



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA LENINGRADO

Resol. No.2285 de mayo 02 de 2011 Jornada Diurna

Resol. No. 3212 de Julio 01 de 2011 Jornada Nocturna

NIT 816.002.832-0 DANE 166001002886



## TALLER No MAYO

**NOMBRE DEL TALLER:** HISTORIA Y FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO

- **ÁREA:** Educación física
- **DOCENTE:** Carlos Andrés Echeverri Calle
- **GRUPO:** Grado 9°
- **FECHA:** 02 de mayo 2024

### FASE DE PLANEACIÓN O PREPARACIÓN

#### Competencia

- Identifico y relaciono la generalidad del cuerpo con las posibilidades de movimiento establecidas desde la educación física
- Comprendo las capacidades físicas del cuerpo humano en la manifestación del movimiento

#### Evidencia de aprendizaje

identifica sus capacidades físicas a nivel general, aplicando conceptos básicos del cuerpo y el movimiento

### FASE DE EJECUCIÓN O DESARROLLO

**INSTRUCCIÓN.** Realice la sopa de letras a continuación

Baloncesto  
Lanzamiento  
Recepción

Cestas  
Naismith  
sprinfield

Deporte  
Olimpicos  
YMCA

Dribling  
Pase

O	D	R	B	A	L	O	N	C	E	S	T	O	D	I
T	E	N	E	M	A	S	I	T	C	E	A	S	A	P
N	P	H	L	M	I	G	Y	D	E	T	I	C	O	S
C	O	L	U	A	B	A	O	M	E	D	M	T	N	G
L	R	B	A	O	N	C	T	S	F	Y	N	S	A	O
M	T	I	T	B	R	Z	O	E	D	M	N	S	O	A
D	E	T	D	P	I	C	A	L	S	N	L	G	T	B
A	N	C	I	R	I	Y	E	M	H	P	A	S	E	G
P	L	O	R	P	I	I	S	T	I	M	I	T	V	P
N	S	E	M	C	F	B	I	B	M	E	O	L	E	A
T	I	I	M	N	K	M	L	C	U	L	N	I	T	N
R	L	C	I	L	S	A	O	I	U	M	R	T	B	E
O	T	R	N	I	L	P	A	H	N	I	O	T	O	N
E	P	D	A	R	S	A	L	I	T	G	P	E	D	U
S	K	N	R	E	C	E	P	C	I	O	N	R	N	T
E	S	C	E	S	T	A	S	O	F	A	I	E	D	B
P	N	F	E	L	D	C	N	R	S	P	A	E	H	I

**Ahora lea con atención la siguiente información.**

## HISTORIA DEL BALONCESTO

En el norte de Estados Unidos, se dificultaba mucho realizar casi cualquier actividad al aire libre durante el invierno. Ante este problema, le encargaron a James Naismith quien era profesor de la Universidad de Springfield en Massachusetts, que ideara algún deporte que se pudiera jugar bajo techo.



El profesor James Naismith primero analizó los deportes que se practicaban por aquella época, llegando a la conclusión de que la característica dominante en ellos, era la fuerza y/o el contacto físico. Ante ello, se planteó el reto de idear algo muy activo, pero que requiriera más destreza que fuerza y que, además, no tuviera mucho contacto físico. Con estos pensamientos rondando por su cabeza, recordó que en su infancia practicaba un antiguo juego llamado “duck on a rock” (algo así como pato sobre la roca) que consistía en intentar pegarle a un objeto colocado sobre una roca lanzándole una piedra... Quizá este recuerdo fue la inspiración base para inventar el nuevo deporte.

Naismith pidió a los encargados de mantenimiento del gimnasio que le proporcionaran unas cajas de unos 50 cm. de diámetro. Al día siguiente, cuando el profesor llegó al gimnasio, en lugar de las cajas solicitadas se encontró con que le habían llevado cestas de melocotones, algo más abiertas por la parte superior que la inferior, las cuales mandó colgar en las barandillas de la galería superior que rodeaba el gimnasio. Éstas se colocaron al azar a 3.05 metros de altura. Con un balón de futbol, se jugó el primer partido.

