

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Aros y balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Conocer y mejorar las diferentes formas de pasar en baloncesto.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

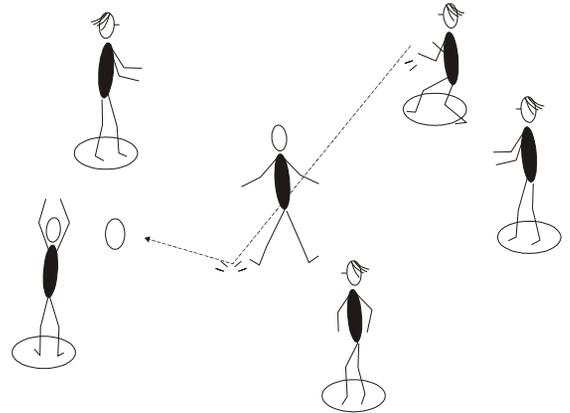
Se forman grupos de 5 ó 6 alumnos, cada uno de ellos dentro de un aro y formando un círculo, menos uno que se situará en el centro sin aro. Los alumnos que están en los aros deberán pasarse un balón sin que el que está en el centro se lo quite.

Reglas:

Al que le quitan el balón, hace un mal pase o se sale del aro en la recepción de la pelota pasará al centro.

Variantes:

Utilizar varios balones. Que se la queden varios alumnos en el centro. Variar las diferentes formas de pase.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Conos de plástico y balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la capacidad de pase en diferentes situaciones de juego aplicadas al baloncesto.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

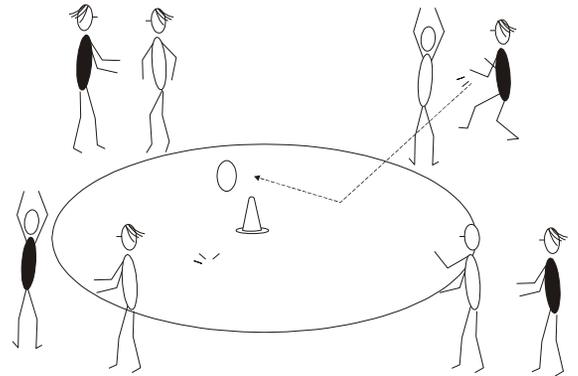
Se forman grupos de 8 alumnos divididos en 2 equipos de 4. Se pinta en la pista un círculo grande y en el centro se sitúa el cono. Uno de los equipos atacará pasándose una pelota e intentando derribar el cono. El otro equipo intentará quitar la pelota al equipo atacante.

Reglas:

No vale botar la pelota ni desplazarse con ella. No está permitido empujar ni agarrar. Gana el equipo que más derribos consiga al final del juego.

Variantes:

Utilizar diferentes formas de pases. Permitir que los alumnos boten el balón según las reglas del baloncesto.

Gráfico:

Etapas:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto y tiza.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la capacidad de tiro en diferentes situaciones de juego aplicadas al baloncesto.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

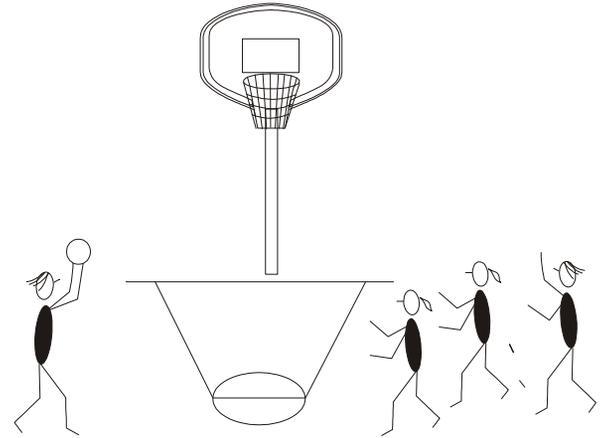
Se establecen 5 zonas de tiro alrededor de la canasta de baloncesto (según la distancia o dificultad de tiro se darán diferentes puntuaciones). Un jugador comienza tirando desde la posición más cercana, si acierta pasa a las siguientes hasta llegar a las 21. En el caso de fallar comienza el siguiente jugador y espera de nuevo su turno para continuar por la última posición desde la que falló.

Reglas:

La forma de tiro es libre. Gana el jugador que antes llegue a 21 puntos.

