



PORTAFOLIO DE EVIDENCIAS

2DA OPORTUNIDAD ESPECIAL

BALONCESTO

Nombre del estudiante: _____

Matrícula: _____ **Grupo:** _____

Docente: _____

Fecha: _____

El presente portafolio forma parte del 50% de tu calificación. Este valor se obtendrá siempre y cuando cumpla con los siguientes requisitos:

1. Escribe tus datos de identificación completos.
2. Adjunta el portafolio en la Plataforma Ms Teams en formato PDF, el día y hora que el docente asigne la tarea correspondiente a la oportunidad extraordinaria; no olvides agregar tu nombre completo en cada hoja.
3. Verifica el envío correcto del portafolio.

SIGUE LAS INSTRUCCIONES BRINDADAS PARA EL LLENADO DE ESTE PORTAFOLIO.

¡ADVERTENCIA!

El plagio y comercio de material académico contenido en este portafolio será sancionado en los términos de la Legislación Universitaria.

Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

Competencias Generales de UANL.

Logra la adaptabilidad que requieren los ambientes sociales y profesionales de incertidumbre de nuestra época para crear mejores condiciones de vida.

Atributos

- *Adquiere un compromiso para un buen desarrollo físico y mental.*

Domina su lengua materna en forma oral y escrita, con corrección, relevancia, oportunidad y ética, adaptando su mensaje a la situación o contexto, para la transmisión de ideas y hallazgos científicos.

Atributos

- *Expresa conceptos e ideas de manera correcta de forma oral y escrita en su lengua materna.*
- *Maneja las tecnologías de la información y comunicación de manera crítica en las diferentes áreas del conocimiento.*

Elabora propuestas académicas y profesionales inter, multi y transdisciplinarias de acuerdo a las mejores prácticas mundiales para fomentar y consolidar el trabajo colaborativo.

Atributos

- *Aporta decisiones en la solución de problemas de interés general.*
- *Actúa de manera responsable en la construcción de una sociedad mejor.*

Emplea pensamiento lógico, crítico, creativo y positivo para analizar fenómenos naturales y sociales que le permitan tomar decisiones pertinentes en su ámbito de influencia con responsabilidad social.

Atributos

- *Construye su punto de vista de acuerdo a su importancia y relevancia.*
- *Integra y estructura conocimientos nuevos que le permitan una toma de decisiones con responsabilidad social.*

Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

Competencias Genéricas de la RIEMS.

Elige y practica estilos de vida saludables.

Atributos

- *Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.*

Escucha, interpreta y emite mensajes pertinentes en distintos contextos mediante la utilización de medios, códigos y herramientas apropiados.

Atributos

- *Expresa ideas y conceptos mediante representaciones lingüísticas, matemáticas o gráficas.*
- *Aplica distintas estrategias comunicativas según quienes sean sus interlocutores, el contexto en el que se encuentra y los objetivos que persigue.*

Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.

Atributos

- *Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos.*

Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.

Atributos

- *Evalúa argumentos y opiniones e identifica prejuicios y falacias.*
- *Estructura ideas y argumentos de manera clara, coherente y sintética.*

Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

Competencias Profesionales.

Integra los diferentes componentes, elementos, técnicas y métodos esenciales teóricos-prácticos, para aplicarlos en las sesiones de práctica que le permita ser un profesional técnico de la enseñanza del deporte, de etapas formativas, en instituciones u organizaciones deportivas.

Etapa I.- Asimila los orígenes, la historia, el reglamento, los procedimientos arbitrales y adaptaciones, para comprender la cultura deportiva y orientar las acciones o situaciones, en el argumento cultural de un deporte, a nivel local, nacional e internacional y durante el transcurso de un partido.

Etapa II.- Utiliza los fundamentos técnicos de un deporte, la técnica, la progresión del aprendizaje, para enseñarlos en las sesiones de práctica y desarrollarlos a través de diferentes métodos y estrategias en las etapas formativas del practicante en instituciones u organizaciones deportivas.

