



# APUNTES BALONCESTO

4º ESO

IES PLURILINGÜE PINTOR COLMEIRO

JAVIER SUEIRO

# BALONCESTO. QUE ES

---

## 1.-¿QUÉ ES EL BALONCESTO?

Es un deporte  
de equipo



El Objetivo  
del juego es:

Introducir la pelota dentro de la  
canasta contraria.

# BALONCESTO. HISTORIA

## 2.-ORIGENES DEL BALONCESTO



Lo inventó en 1891 un Canadiense, JAMES NAISMITH, profesor de EF en EEUU.

En España se introduce en 1922.

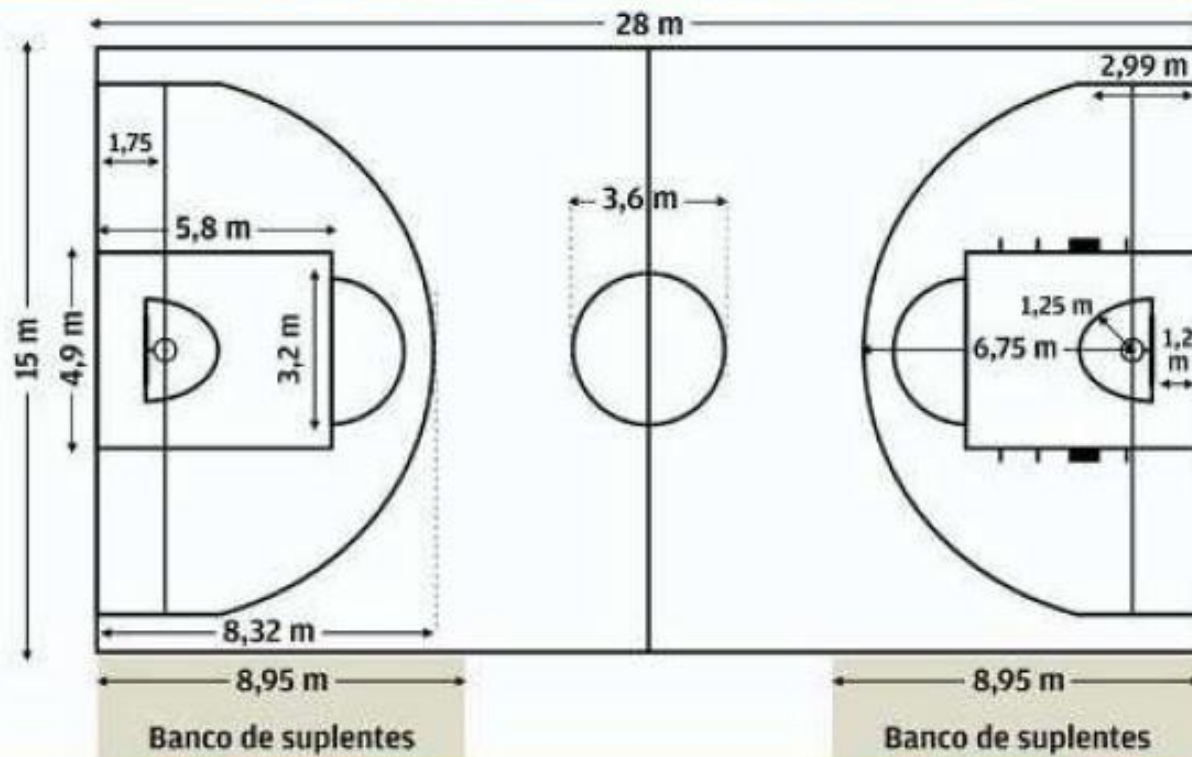


Ideó el Baloncesto como un deporte que se pudiera jugar en invierno en un local cerrado.

# BALONCESTO

## 3.-¿DÓNDE SE JUEGA?

### Nuevas dimensiones de la cancha





# BALONCESTO. REGLAS

## 4.-¿ CÓMO SE JUEGA ? REGLAS BÁSICAS

**b).-Tiempo ataque:**

24 segundos para lanzar a canasta

**d).-Jugadores:**

12 jugadores máximo  
5 en la cancha.

**f).-Inicio partido:**

Con salto entre dos en círculo central.

**a).-Duración:**

4 tiempos de 10'  
Prórrogas 5'



**g).-Partes permitidas juego:**

Del muslo hacia arriba.

**c).-Cambios:**

Ilimitados, con juego parado.

**e).-Puntuación:**

Canastas de 2 puntos, 3 puntos (detrás de la línea de tres) y 1 punto (tiro libre).