Era diciembre de 1891. James Naismith, nació en Ramsay, cerca de Almonte en Ontario, Canadá en 1861. Era diplomado en Medicina, Psicología y Teología, así como profesor de Educación Física. En los Juegos Olímpicos de Berlín en 1936 vio como el deporte del basketball que había inventado, alcanzaba la categoría Olímpica acompañado en el Palco de Honor por Adolfo Hitler. Murió en 1939 a la edad de 78 años.

El baloncesto apareció por primera vez en los Juegos Olímpicos como deporte de demostración en los Juegos de San Luis 1904, cuando la competición se incluyó en el campeonato estadounidense de baloncesto y en el que sólo participaban equipos estadounidenses. El baloncesto se convirtió en deporte olímpico oficial en los Juegos Olímpicos de Berlín 1936. El baloncesto femenino, por su parte, se incluyó en el programa olímpico por primera vez 40 años después, en los Juegos de Montreal 1976.

Históricamente, Estados Unidos ha sido especialmente dominante en el deporte que inventó, con el equipo masculino llevándose a casa el oro olímpico en todos los Juegos, excepto las ediciones de 1972, 1980, 1988



y 2004. El equipo femenino ganó en todos los Juegos desde 1984, excepto en los Juegos Olímpicos de 1992. Estados Unidos también dejó su impronta en los Juegos Olímpicos de Barcelona 1992 con su 'Dream Team' de jugadores de la NBA, que ganó la medalla de oro tras ganar cada uno de sus partidos por una diferencia media de 40 puntos.

## BALONCESTO EN COLOMBIA

Para el año de 1925, el hermano francés Janebaud y don David Martínez Collazos, profesor de La Salle, en Santander, dieron a conocer las primeras nociones del Baloncesto en Colombia.

Para el 18 de julio de 1925, con motivo de las fiestas patrias de nuestro país, se llevó a cabo el primer partido de baloncesto en Colombia, entre dos equipos del Liceo de la Salle. A partir de ese partido se difundió en los centros educativos, principalmente dirigidos por los hermanos cristianos.

El baloncesto llegó al Instituto Técnico Central de Bogotá, en el colegio San Pedro Claver de Bucaramanga, y el colegio San José de Guanenta, en San Gil. El primer partido entre un equipo nacional y uno extranjero se realizó en la cancha del Club Deportivo Tequendama, el 4 de julio de 1931. Bogotá en 1938 es sede de los Juegos Bolivarianos, en conmemoración del IV Centenario de la fundación de Bogotá. EL profesor mexicano López Hinojosa, fue apoyo importante en el desarrollo del Baloncesto en los juegos; Colombia sale campeón en femenino y masculino.

Por otro lado, vale la pena destacar que el Baloncesto Colombiano femenino ubicarse en un tercer puesto de un Sud Americano venciendo a Argentina en logra en 1981, y para 1983, la representación femenina de Colombia en el suramericano logra el primer puesto en la final frente a Brasil por marcador de 62 a 51. Colombia no perdió ningún partido.

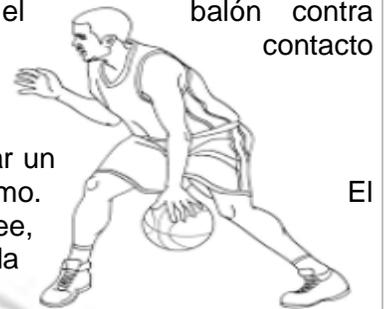
## FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL BALONCESTO

**¿Qué es el básquetbol?** El baloncesto o básquetbol proviene del inglés básquet (canasta) y ball (pelota). Es un deporte colectivo de oposición y colaboración, en donde dos conjuntos de cinco jugadores cada uno, intentan introducir un balón, el mayor número de veces posible en una cesta suspendida por encima de sus cabezas y situada en la parte de la cancha del equipo contrario.

El básquet es uno de los deportes más populares, con mayor número de espectadores y participantes en el mundo. El juego se realiza en 4 tiempos (cuartos) de 15 minutos y los jugadores pueden entrar y salir del juego durante todo el partido. Gana el partido el que más puntos anota por medio de canastas, cada canasta normal vale dos puntos; si se logra desde determinada distancia, la canasta es triple y se anota tres puntos.

