

Foro

- Responde
- Observa las diapositivas

Actividad

1. Señala la respuesta correcta de los tipos de pases en el baloncesto.

a) Pase de pecho con 2 manos,
Pase de pecho con 1 mano,
Pase de beisbol, Pase picado,
Pase Por encima de la cabeza.

b) Pase de pecho con 2 manos,
Pase de beisbol, Pase picado,
Pase Por encima de la cabeza.

c) Pase de pecho con 2 manos,
Pase de pecho con 1 mano,
Pase de beisbol, Pase picado.

d) Pase de pecho, Pase de beisbol,
Pase picado, Pase Por encima de la cabeza.

2. Error en la realización del Pase: mala o defectuosa ejecución; Por Falta de conocimiento de fuerza o malos hábitos anteriores.
¿Cómo se soluciona?

a) Reforzar enseñanza analítica del Pase.

b) Entrenamiento para mejorar la fuerza.

c) Realizar pases con ojos cerrados.

d) Reforzar enseñanza analítica y entrenamiento para mejorar la fuerza.

3. Error en la realización del pase: miedo a que el defensor nos corte el pase, cómo se soluciona?

a) Juegos de ejercicios de pase sencillo con superioridad numérica y bastante espacio. 2:1, 3:2, aumento, ir reduciendo espacios, hasta igualdad o inferioridad numérica.

b) Juegos con superioridad numérica y bastante espacio.

c) Juegos con dificultad en los pases desde el principio inferioridad en ataque.

d) Poco espacio y muchos jugadores para que surjan más pases.

4. Error más común en la recepción: es por la postura, caída de pies o falta de equilibrio, por miedo a perder el balón, lo que hace que el jugador recibe defendiéndose. cómo lo solucionas?

a) Generar confianza al jugador, reforzar enseñanza de los aspectos de las recepciones, fintas, movimientos y caídas de pies.

b) Generar confianza al jugador, reforzar enseñanza de los aspectos de las recepciones, fintas, movimientos y caída de los pies mediante el ejercicio continuado ante defensa. Primero pasiva hasta activa.

5. Señala la respuesta correcta con los tipos de bote.

c) Bote de Protección, Bote de Velocidad, Bote adelante - atrás, Bote lateral.

6. Señala la respuesta correcta que corrige algunos errores en el bote.

c) Negos donde haya que botar mucho el balón y fuerte.

7. Señala los tipos de lanzamientos más habituales en el baloncesto.

c) Tiro libre, Tiro estático, Tiro tras Parada, Tiro en suspensión, entrada en bandeja.

8. Errores en el lanzamiento; Hacer mal los apoyos.

b) insistir en una buena disposición de pies y del tronco en el momento del giro.

9. Error en el lanzamiento; ¿cómo se soluciona?

A) Realizando correctamente la Cadena cinética.