



Región de Murcia
Consejería de Educación y Cultura
Dirección General de F. Profesional e
Innovación Educativa

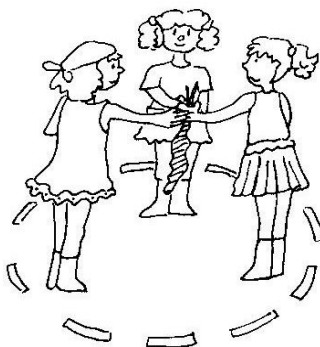
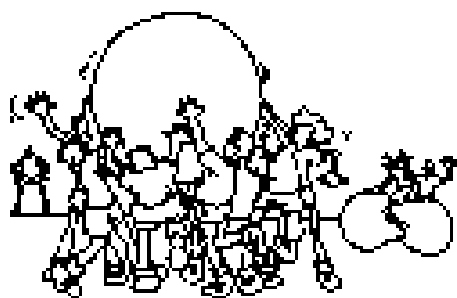


Plaza Fontes, 2
30001 Murcia
Tf: 968 211240 Fax: 968 211664
Email: cpra@cpmurcia1.com
WEB: <http://www.cpmurcia1.com>



Asociación de
Profesores
de
Educación Física
APEFLUM.

"Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos".



" C.P.R. Murcia I ". Febrero de 2.006.

Coordinadores :

Javier Castaño Ruiz.

Francisco Mateos Delgado.



INDICE

	Página
I.- INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.....	3
II.- OBJETIVOS, CONTENIDOS Y METODOLOGÍA.....	3 - 4
III.- TEMPORALIZACIÓN DE LAS SESIONES.....	5
IV.- LOS JUEGOS POLIVALENTES, RECREATIVOS Y ALTERNATIVOS.....	6 – 49
V.- BIBLIOGRAFÍA.....	51

I) INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.

Conscientes primero, con la necesidad de ofrecer al profesorado unos patrones didácticos que enriquezcan las perspectivas educativas del área de Educación Física. Entendemos que la escuela se abre a todo aquello que enriquezca positivamente y propicie en nuestros alumnos/ as aprendizajes formativos y realistas, con lo que esta manera obedece a la perspectiva curricular abierta, flexible y contextual.

El área de Educación Física se complementa con todo contenido que implique tener al cuerpo y al movimiento que este genera como centro de atención persiguiendo como grandes finalidades los beneficios a la salud corporal y formación física integral.

En este contexto se nos presentan el bloque de contenidos de los Juegos polivalentes, recreativos y alternativos como una manera o forma mas de actividad física, capaz de llegar por un lado a la escuela y producir en ella procesos de enseñanza-aprendizaje y por otro determinar pautas de uso del tiempo de libre de nuestros alumnos/ as.

Desde esta perspectiva nos parece interesante el aunar criterios entre los docentes de Educación Física con el fin de conocer alternativas didácticas, programas detallados de entrenamiento y de competición para con ello no acometer retrocesos y equivocaciones en el proceso didáctico.

Así de todo lo anterior se desprende como gran finalidad de esta actividad de formación el ofrecer un modelo capaz de propiciar formación y reflexión didáctica, llegando con su aplicación a la mejora de la formación didáctica de nuestros alumnos /as y de nosotros mismos.

II) OBJETIVOS ,CONTENIDOS Y METODOLOGÍA.

OBJETIVOS.

- DOTAR AL PROFESORADO DE EDUCACION FISICA DE UN MODELO DE FORMACION PARA EL ALUMNADO A TRAVES DE LA PRACTICA DE LOS JUEGOS POLIVALENTES, RECREATIVOS Y ALTERNATIVOS.
- PROCIPIAR EL TRABAJO EN EQUIPO, LA REFLEXION TEORICO-PRACTICA Y LA CONFECCION DE ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA/ APRENDIZAJE.
- CONTEXTUALIZAR Y ACOMODAR ESTE NUCLEO DE CONTENIDOS EN EL CURRICULO DEL AREA DE EDUCACION FISICA.

CONTENIDOS.

- ◆ LOS JUEGOS POLIVALENTES, RECREATIVOS Y ALTERNATIVOS:
 - Historia
 - Aspectos técnicos /tácticos
 - El jugador /a.
 - Reglamentación.
 - Recursos /medios.

- ◆ INCLUSION DEL NUCLEO DE JUEGOS POLIVALENTES, RECREATIVOS Y ALTERNATIVOS EN EL CURRICULO DEL AREA DE EDUCACION FISICA.

- ◆ DESARROLLO DIDACTICO : UNIDADES DIDACTICAS (SESIONES DE ENSEÑANZA /APRENDIZAJE)

METODOLOGÍA.

Las grandes líneas metodológicas serán:

- El trabajo en equipo.
- El intercambio de experiencias.
- Participación activa.

III) TEMPORALIZACIÓN DE LAS SESIONES.

MES / DIA	CONTENIDO DE LA SESIÓN
	1) Presentación, entrega de material y propuesta curricular. Ponente: Javier Castaño Ruiz.
	2) Los juegos polivalentes. Ponentes : Juan José Mateos Delgado y Antonio Collado Ruiz.
	3) Juego alternativo y recreativo: El badminton. Ponente : Juan A. Expósito Martínez
	4) Juego alternativo y recreativo: El badminton. Ponente : Juan A. Expósito Martínez
	5) Los juegos polivalentes y recreativos. Ponente : Eva Carayol Tomás.
	6) Los juegos polivalentes y recreativos. Ponente : Eva Carayol Tomás
	7) Los juegos polivalentes y recreativos. Propuestas didácticas. Ponentes : Eva Carayol Tomás. Javier Castaño Ruiz.
	8 y 9)Propuestas didácticas. <i>Sesiones no presenciales.</i>
	10) Exposición ,aplicaciones y entrega de material elaborado. Ponente : Javier Castaño Ruiz.

IV) LOS JUEGOS POLIVALENTES, RECREATIVOS Y ALTERNATIVOS.

INDICE.

1. BUSCANDO LOS ORÍGENES.

1.1. UN POCO DE HISTORIA.

1.2. LAS CLAVES DE UNA FILOSOFÍA DE ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA POSTMODERNA.

2. LOS JUEGOS Y LAS ACTIVIDADES ALTERNATIVAS EN EL CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA.

2.1. ¿POR QUÉ NO UN CAMINO ALTERNATIVO?.

2.2. LOS OBJETIVOS GENERALES DE LOS JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS.

2.3. LAS ACTIVIDADES ALTERNATIVAS Y SU RELACIÓN CON EL CURRÍCULO DE E.F.

2.3.1. LOS CONTENIDOS DEL ÁREA Y LAS ACTIVIDADES ALTERNATIVAS.

2.3.2. LOS OBJETIVOS DEL ÁREA Y LAS A.A.

2.3.3. LA METODOLOGÍA EN LA ENSEÑANZA DE LAS A.A.

2.3.4. LA EVALUACIÓN DE LAS A.A. (CONSIDERACIONES GENERALES).

2.4. UNA PROGRAMACIÓN ANUAL ALTERNATIVA.

3. HACIA LA PRÁCTICA EN LA ESCUELA: LAS ACTIVIDADES ALTERNATIVAS EN LA PROGRAMACIÓN DEL MAESTRO/PROFESOR DE E.F.

EJEMPLIFICACIONES DE UNIDADES DIDÁCTICAS TIPO :

- **U.D. : INDIAKA.**
- **U.D. BALONKORF.**
- **U.D. FREESBEE.**
- **U.D. JUEGOS POPULARES/RECREATIVOS.**
- **U.D. BADMINTON .**

1. BUSCANDO LOS ORÍGENES.

1.1. UN POCO DE HISTORIA.

El movimiento moderno conocido con el nombre de “Juegos y deportes alternativos” se inicia en nuestro país aproximadamente a comienzos de la década de los 90 a través de uno de los seminarios del Instituto Nacional de Educación Física de Madrid. En principio se llamó *Deportes alternativos para el año 2000*, quedando dos años después con el nombre actual de *Juegos y deportes alternativos*. El movimiento que a lo largo de estos años ha ido tomando forma y se ha extendido por todo nuestro país, sobre todo en el campo escolar, surge en un primer momento con la idea de introducir nuevas alternativas que hagan posible una evolución más racional de juego y del deporte, así como una adaptación a los intereses de la escuela y de la sociedad española en general. Esta nueva corriente deportiva se basa fundamentalmente en el concepto moderno del *deporte para todos*, donde de forma clara y precisa se marcan las pautas para la conceptualización y divulgación del deporte popular, deporte para el tiempo de ocio o deporte recreativo.

Fue en 1975 cuando se llevó a cabo la primera conferencia de ministros europeos del deporte, bajo los auspicios del Consejo de Europa. En ella señalaron el importante lugar del deporte en nuestra civilización y establecieron los términos de lo que podría ser la futura *Carta europea del deporte para todos*. Posteriormente la mayoría de los países ha ido incluyendo medidas de tipo legislativo que han hecho posible llevar a la práctica casi todo su articulado y en el caso de nuestro país dio pie a que nuestros legisladores pudieran tener de primera mano un documento valiosísimo, que sirvió de base para ordenar toda la normativa que debía generarse con motivo de la Constitución de 1978, cuyo artículo 43.3 dice:

Los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo, facilitarán la adecuada utilización del ocio.

Con este espíritu se promulgó la *Ley de la cultura física y del deporte* de 1980 y la *Ley del deporte* de 1990 y su desarrollo posterior, en donde destacan su idea de una Educación Física que impulse el deporte para todos, la facilitación de los medios para la adecuada utilización del tiempo de ocio y una política deportiva de talante general.

El estudio filológico de la palabra deporte (Piernavieja) nos señala que desde sus orígenes significó, ante todo, diversión y una marcada tendencia al ejercicio físico. En el *Diccionario de autoridades* se define el deporte como diversión, holgura, pasatiempo y, finalmente como la actividad humana que se manifiesta y se concreta en la práctica de los ejercicios físicos bajo forma competitiva.

De unos años para el presente, en nuestro país se manifiesta una tendencia a resaltar el aspecto competitivo del deporte, en detrimento de su componente lúdico-recreativo y formativo, pero simultáneamente se ha difundido el concepto del deporte para todos (década de los 60) que, sin enfrentarse a la realidad de deporte de alto nivel, nos señala que existe otro deporte al que pueden acceder toda clase de personas y que es un medio valioso de ocupación del tiempo libre, resaltando ese carácter recreativo y

lúdico y su capacidad para desarrollar la capacidad creadora de nuestros alumnos y alumnas.

Curso : " Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ".

1.2.LAS CLAVES DE UNA FILOSOFÍA DE ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA POSTMODERNA.

La pregunta que podemos plantearnos tras lo visto en el apartado anterior es la siguiente: ¿qué es lo que impulsa en esencia el surgimiento de una nueva forma de entender la actividad físico-deportiva?; ¿qué fuerza hay bajo este movimiento y de dónde y por qué surge dicha fuerza?. La mayoría de nosotros buscaríamos en capas poco profundas, convencidos de que estamos ante una moda como otra cualquiera y ante una "ruptura de moldes", sin entrar en mayores y soterrados planteamientos. Sin embargo, algunos especialistas en la materia han buscado en la "intrahistoria" de este movimiento. Uno de ellos es el profesor de Historia y Sistemas de la Actividad Física y el Deporte del INEF de Lérida, Javier Olivera Betrán, quien en un artículo publicado en la revista *Apunts* ("*La crisis de la modernidad y el advenimiento de la postmodernidad: el deporte y las prácticas físicas alternativas en el tiempo de ocio activo*", Olivera Betrán. *Apunts* nº 41, págs. 10-29) reflexiona sobre este fenómeno.

Considera O.B. que el surgimiento de la inmensa variedad de actividades deportivas en los últimos años es debido a la crisis de la sociedad industrial y moderna. Esta crisis ha dado lugar al advenimiento de una sociedad alternativa que consideramos post-industrial y post-moderna, es decir, "*se está librando el paso de una sociedad industrial a una sociedad de servicios*". Pero ante esto el deporte y la actividad física no es impermeable, de modo que "*el deporte que nace, se desarrolla y triunfa en la modernidad es una auténtica proyección de los valores y conceptos más genuinos de este período, es una metáfora de la modernidad*".

Se reacciona ante las actividades físicas y deportivas caracterizadas fundamentalmente por el rendimiento y la profesionalización, quedando encuadradas en un modelo de deporte-rendimiento que O.B. califica como "*modelo ascético*". El deporte es reflejo de la sociedad y vivimos en una sociedad que reacciona en busca de caminos alternativos que buscan alejarse de lo establecido. En este sentido, el deporte y la actividad física se "desparraman" en diferentes alternativas que pretenden dar respuesta a demandas cada vez más inusitadas: la actividad física y el deporte es un servicio más en esta sociedad de servicios y la demanda está ahí.

Diferentes alternativas se plantean desde todas direcciones pretendiendo llenar un tiempo de ocio cada vez mayor, a la vez que alejarse del rendimiento deportivo, la preparación física, el entrenamiento, ... Se busca la satisfacción, el disfrute, el gozo. Es la tendencia hacia un "*modelo hedonista*".