Variantes:

Cada alumno decide libremente la posición desde la que decide tirar. Cambiar las posiciones de tiro.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la capacidad de pase y tiro en diferentes situaciones de juego aplicadas al baloncesto.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

Se forman equipos de 5 alumnos. Cada equipo se enfrentará con otro en una de las canastas de baloncesto.

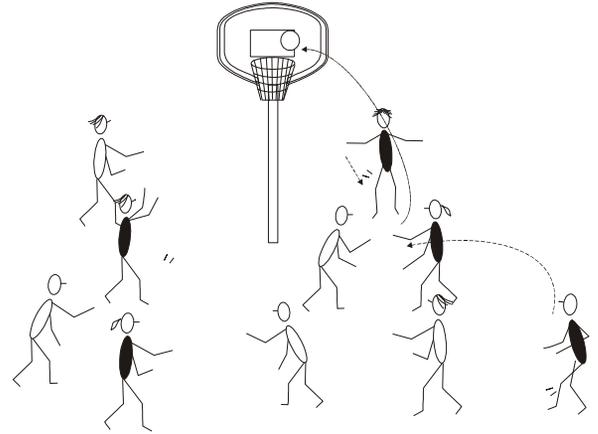
Reglas:

Gana el equipo que más canastas consiga. No vale botar la pelota.

Variantes:

Utilizar diferentes formas de pase.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la capacidad de pase en diferentes situaciones de juego aplicadas al baloncesto.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

Se colocan los alumnos formando un círculo siendo pares. Se irán pasando el balón alternativamente. El juego se realiza con dos balones y en forma de competición.

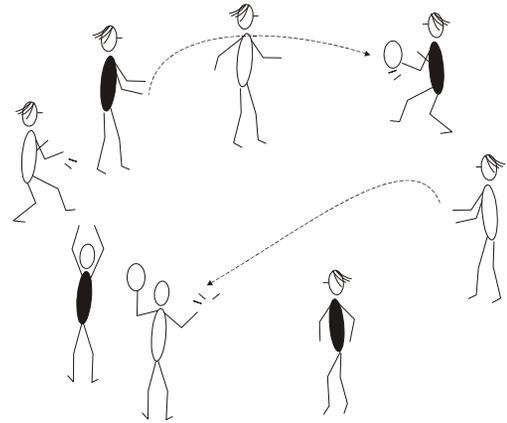
Reglas:

Seguir el orden establecido.

Variantes:

Cambiar las diferentes formas de pase. Introducir más balones.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Gráfico:

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la capacidad de pase en diferentes situaciones de juego aplicadas al baloncesto.

Organización:

Tríos.

Desarrollo:

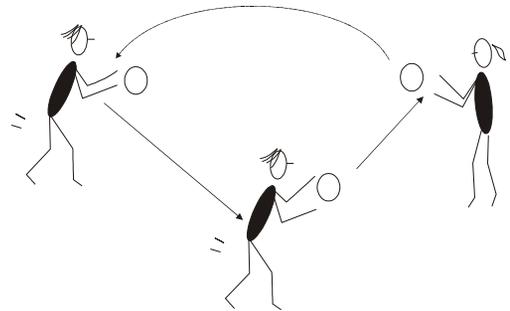
Formando tríos, los alumnos realizan pases entre si con 2, 3 y hasta 4 balones.

Reglas:

Seguir el orden establecido.

Variantes:

Cambiar las formas de pase. Cambiar el número de balones.



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto y un cono.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la capacidad de bote en diferentes acciones relacionadas con el baloncesto.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

Se forman 4 equipos situados en los extremos de la pista de baloncesto y formando una fila. A la señal del profesor los primeros de cada fila deberán salir botando hacia el cono, darle la vuelta y volver botando para darle un pase al compañero que deberá realizar el mismo recorrido.

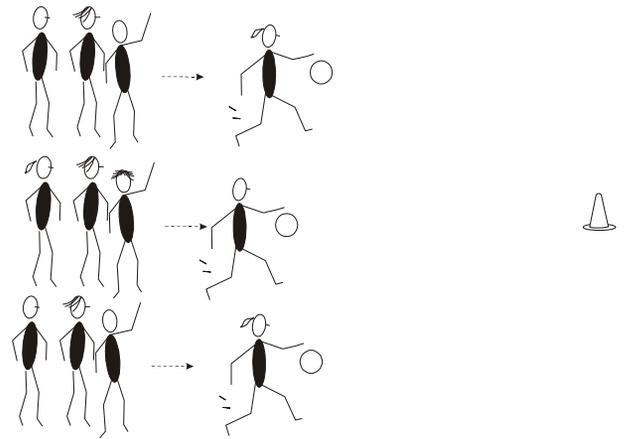
Reglas:

Gana el equipo que antes termine de realizar el circuito. Siempre se debe ir botando el balón.

