



INTRODUCCIÓN

Los estragos causados por la voraz contingencia sanitaria en los años pasados ha sido sin duda alguna los que más ha afectado al ser humano en todos sentidos, de alguna manera el confinamiento y aislamiento social han permeado conductas y estilos de vida poco saludables debido a la falta de cultura del autocuidado, por lo que a partir de que las medidas de confinamiento fueron siendo menos restrictivas resurgió la necesidad del ser humano por socializar y realizar actividades lúdicas en compañía de otros.

Sin embargo no basta solo con promocionar estilos de vida saludables si no que resulta imprescindible realizar un trayecto formativo dirigido al desarrollo de las habilidades básicas desde la infancia ya que para realizar una actuación motriz eficaz existen dos requerimientos la coordinación y equilibrio, en este documento nos centraremos en el desarrollo de la coordinación con los alumnos de educación primaria ya que esta etapa es la idónea considerando la fisiología y la etapa de desarrollo en que se encuentran.



Para entender por qué es imprescindible el desarrollo de la coordinación en las primeras etapas de la vida será necesario definir su concepto:

(RIGAL, 2006): Ajuste espacio temporal de las contracciones musculares para generar una acción adaptada a la meta perseguida

(TORRES, 2005): Capacidad del organismo para ejecutar una acción motriz controlada, con precisión y eficacia

Es así que para favorecer todos estos elementos se eligió como estrategia didáctica la Iniciación deportiva debido a que tienen naturaleza flexible, amplia, inclusiva y diversa y aun persiguiendo metas de forma concreta se abordara el deporte del Bádminton debido a que es una disciplina que favorece de forma particular el desarrollo de la coordinación general y óculo – segmentaria potencializando el desarrollo armónico de los alumnos en edad escolar.

En este sentido la práctica deportiva tiene la función preventiva que evita la aparición de situaciones y conductas que perjudican la salud, protegiendo la vulnerabilidad del niño. Fomentar hábitos saludables debe ser un objetivo prioritario, para ello se requiere la concienciación tanto de los medios de comunicación, de la comunidad educación y las propias familias. El deporte es un escenario inigualable para la mejora de la calidad de vida.

Según la OMS en los niños y adolescentes, la actividad física es beneficiosa por cuanto respecta a los siguientes resultados de salud: mejora de la forma física (funciones cardiorrespiratorias y musculares), la salud cardiometabólica (tensión, dislipidemia, glucosa y resistencia a la insulina), la salud ósea, los resultados cognitivos (desempeño académico y función ejecutiva) y la salud mental (menor presencia de síntomas de depresión) y menor adiposidad. (OMS, 2020).

De ahí que la iniciación deportiva será una herramienta que permita crear las condiciones necesarias para el desarrollo integral de los niños teniendo en cuenta que entre sus beneficios se encuentran:

- Le enseña a respetar y compartir las normas y reglas.
- Le ayuda a superar la timidez o a frenar impulsos excesivos: autoestima, autoconfianza, autocontrol.
- Le enseñará a ser más colaborador y menos individual ya que tendrá que respetar las normas, los turnos y la autoridad. Su esfuerzo al servicio de los demás.
- Le enseña a tener responsabilidades y obligaciones que cumplir.

- Aumento generalizado de la aptitud física y psicomotora.
- Facilita el desarrollo orgánico y funcional, así como su crecimiento
- Puede rehabilitar y reeducar posibles déficits.
- Estimula y desarrolla hábitos saludables de higiene y salud.
- Mejora el campo de las habilidades sociales.
- Desarrolla la capacidad de relacionarse con los demás.
- La permite disfrutar de su cuerpo y de su entorno.

De modo que el objetivo general de este documento se centra en conseguir el desarrollo óptimo de la coordinación en los niños de edad temprana favoreciendo un estilo de vida saludable.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A raíz de la pandemia por SARS COV-2, los niños tuvieron afectaciones a nivel físico, emocional y psicológico, por lo que es necesario generar propuestas de intervención para favorecer la socialización y la adquisición de hábitos saludables tales como la práctica de algún deporte. (Domingo Blazquez Sanchez, 1995)

Por lo que a través del diseño del presente manual se pretende ofertar distintas opciones y estrategias para el entrenador físico con el propósito de favorecer el desarrollo de las capacidades físico motriz como la coordinación valiéndonos del Bádminton como disciplina deportiva para tal propósito.

Es así que a lo largo de la aplicación de una unidad didáctica de 5 sesiones se darán propuestas para mejorar metódicamente la intervención docente respecto a la adquisición y desarrollo de las capacidades madre como es el caso de la coordinación retomando que a la par del desarrollo físico estarán contenidos procedimentales y actitudinales que impactarán en el desarrollo de los alumnos de educación básica.

Finalmente el proceso de la evaluación tendrá un carácter formativo donde por medio de la retroalimentación y la evaluación entre todos los actores involucrados (autoevaluación, coevaluación, hetero evaluación) se realicen de ser necesario las mejoras correspondientes replanteando las actividades y el seguimiento de las mismas favoreciendo que las propuestas tengan un carácter inclusivo, amplio y diverso.