"Nuevos tiempos, nuevas costumbres, nuevos usos, nuevos hábitos, nuevas demandas y nuevas ofertas: viejos juegos y nuevas alternativas disputan al deporte práctica (rendimiento) la primacía de este importante ámbito del ocio activo. A casi todo se le llama deporte, sin embargo [...], entre estas prácticas emergentes y el deporte existen diferencias estructurales, motivacionales y de finalidad que las diferencian claramente de éste. No obstante, muchas de estas prácticas sufren un fuerte proceso de influencia deportiva que hemos denominado proceso de deportivización".

Para terminar y tomando como referencia la reflexión de Olivera Betrán, planteamos las siguientes cuestiones: ¿no existe acaso una crisis de modernidad en la Educación

Física escolar?; ¿no estamos obligados los maestros y profesores de E.F. a dar respuesta a las demandas de la nueva sociedad que se está gestando?.

Curso : “ Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ”.

2. LOS JUEGOS Y LAS ACTIVIDADES ALTERNATIVAS EN EL CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA.

2.1. ¿POR QUÉ NO UN CAMINO ALTERNATIVO?.

Nuestro país ha sufrido en los últimos años un desarrollo significativo del deporte en sus diferentes vertientes. Inicialmente entendido como deporte de alta competición para diversificarse posteriormente en deporte educativo, ocio, recreativo, etc. Es decir, se ha ido implantando la idea de que el deporte no sólo pueden practicarlo los mejor dotados físicamente y que es, en definitiva, un derecho para todos. Es la, anteriormente mencionada en el apartado de historia, idea de *deporte para todos*.

No obstante, en este desarrollo se ha errado: se ha llevado el deporte al nivel educativo y recreativo a imagen y semejanza del deporte federado o deporte profesional. En muchos casos las normas y reglas han limitado y estrechado las ideas en su origen fascinantes de determinados deportes. Se ha considerado el reglamento obligatorio en la fase de introducción a un nuevo deporte. Se ahoga la motivación inicial de la actividad.

Centrándonos en el campo educativo, a nivel de centros de Educación Primaria y Secundaria, hasta hace apenas unos años (e inclusive hoy en día) las programaciones del Área de Educación Física de los profesionales de la misma se encuentran impregnadas de un modelo casi exclusivo de carácter deportivo y basado en el rendimiento. Afortunadamente en la actualidad es un bajo porcentaje.

Algunos sectores educativos ponen en duda los valores que las actividades deportivas pueden representar para los niños. Lo que plantean es la posibilidad de que el deporte pueda ser portador de valores anti-educativos, entendido dentro del planteamiento de reforma educativa llevada a cabo con la LOGSE. En este sentido destacan las opiniones del profesor José María Cagigal, quien ya en la década de los sesenta aludía a la necesidad de reflexionar sobre los valores pedagógicos de toda manifestación deportiva dentro del ámbito educativo.

El educador ha de saber reorientar la organización de las actividades deportivas escolares y extraescolares para dotarlas del incalculable valor educativo que pueden llegar a tener. La dimensión lúdica y recreativa es esencial en ese proceso: el juego se convierte en juez que marca una clara diferencia entre el deporte como fenómeno educativo y el deporte competitivo y deporte espectáculo.

Los docentes en general han sentido en los últimos años la necesidad de transformar, renovar, reformar, y esto afecta también directamente a la Educación Física, área representada (pensamos) por educadores especialmente “inquietos”. La búsqueda se ha dirigido hacia el *desarrollo integral* del alumno y alumna. Una de las formas de contribuir a esto es introduciendo en el curriculum de nuestra materia nuevos contenidos, nuevos juegos y deportes que podemos llamar alternativos o como queramos, pero que son savia nueva en un área que algunos creen acotada.

Es lógico que se intente evolucionar, enseñar cosas nuevas, vivir experiencias novedosas, conocer y practicar otros deportes y actividades físicas que puedan cumplir con las mismas funciones y objetivos educativos, e incluso *nuevos objetivos*, pero cambiando los contenidos: los objetivos que podamos alcanzar con la enseñanza

del baloncesto o del voleibol también podemos alcanzarlos con la práctica del Ultimate, el Floorball, etc.

Curso : “ Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ”.

Además, podemos considerar que la iniciación a la mayoría de los juegos y deportes alternativos es de fácil realización, habilidades sencillas, lo que posibilita a los alumnos y alumnas a realizar muy pronto situaciones reales de juego, en las que además de perfeccionarlo, se divierten, lo cual es importantísimo en todo aprendizaje. Por otro lado, el nivel de iniciación en este tipo de actividades suele ser homogéneo para el conjunto de alumnos, sin distinción de sexos.

Queremos ir concluyendo este apartado haciéndonos eco de la propuesta de Devís y Peiró (1992), considerando los juegos y actividades alternativas como una forma de actividad que conciencia al niño o niña de ella, le da confianza en él y le permite conocer mejor sus posibilidades y sus límites. Los juegos que actualmente se desarrollan en los centros educativos son, en su mayoría, deportes planteados de una forma automatizada, no dando lugar a la libre decisión de acción. Las actividades alternativas buscan dar una autonomía y una socialización al niño y la niña en donde éstos sean conscientes en todo momento de la acción que están realizando.

Finalmente añadimos un párrafo extraído de las Cajas Rojas del M.E.C., en el que se hace referencia a que *“la enseñanza de la Educación Física ha de promover y facilitar que cada alumno y alumna llegue a comprender su propio cuerpo y sus posibilidades y a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que, en el futuro, pueda escoger las más convenientes para su desarrollo personal, ayudándole a adquirir los conocimientos, destrezas, actitudes y hábitos que le permitan mejorar las condiciones de vida y de salud, así como disfrutar y valorar las posibilidades del movimiento como medio de enriquecimiento y disfrute personal, y de relación con los demás.”* ¡¡PERMITÁMOSLO!!.

2.2. LOS OBJETIVOS GENERALES DE LOS JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS.

1. *DAR A CONOCER A LOS ALUMNOS Y ALUMNAS OTROS JUEGOS Y ACTIVIDADES, AMPLIANDO SUS POSIBILIDADES DE ELECCIÓN Y UTILIZACIÓN EN SU TIEMPO DE OCIO .*
2. *RECUPERAR JUEGOS POPULARES Y/O TRADICIONALES PARA SU CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA POR LOS ALUMNOS Y ALUMNAS.*
3. *FAVORECER EL DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DE UNA FORMA LÚDICA.*
4. *MEJORAR LA COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL Y ESPECÍFICA DE LOS NIÑOS Y NIÑAS A TRAVÉS DE LA PRÁCTICA DE JUEGOS VARIADOS Y DIVERTIDOS.*
5. *FAVORECER LA DOSIFICACIÓN DEL ESFUERZO EN FUNCIÓN DE LAS POSIBILIDADES DE CADA UNO.*

6. *POSIBILITAR LA CREACIÓN DE TALLERES EN LOS QUE SE FABRIQUE AQUEL MATERIAL ALTERNATIVO NO DISPONIBLE.*

Curso : “ Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ”.

7. *FOMENTAR LA SOCIALIZACIÓN Y LA COOPERACIÓN.*

8. *EDUCAR PARA LA COMPETITIVIDAD.*

9. *FOMENTAR VALORES DE RESPETO A LOS DEMÁS Y DE NO DISCRIMINACIÓN FACILITANDO LA INTEGRACIÓN.*

10. *ANTEPONER EL JUEGO AL TRIUNFO.*

2.3. LAS ACTIVIDADES ALTERNATIVAS Y SU RELACIÓN CON EL CURRÍCULO DE E.F.

2.3.1. *LOS CONTENIDOS DEL ÁREA Y LAS ACTIVIDADES ALTERNATIVAS.*

CONTENIDOS DE ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA

1. EL CUERPO EN MOVIMIENTO : CONOCIMIENTO Y PERCEPCIÓN.

2. HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES.

- Esquemas motores básicos y adaptados: del movimiento genérico a las habilidades básicas como movimiento organizado.
- Las capacidades físicas básicas como condicionantes de las habilidades.
- Formas y posibilidades de movimiento.
- La competencia motriz: aptitud global y habilidad.

LOS JUEGOS:

- Tipos de juegos y de actividades deportivas.
- La regulación del juego: normas y reglas básicas.
- El juego como manifestación social y cultural:
 - recursos para la práctica del juego y de las actividades deportivas en el entorno inmediato,
- juegos populares y tradicionales

3. EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN MOTRIZ.

4. SALUD CORPORAL.

Las actividades alternativas se relacionan con todos los bloques, pero especialmente con el bloque 2 y el 5. Consideramos que la ubicación de este tipo de actividades ha de efectuarse en el bloque de los juegos.

Seguidamente detallamos este bloque y lo desglosamos en conceptos, procedimientos y actitudes para los tres ciclos de Educación Primaria.

SECUENCIA DE CONTENIDOS BLOQUE : LOS JUEGOS.

	Primer ciclo	Segundo ciclo	Tercer ciclo
Conceptos	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Tipos de juegos y de actividades deportivas ❑ Js. de patio, sensoriales y gestuales 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Tipos de js. y acts. Deportivas y su regulación: los js. de patio, gestuales específicos y js. reglados ❑ Recursos para la práctica del juego y de las actividades deportivas en el entorno inmediato: js. populares y tradicionales 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Tipos de js. y acts. dxtivas y su reg.: los js. de patio y los js. y las acts. deportivas ❑ Recursos para la práctica del juego y las acts. dxtivas. en el entorno inmediato: juegos populares y trads.; los grandes juegos
Procedimientos	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Practicar juegos de patio no reglados ❑ Practicar js. de proeza, de cooperación/oposición ❑ Salida al entorno inmediato 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Practicar js. de patio con reglas elaboradas por los propios alumnos ❑ Realizar js. oposición ❑ Aplicación de las hh.bb. en las situaciones de juego ❑ Recopilar información de js. populares ❑ Marchas, js. de busca y captura en el medio nat. ❑ Realizar js. de orientación diurna 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Realizar js. de patio utilizando reglas reconocidas socialmente ❑ Práctica de acts. deportivas adaptadas ❑ Marchas y acampadas ❑ Práctica y recopilación de juegos populares y tradicionales ❑ Realización de juegos de orientación con plano y brújula
Actitudes	<ul style="list-style-type: none"> ❑ De aceptación de uno mismo ❑ De respeto a los demás ❑ De diversión y participación, no de competición 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ El sexo o el nivel de destreza individual no debe ser problema para participar ❑ De respeto a las normas 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ De respeto y valoración del nivel ❑ Aceptación de normas y papel a desempeñar ❑ Colaboración y solidaridad con los compañeros/as con independencia

			del resultado <input type="checkbox"/> Un juego no es motivo de disputa o violencia ...
--	--	--	--

Curso : “ Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ”.

2.3.2. LOS OBJETIVOS DEL ÁREA Y LAS AA.AA.

OBJETIVOS DE ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA

1. CONOCER Y VALORAR SU CUERPO Y LA ACTIVIDAD FÍSICA COMO MEDIO DE EXPLORACIÓN Y DISFRUTE DE SUS POSIBILIDADES MOTRICES DE RELACIÓN CON LOS DEMÁS Y COMO RECURSO PARA ORGANIZAR EL TIEMPO LIBRE.
2. ADOPTAR HÁBITOS DE HIGIENE, DE ALIMENTACIÓN, DE POSTURAS Y DE EJERCICIO FÍSICO, MANIFESTANDO UNA ACTITUD RESPONSABLE HACIA SU PROPIO CUERPO Y DE RESPETO A LOS DEMÁS, RELACIONANDO ESTOS HÁBITOS CON LOS EFECTOS SOBRE LA SALUD.
3. REGULAR Y DOSIFICAR SU ESFUERZO LLEGANDO A UN NIVEL DE AUTOEXIGENCIA ACORDE CON SUS POSIBILIDADES Y LA NATURALEZA DE LA TAREA QUE SE REALIZA, UTILIZANDO COMO CRITERIO FUNDAMENTAL DE VALORACIÓN DICHO ESFUERZO Y NO EL RESULTADO OBTENIDO.
4. RESOLVER PROBLEMAS QUE EXIJAN EL DOMONIO DE PATRONES MOTRICES BÁSICOS, ADECUÁNDOSE A LOS ESTÍMULOS PERCEPTIVOS Y SELECCIONANDO LOS MOVIMIENTOS, PREVIA VALORACIÓN DE SUS POSIBILIDADES.
5. UTILIZAR SUS CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS Y DESTREZAS MOTRICES Y SU CONOCIMIENTO DE LA ESTRUCTURA Y FUNCIONAMIENTO DEL CUERPO PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y PARA ADAPTAR EL MOVIMIENTO A LAS CIRCUNSTANCIAS Y CONDICIONES DE CADA SITUACIÓN.
6. PARTICIPAR EN JUEGOS Y ACTIVIDADES ESTABLECIENDO RELACIONES EQUILIBRADAS Y CONSTRUCTIVAS CON LOS DEMÁS, EVITANDO LA DISCRIMINACIÓN POR CARACTERÍSTICAS PERSONALES, SEXUALES Y SOCIALES, ASÍ COMO LOS COMPORTAMIENTOS AGRESIVOS Y LAS ACTITUDES DE RIVALIDAD EN LAS ACTIVIDADES COMPETITIVAS.
7. CONOCER Y VALORAR LA DIVERSIDAD DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS Y LOS ENTORNOS EN QUE SE DESARROLLAN, PARTICIPANDO EN SU CONSERVACIÓN Y MEJORA.
8. UTILIZAR LOS RECURSOS EXPRESIVOS DEL CUERPO Y DEL MOVIMIENTO PARA COMUNICAR SENSACIONES, IDEAS Y ESTADOS

DE ÁNIMO Y COMPRENDER MENSAJES EXPRESADOS DE ESTE MODO.

