



| Planeación didáctica por propósito formativo | | | |
|--|--|---|--------------------------------------|
| Nombre de la escuela | ESCUELA PREPARATORIA OFICIAL NUMERO 28 | Nombre de la Asignatura | ACTIVIDADES FISICAS Y DEPORTIVAS III |
| Semestre | TERCERO | Grupo | II Y III |
| Meta de Aprendizaje | | | |
| Desarrolla hábitos conscientes y reflexivos en torno a la actividad física y deportiva, como medio para el desarrollo integral, una conciencia crítica. | | | |
| Propósito Formativo | | Contenidos Formativos | |
| Participa en actividades deportivas como un derecho fundamental que favorece su desarrollo físico y emocional, y promueve la convivencia respetuosa en la diversidad y otras formas de vinculación y disfrute de su propio cuerpo. | | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Derecho a participar en actividades físicas y deportivas ▪ Beneficios del deporte para la salud la convivencia ▪ Métodos novedosos de entrenamiento de la condición física. ▪ Rutinas de acondicionamiento físico general | |
| Actividades de aprendizaje | | Actividad de aprendizaje 1. Historia del Basquetbol Actividad de aprendizaje 2. Reglamento del Basquetbol Actividad de aprendizaje 3 Fundamentos técnicos del Basquetbol. | |
| Objetivo de las actividades de aprendizaje | | Objetivo de la Actividad Didáctica: El alumno debe conocer la historia, creación y lugar donde se inició el Basquetbol Objetivo de la Actividad Didáctica: El alumno debe conocer y aplicar las reglas básicas para ejecutar el juego del Basquetbol Objetivo de la Actividad Didáctica: El alumno debe conocer y ejecutar los diferentes fundamentos técnicos encaminados a la práctica y enseñanza del Basquetbol de manera individual y colectiva. | |



"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".

| Desarrollo de las actividades didácticas (aprendizaje, enseñanza y evaluación) | | | | | |
|---|---|--|-----------------------|---------------------------|----------|
| Actividad 1. Historia del Basquetbol | Instrumento(s) de evaluación | Recursos didácticos | Responsable | Escenario | Duración |
| El grupo investiga y comparte información sobre el origen y evolución del Basquetbol en distintas culturas. Se realiza una exposición breve en equipos y se elabora una línea del tiempo ilustrada. | Lista de cotejo (participación, organización del equipo, calidad de información) | Pizarrón, carteles, marcadores, proyector, hojas de papel, internet. | Docente y estudiantes | Aula o espacio multimedia | 50 min. |
| Actividad 2. Reglamento del Basquetbol | Instrumento(s) de evaluación | Recursos didácticos | Responsable | Escenario | Duración |
| El docente explica las reglas oficiales y variantes del juego. El alumnado analiza ejemplos de situaciones reales para identificar infracciones, puntuación y seguridad. Posteriormente, se realiza una simulación del reglamento sin juego físico. | Cuadro comparativo de reglas + lista de cotejo (comprensión del reglamento y cumplimiento de normas). | Presentación digital, silbato, carteles con reglas, rotafolio. | Docente y estudiantes | Cancha o aula amplia | 50 min. |
| Actividad 3 Fundamentos técnicos del Basquetbol | Instrumento(s) de evaluación | Recursos didácticos | Responsable | Escenario | Duración |
| Demostración práctica de lanzamientos, atrapadas, desplazamientos. Se forman equipos y se realizan ejercicios por estaciones para practicar cada fundamento técnico. | Rúbrica de desempeño (ejecución técnica, coordinación, actitud y trabajo en equipo). | Balones, conos, cronómetro, chalecos de colores, área delimitada. | Docente y estudiantes | Cancha deportiva | 50 min. |

Referencias bibliográficas/electrónicas

De los Santos, A. (2008). Fundamentos del básquetbol. La Plata. Edición del autor. 2º edición. 180 págs.

Hours, G. y Orlandoni J. (2007). Básquetbol, la enseñanza por conceptos. Trabajo Final Seminario Interno de las cátedras Educación Física 1 y 2, Profesorado y Licenciatura en EF. FaHCE-UNLP. Inédito.

Orlandoni, J. (2000). Cuadernillo de trabajo para entrenadores. Curso de capacitación en básquetbol. Inédito.

Ramsay, J. (1998). Básquetbol a presión. Buenos Aires, Stadium.

Reglamento de Básquetbol FIBA, vigente.

Saldaña, G. (2016). La defensa individual. Texto de circulación interna de cátedra. Inédito.

| Elaboró |
|-------------------------------------|
| |
| Mtro. Fernando Uriel Romero Cabrera |

| Revisó |
|--|
| |
| Subdirector Académico. Mtro. Adrián Andrade Almanza |





"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".