OBJETIVO GENERAL

Plantear el objetivo del presente trabajo resulta una tarea ambiciosa ya que se pretende lograr los siguientes aspectos no solo en cuanto al desarrollo de las habilidades físicas en particular el desarrollo de la coordinación, si no también mejorar los aspectos que tienen que ver con el desempeño docente, la programación y diseño de las actividades recreativas, lúdicas y de iniciación al deporte

- Diseñar estrategias lúdicas con el propósito de potencializar el desarrollo de las habilidades físico-motrices básicas dosificando el nivel de dificultad en las actividades con el propósito de monitorear el avance obtenido en cuanto al desarrollo de la coordinación
- Implementar estrategias que contemplen el desarrollo de la coordinación
- Aplicar de forma permanente el proceso de la evaluación a través de la participación activa de alumnos y docentes para determinar el impacto que tuvo el desarrollo de la coordinación
- Emplear como medio al bádminton con la finalidad de estimular el desarrollo de las habilidades físico-motrices de base
- Construir una herramienta pedagógica que sea de utilidad para el educador y entrenador físico

La coordinación como habilidad para el desarrollo eficaz de los alumnos de educación primaria

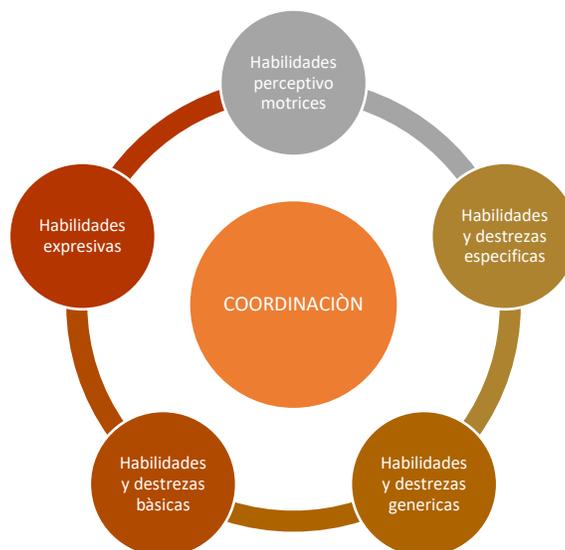
Es imprescindible cuando hablamos de coordinación mencionar a (LE BOUCH, 1986) quien conceptualiza que la coordinación desde el punto de vista de la psicomotricidad es:

“Una de las conductas motrices base que en conjunto con destrezas neuromotrices (lateralidad) y perceptivo motrices (percepción espacial, temporal y organización espacio- temporal) son sumamente necesarias en la adaptación del Yo al medio.

En el ámbito de la Educación Física (CASTAÑER, 1991) menciona:

“La coordinación es la capacidad de generar movimientos de forma controlada y ajustada”

En conclusión la coordinación es una habilidad madre y resultante de las demás habilidades.



Fuente: elaboración propia

Tipos de coordinación

Entre las clasificaciones elaboradas por diversos autores se retomara la postura de (LE BOUCH, 1986) que las organiza de la siguiente manera:

1. **Coordinación dinámica general:** Se refiere al dominio de la globalidad del cuerpo
2. **Coordinación Especifico-segmentaria:** Se refiere al dominio de un segmento del cuerpo
3. **Coordinación intermuscular:** Referida a la relación eficaz de todos los músculos que intervienen en una acción motriz
4. **Coordinación intramuscular:** Referida a la que establece entre los elementos propios del musculo

De igual manera (CONDE, 1997) realiza una clasificación considerando los siguientes aspectos:

- **Coordinación sensoriomotriz:** Referida al ajuste entre movimiento y diferentes campos sensoriales. Entre ellas están:
 - ❖ Coordinación Visomotriz
 - ❖ Coordinación Audiomotriz
 - ❖ Coordinación Sensoriomotriz
 - ❖ Coordinación Cinestesisomotriz
- **Coordinación global o general:** Participación de todos los segmentos del cuerpo en una acción motriz
 - ❖ Coordinación locomotora
 - ❖ Coordinación Manipulativa

- **Coordinación perceptiva motriz:** Ajuste de la acción motriz con la toma de conciencia, cuerpo, espacio y tiempo.

El desarrollo de la coordinación se manifiesta junto con el desarrollo de las demás habilidades. La maduración del sistema nervioso central (mielinización de las neuronas) marcará su desarrollo.

- Entre los 4/7 años es cuando las mejoras coordinativas asociadas a las habilidades perceptivo-motrices son mayores.
- Entre los 6/7 años la coordinación experimenta su máxima evolución, de forma que es un período llamado “la edad de oro” para la adquisición de todas las habilidades; sobre los 7 años las coordinaciones empiezan a ser analíticas.
- Finalizando la Etapa de Primaria y como consecuencia de la maduración sexual (11/12 años en chicas, y 12/15 años los chicos), el desarrollo de las medidas antropométricas influye negativamente en el nivel de coordinación.
- Por último, recordar, que todas estas adquisiciones dependerán de la edad biológica del niño, aunque sean de la misma edad cronológica.