Curso : " Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ".

Teniendo en cuenta estos objetivos, podríamos identificar aquellos que están directamente relacionados con las actividades alternativas.

2.3.3. LA METODOLOGÍA EN LA ENSEÑANZA DE LAS AA.AA.

(CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS EN LA ENS-APR DE LAS AA.AA.)

1. HEMOS DE DESPLAZAR EL MODELO QUE HA PRIMADO EN LA MAYORÍA DE LAS PROGRAMACIONES: EL APRENDIZAJE SISTEMÁTICO DE LOS GESTOS TÉCNICOS DE MANERA AISLADA.
2. EL DOMINIO TÉCNICO NO HA DE SER EL PASO PREVIO PARA QUE LOS NIÑOS Y NIÑAS PUEDAN JUGAR.
3. DEBEMOS CONSIDERAR COMO PUNTO DE PARTIDA EL JUEGO.
4. HA DE PRIMAR EL PRINCIPIO DE GLOBALIDAD EN EL PROCESO FRENTE AL DE ESPECIFICIDAD.
5. ES FUNDAMENTAL QUE EL ALUMNO Y LA ALUMNA DESCUBRAN Y CONOZCAN LA ESENCIA DE LOS JUEGOS Y ACTIVIDADES, ANTES DE PASAR A CUALQUIER OTRO ASPECTO TÉCNICO.
6. EN AQUELLAS ACTIVIDADES EN LAS QUE EL COMPONENTE TÁCTICO TENGA UN PESO IMPORTANTE (*ULTIMATE, BALONKORF, HOCKEY, ETC.*) ES NECESARIO PLANTEAR JUEGOS QUE FAVOREZCAN SU ASIMILACIÓN, YA QUE LOS PRINCIPIOS TÁCTICOS FAVORECERAN EL ENTENDIMIENTO DE LA ACTIVIDAD Y LA CREACIÓN DEL AMBIENTE ADECUADO PARA INCENTIVAR LA IMAGINACIÓN Y LA CREATIVIDAD.
7. ÚNICAMENTE CONSEGUIDOS LA ESENCIA Y LOS ASPECTOS TÁCTICOS QUE ENCIERRA LA ACTIVIDAD, PODREMOS PLANTEARNOS LA MEJORA DE DETERMINADOS ASPECTOS TÉCNICOS QUE PUEDAN ENRIQUECER EL JUEGO.
8. FAVORECER SIEMPRE LA DIVERSIÓN, EL COMPONENTE LÚDICO-RECREATIVO QUE ESCONDE CADA ACTIVIDAD, ELIMINANDO, SI FUESE NECESARIO, CUALQUIER ASPECTO QUE TRUNQUE ESTE OBJETIVO PRIORITARIO.
9. LAS REGLAS IMPRESCINDIBLES SE PLANTEARÁN EN UN PRINCIPIO, PERO EL MARCO DEL REGLAMENTO SE IRÁ COMPLETANDO EN FUNCIÓN DEL PROGRESO Y LAS NECESIDADES DE LOS ALUMNOS/AS, SIENDO ÉLLOS MISMOS LOS QUE PODRÍAN LLEGAR A

RECLAMAR LA PRESENCIA DE NORMAS SEGÚN SE VAYA COMPRENDIENDO LA ESENCIA DEL JUEGO.

Curso : “ Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ”.

10. LAS NORMAS HAN DE SER FLEXIBLES, ADECUÁNDOSE A CADA GRUPO Y SIEMPRE FAVORECIENDO LA DINÁMICA DE LA ACTIVIDAD Y EL COMPONENTE LÚDICO-RECREATIVO.
11. EL PROFESOR O PROFESORA DE E.F. HA DE REACCIONAR ANTE LA RESPUESTA DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS AL JUEGO, REORGANIZANDO LA ACTIVIDAD Y SUS NORMAS EN CASO NECESARIO.
12. FAVORECER SIEMPRE LA COEDUCACIÓN.

2.3.4. LA EVALUACIÓN DE LAS AA.AA. (CONSIDERACIONES GENERALES).

Como inicio de este apartado proponemos la búsqueda de aquellos criterios de evaluación del Área de Educación Física que podríamos relacionar directamente con la práctica de las actividades alternativas en general. Para ello escogemos los criterios de evaluación pertenecientes al tercer ciclo de Educación Primaria.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA (TERCER CICLO)

1. AJUSTAR LOS MOVIMIENTOS CORPORALES Y SU CONOCIMIENTO A DIFERENTES CAMBIOS EN LAS CONDICIONES: DURACIÓN, ESPACIO, ORGANIZACIÓN,
2. PROPONER ESTRUCTURAS RÍTMICAS SENCILLAS Y REPRODUCIRLAS CORPORALMENTE CON O SIN INSTRUMENTOS,
3. ANTICIPARSE A LA TRAYECTORIA DE UN OBJETO POR MEDIO DE SU CAPTURA Y/O GOLPEO,
4. GOTAR PELOTAS DE MANERA COORDINADA, ALTERNATIVAMENTE CON DESPLAZAMIENTO ESPACIAL Y UTILIZANDO UNA/AMBAS MANOS,
5. INCREMENTAR LAS CC.FF.BB. ACERCÁNDOSE A LOS VALORES NORMALES DE SU GRUPO DE EDAD,

6. UTILIZAR LOS RECURSOS EXPRESIVOS DEL CUERPO PARA COMUNICAR IDEAS, SENTIMIENTOS, SENSACIONES O ESTADOS DE ÁNIMO Y REPRESENTAR SITUACIONES SIGNIFICATIVAS,

Curso : “ Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ”.

7. SEÑALAR RELACIONES ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA SALUDABLE Y NO SALUDABLE Y NORMAS DE NUTRICIÓN/ALIMENTACIÓN,
8. DISTINGUIR DISTINTOS TIPOS DE JUEGOS Y RECONOCER NORMAS Y REGLAS ACEPTANDO SUS ROLES HACIA UNA COMPETICIÓN EDUCATIVA LIBRE DE DISCRIMINACIONES Y ESPECIFICACIONES TEMPRANAS.

Teniendo en cuenta las características y los objetivos de las Actividades Físicas Alternativas vistos en apartados anteriores, ¿cuáles de estos criterios de evaluación estarían directamente relacionados con una unidad didáctica de deportes alternativos para el tercer ciclo de E.P.?

La evaluación en las Unidades Didácticas dedicadas a deportes alternativos será efectuada de forma similar a otras UU.DD., teniendo siempre presentes las indicaciones generales del currículo del área. En este sentido la evaluación será:

- Continua
- Global
- Formativa

No obstante es aconsejable tener en cuenta unas consideraciones específicas derivadas de las características de estas actividades y deportes alternativos así como de sus objetivos:

- Valorar como aspecto fundamental el grado de participación e implicación del alumno/alumna,
- Tener siempre presente el desarrollo de valores básicos como socialización, no discriminación, respeto a las normas, respeto a los demás, etc.,
- Conceder siempre una importancia preponderante a las dimensiones socio-afectivas para no contradecirnos con los objetivos prioritarios de estas actividades,
- No olvidar, sin embargo, la necesidad de tener una valoración y seguimiento de otros aspectos como condición física, coordinación, etc., así como de aspectos tácticos y técnicos en su justa medida.

Así, podemos analizar un ejemplo de hoja de observación relativa a una Unidad Didáctica para tercer ciclo de E.P. de una actividad alternativa como pueden ser “*las palas*”:

HOJA DE OBSERVACIÓN

COLEGIO:

ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

UNIDAD DIDÁCTICA: “JUGAMOS A LAS PALAS”	GRUPO:
ALUMNA/O:	FECHA:

ASPECTO A OBSERVAR	VALORACIÓN *	OBSERV.
Familiarización con la pala		
Golpeo vertical repetido de la pelota a poca altura		
Golpeo contra la pared con bote		
Intercambio de golpes con pareja con bote		
Intercambio de golpes con pareja sin bote		
Juego continuado con red por medio		
...		

*Del 1 al 5 o MB/B/R/M

ACTITUD A OBSERVAR	VALORACIÓN *	OBSERV.
Cooperación y trabajo en grupo		
Relación social y comunicación (juega con otros/as, etc.)		
Aceptación normas establecidas		
Cuidado del material		
Respeto al nivel de juego de los/las demás		
...		

*Siempre/ algunas veces/ raramente/ nunca

2.4. UNA PROGRAMACIÓN ANUAL ALTERNATIVA.

SEGUNDO CICLO		TERCER CICLO		
TRIMESTRE	SEMANA	TRIMESTRE	SEMANA	
	CONTENIDOS		CONTENIDOS	
Primero	1 ^a y 2 ^a	Primero	1 ^a y 2 ^a	
			Presentación y evaluación inicial	Presentación y evaluación inicial
	3 ^a y 4 ^a		Esquema corporal	Juegos varios
	5 ^a y 6 ^a		Lateralidad	"Pichi"
	7 ^a , 8 ^a y 9 ^a		Percepción espacio-temporal	Gimnasia deportiva
	10 ^a , 11 ^a y 12 ^a		Equilibrio y agilidad	Juegos predeportivos
	13 ^a		Evaluación	Juegos predeportivos
				Evaluación
				Juegos predeportivos
				Juegos predeportivos
Segundo	1 ^a , 2 ^a , 3 ^a y 4 ^a	Segundo	1 ^a y 2 ^a	
			Desplazamientos, saltos y giros	Juegos predeportivos
	5 ^a , 6 ^a y 7 ^a		Lanzamientos y recepciones y coordinaciones	Frisbees: El Ultimate
	8 ^a		Indiacas	Hockey adaptado
	9 ^a		Discos voladores(Frisbees)	Balonkorf o korbball
	10 ^a		Palas de madera	El minitenis y las raquetas de Goba
	11 ^a y 12 ^a		"Pichi" (bisbol adaptado)	Rugby adaptado
	13 ^a		Evaluación	Evaluación
				Juegos con malabales
				Badminton
Tercero	1 ^a y 2 ^a	Tercero	1 ^a	
	3 ^a		Juegos con malabales	Juegos con malabales
	4 ^a y 5 ^a		Juegos Populares	Actividades en la Naturaleza
	6 ^a		Actividades en la Naturaleza	Juegos Populares
	7 ^a y 8 ^a		Expresión Corporal	Expresión Corporal
	9 ^a		Evaluación	Evaluación
				Juegos con malabales
				Badminton
				Actividades en la Naturaleza

3. HACIA LA PRÁCTICA EN LA ESCUELA: LAS ACTIVIDADES ALTERNATIVAS EN LA PROGRAMACIÓN DEL PROFESOR DE E.F. TRAS VER EL MODELO DE PROGRAMACIÓN ANUAL CON LA INCORPORACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS ALTERNATIVAS EN EL APARTADO ANTERIOR, VAMOS AHORA A EJEMPLIFICAR :

- 1) U.D. DE INDIAKAS.
- 2) U.D. FREESBEE.
- 3) U.D. BALONKORF.
- 4) U.D. JUEGOS RECREATIVOS.
- 5) U.D. BADMINTON.

UNIDAD DIDÁCTICA : INDIAKAS



1.- JUSTIFICACIÓN .

Si uno de los objetivos fundamentales de la E.PRIMARIA es el posibilitar al alumnado el mayor número posible de experiencias de aprendizaje en distintos medios y situaciones, se hace evidente la importancia de incorporar los deportes alternativos a las clases de E.F. De ahí que la indiaKa como recurso material y como actividad que lleva su propio nombre y debido a los enormes beneficios que aporta a las situaciones de e-a en la escuela vamos a incluirla en las programaciones de nuestra área.

2.- OBJETIVOS DE LA UNIDAD .

1. conocer distintos tipos de juegos : indiaKa
2. conocer los aspectos técnico-tácticos elementales
3. desarrollar una serie de habilidades motrices y de coordinación
4. adquirir nociones básicas de sistemas de juego

3.- CONTENIDOS .

tipos de golpes
desplazamientos en pista
recursos y medios materiales de este juego
caídas

PROCEDIMENTALES :

Formas jugadas en situaciones varias

ACTITUDINALES :

Gusto hacia la actividad física organizada y programada
Aceptación de los demás y conciencia de jugador/a
Respeto a normas y reglas de las actividades

4.- METODOLOGÍA:

Basada en un aprendizaje significativo-constructivo, tomando como estrategia al juego, centro de atención el alumnado.

Estilos de búsqueda principalmente, organización variada del grupo y posicionamiento del docente interna.

5.- EVALUACIÓN .

Formativa, continuada desde el comienzo de la U.D. hasta el final donde se recogeran los resultados.

Uso de instrumentos :

Diario de clase

Escala de observación

Lista de control

- aportadas en el documento.

6- RELACION CON OTRAS AREAS.

