

OBJETIVO GENERAL DE LA ACTIVIDAD:

Utilizar el deporte como medio para favorecer el desarrollo personal y social e intentar que se produzcan cambios positivos y observables en las conductas de los alumnos de tal forma que faciliten su aprendizaje.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Desarrollar las cualidades perceptivo-motrices básicas para la práctica deportiva.
- Familiarizarse con los deportes de raqueta (bádminton, squash y tenis) a través de juegos y ejercicios divertidos.
- Adquirir habilidades y destrezas básicas con la raqueta y la pelota.
- Mejorar la técnica básica de golpeo: fases de los golpes básicos (derecha, revés y servicio plano)
- Adaptarse a las pista, redes, espacios de juego y las pelotas reglamentarias.
- Desarrollar los golpes básicos
- Dirigir y controlar los golpes tanto en altura como en dirección.

CONTENIDOS:

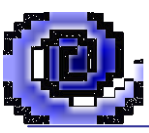
- **PRIMER TRIMESTRE:** Bádminton
- **SEGUNDO TRIMESTRE:** Squash
- **TERCER TRIMESTRE:** Tenis

- **TÉCNICOS:**
 - Golpe de derecha plano:
 - Empuñadura este de derecha.
 - Posición cerrada de los pies.
 - Punto de impacto.
 - Golpe de revés plano a una mano.
 - Empuñadura este de revés.
 - Golpe de revés plano a dos manos
 - Empuñadura a dos manos.
 - Servicio por arriba de la cabeza
 - Empuñadura este de derecha.
 - Juegos de pies. Posición de espera. Piernas relajadas.

- **TÁCTICOS:**
 - Golpes de fondo desde la 2ª progresión
 - Pasar la bola por encima de la red.

- **FÍSICOS:**
 - Aspectos perceptivos: equilibrio estático y dinámico.
 - Aspectos coordinativos; coordinación óculo manual y dinámica general.





METODOLOGÍA:

La metodología se fundamenta en el desarrollo de diversas técnicas de deportes de raqueta mediante juegos. También trabajaremos las respuestas físicas de los niños para que sus capacidades de reacción con el tiempo sean mejores y más precisas, así como mejorar su destreza, agilidad, velocidad, resistencia, fuerza, psicomotricidad....

MATERIALES UTILIZADOS:

- Instalaciones
- Raqueta (por parte de los alumnos)
- Cubos de pelotas
- Conos
- Aros
- ...