

PROGRAMA

1. IDENTIFICACIÓN

CARRERA	DERECHO
ASIGNATURA	CURSO LIBRE
CURSO	BASQUETBOL
PERIODO	Primer y Segundo Semestre 2021
PROFESOR	Patricio Toledo

2. INTRODUCCIÓN

Se pretende que los estudiantes adquieran los fundamentos básicos individuales y colectivos que le permitan participar y disfrutar del juego del básquetbol proporcionándoles a su vez la posibilidad de desarrollar el trabajo en equipo y enfatizando en el rol del deporte en el desarrollo valórico y social.

3. OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES

1. Conocer la influencia del deporte como agente influyente en el proceso formativo educativo nacional.
2. Desarrollar hábitos deportivos internalizando la idea de trabajo periódico y sistemático.
3. Adquisición de conceptos fisiológicos fundamentales que permiten mejorar la calidad de vida a través de la práctica deportiva.
4. Enriquecimiento de la Cultura Deportiva.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar y aplicar en el juego los fundamentos tácticos y colectivos en la ofensiva y defensiva en función de los sistemas básicos del juego del básquetbol
2. El estudiante deberá conocer e internalizar conceptos como: técnica, táctica, estrategia, reglamento del juego, conductor o base, alero, ayuda base, pivots, zona,

postes, doble drible, caminar, salida rápida, pase largo, tipos defensas, sistemas de ataque.-

3. El estudiante será capaz de aplicar sus conocimientos de auto cuidado, mecanismos de seguridad e higiene en cualquier lugar donde practique el básquetbol.
4. El estudiante será capaz de realizar los gestos técnicos propios del deporte en un juego entre cinco integrantes frente a un igual número de oponentes.
5. Responsabilidad frente a la asignatura que se debe manifestar en su asistencia, y puntualidad
6. Participación activa en la clase cumpliendo con las exigencias de ella.
7. Entusiasmarse y entusiasmar a la comunidad en relación a las virtudes de la actividad física.

4. CONTENIDOS

1. Historia, objetivo del juego, reglamento.
2. Trabajo de los pies: detenciones, desplazamientos, giros, reverso, cambio de dirección, cambio de velocidad.
3. Familiarización con el balón: tomada, destrezas y habilidades, drible, pases, triple amenaza.
4. Lanzamientos: bandeja, gancho, poder, media distancia
5. Fundamentos individuales ofensivos y defensivos:
 - Penetración desde posición de amenaza
 - Ejercicios coordinados de penetración finiquitando en bandeja o en lanzamiento.
 - Pívots ofensivo ejercicios de giros, enfrentando el cesto desde la posición del poste bajo, medio, alto y rebote ofensivo.
 - Posición en la periferia, ejercicios de penetración para los aleros y el base.
 - Lanzamientos desde diferentes posiciones de la periferia
 - Ataque uno contra uno
6. Fundamentos colectivos ofensivos y defensivos:
 - 2 contra 2
 - 3 contra 3
 - 4 contra 4
 - 5 contra 5 juego toda la cancha.

5. METODOLOGÍA

El proceso de clases se realizará con una metodología participativa principalmente orientada a la resolución de problemas que le plantea el juego a través de actividades lúdicas técnico tácticas y su aplicación en el proceso enseñanza aprendizaje, respetando las diferencias individuales.

6. EVALUACIÓN

Evaluación diagnóstica para visualizar el nivel de entrada de los estudiantes y tener un punto de referencia para elección apropiada de diferentes ejercicios a desarrollar en clases.

Evaluación formativa a través de la corrección permanente en la ejecución y desarrollo del juego.

Evaluación sumativa y aprobación del curso estará dada por su participación activa y un mínimo de un 75 % de asistencia.