**h).-Posiciones:**

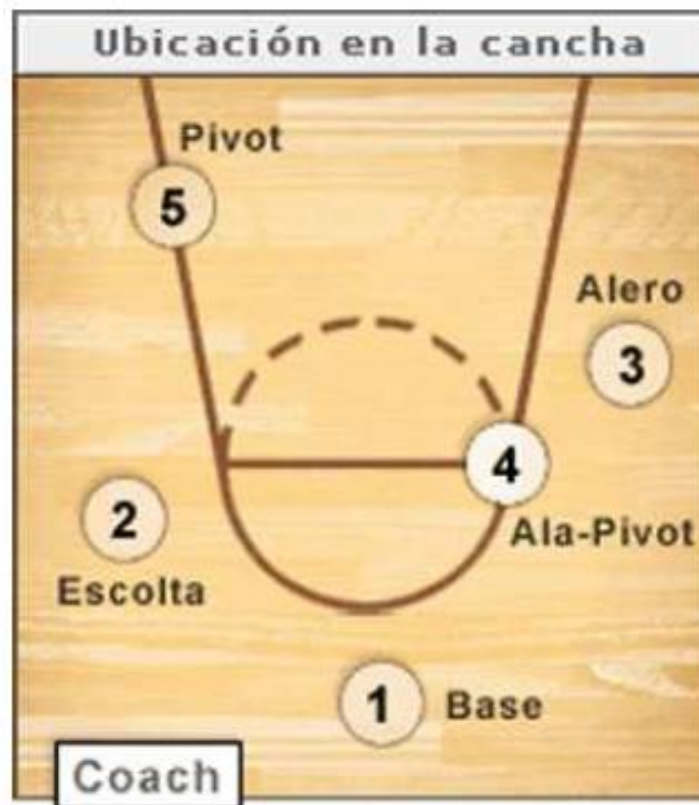
Base, escolta, alero, ala-pivot y pivot.

# BALONCESTO. POSICIONES.ROLES

## Posiciones y características Jugadores

**PIVOT:**  
Es el más alto, el que más rebotes coge.

**ESCOLTA**  
Bota y entra a canasta muy bien. Es buen tirador.



**ALERO**  
Es el mejor tirador en largas distancias

**ALA-PIVOT:**  
Es el segundo más alto. Tira bien en medianas distancias y rebotea bien.

**BASE:** Es el organizador del juego, el entrenador en la pista

# BALONCESTO. REGLAS

## 5.-EL REGLAMENTO

### 1.-Fuera Banda o Fondo:

pelota bota fuera  
jugador fuera con pelota

### 9.-Zona:

Más de 3sg  
atacante dentro

### 2.-Tiempo pasar campo:

8 segundos.

### 3.-Faltas:

se sacan desde la línea  
más cercana, sin pisar.



### 8.-Tiempo pasar pelota:

5 sg si me presionan

### 7.-Antideportiva:

Falta intencionada fuerte

### 4.-Semicírculo

#### carga legal:

No se sancionan  
faltas en ataque

### 5.-Campo atrás:

no se puede retroceder  
desde campo ataque

### 6.-Falta personal:

5 faltas: jugador expulsado  
5ª falta equipo: tiros libres  
siempre

# BALONCESTO. TÁCTICA

## 7.2.-LA TÁCTICA: La decisión

Dónde están mis compañeros, qué hacen los defensores, a qué distancia está mi oponente ?, etc. El análisis de esta información me lleva a **DECIDIR** qué es lo mejor que puedo hacer. La decisión puede afectarme a mí solo o a más compañeros.





# BALONCESTO. TRIPLE AMENAZA

Recepción del balón con pies en paralelo, adelantamos un pie, inclinamos ligeramente el tronco y flexionamos levemente las rodillas, protegemos el balón por el lado de la pierna no adelantada



# BALONCESTO. DEFENSA INDIVIDUAL



Cada jugador defiende a otro del equipo contrario.  
Debemos colocarnos entre el jugador, el balón y la canasta.  
Debemos conocer su espacio útil, es decir, desde donde puede meter canasta.

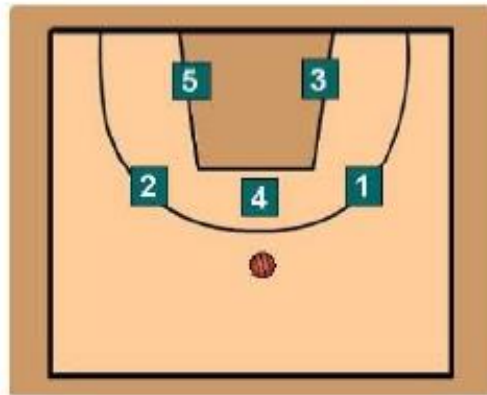
# DEFENSA EN ZONA.