Variantes:

Poner diversos obstáculos a superar por los alumnos. Utilizar diferentes formas de bote.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar el bote de protección a través de diferentes situaciones lúdicas aplicadas al baloncesto.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Todos los alumnos distribuidos, la mitad con balón y la otra mitad sin balón. A la señal del profesor cada alumno que tiene balón comienza a botarlo intentando que no se lo quite un compañero que no tiene balón. Si se lo quitan éste pasará a perseguidor y por tanto a intentar quitar la pelota a otro compañero que la esté botando.

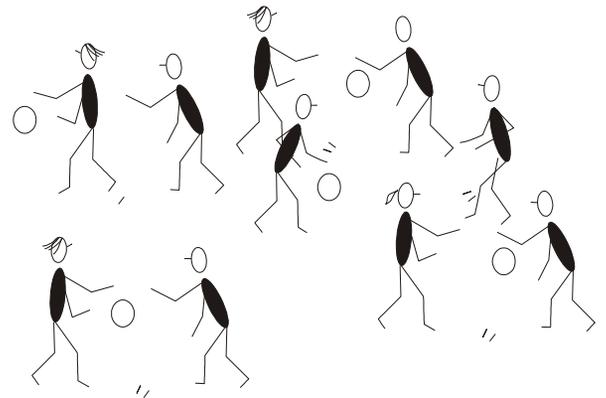
Reglas:

No empujar para quitar la pelota. Utilizar el bote de protección.

Variantes:

Variar el número de alumnos que botan el balón. Variar el número de perseguidores que quitan el balón.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la capacidad de bote en diferentes acciones relacionadas con el baloncesto.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

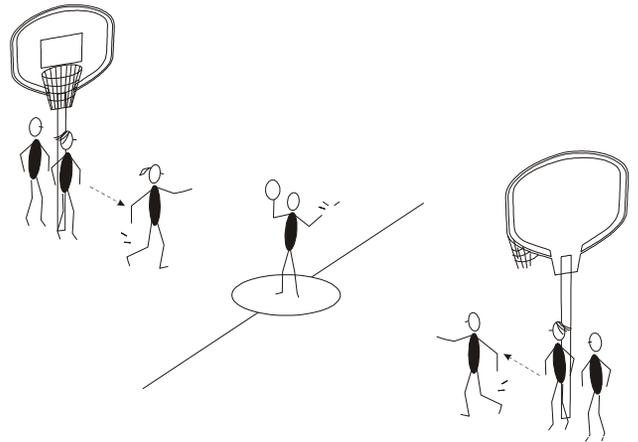
Todos los alumnos situados en dos filas colocadas en los dos fondos del campo, debajo de cada canasta. El profesor se sitúa en el centro del campo con una balón en sus manos. Cuando el profesor suelte el balón, el primero de cada fila saldrá a cogerlo. El que lo coja primero deberá ir botando hacia la canasta opuesta de donde ha salido e intentar encestar en ella el balón mediante un tiro. El que no tiene la pelota deberá defender e impedir que lo consiga.

Reglas:

No se puede salir antes de que el profesor suelte el balón de sus manos. Cuando se realiza un tiro por alguno de los jugadores se devuelve el balón al profesor para que lo vuelva a tirar y salgan los dos siguientes.

Variantes:

Variar el número de filas que salen a por el balón.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la capacidad de bote en diferentes acciones relacionadas con el baloncesto.

Organización:

Por parejas.

Desarrollo:

Cada jugador con un balón, distribuidos por parejas intentan quitarse uno al otro el balón sin salirse de un círculo pintado en el suelo (se pueden utilizar los diferentes círculos de la pista de baloncesto).

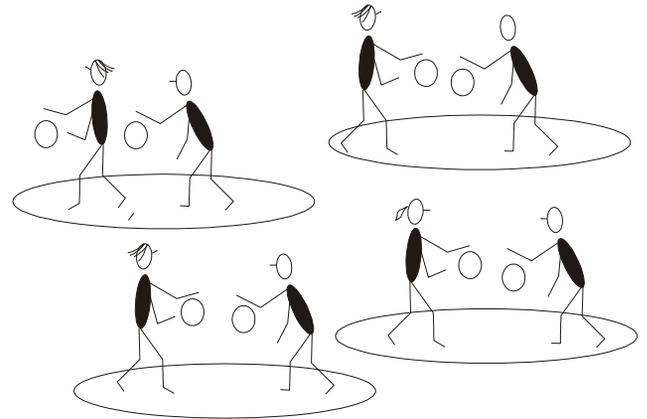
Reglas:

No salirse del círculo. No parar de botar el balón.

