

Basketball



1. Know the basic rules of basketball.

1. Conozca las reglas básicas del baloncesto. Ir a la siguiente liga

http://es.wikipedia.org/wiki/Baloncesto#Reglas_internacionales_de_baloncesto

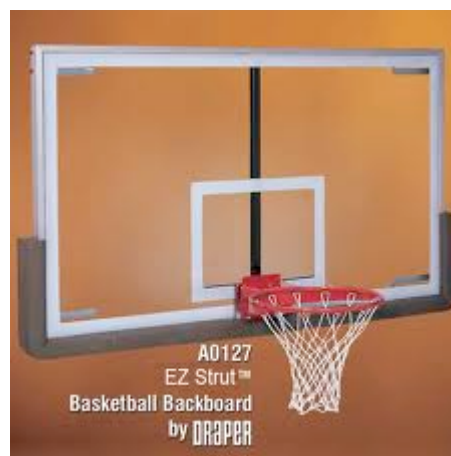
2. What is the meaning of "Good Sportsmanship?"

2. ¿Cuál es el significado de "buena deportividad?" se traduce en un jugador que no realiza trampa, jugador bien intencionado que busca jugar limpio.

3. Define the following terms:

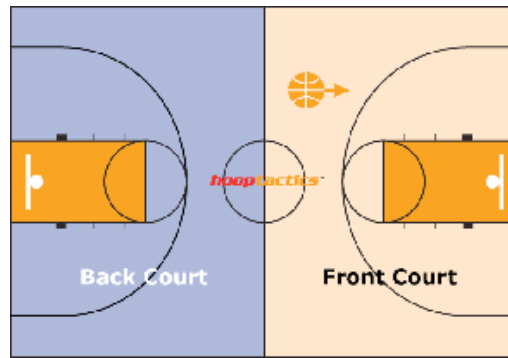
3. Define los siguientes términos:

a. Air ball, balón al aire= es cualquier lanzamiento a canasta que ni siquiera toca el aro, tablero ni la red.



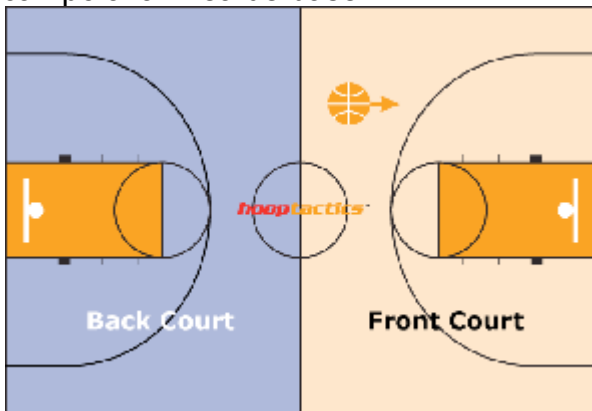
b. Backboard, tablero=

c. Back court, cancha= se usa para designar el área detrás de la línea de media cancha. Una vez que el balón se introduce a través de la línea de medio campo en el campo de ataque, no puede volver atrasa.

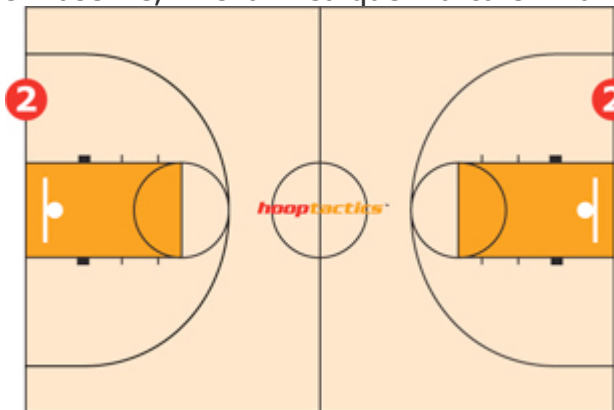


El término

d. Front court, cancha= de cancha frontal se utiliza para denotar el extremo ofensivo de la cancha de la línea de en medio campo a la línea de base.



e. Baseline,= Es la línea que marca el final de la cancha.