Actividades para favorecer el desarrollo de la coordinación

HABILIDADES Y DESTREZAS BASICAS		
Desplazamientos	Saltos	Giros
<ul style="list-style-type: none"> ○ Juegos con cambios de dirección ○ Juegos con paradas "STOP" ○ Juegos con distintas formas de desplazamientos ○ Juegos con globos ○ Juegos de deslizamientos ○ Juegos de transporte de material o no 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Juegos de saltos con combinaciones de ellos ○ Juegos de saltos con material ○ Juegos de saltos en forma libre ○ Juegos de saltos desde distintas alturas 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Juegos con giros desde distinto ejes corporales ○ Juegos con giros suspendidos ○ Juegos con giros de forma libre

Lanzamientos y recepciones	Juegos con combinaciones
<ul style="list-style-type: none"> ○ Juegos de lanzamiento de precisión ○ Juegos de lanzamiento y recepción de forma libre ○ Juegos de lanzamiento de distancia con diferentes objetos ○ Juegos de malabares 	<ul style="list-style-type: none"> ○ De varias habilidades básicas ○ De habilidades básicas y otro tipo de habilidades

HABILIDADES GENERICAS			
Para el bote	Para los golpes	Para las conducciones	Juegos de combinaciones
<ul style="list-style-type: none"> ○ Juegos de bote con distintas partes del cuerpo ○ Juegos de bote con la mano de distinta forma ○ Juegos de bote sobre distintas superficies 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Juegos de golpeo de un móvil con distintas partes del cuerpo ○ Juegos de golpeo con distinto móvil ○ Juegos de golpeo orientados e interceptaciones 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Juegos de conducción con distintas partes del cuerpo ○ Juegos de conducción con distintos móviles ○ Juegos de conducción sobre distintas superficies 	<ul style="list-style-type: none"> ○ De varias habilidades genéricas ; conducciones y bote ○ De habilidades genéricas y otras habilidades

PARA EL INCIO DE LAS HABILIDADES ESPECIFICAS
<ul style="list-style-type: none"> • Juegos modificados • Juegos reducidos • Juegos adaptados • Juegos predeportivos

ORIGENES DEL BADMINTON

El Bádminton surgió originalmente en la India, donde los nativos indús le dieron el nombre de Poona en honor a la ciudad donde se originó, que se encuentra en el estado indio de Maharashtra. A finales del siglo XIX, los oficiales del ejército británico vieron a los indús practicarlo y lo llevaron a las islas británicas, donde el duque de Beaufort practicaba de manera regular en su finca de Gloucestershire, mejor conocida como los locales como Badminton House, y este se continuó practicando de manera asidua.

Otra teoría acerca del nacimiento del Badminton es que este es una versión moderna de un juego primitivo llamado Battledore que se inventó en China.

El Badminton se jugaba con dos paletas de madera y una pelota, pero como era muy rápido, decidieron ponerle plumas a la pelota para disminuir su velocidad.

Se deduce que este juego era muy formal, ya que se jugaba con casacas, zapatos, corbatines y pantalones de seda.

La Federación Internacional de Bádminton (IBF, por sus siglas en inglés) fue establecida en el 1934 y consistió en nueve miembros fundadores – asociaciones de bádminton de Canadá, Dinamarca, Inglaterra, Francia, Irlanda, los Países Bajos, Nueva Zelanda, Escocia y Gales.

En el 2006, la IBF cambió su nombre a la Federación Mundial de Bádminton (BWF, por sus siglas en inglés).

La BWF es el ente regulador del deporte de bádminton a nivel mundial, reconocido por el Comité Olímpico Internacional (COI).

Los miembros de la BWF son, con pocas excepciones, los entes reguladores del bádminton a nivel nacional. Estos se organizan en cinco confederaciones bajo el sistema del COI, concada Confederación Continental representando uno de los cinco aros Olímpicos – África, Asia, Europa, Oceanía y las Américas.

FUNDAMENTOS DEL BÁDMINTON

Los fundamentos técnicos del Badminton son las partes más importantes del juego, los movimientos y golpes utilizados por los jugadores de Badminton. Los fundamentos de este deporte son 8:

- 1.- El servicio.
- 2.- La empuñadura.
- 3.- Clear.
- 4.- Drop o drop-shot.
- 5.- Smash.
- 6.- drive.
- 7.- lob.
- 8.- Net-shot o net-drop.

Saque o servicio

El servicio o saque debe ser hecho en trayectoria diagonal, es decir en un camino de manera cruzado. Hay un espacio en la cancha llamado de área de servicio, de donde se deben realizar los saques.

Hay algunas reglas que el sacador debe seguir:

- 1.- mantener ambos pies en el suelo en una posición inmóvil;
- 2.- golpear el volante por debajo de la línea de la cintura.
- 3.- tocar el volante por debajo de la línea de la mano que sujeta la raqueta.

Empuñadura

La empuñadura correcta de la raqueta de Badminton es hecha sujetando la raqueta como si estuvieran apretando la mano de alguien.

Clear

El clear es básicamente un golpe defensivo, ocurre cuando el volante arriba y enfrente de la cabeza del jugador, y este lo golpea con la raqueta hacia el fondo de la cancha contraria.

