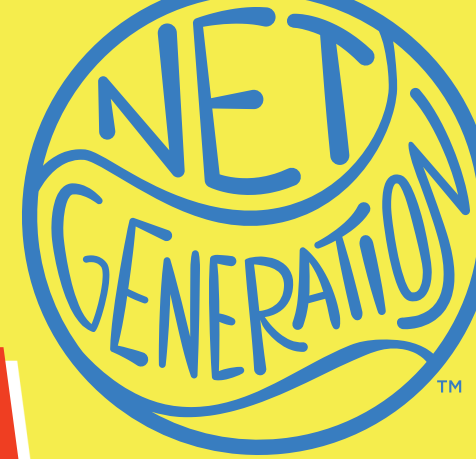


PLANES DE ESTUDIOS DE TENIS EN EDUCACIÓN FÍSICA



PLANES DE LECCIONES INTEGRALES,
COMPLETOS Y BASADOS EN ESTÁNDARES

3.º Y 4.º GRADO





¡BIENVENIDO A NET GENERATION!

En nombre de la Asociación de Tenis de los Estados Unidos (United States Tennis Association, USTA), le agradecemos por apoyar nuestra nueva y apasionante marca de tenis juvenil. Usted ayuda a forjar el futuro de los niños a los que les enseña a diario, y el tenis es un excelente deporte que contribuye a esa misión. Además de ser un deporte saludable para toda la vida, el tenis es una actividad que contribuye a las áreas clave de desarrollo: habilidades mentales y resolución de problemas, responsabilidad y espíritu deportivo, salud cardiovascular, fuerza muscular y coordinación entre las manos y los ojos; además, jugarlo es más divertido que nunca. Hacemos que el tenis sea un deporte fácil para que los niños lo jueguen y para que usted lo enseñe, y le brindamos todo lo que se necesita para comenzar.

Net Generation es una plataforma integral y un programa de desarrollo para niños de 5 a 18 años. Mediante la creación de una plataforma única para el tenis en los Estados Unidos, respaldada en cada paso por la USTA, creemos que podemos aumentar la participación en el tenis, inculcar el amor por el juego en las generaciones futuras y garantizar que el tenis siga siendo un deporte vital en nuestras comunidades por siempre.

Como exalumno de Harvard y tenista número 4 del mundo, soy embajador de Net Generation porque experimenté los beneficios del tenis en persona: me ayudó a tener éxito en los estudios, en mi profesión y en la vida. A través de Net Generation, con su ayuda, ejerceremos una influencia positiva en miles de niños en todo el país y motivaremos a cada uno de ellos para que tengan un estilo de vida más saludable.

Al registrarse y convertirse en parte activa de Net Generation, podrá acceder a los mejores planes de estudio, con planes de lecciones completos, creados en conjunto con la Sociedad de Educadores Físicos y de la Salud (Society of Health and Physical Educators, SHAPE America), una organización líder que establece los estándares de salud y educación física en todo el país. Si se asocia con un entrenador o una organización de tenis de su localidad, también podrá obtener elementos gratuitos, así como herramientas y recursos digitales que facilitan la enseñanza, el entrenamiento, la planificación y el juego. La USTA creó Net Generation pensando en usted, por lo que esperamos recibir sus comentarios y sugerencias en todo el proceso. Con su ayuda, podemos motivar a los niños para que empiecen a jugar, ¡y nunca dejen de hacerlo!

Una vez más, gracias por ser parte de Net Generation. ¡Juntos, forjaremos el futuro del tenis!

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Jim Blake".

James Blake

Embajador de Net Generation

Presidente de USTA Foundation

Exjugador de tenis número 4 del mundo





ESTIMADO EDUCADOR:

Como presidente de la SHAPE America, es un placer escribir esta carta a favor del programa de tenis escolar Net Generation. Creo que este programa realmente reconoce el importante papel que desempeña la educación física en la introducción de los alumnos al juego del tenis.