f. Block, bloqueo= En [baloncesto](#), el **tapón** (también llamado *bloqueo* o más coloquialmente *gorro*, *sopa*, *gardeo*) ocurre cuando un jugador defensivo desvía el tiro de un jugador ofensivo del equipo contrario legalmente, sin tocar al jugador ofensivo.

g. Bounce pass, pase picado= El pase de picado es una técnica fundamental y muy eficaz que pasa. Este paso consiste en que un jugador pasa el balón a un compañero de equipo, haciendo rebotar la pelota en el piso con gran energía. <http://www.youtube.com/watch?v=CmoNhCwUd98>

h. Double dribble= <http://www.youtube.com/watch?v=0ixMTQNWsk4>

i. Dribbling= En baloncesto, el dribbling es el método legal de avanzar el balón por uno mismo. Se trata de rebotar la pelota en el suelo continuamente al caminar o correr por la cancha.

<http://www.youtube.com/watch?v=kSpKOY02yCQ&feature=relmfu>

j. Fake, fintas, engaños= <http://www.youtube.com/watch?v=b4Vcl1SVVEs>,
<http://www.youtube.com/watch?v=eJbNiXVfOJU>

k. Fast break, rompimiento, contraataque=Fast Break es una estrategia ofensiva en el baloncesto. En un contraataque, un equipo intenta mover el balón hasta la cancha contraria y en posición de anotar lo más rápido posible, por lo que la defensa es superada en número y no tiene tiempo para defender. <http://www.youtube.com/watch?v=g-qFRo0mpCg>

l. Field Goal, canasta de campo= En baloncesto, el gol de campo se refiere a una cesta anotó en cualquier tiro o toque que no sea un tiro libre, vale por dos o tres puntos en función de la distancia del intento de la canasta.

m. Fouled out,falta= En baloncesto, una falta es una violación de las reglas que se refiere el contacto personal ilegal con un oponente.

n. Give and go,= es un juego ofensivo que consiste en pasar el balón (dar) y luego ejecutar(ir) a un lugar abierto a recibir el balón, por lo general cerca de la canasta, para una puntuación fácil.

http://www.youtube.com/watch?v=HFK_w4SeAu0

Intentional Foul, Faltas

Falta personal Cuando un jugador contacta **ilegalmente** con un adversario y le causa una desventaja u obtiene una ventaja del contacto, se sanciona falta personal.

Falta en ataque

Se produce cuando un jugador cuyo equipo tiene control de balón comete una falta personal al empujar o chocar contra el torso de un jugador que en posición legal de defensa (Ambos pies en contacto con el suelo, encarado al atacante, dentro de su cilindro y pudiéndose desplazar lateralmente y hacia atrás, no hacia delante). Si ese contacto causa una desventaja al defensor se sanciona falta del equipo con control de balón (falta en ataque).

Falta antideportiva Una falta antideportiva es una falta de jugador que implica contacto y que, a juicio del árbitro, no constituye un esfuerzo legítimo de jugar directamente el balón dentro del espíritu y la intención de las reglas o bien, el contacto es de brusquedad excesiva. Se sanciona con dos tiros libres y posesión para el equipo contrario.

Falta técnica

Falta a un jugador o de un miembro del banquillo que no implica contacto, sino falta de cooperación o desobediencia deliberada o reiterada al espíritu de las reglas.

Falta descalificante

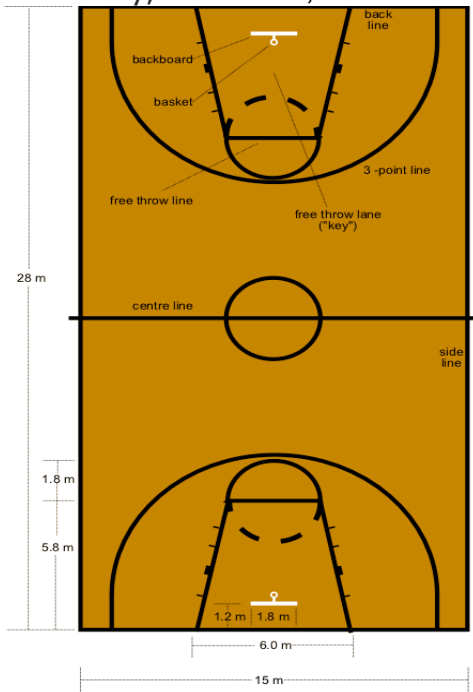
Una falta descalificante es cualquier infracción antideportiva flagrante de un jugador, sustituto, jugador excluido, entrenador, ayudante de entrenador o acompañante de equipo que deberá abandonar el campo y no podrá establecer contacto visual con el mismo durante el resto del partido.

