

Defensa Basket Para Todos

Este libro reúne una variedad de artículos de investigación, donde diferentes autores han plasmado sus estudios y experiencias, con minucioso detalle y que son de gran valía para cualquier profesional que quiera profundizar en el análisis de los procesos formativos. Para llegar a la excelencia y al mejor nivel competitivo, resulta clave que los procesos de aprendizaje en las categorías formativas se hayan desarrollado de la forma más eficaz. Y en este punto deberíamos plantearnos algunas cuestiones ¿desde qué categoría deja de ser formativa? ¿en la máxima competición y nivel ¿se puede seguir formando o solo se puede competir por ganar?. Los jugadores que alcanzan la élite y el máximo nivel competitivo no siempre proceden de un excelente proceso formativo, son innumerables los jugadores de primerísimo nivel que han sido capaces de explotar algunas cualidades y sin embargo son carentes de otras muchas que no han sido desarrolladas durante su proceso formativo. Éstos déficits en la técnica o táctica individual, se muestran no solo en la competición, sino también durante los entrenamientos, en los ejercicios y tareas del juego específico. Es responsabilidad de los entrenadores de alto nivel no solo prestar atención al resultado competitivo sino también al desarrollo de las cualidades peor trabajadas o más carentes de nuestros jugadores, para perseguir siempre la mejora individual y colectiva del grupo. El proceso de formación no debe ser exclusivo de nuestros jugadores, los entrenadores nos debemos sentir también responsables de nuestra formación y mejora como profesionales. Tal y como indica Sergio Ibáñez en su capítulo, el control del entrenamiento es una buena forma de seguir formándose y mejorando para optimizar nuestros conocimientos y darle

Read Book Defensa Basket Para Todos

mayor rendimiento. En definitiva, se trata de una publicación de enorme valor práctico, para cualquier interesado en los procesos formativos y desarrollo del jugador de baloncesto. Did you know angles are at the center of great basketball strategies? Learn about angles through the fast-paced sport of basketball. This nonfiction Spanish book engages students in learning about the different types of angles, rays, vertices, and more. Mathematical problems and diagrams are included to strengthen problem-solving skills and math knowledge. Used in the classroom or at home, this book includes a glossary, an index, engaging images, and easy-to-read text to help students build their math and reading skills while they are engaged in reading high-interest content.

This book covers the fundamentals and style of team play, emphasizing the delicate balance between the simplistic reality and incredibly demanding effort of the game. Coach Wooden outlines a pattern, a theory, a strategy, and a course for how to develop as a basketball player and as a person.

Esta Guía se ajusta a las normas emanadas de la Convocatoria de Andalucía 2015, sin que sepamos si las siguientes llevarán o no esta línea de exigencia dadas las circunstancias político-sociales. En cualquier caso, debemos regirnos por los documentos normativos en vigor. Hemos optado por realizar esta Guía siguiendo la nueva legislación que emana de la Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (L.O.E.), modificada parcialmente por la LOMCE/2013. En cualquier caso, quienes nos leen tendrán que adaptarla a las características de su Convocatoria y a la legislación de la Comunidad Autónoma donde se presente. Una persona opositora sin experiencia en la preparación posiblemente se “agobiará” ante el reto que le supone hacer una Programación “imaginaria, utópica”, a partir de un contexto muchas veces inexistente y donde aplicará unos objetivos, contenidos, etc. totalmente teóricos. Se suele

Read Book Defensa Basket Para Todos

acudir a un centro escolar a consultar el Plan de Centro (terminología de Andalucía) Posiblemente la confusión sea mayor porque estará realizada sin tener en cuenta las características que nos pide la Convocatoria, en cuanto a extensión, descriptores, etc. A veces se termina por comprar o pedir prestada una programación que tuvo éxito en una convocatoria anterior, o por presentar la estándar que dan en una academia. El problema es que ese trabajo sea ya “conocido” y circulen muchas copias, además de desconocer su lógica interna, sobre todo a la hora de defenderla. Eso sí, es mucho esfuerzo y tiempo que nos ahorramos, pero la originalidad es una característica indispensable para que un tribunal la tenga en cuenta, a tenor de lo expresado por la última Convocatoria. Esta Guía pretende ser un documento aclaratorio y vertebrador de la Programación Didáctica, una ayuda para superar el proceso de Acceso a la Función Pública. Ofrecemos herramientas y estrategias para que cada interesado la estructure, personalice y extraiga el máximo provecho. Para ello hemos dividido el trabajo en tres partes: 1ª Parte.- Tratamos todo lo concerniente a la Programación Didáctica: estructura, apartados y, en cada uno de ellos, muchas opciones de aplicación, con ejemplos variados para que cada persona individualice su propuesta. 2ª Parte.- Hemos agrupado una serie de anexos que completa a la primera parte: documentos de apoyo -legislativos en su mayoría-, que amplían la oferta a la hora de personalizar la Programación Didáctica. 3ª Parte.- La hemos reservado para mostrar los métodos y criterios e indicadores de evaluación que suelen tener los tribunales, además de una serie de consejos a tener en cuenta, sobre todo de cara a su defensa. Esto hace que nos orientemos mejor a la hora de prepararnos porque incluimos una serie de técnicas y esquemas novedosos, que podemos utilizar incluso como “guión” si la convocatoria y

