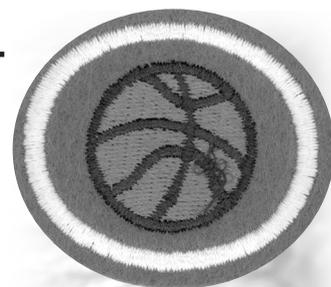


Baloncesto



1. Conocer las normas básicas del baloncesto.
2. ¿Cuál es el significado de un “buen espíritu deportivo?”
3. Definir los siguientes términos:

a. Fallo de tiro/balón al aire	aa. Robar el balón
b. Tablero	bb. Faltas del equipo
c. Cancha de defensa	cc. Atrapar
d. Cancha de ataque	dd. Caminar
e. Línea de fondo	ee. Pase contrario
f. Bloqueo	ff. Defensa en la zona
g. Pase de balanceo	gg. Centro
h. Doble rebote	hh. Delanteros
i. Regatear	ii. Guardias o escoltas
j. Finta	jj. Tiro de salto
k. Rápido rompimiento	kk. Ponerla (con rebote en la cesta)
l. Tira a tabla	ll. Tiros libres fallos (tiros de campo)
m. Fuera por faltas	mm. Clavarla
n. Pasar y cortar	nn. Tiro de gancho
o. De entrada	oo. Tiro libre
p. Falta intencional	pp. Falta personal
q. Balón en suspensión	qq. Cargar
r. La botella	rr. Bloquear
s. Falta técnica	ss. Falta técnica
t. Hombre a hombre	tt. Violación de tres segundos
u. Uno y uno	uu. Regla de cinco segundos
v. Perímetro	vv. Regla de diez segundos
w. Bloqueo	ww. Violación de regreso de media cancha
x. Presión	xx. Violación de entrada
y. Rebote	yy. Liga
z. Tiro de reloj	zz. Tiro de tres puntos
4. Demostrar comprensión de las diferentes habilidades requeridas en cada posición.
5. Demostrar habilidad razonable en las siguientes áreas:
 - a. Tiro libre desde la línea de tiro.
 - b. Tiro de diferentes posiciones en torno a la cesta
 - c. Rebote
 - d. Pase
6. Pasar al menos 4 horas ayudando a una persona con menos habilidad o más joven a mejorar sus habilidades.
7. Jugar al menos 5 juegos en familia o con amigos. Mostrar buen espíritu deportivo durante la práctica y juegos.
8. Escribir una página de un informe sobre un famoso jugador de baloncesto. Discutir por qué es o no es un buen modelo cristiano.
9. Discutir con su líder de conquistadores, pastor o maestro los problemas que enfrentan los Jóvenes Adventistas del Séptimo día, considerando el deporte en la escuela secundaria, preparatoria y la universidad. ¿Qué alternativas hay, que permiten la continuación de la actividad en los deportes?
10. Hacer un dibujo a escala de una cancha de baloncesto debidamente diseñada.

Actividades recreacionales
División Norteamericana
Edición 2001

Nivel de destreza 1

Especialidad original 1999