

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: planes de Mejoramiento		Versión 01	Página 1 de 1

ASIGNATURA /AREA	EDUCACIÓN FÍSICA	GRUPO:	6°1 Y 6°2
PERÍODO	3	AÑO:2017	
NOMBRE ESTUDIANTE	DEL		

- LOGROS /COMPETENCIAS: (IDENTIFICA CADA UNO DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL BALONCESTO.

ACTIVIDAD: RESPONDA CRITICAMENTE LOS SIGUIENTES INTERROGATES:

**PLAN DE MEJORAMIENTO
TERCER PERIODO: 6°1 Y 6°2
LA BALONCESTO**

CONCEPTO BÁSICO: EL BALONCESTO

ESTRATEGIA DE APRENDIZAJE: REFORZAR CONCEPTOS

Espero que los contenidos presentados te ayuden a consolidar tus conocimientos y a valorar lo que desconocemos sobre El Baloncesto.

BALONCESTO

1. INTRODUCCION.

El baloncesto es un deporte de equipo jugado normalmente en cancha cubierta, en el que dos conjuntos, de cinco jugadores cada uno, intentan anotar puntos lanzando una pelota, a través de una de las dos cestas ubicadas en cada extremo de la pista. El equipo que anote más puntos gana el partido.

2. HISTORIA.

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

El baloncesto fue inventado en diciembre de 1891 por el clérigo, educador y físico canadiense james naismith. Este introdujo el juego cuando era instructor en la YOUNG MENS CHRISTIAN ASSOCIATION (YMCA) en Springfield (Massachusetts), donde organizo un pasatiempo que consideraba apropiado para jugar al futbol y desde la primavera al beisbol y practicar el atletismo en pista, pero entre una estación y

otra los aparatos y la gimnasia no bastaban a los jóvenes para continuar de manera atractiva su educación física.

Así nació en 1891 el baloncesto, regulado por trece reglas y practicando con un balón de fútbol inglés; los equipos tenían nueve jugadores y las canastas eran de madera fijadas a los muros.

Como James Naismith tenía 18 alumnos, decidió que los equipos estuviesen conformados por nueve jugadores cada uno. Pronto se pasó a siete y luego a cinco, como se está actualmente.

En 1934 se celebraron los primeros juegos intercolegiales en el Madison Square Garden de la ciudad de Nueva York y el baloncesto universitario comenzó despertar un gran interés. Las virtudes básicas para la práctica de este deporte: elevada estatura, agilidad, fuerza, entrenamiento especializado desde la edad escolar y perfecta técnica individual y de conjunto.

Evolución de técnicas y tácticas.

Las reglas del baloncesto han evolucionado constantemente tratando de superar los estancamientos que pudieran restarle interés. Al principio, el número de jugadores no estuvo limitado y dependencia de las medidas del lugar en que se disputaba el partido, que daba comienzo enviando el árbitro la pelota al centro mientras los equipos, que se hallaban estacionados en las líneas de fondo, se abalanzaban por ella. Cuando se encestaba había que utilizar escalera para recuperar el balón.

El baloncesto cultiva las mejores virtudes morales, eludiéndose toda violencia; se ejercita la camaradería, la obediencia y la labor de situación en la pista para que el juego sea efectivo y se marquen puntos.

3. VALORES DEL BALONCESTO.

El baloncesto goza de una posición importante en la educación física y en los programas recreativos y extra curriculares.

En minibasket o biddy es practicado desde 1950 con reglas adecuadas a la edad de los participantes; esta modalidad fue introducida en Europa por la federación española de baloncesto.

4. EL BALONCESTO EN COLOMBIA.

Es posible que el baloncesto que haya sido traído a Colombia en 1908 por unos estudiantes del colegio americano de barranquilla que viajaron a, os estados unidos.

El colegio americano lo popularizo entre sus estudiantes y luego su expansión fue algo sencillo, santa fe de Bogotá aprendió el nuevo juego y luego se difundió por Medellín y Cali; en 1927 se jugó en Tunja y otras ciudades.

