. Es un puesto importante, por su capacidad de combinar altura con velocidad. En ataque debe ser buen tirador de tres puntos y saber culminar una entrada hasta debajo del tablero contrario, son piezas básicas en lanzar el contraataque y suelen culminar la mayoría de ellos. Conocidos como **3** en la terminología empleada por los entrenadores.
- **Ala-Pívot:** Es un rol más físico que el del alero, en muchos casos con un juego muy similar al pívot. Obtiene la mayoría de los puntos en el poste bajo, aunque algunos pueden llegar a convertirse en tiradores muy efectivos. Sirven de ayuda al pívot para impedir el juego interior del equipo contrario, y cierran el rebote. Conocidos como **4** en la terminología empleada por los entrenadores.
- **Pívot:** Suelen ser los jugadores de mayor altura del equipo, y los más fuertes muscularmente. Normalmente, el pívot debe usar su altura y su potencia jugando cerca del aro. Un pívot que conjunte fuerza con agilidad es una pieza fundamental para su equipo. Son los jugadores que más sorprenden a los aficionados noveles, por su gran altura. En Europa el pívot medio ha evolucionado más y es capaz de abrirse hacia afuera para tirar. En defensa buscan recoger el rebote corto, impedir el juego interior del equipo contrario y taponar las entradas de jugadores exteriores. Conocidos como **5** en la terminología empleada por los entrenadores.

TALLER 4:

Responder las siguientes preguntas en el cuaderno de Educación Física

1. Mencione las posiciones de los jugadores de baloncesto:
2. ¿Cuál es la función del jugador base:
3. El Ala-pivot se encarga de:
4. Normalmente el jugador de mayor estatura es:
5. ¿Cuál es la diferencia entre el ALERO y el ESCOLTA?

TEMA 5: FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO

1) Lanzamiento

Este fundamento cumple con una de las finalidades del juego, que es la de pasar el balón a través del aro para obtener los puntos. Existen diferentes técnicas para la realización de esta destreza, en este periodo practicarás el lanzamiento con ambas manos.

2) Manejo del Balón



INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES



La mejor presa para sujetar el balón es mantenerlo entre las dos manos, con los dedos bastante separados y los pulgares casi tocándose y señalándose mutuamente. Esta posición nos permite gran rapidez en el pase, tiro, finta, bote, etc., con sólo un ligero juego de las muñecas. Podemos decir que todos los dedos de nuestras manos, excepto los meñiques, se hallan en el hemisferio más cercano a los pulgares, mientras que el otro hemisferio está casi libre.

3) Desplazamiento

Esta es la forma correcta de caminar o correr por toda la cancha. Es importante no cruzar los pies, y mantener siempre las piernas separadas sin dar saltos, evitando la interrupción de los desplazamientos de otros jugadores. Por supuesto, es necesario obstaculizar algún jugador para impedir que éste logre su cometido, encestar la pelota.

4) Pase

El pase es la acción por la cual los jugadores de un mismo equipo intercambian el balón. Existen diferentes tipos entre los cuales se encuentran: De pecho, picado o de pique, por detrás de la espalda, por encima de la cabeza, Alley-oop, con el codo, mano a mano.

5) Drible o Bote

Acción que consiste en que el jugador empuje el balón contra el suelo y este retorne a su mano. Existen tres tipos de botes que son:

- **De control:** En una posición sin presión defensiva, mientras el jugador manda un bote alto y fuerte a la altura de la cintura del jugador.
- **De protección:** Si la defensa presiona mucho, el jugador puede botar protegiendo el balón con el cuerpo, dando botes bajos a la altura de la rodilla para dificultar el llegar a robarlo.
- **En velocidad:** En carrera y con espacio por delante, el jugador lanza el balón hacia delante a la altura del pecho para correr con más velocidad.

6) Rebote

El rebote es la acción mediante la cual un jugador, durante un salto, toma posesión del balón que rebota del aro y/o tablero después de un lanzamiento no convertido. Un equipo que sepa aprovechar los rebotes tendrá más posibilidades de encestar, puesto que la esencia del juego de baloncesto es una permanente lucha por obtener el balón o sencillamente no perderlo, para ello es necesario que cada jugador esté atento y preparado en todo momento para actuar eficientemente en cada situación.

TALLER 5:

Responder las siguientes preguntas en el cuaderno de Educación Física

1. Menciona los fundamentos técnicos del baloncesto.
2. ¿Qué importancia tiene el rebote en el juego?
3. Realice un dibujo o ilustración de alguna clase en la que se muestre uno de los fundamentos técnicos del baloncesto practicados en el 2° periodo.
4. Realice un dibujo o ilustración de alguna clase en la que se muestre uno de los tipos de pases del baloncesto practicados en el 2° periodo.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES



DESCUBRE Y APRENDE MÁS EN:

- <https://profeedufisicayermoyparres.wordpress.com/>
- <https://es.wikipedia.org/wiki/Baloncesto>
- <http://www.fiba.basketball/es>
- <https://www.fecolcesto.org/>
- <http://www.lanba.co/>