



# Taller de Básquetbol Semana 11

Profesor : Gonzalo Aránguiz Osorio

# Hola Basquetbolistas iniciamos una nueva clase

- Antes de comenzar:
- 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.

# Objetivo

- 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=xsXQjRnzMCM>
- Continúa con las actividades de manejo de dificultad media

<https://www.youtube.com/watch?v=WpsImpLU7RE>

Recuerda que debes practicar muchas veces estas actividades y las anteriores.

¡Buen trabajo!

ESCRIBEME AL CORREO [gonzalo.aranguiz@colegio-auroradechile.cl](mailto:gonzalo.aranguiz@colegio-auroradechile.cl) para saber que estas participando del taller