

## **JUEGOS RECREATIVOS**

### **JUSTIFICACIÓN**

El motivo de realizar esta Unidad Didáctica es ofrecer una alternativa con carácter novedoso y lúdico a las actividades tradicionales y a los deportes más frecuentes de su entorno que posibilite conocer otras actividades no convencionales

El reconocimiento cada vez mayor del área de Educación Física, el conocimiento de diferentes actividades por el creciente auge de las comunicaciones y la práctica cada vez más arraigada de alguna actividad físico – deportiva por un mayor número de personas, ha hecho que los docentes de la Educación Física nos planteemos la introducción de diferentes actividades que intenten cumplir los objetivos del área desde una óptica más lúdica y novedosa. He escogido varios materiales para su práctica, en la cual se trabajan todos los aspectos del ámbito motriz y las capacidades físicas básicas.

#### **Proyección social**

El conocimiento de actividades de uso frecuente, juegos o deportes en otros lugares, su práctica e historia servirán para la aceptación y conocimiento de otros modos de vida.

Las aportaciones más significativas con el conocimiento y práctica de estas actividades son la posibilidad de adaptarlas a su lista de actividades lúdicas y hacer que se enriquezcan las posibilidades motrices y favorecer las relaciones y la inserción laboral

### **1.- CONTEXTO**

En lo que se refiere al desarrollo motor, a estas edades están en la edad de oro para el aprendizaje de gestos coordinados y en una fase sensible para el desarrollo de habilidades genéricas. Nosotros nos vamos a centrar en la realización de juegos con material alternativo y en la construcción de materiales.

Por lo que respecta al desarrollo cognitivo, según PIAGET están en el periodo de las operaciones concretas, y por lo tanto están en condiciones para comprender los elementos de estos juegos y de la importancia de utilizar material de forma no convencional.

El desarrollo afectivo – social se caracteriza por la formación de pandillas y el valor de la amistad, lo que trae consigo que también sus relaciones con ciertos compañeros no sean tan buenas como con otros. Los niños a estas edades son muy crueles, sobre todo con los menos capaces, los cuales tienen una baja autoestima y autoconcepto. Por ello, desarrollar la autoestima será un objetivo de la presente Unidad Didáctica

## **2.- OBJETIVOS**

Los objetivos comunes a todas las Unidades Didácticas son:

- No permitir discriminación alguna por razón de sexo o capacidad, así como valorar el carácter lúdico – recreativo.
- Mantener una actitud crítica ante estereotipos sexistas.
- Consolidar hábitos higiénicos de cuidado corporal y hábitos de vida activa
- Aceptar las posibilidades y limitaciones propias y de los demás, así como desarrollar la autoestima

Los objetivos específicos de esta Unidad Didáctica son:

- Conocer y practicar distintos juegos de cooperación / oposición en la que se utilizan los materiales alternativos.
- Desarrollar las habilidades genéricas a través del juego y valorarlos para su uso en el tiempo libre
- Construir materiales para la práctica de actividad física adoptando una actitud de juego limpio y respeto a las normas de clase.
- Conocer las posibilidades del medio

## **3.- CONTENIDOS**

Los contenidos de esta Unidad Didáctica son::

- CONCEPTOS:
  - Materiales alternativos
  - Reglas de juego
- PROCEDIMIENTOS:
  - Construcción de recursos materiales.
  - Utilización de material alternativo
  - Juegos para el desarrollo de habilidades genéricas
- ACTITUDES:
  - Juego limpio.
  - Coeducación
  - Respeto a las normas
  - Respeto por el medio ambiente
  - Carácter lúdico y recreativo del juego

Esta U. D. responde al principio de globalización ya que se dan relaciones de:

- Intradisciplinariedad: Juego, salud, cooperación, condición física, coordinación,...
- Interdisciplinariedad:
  - Conocimiento del Medio: conocimiento del cuerpo humano y de los sistemas de relación. Lo incrementaremos si al inicio de cada sesión aprovechamos para dar alguna información sobre el origen e historia de la indiana, frisbee,...
  - Lengua Castellana: facilitar la adquisición de nuevo vocabulario y utilización correcta de la lengua para la comunicación.
  - Educación Artística: construcción de materiales
  - Matemáticas: comprensión y representación del espacio, y de conceptos como plano, perpendicular, paralelo,...
- Transversalidad: Coeducación, Educación para la Paz, Educación Ambiental, Educación del Consumidor y Fomento de la Lectura

#### **4.- TEMPORALIZACIÓN:**

Cada sesión tendrá una duración de 55 minutos. A eso hay que restarle en tiempo que tardamos en pasar lista y bajar a la pista, calentamiento y vuelta a la calma. En total hay que planificar para unos 30 o 35 minutos.