Drop-shot

El drop es un golpe de ataque de Badminton, cuyo objetivo es lanzar el volante cerca de la red, lo que dificulta la defensa de su oponente.

Smash

El smash es el movimiento de ataque más rápido y más importante en el badminton. Su ejecución se realiza golpeando el volante con precisión y fuerza, de arriba abajo. Se puede hacer con o sin salto, dependiendo de la altura del volante en el momento de realizar el golpe.

Drive

El drive es un golpe que se ejecuta cuando el volante está a media altura, más o menos a la altura de los hombros del jugador. Se ejecuta como si el jugador estuviera azotando el volante. La intención de este golpe es lanzar el volante en algún punto descubierto de la cancha adversaria.

Lob

El lob se usa en Badminton cuando el volante se lanza muy cerca de la red. Para defenderse el jugador golpea el volante de abajo hacia arriba, de modo que gana altura y cae al fondo de la cancha del oponente en una forma parabólica, la diferencia con el clear, es que este es de arriba hacia abajo en línea recta.

Net-shot o net-drop

Al igual que el Lob, el net-shot se usa cuando el volante se lanza cerca a la red. Se puede realizar golpeando el volante de abajo hacia arriba o de arriba hacia abajo.

DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

Una vez especificados los elementos que darán origen a las propuestas didáctica con respecto al bádminton y a la coordinación se dará paso a la construcción de la unidad didáctica como medio para la planificación de las estrategias y actividades que potencializaran el desarrollo de las habilidades físicas.

¿Por qué unidad didáctica?

La forma que se emplea para el diseño, la planeación, aplicación y evaluación de los contenidos determina en gran medida la actuación del docente respecto a los objetivos planteados para la realización de cualquier proyecto o actividad, por lo que en esta ocasión se elegirá el diseño de unidades didácticas ya que atienden el proceso de construcción de experiencias y aprendizajes que motiven el interés más que el resultado.

La unidad didáctica es uno de los elementos de programación de la enseñanza que se lleva a cabo en un periodo determinado, en esta se incluyen y plasman los siguientes componentes del proceso enseñanza-aprendizaje.

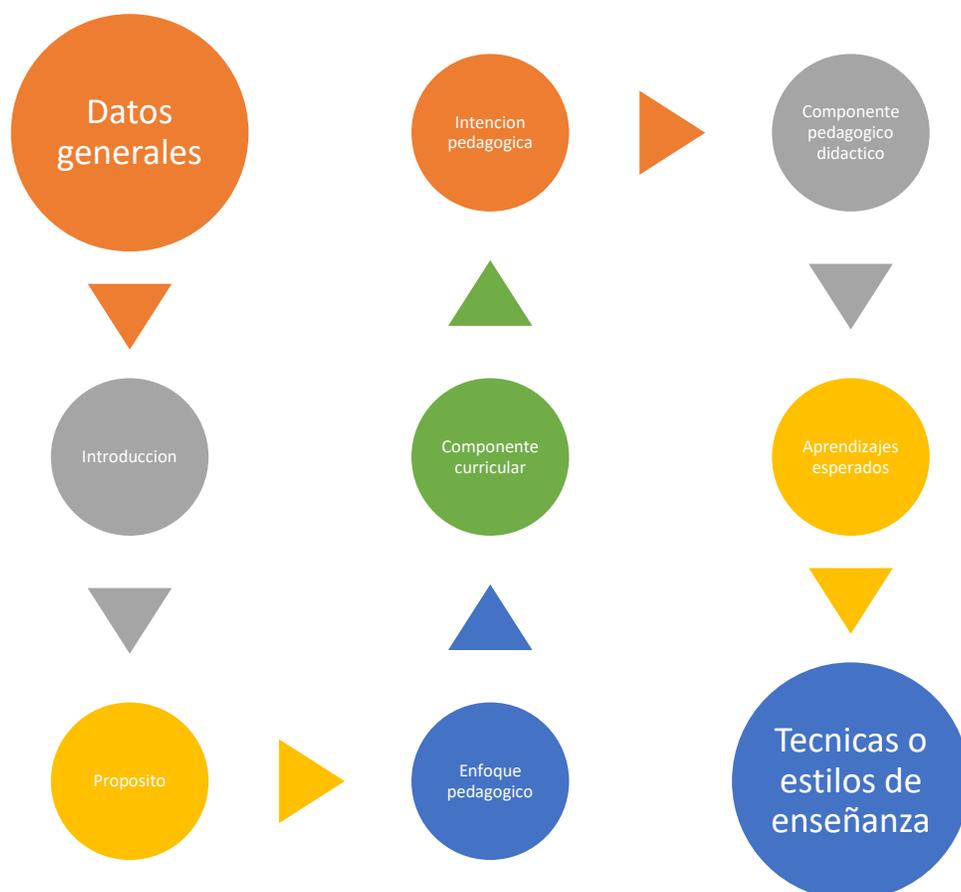
- Propósito
- Intención pedagógica
- Componente curricular
- Enfoque pedagógico
- Componente pedagógico-didáctico
- Aprendizajes esperados
- Técnicas o estilos de enseñanza
- Estrategias didácticas