Read Book Defensa Basket Para Todos

los tribunales lo admiten, así como consejos para destacar en la defensa oral de la Programación. Ofrecemos una Guía que presenta muchas posibilidades de personalización, por lo que va a constituir un trabajo original y propio con las ventajas que conlleva. Sobre todo, si el Tribunal nos hace determinadas preguntas sabremos salir airoso de las mismas, porque para eso lo hemos trabajado.

El proceso de enseñanza y aprendizaje del ataque en categorías de formación es, hoy en día, un concepto necesitado de una actualidad metodológica que facilite el desarrollo de las capacidades tácticas individual y colectiva para que, a través de éstas, el jugador aprenda a aprovechar el espacio en amplitud y profundidad, para que sus movimientos y acciones tengan una intención ... para que utilice el espacio de forma inteligente. Todo ello sobre la base que nos va a guiar durante este largo proceso, que es la necesidad de comprender y aceptar las diferencias entre las categorías...

En Preparación física completa para el baloncesto se presentan las últimas novedades sobre preparación física de la NBCCA (Asociación de Preparadores Físicos de la NBA), los expertos que trabajan a diario para sacar el máximo rendimiento de los jugadores considerados las estrellas del juego. Aumente su fuerza y su potencia para ser imparable bajo el tablero. Mejore su rapidez y su agilidad para ser un defensa sólido. Incremente su potencia de salto para tirar por encima de sus defensores. Con cerca de 200 ejercicios y entrenamientos, tests de rendimiento, Preparación física completa para el baloncesto es el recurso de entrenamiento más exhaustivo para jugadores y jugadoras de todos los niveles. Además, el DVD explicativo de 60 minutos le sitúa en la cancha y en el gimnasio para mostrarle los ejercicios que emplean los mejores jugadores. Preparación física completa para el baloncesto es, sin duda, el mejor recurso para

Read Book Defensa Basket Para Todos

desarrollar todo su potencial y sacar el máximo provecho en todas las situaciones de un partido. La NBCCA fundada en 1992 por Bill Foran y Robin Pound (coordinadores de este libro) tiene como objetivo la promoción de la preparación física en el baloncesto, especialmente a nivel profesional. La NBCCA es un grupo selecto de preparadores físicos de baloncesto de equipos de la NBA. Ofrece a sus miembros la posibilidad de mantenerse actualizados, de trabajar en diferentes proyectos y de promover la preparación física en el baloncesto de todos los niveles.

El día que yo empecé a entrenar hace ya unos 17 años, uno de los principales problemas con los que me tuve que enfrentar fue la falta de una amplia variedad de ejercicios donde poder elegir los más convenientes para mis objetivos dentro del entrenamiento. A partir de este momento se inició una recopilación, que ha desembocado en este libro. Esta recopilación, la verdad es que no ha tenido una sola fuente, aunque la principal han sido los numerosos entrenamientos de diferentes entrenadores a los que me dedicaba a asistir, donde veía los ejercicios y luego los copiaba para tenerlos disponibles cuando yo los necesitara, algunos, los últimos, los he encontrado en Internet y los menos, en algún libro o revista especializada en nuestro deporte, el baloncesto. Para que a otros entrenadores, monitores o profesores de educación física, que se lician en el baloncesto no les ocurra lo que a mí o por lo menos tengan una base donde comenzar, les brindo la oportunidad de compartir el trabajo de mi experiencia. Libro está dividido en tres tomos, éste es el segundo, el bote, rebote y pase y el tercero la defensa y el contraataque. El primero es el Tiro. En muchos casos bastantes ejercicios pueden ser utilizados para diferentes aspectos del juego, lo que ya se deja a la elección de cada Entrenador. Índice: LA DEFENSA: LA TÉCNICA. LA DEFENSA: LOS EJERCICIOS. Pasos defensivos, posición

Read Book Defensa Basket Para Todos

básica Ventaja ofensiva 1 x 1 1x1 tras recepción. Varios 1x1.
Defensa 2x2, Defensa 3x3 Defensa 4 x 4 y 5 x 5
Superioridad defensiva Inferioridad defensiva Juegos
aplicados. EL CONTRAATAQUE: LA TÉCNICA. EL
CONTRAATAQUE: LOS EJERCICIOS. 2 X 0 3 X 0 4X 0 y 5
X 0

Este libro tiene como objetivo dar respuesta a la pregunta que se hacen muchos entrenadores de formación en baloncesto: como desarrollar la inteligencia táctica del jugador. El libro consta de dos partes. Una primera en la que se explica de manera teórica nuestra propuesta. Esta se basa en la perspectiva constructivista del aprendizaje, en la que se desarrollan las estrategias reflexivas para que el jugador vaya conociendo el porque como y cuando tiene que utilizar cada una de las acciones de juego colectivas que desarrollamos: el pase, la fijación y los distintos tipos de bloqueos. Para ello se tendrá en cuenta los principios de juego generales y su aplicación a cada conducta de juego, estableciendo para ello unos criterios de eficacia. En la segunda parte se detalla las sesiones de trabajo de toda una temporada para cumplir con este propósito."

En primer lugar, amigo entrenador-lector, bienvenido a este Manual Rápido de Ejercicios, un compendio de situaciones que nace fruto de la experiencia de muchas temporadas a pie de pista, tanto en el basket aficionado como en el profesional. Ante todo, el libro que tienes en tus manos pretende ser un manual eminentemente práctico y de aplicación inmediata, tal y como indica su nombre. El objetivo primordial es ofrecer una recopilación de ejercicios -algunos conocidos, otros no

tanto- de cara a facilitar la realización de entrenamientos atractivos, dinámicos y divertidos. Si en algo se ha ahorrado en este manual es en la redacción excesiva de explicaciones vanas –el baloncesto tiene su propio lenguaje a través de los gráficos–. Lejos de dar un mitin en cada ejercicio, se ha buscado ir al grano, a la esencia. La intención es provocar en el entrenador-lector una idea general, para que luego él pueda trasladarla a su entrenamiento de la misma manera que está escrita o adaptada a su modo de hacer, incorporando matices propios. A su vez, este manual se puede tomar de dos maneras: Como una progresión de ejercicios o bien a modo de compendio de situaciones que pueden ser aisladas de forma independiente. El caso es promover en el entrenador una reflexión en la forma de hacer y aportarle herramientas para que realice su trabajo en función de su filosofía o manera de entender el baloncesto. Al fin y al cabo la labor del técnico se basa en saber adaptar, modificar, o crear en función de sus necesidades. No es posible saber de antemano qué necesidades tiene tu equipo. Pero, si puedes quedarte con una idea básica, o estos ejercicios pueden servir a modo de fuente de inspiración de otros, el objetivo se habrá conseguido a buen seguro.

Una propuesta de enseñanza del baloncesto: los E.E. que implican cognoscitivamente al alumno Propuesta metodológica para la enseñanza del bote en baloncesto en las etapas de iniciación El entrenamiento de la fuerza en el baloncesto. Criterios metodológicos La planificación del entrenamiento de baloncesto como estrategia mixta Técnica vs. Performance. Evidências da

investigação em jovens basquetebolistas Eficacia del entrenamiento psicológico en el perfeccionamiento técnico en baloncesto escolar Los ácidos grasos como combustible en baloncesto frente a deportes individuales El baloncesto también para mayores ¿Por qué no? Planificación y control del entrenamiento en baloncesto. PYC-BASKET, software aplicado Centros de tecnificación. Una propuesta de entrenamiento Evaluación de la portencia anaerñobica con ERGOJUMP Análise da carga de treino e competição em basquetebol no escalão de iniciados Niveles de ácido láctico por puestos específicos en jugadores de baloncesto en competiciones oficiales Análisis descriptivo del perfil fisiológico del jugador de baloncesto de Liga EBA

"Sean cuales fueren tus credenciales en la enseñanza, tu mayor responsabilidad es proporcionar a cada jugador una experiencia positiva en el aprendizaje." Dave Faucher Entrenador: Pensaba que, simplemente, iba a inscribir a su hijo en la liga juvenil. Hete aquí ahora, recién designado entrenador. Ahora necesita usted ayuda. No desespere. Esta completa guía no sólo le servirá para que salga adelante sino que le ayudará a convertirse en el entrenador que quisiera ser –el entrenador que puede aportar a esos chicos la experiencia deportiva que merecen. Ya ha dado un gran paso: ha dicho ""sí"" a este importante compromiso. Enhorabuena. Disfrutará en grado sumo, y David Faucher está aquí para ayudarle. • Sobrevivirá a la primera práctica y al primer partido • Haga frente a los jugadores problemáticos... y a los padres • Sepa qué

Read Book Defensa Basket Para Todos

hacer en cada lance del partido • Llegue a todos los jugadores • Trabaje con chicas y chicos • Equipare los ejercicios y las estrategias con la edad y la capacidad. • Haga que resulte divertido y gratificante • Genere entusiasmo • Mejore a los jugadores y al equipo

David G. Faucher, primer entrenador del equipo de baloncesto de la sección deportiva masculina de la NCAA División I Dartmouth Collage, inició su carrera como entrenador en un instituto juvenil. Ha depurado su positivo enfoque basado en la praxis, para la enseñanza del baloncesto en una carrera que abarca veinticinco años. Dave también es el Director de Campo del Dave Faucher Basketball Camp, un campamento de baloncesto de verano para los jóvenes. ""He aquí un libro que recomendaría a todos los entrenadores"" Hill Kearney, director deportivo, Norwich, Vermont. ""Me gusta la filosofía del entrenador Faucher, su enfoque de la instrucción de los chicos y su entusiasmo"" Jeffrey Thomas, entrenador juvenil, Richmond, Virginia ""Fácil de seguir y exhaustivo. Una imagen clara e inspiradora de cómo jugar a baloncesto y de cómo entrenar a baloncesto"" Tom Bertocci, entrenador juvenil, Thomaston, Maine."

"Georg Karl es uno de los entrenadores mas innovadores del baloncesto actual y uno de los mejores preparadores que he conocido nunca. Tiene una habilidad única para hacer sencillo el juego y encontrar siempre el quid de la cuestión. Georg es un maestro en la creación de estrategias ofensivas y defensivas que resultan sencillas y lógicas y cuya interconexión proporciona muy buenos resultados. La serie de libros

Read Book Defensa Basket Para Todos

de 101 jugadas y ejercicios realizada por Georg Karl ayudará a los entrenadores de todos los niveles a desarrollar métodos de entrenamiento más productivos a mejorar las cualidades del equipo y a conseguir un mayor número de victorias." Rick Majerus Primer entrenador del equipo de baloncesto de la Universidad de Utah "Georg Karl ha demostrado que, en la actualidad, es uno de los mejores entrenadores de baloncesto. Ha triunfado en todas las categorías del baloncesto y sus equipos son siempre muy competitivos y disciplinados. Una de las claves para el éxito de cualquier entrenador es disponer de un amplio y completo abanico de jugadas y ejercicios. En esta serie de tres libros, el entrenador Georg Karl comparte sus mejores jugadas y ejercicios. Esta información será de gran ayuda para los jugadores y entrenadores, desde aquellos que juegan en categoría inferiores hasta los que lo hacen en la NBA. Personalmente siento más respeto por Gerog Karl que por ninguna otra persona relacionada con el baloncesto" Don Nelson Manager General de los Dallas Mavericks

La defensa en zona se ha apoderado de la pista, desde el nivel profesional hasta el de los más jóvenes. No se trata de la vieja defensa individual, esto es juego en equipo, una estrategia poderosa para dominar a los adversarios y pararlos antes de que lleguen al aro. Don Casey, uno de los entrenadores del juego en zona más reconocidos del mundo, le ofrece una completa guía para realizar defensas en zona, hacerles frente como atacante y conducir a su equipo a la victoria. DEJE QUE EL ENTRENADOR CASEY LE ENSEÑE CÓMO:?

Read Book Defensa Basket Para Todos

Convertir a un equipo de cinco jugadores en una escuadra de alto rendimiento.? Detener las penetraciones de los oponentes.? Neutralizar cualquier amenaza ofensiva.? Dominar la defensa en zona presionante, la zona basculante, la zona de sitios fijos y muchas más. ? Realizar y atacar la zona de ajustes.?Don Casey ilustra los conceptos clave de la defensa en zona realizando así un trabajo extraordinario. Los conocimientos y la información que ofrece este libro ayudarán con toda seguridad a entrenadores de cualquier nivel? ?DAVID J. STERN, Comisionado de la NBA.

Conocer la técnica y la táctica de un deporte, es un paso importante para emprender la difícil tarea de la enseñanza deportiva, pero no lo es todo, ya que necesitamos saber cómo enseñarla en cada edad, cómo programar, cómo evaluar los aprendizajes, etc. El entrenador debe conocer las características de los jugadores a los que enseña y en función de éstas aplicar tareas de enseñanza y competiciones adaptadas a sus capacidades. En esa línea se desarrolla éste libro, con la intención de que sea eminentemente práctico, por lo que además de los ejemplos que vamos citando a lo largo de él, hemos incluido el capítulo de programación con ejemplos de actividades, de sesiones, de microciclos, de mesociclos y de temporadas completas. La publicación va dirigida a todos los que disfrutan enseñando el baloncesto, particularmente en la etapa de iniciación. También se ha pensado en los profesores de Educación Física (licenciados o maestros) que, entre otras cosas, se dedican a la enseñanza de este y otros deportes.

Read Book Defensa Basket Para Todos

este carácter genérico puede acercar a la lectura de este libro a entrenadores de otros deportes, particularmente colectivos, que pueden aplicar muchos elementos a la iniciación y enseñanza de su especialidad.

HIGH-INTEREST, LOW-LEVEL: Reluctant readers will be engaged from beginning to end as they explore the responsibilities and skills of the power forward in this 32-page nonfiction book. Side-by-side English and Spanish text and vivid, exciting photos show readers what it takes to fill this key position in basketball.

SPORTS BOOK FOR KIDS: Power forwards know how to throw their weight around on the basketball court. These players catch rebounds and block shots. Learn what it takes to be a great power forward and what these players do to lead their team to victory! **INCLUDES:** Readers will be hooked from beginning to end with facts and photos about some of the key positions in sports.

Comprehension questions and activities support students, teachers, and parents. **BENEFITS:** This bilingual series supports reluctant readers with side-by-side English and Spanish text. Each book features stand-alone spreads, so readers can flip pages and read in any order. Glossary words are defined on the page where they appear, boosting reader comprehension. **WHY ROURKE:** Since 1980, we've been committed to bringing out the best non-fiction books to help you bring out the best in your young learners. Our carefully crafted topics encourage all students who are "learning to read" and "reading to learn"!

El libro propone una metodología para el acontecimiento y dominio de los fundamentos del juego, basada en una

Read Book Defensa Basket Para Todos

reflexión sobre sus características motrices, en la coordinación, en el tiempo y el espacio, de las evoluciones de los atacantes y defensores. El autor defiende un deporte creativo en el que la capacidad del jugador para asimilar y recordar experiencias del juego real esté por encima del conocimiento de una serie de estereotipos motores (tiros, bloqueos, desplazamientos, etc.). Lo novedoso de algunas de las clasificaciones convierten a éste en un libro que huye de las normas rígidas que no tienen cabida en el baloncesto actual. Así, por ejemplo, se incorpora la recepción al típico trío de fundamentos de la Técnica Individual, constituido por el pase, el bote y el tiro, ya que es otra posible relación entre el objeto de juego (la pelota) y la persona. Todas las explicaciones teóricas se completan tanto con gráficos personales como con diagramas de ejercicios, buscando una buena comprensión del texto. Cada capítulo agrega elementos nuevos de aprendizaje, utilizando los conceptos enseñados en los anteriores; a partir de una serie de movimientos básicos que se repiten, con algunas variantes, en muchos de los gestos técnicos. Y, para que tanto diestros como zurdos puedan obtener el máximo partido del libro, pocas veces el autor diferencia entre la derecha y la izquierda cuando habla de la ejecución del gesto; las explicaciones referentes al bote y a la aproximación son válidas para las dos manos; en cuanto a los pases y tiros, que son técnicas que se ejecutan normalmente con la misma extremidad superior, basta cambiar derecha por izquierda (y al revés), pues un buen nivel técnica exige dominar todas las acciones técnicas con ambas manos indistintamente.

Read Book Defensa Basket Para Todos

En baloncesto, el éxito depende de que el jugador crea en sí mismo. Aunque la confianza es mayor tras el éxito, esa confianza sólo puede desarrollarse a base de entrenamiento. Baloncesto: claves para dominar las destrezas técnicas ofrece una instrucción progresiva (dividida en 10 pasos) en técnicas y táctica. Trata temas como: pase y recepción, el bote del balón, el tiro, el rebote, jugadas de ataque con balón, el juego sin balón, el contraataque, ataque colectivo, defensa colectiva, etc. Ofrece en cada capítulo ejercicios ?hasta 111 ejercicios, individuales, en pequeños grupos y en equipo? y un sistema de puntuación para eutoevaluar su progreso. A medida que vaya acercándose al último capítulo, ?o paso de su escalera al éxito?, habrá adquirido mayor confianza en su juego y una mejor comunicación con sus compañeros de equipo. Al pulir sus fundamentos técnicos, aprenderá a realizar las jugadas correctas en situaciones de partido de modo coherente y brillante; ya sea haciendo una buena defensa, ya al realizar la asistencia decisiva para lograr una canasta.

Este libro forma parte de una colección de 3 tomos. El primero es el del entrenamiento del Tiro; el segundo, el entrenamiento del bote, rebote y pase; y el tercero entrenamiento de la defensa y el contraataque. Índice: LA DEFENSA: LA TECNICA. LA DEFENSA: LOS EJERCICIOS. Pasos defensivos, posición básica. Ventaja ofensiva 1 x 1. 1x1 tras recepción. . Varios 1x1. Defensa 2x2. Defensa 3x3. Defensa 4 x 4 y 5 x 5. Superioridad defensiva. Inferioridad defensiva. Juegos aplicados. EL CONTRAATAQUE: LA TECNICA. EL CONTRAATAQUE: LOS EJERCICIOS. 2 X 0.3 X 0. 4x0

y 5x0."

Este es el mejor antídoto para los jugadores principantes y aficionados, que quieran sentarse a ganar en el Texas Hold'em "ahora mismo" y disfrutar del éxito instantáneo en las mesas, es decir, este libro es para el 95% del mercado del poker. Cincuenta pepitas de sabiduría fáciles de leer y que van directamente al punto en estrategia, escritos por el inmensamente popular Daniel Negreanu. Este libro, convertirá a los lectores en mejores jugadores de cash y torneos. El ingenio y la Sabiduría de Daniel, harán que la lectura sea aún más llevadera. Se trata de verdaderos consejos asesinos para ganar.

Todo profesional, dedicado a la enseñanza del baloncesto, encontrará en este libro una guía de referencia para el estudio y puesta en práctica de un método de trabajo eficaz que favorece la interacción jugador-entrenador, profesor-alumno. Este manual se estructura en 16 temas y, además, 5 aplicaciones didácticas de éstos. Se desarrollan las habilidades específicas –lanzamiento a canasta, pases, bote, defensa, bloqueos, defensas en zonas, etc. – y a través de las aplicaciones didácticas se presentan diversas propuestas para el aprendizaje de las mismas. Así, desde una perspectiva constructivista, se inician las propuestas de actividades por algo que los jugadores ya saben hacer pero que simultáneamente representa algún tipo de reto para el aprendiz.

El baloncesto está evolucionando y van apareciendo nuevos conceptos con diversidad de interpretaciones. No obstante, todo se puede adaptar y se le puede sacar

rendimiento siempre que tenga una buena argumentación y no nos dejemos atraer por dogmas. La presión tras pérdida de balón tiene como objetivo recuperar el balón lo antes posible o, en su defecto, evitar que el rival inicie con facilidad un ataque o retrasarlo para poder conseguir un buen balance defensivo. Para el trabajo de la mejora de la presión tras pérdida, buscamos automatizar la respuesta del jugador cuando pierda el balón. Cada equipo puede adaptarla y tomar distintas actitudes para utilizarla y obtener algún beneficio. Los estímulos e indicadores para poner en marcha la presión tras pérdida serán estímulos propios del juego para identificar con claridad el momento de poder llevarlo a cabo.

El "baloncesto educativo" es una obra del profesor Dr. Javier Pinilla que trata de resumir los aspectos fundamentales de la didáctica del baloncesto aplicado a la iniciación, así como a las etapas de educación primaria y secundaria. Por una parte trata de recoger los fundamentos técnico, tácticos y reglamentarios indispensables para que de una forma clara y concisa cualquier docente sin experiencia en baloncesto o con bajo conocimiento del deporte pueda abordar con éxito la didáctica de este deporte. Acompañado a la explicación de dichos aspectos se tratan de ofrecer algunas orientaciones metodológicas y didácticas a tener en cuenta para que los docentes puedan incluirlas en sus unidades didácticas. Esta obra se desarrolla en el seno de la Universidad Pontificia de Comillas como material para la docencia en el doble grado de ciencias de la actividad física y del deporte y el grado de maestro

en educación primaria.

ENCICLOPEDIA DE EJERCICIOS DEFENSIVOS DE BALONCESTO Editorial Paidotribo

En este libro eminentemente práctico renombrados entrenadores desarrollan, con ayuda de numerosos esquemas y diagramas, los siguientes aspectos del juego de baloncesto: el juego de transición, juego interior, tiempos muertos, situaciones de final de partido, tiros en los últimos segundos, estrategias para planificar el ataque por adelantado, ataque posicional para tiradores rápidos, saques de banda y de fondo en el campo ofensivo y movimientos para sacar de fondo. Los Sharks no son solo los muchachitos que juegan a basket. Con ellos en este equipo se aprende a tirar el famoso gancho-cielo, a encontrar el ánimo perdido y a entender quienes son los verdaderos amigos. El basket es un juego que no desprecia a nadie, tampoco le importa el color de la piel. Una novela que habla de crecimiento, deporte, amistad;

Este libro pretende dar una vision de algunos de los elementos tecnicos y tacticos basicos que se pueden dar en el baloncesto. El profesor debera adecuarlos a las condiciones de sus alumnos y jugadores, de tal forma que pueda obtener un rendimiento optimo segun los objetivos que se haya planteado. Temas tratados: fundamentos como base del juego; El balon en las manos; El tiro; El bote; Movimientos de ataque; Fundamentos de defensa; Juego de equipo; Defensa de equipo.

Presenta una guía metodológica para el entrenador de baloncesto. Establece las pautas de actuación desde

que llega a hacerse cargo de un equipo hasta las competiciones que tenga que afrontar. Su propósito es facilitar que el entrenador logre conseguir el máximo rendimiento de cada uno de los jugadores, y del equipo como la suma de ellos. Aporta pautas sobre cómo conocer a sus jugadores, el diseño de ejercicios, la planificación... Muestra un itinerario de las intervenciones del entrenador que es aplicable tanto para el minibásquet como para el equipo de más alto rendimiento.

«Pertenebió a la estirpe de estos contempladores de mirada libre y liberadora, con una conciencia exaltada de lo real, que no puede sino significar una exaltada conciencia del propio ser, una pasión... La pasión de ver fue para él una pasión de ser», nos advierte en el prólogo de este pionero libro de reflexión ecológica, el filósofo Jorge Millas. Luis Oyarzún (1920-1972), fue un apasionado de la Tierra, un poeta y pensador «al aire libre». Quienes lo conocieron y leyeron, dan fe de su sentimiento fraternal con el cosmos, de vivir como una criatura entre criaturas, siempre prójimo y nunca amo absoluto de la realidad y sus seres. Publicado póstumamente en 1973, Defensa de la Tierra es fruto de esa pasión de ver y de ser «con el mundo» y se constituyó, desde su aparición, en un lúcido alegato y adelantado manifiesto contra el antropocentrismo y su acción depredadora. En el centenario del nacimiento de su autor, Ediciones Universidad Austral de Chile ha querido rendir tributo a una voz y a una obra cuya vigencia —y urgencia— es permanente. A las piezas ensayísticas, prólogo e ilustraciones originales, esta

Read Book Defensa Basket Para Todos

edición conmemorativa se acompaña con nuevas imágenes y un dossier crítico y biográfico que sitúa a este libro, de Luis Oyarzún, en un sitio ineludible del pensamiento ecológico en nuestro país.

Una dificultad del juego actual, a la que se enfrentan a menudo muchos entrenadores, es lograr que los jugadores reaccionen de forma positiva, serena, controlada y agresiva ante las diversas defensas presionantes a las que se enfrentan. La finalidad de romper las defensas presionantes es avanzar con el balón al otro lado de la línea central, y crear ocasiones con un alto porcentaje de anotación cerca de la canasta. Este libro incluye ataques posicionantes que permiten usar el talento de cada jugador y mantener al mismo tiempo el concepto de equipo. Estos posicionamientos permiten:

- Jugar al máximo con las fuerzas del equipo
- Aprovechar los puntos débiles del contrario
- Crear desajustes
- Aislar a los defensores malos para anotar o provocar faltas
- Conservar el balón en manos de los jugadores que mejor lo manejan
- Situar a los jugadores donde son más eficaces

Sea cual sea la defensa que usted practique (individual, en zona o una combinación de ambas), en este libro encontrará todas las prácticas que necesitará para depurar las habilidades defensivas de sus jugadores y enseñarles su defensa particular. Este libro le enseñará a: obtener el máximo de sus ejercicios defensivos -cómo reconocer un buen

Read Book Defensa Basket Para Todos

ejercicio, cómo adaptar un ejercicio-; los ejercicios defensivos sobre los fundamentos -práctica de retención de pelota, práctica de la postura defensiva en triángulo, práctica de canalización, neutralización del reverso y defensa-; los ejercicios defensivos en la zona -práctica de reacción contra el pívot ligero, práctica de cierre en la línea de fondo, práctica de la zona 2-1-2 con dos escoltas, práctica cruzada, tijeras, práctica de la zona 1-3-1 para el punta en la línea de fondo y para el alero, práctica de cierre del toro en el coso-; los ejercicios de defensa individual en toda la cancha -cerrando el paso a un atacante, tapar el hueco, deteniendo al atacante aislado, neutralización de tres contra tres-; los ejercicios defensivos de transición -pasando al uno contra uno, de la defensa en tándem a la defensa presionante-; etc.

El baloncesto es único porque no es sólo un juego de equipo, sino también individual. Mejorar la técnica de uno mismo como jugador supone una ayuda para el equipo. Este libro sirve de guía a profesores y entrenadores así como a padres que deseen iniciar a sus hijos más jóvenes en este deporte. Pero, ante todo, ha sido escrito para los jugadores puesto que son ellos los que continuamente buscan formas de mejorar su juego. Está dividido en diez pasos: juego de piernas defensivo y ofensivo, lanzar, pasar y recoger, driblar, rebotar, movimientos ofensivos, jugadas de dos y

tres jugadores, contraataque, ataque en equipo y defensa en equipo, que le explican por qué cada concepto o habilidad es importante, le identifican las claves de cada técnico, le ayudaran a corregir errores frecuentes, le explican cómo practicar cada habilidad de forma realista, le hacen una lista de las finalidades específicas del rendimiento para cada ejercicio y le permiten avanzar al ritmo de cada uno. Diversos entrenadores y analistas deportivos coinciden en afirmar que el autor, Hall Wissel, "comparte las técnicas personalizadas que domina", "con este libro, demuestra al mundo por qué está reconocido como uno de los máximos expertos del baloncesto americano", "Hall Wissel es un árbitro arquitecto del baloncesto". ""Baloncesto. Aprender y progresar" contiene las nuevas tendencias y ejercicios que se necesitan para dominar los fundamentos que mejorarán el juego de conjunto". Son muchas las preguntas que le surgen al entrenador sobre la verdadera formación que reciben los jóvenes jugadores de baloncesto durante la competición: ¿es realmente la competición un lugar ideal para la mejora del jugador de baloncesto? ¿en qué medida tiene que participar el joven jugador para que la competición sea un estímulo positivo para su proceso de enseñanza-aprendizaje? ¿se puede afirmar que los jugadores jóvenes participan suficientemente durante los encuentros de competición? ¿qué importancia tiene

el estilo de juego propuesto por el entrenador en relación con el tiempo de participación del jugador con balón? etc. Para responder a estas preguntas el presente trabajo se ha dividido en dos partes claramente diferenciadas: una primera de carácter teórico y una segunda en la que se describe el estudio empírico. El marco teórico se divide a su vez en cuatro capítulos. En el primero de ellos se realiza un análisis sobre las necesidades que deben ser cubiertas en la formación del joven jugador de baloncesto desde el punto de vista de las propuestas prácticas de planificación, los estilos y sistemas de juego y el uso de los puestos específicos. En el segundo y tercero se realiza una reflexión sobre el uso de una participación activa del jugador con el balón en la competición como medio necesario e imprescindible para alcanzar un alto grado de eficacia en el baloncesto. Finalmente, en el tema cuatro se realiza un análisis sobre el concepto del rol jugador con balón en baloncesto y sus subroles, análisis que permitirá elaborar los sistemas de categorías objeto de estudio. En la parte empírica, se elabora un estudio descriptivo de las acciones que realiza el jugador con balón, de su grado de participación, así como de diferentes aspectos relacionados con el estilo de juego para, posteriormente, realizar una comparación con la propuesta realizada por los expertos.

La intención de la National Association for Sport and

Read Book Defensa Basket Para Todos

Physical Education estadounidense es que este libro sirva de ayuda tanto al alumno, como a los profesores de Educación física y a los padres de los alumnos para la selección y desarrollo de un programa bien equilibrado de actividades que la juventud actual pueda valorar positivamente a lo largo de toda su vida.

[Copyright: ad5be63f076a70814753f819dee13ad5](#)