Esta U.D. está directamente relacionada con todas las áreas de la etapa, si bien con la que más vinculada está es con la de Conocimiento del Medio (en cuanto a los materiales que se pueden recoger del medio para fabricar indiakas, los diferentes lugares en los que se practica,etc..).

7- RELACION CON LOS TEMAS TRANSVERSALES .

Esta U.D. está directamente relacionada con todos ellos ya que su carácter lúdico y recreativo hace favorable esta relación con todos los elementos del currículo. De todos ellos destacamos su relación con la E. para la Paz, la Educación para la igualdad de ambos sexos , La Educación Moral y cívica, la Coeducación como valor fundamental y sobre todo con la E. para la Salud.

8- TEMPORALIZACION.

Esta U.D. está enmarcada en una programación general del 3º ciclo de E.P. y se desarrollará en el tercer trimestre. A su vez comparte dicha programación con otras unidades tales como:

- Vamos a mejorar nuestro movimiento
- Jugando también se aprende
- Juegos deportivos y predeportivos
- Juegos alternativos
- Juegos populares y tradicionales
- Así lo hacían nuestros abuelos.

9- DESCRIPCIÓN DE LA U.D.

Está compuesta por 9 sesiones de E-A

1. PRESENTACION
2. FAMILIARIZACION CON EL MATERIAL : sabes cuantas partes tengo?
3. ACTIVIDADES LUDICAS CON LA INDIAKA : vamos a jugar
4. JUEGO DE LA INDIAKA : aspectos básicos del juego
5. JUEGO DE LA INDIAKA : aspectos técnicos básicos del juego : golpes
6. JUEGO DE LA INDIAKA : aspectos técnicos básicos 2: desplazamientos.
7. JUEGO DE LA INDIAKA : aspectos técnicos y tácticos
8. JUEGO DE LA INDIAKA :partidos uno contra uno
9. JUEGO DE LA INDIAKA : partidos mixtos de dobles.

“A continuación se ejemplificará a modo de ejemplo una sesión la nº5. , denominada : ASPECTOS TÉCNICOS BÁSICOS : GOLPEOS.

COLEGIO:

ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

UNIDAD DIDÁCTICA: *Hola yo soy indiaka, ¿ y tu ?*

Objetivo: - Adquirir soltura en el golpeo de la indiaka con distintas partes del cuerpo. - Practicar adaptaciones de golpeo para campos reducidos. - Buscar nuevas formas de diversión y entretenimiento.		Clave:
Contenido: Iniciación a la Indiaka.		
Material: Indiakas	Ciclo: 3º	Nivel: 5º y 6º


Inicio:

- Ejercicios básicos de calentamiento, teniendo en todo momento la indiaka en la mano.
- Juego "Limpiar la casa" : dos grupos , uno a cada lado de la pista. Al oír el silbato debemos de dejar el menor número de indiakas en el campo posible, mediante golpes de las indiakas . Inicio de juego mismo nº de indiakas en cada campo.

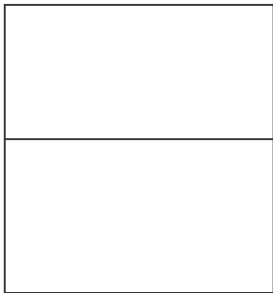
Desarrollo:

- Pases al compañero/a con golpes libres, intentando mantener la pelota en el aire el máximo tiempo posible.
- Juego : A,E,I,O,U.
- Minipartidos en campos reducidos. : 2m x 5 m sin red.
- Minipartidos en campos reducidos : 3m x 6m sin red.

2 x 5m individuales



3 x 6m dobles



Final:

- Juegos malabares :colocados en círculo y sentados, tres alumnos/as saldrán el centro a intentar hacer juegos malabares con tres indiakas a la vez, tienen 3 oportunidades, toda la clase pasa por este rol.

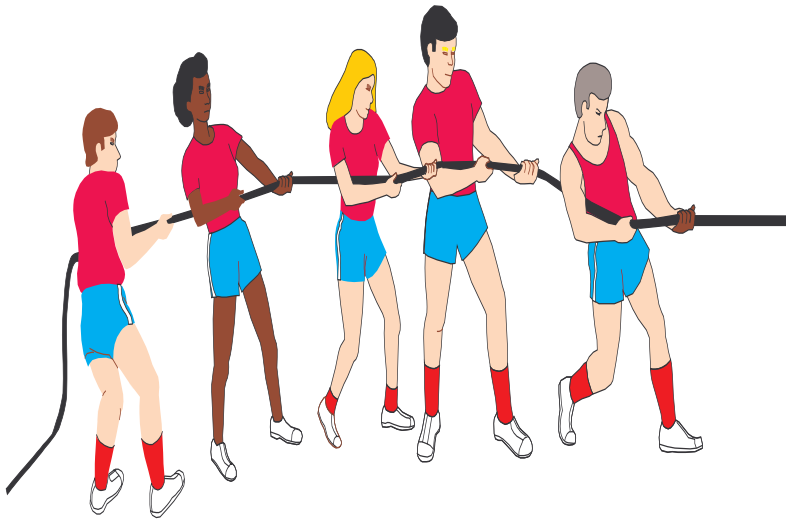
Observaciones:
Determinar el nº de campos y delimitar previamente de forma clara.

Curso : " Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ".

UNIDADES DIDÁCTICAS

DEPORTES ALTERNATIVOS

Frisbee - Balonkorf



INTRODUCCIÓN

Reciben el nombre de *Deportes Alternativos* todos aquellos deportes no considerados convencionales como el fútbol, baloncesto, balonmano...

La introducción de estos nuevos deportes se debe iniciar sin renegar por ello de lo ya existente, buscando nuevos objetivos y contenidos que permitan dar un mayor número de posibilidades motoras.

La introducción de los deportes alternativos en Primaria se inició como una forma de evitar una posible rutina en cuanto a las formas de enseñanza de las diferentes habilidades incorporando nuevas prácticas y situaciones motrices.

Uno de los contenidos más destacables de los deportes alternativos son las *actividades físicas con material alternativo*, entendiendo como tal, aquel que no se haya sujeto a los círculos tradicionales de fabricación para el campo de las actividades físicas deportivas o recreativas, o, en el caso de que si lo estuviera reciba un uso distinto del que tenía cuando se diseñó.

Todo esto plantea una forma nueva de exploración y de trabajo en las clases permitiendo una mayor variedad de actividades y situaciones por parte del maestro de esta materia y como consecuencia un mayor enriquecimiento en la formación de los alumnos.

JUSTIFICACIÓN

Para Davis y Peiró (1992) la enseñanza de los juegos deportivos en las clases de Educación Física ha sufrido muy pocos avances en la últimas décadas, las escuelas mantienen en su curriculum año tras año los mismos deportes típicos. Habitualmente la enseñanza de estos deportes convencionales se reduce a un conjunto de tareas o habilidades motrices aisladas cuyo objetivo va encaminado a la consecución de técnicas deportivas y muy orientadas al rendimiento motriz exigido por los patrones del deporte competitivo.

Por este tipo de situaciones se comenzaron a introducir, por parte de nuevas generaciones de profesorado, nuevos contenidos de aplicación al área de la Educación Física entre los que podemos destacar las actividades físicas, juegos y deportes con material alternativo. Hay que reconocer que estos contenidos, aun teniendo gran potencial, no son empleados con asiduidad por la mayoría de los docentes, limitándose, en ocasiones, a su aplicación en alguna que otra unidad didáctica. La falta de utilización es fruto, en muchas ocasiones, del desconocimiento de estas disciplinas al ser novedosas y no haber estado incluidas en los planes de estudios de la Diplomatura de Magisterio en la Especialidad de Educación Física.

Con este curso se pretende acercar estas disciplinas a aquellos maestros interesados en la aplicación de estos deportes en los centros escolares. Siendo ideal que basándose en las experiencias prácticas de los profesores y profesionales de Educación Física en sus centros de trabajo, se vaya construyendo el marco conceptual idóneo para la aplicación de estos contenidos en diferentes campos como la educación, la recreación y el ocio. Ya que debido a lo novedoso e inusual de la

utilización de estos deportes en ámbito escolar, escasos diez años, las publicaciones y bibliografía referida es bastante exigua.

CARACTERÍSTICAS DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS

Antes de decidimos a enumerar las características que se asocian a los deportes alternativos, es interesante aproximarnos al *concepto de alternativa*, según la Real Academia Española es: “opción entre dos o más cosas”. No se obtiene con ello una definición clara de cuales son las actividades alternativas, pero si deja implícito que no son las que se realizan de forma habitual. A las prácticas recreativas también se las llama “alternativas”. Este nuevo concepto de deporte alternativo trae consigo fundamentalmente la “diversión mediante la no competición”.

Sus características más destacables serían las siguientes (ARRAEZ, J.M. 1995):

- Se pueden practicar en el medio escolar por escasas e inadecuadas que sean las instalaciones, ya que permiten una fácil improvisación en los espacios.
- Fácil aprendizaje desde su iniciación. Al requerir de habilidades sencillas que provocan el paso de inmediato a una situación real de juego y además de perfeccionar el nivel de destreza, se divierten.
- Se pueden practicar sin distinción de sexo o edad, siendo la coeducación uno de los valores a destacar en el empleo de estos contenidos.
- Se pueden practicar sin tener en cuenta el nivel de destreza de cada participante, al menos en la fase de iniciación, sobre todo, si se elimina el elemento competitivo.
- Su intensidad es moderada, valorándose más la dimensión cooperativa que la competitiva.
- En su práctica, se valora más el proceso de aprendizaje que el resultado final obtenido.
- Lo asequible de los materiales por su economía o por la posibilidad de fabricación casera.
- La utilización de estos contenidos en la mayoría de las ocasiones permiten evaluar a los alumnos partiendo de cero debido al desconocimiento de este tipo de habilidades y, por lo tanto, el bajo nivel práctico que poseen.

¿PARA QUÉ UTILIZARLOS?

- Potenciar de forma global la unidad psicobiológica de los alumnos.
- Apoyar la educación integral del alumno proyectándose en su expresividad, alegría, desinhibición, motricidad, etc...
- Favorecer el desarrollo armónico de la personalidad puesto que potencia el afán de superación, autoestima, autoconcepto, compañerismo y la valoración de actitudes éticas como la colaboración.
- Desarrollar y mejorar las cualidades físicas básicas.
- Mejorar las relaciones sociales.

Curso : “ Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ”.

- Variar la programación de los ciclos ya que se pueden incluir como juego, ejercicio físico, deporte, competición, diversión, actividad recreativa, etc.

DEPORTES ALTERNATIVOS EN LOS DISEÑOS CURRICULARES DE EDUCACIÓN PRIMARIA.

Con respecto a los objetivos del área de Educación Física los deportes alternativos tienen cabida en el primer objetivo el cual tiene el siguiente enunciado: “ *participar en juegos y otras actividades estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás*”. Al evitar en todo momento la discriminación, fomentando situaciones coeducativas cooperativas y facilitando las relaciones sociales.

En el apartado de contenidos se explicita que los juegos y deportes que se programen tengan a nivel general un contenido:

- Juegos tradicionales.
- Juegos populares.
- Juegos de iniciación.
- Juegos de adaptación.
- Juegos de recreación.

CLASIFICACIÓN DE ACTIVIDADES INHERENTES A SU PRÁCTICA

En el ámbito de la Educación Física, la corriente asociada a los deportes alternativos pretende distintos objetivos, entre los que hemos de resaltar:

- Realizar *actividades con material alternativo* que habitualmente se desarrollan con material convencional cuando se carece de éste y de posibilidades de adquirirlo.
- Incentivar y desarrollar *actividades de reciclado* que potencien la creatividad para reutilizar todo tipo de material de nuestro entorno en las clases de educación física.
- Investigar y realizar *actividades que no son habituales con material convencional* sacando el máximo provecho al material disponible.
- Descubrir en las *actividades con materiales convencionales no específicos de Educación Física* nuevas posibilidades de uso.

Cada uno de estos objetivos se va a relacionar con un tipo de material o espacio diferente por lo que cuando estemos hablando de actividades físicas alternativas haremos referencia:

- Materiales que encontremos en el entorno naturaleza (piñas, palos, piedras,...) o medio urbano (bancos, escaleras, rampas, ...).
- Materiales no específicos de Educación Física: globos, cajas de cartón, telas, botes, neumáticos, etc.
- Material convencional usado de forma alternativa.
- Material específico de juegos y deportes alternativos.

El juego del frisbee

HISTORIA

La historia del frisbee empieza en 1871 cuando un hombre llamado William Russell Frisbee funda una fábrica de tartas. Esta producía alrededor de 80000 tartas al día y los estudiantes jugaban con las bases de los moldes de las tartas de la fábrica de W. Frisbee.

En este juego de los estudiantes se fijó Walter Frederick Morrison y acordándose del juego y aprovechando la aparición de las materias plásticas, fabricó el primer disco hacia el 1951. El material que empleo fue la bakelita este material se rompía con facilidad así que no tuvo el éxito esperado.

El disco reglamentario como lo conocemos ahora fue diseñado por la empresa americana WHAM´O en la década de los 60.

EN QUE CONSISTE EL JUEGO DEL FRISBEE

Su dinámica básica consiste en el lanzamiento y recepción del disco. Para realizar sus distintas modalidades se necesita coordinación, destreza, puntería, etc.