En palabras de (MOREIRA, 1993) una unidad didáctica se caracteriza por:

- ❖ Ser una unidad de trabajo que articula los objetivos, contenidos, la metodología y la evaluación en torno a un tema o eje organizador

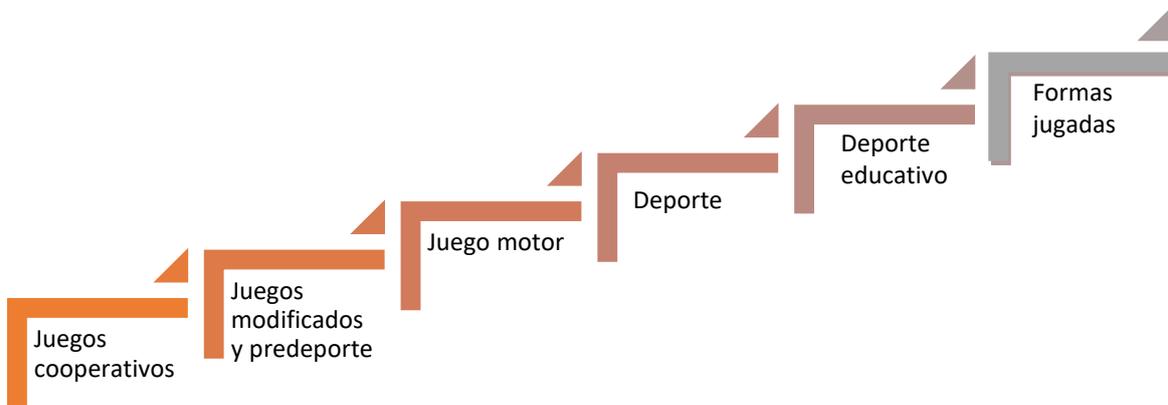
- ❖ Es un instrumento de trabajo que permite al profesor organizar su práctica educativa para articular procesos de enseñanza aprendizaje de calidad y ajustados al grupo y al alumno.
- ❖ Mantiene la coherencia y guarda el equilibrio entre todos los elementos pedagógicos que la integran
- ❖ Las unidades didácticas pueden tener diferentes duraciones, autores, lugares, ejes organizadores, grados de especificad disciplinar, ambientes o grados de definiciones o terminación de su diseño.

Componentes de la unidad didáctica



Fuente: Elaboración propia

Las estrategias didácticas que se emplearán en el desarrollo de la unidad didáctica serán:



Fuente: Elaboración propia

Evaluación y seguimiento

Hablar del proceso de evaluación implica que se defina el tipo de evaluación a llevarse a cabo, por lo que para mantener la congruencia con el desarrollo integral de alumno se adoptara el tipo de evaluación formativa, debido a que regula el proceso de enseñanza aprendizaje, principalmente para adaptar o ajustar las condiciones pedagógicas en función de las necesidades de los alumnos.

Para identificar cual es el instrumento más acorde al propósito que se va a evaluar es necesario conocer todas las características de cada instrumento de evaluación.

En la siguiente tabla se especifican las técnicas, sus instrumentos y los aprendizajes que pueden evaluarse con ellos.

Técnicas	Instrumentos	Aprendizajes que pueden evaluarse		
		Conocimientos	Habilidades	Actitudes y valores
Observación	Guía de observación	X	X	X
	Registro anecdótico	X	X	X
	Diario de clase	X	X	X
	Diario de trabajo	X	X	X
	Escala de actitudes			X
Desempeño de los alumnos	Preguntas sobre el procedimiento	X	X	
	Cuadernos de los alumnos	X	X	X
	Organizadores gráficos	X	X	
Análisis del desempeño	Portafolio	X	X	
	Rúbrica	X	X	X
	Lista de cotejo	X	X	X
Interrogatorio	Tipos textuales: Debate y Ensayo	X	X	X
	Tipos orales y escritos: Pruebas escritas	X	X	

Una vez elegido el instrumento y la técnica de evaluación se aplicará y dará seguimiento durante las sesiones en que se desarrolle la unidad didáctica, cumpliendo al mismo tiempo con la autoevaluación por medio de la retroalimentación, la coevaluación y la heteroevaluación con el propósito de constatar formalmente el desarrollo de las habilidades físicas y las áreas de oportunidad que permanecen presentes en el alumno, de esta forma se podrá reorientar las acciones por parte del entrenador y así alcanzar los propósitos previamente establecidos.

En el caso de esta propuesta se aplicará el siguiente instrumento de evaluación:

- Lista de cotejo

Se eligen estos instrumentos por que evalúan las tres dimensiones del aprendizaje lo que garantiza una evaluación formativa, así mismo se potencializara la retroalimentación fomentando la autoevaluación del alumno.

