

UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE CIENCIAS AGRONOMICAS

BASQUETBOL I

Profesor Responsable	: Orlando Hernández Lillo
Código	: EF0021
Semestres	: Otoño y Primavera
Tipo de Asignatura	: Electiva General
Requisito	: Acondicionamiento Físico Básico
Horas teóricas/alumno	: 1
Horas prácticas/alumno	: 1
Total horas del programa	: 32
Unidades Docentes	: 2
Página WEB	: ---

Objetivo General:

- Incentivar la práctica del Basquetbol.
- Contribuir al desarrollo integral del alumno.
- Aprovechar el tiempo libre en forma adecuada
- A través del deporte, fomentar el trabajo en equipo.

Objetivos Específicos:

- Aprender los fundamentos básicos del Basquetbol; desarrollando técnicas individuales y colectivas
- Conocer las reglas básicas del juego (reglamento)
- Mejorar la condición física general

Unidades Didácticas

Preparación Física básica , 2 hrs
Preparación Física específica básquetbol, 2 hrs
Trabajo Físico técnico. Dominio de balón, 4 hrs.
Trabajo Físico técnico. Conducción, cambio de dirección, 2 hrs.
Trabajo Físico Técnico. Detenciones y pivotear, 4hrs.
Trabajo Físico Técnico. Pases, 4 hrs.
Trabajo Físico Técnico. Lanzamientos, 6 hrs.
Trabajo Físico Técnico. Principios defensivos, 2 hrs.
Trabajo Físico Técnico. Tipos de defensas y formaciones defensivas, 4 hrs.
Trabajo Físico Técnico. Reglamento, 2 horas

Método :

Las clases serán teóricas-prácticas

Evaluación :

Promedio de notas de los cinco controles prácticos. Correspondiendo cada una a un 20%.

Asistencia: 100% obligatoria

Bibliografía:

Reglamento Federación de Basquetbol de Chile.