Los aspectos técnicos más destacables serían:

- *Agarres*

Clásico: se coloca el dedo pulgar por encima del disco y el resto de los dedos por debajo.

Índice –corazón: se colocan el índice y el corazón debajo del disco y el pulgar por encima.

Existiendo otro tipo de agarre donde se colocaría el dedo pulgar debajo y el resto de los dedos encima.

- *Lanzamientos*

Revés Fundamental: ha de cogerse el disco de forma clásica llevándose el frisbee al pecho y realizándose, a continuación, una extensión rápida del brazo a modo de “*latigazo*”, siendo la trayectoria horizontal con respecto al punto de salida del disco volador.

Revés Flotante: muy parecido al anterior, diferenciándose en la dirección al realizarse hacia arriba.

Revés con rebote: el modo de ejecución no varía con respecto a los anteriores, con la salvedad de que en su trayectoria el disco debe de impactar con el suelo remontando su vuelo tras el impacto.

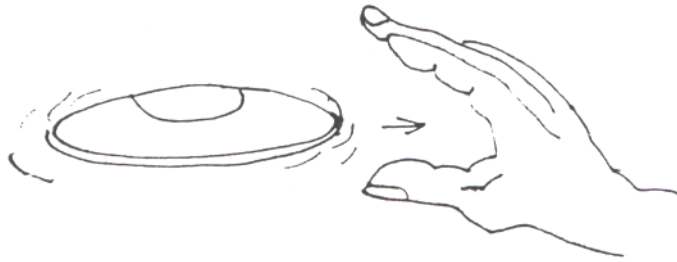
Cowboy: no variando el agarre que venimos realizando, el punto de salida del disco es desde la cadera (como si “*desenfundáramos*”).

Por la espalda: lanzamiento por detrás.

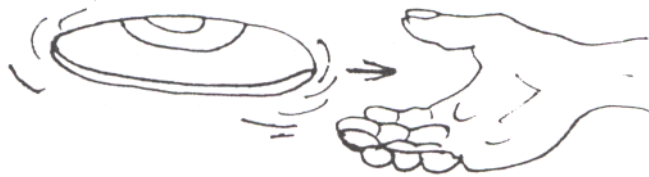
Entre las piernas.

- **Recepciones.**

El modo de ejecutarlas depende de cómo nos llegue el disco, es decir, de acuerdo a la altura que vuele. Así cuando el disco nos llegue a una altura de la cintura para arriba debemos de capturarlo con el dedo pulgar mirando hacia abajo (bajo el disco).



Si por el contrario el disco vuela o nos llega a una altura de la cintura para abajo, debemos capturarlo con el pulgar mirando hacia arriba.



La recepción es más importante de lo que a simple vista parece, pues tanto en el libre estilo como en los juegos competitivos de equipo es de vital importancia que tras una buena recepción se haga un buen lanzamiento, pase, etc. Por lo que se realizan enlaces o encadenamientos "recepción-lanzamiento" así por ejemplo, si el disco lo capturamos con el pulgar hacia arriba lo enlazamos en el mismo instante con cualquier lanzamiento de revés.

Por tanto es importante que a la vez que practicamos los lanzamientos lo hagamos también con las recepciones.

En la modalidad de libre estilo se practican todo tipo de recepciones, por entre las piernas, por la espalda, con un sólo dedo -el índice- y luego se lanzan seguidamente, etc. (RUIZ ALONSO, G. 1991).

CARACTERÍSTICAS DEL FRISBEE O DISCO VOLADOR.

Los discos se fabrican en material duro de polipropileno o polietileno siendo un material flexible y difícil de romper, siendo su peso ideal para uso escolar 120 gramos.

Además de este material se comercializan otros frisbees en materiales más ligeros tales como la gomaespuma o el caucho cuyo peso ronda los 65 gramos, adecuándose a la perfección para la iniciación en diferentes edades: educación infantil, primaria y tercera edad.

CARACTERÍSTICAS DEL TERRENO DE JUEGO

Como actividad puramente recreativa puede jugarse en cualquier lugar que ofrezca amplitud y carencia de obstáculos. Por ejemplo, campos de otros deportes, la playa o zonas del recreo libres de obstáculos (lanzamientos a distancia, tirar correr y recoger, máximo tiempo en el aire, lanzamiento de precisión y figuras libres o *free style*).

Sin embargo cuando jugamos a diferentes modalidades deportivas del frisbee aparece una caracterización reglamentaria o específica (Ultimate, Guts, Doble disco).

MODALIDADES DEPORTIVAS DEL FRISBEE

JUEGO INDIVIDUAL

FALOMIR: lanzamiento a distancia.

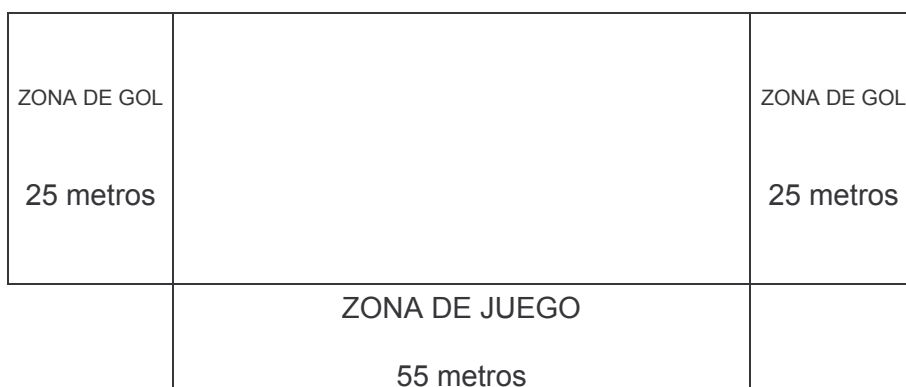
Los lanzadores se colocan en una línea. La distancia es medida desde la línea de lanzamiento hasta donde hace contacto el frisbee con el suelo. Es muy importante aquí las características de los discos.

Record mundiales: hombres – 126 metros, mujeres – 73 metros, jóvenes – 69 metros.

JUEGO COLECTIVO: ULTIMATE

Sus diez reglas básicas son:

- **El espíritu del juego:** el ultimate promueve el deportivismo y el juego limpio, el respeto y adhesión a las reglas, así como el principio básico de divertirse jugando, también promueve el juego competitivo pero nunca a expensas del mutuo respeto entre jugadores y equipos.
- **El campo:** de forma rectangular con dos zonas de anotación o gol a cada extremo delimitadas por una línea, el campo mide en total 105 metros por 35 metros de ancho. Presenta una zona de juego de 55 metros de largo siendo las dimensiones de las 2 zonas de anotación o gol de 25 metros situándose en cada extremo de la zona de juego.



- **Inicio del juego:** cada equipo comienza cada punto formado a lo largo de la línea que delimita su zona de gol, un equipo regular consta de 7 jugadores dentro del campo, el equipo defensor pateo (lanza el disco) al equipo ofensivo.
- **Puntuación:** cada vez que un equipo recibe un pase completo dentro de la zona de anotación del contrario se marca un punto a su favor, después del cual los equipos cambian de zona de anotación y reinician el juego como se describió en el punto anterior.

Un partido puede ser jugado a puntos, es decir, se determina una *meta de puntos*, el equipo que alcance dicha meta primero gana el encuentro.

O también puede ser jugado a un *limite de tiempo*, el equipo que al finalizar dicho periodo halla obtenido la mayor cantidad de puntos gana.

En un encuentro oficial es común que se implemente una modalidad que incluye ambos sistemas: se fija una meta en puntos y un limite de tiempo, lo que suceda primero.

La duración del partido suele ser de 48 minutos de juego efectivo, dividido en dos periodos de 24 minutos cada uno y con un descanso de 10 minutos entre ambos. En caso de empate se jugara una proroga de 5 minutos y si persiste habra otras prorogas hasta el desempate o el *“lanzamiento de oro”*.

- **El movimiento del disco:** el disco será avanzado o movido en cualquier dirección mediante pases completos entre compañeros de equipo. Ningún jugador puede correr con el disco en las manos. El jugador con el disco (lanzador) tiene diez segundos para realizar un pase, el defensivo que lo marca (marcador) deberá realizar la cuenta de estos diez segundos en voz alta.
- **Cambios de posesión:** existen 5 formas de que el equipo ofensivo pierda la posesión del disco:
 - pase incompleto. cuando el receptor no logra atrapar el pase que le fue lanzado
 - salida del disco de la cancha: cuando el disco cae fuera de la cancha, en el ultimate debido a la aerodinámica del disco, este puede salir de la cancha volando y reingresar mas adelante lo cual es perfectamente legal.
 - bloqueo: cuando un defensivo hace contacto con el disco desviándolo y evitando el pase completo.

Curso : “ Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ”.

- intercepción: cuando el defensivo intercepta un pase del equipo contrario.
- límite de tiempo: cuando el ofensivo que posee el disco no lanza un pase y el jugador defensivo alcanza los diez segundos en la cuenta, como se describe en el punto anterior

Cuando cualquiera de estas cinco situaciones ocurren durante el juego, el equipo defensor inmediatamente toma posesión del disco en el lugar que se encuentre y se convierte en el equipo ofensor.

Curso : “ Los juegos polivalentes, recreativos y alternativos ”.

- **Cambio de jugadores o substituciones:** todos los jugadores pueden ser substituidos después de un punto o en caso de lesión, no así mientras el disco este en juego. no existe limite en estos cambios. Un equipo regular consta desde 12 hasta 21 integrantes.
- **No contacto:** Ningún contacto físico esta permitido entre los jugadores. Las pantallas y obstrucciones también están prohibidas. Cuando alguna de estas situaciones toma lugar ocurre un foul.
- **Fouls:** Cuando un contacto físico ocurre se marca o llama un foul, cuando este foul interfiere en la posesión del disco se reinicia como si la posesión halla sido obtenida, si el jugador que "cometió" el foul no esta de acuerdo en que este halla tenido lugar, la jugada se reinicia de nuevo con el ultimo hombre que halla tenido posesión del disco.
- **Auto arbitraje:** en el ultimate no existe ningún arbitro o juez, cada jugador es responsable de marcar sus propios fouls y de resolver sus propias disputas conforme a las reglas y conforme al espíritu del juego.

UNIDAD DIDACTICA

IDENTIFICACIÓN

Nombre: Juego con el Frisbee o Disco volador	
OBJETIVO GENERAL: Conocer y practicar actividades o modalidades deportivas con el disco volador con el fin de adquirir habilidades de forma novedosa, lúdica y motivadora, atendiendo a la reglamentación específica.	OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Conocer las estrategias básicas del juego (cooperación, oposición , cooperacion-oposición). Potenciar el manejo y la manipulación de discos. Practicar los diferentes tipos de lanzamientos, re-cepcciones y agarres del frisbee existentes. Adaptar las capacidades físicas básicas y destrezas motoras a actividades habituales y no habituales. Participar en los juegos considerando su valor recreativo.
CONTENIDOS: - Equilibrio dinámico. - La coordinación dinámica general. - La coordinación óculo-manual. - La percepción espacio-temporal. - Las habilidades básicas y genéricas. - La resistencia aeróbica. - La velocidad de reacción. - La velocidad de traslación. - Familiarización con objetos, utensilios y artefactos deportivos novedosos. - Relaciones afectivas entre los participantes. - La comunicación e inserción social. - Favorece el trabajo en grupo. - Estimula la sana competencia. - Propicia el disfrute y la diversión de /os participantes. - Capacidad de Observación. - Análisis e interpretación del juego. - Conocimiento de reglas, técnicas básicas y normativas.	
INTALACIONES: Pista deportiva o patio del colegio sin obstáculos	
MATERIAL: Discos de material duro y blando. Tela o papel continuo, canutos de carton. Cuerdas. Pivotes. Aros. Tiza.	

DESARROLLO DE LAS SESIONES

1ª SESIÓN: Mi nuevo amigo.

