



*Universidad de Buenos Aires*  
*Colegio Nacional de Buenos Aires*

**Departamento de Educación Física**  
**Asignatura: Educación Física**  
**Ciclo lectivo 2024**  
**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