

BLOQUE: Juego y Deporte

UNIDAD: Palas y Raquetas

SESION: 04

3^{er} ciclo :**CICLO**

5º y 6º :**NIVEL**

MATERIAL: una raqueta y un volante para cada alumno.

ORG. ALUMNOS: individual, parejas y grupos.

OBJETIVOS:

1. Avanzar el en golpeo de derecha y revés.
2. Desplazarse golpeando el volante.
3. Iniciar la técnica del saque.
4. Adquirir la percepción del golpeo del volante con la raqueta con una pareja.
5. Participar en juegos de forma activa.

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



ANIMACIÓN

1. Introducción al Bádminton. Visionado de los siguientes videos y presentaciones:

- Introducción al Bádminton: <http://www.youtube.com/watch?v=YFpnBNdAs3U&feature=related>
- Apuntes de Bádminton: http://www.slideshare.net/guestbe926/badminton-presentation?from=ss_embed
- El Saque y otros golpeos: http://www.youtube.com/watch?v=3vYVB_bOazw&feature=player_embedded

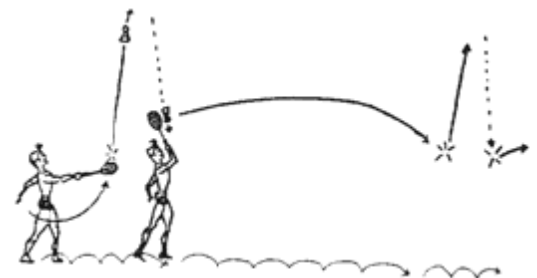
PARTE PRINCIPAL

1. Camareros. Se reparte un volante a cada alumno. Todos los alumnos caminan llevando el volante en la raqueta (como una bandeja de camarero). Un alumno se la queda y tratará de pillar a algún compañero. Al que pille se la queda, teniendo que pillar a otro compañero. Al que se le caiga el volante, se para y lo vuelve a colocar.



2. Con una raqueta y un volante, soy capaz de:

- Recordar los golpeos de derecha de la primera sesión.
- Recordar los golpeos de revés de la segunda sesión.
- Golpear el volante hacia arriba varias veces seguidas, con la raqueta por encima de la cabeza.
- Golpear el volante igual que el ejercicio anterior pero ahora desplazándose hasta cruzar la pista de un lado al otro.
- Golpear el volante varias veces seguidas, tratando de alternar
- Un golpe con trayectoria muy alta y el siguiente con trayectoria muy larga.
- Atravesar el ancho del polideportivo con el menor número de golpes.
- Atravesar el ancho del polideportivo con el mayor número de golpes.



3. El Saque. Explicar cómo se ejecuta el saque de bádminton y practicarlo.

4. El Pase Vertical. Grupos de cinco o seis formando un círculo. El que comienza el juego da un golpe vertical y nombra a un compañero que corre hacia el centro a recibir el volante. Lo golpea y nombra a otro alumno para continuar el juego. El que haga mal el golpe vertical o no lo pueda receptionar, recibe un punto. Pierde el que más puntos tenga.



5. Parejas. Por parejas, uno enfrente del otro y con una red de por medio, golpean el volante, practicando el saque.



1

VUELTA A LA CALMA

1. Recogida del material y redes.