<p>SESIÓN: Primera</p> <p>NOMBRE: Mi nuevo amigo Frisbee</p> <p>MATERIAL: Discos de diferentes tamaños y materiales (alternativos).</p> <p>ORGANIZACIÓN: Individual – multigrupal.</p>	<p>OBJETIVOS:</p> <p>C: Potenciar el conocimiento y manejo de los discos</p> <p>P: Iniciar a los alumnos en las formas básicas de lanzamiento, recepciones y agarres</p> <p>A: Mostrar interés por elementos físicos – deportivos novedosos.</p>
<p>CALENTAMIENTO:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Te imito: por parejas se desplazaran por el espacio cada uno con su disco e imitaran todos aquellos movimientos que realice el compañero. - Ahora yo solo: el alumno trabajará de manera libre todas aquellas actividades que se le ocurran, lanzar el disco contra el suelo, pared, deslizarlo por el suelo, etc. Si es muy difícil se les podrá ayudar dándoles pistas. 	
<p>PARTE PRINCIPAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conozco los agarres: enseñarle forma práctica los diferentes agarres, los alumnos experimentaran las sensaciones de forma individual. - Ahora puedo lanzar: Practicar de manera individual los diferentes tipos de lanzamientos. Hacer lanzamientos en distancia de forma individual e ir a buscar el disco. - Aprendo a recepcionar: utilizando los diferentes tipos de agarre y lanzamientos, se les pide a los alumnos que centren su atención en la recepción del disco volador, realizándose esta actividad por parejas. Han de realizar tanto recepciones altas como bajas. - Ruleta: grupos de seis alumnos (3 parejas) colocados en círculo y separados entre si. Consiste en lanzarle el disco siempre al compañero situado enfrente. Los lanzamientos han de realizarse lo mas rápidamente posible. - Mareo por tríos: pasarse el disco entre dos y el tercero hace de oponente intentando recepcionar el disco, si consigue cogerlo cambiara el puesto al lanzador que le ha interceptado el lanzamiento. 	
<p>VUELTA A LA CALMA:</p> <p>Relevos con corona: se forman equipos de seis cuyos integrantes de manera individual deberán completar un recorrido con el frisbee sobre la cabeza. Una vez cumplimentado y desde una línea próxima al punto de salida lanzar el disco al compañero que ha de tomar el relevo.</p>	<p>OBSERVACIONES:</p> <p>El/La guía didáctica de la sesión debe tener en cuenta, al menos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los posibles peligros del juego en si. - Los posibles peligros del lugar donde se realiza. - Los posibles peligros de los propios participantes (características, número...)

2ª SESIÓN: Un vuelo divertido.

<p>SESIÓN: Segunda</p> <p>NOMBRE: Un vuelo divertido.</p> <p>MATERIAL: Discos de material duro y blando. Tela o papel continuo canutos de carton. Cuerdas. Pivotes. Aros.</p> <p>ORGANIZACIÓN: Individual – multigrupal.</p>	<p>OBJETIVOS:</p> <p>C: Conocimiento de las diferentes técnicas del disco.</p> <p>P: Saber aplicar las distintas técnicas al juego</p> <p>A: Respetar las normas y reglas del juego para poder disfrutar de él.</p>
<p>CALENTAMIENTO:</p> <p>- El discazo: Gran grupo. Pilla - pilla con uno o varios discos de material blando (p.e.: goma espuma). Para pillar los que asumen este rol tendrán que golpear a los perseguidos con el disco, tras lo cual pasarán a una “zona de espe-ra”, la cual podrán abandonar en el momento que otro compañero intercepte el lanzamiento dirigido hacia él con la intención de golpearlo, obteniendo de este modo <i>una vida</i>. Se puede realizar en pequeños grupos.</p>	
<p>PARTE PRINCIPAL:</p> <p>- Actividad de refresco: Parejas. Repasar los distintos tipos de lanzamientos y recepciones con ambas manos, así como los diferentes tipos de agarres existentes.</p> <p>- Robin Hood: colocados alrededor de una caja de cartón a una distancia considerable debe intentarse introducir el disco volador mediante lanzamientos bajos.</p> <p style="text-align: center;">VARIANTE: Lanzar a canasta con el frisbee. FERIA DEL LANZAMIENTO DE PRECISIÓN.</p> <div style="text-align: center;"> </div> <p>- Atrapalo como puedas: Parejas. Un integrante de la pareja lanza el disco y otro debe de recibirlo antes de que caiga al suelo, de ser así puede lanzar al instante para que su compañero intente realizar la misma acción.</p> <p>- Vuelve que voy: Parejas. Un integrante debera realizar lanzamientos mediante la técnica boomerang anticipandose a la trayectoria de regreso del frisbee, encadenando lanzamientos por cada recepción válida. Se trata de comprobar que integrante encadena más lanzamientos y,por tanto, quién recorre una mayor distancia.</p> <p>- Iniciación al Ultimate: 2 grupos de 4 personas (cantidad orientativa). Tras explicación de las normas básicas del ULTIMATE realización de minidinámica de juego atendiendo a éstas.</p>	
<p>VUELTA A LA CALMA:</p> <p>Los lazarillos: Pequeños grupos. Distribuidos por zonas distanciadas unas de otras, los integrantes de los distintos grupos señalaran la ubicación del disco dentro de una zona acotada a uno de sus compañeros, el cual llevará tapado los ojos.</p>	<p>OBSERVACIONES:</p> <p>El/La guía didáctica de la sesión debe tener en cuenta, al menos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los posibles peligros del juego en si. - Los posibles peligros del lugar donde se realiza. - Los posibles peligros de los propios participantes (características, número...)

3ª SESIÓN: Disfrutando de nuestro nuevo deporte.

<p>SESIÓN: Tercera</p> <p>NOMBRE: Disfrutando de nuestro nuevo deporte</p> <p>MATERIAL: Discos, tizas, conos, cuerdas.</p> <p>ORGANIZACIÓN: Individual – multigrupal.</p>	<p>OBJETIVOS:</p> <p>C: Conocer las normas y el reglamento básico de las distintas modalidades deportivas asociadas al Frisbee.</p> <p>P: Practicar los lanzamientos, recepciones y agarres en situaciones de juego.</p> <p>A: Fomentar las relaciones de compañerismo y amistad, disfrutando del juego con independencia del resultado.</p>
<p>CALENTAMIENTO:</p> <p>The change: desplazarse por el espacio y a la indicación del profesor lanzar el disco hacia arriba y procurar recepcionar el disco de otro compañero. Es recomendable, que algunos de los participantes comiencen el juego sin disco.</p>	
<p>PARTE PRINCIPAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A falomear: Parejas. Los lanzadores se colocan en una línea. La distancia es medida desde la línea de lanzamiento hasta donde hace contacto el frisbee con el suelo. - Partido de ULTIMATE: procurando pasar durante su desarrollo de la supervisión del profesor a la autogestión de la actividad por los propios participantes siendo la opinión del profesor asumida desde un punto de vista orientativo o consultivo respecto a las normas del juego, nunca decisorio. 	
<p>VUELTA A LA CALMA:</p> <p>Con las manos en la masa: Gran grupo. Los participantes han de sentarse en círculo colocándose uno de ellos en su centro. Los que conforman el círculo deberán pasarse un frisbee en un determinado sentido mientras que su compañero del centro hace palmas. Cuando este cese de hacer palmas quien este en posesión del disco deberá intercambiar su sitio con aquel o aquella situada frente a él, pudiendo participar en este intercambio quien estaba dando palmadas. Quien no consiga alguno de las plazas vacantes ocupará el puesto central.</p>	<p>OBSERVACIONES:</p> <p>Recordar que el ultimate promueve el deportivismo y el juego limpio, el respeto y adhesión a las reglas, así como el principio básico de divertirse jugando, también promueve el juego competitivo pero nunca a expensas del mutuo respeto entre jugadores y equipos.</p>

El juego del balonkorf

INTRODUCCIÓN

También se conoce con nombre de korfbal, su significado proviene de las palabras ball=balón y korf=cesta. Se inicia su práctica en Holanda sobre el año 1902.

A España llega hacia 1969 de la mano de un holandés y comienza a practicarse en la marbellí Costa del Sol. Es aquí el único lugar de la geografía española en el que hay una liga regular de clubes.

El juego consiste en:

- Hacer pasar un balón por el cesto que defiende el equipo contrario.
- Cada enceste es un tanto.
- Los jugadores deben de ser de ambos sexos y juegan de manera simultánea. Cada jugador solo puede ser marcado por un oponente del mismo sexo del equipo contrario.
- La cooperación se basa en no poder desplazarse con el balón, ni correr con él, ni botarlo (excepto para entrar a canasta).
- Los jugadores (atacantes) deben librarse del jugador (defensor) adversario totalmente antes de tirar al cesto.

Como característica principal decir que en este juego el acento lo pone el juego colectivo y no el rendimiento individual.

CARACTERÍSTICAS DEL TERRENO DE JUEGO

DIMENSIONES

El campo ha de ser rectangular de 60 por 30 metros máximo. Si se juega en pista cubierta se puede utilizar un campo de balonmano 40 por 20 metros.

Se encuentra dividido en dos zonas iguales. Al fondo de cada zona hay un poste con una cesta de mimbre sin fondo, esta se encuentra colocada a 3'50 mt, su borde superior, del suelo.

Los postes están situados a 6'60 metros de la línea de fondo.



CARACTERÍSTICAS DEL MATERIAL A UTILIZAR.

Se juega con balón de unas dimensiones similares al balón de fútbol número 5.

Dos postes con una cesta cada uno que se encuentran situados al fondo del campo en los extremos opuestos.

Un equipo, este está formado por ocho componentes la mitad de los cuales han de ser chicos y la otra mitad chicas.

CÓMO SE JUEGA

Para explicarlo de forma clara hablaremos de dos equipos uno rojo y el otro amarillo compuesto cada uno de ellos por 4 chicos y 4 chicas.

- Comenzamos distribuyendo al equipo rojo. Se coloca en ambas zonas del campo en un numero igual de chicos que de chicas. Su misión será marcar puntos en la cesta de la derecha.

Los cuatro que estan en el campo izquierdo tienen en principio la función de defensas no pudiendo atravesar la línea y pasar al campo de la derecha. Los que estan en el campo derecho actúan de atacantes y tampoco pueden pasar al campo de la izquierda. En el segundo tiempo del partido intercambian los papeles.

- Distribuimos ahora al equipo amarillo. Su distribución es igual al rojo pero su objetivo es anotar tantos en la cesta de la izquierda. Por lo tanto en el campo izquierdo se encontrarán los atacantes y en el derecho los defensas.
- Ambos equipos estan de manera simultánea en el campo y emparejados a su vez con un contrario del mismo sexo, una chica roja con otra amarilla que la marca y viceversa en el otro lado del campo.
- Cada vez que un equipo consigue anotar dos tantos debe enviar el balón a sus defensas del campo contrario. No pudiéndose hacer más de dos tantos sin que el balón cambie de campo.

El Balonkorf es un deporte veloz, que se juega quieto, es decir, el jugador en posesión del balón no puede andar ni correr con él, aunque si puede botarlo y lanzarlo al cesto o “entrarlo al cesto”, en cambio los jugadores/as que no poseen el balón tienen que moverse, correr, con objeto de desmarcarse de su oponente y así recibir un pase.

Cuando se entra o tira al cesto, no se puede tocar el suelo con los pies, por lo que hay que saltar, suspendiéndose en el aire durante el tiro, además se ha de lanzar siempre con las dos manos. (RUIZ ALONSO,G. 1991)

El término CUBIERTO, significa que un defensor está como máximo a una distancia de un brazo de su adversario, más cercano a la canasta que el portador del balón y trata de bloquear el balón.

RESUMEN DEL REGLAMENTO

DURACIÓN DEL PARTIDO:

Un partido de balonkorf dura 60 minutos, repartidos en dos tiempos de 30 minutos cada uno, con un descanso intermedio de 10 minutos.

PARA COMENZAR EL PARTIDO

Un equipo elige campo y el otro es el primero en sacar desde el centro del terreno de juego. Cada vez que se produce un tanto, saca desde el centro del campo el equipo que lo consiguió.

EL PUNTO O TANTO

Un equipo consigue su objetivo cuando el balón pasa de arriba hacia abajo por dentro del cesto contrario, habiéndolo lanzado el balón de forma reglamentaria. El equipo que consigue mayor cantidad de canastas en el tiempo previsto es el ganador del partido.

CAMBIO DE ZONAS

Cada dos canastas, sean del equipo propio o del contrario, los atacantes y defensores cambian de zona y de función; adoptando las defensas el papel de atacantes, y viceversa.

CAMBIO DE CAMPO

Se produce al final del tiempo de la primera parte

SAQUE DE BANDA

El balón sale fuera del campo cuando toca la línea de delimitación del campo de juego, una persona o un objeto fuera del campo.

INICIO DEL FUEGO

El balón se pone en juego al principio del partido, al inicio de la segunda parte y después de cada cesto anotado, desde un punto cercano al medio campo, por parte de uno de los jugadores atacantes que han encajado la canasta.

EL GOLPE FRANCO

Se le concede a un equipo cuando el otro comete una infracción al reglamento. El golpe franco se saca desde el lugar en el que se ha cometido la infracción. Si se produce en zona de ataque, no se puede lanzar directamente a canasta, (por lo tanto el golpe franco es indirecto).

EL PENALTY

Se produce cuando hay una infracción que impide conseguir una ocasión clara de encestar. El lanzamiento es directo, y se realiza a 2.50 metros del eje longitudinal del poste.

SALTO ENTRE DOS

Cuando dos jugadores adversarios cogen el balón simultáneamente. El árbitro detiene el juego y hace un 'saque entre dos'. Designa a dos jugadores de la zona implicada, del mismo sexo y de talla similar. El resto de los jugadores se sitúan a 2.50 metros de distancia y no pueden intervenir hasta que el balón haya sido tocado por uno de los jugadores que saltan. Cuando se produce un salto entre dos, no se puede lanzar directamente a canasta.

