

**INSTITUCION EDUCATIVA
MIGUEL DE CERVANTES
SAAVEDRA**

Ed física

EL BALONCESTO

*Karen Dahian García
Maldonado*

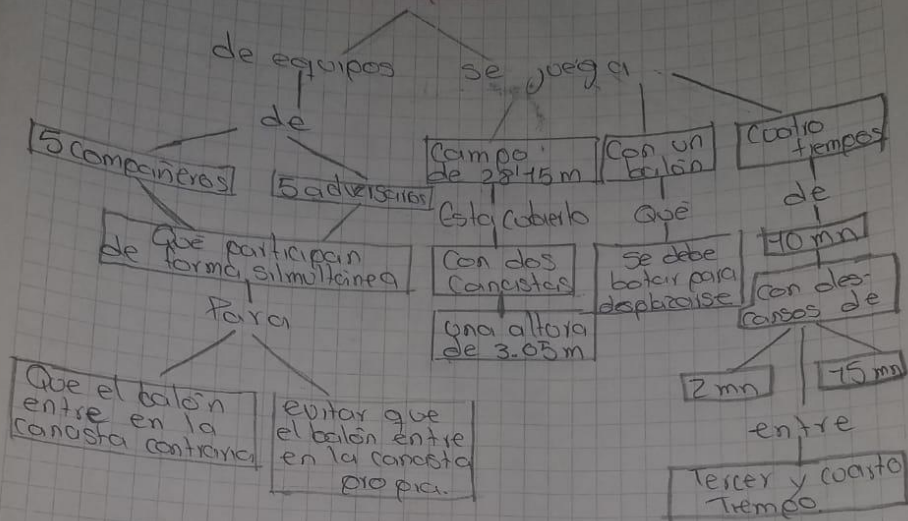
9-2

2021

El Baloncesto.

El Baloncesto

Es un deporte.



Baloncesto 3x3.

El baloncesto 3x3 ya es una realidad en el panorama olímpico. Juegan 3 jugadores contra otros 3 en una sola canasta. La superficie de juego son 15 metros de ancho por 11 m de largo. Solo se permite un suplente por equipo.

Duración: El partido dura 40 minutos. Si antes de que pasen ese tiempo algún equipo llega a 21 puntos gana.

Anotación: Cada canasta suma un punto. Mientras que las canastas de más lejos de la línea de triple suman 2 puntos. Si en esos 40 minutos nadie llega a 21 puntos gana el equipo que vaya por delante en el marcador en ese momento. En caso de llegar empatados se jugará un tiempo extra donde ganará el primer equipo en anotar 2 puntos.

Jugabilidad: El equipo que recibe una falta dispone de un tiro libre. En caso de que la falta se realice detrás del arco a 3 segundos, la línea de triple se lanzan 3 tiros libres. Cada equipo puede realizar 3 faltas. Si realiza más se penaliza cada vez extra con 2 tiros libres. En caso de sobrepasar las 10 faltas de equipo cada falta supone 2 tiros libres y posesión al equipo que recibe la infracción. Después una canasta anotada el equipo que estaba defendiendo tiene que sacar desde el semicírculo que hay debajo del arco bien la canasta y llevarla fuera del arco bien conduciendo o bien mediante el pase. No se saca desde la línea de fondo. En el momento en el que jugador se dispone a sacar desde el semicírculo, ningún jugador del otro equipo para invadir esa espalda de debajo de la canasta. En caso de cometer un rebote ofensivo que no hace falta sacar el balón fuera de nuevo. En caso de haber una situación de lucha que en la NBA se soluciona con un salto entre dos en el 3x3 el balón lo jugará el equipo que estaba defendiendo. Por último las sustituciones se llevan a cabo cuando el balón no se encuentre en juego.

Videos.

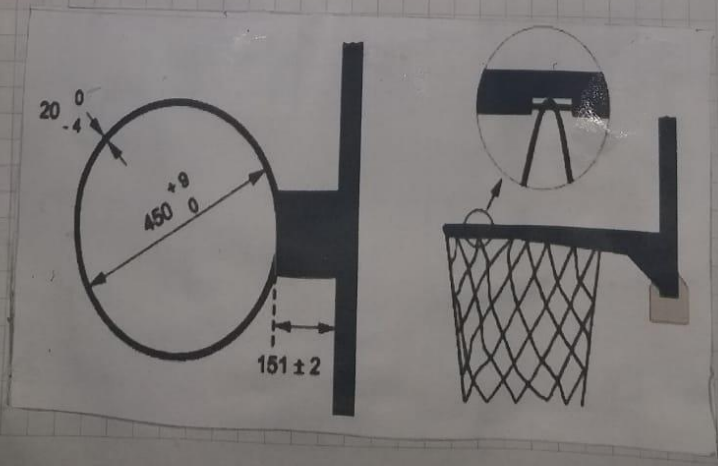
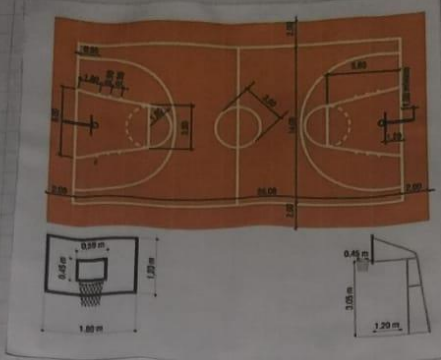
Lanzamiento de moneda:

Un lanzamiento de moneda determina que equipo recibe la primera posesión. El equipo que gane el lanzamiento de moneda podrá escoger entre la primera posesión de la bola al inicio del partido o al inicio de un posible tiempo suplementario.

Cheek ball:

La posición del balón que se le otorga a cualquier equipo después de cualquier situación de bola muerta que no sea un canasta contando debe iniciar con el intercambio de balón.

Continuación del Partido: un jugador del equipo que no anota reinicia el partido al pasando el balón desde adentro del arco. Si el equipo ofensivo recupera el rebote podría continuar intentando anotar sin llevar el balón fuera del arco.



Averiguar sobre el balón y el uniforme

Balón: Tiene que ser completamente redondo. Con una circunferencia de 68 a 75 cm aproximadamente y un diámetro de 23 a 24 cm. Su peso entre 567 y 650 gramos.

El uniforme:

El uniforme de los miembros consta del equipo de:

Camiseta: Del mismo color dominante en la parte delantera y trasera. Todos los jugadores deben llevar la camiseta por dentro del pantalón. Se determinan los de uniformes de una sola pieza.

Pantalón: Cortos del mismo color dominante en la parte delantera y trasera, pero no necesariamente del mismo color que la camiseta. Los pantalones deben cubrir por encima de la rodilla.

Calcetines: Con el mismo color dominante para todos los jugadores del equipo.

Cada miembro de equipo llevará una camiseta numerada en su parte delantera y trasera con números lisos y de un color sólido que contraste con el color de la camiseta.

Evaluación.

¿Qué aprendió?

Aprendí a como se debe jugar en la cancha con cuantos compañeros, la cuanto mide algunas partes de la cancha, los descansos que tienen entre otros.

¿Qué le gusta?

Me gusta que se juega en equipo eso ayuda a tener una buena comunicación.