

# O BALONCESTO

## SECCIÓN 06 RESUMO

### ASPECTOS REGULAMENTARIOS

- O terreo de xogo
- Taboleiros e canastras
- O balón
- Os equipos
- Uniformes e indumentaria dos xogadores
- Tempo de xogo
- Balón “vivo” e balón “morto”
- Como se xoga o balón
- Valor das canastras
- Salto entre dous
- Saque
- Tiro libre
- Violacións
- Faltas
  - Persoal
  - Antideportiva
  - Descalificante
  - Técnica
- Árbitros, oficiais de mesa e comisarios

### ASPECTOS TÉCNICOS

#### EL BOTE

- Bote de protección
- Bote de velocidade

#### EL PASE

- A dúas mans
  - Por riba da cabeza
  - De peito
  - Picado
- A unha man
  - Normal
  - Picado
  - Polas costas
  - Pase de beisbol

#### EL TIRO

- Tiro libre
- En suspensión
- De gancho
- En bandexa
- Mate

### ASPECTOS TÁCTICOS

#### DEFENSA

##### *Táctica Individual*

- Defensa do xogador con balón
- Defensa do xogador sen balón

##### *Táctica colectiva*

- Defensa individual
- Defensas en zona
- Defensas mixtas

#### ATAQUE

##### *Táctica Individual*

- Xogador con balón
- Xogador sen balón

##### *Táctica colectiva*

- Ataque posicional
- Contraataque
- Xogadas ensaiadas