

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA
COORDINACIÓN DE FORMACIÓN BÁSICA
COORDINACIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL Y VINCULACIÓN UNIVERSITARIA
PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

1. Unidad académica (s): Escuela de Deportes
2. Programa (s) de estudio: (Técnico, Licenciatura (s)) Licenciado en Actividad Física y Deporte 3. Vigencia del plan: 2012-2
4. Nombre de la unidad de aprendizaje Baloncesto Escolar 5. Clave _____
6. HC: 2 HL: HT: HPC: 2 HCL: HE 2 CR 6
7. Etapa de formación a la que pertenece: Básica
8. Carácter de la unidad de aprendizaje Obligatoria Optativa X
9. Requisitos para cursar la unidad de aprendizaje: Ninguno

Formuló L.E.F. Miguel Ángel Aispuro Ruelas
LAFD Jesús Torres Acedo, Filiberto González

Vo. Bo Edgar Ismael Alarcón Meza

Fecha: Enero 2012

Cargo Director

II. PROPÓSITO GENERAL DEL CURSO

La actividad física, representa una gran importancia dentro de la educación integral del individuo, la práctica de la actividad física contribuye a un armonioso desarrollo físico de las personas, en especial la unidad de aprendizaje “Fundamentos del Baloncesto”, donde proveerá al alumno de los conocimientos básicos del baloncesto. La importancia de esta unidad dentro de la formación del Licenciado en Actividad Física y Deporte es que lo capacitará en el área técnico-deportivo del baloncesto, con los conocimientos habilidades, destrezas y actitudes sobre este deporte, como son manejo de balón, desplazamientos corporales en la cancha de juego, fuerza corporal para saltar, velocidad en la cancha de juego y una visión periférica para valorar el juego, demostrando así trabajo en equipo, disciplina y respeto al momento de las ejecuciones.

Así mismo el alumno será competente para demostrar los diferentes ejercicios del baloncesto, su aplicación en el desarrollo del juego, para guiar y corregir sus ejecuciones, explicar las diferentes reglas de juego del baloncesto, de una manera ordenada y clara; así como la importancia en la educación integral de la persona y el respeto al medio ambiente, esta unidad de aprendizaje es de carácter optativa, pertenece a la etapa básica y guarda relación con materias del área técnico deportiva.

III. COMPETENCIA DEL CURSO

Analizar y aplicar los fundamentos teóricos y prácticos del baloncesto en la realización de juegos predeportivos, recreativos y de iniciación deportiva, utilizando las herramientas técnico-deportivas, para desarrollar desplazamientos corporales, dominio de balón, visión periférica, fuerza y velocidad motriz, que contribuya al desempeño integral de la educación y formación con actitud positiva, disposición de trabajo en equipo, y de respeto.

IV. EVIDENCIA (S) DE DESEMPEÑO

Demostración práctica del baloncesto en juegos pre-deportivos, recreativos y prácticas deportivas, donde aplique las técnicas deportivas del baloncesto como son: dominio de balón, desplazamientos corporales en posición ofensiva y defensiva, tiros al aro y recuperación de balón al tablero. Elabora una práctica de enseñanza del baloncesto, con la debida metodología aprendida en clase, a través de herramientas pedagógicas.

V. DESARROLLO POR UNIDADES

Competencia

Analizar la evolución histórica del baloncesto y sus acontecimientos, por medio de la identificación del origen y características, para crear una visión integral del deporte, con una actitud reflexiva, objetiva y responsable.

Contenido

Encuadre

Unidad I. Historia del baloncesto

- 1.1 Origen del baloncesto
- 1.2 Datos históricos
- 1.3 Características del baloncesto
- 1.4 Diagramas (simbología)

Duración

4 horas

V. DESARROLLO POR UNIDADES

Competencia

Analizar los movimientos básicos del baloncesto, mediante la revisión de los fundamentos ofensivos y demostrar su perfecta ejecución, para alcanzar un buen nivel deportivo, con una actitud objetiva y responsable.

