



Taller de Básquetbol Semana 12

Profesor : Gonzalo Aránguiz Osorio

Hola Básquetbolistas iniciamos una nueva clase

- Con la finalidad de mantenernos físicamente activos, es que cada semana iré subiendo video de actividades para el desarrollo técnico de básquetbol.
- Recuerda tomar las medidas higiénicas necesarias para no tener inconvenientes en la practica de este deporte.
- *Antes de comenzar: recordar que la clase anterior trabajamos manejo y dominio de balón.*

Materialles



Objetivo de la semana.

- Realizar ejercicios que logren desarrollar el dominio y control del balón.

Control o dominio del balón en el baloncesto

Dominio del balón. Es una Técnica que permite dominar la Pelota o balón para que vaya adonde la persona desee. Requiere de mucha práctica y tenacidad.

Practica los siguientes ejercicios.

- Comienza para calentar con las actividades del video anterior
- <https://www.youtube.com/watch?v=WpsImpLU7RE>

- Continua con las actividades de manejo de dificultad media
- <https://www.youtube.com/watch?v=j34AEjKaEIQ>

Para finalizar

- Si los ejercicios aun no te resultan, **recuerda que debes practicar** muchas veces estas actividades y las anteriores.

¡Te felicito se que has realizado un muy Buen trabajo!



- ESCRIBEME AL CORREO gonzalo.aranguiz@colegio-auroradechile.cl para saber que estas participando del taller