

COLEGIO TERESIANO

BALONCESTO NIVEL 1



INTRODUCCIÓN

El baloncesto es un deporte de conjunto que permite al niño poner en práctica sus habilidades sociales, el desarrollo y mejoramiento de sus capacidades físicas básicas y condicionales necesarias para tener una vida sana mental y físicamente. El desarrollo motor por medio del deporte nos permite mejorar sustancialmente el desarrollo cognitivo.

El curso busca facilitar ambientes adecuados para el aprovechamiento del tiempo libre de una forma estructurada que responda a las necesidades de la comunidad. Dichas actividades serán un medio de desarrollo a nivel deportivo, que aportaran a las diversas manifestaciones de nuestros estudiantes; representar a nuestro Colegio con altura y fomentaran el uso adecuado del tiempo libre, la práctica de actividad física y la comunicación de todos los seres pertenecientes a una sociedad en constante interacción y desarrollo, proporcionando un proceso pedagógico motivante.

OBJETIVOS

Objetivo general

Generar una alternativa hacia la práctica de la actividad física y las manifestaciones culturales en el Colegio Teresiano , a través, de la realización y ejecución activa y permanente de diferentes actividades, eventos y participaciones con proyección a la Comunidad Educativa y a otros contextos como Colegios y Eventos o intercambios deportivos, generando espacios que permitan fortalecer sus competencias y fomentar los valores.

Específicos

- Desarrollar actividades en espacios extracurriculares y eventos, que permitan a los estudiantes generar conocimientos desde las experiencias prácticas que llevarán a cabo en cada una de las acciones en las que participe (baloncesto).
- Organizar adecuadamente desde nuestro rol y competencias específicas: eventos, actividades extracurriculares, intercambios deportivos en los que los estudiantes participarán activamente.

- Establecer mejores condiciones de vida escolar en Nuestra Comunidad Educativa, desde el aprovechamiento del tiempo libre, la expresión, la recreación y el deporte.
- Incentivar en la comunidad un sentido de pertenencia hacia su institución, su entorno, escenarios e infraestructuras deportivas, recreativas y culturales.

CONTENIDOS

Aplicación de fundamentos técnicos básicos propios del baloncesto reconociendo el campo y la reglamentación básica del deporte; respetando las reglas de juego y las diferencias.

Dentro de cada una de las clases siempre se manejarán valores como: El compañerismo, trabajo en equipo, respeto por la diferencia del otro entre otros que el mismo juego va aflorando entre más se practica.

TEMA O SUBTEMAS	ACCIONES DE APRENDIZAJE	HABILIDAD DE PENSAMIENTO	ESPACIO FISICO PARA DESARROLLAR LA CLASE	RECURSOS QUE SE UTILIZARAN EN LA CLASE
Coordinación viso- manual.	Control con mano derecha e izquierda con diferentes tipos de balón.	Posibilitar el desarrollo motor y la coordinación ojo mano.	Canchas múltiples.	-Balones de entrenamiento. -Pelotas de caucho. -Balones de baloncesto.
Destrezas asociadas a fundamentos propios del baloncesto.	Por medio de actividades lúdicas como lanzamientos de diferentes objetos y juegos como corre y corre creamos espacios para el desarrollo de diferentes capacidades físicas y coordinativas.	Adquirir los diferentes movimientos técnicos para el desarrollo óptimo del deporte.	Canchas múltiples.	-Pelotas de tenis. -Balones de entrenamiento. -Balones de baloncesto.

Manejo del cuerpo dentro del espacio delimitado para el campo de baloncesto en desplazamientos y manipulación del balón dentro del mismo.	Por medio de formas jugadas y pre deportivos acercamos al estudiante a la práctica del deporte.	Fomentar en el niño la práctica del baloncesto y permitir que vivencia los beneficios físicos y motores que el deporte.	Canchas múltiples.	-Balones de baloncesto. -Canchas pequeñas de baloncesto.
Fundamentación técnica en baloncesto.	Formas jugadas sobre lanzamientos, dribling y conducción.	Establecer las características propias del baloncesto e integrarlas con los patrones motrices.	Canchas múltiples.	-Balones de baloncesto.
Toque y pase posiciones de defensa y ataque.	Por medio de actividades específicas de juego como 2 x 2 o 3 x 3 potencializamos el mejoramiento de las características ofensivas y defensivas del baloncesto con control de balón y por supuesto el ataque.	Potencializar los movimientos y técnica apropiada para la práctica deportiva.	Canchas múltiples.	- Balones de baloncesto. -Conos.

En actividades de 2 x 2 y 3 x 3 se realizaran ejercicios donde se involucren todo el proceso desde el saque hasta la culminación en el área contraria.	Propiciar en acciones de juego real el aprendizaje de las acciones defensivas ofensivas y de finta.		Canchas múltiples.	- Balones.
Movimiento con y sin balón, dominio y control.	Formas jugadas donde involucremos pases, conducción y dribling.	Identificar los movimientos específicos para desmarcarse y realizar pantallas.	Canchas múltiples.	-Balones de baloncesto.
Posiciones de defensa, ataque y cesta.	En grupos de 4x 4 y 5 x 5 realizar ejercicios de sistemas de ataque y defensa.	Desarrollar dentro del estudiante las capacidades físicas y motivacionales para desarrollar los procesos de defensa y ataque en el baloncesto.	Canchas múltiples.	-Balones de baloncesto. -Conos.
Trabajo individual y por equipos de diversas destrezas básicas del baloncesto.	Trabajo de lanzamiento de media y larga distancia con y sin técnica de tiro libre.	Desarrollar dentro del estudiante las capacidades físicas y motivacionales para desarrollar los procesos de defensa y ataque en el baloncesto.	Canchas múltiples.	-Balones de baloncesto.
Combinación de fundamentos técnicos en situación de juego.	Teniendo como referencia al baloncesto potencializamos todas las	Desarrolla sus capacidades físicas y motrices básicas y condicionales	Canchas múltiples.	-Balones de baloncesto.

	capacidades físicas por medio de la práctica específica del deporte.	con acciones determinadas dentro del juego del baloncesto.		
--	--	--	--	--