

# PROPUESTA DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA PARA PRIMER CICLO DE SECUNDARIA SOBRE DEPORTES DE RAQUETA CON MATERIAL ALTERNATIVO

Juan Jorge Fuentes, Carolina Gago, Rodrigo García .

Facultad de Ciencias de la Salud, Actividad Física y del Deporte. Universidad Católica San Antonio de Murcia.

## RESUMEN

El propósito de este trabajo es ofrecer una alternativa enfocada a los deportes de raqueta, partiendo de materiales contruidos por los propios alumnos, y englobada en el marco educativo como unidad didáctica para secundaria. A partir de sencillos materiales y la creatividad de los alumnos queremos llevar al aula de educación física unos contenidos que normalmente quedan desechados, por la falta de recursos o por la ausencia de conocimientos por parte del profesor. Con esta Unidad Didáctica se pretende aportar la idea de conocer y practicar los distintos deportes de raqueta a través de la construcción y creación de material alternativo por parte del alumno, siendo una ventaja para el centro desde el punto de vista económico y un aprendizaje mas significativo para el alumno que trabaja y disfruta mediante la confección de su propio material.

**Palabras claves:** educación física, enseñanza, material alternativo.

## INTRODUCCIÓN

Nuestra propuesta pretende aportar una serie de actividades vinculadas con los deportes de raqueta dentro de una programación didáctica de secundaria. Uno de los principales motivos por los que no se suelen proponer dichas actividades en los centros, es la falta de conocimiento de los profesores en algunos casos (recordemos que no es un contenido prioritario en las Facultades de ciencias de la actividad física y del deporte), la falta de material adecuado para realizar esta práctica deportiva, o por la falta de documentación e información sobre este tipo de tareas, aunque van surgiendo manuales alcanzables para cualquier profesor (Jardí y Rius, 1997; Torres y Carrasco, 2004), de las cuales se pueden extraer ideas para afrontar y realizar unidades didácticas semejantes a la que proponemos. Aludiendo a esta última necesidad abogamos en este trabajo por la construcción sencilla con ayuda de los alumnos de un material alternativo con multitud de posibilidades para la realización de ejercicios y juegos relacionados con deportes que impliquen el manejo de palas, raquetas, y otras variantes. Así mismo podemos construir redes, distintos tipos de pelotas y otros materiales sin necesidad de comprar los usados de forma reglamentaria.

De esta manera pretendemos además potenciar la capacidad creativa e imaginativa del alumno para la creación de los diversos materiales. Consideramos que el grado de motivación inherente a estas tareas favorecerá la participación, cooperación y coeducación.

Dentro de los objetivos generales del área, la unidad tiene estrecha relación con el objetivo número 5 (L.O.G.S.E): *“Participar, con independencia del nivel de destreza alcanzado, en actividades físicas y deportivas, desarrollando actitudes de cooperación y respeto,... a su comunidad”* (Ureña y cols.,1997). La justificación de la propuesta con respecto a la interdisciplinariedad de la enseñanza, se concreta gracias a su conexión con el área de educación plástica y visual. Por otro lado incluimos la Educación para la igualdad de oportunidades de ambos sexos, la Educación cívica y moral, Educación para la salud y Educación para la Paz como temas transversales en relación a la unidad (Ureña y cols., 1997).

## **PROPUESTA**

La propuesta de esta Unidad Didáctica va dirigida a Secundaria y está enfocada hacia la construcción de material alternativo para deportes de raqueta, a fin de fomentar la capacidad creativa del alumno, solventar las carencias de material y recursos didácticos para el desarrollo de estos contenidos, así como iniciarle en los fundamentos básicos de estos deportes.

### **Título**

“Deportes de raqueta: construye tu propio material”

### **Contextualización**

Esta Unidad didáctica esta encuadrada en el primer Ciclo de Secundaria. Concretamente en el curso de 3º de la E.S.O y se desarrollará en el segundo trimestre tras las unidades didácticas de deportes de equipo. La unidad constará de 11 sesiones.

### **Programación anual**

**U.D.1** La Condición física.

**U.D.2** Deportes de equipo 1. Fútbol.

**U.D 3** Deportes de equipo 2. Voleibol.

**U.D 4 Deportes de raqueta: construye tu propio material.**

**U.D.5** Aprende a cuidarte.

**U.D 6** Actividades en el medio natural.

**U.D.7** Expresión corporal.

**U.D 8** Juegos motores.

### **En relación con los Objetivos Didácticos**

- Fomentar la capacidad creativa e imaginativa con la construcción de los diferentes materiales alternativos.
- Realizar un aprendizaje significativo por parte del alumno de los diversos deportes de raqueta a través de la creación propia del material.
- Disfrutar con la práctica de diversas actividades relacionadas con los deportes de raqueta, mostrando a los/as alumnos/as posibilidades de actividades físicas lúdicas para su tiempo libre.
- Participar activamente, con independencia del nivel de destreza inicial, en actividades lúdicas y recreativas.
- Conocer y aplicar en diversas situaciones las reglas básicas que rigen estos deportes.

