

Foro Baloncesto:

Respuestas y preguntas:

1. Señala la respuesta correcta de los tipos de pases =

1. Pase de pecho con dos manos, Pase de pecho con una mano, Pase de beisbol, pase picado, pase por encima de la cabeza.

2. Pase de pecho con dos manos, Pase de pecho con una mano, Pase de beisbol, pase picado.

3. Pase de pecho con dos manos, Pase de beisbol, pase picado, pase por encima cabeza.

✓ 4. Pase de pecho, Pase de beisbol, Pase picado, pase por encima de la cabeza.

2. Error en la realizacion del pase: mala

defectuosa ejecucion: Por falta de control, de

fuerza o malos hábitos anteriores. ¿Cómo se soluciona?

1. Reforzar enseñanza analítica del pase.

2. Entrenamiento para mejorar fuerza.

3. Realizar pases con los ojos cerrados.

4. Reforzar enseñanza analítica del pase, entrenamiento de fuerza. ✓✓

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

1. Juegos y ejercicios de pase sencillos, con superioridad numérica y bastante espacio. 2-1, 3-2, aumentando dificultad, iv reduciendo espacios hasta igualdad e inferioridad numérica.

2. Juegos con superioridad numérica y espacio.

3. Juegos coordinados en los pases, desde el principio inferioridad en ataque.

4. Poco espacio y muchos jugadores para pocos pases.

4. Error más común en la recepción del balón: es

por la postura, caída de pies e falta de equilibrio.

Por miedo a perder el balón, lo que hace que el

jugador lo recibe dependiendo de su jugador.

¿cómo se soluciona?

1. Trabaja con conciencia el jugador, realizar ejercicios de los aspectos de la recepción, pases, movimiento y caída de los pies.

2. General confianza en el jugador, refuerzo
enseñanza de los aspectos de la recepción, Antes
movimientos y caídas de pies, mediante
el ejercicio continuado ante la defensa
primero pasiva Hasta mas activa.

3. Ejercicios de pase-recepción iniciando
en la correcta realización del pase para
reducir el error en la repetición

4. Ejercicios de pase recepción como el 1º paso,
mejor jugadores en pro espacio.

5. Señala la respuesta correcta a tipos de
botes

1. bote de seguridad, bote de espaldas, bote de
velocidad bote lateral,

2. bote de protección, bote de velocidad, bote lateral

3. bote de protección, bote de velocidad bote, Adelanto-
Atras bote lateral.

4. bote de protección, bote de bido, bote relente-Atras
bote lateral

6. Señala la respuesta correcta que corresponde a algunas afirmaciones en el bote del balón.

1. Jugar con los ojos cerrados estando el balón.
2. Jugar prohibiendo el botete e limitando el bote, ejercicios para dominar el bote con ambas manos.
3. Jugar dando alta que botar el balón a fecto.
~~~~~
4. Ejercicios para botar el balón con la mano no dominante.

7. Señala los tipos de locomoción más habituales en contexto.

1. tiro libre, tiro en estético, tiro tras parada, entrada en bodega.
2. tiro en estético, tiro tras parada, tiro en suspensión, entrada en bodega.
3. tiro libre, tiro en estético, tiro tras parada, tiro en suspensión, entrada en bodega.
4. tiro libre, tiro tras parada, tiro en suspensión, entrada en bodega.

8. Errores en el lanzamiento a campo 3º

Hacer mal los pasos

- Juntado demasiado las pies.
- Separarlos demasiado.
- no poner derecho las rodillas

¿Cómo se soluciona?

1. que lance con su estilo personal

2. posar en una buena disposición de pies y del torso en el momento del tiro.

3. apuntar al arco por encima del balón.

4. apuntando al centro es el objetivo.

9. error en el lanzamiento -

no correr bre el arco

pies - balón - Hombro apuntar a lo derecho

¿Cómo se soluciona?

1. Realizando correctamente la acción

2. el dedo índice y corazón señale el arco  
tras lanzar

3. Practicar ejercicios de contrarzo. ~~con~~ con el tiro controlado. 

4. Agarre correcto del balón en triple o en codo.

10. errar en el lanzamiento: el lanzamiento va recto pero demasiado largo o corto.

- No se arrea el tiro.

1. Como se soluciona?

2. Orientando las piernas hacia el aro.

3. Apretar con el dedo índice y corazón el aro.

4. Velocizar correctamente la cadencia.

5. Separación con el balón fríaservidas pronunciada que el balón salga bien dirigido al aro ~~adecuado~~. 