5. EL BALONCESTO ACTUAL.

a. Dimensiones.

- Cancha: medidas máximas: 28 metros de largo por 15 metros de ancho.
- Cancha: medidas mínimas: 24 metros de largo por 13 metros de ancho.
- Tablero: 1.80 metros de largo x 1.05 metros de ancho
- Aro: diámetro interior de 0.45 metros y una altura de 3.05 metros del piso su borde superior.
- Balón: cuero o sintético; de 567 a 624 gramos de peso.

b. El juego.

Un equipo de baloncesto está conformado por 5jugadores (en la cancha) y dirigido por un entrenador y su asistente; se compone de pivote, ala pivote, alero, escolta y base.

La mesa de control está ubicada en el centro de la cancha y a una distancia de dos metros de la línea lateral.

En el comienzo de un partido los jugadores se colocan alrededor de un circulo de 1.80 metros de radio (3.60 m. de diámetro) situado en el centro de la cancha, excepto un jugador por equipo, que se sitúa en el centro del mismo para intentar conseguir la posesión del balón en el saque inicial.

Cuando se logra una cesta, el equipo contrario pone la pelota en juego desde detrás de su línea final y trata de mover la pelota hacia adelante para anotar.

El jugador sobre el que se comete un contacto ilegal, llamado falta personal (en acto de lanzar al cesto), tiene derecho a lanzar _ desde la línea de tiro libre – una vez si el lanzamiento es convertido; dos veces, si la falta fue dentro del área de tres puntos y , tres tiros si la falta personal fue atrás de la línea de tres puntos. La línea de tiro libre está situada a 5.80 metros de la línea final.

Los partidos se componen, actualmente, de 4 periodos de 10 minutos, excepto en la n. b. a.

c.

d. Faltas típicas.

Las faltas más típicas son: **empujar, agarrar y cargar**. El jugador al que se le hace falta en el momento en

que está tirando y consigue encestar, tiene derecho a un tiro libre adicional, lo que se conoce como jugada de tres puntos.

En el baloncesto profesional el exceso de faltas se penaliza, concediendo al contrario oportunidades extra de tiros libres.

Cuando el balón se encuentra en trayectoria descendente hacia la canasta y es desviado por un ataque, se llama interferencia y la canasta no es válida.

PREGUNTAS GUIAS

1. ¿cómo se define este deporte?
2. ¿quién invento el baloncesto y en qué fecha? B) a que se debió la creación o invención de este deporte?
3. Mencione algunas características o particularidades iniciales del juego.
4. ¿a qué se debió el número inicial de nueve jugadores por equipo?
5. ¿Qué significa la N. B. A? B) ¿Cómo y cuándo surgió?
6. ¿Qué cualidades se trabajan en la formación personal y educativa del baloncestista?
7. ¿Cuándo y dónde se inició el baloncesto en Colombia?
8. ¿Quién dirige y como está conformado un equipo de baloncesto?
9. ¿de cuánto tiempo son los periodos actuales del juego de baloncesto?
10. ¿Cuáles son las faltas típicas del baloncesto?
11. ¿Cuáles son las medidas de la cancha de baloncesto?
12. ¿desde cuándo y dónde inicio el minibasket?

METODOLOGIA DE LA EVALUACIÓN El estudiante leerá el contenido y hará un ejercicio de investigación y luego responderá las anteriores preguntas, plasmándolas en un trabajo escrito para luego entregarlo al docente siguiente de la sustentación. Muy importante especificar, en el asunto del envío, nombre del estudiante, grado y grupo, y resaltar que se trata del plan de mejoramiento.	
RECURSOS: Se trata de un ejercicio que acerca al joven a la práctica de investigar, en el cual el recurso básico es el uso de internet, la consulta personalizada y las experiencias de vida.	
OBSERVACIONES: 	
FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO	FECHA DE SUSTENTACIÓN Y/O EVALUACIÓN
NOMBRE DEL EDUCADOR(A) WILMAN CORDOBA MORENO	FIRMA DEL EDUCADOR(A)
FIRMA DEL ESTUDIANTE	FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA