

Sesión de Aprendizaje N° 4

I. DATOS INFORMATIVOS:

Título de la sesión: "Tácticas ofensivas, individual, colectiva, equipo" **Área:** EDUCACIÓN FÍSICA

Fecha:

Duración : 1h (45min)

G/S : 4to Secundaria

(Grupo #3) Profesores:
 -Arévalo Sandoval Jair
 -Arca Manrique Anibal
 -Gamarra Imán Anderson

II. PROPÓSITO DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS Y CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	ENFOQUE TRANSVERSAL Y ACTITUD	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE
<i>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad</i>	-Demuestra autonomía, precisión y coordinación en acciones motrices de su preferencia para lograr un objetivo determinado y actúa en función de sus posibilidades y limitaciones. - Analiza el control y ejecución de sus habilidades motrices específicas para mejorarlas durante la práctica de diferentes actividades físicas	"Orientación al bien común"	-Que ejecute un buen pase a la posición pivot bajo -Que determine en situaciones de juego que tipo de pases utilizar en la posición pivot bajo - Adopta una correcta postura de ataque y realiza un giro limpio en "V"
Criterios de evaluación: * fichas. * Test de evaluación			

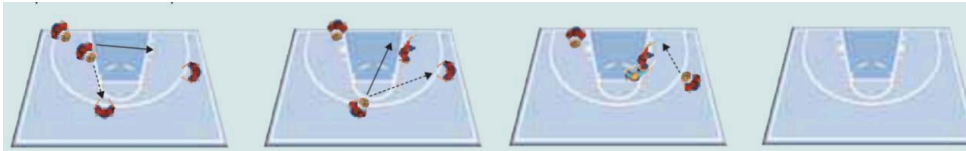
III. SECUENCIA DIDÁCTICA (MODALIDAD VIRTUAL)

	PROCESOS	RECURSOS	T	ISNT
I N I C I O	<ul style="list-style-type: none"> - El docente se presenta y da la bienvenida a los estudiantes de manera enérgica, y les brinda motivación: "¡Buenos días jóvenes!" - Da a conocer el propósito de la sesión de aprendizaje, así como las principales normas de convivencia, reglas y deberes a seguir. - Saberes Previos: ¿Qué posición y función cumple el pivot en la cancha? ¿Qué características debe tener el jugador pivot? - Inicia la activación fisiológica con movimientos articulares y elongaciones, siguiendo el orden (cabeza, tronco, extremidades superiores e inferiores). 	Microsoft Teams y El Balón de Baloncesto	10 min	Audio y Videos

NIVEL BÁSICO

Actividad N°1: Pase en posición de pivot bajo

Grupo de 2 jugadores. El jugador con balón del poste bajo pasa al poste alto y corta al poste bajo del lado contrario. El jugador del poste alto pasa al pasador y defiende al jugador del poste bajo. Se rota en sentido contrario de las agujas del reloj.



NIVEL INTERMEDIO

Actividad N°2: Pase en el perímetro

En las situaciones de doblajes, cortos dentro de la zona, usaremos más los pases picados y a dos manos (para jugadores muy atléticos y con capacidad de salto). En las situaciones de doblajes largos hacia el perímetro, emplearemos más los pases con una y dos manos hacia el pecho del receptor.

En el gráfico de la izquierda el atacante 1 bate a su defensor. En el central, vemos la primera opción: el pase cortó debajo del arco. El defensor de 4 ayuda dejando solo a 4 dado que el defensor 2 no ayuda a su compañero. En el gráfico de la izquierda sucede lo mismo que en el central pero ahora el defensor 2 no ayuda.

Ahora el penetrador 1 no puede pasar a 4 pero tiene un pase a su compañero 2, en el lado débil, que se movió hacia la esquina.

25
min



Actividad N°3: Posición básica de ataque

1 CONTRA 1 EN POSTE BAJO

La posición ofensiva es la que adopta un jugador cuando tiene el balón y quiere atacar a la canasta contraria. Rápidamente tiene que tirar a canasta, avanzar o pasar el balón de baloncesto a un compañero.

Las piernas separadas, una más adelantada que la otra mirando hacia la canasta de baloncesto del equipo contrario.

El balón cerca del pecho sujeto con ambas manos.

Toma rápida de decisiones y movimientos o acción en función de si es tiro a canasta, pase del balón a otro jugador o avance hacia el campo contrario.

Variando el grado de flexión de las piernas, el peso de una pierna y otra y la inclinación del tren superior del cuerpo cada jugador podrá buscar el equilibrio para realizar los movimientos con más efectividad.



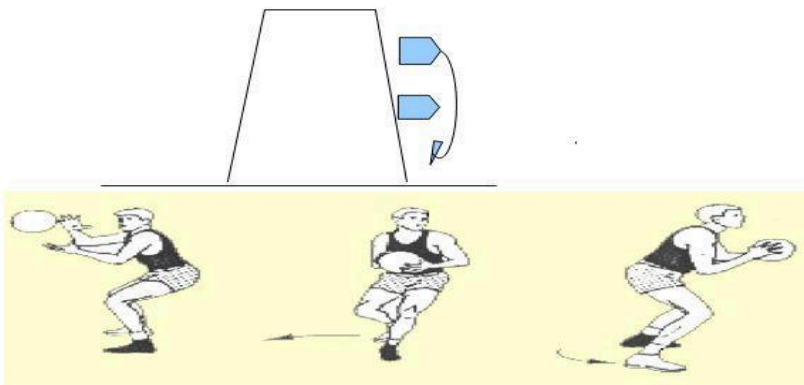
a
n
e
n
c
l
a
s
e
l
a
s
s
e
m
e
j
a
n
z
a
s
y
d
i
f
e
r
e
n
c
i
a
s
q
u
e
e
x
i
s
t
e
n
e
n
t
r
e
l
o
s
m
i
e
m
b
r
o
s

NIVEL AVANZADO

Actividad N°4: Giro frontal hacia línea de fondo en posición pivot bajo

UNO CONTRA UNO EN POSTE BAJO CON PASADOR

Los jugadores se sitúan en poste medio de cara al defensor para ganar la posición. Realiza un giro para pedir el balón con la mano dominante. Una vez recibe el balón debe analizar la posición del defensor y sus movimiento para realizar uno de los movimientos anteriores. Doble paso o Giro en "V". Es importante que a la vez que se recibe y protege el balón acercarse al aro lo más posible el pie más próximo a la línea de fondo. Este pie será el pie de pivote y forzará al defensor a retrasar su posición.



C I E R R E	<p>Actividad (Vuelta a la calma): “Libérate”</p> <p>-Los estudiantes en su lugar se pondrán boca arriba (de cúbito dorsal) en el piso, extendiendo sus brazos (cruz) y cerrando los ojos. Permanecerán así durante 5 minutos. Luego realizan los estiramientos y elongaciones respectivos.</p> <p>Metacognición:</p> <p>-Los estudiantes con asesoría del docente reflexionan sobre las actividades realizadas.</p> <p>-El docente realiza una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none">¿Logre dar un buen pase en la posición de pivot?¿Qué tipos de pases podemos utilizar dentro del perímetro?¿Qué posición de ataque puede adoptar el pivot bajo? <p>En el giro en “V” ¿Que pie debe estar más próximo a la línea de fondo?</p> <p>Tarea En Casa: Practicar los pases y el Giro en “V” en la posición de pivot bajo</p>	Microsoft Teams	10 min	