

Deportes Opcionales III

Deportes con paleta

Código TP416

Nivel: Cuarto año

Carga horaria total: 64 horas reloj

Créditos otorgados: 6

Modalidad: asignatura semestral

Frecuencia semanal: 4 horas

Carácter de la asignatura: opcional (debiendo cursar 2 de los tres propuestos)

Régimen de asistencia: obligatorio

FUNDAMENTACIÓN

Los Deportes con paleta nos brindan elementos que colaboran con el desarrollo integral de las personas. Las características de estos deportes exigen la necesidad de dominar una herramienta que se transforma en una extensión del cuerpo y de adaptarse al vuelo de distintos tipos de objetivos a golpear (pelota, pluma según sea el deporte). Agregado a estas características se suma el obstáculo de una red o adaptarse al rebote de una pared. Es así que los Deportes con Paleta exigen de sus practicantes:

- capacidades corporales, principalmente: las de fuerza, la fuerza rápida, la velocidad, la flexibilidad,
- capacidades coordinativas, la destreza y la agilidad, la capacidad de orientarse luego de múltiples rebotes en paredes, la capacidad de mantener el equilibrio y la de coordinar diferentes movimientos,
- la activación en el organismo de positivos procesos de adaptación, como: el mejoramiento de las funciones de los órganos internos, del sistema músculo - tendinoso, del sistema cardio - vascular, de los órganos del equilibrio.
- la atención y concentración por ser deportes que – por su velocidad – exigen anticipar las situaciones a solucionar.

OBJETIVOS

- Brindar conocimientos básicos sobre los distintos deportes a tratar.
- Presentar los diferentes deportes en relación con la motricidad deportiva
- Brindar conocimientos que permitan trabajar en niveles de iniciación, así como factores de seguridad apropiados.

CONTENIDOS

UNIDAD 1 – PELOTA VASCA

Características del deporte, juego de rebote de punto indirecto. - Diferentes tipos de infraestructuras: Frontón 30m., Frontón 36m., Frontón 50m., Trinquete. - Distintas modalidades: Mano, Trinquete – Pelota de goma, Pelota de cuero, Xare, Cesta punta, Pala corta y larga, Frontenis. - Reglamento de juego de cada modalidad.

UNIDAD 2 – TENIS DE MESA

Características del deporte, juego donde el deportista no esta parado sobre la superficie de juego, red divisoria, etc. - Distintos tipos de materiales, tipos de paletas, gomas reglamentariamente aprobadas para

pegar sobre las paletas, diferentes mesas de juego. - Diferentes técnicas de juego, Tradicional y Lapicero. - Reglamento de Juego

UNIDAD 3 - TENIS

Características del deporte. - Elementos de juego, tipos de raqueta, encordados, pelotas, diferentes superficies. - Mini tenis, elementos adaptados al tamaño de los alumnos de esta modalidad adaptada. - Técnicas del deporte. - Reglamento de Juego

UNIDAD 4 - BADMINTON

Características del deporte. - Presentación de materiales específicos especiales de juego, infraestructura especial. - Técnicas del deporte. - Reglamento de Juego

UNIDAD 5 - PADDLE

Reglas del paddle. – historia del paddle. - Tipos de cancha, - pelotas y paletas. Técnica y táctica.

CONFIGURACIONES DIDÁCTICAS

En una primera instancia se dividirá el grupo en cuatro equipos que tendrán a cargo uno de estos deportes. Para cada modalidad, se realizará una charla de un especialista que en la mayoría de los casos serán los docentes a cargo, posteriormente los docentes darán una clase mostrando hacia que puntos se debe apuntar para la enseñanza e iniciación de cada uno de los deportes. Posteriormente los equipos deberán investigar y buscar material sobre el deporte que le fue asignado y deberán planificar clases a dictar al resto de sus compañeros, siendo estas supervisadas por los docentes.

EVALUACIÓN

La evaluación será permanente, sobre cada clase presentada, se sumará a ésta parciales escritos (dos por año) y la presentación final de cada equipo de una carpeta que contenga los deportes cursados.

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Badminton - Federación internacional de Badminton - www.internationalbadminton.org

Pelota Vasca - Federación Internacional de Pelota vasca – www.fipv.net

Tenis de Mesa - Federación internacional de Tenis de Mesa – www.ittf.com

Tenis - Federación internacional de Tenis – www.itftennis.com