El calentamiento será realizado por los alumnos, previa entrega al profesor del mismo por escrito.

Las sesiones son:

- Sesión 1: Presentación y discos voladores
- Sesión 2: Discos voladores
- Sesión 3: Paletas
- Sesión 4: Indiacas
- Sesión 5: Paracaidas
- Sesión 6: Sticks
- Sesión 7: Partido flooball
- Sesión 8: Material convencional utilizado de forma no habitual
- Sesión 9: Balones gigantes
- Sesión 10: Bijbol
- Sesión 11: Patines.
- Sesión 12 y 13: Construcción de materiales ( stick )

## **5.- METODOLOGÍA**

### **A.- TÉCNICA DE ENSEÑANZA:**

La información inicial que le demos a los alumnos es muy importante, sobre todo porque es un material no utilizado frecuentemente por ellos. Las explicaciones deben ser muy claras para que los alumnos la entiendan bien. Para ellos adoptaremos una posición externa y destacada, fuera del grupo. Será muy importante a la hora de construir materiales.

Después debemos dar continuamente feedback para corregir errores. Los alumnos aventajados también ayudarán en esta situación.

Luego la Técnica de Enseñanza será por Instrucción Directa a la hora de enseñar a utilizar el material y en las sesiones de construcción, y por Indagación en la realización de juegos

### **B.- ESTILOS DE ENSEÑANZA:**

- Resolución de problemas: en los juegos planteados y en la sesión de bijbol
- Tradicionales: Asignación de Tareas al construir los materiales y explicar cómo se utiliza.
- Individual: Cada alumno/a construye su propio material
- Enseñanza Recíproca: actividades por parejas
- Socializadores: en la sesión de paracaídas y a la hora de construir materiales

### **C.- ESTRATEGIA EN LA PRÁCTICA:**

Están presentes tanto la estrategia analítica a la hora de enseñar cómo se utilizan los materiales como la global a la hora de realizar los diferentes juegos y bijbol

### **D.- ORGANIZACIÓN DEL ALUMNADO.**

Se formarán siempre grupos mixtos para fomentar la coeducación.

Son varias las estructuras presentes:

- Estructura masiva: en los calentamientos y en los juegos con paracaídas.
- Individuales: en las sesiones de construcción de materiales.

En todo momento se debe favorecer las relaciones entre compañeros y adversarios. Se ha de respetar y no discriminar. Siempre hay que dar feedback afectivo por pequeño que sea para motivar al alumno

## **6.- EVALUACIÓN:**

- DEL PROCESO DE APRENDIZAJE:
  - Evaluación Inicial: realizada al principio de curso.
  - Evaluación procesual:
    - Conceptos: observación
    - Procedimientos: Material construido: mediante su presentación  
  
Calentamiento: Observación y presentación del mismo por escrito  
Hábitos higiénicos: pasando lista
    - Actitudes: mediante la observación diaria
- DEL PROCESO DE ENSEÑANZA:
  - Reflexión grupal al final de la Unidad Didáctica
  - Autoevaluación
  - Ficha a los alumnos/as

## Evaluación del proceso de enseñanza

<b>ASPECTO A EVALUAR/ RESULTADO</b>	<b>MB</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>M</b>
<b>El profesor explicó los objetivos que queríamos conseguir en la primera sesión</b>				
<b>Entendí las explicaciones del profesor sobre los aspectos técnicos de este deporte</b>				
<b>Durante el desarrollo de esta U. D. lo pasé...</b>				
<b>El material que utilizamos en clase era adecuado para desarrollar las actividades que nos propuso el maestro</b>				
<b>El tiempo que dedicamos a esta U. D. fue el suficiente para conseguir los objetivos que nos proponíamos</b>				

- Lo que más me gustó de la U. D. de Juegos recreativos fue...
- Lo que menos me gustó de la U. D. de Juegos recreativos fue.....



**UNIDAD DIDÁCTICA: JUEGOS RECREATIVOS      SESIÓN 2**

**Materiales:** Discos voladores, bancos sueco y botes de plástico

**CALENTAMIENTO**

1.- Juego libre con el disco.

2.- Juegos de familiarización:

- Individualmente:

- Desplazarse andando / corriendo con el disco en la cabeza
- Lanzar con una mano, con la otra, con las dos: hacia arriba, hacia delante y correr a recogerlo antes de que caiga al suelo, colarlo por la portería de balonmano, por la canasta,...

**PARTE PRINCIPAL**

1.- “ Pasar el disco “.

Por parejas situados uno/a en frente del otro/a lanzamos y recibimos el disco libremente. Primero estático y después desplazándonos

2.- “ El gatito “.