Contenido

Duración

8 horas

Unidad II. Fundamentos ofensivos

- 2.1 Fundamentos ofensivos
 - 2.1.1 El balón en las manos
 - 2.1.2 Manejo de balón
 - 2.1.3 Agarre de balón
 - 2.1.4 Movimientos con el balón en las manos
- 2.2 El tiro
 - 2.2.1 El tiro (posición básica)
 - 2.2.2 Diferentes tipos de tiro: en bandeja
 - 2.2.3 El tiro en suspensión
 - 2.2.4 El tiro estático con una mano
 - 2.2.5 El tiro de gancho
- 2.3 Pose y recepción
 - 2.3.1 Pases (posición básica)
 - 2.3.2 Tipos de pases
 - 2.3.3 Recepción
- 2.4 El bote (posición básica)
 - 2.4.1 Características del bote
 - 2.4.2 Clases de bote
- 2.5 El rebote
 - 2.5.1 Posición básica
 - 2.5.2 Forma de tener un rebote ofensivo

V. DESARROLLO POR UNIDADES

Competencia

Distinguir los movimientos básicos del baloncesto mediante la revisión de los fundamentos defensivos y demostrar su perfecta ejecución para alcanzar un buen nivel deportivo, con una actitud objetiva y responsable.

Contenido

Duración

8 horas

Unidad III. fundamentos defensivos

3.1. Fundamentos defensivos

3.1.1. Defensa individual

3.1.2. Posición básica defensivos

3.1.3. Aspectos importantes

3.1.4. Uno contra uno

3.1.5. Fintas

3.2. Defensa de conjunto

3.2.1 Principios defensivos

3.2.2 Sistema defensivo básico

3.2.3 Defensa de zona

3.2.4 Combinación de defensas

3.3. Rebote

3.3.1 Posición básica

3.3.2 Forma de tener un rebote defensivo

V. DESARROLLO POR UNIDADES

Competencia

Aplicar diferentes herramientas pedagógicas, a través de juegos pre-deportivos, recreativos y de iniciación deportiva, para la enseñanza-aprendizaje de los diferentes fundamentos del baloncesto, con actitud positiva, trabajo en equipo, responsabilidad y respeto.

Contenido

Duración

6 horas

Unidad IV Juegos pre-deportivos y recreativos

- 4.1. Aspectos básicos
- 4.2. Tipos de juegos
- 4.3. Estrategias didácticas
- 4.4. Juegos recreativos
- 4.5. Deporte escolar

V. DESARROLLO POR UNIDADES

Competencia

Identificar los ejercicios de desplazamientos corporales con y sin balón, mediante la aplicación de los conocimientos técnico-tácticos del baloncesto en diferentes situaciones de juego y en apego a la reglamentación del mismo, con una actitud organizada, persistente y responsable.

Contenido

Duración

6 horas

Unidad V Juego de equipo

- 5.1. Sistemas ofensivos
 - 5.1.1. Ofensivo contra defensa en zona
 - 5.1.2. Ofensivo contra defensa individual
- 5.2. Sistemas defensivos
 - 5.2.1. Defensa en zona
 - 5.2.2. Defensa contra personal

VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS

No.	Competencia(s)	Descripción	Material de Apoyo	Duración
1	<p>Fundamentos Ofensivos</p> <p>Realizar los movimientos básicos de los fundamentos ofensivos y demostrar su perfecta ejecución para alcanzar un buen nivel deportivo, con actitud propositiva, trabajo en equipo y responsable.</p>	<p>Con trotar el balón con dedos y manos no mirar el balón pasar el balón alrededor de la cintura, pasar el balón de una mano a otra, rodar el balón agarrar el balón, pivotar, diferentes tipos de tiro, elementos del tiro posición básica, posición de la mano, mecánica del movimiento de tiro, salto y subida del balón, pases de pecho, posición de cuerpo para recibir y dar pase, diferentes tipos de pose, clases de bote, posición básica del bote, cambios de ritmo, velocidad, por detrás de la espalda, manejo y dominio del balón en bote, botar por detrás del cuerpo desplazamientos corporales en cancha.</p>	<p>Balón de baloncesto Cancha de baloncesto Conos Cronómetro Material de lectura Rota folio Proyector de películas</p>	<p align="center">10 hrs.</p>
2	<p>Fundamentos Defensivos</p> <p>Analizar y realizar los movimientos básicos de los fundamentos defensivos y demostrar su perfecta ejecución para alcanzar un buen nivel deportivo, con actitud propositiva, trabajo en equipo y responsable.</p>	<p>Posición básica, movimientos de pies cortos y rápido, movimientos de manos mediante flexionar extensión de codos, visión de todo el campo de juego, defensa a un jugador con balón, sin balón, defensa de tiro no despejando los pies del suelo, defensa de ayuda presionar línea de pase defensa del corte hacia lado del balón rebote defensivo, presión de pase y ayuda.</p>	<p>Balón de baloncesto Cancha de baloncesto Cronometro Conos Rota folio</p>	<p align="center">10 hrs.</p>
3	<p>Fundamentos Ofensivos</p> <p>Realizar ejercicios de desplazamientos corporales con y sin balón, mediante la aplicación de los conocimientos técnico-tácticos del baloncesto en diferentes situaciones de juego y en apego a la reglamentación del mismo, con actitud organizada, persistente y responsable</p>	<p>Juegos de 2x3 y 3x3 deslizarse o cambiar de dirección para recibir pase, bloqueo, bloqueo directo, bloqueo indirecto juego de 2x1, defensa de equipo, aspectos técnico-tácticos, atacar defensa balón.</p>	<p>Cancha de juego Balones de baloncesto Rota folio Material de lectura</p>	<p align="center">6 hrs.</p>
4	<p>Juegos pre deportivos</p> <p>Aplicar diferentes herramientas pedagógicas, a través de juegos pre deportivos, recreativos y de iniciación deportiva, para la enseñanza-aprendizaje de los diferentes fundamentos del baloncesto, con una actitud positiva, trabajo en equipo, responsabilidad y respeto.</p>	<p>Juegos recreativos y pre deportivos orientados a la enseñanza del baloncesto.</p>	<p>Cancha de juego Balones de baloncesto Conos Aros Cuerdas</p>	<p align="center">6 hrs</p>

