

EDUCACIÓN FÍSICA.

Alumn@:



BALONCESTO



***Lee de forma comprensiva y pincha sobre la respuesta correcta de entre las opciones que aparecen en las siguientes preguntas (sólo hay una correcta):**

1.-Siempre antes de jugar al baloncesto debes calentar para evitar lesiones, las más frecuentes son las de:

- a.-Los brazos.
- b.-Las muñecas y los tobillos.
- c.-El cuello y la cadera.

2.-Para jugar al baloncesto necesitas:

- a.-Un balón, dos canastas y jugadores.
- b.-Un balón y una pista.
- c.-Un balón, dos canastas, otros jugadores y una pista.



3.-Para encestar se puede lanzar:

- a.-Con las dos manos.
- b.-Con una mano.
- c.-Como se quiera.

4.-Como regla del juego, una infracción es "dobles":

- a.-Se pita cuando se pasan dos veces la pelota al mismo jugador.
- b.-Se pita si se bota el balón con las 2 manos.
- c.-Se pita cuando doblas el marcador del equipo contrario.

5.-Otra regla del juego es la infracción que se llama "pasos":

- a.-Se comete la infracción cuando andamos sin botar.
- b.-Se comete la infracción cuando damos más de 5 pasos botando.
- c.-Esta infracción no existe, es de balonmano.

6.-El baloncesto es un deporte:

- a.-colectivo.
- b.-individual.
- c.-según se quiera.



7.-El objetivo del baloncesto es:

- a.-encestar más veces que el otro equipo en su canasta.
- b.-encestar el balón más veces que otro equipo en tu propia canasta.
- c.-encestar el balón en la portería más veces que el otro equipo.

8.-Para comenzar un partido de baloncesto el balón:

- a.-se lanza en un salto entre dos jugadores, uno de cada equipo, cerca de una canasta.
- b.- se lanza en un salto entre dos jugadores, uno de cada equipo.
- c.- se lanza en un salto entre dos jugadores, uno de cada equipo, dentro de un círculo central y los demás están fuera de él.

9.-En el baloncesto cuando recibes el balón puedes hacer las siguientes acciones:

- a.-pasar, botar –para poder moverte- y volver a pasar.
- b.-lanzar a canasta, botar –para poder moverte- o pasar.
- c.-pasar, andar, botar y lanzar.



10.-En el baloncesto hay que ayudar al equipo:

- a.-intentando recuperar la pelota y lanzando sólo tú a canasta.
- b.-defender y atacar para trabajar en equipo.
- c.-si tienes el balón ir botando, sin pasar a ningún compañero, y lanzar a canasta.