ES FALTA

- Tocar el balón con el pie o la pierna.
- Golpear el balón con el puño.
- Coger o tocar el balón mientras uno de los pies no está tocando el suelo.
- Desplazarse con el balón.
- Jugar individualmente (en particular botar).
- Pasar el balón de mano en mano sin trayecto aéreo entre dos.
- Interrumpir o frenar inútilmente el juego.
- Golpear, coger o sujetar a un contrario.
- Empujar, coger o sujetar a un contrario.
- Defender al contrario insistentemente o impedir sus movimientos.
- Defender sobre un jugador de sexo opuesto o sobre un jugador que está siendo defendido.
- Jugar fuera de los límites de la zona.
- Tirar a canasta después de haberse colocado en la línea de otro atacante (pantalla).
- Tirar al cesto desde la zona de defensa o desde el saque de golpe franco o desde el saque de arbitro (saque entre dos).
- Facilitar una canasta sacudiendo el poste.
- Utilizar el poste para saltar, correr o tomar impulso

UNIDAD DIDACTICA

IDENTIFICACIÓN

Nombre: ¡Una cesta y un balón! y ¿no es baloncesto?	
OBJETIVO GENERAL: Conocer el deporte por medio de actividades y su aplicación, aceptándolo y adaptándose a su reglamentación. Lanzar con las dos manos y un salto un objeto conocido componiendo un gesto coordinado.	OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Reconocer e identificar estrategias de cooperación y oposición aplicadas a juegos predeportivos. Valorar la importancia del trabajo en grupo. Trabajar los pases y recepciones. Conocer, aprender y practicar el tiro a canasta por sus características particulares. Recepcionar objetos en posición dinámica y estática. Disfrutar con la actividad física adquiriendo valores de colaboración y amistad. Valorar los elementos comunes y de diferenciación con respecto a otros deportes del balonkorf.
CONTENIDOS: <ul style="list-style-type: none">- El Equilibrio dinámico.- La coordinación dinámica general.- La coordinación óculo-manual.- La percepción espacio-temporal.- Los desplazamientos.- Las habilidades básicas de pase y recepción.- La resistencia aeróbica- anaeróbica afemante.- La velocidad de reacción.- La velocidad de traslación.- Propicia la transferencia positiva hacia deportes como el baloncesto y balonmano. - LA COEDUCACIÓN.- Relaciones afectivas entre los participantes.- La comunicación e inserción social.- Favorece el trabajo en grupo.- Estimula la sana competencia.- Propicia el disfrute y la diversión de los participantes. - Capacidad de Observación.- Análisis e interpretación del juego.- Conocimiento de reglas, técnicas básicas y normativas.	
INTALACIONES: Pista deportiva o patio del colegio sin obstáculos	
MATERIAL: Balones de diferentes características. Cestas o símiles. Picas. Material específico de balonkorf. Discos, tiza, conos, tela o papel continuo.	

DESARROLLO DE LAS SESIONES

1ª SESIÓN: Qué necesito para jugar

<p>SESIÓN: Primera</p> <p>NOMBRE: Qué necesito para jugar</p> <p>MATERIAL: Balones de distintas características. Cestas o similares. Material específico de Balonkorf a modo de ejemplo.</p> <p>ORGANIZACIÓN: Multigrupal.</p>	<p>OBJETIVOS:</p> <p>C: Conocer y recordar formas de lanzamientos, recepciones y pases.</p> <p>P: Practicar formas de lanzamiento, recepciones y pases.</p> <p>A: Valorar positivamente las actividades grupales.</p>
<p>CALENTAMIENTO:</p> <p>Pico, cielo, pecho: cada participante, se desplaza lanzando el esférico de la forma que sea indicada por el profesor.</p> <p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - picando el pase. PICO se debe lanzar el balón a un compañero - CIELO lanzar el balón hacia arriba y recepcionarlo - PECHO realizar un pase a un compañero 	
<p>PARTE PRINCIPAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las peonzas: Grupos de 12 colocados en círculo. Los participantes deberán pasarse un balón de manera consecutiva, girándose para realizar el pase al compañero debiendo pivotar sobre un pie. Variar el sentido del pase una vez finalizado tres rondas. - Suspendidos que no suspensos: Tras explicar las particularidades que posee el lanzamiento a cesta en Balonkorf, por parejas se ensaya. - Cesta móvil: Gran grupo. Dos de los participantes deberán transportar una cesta, papelería, caja, etc, colgada a la cintura, poseyendo la mitad del resto de los integrantes un <u>balón blando</u>. Consignas: <ul style="list-style-type: none"> - Portadores de la cesta: han de estar en continuo movimiento, manteniéndose erguidos. - Los que disponen de balón: mediante la imitación del lanzamiento de balonkorf, intentarán encestar en las cestas móviles. - El resto de participantes: dificultarán los lanzamientos, sin contacto físico - Giro quest: Gran grupo. Una vez configurados dos equipos cada uno ocupa su respectivo campo. Una vez allí se enumeran del uno al cinco procurando formar tríos. Los integrantes de un trío se quedan en posesión de un balón cada uno. Los integrantes de los tríos que restan tendrán que salir corriendo hasta una señal ubicada de antemano por delante de donde se hallan los balones, de tal forma que antes de su llegada al final del trayecto señalado, el número que se les asigne podrá ser gritado por los que poseen los balones, tras lo cual deberán volverse para recibirlos. 	
<p>VUELTA A LA CALMA:</p> <p>Buscando tu mirada: Gran grupo formando un círculo. Todos los participantes deberán buscar la mirada de un compañero para intercambiarse los sitios. Deben hacerlo sin hablar y al cruzarse deben evitar contactar con ningún compañero. Asegurándose con quien han de cambiar su puesto.</p>	<p>OBSERVACIONES:</p> <p>Al inicio de la sesión, realizar un breve reseña histórica del Balonkorf.</p>

2ª SESIÓN: ¡Cuidado que mancho!

<p>SESIÓN: Segunda</p> <p>NOMBRE: ¡Cuidado que mancho!</p> <p>MATERIAL: Balones de distintas características. Picas. Conos. Tizas.</p> <p>ORGANIZACIÓN: Multigrupal.</p>	<p>OBJETIVOS:</p> <p>C: Reconocer la dificultad que supone el coordinar nuestros movimientos con respecto a objetos o personas en posición estática y dinámica.</p> <p>P: Apreciar velocidades y distancias adaptando los movimientos corporales de manera coordinada.</p> <p>A: Interés por aumentar la competencia y habilidad motriz a la vez que la cooperación grupal.</p>
<p>CALENTAMIENTO:</p> <p>Calles y avenidas: Gran grupo. Repartidas por el espacio y a la misma distancia se han de configurar X hileras de X integrantes las cuales habrán de colocarse colectivamente atendiendo a dos consignas:</p> <p style="padding-left: 40px;">AVENIDAS: longitudinalmente con respecto a las líneas de banda del campo de balonmano, baloncesto.</p> <p style="padding-left: 40px;">CALLES: Tras realizar un giro de 90 grados los integrantes de las hileras, colectivamente éstas aparecerán transversales a las líneas de banda, situándose, por tanto, paralelas a las líneas de fondo.</p> <p>Los componentes de las hileras deberán situarse con los pies juntos y los brazos en cruz. Mientras que uno de los participantes deberá recorrer el espacio entre las hileras en ZIG-ZAG hasta el final sin tocar a nadie.</p> <p style="padding-left: 40px;">VARIANTE: La configuración de las hileras colectivamente hablando puede variar durante el recorrido individual a la orden del profesor.</p>	
<p>PARTE PRINCIPAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Círculos y parejas: Gran grupo. Dividir el grupo en dos y disponerlos en dos círculos concéntricos que han de girar en sentido contrario, siguiendo el ritmo del acompañamiento sonoro. Cuando dicho acompañamiento cese los participantes deberán agruparse en parejas del mismo sexo y misma altura (en un principio) para sentarse lo más rápidamente posible. Tras levantarse retomar la misma dinámica. Una vez cese el acompañamiento por segunda vez, han de emparejarse de nuevo con su anterior pareja y sentarse velozmente uno enfrente del otro imitándose los gestos que haga el profesor. Por último, tras volver a la misma dinámica y dado por concluido el acompañamiento deben de buscar una pareja diferente. - Molesto: Parejas. Un integrante intenta escapar de su compañero mientras que este habrá de impedirse sin que se produzca contacto físico. Pasado un tiempo cambio de rol. VARIANTE: El cascabel de la serpiente - Magic hand: Parejas. Un integrante de la pareja tiene un balón y su compañero intentará quitárselo. El del balón no puede desplazarse con él solo puede pivotar sobre un pie y botarlo. - Picas equilibristas: Parejas. Uno frente a otro con una pica en cada hombro desplazarse realizando movimientos sincronizados sin que se caigan las picas. VARIANTE: Grupos de seis. En parejas, uno detrás de otro con una pica en cada hombro. Realizan el recorrido sin que se caiga ni las picas y dan el relevo a la siguiente pareja. - Ganando terreno: 2 grupos de 15 enumerados del 1 al 15. Cada grupo se reparte por la una mitad del campo. Manteniendo el orden numérico consecutivamente y alternándose los integrantes de los distintos equipos, estos deberán lanzar el balón al campo contrario lo más lejos posible sin salirse de sus límites, procurando que este no sea interceptado antes de contactar con el terreno. Si se produce una interceptación el balón debe ser pasado al jugador cuyo número corresponda con el inmediato siguiente en el orden de juego, sin desplazamientos, acción que deberá repetirse aun habiendo anotado tanto el equipo adversario. 	

3ª SESIÓN: El "cuñao" del baloncesto.

<p>SESIÓN: Tercera</p> <p>NOMBRE: El "cuñao" del baloncesto</p> <p>MATERIAL: Balones de distintas características. Canastas. Material específico de Balonkorf</p> <p>ORGANIZACIÓN: Multigrupal.</p>	<p>OBJETIVOS:</p> <p>C: Conocer los secretos del Balonkorf.</p> <p>P: Aplicar las habilidades y destrezas adquiridas a la dinámica de juego.</p> <p>A: Apreciar el potencial de los equipos mixtos.</p>
<p>CALENTAMIENTO:</p> <p>Achicando balones: Gran grupo. Tantos balones como niños. Divididos en dos equipos, cada uno en una mitad del campo. A la señal, cada equipo enviará con las manos en balón que se encuentre en su campo al campo contrario y a la señal dejarán de lanzarlos y se contarán los balones que hay en cada campo. VARIANTE: asignar puntuación a balones si estos son de diferentes características.</p>	
<p>PARTE PRINCIPAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> - balón. Mareo por parejas - Los cuatrerros: Grupos de cuatro, mixtos y con un integrantes. Jugar a balonkorf con material específico a ser posible en un espacio reducido y acondicionado al efecto. - Mini balonkorf: 2 equipos mixtos de cuatro - Juego Real: 2 equipos mixtos de ocho integrantes. 	
<p>VUELTA A LA CALMA:</p> <p>La Pescadilla que se muerde la cola: Equipos de diez integrantes en hilera, agarrados por la cadera, la cabeza intenta atrapar a la cola.</p>	<p>OBSERVACIONES:</p> <p>Facilitar un manual ilustrado a modo de comics al final de la sesión donde se recojan las normas básicas de juego.</p>

LOS JUEGOS POPULARES/RECREATIVOS

A través de la historia se ha demostrado que el juego fue un punto de encuentro entre la motricidad, el folklore y la literatura.

En periodos anteriores a la implantación de la “Escuela” los juegos populares unidos a las danzas fueron un punto de apoyo esencial para el sistema educativo – social de la época, dándoles respuestas a necesidades culturales, motrices, psicomotrices, creativas, sociales, éticas, morales y lúdicas.

DEFINICIÓN

“Juegos con un carácter tradicional, generalmente derivados de actividades laborales, poco reglamentados, donde las reglas surgen de mutuo acuerdo de los jugadores, siendo, por lo tanto, variables y flexibles”.

La importancia de recuperar estos juegos estriba en que en la actualidad, los niños no juegan en sus entornos inmediatos (calle, barrio...) como antaño, sobre todo en el ámbito urbano, por lo que no están familiarizados con estas actividades que requieren de muy poco material para su realización, pero si de la improvisación y adaptación.

IMPLICACIONES EDUCATIVAS

Este tipo de juegos tradicionales favorecen varios aspectos educativos de la persona:

INTEGRACIÓN EN EL GRUPO

Junto a otros tipos de juegos constituyen los primeros fundamentos de la comunicación entre sus iguales.

ESTRUCTURACIÓN TEMPORAL

Los diferentes desplazamientos y cambios de velocidad en este tipo de juegos, hacen que los alumnos conozcan las duraciones, velocidades y ritmos en las distintas actividades.

ENRIQUECIMIENTO DEL LENGUAJE

Mediante los diálogos y canciones de los juegos los alumnos adquieren un lenguaje natural, practicando la correcta forma de articular, realizando la fonación y memorizando las palabras.

FORMACIÓN INTEGRAL DE LA PERSONA

Los valores educativos de los juegos populares se pueden dividir en tres áreas:

Motora

- Desarrollo de la resistencia orgánica y muscular (carreras, persecuciones, saltos...).
- Desarrollo de la fuerza y potencia (transportes, luchas, ataques y defensas).
- Trabaja la flexibilidad (equilibrios, balanceos, movilidad de articulaciones).

Psicomotora

- Aumenta la coordinación dinámica general (ajuste a situaciones variadas, creación de nuevas respuestas).
- Desarrolla la percepción corporal (conoce los segmentos corporales y la posibilidad de movimientos).
- Se produce un ajuste postural (según los gestos y acciones en el juego).
- Organiza la representación espacio-temporal (evoluciones en espacios variados y con ritmos diferentes).