## Ejemplos Táctica Colectiva: DEFENSA en ZONA

**DEFENSA ZONAL** : Cada jugador se encarga de defender una zona del campo. Debe defender a cualquier atacante que pase por su zona



**DEFENSA  
ZONAL  
1-2-2**



**DEFENSA  
ZONAL  
3:2**



**DEFENSA ZONAL  
1-3-1**

# DEFENSA EN ZONA

<https://www.youtube.com/watch?v=n7isvf-VeiE>



Consiste en defender cada jugador una zona determinada del campo, es decir, al jugador que entra en mi zona.

Hay varios sistemas y para organizarlos se utilizan números. Se empieza a contar desde el más alejado a canasta



# TÁCTICA ATAQUE. BLOQUEO DIRECTO

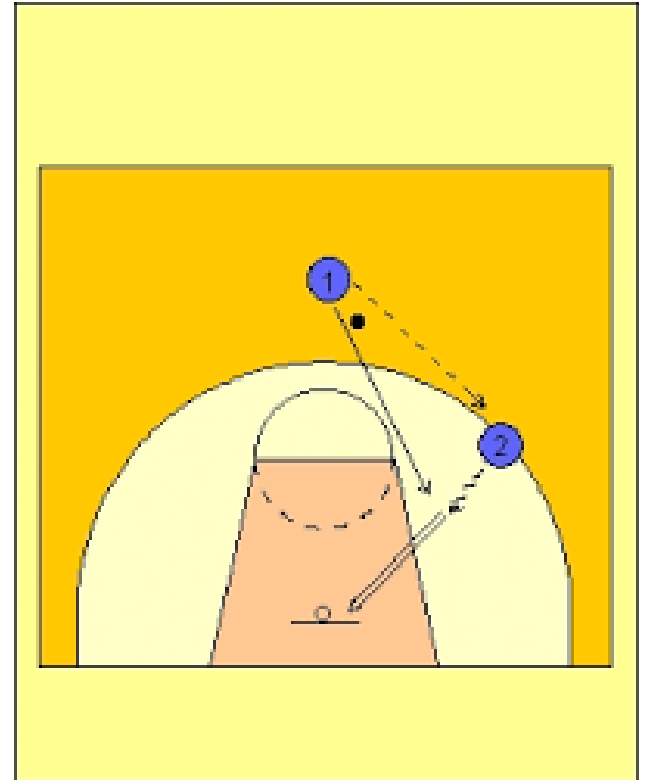
<https://www.youtube.com/watch?v=nZrH75Aqoro>



CONSISTE EN PROVOCAR UN CHOQUE ENTRE UN JUGADOR QUE DEFIENDE AL JUGADOR CON BALÓN Y UN COMPAÑERO ATACANTE.

# TÁCTICA ATAQUE. PASE Y VA

Consiste en dar un pase a un compañero y que este nos lo devuelva en una situación mejorada (después de un desmarque)



# BALONCESTO. PRINCIPIOS DEPORTES COLECTIVOS

## 7.3.-EL CICLO DEL JUEGO

**A  
T  
A  
Q  
U  
E**

AVANZAR CON EL BALÓN, PROGRESAR

CONSERVAR LA POSESIÓN, EL BALÓN EN MI PODER

METER CANASTA, ENCESTAR



**D  
E  
F  
E  
N  
S  
A**

EVITAR LA PROGRESIÓN DE LA PELOTA

RECUPERAR LA POSESIÓN DE LA PELOTA

EVITAR QUE METAN CANASTA

# CURIOSIDADES BALONCESTO

## 9.-CURIOSIDADES DEL BALONCESTO

1. **Un jugador de Baloncesto ha recorrido más de 5 km al acabar un partido**
2. **Un equipo de la liga ACB efectúa más de 300 pases en un partido**
3. **Kareem Abdul Jabar y Dino Meneguín se retiraron con 40 años de edad.**
4. **Chichi Creus se retiró a los 42 años de edad, de la liga ACB.**
5. **La Selección española ganó el mundial de baloncesto de Japón 2006 por primera vez en la historia.**
6. **Michael Jordan, el mejor jugador de la historia de la NBA jugó 1251 partidos y anotó 38.279 puntos, siendo durante 10 temporadas el máximo anotador de la competición.**