### **En relación con los contenidos:**

#### **Conceptuales:**

- Reglas básicas y formas de juego relacionadas con los deportes de raqueta.
- Fundamentos técnicos básicos de los distintos deportes a practicar
- Fundamentos tácticos básicos.
- Historia de los deportes de raqueta.

### **Procedimentales:**

- Explorar diversas habilidades deportivas por medio de los deportes de raqueta.
- Practicar habilidades relacionadas con los deportes de raqueta.
- Elaborar el propio material para el desarrollo de la Unidad Didáctica
- Ejecutar tareas y juegos relacionados con la unidad didáctica.

### **Actitudinales:**

- Disposición favorable a la autoexigencia y superación.
- Valoración positiva de los deportes de raqueta como actividad de ocio que, practicado educativamente, puede servir como integración de alumnos de ambos sexos y de diferente nivel de destreza, sin que ello sea un obstáculo para la diversión.
- Aceptación de funciones dentro de un grupo o equipo.
- Respeto a compañeros, contrarios, árbitros y a las normas que rigen las diferentes actividades.
- Superar miedos e inhibiciones ante actividades con el material alternativo creado.

### **Temporalización**

**Tabla 1. Secuenciación de la U. D.**

<b>SESIONES</b>	<b>CONTENIDO</b>	<b>METODOLOGÍA</b>
<b>SESIÓN 1</b>	Presentación y visionado de un video. Construcción de materiales I	Instrucción directa e indagación.
<b>SESIÓN 2</b>	Construcción de materiales II	Indagación.
<b>SESIÓN 3</b>	Familiarización y toma de contacto con el material construido	Indagación.
<b>SESIÓN 4</b>	Breves reseñas históricas y práctica de los juegos antecesores a éstos.	Instrucción directa.
<b>SESIÓN 5</b>	Práctica de los deportes de raqueta con red: Tenis y Bádminton	Instrucción directa e indagación.
<b>SESIÓN 6</b>	Práctica de los deportes de raqueta de pared: Frontenis y Pádel	Instrucción directa e indagación.
<b>SESIÓN 7</b>	Formas de golpeo con palas de playa y pelotas de tenis.	Instrucción directa e indagación.
<b>SESIÓN 8</b>	Formas de golpeo con Indiacas	Instrucción directa e indagación.
<b>SESIÓN 9</b>	Juegos colectivos con diferentes materiales relacionados con los deportes de raqueta.	Instrucción directa e indagación.
<b>SESIÓN 10</b>	Gymkhana de juegos de raqueta.	Instrucción directa e indagación.
<b>SESIÓN 11</b>	Competición.	Instrucción directa e indagación.

### **Organización de los alumnos**

Dependiendo de los contenidos específicos de cada sesión, variaremos la organización, fomentando distintos tipos de interacciones y agrupaciones entre alumnos, mejorando la integración y las relaciones de grupo. De esta forma trabajaremos individualmente, por parejas, tríos, grupos, etc.

## Recursos didácticos y medios materiales

Los distintos materiales que se pueden utilizar son:

Material de reciclaje: cinta de plástico, botellas de detergente, tuberías (como recoge pelotas o como bates de béisbol), telas, cartones, sillas, bolsas de plástico, plumas de aves, elástico, globos, paneles de madera, papeles de periódico, etc.

Material del centro: pelotas de goma espuma, de tenis, volantes de bádmiton e indiacas.

Material propio de los alumnos: palas de playa y de bádmiton.

### Evaluación (según Ureña y cols.1997)

**Tabla 2. Evaluación del alumno**  
**EVALUACIÓN DEL ALUMNO**

<b>¿Qué evaluar?</b>
Participación desinhibida, respetando normas y cooperando con los compañeros y con el profesor en las actividades, juegos, competiciones, etc.
Conocimiento de las reglas de los distintos deportes de raqueta, así como de su origen.
Aceptar las diferencias individuales y respetar la ejecución de los demás.
Asumir las responsabilidades que les correspondan dentro de la labor de equipo
Grado de asimilación de las habilidades del alumno con el material construido
<b>¿Cómo evaluar?</b>
Evaluación inicial: cuestionario inicial
Evaluación formativa: observación sistemática diaria del profesor sobre las conductas de los alumnos/as en clase (Cuaderno del profesor y hojas de observación)
Evaluación sumativa: examen práctico

**Tabla 3. Evaluación del profesor**  
**EVALUACIÓN DEL PROFESOR**

<b>¿Qué evaluar?</b>
Aprovechamiento del tiempo y el espacio, claridad y concreción en las explicaciones, atención y relación con los alumnos, adecuación de los objetivos al nivel de los alumnos, adecuación de los métodos utilizados, control y organización de la clase, adecuación de los medios usados para evaluar e imparcialidad en cuanto a la evaluación y calificación.
<b>¿Cómo evaluar?</b>
Realizaremos la evaluación durante todo el proceso para poder corregir los errores que se observen, y posteriormente, al final del curso repasaremos todas las evaluaciones recogidas y realizaremos un análisis más detallado de nuestra actuación, buscando las soluciones a esos fallos que aplicaremos posteriormente.
<b>Instrumentos</b>
Cuestionario de evaluación al profesor por el alumno.
Diario del alumno.
Cuaderno del profesor (Ficha de autoevaluación de la sesión y del profesor)