Variantes:

Variar el número de alumnos que se introducen en el círculo.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la capacidad de bote en diferentes acciones relacionadas con el baloncesto.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

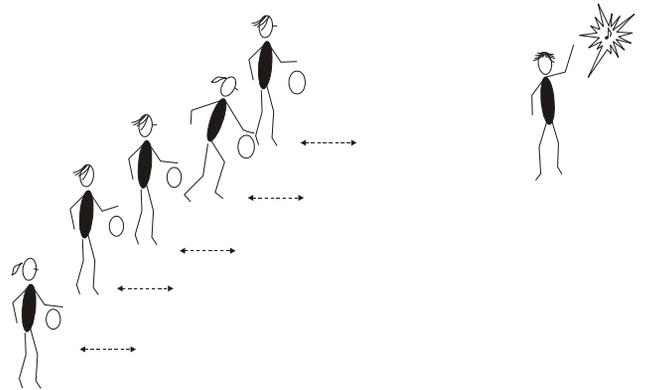
Todos los alumnos situados en el fondo del campo. Salir botando de frente y a la señal del profesor girar y seguir botando de espaldas. Siempre que se gira se cambia de mano.

Reglas:

Siempre se debe ir botando el balón.

Variantes:

Realizar el mismo ejercicio pero realizándolo con dos balones a la vez.

Gráfico:

Etapas:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la capacidad de bote en diferentes acciones relacionadas con el baloncesto.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Sin desplazarse del sitio botar siguiendo las ordenes del profesor: alto, bajo, rápido, lento, sentados en el suelo, tumbados, de rodillas, con dos balones alternándolos, etc.

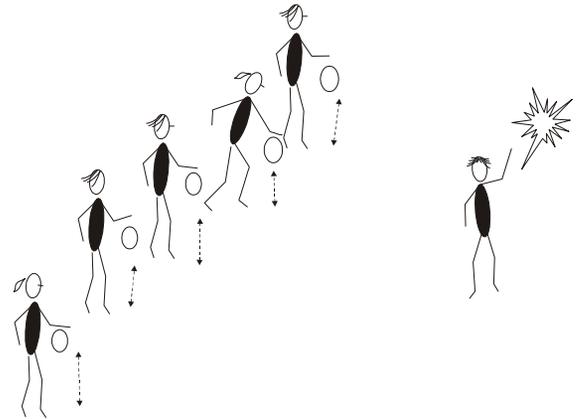
Reglas:

Intentar botar el mayor número de veces sin que se nos descontrole el balón.

Variantes:

Todas las formas de bote que se le ocurran a los alumnos.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la capacidad de bote en diferentes acciones relacionadas con el baloncesto.

Organización:

Por parejas.

Desarrollo:

Botar el balón mirando y cantando los números que el compañero pone con sus dedos.
Cuando un compañero falla cambio de papeles.

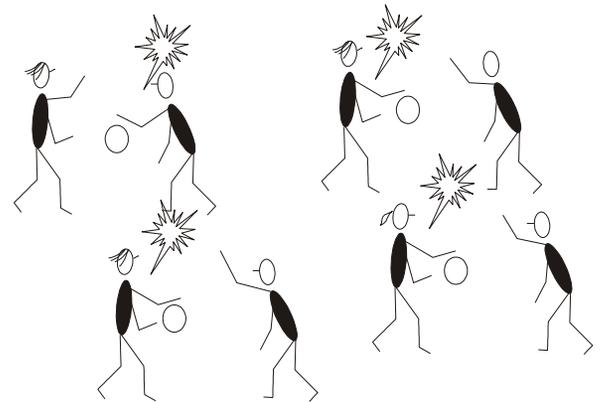
Reglas:

Realizar el mayor número de botes seguidos.

Variantes:

Realizar el juego con dos balones a la vez.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Ser capaz de lanzar de forma correcta y eficaz a una canasta de baloncesto.

Organización:

Por parejas.

