

UD.7 XIGANTES DO BASKET _ RÚBRICA DE AVALIACIÓN TÉCNICA

INDIC.LOGRO					EXCELENTE	MOI BEN	BEN	MELLORABLE	MOI MELLORABE
PASE					Manifesta unha excelente execución técnica (agarre lateral con pulgares enfrentados e xema dos dedos empuxando ó balón, movemento de extensión colocando os brazos extendidos, adiantando a perna do lado dominante . Executa con alta eficacia o os dous principais tipos de pases traballados (picado e de peito).Bo control da distancia, dirección e velocidade dos pases.	Manifesta boa execución técnica dos pases traballados respecto o modelo técnico formulado. Executa con boa eficacia na meirando parte das ocasións. Correcto control da distancia , dirección e velocidade dos pases	Correcta execución dos pases traballados. A súa eficacia en ocasións non é boa , pero permite que o receptor continue a secuencia de acciós. O control das distancias, dirección e velocidade dos pases en ocasións debe regularse xa que dificulta a recepción.	A execución e mellorable (non se aproxima o modelo técnico) , e isto faille perder eficacia. Dificultades para controlar as distancias, dirección e velocidade dos pases. Evidencia un déficit de practica para mellorar.	Non posúe capacidade de facer pases eficientes pois non busca executar respecto o modelo técnico formulado.
BOTE					Bota sen necesidade de mirar o balón, cos dedos abertos empuxando o balón, e con man e bonecas relaxadas. As rodllas flexionadas e con posición do tronco lixeiramente inclinada cara adiante. Manexa o bote a diferentes alturas, xa que é capaz de facer bote de desborde con cambio de mans e bote de velocidade con gran precisión.	Bota tendo que mirar o balón en ocasións , pero con boa técnica respecto o modelo técnico formulado. Manexa o bote a ambas alturas, máis cústalle manexar os ritmos/velocidades no bote.	Bota tendo que mirar o balón en moitas ocasións. A técnica é óptima pero aplica moita forza / golpea o balón e/ou ten unha posición ríxida de mans e bonecas. O bote alto manexao pero o de desborde xa non.	Posúe dificultades para botar, xa que non efectúa esta acción respecto o modelo técnico. (golpea o balón ou descoordina nos pasos de avance). A postura é incorrecta en xeral.	Posúe moitas dificultades para botar e progresar.
TIRO					Excelente mecánica de tiro en ambos tipos de tiro presentados. Boa posición de brazos (90º codo) e agarre do balón coas mans. Dominio do movemento de flexo-extensión de codos e impulso con rotación do balón e sincronización excelente na variante con impulsión dende tren inferior. Gran porcentaxe de eficacia de acerto nos tiros (4 de 8).	Moi boa mecánica de tiro en ambos tipos de tiro presentados. Dominio do movemento de flexo-extensión de codos e impulso con rotación. Algunhas dificultades na técnica de tiro en suspensión. Boa porcentaxe de tiro (2 de 8).	Correcta mecánica de tiro en ambos tipos de tiro. Debe coordinar mellor o movemento de flexo-extensión , pero impulsa con forza igualmente o lanzamento. En ocasións non aplica rotación o balón. Anota alo menos 1 tiro dos 8 .	Posúe dificultades para lanzar a canasta, xa que non efectúa a acción respecto o modelo técnico formulado (empuxa o balón coas máns e/ou descoordina na mecánica de movemento. Non mete canasta	Posúe moitas dificultades no tiro a canasta. Pois case nunca toca aro ou taboleiro.
ENTRADA A CANASTA E POSICIÓN DE TRIPLE AMEAZA					Manifesta unha excelente execución de entrada a canasta dende ambos perfís , coordinando os dous apoios de entrada a mesma, quedando en boa posición para tiro o taboleiro ou bandexa. A posición de triple ameaza é moi boa, con xeonllos flexionados e tronco inclinado cara adiante. dominio no cambio de lado por debaixo de xeonllos e dende atrás da cadeira. Executa con boa velocidade de execución.	Moi boa execución técnica dos elementos técnicos, xa que os executa na maior parte das ocasións de forma óptima. Presenta algunhas dificultades na realización dende o lado non dominante. (lado non hábil) .	Os elementos técnicos son executados de forma coorrecta en ocasións. Sobre todo debe mellorar a entrada a canasta, pois ten dificultades na coordinación dos pasos.	A execución é moi mellorable, xa que non se aproxima o modelo técnico formulado. Dificultades para controlar a distancia e coordinar os pasos na entrada a canasta(queda moi lonxe).	Non dominio os elementos técnicos de entrada a canasta e posición de triple ameaza. Non intenta facer o modelo técnico formulado.