¹ Tabla recolectada del compendio “la evaluación en la escuela” pág. 61 (SEP, La evaluación en la escuela , 2013)

UNIDAD DIDACTICA

PRACTICANDO BADMINTON



**DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA UNIDAD DIDÁCTICA
PRACTICANDO EL BADMINTON**

JUSTIFICACIÓN	La presente unidad didáctica se elabora con la finalidad de impulsar el deporte del bádminton y promocionarlo con los alumnos de educación primaria particularmente con los más pequeños para favorecer el desarrollo de sus habilidades físicas tales como la coordinación, ubicación espacio-temporal, entre otras.
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Impulsar el desarrollo motriz en los alumnos de educación básica • Mejorar sus capacidades y destrezas motrices básicas por medio del conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para potencializar su adaptación en cualquier situación de juego. • Valorar la actividad física como un recurso para organizar el tiempo libre • Utilizar todas sus posibilidades de movimiento mediante diferentes tipos de juego • Conocer, practicar y valorar diferentes deportes • Conocer las estrategias básicas del juego • Practicar movimientos con cierto grado de dificultad a partir de modelos establecidos.
CONTENIDOS	<p><u>Conceptuales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento de las características del bádminton desde el punto de vista técnico <p><u>Procedimentales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Práctica de actividades de

	<p>cooperación y oposición en situaciones de juego</p> <ul style="list-style-type: none"> • Familiarización con los materiales del bádminton en situaciones de juego • Ejecución de diferentes actividades que impliquen la apreciación de distancias y alturas en situaciones variables • Prácticas de juegos adaptados al deporte del bádminton • Experimentación y práctica de diferentes tipos de golpeo en situaciones de juego y en situaciones contextualizadas a los requerimientos del bádminton <p><u>Actitudinales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Respeto a las normas y reglas del bádminton • Confianza en las posibilidades y reconocimiento de las limitaciones • Actitud de esfuerzo y autosuperación • Desarrollo de la responsabilidad en relación a las actividades • Valoración del bádminton como medio de ocupación del tiempo libre
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> • Redes • Globos • Pelotas • Volantes • Raquetas
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas • Resolución de problemas • Reproducción de modelos
TEMPORALIZACIÓN	La unidad didáctica se desarrollara en 5 sesiones
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Emplea de manera adecuada

	<p>su destreza para resolver problemas de coordinación</p> <ul style="list-style-type: none">• Ejecuta correctamente las habilidades básicas• Conoce y aplica las reglas básicas del deporte• Conoce y practica los diferentes tipos de técnicas para la ejecución del bádminton
--	--

Sesión 1

Nombre: Paseando y trasportando el gallito

Propósito: Estimular la empuñadura de la raqueta de derecho y revés.

Material: Raquetas, Gallitos, Pelotas de plástico, platos didácticos, Aros.

Fase inicial

Se llevara a cabo la adecuación morfo funcional a través de ejercicios segmentarios para favorecer el desarrollo de las habilidades físicas en específico de la coordinación óculo manual

LA EMPUÑADURA EN BADMINTON

Es la presa más común en tu juego de bádminton. Esta empuñadura se utiliza para el desarrollo en todo el juego.

Desarrollo: Se desplazan caminando por el área de trabajo libremente, con una raqueta entre las manos y una pelota de plástico sobre la cabeza de la raqueta, empuñando la raqueta de derecho.

Variante:

- 1.- Hacerlo con empuñadura de revés.
- 2.- Repetir el ejercicio pero ahora con el gallito.
- 3.- Dar pasos más largos. No se debe dejar caer la pelota ni el gallito.
- 4.- Formar equipos del mismo número de integrantes y realizar carrera de relevos y al final ver quien pudo trasladar más gallitos al otro extremo.

Se colocan en un extremo de la cancha, al otro extremo estar un aro que es en donde trataran de llevar las pelotas y los gallitos. La separación entre un lado y otro será de aproximadamente 8 metros.

Evaluación: La evaluación de la actividad se hará a través de la observación y valoraremos la estimulación que los alumnos tuvieron al momento de empuñar la raqueta y llevar el gallo.

Instrumento de evaluación de la sesión 1

Aspecto a valorar	Si lo logro	En proceso	Requiere apoyo
Realizar correctamente la toma de la raqueta			
Entiende que es la empuñadura y realiza el ejercicio correctamente			
Manipula el material con seguridad y explora sus posibilidades			
Domina el movimiento de la raqueta con la pelota			
Muestra disposición para realizar las actividades			

Sesión 2

Nombre: Malabaristas ejecutores de precisión

Propósito: Estimular el servicio en bádminton, a través de actividades y juegos motrices que despierten el interés por conocer la práctica del servicio en este deporte.

Material: Platos didácticos, pelotitas de plástico, raquetas y gallitos. Aros.

Fase inicial

Se llevara a cabo la adecuación morfo funcional a través de ejercicios segmentarios para favorecer el desarrollo de las habilidades físicas en específico de la coordinación óculo manual

EL SERVICIO O SAQUE EN BADMINTON

Es el golpe que se utiliza para comenzar el partido o reanudar el juego después de un tanto, falta o interrupción. El reglamento limita bastante este golpe, que solo se puede efectuar con la cabeza de la raqueta por debajo de la cintura.

Desarrollo: De manera individual con una pelotita de plástico en sus manos, se desplazaran caminando por el área de trabajo, lanzando con una mano y atrapando con la otra (La mano dominante) y viceversa. Variante: atrapar con un platito (del lado hondo).