Etapa III.- Define las bases de la preparación física y táctica del deporte, para aplicarlas en sesiones de practica y situaciones reales de juego, como parte de la iniciación de los practicantes, en instituciones u organizaciones deportivas.

Etapa IV.- Valúan la estadística deportiva, para contribuir a la toma de decisiones que generen acciones que mejoren el rendimiento, de un equipo, durante una sesión práctica, entrenamiento o competencia.

ETAPA 1

HISTORIA Y CONCEPTOS BÁSICOS DE REGLAMENTACIÓN DEL BALONCESTO.



Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

3. Dibuja la cancha de Baloncesto y especifica medidas reglamentarias.

Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

4. Responde las siguientes preguntas:

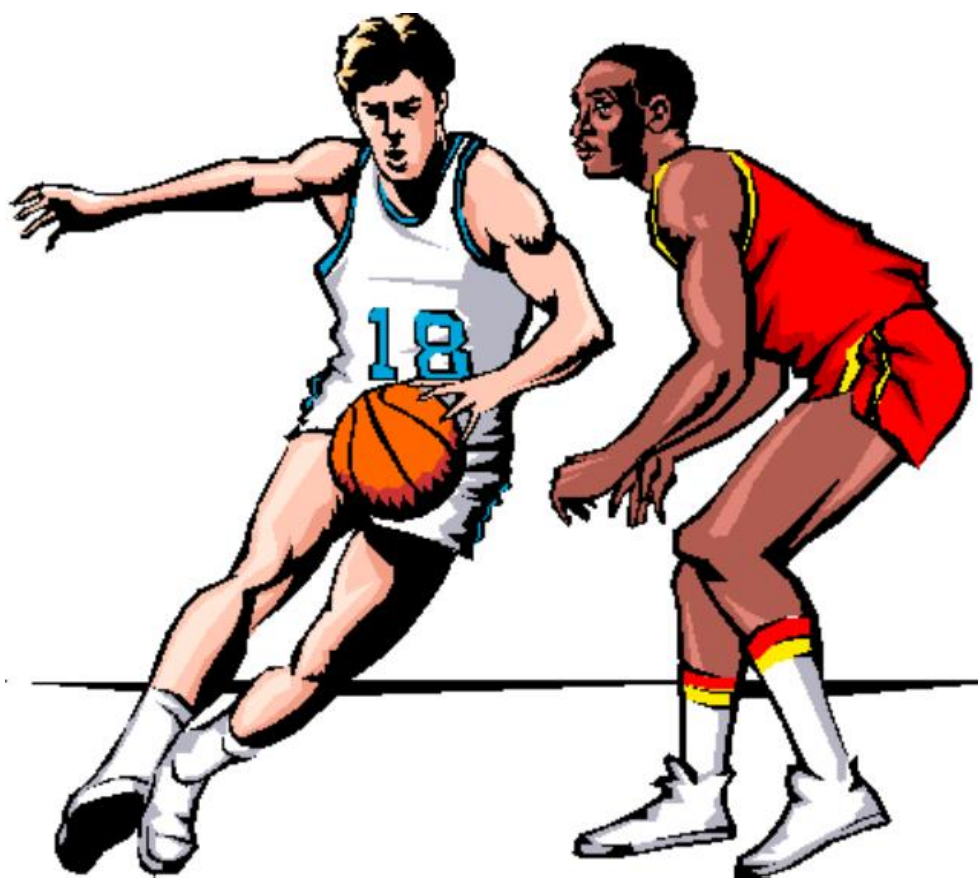
¿Cuántos jugadores conforman un equipo de baloncesto?

¿A partir de qué número hasta que número debe ir en el uniforme?

5. Menciona las señales arbitrales.

ETAPA 2

FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL BALONCESTO.



Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

6. Menciona la definición de Fundamento técnico ofensivo:

7. Pega una imagen sobre el **manejo del balón**, además de mencionar su definición.

8. Menciona la definición de las fases que forman parte de la técnica del bote del balón.

Fase de impulso:

Fase de recepción:

Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

9. Crea un collage de los diferentes tipos de pases.

Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

10. Dibuja los siguientes tipos de tiros: Pase, pase tiro; Tiro en "T"; Bote y tiro.

11. Dibuja los siguientes tipos de coladas: Pase, pase, pase colada; Triples a lo largo de la cancha.

ETAPA 3

PREPARACIÓN FÍSICA Y TÁCTICA DEL BALONCESTO.



Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

12. Menciona las funciones principales del entrenador.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

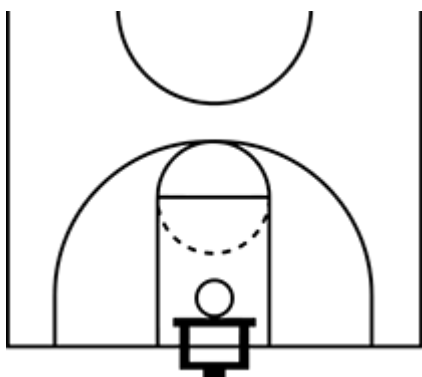
13. Une con la opción correcta.

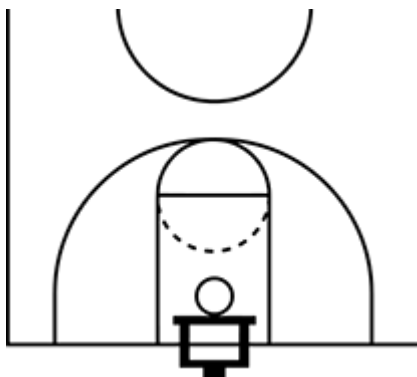
<input type="checkbox"/> Capacidad que tiene el organismo para ejercer tensión o vencer una resistencia por medio de la contracción muscular.	1- Rapidez
<input type="checkbox"/> Conjunto de propiedades del hombre que determinan directa y perfectamente las características de la velocidad de los movimientos, así como el tiempo de reacción motora.	2- Coordinación
<input type="checkbox"/> Capacidad que tiene el organismo para realizar trabajos físicos durante un tiempo relativamente prolongado sin modificar la calidad del mismo.	3- Flexibilidad
<input type="checkbox"/> Se define como la capacidad que tiene el organismo para manifestar su movilidad articular y la elasticidad muscular.	4- Resistencia
<input type="checkbox"/> Capacidad que tiene el organismo para mover grupos musculares seleccionada y ordenadamente.	5- Fuerza

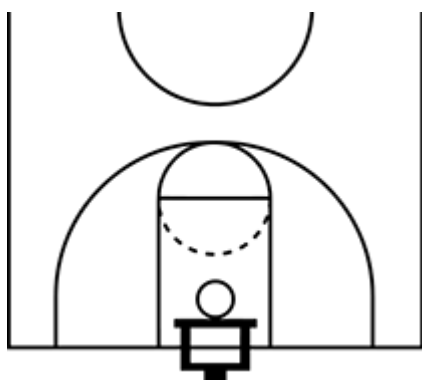
14. Escribe la definición de Sistema de zona.

