

MIS PRIMEROS DEPORTES

ANEXO VIII

2018-2019

INDICE

1. Introducción. Pág. 3
2. Objetivos. Pág. 3
3. *Contenidos. Pág. 3*
4. Metodología. Pág. 4
5. Temporalización. Pág. 4
6. Evaluación. Pág. 5
7. Desarrollo de una sesión. Pág. 5

1. Introducción

Los juegos predeportivos permiten que los alumnos/as se comiencen a acostumbrar para una posterior iniciación deportiva, ya que en ellos, realizan actividades muy similares a lo que realizarán posteriormente.

Estos juegos contienen un destacado nivel de intensidad en general, puesto que suelen presentar las estrategias de colaboración-oposición. Los juegos están relacionados especialmente con los objetivos de área 8 “Desarrollar la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando las normas y reglas que previamente se establezcan y 9. “Participar en actividades físicas compartiendo proyectos, estableciendo relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que puedan surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales”, mientras que también se relaciona con algunos contenidos del Bloque de Contenidos 5, Juegos y deportes. Especialmente, el 2º ciclo es una etapa ideal para realizar estos tipos de juegos, ya que son la fase previa a la iniciación deportiva más específica, la cual se tiene lugar en el 3º ciclo.

2. Objetivos

Sabemos qué se espera del alumnado al final de la etapa, pero necesitamos tener objetivos intermedios que faciliten un seguimiento de sus realizaciones. Los objetivos didácticos están relacionados estrechamente con la unidad didáctica, donde se estructuran y secuencian los contenidos de ciclo y de curso.

Los objetivos didácticos que pretendemos alcanzar con el desarrollo de ésta unidad didáctica son los siguientes:

- Fomentar las relaciones de compañerismo y amistad, disfrutando del juego con independencia del resultado.
- Respetar las reglas y normas para gozar del juego.
- Utilizar las estrategias básicas en el juego: cooperación, oposición, cooperación/oposición.
- Reconocer el hecho de ganar y perder como elemento del juego.
- Aceptar la capacidad de respuesta propia y de los demás compañeros en los juegos diseñados.

3. Contenidos

Los contenidos constituyen la base sobre la cual se programarán las actividades de enseñanza-aprendizaje con el fin de alcanzar lo expresado en

objetivos. Una adecuada articulación y estructuración de los contenidos favorecerá el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los contenidos a trabajar en las diversas sesiones serán los siguientes:

- Juegos predeportivos (previos a la iniciación al baloncesto, balonmano, fútbol sala y voleibol).
- Práctica de actividades deportivas adaptadas mediante la flexibilización de las normas de juego.
- Desarrollo de estrategias cooperativas en las actividades predeportivas.
- Oposición a compañeros (con rol de adversario) en situaciones de juego sin que ello conlleve menosprecio al contrario.

4. Metodología de actuación didáctica

Cuando hablamos de metodología hacemos referencia al conjunto de procedimientos que utilizamos para alcanzar un objetivo.

Debemos utilizar una metodología activa, flexible, participativa, integradora y natural, que permita al alumnado sentirse participe de su aprendizaje. Dado que nos vamos a encontrar con una gran diversidad de alumnos/as, tenemos que adaptarnos a las características de los mismos, por lo tanto, debemos individualizar el aprendizaje tanto como podamos, teniendo en cuenta el elegir el estilo de enseñanza ideal para cada situación y dotando a los alumnos/as de una fluida comunicación con éstos a la hora de llevar a cabo la intervención antes, durante y después de la sesión, utilizando las estrategias oportunas para comunicar a los alumnos por el canal o vía de información adecuada en cada momento (visual, auditivo y kinestésico-táctil). El alumnado se organizará según el tipo de grupo que requiera cada actividad y la elección de los componentes se realizará de forma heterogénea.

Las actividades se desarrollarán en distintas sesiones de juegos predeportivos en la pista polideportiva del centro educativo:

Los materiales a utilizar en esta unidad didáctica serán los siguientes:

- Materiales: Balones de distintas modalidades (Fútbol Sala, Baloncesto...), redes, petos, bolsa de aseo e higiene personal, etc...
- Instalaciones: Pista polideportiva del colegio y el aula de clase (para el cuestionario de ideas previas).
- Espacios a utilizar: La pista polideportiva del colegio será el lugar de actuación para todas las actividades excepto para la primera sesión, en la cual, los alumnos/as realizarán el cuestionario de ideas previas en el aula de clase.

5. Temporalización

Esta unidad didáctica está prevista para su realización en el tercer trimestre, ya que es ideal que los alumnos/as desarrollen anteriormente las habilidades motrices básicas y especializadas, para dar paso a juegos que serán un puesto para la posterior iniciación deportiva, aunque podría ser modificada en función de las necesidades y exigencias de nuestros alumnos.

