

**BLOQUE:** Juego y Deporte  
**UNIDAD:** Juegos Predeportivos  
**SESION:** 13

2<sup>do</sup> ciclo :**CICLO**  
4<sup>o</sup> :**NIVEL**

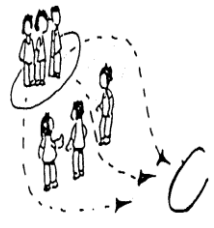
**MATERIAL:** una pala, una raqueta de shuttleball y una pelota para cada alumno.

**ORG. ALUMNOS:** individual y parejas.

### **OBJETIVOS:**

1. Familiarizarse con las palas y las raquetas de shuttleball.
2. Practicar el golpe de derecha y de revés.
3. Descubrir las posibilidades motrices que ofrece una raqueta.
4. Adquirir la percepción del golpeo de la pelota con la pala y la raqueta con una pareja.

**TEC. ENSEÑANZA:** Asig. Tareas y Res. Problemas



### **ANIMACIÓN**

1. **Palomas y Gavilanes.** Se sitúan en dos extremos del terreno aros, que serán el palomar. El grupo que hace de gavilanes se situará en el centro y los que hacen de palomas estarán dentro de los aros. A la voz del profesor las palomas tendrán que cambiar de palomar. Los que son cazados cambian de rol.

### **PARTE PRINCIPAL**

#### **1. Con una pala de madera y una pelota, soy capaz de:**

- Golpear la pelota verticalmente con trayectorias cortas.
- Golpear la pelota verticalmente con trayectorias altas.
- Golpear la pelota alternando una trayectoria corta con una alta.
- Golpear la pelota alto acompañando el golpeo con el brazo.
- Golpear la pelota alto acompañando el golpeo con la muñeca.
- Golpear la pelota sentado.
- Golpear la pelota de revés.
- Golpear la pelota hacia arriba, una vez del derecho y la siguiente del revés.
- Golpear la pelota consecutivamente intentando arrodillarse y levantarse.
- Golpear la pelota desplazándose hacia delante y hacia detrás.
- ¿Quién aguanta más golpes con la pelota en el aire?
- Golpear la pelota contra la pared simulando un saque de tenis.



#### **2. Parejas.** Por parejas, uno enfrente del otro, golpean alternativamente la pelota, intentando que no caiga al suelo

#### **3. Con una raqueta de shuttleball y una pelota, soy capaz de:**

- Golpear la pelota verticalmente con trayectorias cortas.
- Golpear la pelota verticalmente con trayectorias altas.
- Golpear la pelota alternando una trayectoria corta con una alta.
- Golpear la pelota con el canto de la raqueta.
- Golpear la pelota sentado.
- ¿Quién aguanta más golpes con la pelota en el aire?
- Golpear la pelota botándola contra el suelo.
- Golpear la pelota desplazándose hacia delante y hacia detrás.
- Golpear la pelota botándola contra el suelo desplazándose.
- Golpear la pelota contra la pared simulando un saque de tenis.
- Golpear la pelota contra la pared de forma repetida.



#### **4. Parejas.** Por parejas, uno enfrente del otro:

- Golpean alternativamente la pelota con las raquetas de shuttleball, intentando que no se caiga al suelo.
- Frente a una pared, golpean alternativamente la pelota con las raquetas de shuttleball.

### **VUELTA A LA CALMA**

1. Recogida del material y redes.