### Ejemplo de una sesión didáctica

CENTRO DOCENTE:		
<b>Profesor:</b>	<b>Curso:</b> 3º E.S.O	<b>Nº Alumnos:</b> 24
<b>U.D.:</b> 4 "Deportes de raqueta: construye tu propio material"		
<b>Sesión nº:</b> 10 de 11	<b>Fecha</b>	<b>Instalación:</b> P.Polideportiva
<b>Técnica de enseñanza:</b> Instrucción directa e Indagación.	<b>Estilo de enseñanza:</b> Asignación de tareas	
<b>Obj. Didácticos.:</b> Disfrutar con la práctica de diversas actividades relacionadas con los deportes de raqueta.	<b>Material:</b> palas de playa, de tela, cartones, papel de periódico, cinta de plástico, cinta adhesiva, pelotas de tenis, indiacas.	
<b>Obj. Específicos de la sesión:</b> Incentivar la práctica de los deportes de raqueta en su tiempo libre.		
CONTENIDOS DE LA SESIÓN		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
Fundamentos técnicos básicos.	Practica de diversas formas de jugar en los diversos deportes.	Valoración positiva de los deportes de raqueta. Respeto y cooperación con los compañeros.
Descripción	Organización	Representación Gráfica
1.- "Mi periódico": cada alumno tendrá un papel de periódico. Un alumno deberá intentar coger a los demás los cuales podrán salvarse sentándose sobre el periódico. Para ser liberados un compañero deberá darles una palmada.	En gran grupo	
2.- "Cazadores": un grupo de alumnos con una bola de periódico en la mano serán los cazadores, e intentarán lanzar la bola para tocar a las liebres.	En gran grupo	
3.- "El gusano": se formarán grupos de 6 personas los cuales formarán una hilera. Cada alumno tendrá una pala y una bola por equipo. El objetivo será ir pasando la bola sin que se caiga, avanzando de esta forma el gusano. Si la bola cae dos veces deberán empezar desde el principio.	Grupos de 6 formando una hilera	
La gymkhana estará compuesta por 6 pruebas. Los equipos se formarán de manera aleatoria por parejas las cuales se apuntarán un punto por prueba ganada. Las rotaciones se realizarán cada cinco minutos. Se colocará una cinta de plástico a lo largo de la pista a modo de red, a una altura de 1,5 metros. Para delimitar los campos se utiliza cinta adhesiva. Los campos serán de 4x4 metros aproximadamente.		

<p>Estación 1. "Relevos": 15 metros en zig – zag entre los conos rodando la pelota por el suelo con la raqueta y volviendo en zig – zag con la pelota sobre la raqueta.</p>	<p>Por parejas</p>	
<p>Estación 2. "Ping – Pong": partido 2x2, golpeando una indiacca con la mano. Cada jugador debe golpear una vez alternándose con sus compañeros.</p>	<p>Por parejas</p>	
<p>Estación 3. "Una pala": igual que el ejercicio anterior pero con una pala de playa por equipo y una pelota de goma espuma. Después de golpear habrá que pasar la pala al compañero.</p>	<p>Por parejas</p>	
<p>Estación 4. "Rueda": 2x2. Cada jugador golpea con un bote de detergente una pelota de goma y pasa corriendo al campo contrario. El equipo que tenga menos fallos gana.</p>	<p>Por parejas</p>	
<p>Estación 5. "Dobles": con pala de playa y pelota de tenis los alumnos jugarán un partido de dobles según las reglas básicas del tenis.</p>	<p>Por parejas</p>	
<p>Estación 6. "Voley-tenis": 2x2. Cada jugador tendrá un cartón y deberán pasarse un globo tres veces antes de pasarla al campo contrario.</p>	<p>Por parejas</p>	

## BIBLIOGRAFÍA

- Castañer, M. y Camerino, O. (2001). *La educación física en el enseñanza primaria*. Barcelona: Inde.
- Crespo, M. (1989). *Ejercicios para mejorar tu tenis: iniciación y medio*. Madrid: Gymnos.
- Gerardo, J. (1996). *Juegos y deportes alternativos en la programación de la educación física escolar*. Lérida: Agonos.
- Jardí, C. y Rius, J. (1997). *1000 ejercicios y juegos con material alternativo*. Barcelona: Paidotribo
- Piñango, C. y Martín, S. (1999). *Construcción de juguetes con material de desecho*. Madrid: Popular.
- Schönborn, R. (1999). *Tenis. Entrenamiento técnico*. Madrid: Tutor.
- Torres, G y Carrasco, L. (2004). *El tenis en la escuela*. Barcelona: Inde.
- Ureña, F. y cols (1997). *La educación física en secundaria*. Barcelona: Inde.