q. Jump ball = Un salto es un método utilizado para iniciar o reanudar el



juego en el baloncesto.

r. The Key, = La clave, oficialmente conocido como línea de tiro libre



s. Man to man, defense hombre a hombre=

<http://www.youtube.com/watch?v=LE996BqAOVI>

Perimeter= Por lo general, pintado (aunque sin pintura en algunas canchas con perímetros pintado), es un área crítica en la

cancha, donde gran parte de la acción tiene lugar en un juego.

Pick,= En baloncesto, la selección y el pop es un juego ofensivo que es un derivado del pick and roll clásico. En vez de rodar hacia la canasta, sin embargo, el jugador se mueve el ajuste de selección para un área abierta de la corte para recibir un pase del llevador y "aparece" un tiro en suspensión.

<http://www.youtube.com/watch?v=lu8JCLupONw>

Press= Una presión en toda la cancha de baloncesto es un término que se refiere a un estilo defensivo en el que se aplica la defensa hombre a hombre o una defensa en zona para presionar al equipo a la ofensiva de toda la longitud de la cancha antes y después del paso de entrada. <http://www.youtube.com/watch?v=8ECEu8AeItE>

Rebound, rebote = es el acto de éxito de ganar la posesión de la pelota después de un tiro de campo fallado o tiro libre.

<http://www.youtube.com/watch?v=AYyAJ7Q3FgM>

Shot Clock, Reloj de tiro= En baloncesto, el reloj de tiro es un contador de tiempo diseñado para aumentar el ritmo (y, en consecuencia, el resultado [1]) en los juegos. El equipo atacante debe intentar un tiro de campo antes de que el reloj de tiro expira, y la pelota debe entonces o tocar el aro o entrar en la canasta, o el equipo a la ofensiva cometerá una violación que resulta en la pérdida de la posesión.



Steal, robo= En baloncesto, un robo se produce cuando un jugador defensivo controla legalmente la ganancia de la bola de un jugador ofensivo.



Team Fouls, falta de equipo= Cuando un equipo (en general) ha cometido cuatro faltas en un periodo, todas las siguientes faltas personales por parte de los jugadores de ese equipo será sancionado por el equipo contrario por 2 tiros libres.

Trap, trampa= La defensa de la trampa es otra forma de intentar crear un cambio de posición de balón durante un partido de baloncesto.

Traveling, caminando= En baloncesto, viajar es una violación de las reglas que se produce cuando un jugador sostiene el balón ilegalmente se mueve uno o ambos de sus pies. Por lo general, un jugador viaja en forma ilegal para mover el pie de pivote o tomar demasiados pasos sin botar el balón.

Viajar a veces también se llama "caminar" o "pasos".

Turnover, cambio= En baloncesto, un cambio de posición de balón se produce cuando un jugador de un equipo da la posesión a un miembro del equipo contrario al perder el balón.

Zone Defense, defensa de zona= cada defensor zona es responsable de la vigilancia de un área del piso, o "zona", y cualquier jugador atacante que entra en esa zona. Los defensores de la zona se mueven de su posición en relación con el desplazamiento del balón.

Center, centro= El centro suele ser el jugador más alto en el equipo, y tiene a menudo una gran cantidad de fuerza y masa corporal también. Un típico centro de la NBA es 6'9 "o más alto.

Forwards, alero= Más específicamente, se pueden clasificar en las cinco posiciones: armador, escolta, alero, ala-pivote, y el centro.

Guards, base= El base es esencialmente el capitán del equipo, y su trabajo consiste en aumentar la eficiencia del equipo y para repartir asistencias.

Jump shot, saltando tirando= es un intento de convertir una canasta saltando, por lo general hacia arriba, ya mediados de salto, impulsando la pelota en un arco en la canasta.