Sociomotora

- Se produce una colaboración grupal.
- Existe un espíritu de iniciativa.
- Consigue su propio control emocional.

CARACTERÍSTICAS DE LOS JUEGOS POPULARES

Los juegos tradicionales han ido adquiriendo unas señas únicas a través de los tiempos, que han hecho posible englobarlos en un bloque diferente al de los demás tipos de juegos (alternativos, adaptados, inventados, predeportivos...):

- Se mezcla la actividad motriz con cuentos o leyendas que son contados o recitados.
- Existe una incertidumbre que produce un interés en los participantes, ya que además de realizar las destrezas y habilidades físicas deben recitar o cantar el verso correspondiente, teniendo sanción si se produce un error en cualquiera de los dos aspectos.
- Los personajes y situaciones del juego están muy relacionados con los personajes y situaciones de los cuentos:
 - Madre: dirige el juego.
 - Castillo o casa: lugar seguro.
 - Rey o capitán: manda o castiga. Dirige el juego.

- Diablo o bruja: ataca, secuestra.
- Animales salvajes: atacan, se alían con el diablo.
- Reina: perdona, aunque también puede ser malvada.

- Palabras clave: salvan el peligro o a un compañero.

CLASIFICACIÓN

Hay distintos tipos de juegos, según las posibilidades de los espacios y a su vez de la climatología.

Una clasificación de los juegos populares según la situación de los jugadores y del entorno es:

- De tablero (ajedrez, oca, parchís...).
- De calle (con historias contadas a la luz de las farolas).
- De campo abierto (para caminantes).
- De fiestas (con varios tipos de historias).
- De habilidad (con historias al amor de la lumbre).

Otra de las posibles clasificaciones atiende a los instrumentos implicados en su dinámica:

- Juegos sin material
- Juegos sin material y canción.
- Juegos con materiales: estos suelen ser sencillos. Una piedra, una caña, monedas, cuerdas, tapones, chapas, etc.
- Juegos con material y canción.

ALGUNOS EJEMPLOS

JUEGOS SIN MATERIAL

El enredo

Es un juego que para jugar necesita de un grupo numeroso de participantes. Uno de ellos de espaldas al grupo ha de contar hastamientras que el resto cogidos de la mano forman un corro y habrán de enredarse entre ellos sin soltarse de manos procurando realizar el “*enredo*” o nudo antes de finalizar el conteo, tras el cual el que cuenta ha de proceder a desliar el nudo humano, sin que se suelte ninguno. Si lo consigue puede elegir al siguiente desenredador.

JUEGOS SIN MATERIAL Y CON CANCIÓN

A la rueda del Chuchurumbel

Formando un corro los participantes acompañándose de una canción van girándose de espaldas al resto de sus compañeros de forma sucesiva tras

haber finalizado la canción. Al final una vez que todos se encuentran de espaldas los unos a los otros, se golpean con sus gluteos.

Letra de la canción:

*“ A la rueda del Chu – Churumbel
pasa un carro lleno de miel,
pan blando, pan duro,
que se vuelva.....(nombre).....
de culo”*

(Tras estar todos de espalda se contea hasta 4, tras lo cual se añade)

“Culo, culazo, con el gato”

El pavo, pavito, pavo

Es una canción de corro. Tras la finalización de la letra, ha de cambiarse el sentido de giro del grupo. Una vez repetida la canción en tres ocasiones inmediatamente los integrantes del corro han de agruparse por parejas. Se suele hacer con grupos compuesto por un número impar de componentes.

Letra de la canción:

*“ Al pavo, pavito, pavo,
al pavo, pavito, si
al pavo que se ha escapado
y a la pava que ya está aquí*

iUNO!

(Primer cambio de giro)

*“ Al pavo, pavito, pavo,
al pavo, pavito, si
al pavo que se ha escapado
y a la pava que ya está aquí*

iDOS!

(Segundo cambio de giro)

*“ Al pavo, pavito, pavo,
al pavo, pavito, si
al pavo que se ha escapado
y a la pava que ya está aquí*

iTRES!

(Han de buscar una pareja)

A la rueda del apargate

Gran grupo. Los participantes han de sentarse en círculo colocándose uno de ellos en el exterior (*Madre*).

Los que conforman el círculo deberán estar atentos al recorrido a su alrededor de la *Madre*, ya que con un contacto determinará quien ha de levantarse, al final de la canción, siendo la misión de la madre quitarle el sitio tras una vuelta en persecución.

Letra de la canción:

*"A la rueda del apargate
date, date, como a un tomate,
y sal tu calabazón grande"*

JUEGOS CON MATERIAL

La Pica

Mínimo de participantes: seis.

Es un juego de pillar en el que la pica (el que ha de pillar) lanza una pelota de trapo o papel a los compañeros para pillarlos. El pillado se sienta en el lugar que fue alcanzado y solo se salva si alguien salta por encima de él.

La pelota al ser lanzada por el jugador puede ser recogida por cualquier otro y volver a ser lanzada, incluido los jugadores que están pillados – sentados (que pueden recoger la pelota y lanzar sin moverse del sitio).

El reloj

De la misma dinámica que el anterior, ha de jugarse en una zona amplia. Se dibuja en el centro un círculo con conos o con piedras. La originalidad reside en que los perseguidos solo se pueden desplazar en un sentido alrededor del círculo y no pueden retroceder en ningún momento, mientras que el perseguidor se desplaza en otro sentido sin poder retroceder. De este modo perseguidor y perseguido se cruzan necesariamente cada cierto tiempo. A medida que el perseguidor pilla a otros jugadores estos se le unen formando una cadena. Nadie puede pisar el círculo

JUEGOS CON MATERIAL Y CANCIÓN

A la zapatilla

*" A la zapatilla por detrás, tris, tras,
ni la ves, ni la verás, tris, tras
mirad pa arriba que caen judías
mirad para abajo que caen garbanzos
a dormir, a dormir,
que los reyes van a venir.
¿A qué hora vienen los reyes?"*

P. ej. -> a las doce

Empiezan a contar todos hasta doce con la cabeza agachada y el que se quedaba de *Madre* le deja la zapatilla detrás del que le toque el número 12, siendo la misión de la madre quitarle el sitio tras una vuelta en persecución

UNIDAD DIDÁCTICA : BADMINTON

INICIEMONOS EN EL BADMINTON

CENTRO EDUCATIVO :

FECHA :

CICLO EDUCATIVO :

**Nº:
NIVEL:**

Nº DE SESIONES DE E-A : 7

OBJETIVOS :

- Toma de contacto con el deporte del badminton, iniciación.
- Desarrollo de habilidades motrices relacionadas con el badminton
- Conocimiento de diversos tipos de juegos relacionados con este deporte
- Adquirir nociones elementales de situación táctica
- Adquirir gusto hacia la práctica de actividad física como medio de disfrute y de organización de tiempo de ocio.

CONTENIDOS :

Conceptuales :

- . Material del juego : volante, raqueta, red, pista.
- . Habilidades motrices
- . Sistemas tácticos elementales

Procedimentales :

- . Formas jugadas varias

Actitudinales :

- . Aprecio de la actividad física
- . Aceptación de normas y reglas básicas
- . Favorecer la coeducación y el respeto a los demás.
- . Mostrar interés de superación y aprendizaje.

METODOLOGIA :

Basada en los estilos de enseñanza de asignación de tareas y descubrimiento guiado.

Variada organización del grupo : individual, subgrupos, gran grupo.

Posicionamiento del profesor/a variada, según los momentos.

Utilización del juego como “crisol” de la práctica de actividades.

Actividades y ejercicios variados, graduales, adecuados al nivel.

EVALUACIÓN : uso de instrumentos facilitados anteriormente.

RECURSOS Y MEDIOS MATERIALES : raquetas de badminton, volantes, red (3 al ser posible), dibujo de varios campos, pista polideportiva o patio.

ANTERIOR PROYECTO : alguna U.D. de iniciación al deporte

POSTERIOR PROYECTO : variado a este bloque

OBSERVACIONES . : _____

EJEMPLIFICACION DE UNA SESION DE E-A

UNIDAD DIDÁCTICA : INICIÉMONOS EN EL BADMINTON

SESION : 3

OBJETIVOS :

- Familiarización con este deporte
- Desarrollo de habilidades motrices
- Acercamiento al desarrollo del juego adaptado 2:2
- Aceptación de normas y reglas básicas del juego.

CONTENIDOS :

- Recursos y medios materiales de este deporte
- Golpeos básicos
- Reglas básicas

METODOLOGÍA :

- . Asignación de tareas
- . Descubrimiento guiado

EVALUACIÓN : observación directa, anotación en ficha de seguimiento.

INICIO

- Andando por la pista con el volante en la mano, lo cambiamos de mano, lo lanzamos al aire, recogemos, lanzamos hacia delante, atrás
- Ahora podemos pasarlo a los demás,intercambiamos.
- Recogemos las raquetas, recordamos empuñadura, agarre.
- Colocamos el volante en la raqueta y golpeos libres contra pared.

DESARROLLO

- Parejas lanzamientos-recepciones (golpeos drive, revés , dejada)
- Colocamos cuerda o hilo a 1m. Realizamos lanzamientos al otro campo.
- Dibujo de diferentes espacios para realizar lanzamientos puntería.
- Partidos: 2:2, campos dibujados a tal fin. Explicación del profesor-a del tanteo,reglas,saque libre.....
- individual volvemos a repasar empuñadura y golpeos básicos aprendidos en la sesión 1,2 y esta.

FINAL :

- ¿quién sabe como se podría agarrar la raqueta de otras formas?
- ¿ Es difícil este deporte?
- Veamos otras formas de golpeos : ejemplifica el profesor/a.

V.- BIBLIOGRAFÍA.

- APUNTES Asignatura : *Actividades físicas organizadas*. INEF Granada. Varios.1.993/4.
- I CONGRESO INTERNACIONAL. “*Educación física y deporte*” .Almería 1.998.
- *Programaciones de aula* . Coordinadores del curso.
- CASTAÑO RUIZ, JAVIER (2.006). *Propuesta Didáctica para el área de E.F. Educación Primaria*. Ed. Wanceulen.
- ARRÁEZ, J.M. (1995): *Juegos y deportes alternativos con deficientes psíquicos*, en APUNTS: Educación Física y Deportes, No 40, Pág. 69 - 80.
- BALLY, G. (1965) *El juego como expresión de la libertad*. Fondo de Cultura Económica. México
- BANDET, J. y ABBADIE, M. (1975) *Cómo enseñar a través del juego*. Edit. Fontanella. Barcelona.
- CAGIGAL, J.M. (1971) *Ocio y deporte en nuestro tiempo*. Cátedras Universitarias. Madrid.
- *Decreto 111/13 de Septiembre de 2.002* por el que se establece el currículo de la etapa educativa de E.Primaria. Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.
- GUITART, R. (1992) *El juego en la escuela*. Aula de Innovación Educativa. N° 7, Octubre.
- IMERONI, A. (1986) *El juego como medio educativo*. II Congreso Gallego de Educación Física. La Coruña.
- JACQUIN, G. (1958) *La educación por el juego*. Edit. Atenas. Madrid.
- JARDY, C.; RIUS J. (1992); *1000 Ejercicios y juegos con material alternativo*. Barcelona. Ed Paidotribo.
- LEIF y BRUNELLE. (1978) *La verdadera naturaleza del juego*. Edit. Kapelusz. Buenos Aires.
- LINAZA, J. (1991) *Jugar y aprender*. Edit. Alhambra Logman. Madrid.
- LÓPEZ, J.A. (1999): El floorball en la escuela, en *Askes/s*: no 4, <http://www.akesis.arrakis.es>.
- M.E.C. (1989): *La formación del profesorado y la innovación educativa*. Madrid. M.E.C.
- M.E.C. (1992): *Materiales para la Reforma (Área de E.F.)*, Madrid.M.E.C.
- Nuevas alternativas al diseño curricular de E.F. APEFLUM, 2001,2002,2004.C.P.R.Lorca. Internet: <http://www.educarm.net/edfisica-puertolumbreras>
- ORLICK, J. (1990) *Libres para cooperar, libres para crear*. Edit. Paidotribo. Barcelona.
- RUIZ ALONSO, J.G. (1996): *Juegos y Deportes Alternativos*. En la programación de Educación Física Escolar. Zaragoza. Ed. Agonos.
- TRIGO AZA, E. (1994) *Juegos motores y creatividad*. Edit. Paidotribo. Barcelona.
- TRIGO AZA, E. *Aplicación del juego tradicional en el curriculum escolar*. Edit. Paidotribo. Barcelona.
- TORRES J. y OTROS (1994): *Las actividades físicas organizadas en educación primaria* .Colección Materiales Didácticos "FACIEDU". Granada. Rosillo 's.
- USBONA, S.; MARTÍNEZ M.; RAMÍREZ V.; BARBERO, J.C. (2000); La enseñanza individualizada y los juegos y deportes alternativos en Educación Física. Unidad didáctica: «aprendo shuttleball a mi ritmo», en *Lecturas Educación Física y Deportes*. Revista Digital, No 19, Internet: <http://www.efdeportes.com>.