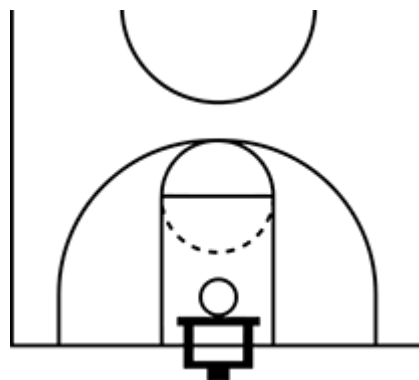
Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

15. Señala en los dibujos las siguientes defensas de zona: 2-1-2; 3-2; 1-3-1; 1-2-2



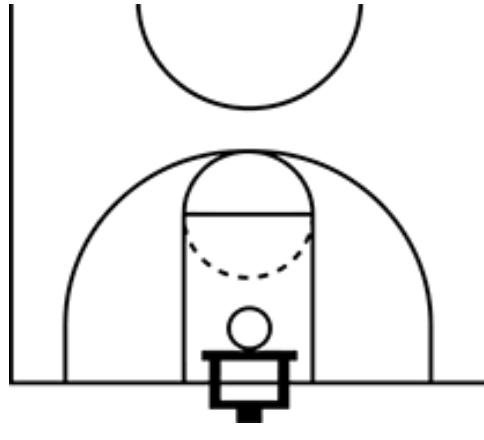
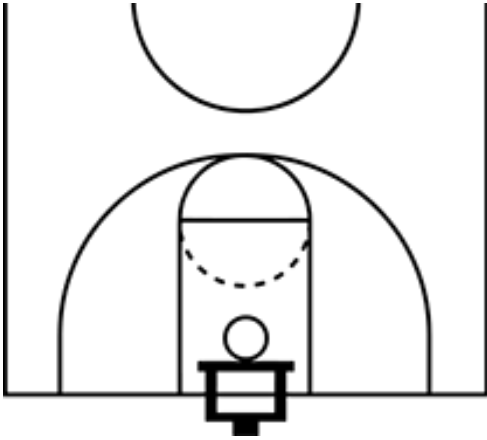






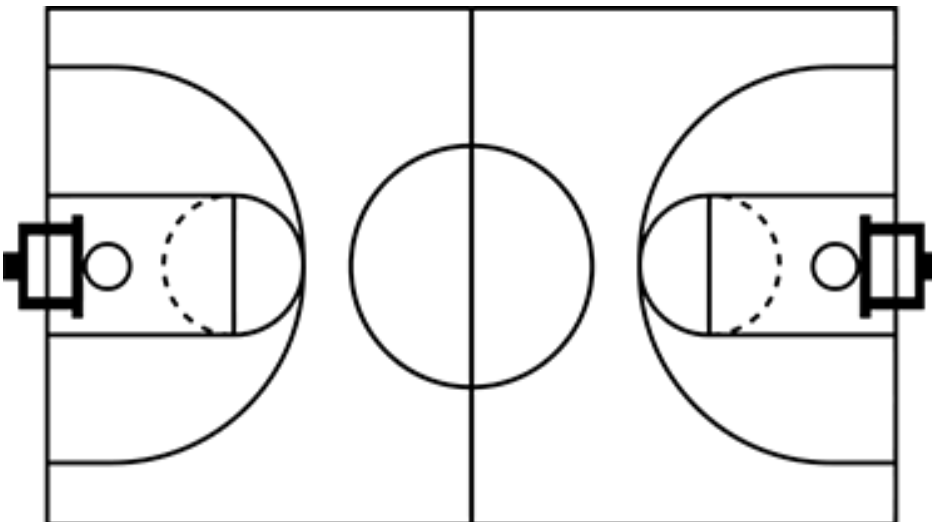
Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