La planificación de las sesiones es la siguiente:

- **Sesión 1:** Los alumnos realizarán un cuestionario en el que expondrán varias posibilidades de juegos predeportivos, para detectar las ideas previas que tienen sobre estos tipos de juegos. Posteriormente saldrán a la pista polideportiva a realizar actividades de juegos predeportivos.
- **Sesión 2:** Actividades en las que los alumnos/as utilizarán las estrategias básicas en el juego, teniendo en cuenta las posibilidades que ofrecen los mismos (cooperación, oposición, colaboración-oposición).
- **Sesión 3:** Actividades en las que los alumnos seguirán utilizando las estrategias básicas en el juego, teniendo en cuenta las posibilidades que ofrecen los mismos (cooperación, oposición, colaboración-oposición).
- **Sesión 4:** Actividades en las que los alumnos seguirán utilizando las estrategias básicas en el juego, teniendo en cuenta las posibilidades que ofrecen los mismos (cooperación, oposición, colaboración-oposición).
- **Sesión 5:** Actividades en las que los alumnos seguirán utilizando las estrategias básicas en el juego, teniendo en cuenta las posibilidades que ofrecen los mismos (cooperación, oposición, colaboración-oposición).

6. Evaluación

Los criterios de evaluación aplicables a esta unidad relacionada con los juegos predeportivos son los siguientes:

- Valora la práctica de juegos predeportivos.
- Comprueba la satisfacción por el propio esfuerzo y las relaciones personales que se establecen.
- Concede más importancia a la propia actividad que al resultado.

7. Desarrollo de una sesión

La sesión desarrollada en el siguiente artículo es la sesión 3:

Está compuesta por tres partes principalmente:

- Parte inicial, con una explicación breve de lo que se va a realizar y un juego breve como toma de contacto con la tipología de juegos que representan la unidad (predeportivos).
- Parte principal, con varios juegos muy activos, que desarrollan los juegos predeportivos.
- Parte final, con un juego relajante, ya que la sesión ha sido intensa, debido a las características del deporte a iniciar. Tras ello, se analizará

lo acontecido en la sesión, para corregir lo erróneo o reforzar aspectos elementales del área.

Sesión 1

Objetivo específico de la sesión

- Participar activamente en actividades de cooperación y oposición en juegos predeportivos.

Materiales e instalaciones

- Balones de plástico, redes, petos, bolsa de aseo e higiene personal.
- Pista polideportiva del centro

Puesta en acción: (10-15 minutos)

- Antes de comenzar con la actividad se comentará a los alumnos/as una explicación breve sobre la sesión. Tras ello, los alumnos/as realizarán un juego motivante para iniciar la puesta en acción.

Actividad 1: “Los cazabalones”.

Clase dividida en dos grupos. Un grupo con cinco balones blandos. A la señal, pasarse los balones con cualquier parte del cuerpo, intentando mantenerlos el mayor tiempo posible sin que los miembros del otro grupo se los quiten. Cada balón capturado por los miembros del otro grupo se dejará en un lugar determinado. Cuando se capturen los cinco balones cambio de rol.

Parte principal de la sesión (30-35 minutos)

Actividad 2: “Pasamos la red”

Para esta actividad, dividiremos la clase en tres partes. En cada parte, habrá dos equipos.

- Colocada una red, hay que intentar pasar la pelota al campo contrario golpeándola con cualquier parte del cuerpo. Se consigue punto si el balón golpeado por un equipo bota dos veces seguidas en el campo contrario.
- Con la red colocada, pasar la pelota al campo contrario, golpeándola solamente con mano y cabeza. (Variante a poner en práctica durante el transcurso del juego).
- Con la red colocada, pasar la pelota al campo contrario, golpeándola con la mano o cabeza y sin dejarla caer en el campo propio, ya que si ello ocurre, se conseguirá punto para el equipo contrario. (Segunda variante a poner en práctica durante el transcurso del juego).

Actividad 3: “Los diez pases”

Los alumnos/as se dividen en dos grupos y tienen que pasarse el balón entre compañeros con la intención de dar diez pases sin que el equipo contrario toque el balón, si esto ocurre, el grupo que tenga el balón en su poder tendrá que contar de nuevo para llegar a los diez pases, los cuales sumarán 1 punto.

Vuelta a la calma (10 minutos)

Actividad 4: “La portería del valor”

En esta actividad, los alumnos se dividirán en dos grupos, colocándose cada uno en una mitad de la pista, en la cual habrá una portería con una sábana que tendrá agujeros con puntuación (5 puntos arriba y abajo, 10 puntos por los costados, y 20 puntos por las escuadras). Los alumnos se colocarán en fila india e irán lanzando por orden, tratando de conseguir puntos en sus lanzamientos.

Tras realizar las actividades, se realizará un repaso a lo acontecido en la sesión, permitiendo al alumnado que exprese sus sensaciones sobre la sesión, se corregirán los errores que se hayan podido evidenciar en la sesión y se afianzarán los aspectos básicos del área que se hayan tratado. Finalmente, los alumnos/as dispondrán de unos minutos para dedicarlos a su higiene personal tras finalizar la sesión.