Lay up,= es un intento de lanzamiento de dos puntos hecha por saltar desde abajo, cerca de la canasta, y con una sola mano para rebotar en el tablero y en la canasta.

Un tiro del bank es un disparo que se basa en el rebote del balón en el tablero y hay anotación en la canasta.

Dunk, clavada= donde un jugador golpea el balón con la mano (s) el aro.

Hook shot, tiro de gancho.

Free throw, tiros libres= generalmente se concede después de una falta sobre el tirador del equipo contrario.

Personal foul, foul personal= es una violación de las reglas que se refiere a un contacto ilegal personal con uno ponente.

Charging, empujando= contacto ilegal, empujando o moviéndose hacia el torso de otro jugador.

Blocking, tapa= se produce cuando un jugador defensivo desvía legalmente un intento de tiro de campo.

Technical foul= la falta técnica más común es por conducta antideportiva. las faltas técnicas pueden en contra de los jugadores, el personal del banco, o incluso todo el equipo.

Three second violation, violaci3n de 3 segundos= La clave est1 en una zona restringida en la que los jugadores pueden quedarse s3lo una cantidad limitada de tiempo. En todos los niveles, un equipo a la ofensiva (en posesi3n de la pelota) est1 prohibido permanecer dentro de la llave durante m1s de tres segundos, despu3s de tres segundos, el jugador ser1 llamado con una violaci3n de tres segundos que se traducir1 en un cambio de posici3n de bal3n.

Five second rule, regla de los 5 segundos= un equipo en un saque de banda cuenta con un total de cinco segundos para lanzar el bal3n hacia la cancha.

Ten second rule, regla de los 10 segundos= La regla de que un equipo, despu3s de haber ganado el control de la pelota en su zona de defensa propia, debe cruzar la l3nea de centro dentro de diez segundos. De no hacerlo es una violaci3n.

Back court violation, violaci3n de regresando= un jugador atacante con el bal3n no puede cruzar de nuevo la l3nea de medio campo una vez que 3l o ella ha avanzado la pelota m1s all1 de ella.

League, Ligas= NBA, FIBA, etc.

Three point shot, tiro de 3 puntos=

4. Demonstrate an understanding of the different skills required at each position. . Demostrar una compresi3n de las diferentes habilidades necesarias en cada posici3n.

http://es.wikipedia.org/wiki/Baloncesto#Posiciones_de_un_equipo_de_balonc esto

5. Demonstrate reasonable skill in the following areas:

Demostrar habilidad razonable en las siguientes 1reas

a. Shooting from the free throw line.

http://www.youtube.com/watch?v=_Cyw6sJAEUY

b. Shooting from different positions around the basket

<http://www.youtube.com/watch?v=9gidw3-5aVs>

c. Dribbling <http://www.youtube.com/watch?v=vcWeIYyCHbk&feature=fvst>

d. Passing <http://www.youtube.com/watch?v=QlXrXFHfGMc>

6. Spend at least 4 hours helping a less skilled or younger player improve their skills. Pasar por lo menos 4 horas ayudando a un jugador menos calificado o joven a mejorar sus habilidades.
7. Play at least 5 games with family or friends. Show good sportsmanship during your practice and games. Juega al menos 5 juegos con familia o con amigos. Muestre juego limpio durante su práctica y juegos.
8. Write a one page report on a famous basketball player. Discuss why they are or are not a good Christian role model. Escriba un informe de una página de un famoso jugador de baloncesto. Discutir por qué son o no son un buen modelo cristiano.
9. Discuss with your Pathfinder leader, pastor or teacher the problems facing a Seventh-day Adventist youth considering sports in Jr. High, High School and college. What alternatives are there that allows for continued activity in sports. Hable con su líder de Conquistadores, pastor o maestro de los problemas que enfrenta un joven adventista del séptimo día que participa en los deportes en Jr. High, High School y la universidad. ¿Qué alternativas existen que permite la continua actividad en los deportes?
10. Make a scale drawing of a basketball court properly laid out. Hacer un dibujo a escala de una cancha de baloncesto correctamente establecida.

Skill Level 1

Nivel de habilidad 1