



ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA - PERÍODO III - SEMANA DEL 17 AL 20 DE AGOSTO
GRADO DECIMO

Guía elaborada por: Carlos Julián Rodríguez Corredor

Guía No. 1 - Repaso baloncesto (conceptos y practica)

COMPETENCIA MOTRIZ - CONDICIÓN FÍSICA

- Repaso el concepto de dribling, y pase adquirido en años anteriores.
- Identifico los diferentes tipos de pases utilizados en el baloncesto.
- Combino pases y dribling en desplazamientos básicos.

LECTURAS

El baloncesto es un deporte que durante muchos años ha estado presente en el plan de estudios del área de Educación Física y ahora en la virtualidad no puede ser la excepción, por lo tanto esta guía va a partir de los preconceptos que cada estudiante tiene de este deporte y de manera teórico practica evaluara el apropiamiento de dichos conceptos previamente aprendidos en grados anteriores.

ACTIVIDADES

ACTIVIDAD 1 - HORA DE CONSULTAR

Consulta los siguientes términos:

- Que es driblar?
- Qué tipos de pases se utilizan en el baloncesto?
- Explique cada uno de los tipos de pases.

ACTIVIDAD 2 - HORA DE CREAR

1. De acuerdo a lo consultado explique con sus propias palabras como más puedo driblar el balón y diseñe 3 ejercicios diferentes para practicar el dribling.
2. Diseñe y explique con sus propias palabras 3 ejercicios en los que se combine mínimo 2 tipos de pases de los consultados.
3. Ahora explique con sus propias palabras 4 ejercicios en los que combine el pase y el dribling.

ACTIVIDAD 3 - HORA DE PRACTICAR

1. Ahora de forma práctica va a tomar un balón de baloncesto (si lo tiene) si no lo tiene puede utilizar cualquier balón o pelota que rebote y va a realizar de manera practica 2 ejercicios de dribling, estos los va a grabar y enviarlos en un video.
2. De forma práctica va a realizar 3 ejercicios de pases ,puede ser con ayuda de un familiar o amigo, si no cuenta con ayuda de alguien los pude hacer contra una pared, de igual forma que el anterior los va a grabar y los envía en video.



EVALUACIONES

EVALUACIÓN 1

1. Enviar de forma escrita las respuestas de las actividad 1 (hora de consultar).
2. Enviar de forma escrita e ilustrada las respuestas de la actividad 2 (hora de crear).
3. Enviar el video de los ejercicios propuestos en la actividad 3 (hora de practicar).

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PLAZOS DE ENTREGA

La valoración para la actividad desarrollada se divide en dos componentes:

- Envío construcción escrita (mitad de la nota)
- Envío grabación en video de los ejercicios propuestos (mitad de la nota).

Nota: Solo se valorará los estudiantes que cumplan con los dos componentes.

INFORMACIÓN DE CONTACTO

DOCENTE

- Nombre: Carlos Julián Rodríguez Corredor
- Grupos: 10 A-D, 10 B, 10 E
- Correo: cjedufisica@gmail.com
- Teléfono: 3117892547