



Universidad de Buenos Aires
Colegio Nacional de Buenos Aires

Departamento de Educación Física

Asignatura: Educación Física

Ciclo lectivo 2023

Año de cursada: 1º año

Iniciación al Básquet

Carga horaria: 4 horas cátedra semanales

1. Presentación

Iniciación al básquet
Dinámica del juego
Elementos técnicos básicos

2. Objetivos

Que el alumno comprenda y resuelva situaciones de juego.
Que desarrolle las cualidades físicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza.
Que juegue respetando aspectos elementales del reglamento.

3. Contenidos

Técnica individual. Fundamentos defensivos y ofensivos.

- Familiarización del Elemento
- Toma de la pelota
- Pase de pecho y pase sobre hombro
- Tiro o lanzamiento a pie firme
- Drible de protección y de traslado
- Detenciones en 1 y 2 tiempos
- Pívor
- Bandeja de mano hábil
- Amague Simple (finta simple)
- Cambios de dirección (cambio de frente-faja)
- Postura defensiva (desplazamientos)

Táctica colectiva. Fundamentos defensivos y ofensivos.



Universidad de Buenos Aires
Colegio Nacional de Buenos Aires

- Ataque rápido (todas las variantes 3vs.1-3vs.2- 2vs.1)
- Pasar y cortar
- Defensa personal (cuarto de cancha)
- Juego reducido 1 vs. 1, 2 vs2

4. Bibliografía y otros recursos

Reglamento de Básquet

5. Instrumentos de Evaluación

Observación continua

Participación del alumno en el desarrollo de la clase

6. Pautas Generales para la aprobación de la asignatura

Asistencia y puntualidad

Dominio de las técnicas básicas

Prof. Liliana Suárez
Coordinadora del Departamento de Educación Física