

UNIVERSIDAD DE CHILE

FACULTAD DE CIENCIAS AGRONOMICAS

BASQUETBOL SELECCIÓN DAMAS

Profesor Responsable	: Orlando Hernández Lillo
Código	: EF004
Semestre	: Otoño y Primavera
Tipo de Asignatura	: Libre
Requisito	: Básquetbol II
Horas teóricas/alumno	: 1
Horas prácticas/alumno	: 2
Horas Adicionales	: 3 (competencias Inter-Facultades)
Unidades docentes	: 3
Página WEB	: ---

Objetivos Generales

- Fomentar la práctica de este deporte entre los alumnos.
- Permitir a los alumnos con condiciones, practicar su deporte predilecto, con un nivel de exigencia superior.
- Mejorar la condición física en general
- Aprovechar el tiempo libre en forma útil.

Objetivos Específicos

- Preparar a los alumnos para formar equipos a nivel competitivo.
- Participar en las competencias universitarias a nivel de Facultades.
- Contribuir al desarrollo integral del alumno
- Permitir la integración fomentando el trabajo en equipo.

Unidades Didácticas

- Acondicionamiento Físico General
- Acondicionamiento Físico Específico
- Trabajo Físico-Técnico. Ejercicios en circuito
- Trabajo Físico- Técnico. Ejercicios individual con balón
- Trabajo Físico –Técnico. Fundamentos Defensivos
- Trabajo Físico- Técnico. Fundamentos Defensivos : Individuales y colectivos
- Trabajo Físico-Técnico. Fundamentos Ofensivos Individuales
- Trabajo Físico-Técnico. Fundamentos Ofensivos Colectivos
- Trabajo Físico-Técnico. Sistema Defensivos
- Trabajo Físico-Técnico. Sistema Ofensivos

Método

Será desarrollado en clases prácticas, que deberán elevar el nivel individual y de sesiones teóricas para hacer planes tácticos para mejorar el rendimiento, tanto individual como colectivo.

Evaluación:

La evaluación, se obtiene considerando asistencia, trabajo en los entrenamientos y rendimiento con su correspondiente calificación en notas.

Asistencia: A prácticas, es de un 100% obligatoria. La asistencia a partidos y competencias organizadas por los equipos son actividades propias del curso

Bibliografía:

Reglamento de Federación de Basquetbol de Chile.