Desarrollo:

Los jugadores formando parejas, uno tira una serie de tiros desde un lugar determinado y el otro rebotea y pasa al otro compañero. Después, cambio de papeles.

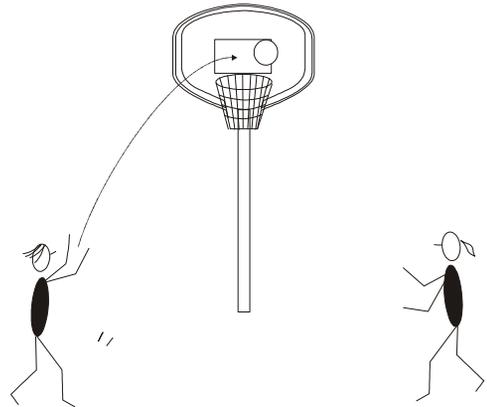
Reglas:

Los dos miembros de la pareja deben lanzar desde la misma posición. Gana el jugador que más tiros enceste de cada posición.

Variantes:

El juego se puede realizar desde posiciones fijas previamente marcadas, o a elección del jugador. Variar el número de tiros por jugador.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la técnica de tiro a través de diferentes situaciones lúdicas y recreativas adaptadas al baloncesto.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

Se forman grupos de cinco jugadores que se colocarán en hilera cerca de la canasta (en cada canasta dos o tres hileras). A la señal del profesor el primero de cada hilera lanza a canasta, coge su rebote (enceste o no) y le pasa el balón al siguiente de la hilera para que éste también intente encestar. Así sucesivamente.

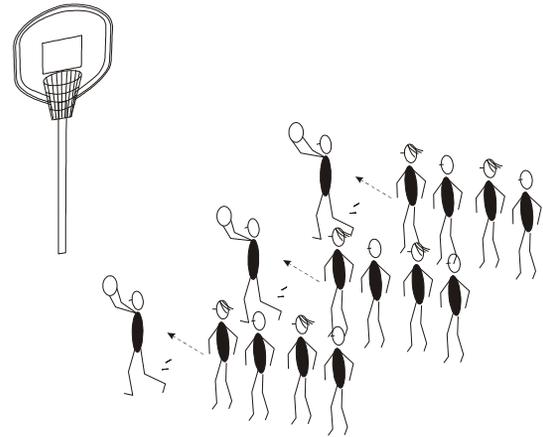
Reglas:

Gana el equipo que antes consiga 10 canastas.

Variantes:

Variar el número de canastas. Variar las posiciones de tiro.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la técnica de tiro a través de diferentes situaciones lúdicas y recreativas adaptadas al baloncesto.

Organización:

Tríos

Desarrollo:

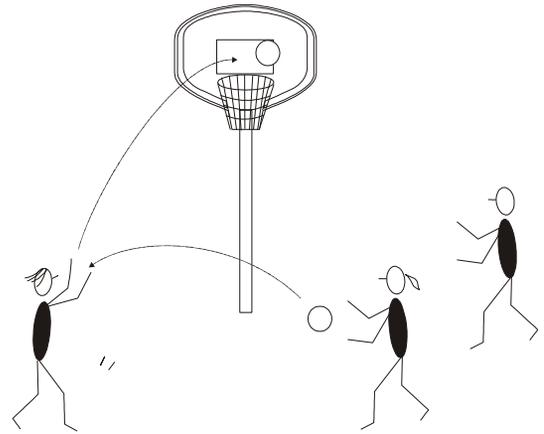
Los jugadores formando tríos, con dos balones, uno pasa al tirador, otro tira a canasta y el otro rebotea y pasa al pasador. Después, cambio de papeles, teniendo que pasar los tres jugadores por todas las posiciones. Cada jugador debe realizar 10 tiros.

Reglas:

Gana el que más canastas enceste.

Variantes:

Variar el número de canastas. Variar las posiciones de tiro.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la técnica de tiro a través de diferentes situaciones lúdicas y recreativas adaptadas al baloncesto.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Colocados los jugadores en una fila en una esquina del campo. Los 4 primeros con un balón. El primero de la fila sale botando hacia la canasta opuesta y realiza una entrada a canasta, coge su propio rebote y va botando hacia la otra canasta donde volverá a realizar otra canasta. Cuando coge el balón tras el rebote, se la pasa al primer jugador de la fila que no tenga balón.