| Planeación didáctica por propósito formativo | | | | | |
|--|--|--|----------------------------------|-----------|----------|
| Nombre de la escuela | ESCUELA PREPARATORIA OFICIAL NUMERO 28 | Nombre de la Asignatura | ACTIVIDADES FISICAS Y DEPORTIVAS | | |
| Semestre | TERCERO | Grupo | II Y III | | |
| Meta de Aprendizaje | | | | | |
| Desarrolla hábitos conscientes y reflexivos en torno a la actividad física y deportiva, como medio para el desarrollo integral, una conciencia crítica. | | | | | |
| Propósito Formativo | | Contenidos Formativos | | | |
| Participa en actividades deportivas como un derecho fundamental que favorece su desarrollo físico y emocional, y promueve la convivencia respetuosa en la diversidad y otras formas de vinculación y disfrute de su propio cuerpo. | | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Derecho a participar en actividades físicas y deportivas ▪ Beneficios del deporte para la salud la convivencia ▪ Métodos novedosos de entrenamiento de la condición física. ▪ Rutinas de acondicionamiento físico general | | | |
| Actividades de aprendizaje | | Actividad de aprendizaje 1. Aplicación de un circuito de ejercicios basados en la demostración y habilidades encaminadas al Basquetbol Actividad de aprendizaje 2. Técnicas del Basquetbol Actividad de aprendizaje 3 Elementos del Basquetbol | | | |
| Objetivo de las actividades de aprendizaje | | Objetivo de la Actividad Didáctica: El alumno debe conocer la Aplicación de un circuito de ejercicios basados en la demostración y habilidades encaminadas al Basquetbol. Objetivo de la Actividad Didáctica: El alumno debe conocer y aplicar las Técnicas del Basquetbol Objetivo de la Actividad Didáctica: El alumno debe conocer Elementos del Basquetbol | | | |
| Desarrollo de las actividades didácticas (aprendizaje, enseñanza y evaluación) | | | | | |
| Actividad 1. Aplicación de un circuito de ejercicios basados en la demostración y habilidades encaminadas al Basquetbol | Instrumento(s) de evaluación | Recursos didácticos | Responsable | Escenario | Duración |





"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".

| | | | | | |
|---|--|---|------------------------------|-------------------------|------------------------|
| <p>El docente diseña un circuito con estaciones que trabajan fuerza, coordinación, velocidad y precisión. Se realiza una demostración de cada estación y posteriormente el grupo participa en rotación por tiempos determinados.</p> | <p>Rúbrica de desempeño (ejecución correcta de movimientos, esfuerzo, actitud, cooperación).</p> | <p>Cancha de basquetbol. Balones basquetbol. Tableros de basquetbol. Material humano Silbatos. Conos.</p> | <p>Docente y estudiantes</p> | <p>Cancha</p> | <p>50 min.</p> |
| <p>Actividad 2. Técnicas del Basquetbol</p> | <p>Instrumento(s) de evaluación</p> | <p>Recursos didácticos</p> | <p>Responsable</p> | <p>Escenario</p> | <p>Duración</p> |
| <p>Explicación y práctica guiada de las principales técnicas: Circuito (técnica del bote individual y en parejas) Técnica de la recepción, Técnica del pase (pecho, picado, arriba, a dos manos) Técnica del tiro con entrada a la canasta. Técnica del rompimiento rápido El docente muestra cada técnica y los estudiantes la replican de manera individual y en parejas. Ejecución y técnicas de los diferentes tipos de bote: 1.- Alto. 2.- Medio. 3.- Bajo 4.- zig-zag 5.- dribling 6.- Pie pivote. 7.- protección 1vs1.</p> | <p>Lista de cotejo (precisión en ejecución técnica, control del balón, coordinación).</p> | <p>Cancha de basquetbol. Balones basquetbol. Tableros de basquetbol. Material humano Silbatos. Conos.</p> | <p>Docente y estudiantes</p> | <p>Cancha</p> | <p>50 min.</p> |
| <p>Actividad 3 Elementos del Basquetbol</p> | <p>Instrumento(s) de evaluación</p> | <p>Recursos didácticos</p> | <p>Responsable</p> | <p>Escenario</p> | <p>Duración</p> |
| <p>Identificación y análisis de los elementos esenciales del juego: espacio, balón, número de jugadores, roles, y estrategias básicas. Los estudiantes elaboran un esquema visual o infografía grupal para representar los elementos y su función.</p> | <p>Guía de observación y producto gráfico (infografía o esquema evaluado mediante rúbrica).</p> | <p>Cartulinas, marcadores, rotafolio, proyector (opcional), imágenes del juego.</p> | <p>Docente y estudiantes</p> | <p>Cancha</p> | <p>50 min.</p> |





Referencias bibliográficas/electrónicas

De los Santos, A. (2008). Fundamentos del básquetbol. La Plata. Edición del autor. 2° edición. 180 págs.
Hours, G. y Orlandoni J. (2007). Básquetbol, la enseñanza por conceptos. Trabajo Final Seminario Interno de las cátedras Educación Física 1 y 2, Profesorado y Licenciatura en EF. FaHCE-UNLP. Inédito.
Orlandoni, J. (2000). Cuadernillo de trabajo para entrenadores. Curso de capacitación en básquetbol. Inédito.
Ramsay, J. (1998). Básquetbol a presión. Buenos Aires, Stadium.
Reglamento de Básquetbol FIBA, vigente.
Saldaña, G. (2016). La defensa individual. Texto de circulación interna de cátedra. Inédito.

Elaboró

Mtro. Fernando Uriel Romero Cabrera

Revisó

Subdirector Académico.
Mtro. Adrián Andrade Almanza

