

# 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.

## 6. Reglamento.

Conjunto de normas, reglas y disposiciones establecidas por una autoridad competente que regulan la práctica de una actividad deportiva, con el fin de garantizar el orden, la equidad y el correcto desarrollo de la competencia.

## **7. Seguridad.**

Conjunto de medidas, acciones y condiciones orientadas a prevenir riesgos y proteger la integridad física y emocional de los participantes durante la práctica deportiva, asegurando un entorno adecuado y libre de peligros.

## **8. Árbitros.**

Personas encargadas de hacer cumplir el reglamento durante una competencia deportiva, tomando decisiones imparciales, supervisando el desarrollo del juego y garantizando que se realice de manera justa y conforme a las normas establecidas.

## **9. Lúdica**

La lúdica es el conjunto de actividades basadas en el juego que se utilizan como estrategia pedagógica para facilitar el aprendizaje. En el ámbito deportivo, permite desarrollar habilidades motrices, cognitivas y sociales de manera divertida, promoviendo la participación, la motivación y el aprendizaje significativo.

## **10. Adaptación**

La adaptación es el proceso de modificar o ajustar las actividades, reglas, materiales o espacios para adecuarlos a las características, necesidades y capacidades de los participantes. Su objetivo es facilitar la participación y el aprendizaje de todos en condiciones equitativas.

## **11. Inclusión**

La inclusión es el principio que busca garantizar la participación activa de todas las personas, sin importar sus diferencias (físicas, cognitivas, sociales o culturales), dentro de un contexto educativo o deportivo. Promueve la igualdad de oportunidades, el respeto a la diversidad y la eliminación de barreras que limiten la participación.