



## REQUISITOS:

- 1 Conocer las normas básicas del baloncesto.
- 2 Cuál es el significado de un «buen espíritu deportivo»?
- 3 Definir los siguientes términos:

a. Balón al aire	q. Balón en suspensión	ag. Delanteros
b. Tablero	r. La botella	ah. Guardias o escoltas
c. Cancha de defensa	s. Falta técnica	ai. Tiro de salto
d. Cancha de ataque	t. Hombre a hombre	aj. Bandeja
e. Línea de fondo	u. Uno y uno	ak. Mate
f. Bloqueo	v. Perímetro	al. Tiro de gancho
g. Pase de balanceo	w. Presión	am. Tiro libre
h. Doble rebote	x. Rebote	an. Falta personal
i. Regatear	y. Tiro de reloj	ao. Bloquear
j. Finta	z. Robar el balón	ap. Falta técnica
k. Rápido rompimiento	aa. Faltas del equipo	aq. Violación de 3 segundos
l. Tira a tabla	ab. Atrapar	ar. Regla de cinco segundos
m. Fuera por faltas	ac. Caminar	as. Regla de diez segundos
n. Pasar y cortar	ad. Pase contrario	at. Violación de entrada
o. De entrada	ae. Defensa en la zona	au. Liga
p. Falta intencional	af. Centro	av. Tiro de 3 puntos
- 4 Demostrar comprensión de las diferentes habilidades requeridas en cada posición.
- 5 Demostrar habilidad razonable en las siguientes áreas:
  - a. Tiro libre desde la línea de tiro
  - b. Tiro de diferentes posiciones en torno a la cesta
  - c. Rebote
  - d. Pase
- 6 Pasar al menos 4 horas ayudando a una persona con menos habilidad o más joven a mejorar sus habilidades.
- 7 Jugar al menos 5 juegos en familia o con amigos. Mostrar buen espíritu deportivo durante la práctica y juegos.
- 8 Escribir una página de un informe sobre un famoso jugador de baloncesto. Discutir por qué es o no es un buen modelo cristiano.
- 9 Discutir con su líder de Conquistadores, pastor o maestro los problemas que enfrentan los jóvenes adventistas, considerando el deporte en la escuela secundaria, preparatoria y la universidad. ¿Qué alternativas hay que permiten la continuación de la actividad en los deportes?
- 10 Hacer un dibujo a escala de una cancha de baloncesto debidamente diseñada.