

El Balon mano

Proposito

que el estudiante identifique las diferentes técnicas en los saques y la recepción que beneficien el desarrollo del juego para alcanzar desplazamientos rápidos y efectivos.

Ejercicios

1 contestar las preguntas planteadas en la motivación de acuerdo a la imagen

2 Realiza un resumen de los tipos de saques y recepción

Tipos de Saques y recepción

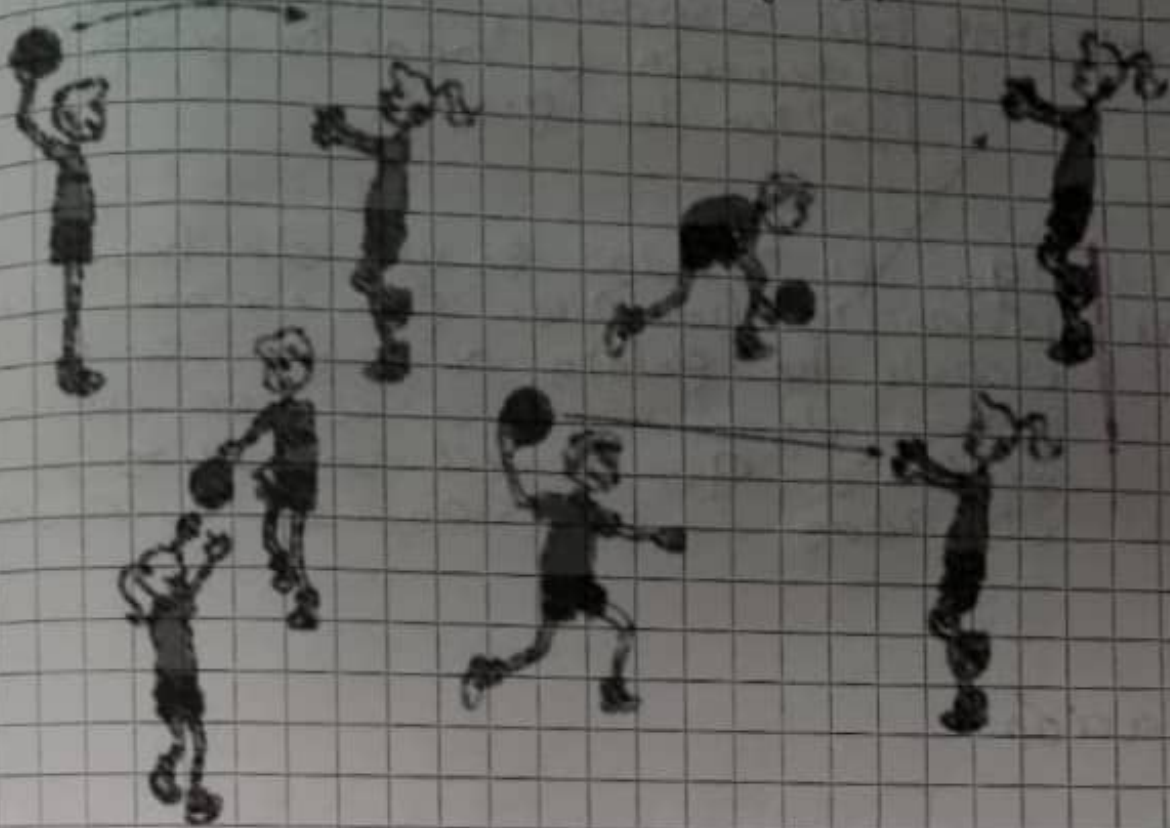
Saques

Suspensión
en caída
Rodamientos
tiro de 7 metros
cadencia
en globo

Recepción

Directamente relacionada y
consecutiva en la pasada,
es la técnica que adapta
el balón ~~pero~~ en el
momento de la recepción se
flexionan hacia el cuerpo

5 Dibuja los tipos de recepción



4 en un cuadro sinóptico explica los saques en el baloncesto

Suspensión { aquí es el más común y es aquel en el que uno de sus pies o hasta ambos están en contacto con el suelo y usted hace un tiro girando

en caída | más utilizado por el pivote del equipo pero también por los laterales este es aquel en que el jugador con el balón está cayendo al interior del área adversaria y lanza la pelota antes de caer

Fodumilatos

este es idéntico al lanzamiento de suspensión, teniendo como única diferencia el momento después de soltar la pelota

Cadera

aquí el jugador en vez de hacer un lanzamiento horizontal por encima, él esconde la pelota y lanza en la altura de la cintura con un movimiento de brazo que parece un látigo, utilizando la rotación de su cadera

evaluación

¿Qué aprendí?

aprendí como son los diferentes saques del balón mano

¿Que le gustó?

Me gusto la forma de explicación en la explicación

¿Que se le dificultó?

Se me dificultó la parte de la sopa de letras

marfil