Lanzar la pelotita e intentar golpear la pelotita con el platito (del lado abultadito), con golpe de revés y golpe alto.

Variante: Realizar la actividad con la raqueta.

Se integran varios equipos del mismo numero de integrantes.

Se realizara una carrera de un extremo a otro por espacio de 8 metros, en un extremo se colocan los alumnos a 5 metros estarán tendidas en el piso las raquetas y los gallos, a 3 metros se estarán en el piso colocados varios aros. La consigna será la siguiente. Salen corriendo, toman la raqueta y un gallito y con el golpe alto o de revés que se practicó intentaran golpear el gallito para que

caiga dentro del círculo que forman los aros. Al final veremos quién pudo tener más gallitos en los aros.

Evaluación: La evaluación se hará a través de la observación, analizando que el golpe sea el correcto entre o no entre en gallo en el objetivo, sino que sea preciso el golpe con direccionalidad.

Evaluación

Aspecto a valorar	Si lo logro	En proceso	Requiere apoyo
Comprende el fundamento técnico del saque			
Detecta cuál es su segmento corporal dominante el lado derecho o izquierdo			
Consigue elevar el nivel de dificultad en cada ejecución del fundamento técnico			
Consigue trabajar en equipo para poner en práctica el movimiento del saque.			

Sesión 3

Nombre: Con fuerza al cesto

Propósito: Estimular el golpe defensivo o de ataque en los alumnos, por medio de actividades y juegos motrices.

Material: Platos, raquetas, gallitos, cestos de basura.

Fase inicial

Se llevara a cabo la adecuación morfo funcional a través de ejercicios segmentarios para favorecer el desarrollo de las habilidades físicas en específico de la coordinación óculo manual

Desarrollo: De manera individual tendrán una raqueta, un gallito y un cesto (caja de zapatos). Colocaran el cesto a un extremo separado entre cada uno 8 metros e intentaran con golpe de revés y golpe alto encestar al cesto de basura.

Variante: Colocar el cesto a solo 4 metros

En carrera de relevos. Sale el primero de cada equipo corriendo hacia donde están las raquetas toman una raqueta y un gallito e intentan con golpe de revés y golpe alto meter el gallito en los cestos. Al final ver qué equipo logro encestar más gallitos.

Evaluación: La evaluación se hará a través de la observación, analizando que el golpe sea el correcto entre o no entre en gallo en el objetivo, sino que sea preciso el golpe con direccionalidad.

Evaluación

Aspecto a valorar	Si lo logro	En proceso	Requiere apoyo
Controla el lanzamiento con la raqueta			
Encesta la pelota en el cesto a través de la ubicación espacial			
Puede golpear el gallito de diversas formas para lograr el objetivo de encestar la pelota			
Trabaja en equipo y pone en práctica el pensamiento estratégico			

Sesión 4

Nombre: La dejadita

Propósito: Estimular en los alumnos el control de la raqueta sobre el gallito para poder realizar el movimiento de drop.

Material: Raqueta, gallitos, aros, pelotita de plástico.

Fase inicial

Se llevara a cabo la adecuación morfo funcional a través de ejercicios segmentarios para favorecer el desarrollo de las habilidades físicas en específico de la coordinación óculo manual

Desarrollo: Individual con una raqueta y una pelotita. Lanzar la pelotita al aire y con la raqueta tratar de controlarla y que no caiga de ella. Variante: hacerlo con elgallito.

Lanzar la pelotita al aire y con la raqueta tratar de controlar y que caiga dentro delcírculo que forma el aro. Variante: hacerlo con el gallito.

Hacerlo varias veces y competir contra ellos mismos y al final hacer un comparativo de quien pudo hacer más.

Evaluación: Por medio de la observación realizar los comentarios pertinentes paramejorar su ejecución.

Evaluación

Aspecto a valorar	Si lo logro	En proceso	Requiere apoyo
Realiza el fundamento técnico del Drop			
Controla el lanzamiento de la pelota con la raqueta empleando su ubicación espacial			
Controlar el lanzamiento de la pelota con la raqueta			
Trabaja en equipo y pone en práctica el pensamiento estratégico			

Sesión 5

GALLO_ARO

Objetivo: lograr que los alumnos desarrollen la técnica de realizar el golpe de smash mediante juegos.

Material:

-un aro por equipo.

.Un gallito,

- pelotas de plástico o unicel

-1 Raqueta por equipo

Fase inicial

Se llevara a cabo la adecuación morfo funcional a través de ejercicios segmentarios para favorecer el desarrollo de las habilidades físicas en específico de la coordinación óculo manual

Desarrollo:

-Se colgaran o se colocarán los aros de manera vertical y a baja altura, con cierta distancia de cada equipo.

-Los alumnos tratarán de pasar el gallito o pelota por el centro del aro.

-La técnica es lanzar el gallito hacia arriba con una mano, y con la raqueta lo golpeará hasta pasarlo por el aro. Se le dará un puntaje a cada acierto y ganará el que llegue primero. Por ejemplo a 10 tantos.

