

GLOSARIO

1. Gesto técnico

Es el movimiento corporal específico, coordinado y aprendido que permite ejecutar correctamente una acción deportiva. Representa la forma adecuada de realizar un movimiento con eficiencia, precisión y control, constituyendo la base del aprendizaje motor y del rendimiento deportivo.

2. Técnica deportiva

Es el conjunto de movimientos organizados y aprendidos que permiten realizar una actividad física o deportiva de manera correcta y eficaz. La técnica se desarrolla mediante la práctica, la repetición y la corrección, y tiene como objetivo mejorar el desempeño y reducir el riesgo de lesiones.

3. Táctica

Es el conjunto de decisiones y acciones que realiza un jugador o estudiante durante una situación de juego con el propósito de resolver un problema motriz de manera eficaz. La táctica implica el uso adecuado de la técnica en función del espacio, el tiempo, los compañeros y los adversarios.

4. Táctica ofensiva

Es el conjunto de acciones que se realizan cuando se tiene la posesión del balón o móvil, con el objetivo de avanzar, conservar el control y lograr una anotación. Incluye acciones como desplazarse a espacios libres, pasar el balón y atacar la meta contraria.

5. Táctica defensiva

Es el conjunto de acciones que se realizan cuando no se tiene la posesión del balón, con el propósito de recuperar el control, impedir el avance del adversario y proteger la meta. Incluye acciones como marcar al oponente, interceptar el balón y cubrir espacios.