

CONOCIENDO LOS DEPORTES

En la unidad didáctica que nos ocupa estamos aprendiendo aspectos relacionados con los deportes. Uno de los aspectos más importantes es conocer los conceptos de técnica y táctica deportiva.

TÉCNICA Y TÁCTICA DEPORTIVA

La **técnica deportiva** es la parte visible de la realización de una habilidad o destreza, es decir, saber realizar un pase, saber botar, lanzar, golpear, saltar, etc. Para ello es necesario pasar por un proceso de aprendizaje que te lleve a dominar cada una de las habilidades técnicas del deporte que te guste o tengas necesidad de practicar.

Por ejemplo, las habilidades necesarias para jugar al baloncesto pueden ser el bote, el pase, el dribling, el lanzamiento, el rebote o pivotar.

Por su parte, la **táctica deportiva** nos ayuda a decidir correctamente cuando usar las habilidades que sabemos realizar. Por ejemplo, cuando es mejor pasar que regatear o cuando es mejor lanzar que conducir el balón hasta otro lugar.

Por tanto, si sabemos pasar, pero no sabemos cuando hacerlo, o si sabemos regatear, pero siempre intentamos realizar un regate aunque haya compañeros mejor ubicados en el terreno de juego para seguir con la posesión del balón, significará que nos estamos jugando correctamente y, aunque somos muy buenos técnicamente, no actuamos con conocimiento táctico en el juego.

Una vez leído esto, ¿qué crees que es más importante, tener mucha habilidad técnica o mucho conocimiento táctico?.

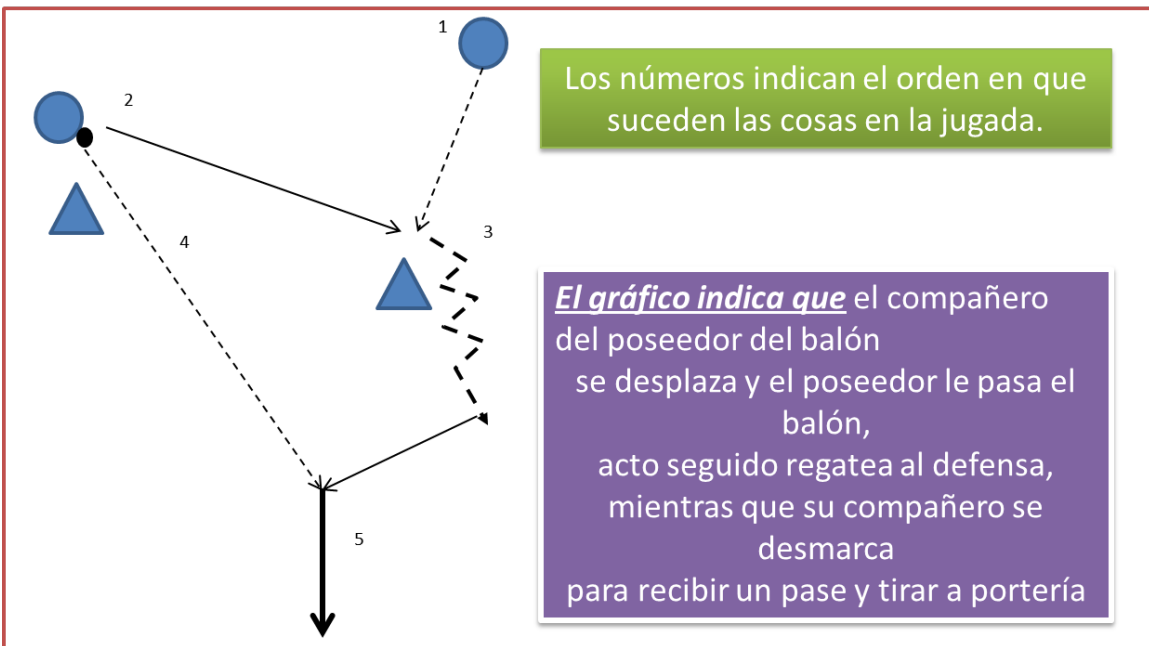
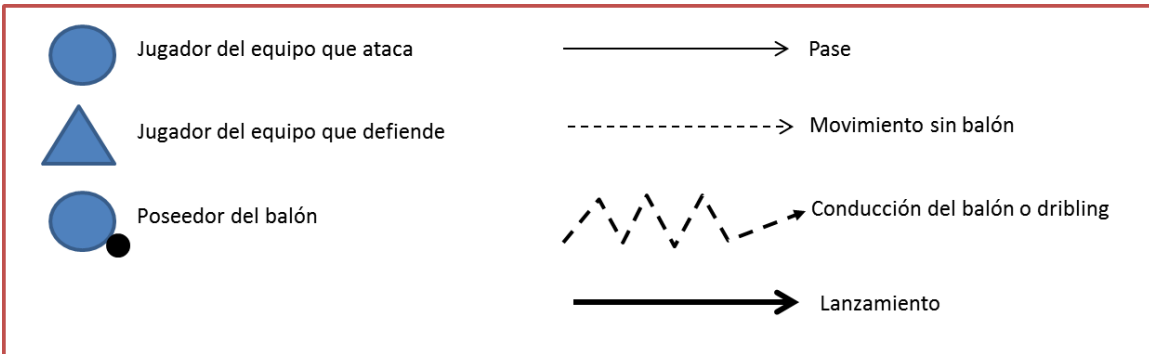
Evidentemente, lo mejor es dominar las habilidades y tener el conocimiento táctico para saber cuando utilizarlas.

FASES DEL JUEGO

Todos los juegos deportivos de equipo tienen **dos fases**, una de **ataque**, que es cuando el equipo está en posesión del balón y, por tanto intenta conseguir punto y, fase de **defensa**, que es cuando el equipo no tiene el balón, intenta que el rival no consiga punto y recuperar el balón.

REPRESENTAR JUGADAS MEDIANTE GRÁFICOS

Uno de los aspectos más importantes para el conocimiento de los deportes es saber interpretar sus jugadas. Para ello los entrenadores utilizan una simbología especial, que es la que puedes ver en el siguiente recuadro.



Los números indican el orden en que suceden las cosas en la jugada.

El gráfico indica que el compañero del poseedor del balón se desplaza y el poseedor le pasa el balón, acto seguido regatea al defensa, mientras que su compañero se desmarca para recibir un pase y tirar a portería

Has de estudiar los anteriores contenidos, pues serán preguntados en el examen. Igualmente, te puedo pedir que representes gráficamente una jugada que te describa en un texto, o bien que una jugada representada en un gráfico la expliques.