Aspecto a valorar	Si lo logro	En proceso	Requiere apoyo
Realiza el fundamento técnico del Smash			
Controla el lanzamiento de la pelota con la raqueta empleando su ubicación espacial			
Controlar el lanzamiento de la pelota con la raqueta			
Trabaja en equipo y pone en práctica el pensamiento estratégico			

Conclusiones

Al integrar todos los elementos en el desarrollo de la unidad didáctica se puede apreciar que el desarrollo de la coordinación es el principal propósito de las estrategias, sin embargo, se requiere estar monitoreando el progreso de los alumnos a través del proceso de seguimiento y evaluación desarrollado por medio de las listas de cotejo, verificando si es necesario reestructurar alguna actividad o bien modificar la dosificación del nivel de dificultad.

Así mismo es importante destacar que el objetivo de desarrollar la coordinación será una tarea a largo que plazo que implica el diseño y aplicación de diversas acciones que potencialicen el desarrollo de las habilidades físicas y no solo en ámbito académico si no generando impacto en las actividades cotidianas del alumno.

Bibliografía

- Aizpuru Cruces, M. G. (2008). La Persona como Eje Fundamental del. *Acta Universitaria [en línea]*, 18.
- Carrillo, M., Padilla, J., Rosero, T., & Villagómez, M. S. (2009). La motivación y el aprendizaje. *ALTERIDAD. Revista de Educación*, 20-32.
- CASTAÑER, M. Y. (1991). *La educación física en la enseñanza primaria*. Barcelona : INDE.
- CONDE, J. L. (1997). *Fundamentos para el desarrollo de la motricidad en edades tempranas*. Archidona (Málaga): Algibe.
- Domingo Blazquez Sanchez, f. a. (1995). *la iniciación deportiva y el deporte escolar*. barcelona: INDE.
- Erwin, H. (1991). *Entrenamiento con niños*. Madrid: Roca.
- LE BOUCH, J. (1986). *Educación pro el movimiento en edad escolar*. Barcelona : Paidotribo .
- M.N, T. (2010). La propuesta pedagógica del “aprendizaje-servicio”: una perspectiva Latinoamericana. *Revista científica TzhoeCoen*, 23-44.
- Majò, F. (2014). *El entorno social como medio educativo a través de la educación física*. España : Graò.
- Meinel/Schnabel. (1988). *Teoría del movimiento*. Buenos Aires: Stadium.
- MOREIRA, M. (1993). *Unidades didácticas e investigación en el aula, un modelo cooperativo entre profesores*. Las palmas de Gran Canaria : Nogal ediciones .
- Nolasco, F. (2019). *Estudio documental sobre la evaluación formativa como fortalecedor del proceso enseñanza-aprendizaje*. mexico : researchgate .
- Pérez, L. &. (2017). *El aprendizaje-servicio (APS) como estrategia para educar en ciudadanía*. . Alteridad.
- Puig, J. M. (2009). *Aprendizaje Servicio Educación y compromiso cívico*. Barcelona: Graò.
- RAMIREZ, A. (1994). LA INICIACION DEPORTIVA DESDE LA PRAXIOLOGIA MOTRIZ. *LA INICIACION DEPORTIVA DESDE LA PRAXIOLOGIA MOTRIZ*, 58-92.
- Ramirez, J. V. (15 de marzo de 2001). <http://www.efdeportes.com/>. Obtenido de

<http://www.efdeportes.com/>:

<https://efdeportes.com/efd32/planif.htm#:~:text=Planificar%20supone%20un%20proceso%20reflexivo%20que%20permite%20prever,y%20utilizando%20como%20medio%20la%20Educaci%C3%B3n%20F%C3%ADsica%20escolar.>

RIGAL, R. (2006). *Educación motriz y educación psicomotriz en Preescolar y Primaria* . Barcelona : INDE.

RODRIGUEZ, J. R. (2009). CONCEPTO, CARACTERÍSTICAS, ORIENTACIONES Y CLASIFICACIONES DEL DEPORTE ACTUAL . *EFE DEPORTES*, 2-5.

sep. (2011). *plan de estudios 2011*.

SEP. (2013). *La evaluación en la escuela* . MEXICO: SEP.

SEP. (2019). *La Nueva Escuela Mexicana: principios y orientaciones pedagógicas*.

SEP. (2022). *Avance del contenido del Programa sintético de la Fase 3*. Mexico (Material en construcción): SEP.

TOMASEVSKI, K. (2004). INDICADORES DEL DERECHO A LA EDUCACIÓN. *INDICADORES DEL DERECHO A LA EDUCACIÓN*, 12.

TORRES, M. A. (2005). *Enciclopedia de la educación física y el deporte* . Barcelona : Ediciones del Serbal .

TRILLA, J. &. (2001). Educación y participación social en la infancia. *Revista Iberoamericana de Educación*, 26,137-164.

Vazquez, V. (2015). El aprendizaje-servicio: una estrategia para la formación de competencias en sostenibilidad. *Foro de Educación*, (págs. 13-19). España.

weineck, J. (1994). *Entrenamiento óptimo*. Barcelona: Hispano Europea.