



Universidad de Buenos Aires
Colegio Nacional de Buenos Aires

Departamento de Educación Física
Asignatura: Educación Física
Ciclo lectivo 2024
Año de cursada: 4° y 5° año
Básquet avanzado
Carga horaria: 4 horas cátedra semanales

1. Presentación

Fundamentos técnicos tácticos específicos

2. Objetivos

Que el alumno comprenda y resuelva situaciones de juego.

Que desarrolle las cualidades físicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza.

Que logre realizar la transición ofensiva y defensiva en forma adecuada a la dinámica del juego.

Que juegue respetando aspectos elementales del reglamento.

3. Contenidos

Técnica individual. Fundamentos defensivos y ofensivos.

- Movimientos de poste bajo y alto
- Defensa al poste bajo y alto
- Cortina ciega

Táctica colectiva. Fundamentos defensivos y ofensivos.

- Pasar y cortar a la pelota
- Defensa de la cortina a la pelota
- Defensa personal toda la cancha
- Defensa en zona 1-3-1
- Ataque contra defensa zonal
- Salida (por línea final y lateral)