

Reglamento FIBA 2024 Federado

Educación Física | Deporte

Descripción del Curso

Este curso de Deporte está diseñado para estudiantes a partir de 17 años, sin límite superior de edad, con el objetivo de promover la práctica regular de actividad física, el desarrollo de habilidades motrices y la adopción de hábitos saludables, mediante experiencias prácticas, reflexión y trabajo en equipo. Se enfatiza la inclusión, la seguridad y el juego limpio, y se busca que los estudiantes puedan aplicar lo aprendido en su vida diaria y en situaciones reales.

Objetivo general: fomentar una vida activa y saludable mediante la educación física, promoviendo el desarrollo integral (físico, cognitivo y social) y la capacidad de tomar decisiones responsables en contextos deportivos y de bienestar cotidiano. Objetivos específicos: - Desarrollar habilidades motrices básicas y técnicas fundamentales de diferentes disciplinas deportivas. - Comprender conceptos de salud, nutrición, seguridad y prevención de lesiones aplicables a la práctica física. - Fomentar hábitos de vida activa, responsabilidad personal y respeto hacia los demás durante la actividad física. - Practicar el trabajo en equipo, la comunicación efectiva y el juego limpio en contextos deportivos. - Planificar, ejecutar y evaluar progresiones de entrenamiento adaptadas a distintos niveles de habilidad y objetivos personales. La organización didáctica se apoya en cinco unidades que integran teoría y práctica: - Unidad 1: Fundamentos de la actividad física y la salud (aptitud física, calentamiento, enfriamiento, nutrición básica y prevención de lesiones). - Unidad 2: Habilidades motrices y técnicas básicas (coordinación, equilibrio, velocidad, resistencia y manejo de implementos según deporte). - Unidad 3: Deportes colectivos y prácticas organizadas (reglas, táctica básica, comunicación, seguridad y juego limpio). - Unidad 4: Salud, bienestar y hábitos de vida activa (ergonomía, gestión del estrés, hábitos diarios de ejercicio y seguridad personal). - Unidad 5: Evaluación, progreso y seguridad (evaluaciones formativas y sumativas, autoevaluación, planificación de mejoras y seguimiento del progreso). El curso se orienta al desarrollo integral del estudiante, promoviendo la autonomía, la responsabilidad, la ética deportiva y la inclusión de todas las personas en la práctica física. La evaluación combina observación, pruebas prácticas, reflexiones y trabajos que permiten evidenciar crecimiento personal y habilidades transferibles a diversas situaciones de la vida real.

Competencias

- Demostrar autonomía para planificar y realizar sesiones de actividad física adaptadas a diferentes niveles de capacidad y objetivos personales.
- Desarrollar y aplicar habilidades motrices básicas y técnicas fundamentales de distintos deportes adecuados para adolescentes y jóvenes adultos.
- Fomentar el juego limpio, la cooperación, el respeto y la responsabilidad individual y grupal durante la práctica deportiva.
- Identificar y aplicar normas de seguridad y prevención de lesiones, incluyendo calentamiento, enfriamiento y manejo adecuado de equipamiento.

- Analizar indicadores de salud y rendimiento (p. ej., frecuencia cardíaca, resistencia, nutrición) para tomar decisiones informadas sobre el entrenamiento.
- Planificar, ejecutar y evaluar progresiones de entrenamiento de forma responsable, con autoevaluación y reflexión sobre el progreso personal.
- Comunicar ideas técnicas y de seguridad de manera efectiva y trabajar en equipo para lograr objetivos comunes.
- Adoptar y mantener hábitos de vida activa que favorezcan la salud física, mental y emocional.

Requerimientos

- Ropa deportiva adecuada y calzado cómodo para actividades fuera de aula. Agua disponible y toalla personal.
- Ropa y equipo de protección cuando corresponda (protecciones básicas para actividades de mayor impacto o contacto, según indicación del docente).
- Participación activa en las sesiones prácticas y cumplimiento de normas de seguridad y convivencia.
- Asistencia regular y puntual; participación en evaluaciones prácticas y reflexiones sobre el progreso.
- Compromiso con hábitos de vida saludable, incluyendo higiene personal y manejo adecuado de la fatiga y el estrés durante las actividades.
- Entrega de reportes simples de progreso, diarios de entrenamiento o reflexiones cuando se solicite.

Unidades del Curso

Unidad 1: Unidad 1: Fundamentos del Reglamento FIBA 2024 en el partido federado

Objetivos de Aprendizaje

- Clasificar las faltas personales, las faltas técnicas y las violaciones según la clasificación del Reglamento FIBA 2024.
- Describir las sanciones asociadas a cada tipo de infracción y cuándo se aplican.
- Relacionar ejemplos prácticos de juego con cada tipo de infracción para consolidar el criterio de aplicación.

