

## AHORA CON REGLAS

Por: Karol Paola Núñez Ceceña, 1º E T.M.

24 de Septiembre de 2011.

Cd. Guadalupe Victoria, Dgo., se comenzó con el calentamiento necesario para evitar alguna lesión en piernas y brazos, para poder empezar a jugar. Luego practicando con el tiro de castas que por cierto el que no la metiera tenía que correr alrededor de la cancha.

Al terminar el calentamiento y del entrenamiento de la jugada de canastas, empezaron a jugar y las que encestaron canastas del equipo "1" fueron todas: Reyna, Jacqueline, Paola y Arely. Y del equipo "2" anotaron también todas: Aylin, Ipsa, Alondra y Daniela, pero como las del equipo "1" encestaron cada quien 2 o más fueron las ganadoras.

Al termino del juego el profesor patricio Ayala Estrada les dio recomendaciones a las alumnas, para poder encestar con mayor facilidad, para que no hagan faltas y sepan jugar adecuadamente; algunas de ellas fueron que al momento de tirar como la canasta tiene un cuadro en el centro o arriba de ella; que vieran, al tirar el balón hay para que enceste el balón; y salto entre dos, control del balón, como se juega el balón, etc.