

Reglas básicas del baloncesto

Educación Física | Deporte

Descripción del Curso

Este curso de Deporte está diseñado para estudiantes de 9 a 10 años y propone una unidad de 2 semanas centrada en el conocimiento y la aplicación de reglas básicas en juegos 3x3. A través de cinco actividades: Actividad 1 (Señales y roles del árbitro), Actividad 2 (Partido 3x3 guiado), Actividad 3 (Analizando jugadas), Actividad 4 (Corrección entre pares) y Actividad 5 (Mini torneo 3x3 con evaluación), los alumnos explorarán la comunicación de reglas, la toma de decisiones en tiempo real, el razonamiento lógico para justificar decisiones y la cooperación para corregir conductas en el juego. El aprendizaje se apoya en práctica guiada, observación y reflexión en equipo, con evaluación mediante rúbrica de desempeño, portafolio de observaciones y registro de al menos tres jugadas analizadas. El objetivo general es observar la capacidad de aplicar reglas en juegos 3x3 y decidir si jugadas son válidas, con apoyo del arbitraje escolar y del equipo. En todo momento se promueve la deportividad, la responsabilidad y la autocorrección, integrando habilidades motoras, cognitivas y sociales para un aprendizaje activo.

Competencias

- Aplicar y explicar reglas básicas de 3x3 y señales del árbitro. - Tomar decisiones justas y rápidas durante el juego, respetando el arbitraje y el reglamento. - Desarrollar habilidades de comunicación clara y trabajo en equipo mediante cooperación y retroalimentación entre pares. - Analizar jugadas y justificar decisiones basadas en reglas mediante razonamiento lógico. - Fomentar la deportividad, la responsabilidad y la autocorrección en contextos de juego. - Desarrollar habilidades de observación, registro y reflexión para mejorar prácticas propias y del equipo.

Requerimientos

- Espacio: gimnasio o cancha adecuada para formas de juego 3x3, con superficie segura y área señalizada. - Materiales: balón de tamaño 3x3, silbato, conos, tarjetas de señales, marcadores o pizarras para registrar infracciones, cuadernos o portafolios para observaciones. - Recursos didácticos: guías de reglas y señales, rúbrica de desempeño, plantillas de análisis de jugadas, portafolio de observaciones. - Personal y organización: docente de educación física y, si es posible, un asistente para observación y mediación. - Seguridad y logística: plan de sesión, hidratación adecuada, protocolo de primeros auxilios. - Duración y secuencia: 2 semanas con las 5 actividades planificadas y evaluación final.

Unidades del Curso

Unidad 1: Unidad 1: Identificación de las reglas básicas del baloncesto

Objetivos de Aprendizaje

- Describir el objetivo principal del baloncesto: anotar puntos lanzando la pelota a la canasta contraria y defender para evitar que el rival anote.
- Identificar cuántos jugadores componen un equipo y cuáles son las sustituciones básicas para prácticas en la escuela.
- Explicar la duración típica de un partido y cómo se adaptan estos tiempos para clases o torneos escolares con alumnos de 9 a 10 años.

Contenidos Temáticos

Tema 1: Objetivo del juego

Describir por qué y cómo se anota puntos y cuál es el objetivo global del equipo en cada juego.

1. El objetivo es lograr más puntos que el equipo contrario lanzando la pelota a la canasta.
2. Defender para evitar que el oponente anote y recuperar la posesión.

Unidad 2: Unidad 2: Aplicación de las reglas básicas en juegos 3x3

Objetivos de Aprendizaje

- Aplicar el objetivo del juego y las reglas de manera práctica durante partidos 3x3 en la cancha de aula.
- Utilizar apoyo de compañeros y de un árbitro escolar para identificar infracciones y decisiones justas.
- Desarrollar habilidades de comunicación y toma de decisiones rápidas y respetuosas durante el juego.

Contenidos Temáticos

Tema 1: Reglas básicas en juego real 3x3

Aplicar las reglas aprendidas en un formato de juego reducido para favorecer la participación y la comprensión.

1. Reglas de posesión, dribling, pase y lanzamiento en 3x3.
2. Qué cuenta como infracción y cómo se sanciona en un juego corto.