16. Señala en los dibujos las siguientes defensas mixtas: Defensa mixta tres dos; Defensa mixta uno cuatro.



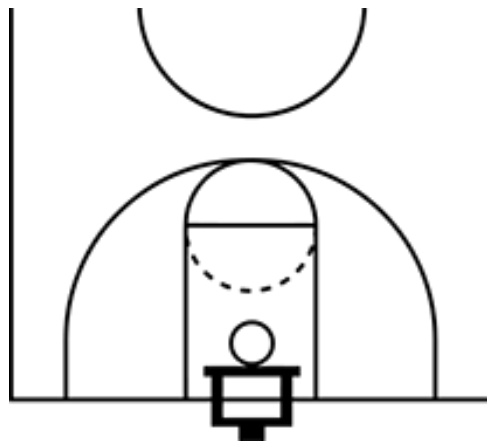
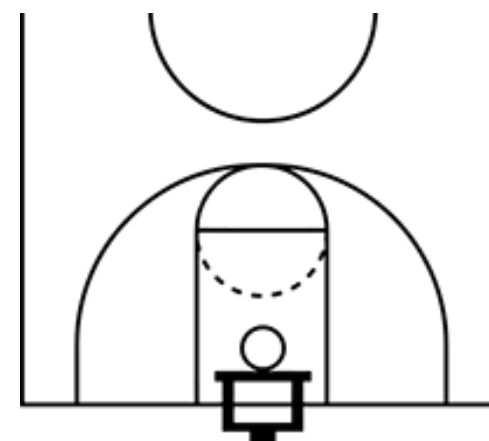
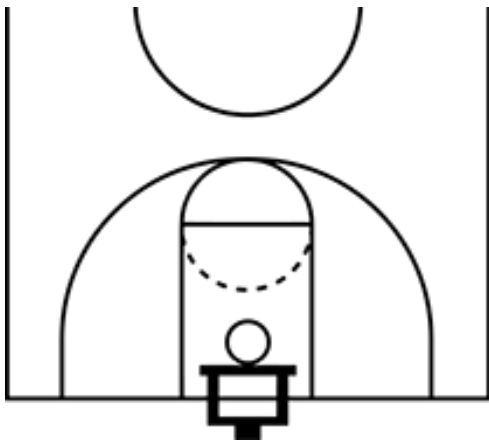
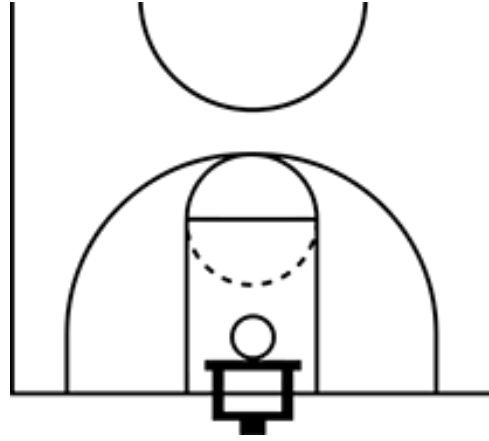
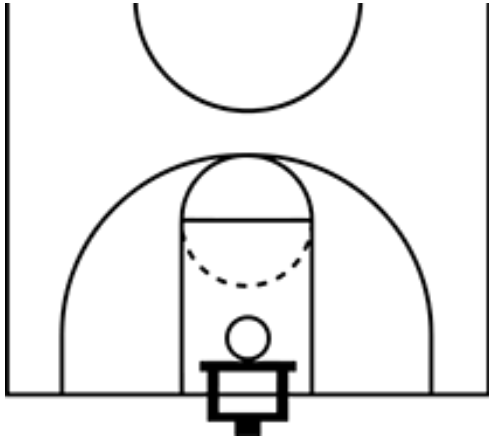
17. Escribe la definición de Sistemas de presión defensiva.

18. Señala en el dibujo el sistema de presión 2-2-1.



Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

19. Señala en los dibujos los siguientes sistemas ofensivos: 1-2-2; 2-1-2; 2-3; 1-3-1; 1-4.



ETAPA 4

ESTADÍSTICA Y ANOTACIÓN DEL BALONCESTO.



Portafolio 2da Oportunidad Baloncesto

20. Busca en YouTube el video “México vs Estados Unidos – Rumbo al mundial 2019 – 28 Junio 2018” y llena la hoja de anotación según lo que ocurra en el partido.

Link del video: <https://www.youtube.com/watch?v=ISnP02vIXYc>

