Colegio científico Montessori

Educación Física

Control del balón

Pablo Cesar Ulin Monroy

Existen diferentes maneras de controlar el balón de baloncesto como:

**Posición ofensiva con balón**

El balón se controla con todas las almohadillas de los dedos y la palma de la mano excepto el centro. El balón se mantiene en el centro del pecho, mientras la visión abarca todo el campo de juego

**Recepciones del balón**

En el momento de la recepción, cuando el balón toca los dedos, la mano se debe llevar hacia atrás y hacia abajo como si fuera a continuar el vuelo del balón. Para este movimiento ayuda un ligero giro o torsión del cuerpo hacia la dirección del balón

**Picado en el piso**

Si el adversario activamente impide el pase de pecho, el balón se puede pasar utilizando el piso con pase “picado”, con rebote del balón