Grupos de tres: dos se pasan el disco a una distancia de 10 metros y otro/a, en el centro, intenta atraparlo

3.- “ El reloj “

Grupos de seis formando un círculo, pasarse el disco en el sentido de las agujas del reloj. A la señal cambiar de sentido. Se pueden incorporar más discos.

4.- “ Derribar el bote “.

Se divide la clase en 2 grupos, cada uno situado en el fondo de la pista ( ancho ) y en el centro colocados varios botes de plástico. Lanzar los discos intentando derribar el máximo número de botes posible

5.- “ Mate con disco de foam “

Jugar al mate sustituyendo la pelota por un disco volador de foam.

**VUELTA A LA CALMA**

Formando un gran círculo, se coloca una caja en el centro e intentar colar los discos dentro de ésta ( de este modo queda recogido el material )

**UNIDAD DIDÁCTICA: JUEGOS RECREATIVOS**

**SESIÓN 3**

**Materiales:** Paletas y pelotas de tenis

**CALENTAMIENTO**

- 1.- calentamiento estático y dinámico de banda a banda.
- 2.- Repartir las paletas ( una por alumno) y una pelota por alumno

**PARTE PRINCIPAL**

- 1.- Individualmente:
  - Estático, dar golpes a la pelota
  - Igual en desplazamiento
  - Estático, botar la pelota con la paleta
  - Igual en desplazamiento
  - Alternar golpe alto con varios a menor altura
  - Contra la pared: jugar al frontón
- 2.- Por parejas: Uno delante del otro jugar a las paletas
- 3.- Igual que el anterior pero con una red o cinta delimitadora en medio
- 4.- Jugar a las paletas 2 contra 2

**VUELTA A LA CALMA**

Estiramiento de las extremidades inferiores y superiores

**UNIDAD DIDÁCTICA: JUEGOS RECREATIVOS      SESIÓN 4**

**Materiales:** Indiacas, red de voley o cinta delimitadora

**CALENTAMIENTO**

1.- Juego libre con la indiaka.

2.- Juegos de familiarización: Cada alumno/a con una indiaka, golpear ( mano derecha, izquierda, otras partes del cuerpo,...): variar altura, estático y desplazamiento, de pie, sentado, en cuclillas,...

**PARTE PRINCIPAL**

1.- “Parejas”.

- Por parejas, realizar lo siguiente: pases con mano izquierda, mano derecha.
- Colocar la red en medio. Uno saca y el otro debe recibir con las dos manos
- Tennis uno contra otro

2.- “ Cambio de Indiacas “.

En grupos de 6 los alumnos/as deben golpear la indiaka arriba y coger otra que no sea la nuestra.

3.- “ El abecedario “

Grupos de 6. Golpear una indiaka con la mano procurando mantenerla el máximo posible de tiempo sin que caiga al suelo. Cada golpe se dice una letra del abecedario.

Variante: Golpear con cualquier parte del cuerpo

4.- “ A, e, i, o, u “

Los mismo grupos, golpear la indiaka con cualquier parte del cuerpo. Cada golpe se dice una vocal. Al llegar a la “ U “, el que golpea intentará dar con ella a algún compañero/a. Hay tres vidas, si se agotan se le hace un “ miau miau “

5.- “ Tennis con indiacas “.

Dos contra dos.

Cada pareja se coloca a un lado de la red, tratan de pasar la indiacas al campo contrario, golpeándola con cualquier parte del cuerpo

Podemos golpear la indiacas cuantas veces queramos dentro de nuestro campo. Cuando a un equipo se le cae la indiacas en el suelo, se anota un punto el equipo contrario. Pone la indiacas en juego el equipo que no se anotó el punto

5.- “ Achicar indiacas “

Se divide la clase en dos grupos, cada uno en una mitad del campo que estará dividido por una red. Lanzar las indiacas al campo contrario, intentando que en nuestro campo no haya ninguna indiacas

**VUELTA A LA CALMA**

Formando un gran círculo, se coloca una caja en el medio para intentar colar las indiacas dentro de ésta ( de este modo se recoge el material ).

Es posible realizar una sesión más en la que se formarían grupos de 4 y jugarían 4 contra 4 con una red en medio. Las principales reglas son:

- El campo es similar al de voleibol.
- El jugador que saca continúa sacando siempre y cuando su equipo gane los puntos. Si pierden el punto, el equipo contrario se anota un tanto y recupera el saque.
- Cada equipo puede dar cuantos toques quieran antes de mandarla al otro campo.
- Se puede golpear con cualquier parte del cuerpo.
- Sólo son válidos los golpes, no se puede coger con las dos manos y lanzarla al otro campo.
- Se juega a 15 puntos por set