Contenidos Temáticos

1. **Tema 1:** Clasificación de infracciones y alcance en FIBA 2024.
2. **Tema 2:** Faltas personales y sus sanciones (tiros libres, posesión, conteo de faltas).
3. **Tema 3:** Faltas técnicas y violaciones comunes en el juego (conducta, manejo del balón, reglas básicas).
4. **Tema 4:** Sanciones, reanudación de juego y efectos en el marcador.

Actividades

- **Actividad 1: Clasificación de infracciones en tarjetas** Analizar una serie de situaciones cortas y clasificar si son faltas personales, faltas técnicas o violaciones. Puntos clave: identificar la infracción, el tipo de sanción y la consecuencia en el juego. Resultados esperados: capacidad para distinguir entre tipos de faltas y aplicar la sanción

correspondiente.

- **Actividad 2: Juego de roles sobre decisiones arbitrales** En parejas, discutir 4 escenarios y proponer la decisión arbitral, justificando con el reglamento. Puntos clave: claridad de la decisión, uso de señales y terminología, concordancia con el reglamento.

Evaluación

- Ejercicio de clasificación de infracciones: 40% de la nota; identifica correctamente cada infracción y la sanción.
- Resolución de casos cortos: 30% de la nota; describe la decisión y justifica con el reglamento.
- Participación y comunicación en simulaciones breves: 30% de la nota; evaluación de claridad y justificación de las decisiones.

Unidad 2: Unidad 2: Aplicación de decisiones arbitrales en escenarios típicos según el Reglamento FIBA 2024

Objetivos de Aprendizaje

- Analizar criterios para determinar si una acción es falta y cuál es la sanción correspondiente en situaciones de contacto.
- Interpretar las reglas de posesión de balón, cambios de posesión y efectos en la continuación del juego.
- Aplicar criterios de equipo (faltas de equipo y conteo) y sus consecuencias en el flujo del partido.

Contenidos Temáticos

1. **Tema 1:** Criterios de decisión ante contacto: foul, no foul, y contacto legal vs. ilegal.
2. **Tema 2:** Posesión de balón y cambios de posesión: cuando se detiene el juego y cuándo continúa el juego.
3. **Tema 3:** Faltas de equipo y conteo de faltas: bonus, tiros libres y ajustes de posesión.
4. **Tema 4:** Señales, comunicación y consistencia de las decisiones en el equipo arbitral.

Actividades

- **Actividad 1: Análisis de videos cortos** Evaluar clips de situaciones reales para identificar si corresponde falta, posesión o violación, y justificar con la regla aplicable.
- **Actividad 2: Simulación de decisiones en equipo** En grupo, representar una secuencia de juego con interrupciones planificadas donde cada participante debe comunicar la decisión de forma clara y coordinada.
- **Actividad 3: Taller de comunicación de decisiones a jugadores y entrenadores** Practicar frases y gestos de señalización para dejar claras las decisiones, con feedback entre pares.

Evaluación

- Casos prácticos de aplicación de criterios (3 escenarios): 40% de la nota; precisión y justificación conforme al reglamento.
- Participación en simulaciones de decisiones y comunicación: 30% de la nota; claridad, consistencia y uso de señales.
- Informe de análisis de videos: 30% de la nota; identificación correcta y explicación de la decisión.

Unidad 3: Unidad 3: Comunicación y simulación de decisiones reglamentarias en el partido

Objetivos de Aprendizaje

- Diseñar protocolos de comunicación para decisiones arbitrales, incluyendo señales y palabras clave comprensibles para todos los actores del partido.
- Practicar la comunicación de decisiones en situaciones de conflicto y controversia, manteniendo el control del juego.
- Evaluar la eficacia de las comunicaciones mediante retroalimentación y autoevaluación de desempeño.

Contenidos Temáticos

1. **Tema 1:** Protocolos de comunicación entre árbitros, jugadores y entrenadores.
2. **Tema 2:** Señales, lenguaje y claridad verbal y no verbal durante las decisiones.
3. **Tema 3:** Simulaciones de situaciones de partido y manejo de conflictos.
4. **Tema 4:** Evaluación y retroalimentación de la comunicación en equipo arbitral.

Actividades

- **Actividad 1: Role-play de decisiones en juego realista** Simulación en la que árbitros, jugadores y entrenadores practican comunicaciones para decisiones de faltas y posesión, con registro de señales y palabras clave.
- **Actividad 2: Grabación y análisis de diálogos** Grabación de secuencias de comunicación durante simulaciones y análisis de claridad, tono y precisión de las decisiones.
- **Actividad 3: Sesión de retroalimentación estructurada** Evaluación entre pares y facilitador, con recomendaciones para mejorar la comunicación no verbal y verbal en situaciones de presión.

Evaluación

- Desempeño en simulaciones de comunicación: 40% de la nota; claridad, consistencia y uso correcto de las señales.
- Reporte de simulaciones: 30% de la nota; análisis de la eficacia de la comunicación y propuestas de mejora.
- Autoevaluación y coevaluación: 30% de la nota; reflexión sobre la mejora de habilidades de comunicación y aplicación de feedback.