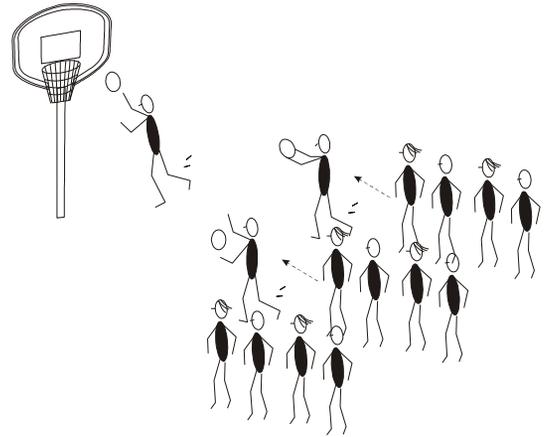
Reglas:

No sale el siguiente jugador de la fila hasta que el que tiene delante no realice la primera canasta.

Variantes:

En vez de entradas, también se pueden hacer tiros a canasta.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la capacidad de rebotear una pelota tanto en situaciones de defensa como de ataque.

Organización:

Por parejas.

Desarrollo:

Los jugadores dispuestos por parejas alrededor de los círculos marcados en el campo de baloncesto. A la señal del profesor uno de la pareja intenta impedir la entrada del otro al círculo donde hay situado un balón de baloncesto. Después cambio de roles.

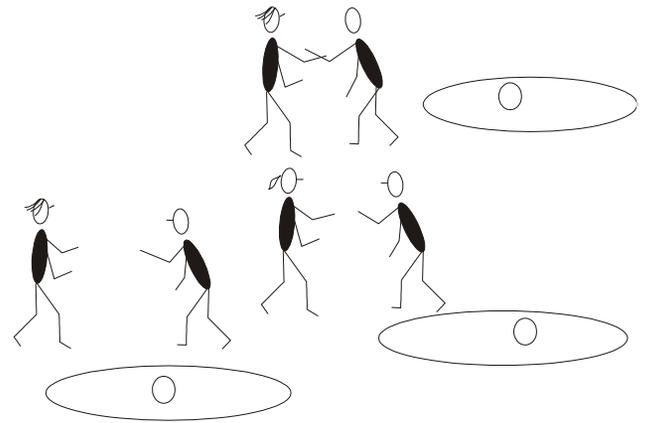
Reglas:

No agarrar nunca con las manos al compañero que intenta entrar en el círculo.

Variantes:

En vez de realizar el juego en los círculos del campo, se realizará en las zonas y se realizará el bloqueo tras un tiro de un compañero o del profesor.

Gráfico:



Etapas:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Sin material.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la posición básica de defensa en diferentes situaciones lúdicas aplicadas al baloncesto.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Colocados todos los alumnos frente al profesor y separados unos de otros, a la señal del profesor los alumnos se colocarán en posición de defensa. Se deberán ir desplazando en posición básica defensiva en la dirección que indique el profesor.

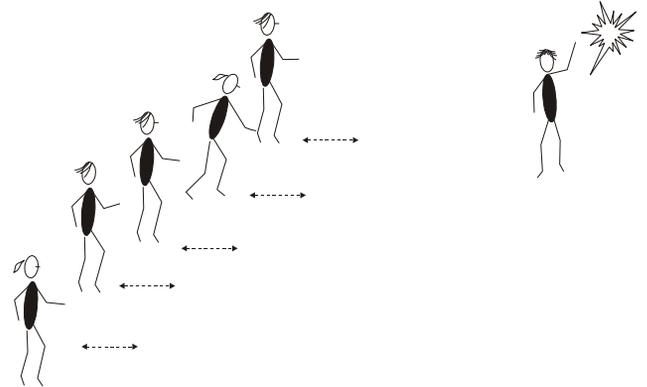
Reglas:

Tener cuidado para no chocar con los compañeros cercanos.

Variantes:

En parejas, uno con balón.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista de baloncesto.

Material:

Balones de baloncesto.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Aplicar las diversas técnicas relacionadas con el baloncesto en situaciones de juego de uno contra uno.

Organización:

Por parejas.

Desarrollo:

Distribuidos los jugadores por parejas, se colocan en distintas posiciones de juego en el campo. El jugador defensor con el balón que se lo dará mano a mano al atacante que intentará hacer canasta mientras el otro intenta impedirlo. Después cambio de papeles.

Reglas:

Respetar todas las reglas de juego.

Variantes:

Dos contra dos, tres contra tres, cuatro contra cuatro y cinco contra cinco.

Gráfico:

