



U.T.P.

**SEMANA N°11 DEL 8 AL 12 DE JUNIO.**

**GUÍA N°10 EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD OCTAVOS BÁSICOS 2020**

**Profesor:** LEONARDO MENESES INOSTROZA.

<b>Nombres:</b>	<b>Apellidos:</b>	<b>Curso:</b>	<b>Fecha:</b>
			<b>8 AL 12 DE JUNIO</b>

**\*Objetivo de aprendizaje (OA5):** Participar en una variedad actividades físicas y/o deportivas de su interés y que se desarrollan en su comunidad escolar y/o en su entorno.

**\*Habilidad:** Reconocer, Analizar y Aplicar.

\*\*\*\*\*

**\*Actividad 1:** Selección múltiple. Escoger alternativa correcta según la descripción del deporte.

**Instrucciones:** Lee la descripción del Basquetbol, analiza y responde lo siguiente:

El **Básquetbol** o simplemente **básquet**, es un **Deporte de colaboración y oposición**, jugado entre dos equipos de cinco jugadores cada uno, durante cuatro períodos o cuartos de diez minutos cada uno. El objetivo del equipo es anotar puntos introduciendo un balón por la canasta o aro que se ubica a 3,05 metros sobre la superficie de la pista de juego. La puntuación por cada canasta o cesta es de dos o tres puntos, dependiendo de la posición desde la que se efectúa el tiro a canasta, o de uno, si se trata de un tiro libre por una falta de un jugador contrario.

<b>1. El Básquetbol es:</b> a) Una actividad recreativa. b) Un deporte individual. c) Un deporte sin oposición. d) Un deporte con oposición.	<b>2. Jugadores total en cancha:</b> a) 10 jugadores. b) 5 jugadores. c) 6 jugadores. d) 11 jugadores.	<b>3. Es un deporte con OPOSICIÓN ya que:</b> a) Hay un solo equipo. b) Hay 2 equipos. c) Hay un balón. d) Hay un árbitro.
<b>4. El aro se encuentra a:</b> a) 3,05 metros del suelo. b) 4 metros del suelo. c) 6 metros del suelo. d) 3 metros del suelo.	<b>5. El objetivo del juego es:</b> a) Golpear el balón. b) Encestar el balón. c) Patear el balón. d) Botear el balón.	<b>6. Tiempo total de juego:</b> a) 90 minutos. b) 40 minutos. c) 30 minutos. d) 10 minutos.

**\*Actividad 2:** Reconocer e indagar sobre **Fundamentos técnicos del básquetbol** y su utilidad.

**Instrucciones:** Leer descripción del Fundamento técnico y responder.

<b>*BOTE:</b> Ejecución técnica que se realiza con una mano (se puede alternar o cambiar de mano). Acción de enviar el balón al suelo con el objetivo de que vuelva hacia la misma mano o la otra.		
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Puedo botear con ambas manos al mismo tiempo.</li> <li>b) Puedo utilizar los pies.</li> <li>c) Puedo botear con una mano.</li> <li>d) Puedo botear con los codos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Me sirve para lanzar.</li> <li>b) Me sirve para avanzar.</li> <li>c) Me sirve para golpear.</li> <li>d) Me sirve para hacer un punto.</li> </ul>	<b>Nombrar un tipo de Bote:</b>

<b>*PASE:</b> Ejecución técnica que se realiza con una o las dos manos. Acción de enviar el balón hacia un compañero de equipo.		
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Puedo pasar con los pies.</li> <li>b) Puedo pasar con la cabeza.</li> <li>c) Puedo pasar con el pecho.</li> <li>d) Puedo pasar con las manos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Me sirve para lanzar.</li> <li>b) Me sirve para hacer un punto.</li> <li>c) Me sirve para lucirme.</li> <li>d) Me sirve para jugar en equipo.</li> </ul>	<b>Nombrar un tipo de Pase:</b>

<b>*LANZAMIENTO:</b> Ejecución técnica que se realiza con una mano (derecha o izquierda). Acción de enviar el balón hacia la canasta o aro.		
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Asegura un punto.</li> <li>b) Asegura un pase.</li> <li>c) Asegura un bote.</li> <li>d) Eleva la posibilidad de encestar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Puedo lanzar con ambas manos.</li> <li>b) Puedo lanzar con la cabeza.</li> <li>c) Puedo lanzar desde fuera de la cancha.</li> <li>d) Puedo lanzar con una mano.</li> </ul>	<b>Nombrar un tipo de Lanzamiento:</b>

**ENVIAR respuestas de la guía n°10 a:**

**\*Correo Institucional Profesor:** [leonardo.meneses@colegio-moisismussa.cl](mailto:leonardo.meneses@colegio-moisismussa.cl) (respuestas escritas en documento de Word o fotografía scaneada de la guía) o al

**\*WhatsApp Educación Física y salud:** +569 20672798 (fotografías de la guía resuelta).