VII. METODOLOGÍA DE TRABAJO

El curso se desarrollará en sesiones teórico-práctica en donde se analizará la importancia de la práctica del baloncesto por medio de investigación bibliográfica de los alumnos, misma que participara en exposiciones en grupo, para discutir con fundamento y en base al producto del análisis de las lectura programadas, sus comentarios.

Exposiciones del facilitador de los diferentes temas del programa, mismos que los alumnos toman como guía para su aprendizaje y resolución de problemas.

Exposición en grupos, de la práctica de ejercicios de fundamentos de baloncesto tanto ofensivo como defensivo, mismos que previamente deberán de consultar y analizar, para una exposición sustentada en los temas asignados.

El facilitador participa en la exposición, ejecución, repetición y corrección de los ejercicios que presenten los diferentes grupos de trabajo.

VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

De acuerdo al reglamento general de la U.A.B.C,

- a) La calificación mínima aprobatoria es de 60 puntos.
- b) Para tener derecho a la calificación ordinaria de la asignatura es obligatoria su asistencia al 80% de los días de clase del semestre.
- c) Para tener derecho a la calificación ordinaria, es necesario que los alumnos cumplan con lecturas, exposiciones, prácticas de los ejercicios deportivos.

Medios	Criterios de evaluación	Valor
Programa de asignatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Presentación por escrito y electrónica de la metodología de la asignatura. 2. Incluirá investigaciones bibliográficas, consultar en Internet. 3. Integrar los ejercicios de las prácticas. 4. Contando con la participación del total de los integrantes de cada equipo. 5. Excelente ortografía y redacción clara y coherente, además de integrar dibujos y gráficas de los ejercicios. 6. Entregarlo puntualmente. 	20%
Exposición	En base al contenido temático asignado para ello donde el alumno: presente en forma clara y coherente, los análisis, comentarios, aportaciones, identificando: tema de lectura, propósito del autor, identificar, aprendizaje logrado.	30%
Prácticas	Asistir por lo menos al 95% de las prácticas acudiendo con vestimenta deportiva, con material deportivo e información. Seguir las indicaciones de los ejercicios deportivos y la ejercitación de las actividades, así como su constante repetición y corrección de las mismas, con una actitud positiva.	10%
Participación	La intervención y participación con aportaciones significantes sobre los contenidos temáticos, así como el respeto a la crítica constructiva y participación de los compañeros	20%
Examen	Acreditar examen escrito al final del semestre de las lecturas y temas que se designen para tal fin.	20%

IX. BIBLIOGRAFÍA

BÁSICA

COMPLEMENTARIA

Peyro, Rafael (1991), Manual para escuelas de baloncesto, Editorial Gymnos.

Faucher, David (2002), Enseñar Baloncesto, Editorial Paidotribo.

Metodología del baloncesto (1997), Editorial Paidotribo 4ta. Edición.

Daiuto, Moacyr (1998), Básquetbol (Metodología de la enseñanza), Editorial Stadium.

Cometti, Pilles (1997), Preparación física en el baloncesto, Editorial Paidotribo.

Tous Fajardo, Julio (1999), Reglamento de baloncesto comentado, Editorial Paidotribo.

Paye, Burrell (2001), Enciclopedia de ejercicios defensivos de baloncesto, Editorial Paidotribo.