**EL DRIBLING:** El dribling es el principio fundamental que consiste en rebotar el balón contra el piso, en el que nunca debe sostenerse con las palmas de las manos, y cuyo contacto con la pelota ha de ser momentáneo, en el instante mismo de producirse la recepción.

Los dedos que son los que intervienen en el manejo del balón, deben de formar un espacio cóncavo, una especie de jaula, en la que debe quedar aprisionado el mismo. El balón queda así sostenido con firmeza, y dispuesto a ser jugado cuando se desee, sin que pueda moverse, aunque lo hagan los brazos, las muñecas, el tronco o la totalidad del cuerpo en un desplazamiento.



## EL PASE

El pase constituye una acción de juego, que en todo momento tiene que estar condicionada por al que le precede y por la que seguirá a continuación, debiendo conjugar las que tiene que realizar el que lo ejecuta y el que lo recibe, atendiendo siempre a quién se dirige, a dónde se dirige y cuando se efectúa. Sus principios básicos son: dirección, brevedad, velocidad y precisión.



**PASE DE PECHO** El pase de pecho es aquel que se utiliza para distancias medias y cortas, lanzando el balón mediante una rápida extensión de los brazos, continuada por el impulso sucesivo de las muñecas y dedos, limitando el desplazamiento de los pies y el impulso hacia delante.

En el pase de pecho se sacan los brazos del cuerpo saliendo a la altura del pecho, para hacer llegar el balón al receptor a la misma altura aproximadamente.

**PASE DE PIQUE** El pase de Pique tiene las mismas características que el pase de pecho, pero se acentúa la flexión de las piernas y las manos se dirigen hacia el suelo. Y al dar el pase se lanza el balón con la intención de que bote antes de ser recibido.



**PASE POR ENCIMA DE LA CABEZA** El pase por encima de la cabeza se realiza manteniendo los brazos extendidos, aunque ligeramente flexionados, y sin presionar con fuerza el balón, llevando éste un poco retrasado y por encima de la cabeza, para lanzarlo mediante un impulso, en el que participan los brazos y el tronco que, mediante una ligera flexión, desplaza hacia adelante el peso del cuerpo, al tiempo que la extensión de los brazos asegura la tensión de la trayectoria.

## EL LANZAMIENTO O TIRO

El lanzamiento o tiro constituye el remate de todos los esfuerzos realizados por un equipo en la ofensiva desde que, apoderándose del balón, intenta conseguir el objetivo final de hacerlo pasar de arriba a abajo, a través de la circunferencia del aro que soporta la red.

### Los tiros más importantes son



**EN SUSPENSIÓN:** Se realiza simultáneamente con un salto vertical, efectuándose el lanzamiento cuando el jugador está en suspensión, y ha alcanzado la máxima altura con una extensión total del cuerpo.

**CON UNA MANO A PIE FIRME:** El jugador flexiona las piernas, para elevarlo siguiendo movimiento de extensión del brazo y lanzarlo, debiendo quedar en este momento, en recta los dedos, muñeca, hombro, cadera y pie de apoyo.



el  
línea



**DE BANDEJA:** En determinadas ocasiones, al jugador le resulta más eficaz "depositar" el balón sobre el aro del cesto. Su eficacia radica en la realización de un gran salto que permita al balón rebasar con facilidad el plano horizontal del aro.

## FASE DE EVALUACIÓN

### ACTIVIDAD 1 HISTORIA DEL BALONCESTO Y EN LOS OLIMPICOS

Con la lectura de la primera parte del taller "Historia del baloncesto" realice el siguiente punto

- Con la información de la lectura realice una línea del tiempo en donde plasme la historia del baloncesto general, en los juegos olímpicos y en Colombia.

## ACTIVIDAD 2 BALONCESTO FUNDAMENTOS

Observe el siguiente cuadro y dentro de los cuadros de **“DESCRIPCIÓN”** explique con **SUS PALABRAS** los siguientes fundamentos del Basquetbol.

Nombre del Fundamento	Imagen de referencia	Descripción
<p><b>PASE</b></p>		
<p><b>DRIBLING</b></p>		
<p><b>LANZAMIENTO</b></p>		