

Tema 2 y 3.- Conozco y practico algunos deportes colectivos.

Introducción.

Como ya sabéis, existen muchos deportes, nosotros los vamos a clasificar de la manera más simple, deportes individuales, deportes colectivos y deportes de adversario. La diferencia entre ellos, va a ser que mientras en los deportes individuales son deportes, donde el deportista no tiene colaboración directa con algún compañero ni oponente, depende exclusivamente de su actuación, en los deportes colectivos existen compañeros y oponentes que intervienen directamente en el juego y en los deportes de adversario existe oponente directo.

Por ejemplo entre los deportes individuales pueden ser, el atletismo, el windsurf, el esquí, etc. Dentro de los deportes colectivos se encuentran entre otros el baloncesto, el voleibol, el hockey , etc. En los deportes de adversario destacamos el bádminton, tenis, kárate, judo, esgrima, etc.

Nosotros este curso vamos a introducirnos en algunos deportes colectivos de manera general, como son: **Voleibol y baloncesto.**

Los deportes colectivos, a su vez existen varios tipos; nosotros los vamos a clasificar en dos tipos:

- **Deportes colectivos de invasión:** En donde tanto los compañeros como los oponentes utilizan el mismo espacio o campo común. Por ejemplo el fútbol, baloncesto, etc.
- **Deportes colectivos de no invasión:** En donde los oponentes tienen un campo de actuación diferente. Por ejemplo, el voleibol.

Si recordamos del curso pasado los deportes de invasión se pueden definir como los juegos deportivos donde participan dos equipos, que juegan una contra el otro, en un espacio o campo común, y cuyo objetivo es conseguir introducir el móvil o balón en un lugar determinado (portería, canasta, línea, etc).

Por lo tanto estos deportes están compuestos por:

- Metas o porterías.
- Un campo común.
- Compañeros.

- Oponentes.
- Móvil o balón.
- Reglas que cumplir.

Estos deportes tienen unos **principios comunes de ataque y defensa**, que son los siguientes:

- | | | |
|----------------|---|---|
| Ataque | { | Conservar el balón. |
| | | Progresar con el móvil. |
| | | Marcar un tanto. |
| Defensa | { | Proteger la meta. |
| | | Evitar la progresión del móvil y oponentes. |
| | | Intentar robar el móvil. |