A través del esfuerzo de colaboración entre SHAPE America y la USTA, el programa de tenis escolar Net Generation representa un plan de estudios integral y basado en estándares que todos los maestros pueden implementar con facilidad en entornos escolares, desde el jardín de infantes hasta el 8.º grado. Mediante su alineación con los National Standards and Grade-Level Outcomes de SHAPE America para Educación Física desde el jardín de infantes hasta el 12.º grado, el plan de estudios de Net Generation sienta las bases para la enseñanza del tenis a fin de satisfacer las necesidades de todos los alumnos.

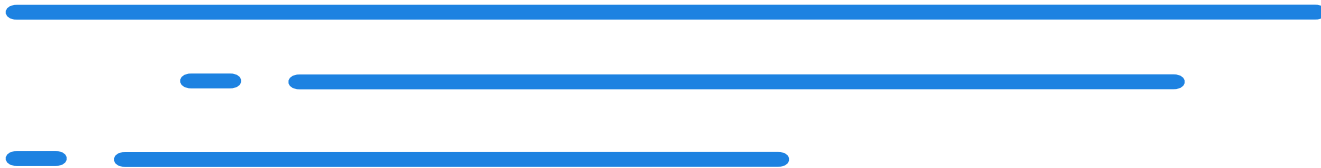
SHAPE America confía plenamente en el éxito del programa Net Generation y en el compromiso asumido para que la educación física desempeñe un papel central en la introducción y en la participación de los alumnos en el juego del tenis.

¡Bienvenido a Net Generation!

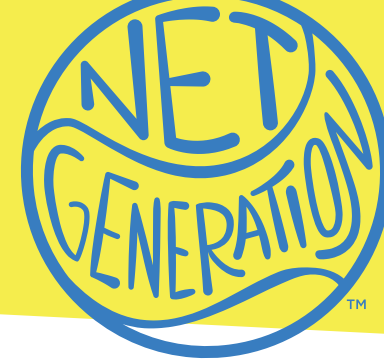
A handwritten signature in black ink that reads "Fran Cleland". The signature is fluid and cursive.

Fran Cleland

Presidente de SHAPE America



DESCRIPCIÓN GENERAL



INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE CÓMO IMPLEMENTAR LAS LECCIONES

Adopte un enfoque flexible con respecto a las lecciones

Los estándares nacionales y los resultados a nivel de grado para Educación Física están diseñados para fomentar la maduración de las habilidades motoras fundamentales y el desarrollo de la comprensión de los conceptos de movimiento. Es posible que se necesite hacer modificaciones a los resultados a nivel de grado según las experiencias de los alumnos o la cantidad de días por semana durante los que se imparte educación física instructiva (estándares nacionales y resultados a nivel de grado: pág. 16).

Enseñe la misma lección más de una vez

Las lecciones de educación física en la escuela primaria, las tareas seleccionadas y las experiencias de aprendizaje deben promover la madurez de las habilidades del alumno. Una única lección enfocada en una sola habilidad no producirá un patrón de madurez (estándares nacionales y resultados a nivel de grado: pág. 17).

La repetición de las lecciones puede ser útil para que los alumnos tengan tiempo de hacer una revisión y de poner en práctica las habilidades enseñadas. Las lecciones 7 y 8 de la etapa de 3.º y 4.º grado son similares por este motivo. No hay reglas que establezcan que debe completar todas las lecciones de una etapa mientras se prepara para el juego final clave.

Prepárese para hacer una revisión (repetir actividades)

En esta etapa, los alumnos necesitan practicar las habilidades de manera no competitiva y divertida. Los maestros deben proporcionar oportunidades para que los alumnos practiquen y repitan las habilidades motoras fundamentales la mayor cantidad de veces posible.

Implemente variaciones durante la lección

A lo largo de la etapa de 3.º y 4.º grado, se brindan sugerencias para modificar las actividades de las lecciones. Sin embargo, si le parece que una actividad no funciona, consúlteles a los alumnos qué modificaciones realizarían para que les resulte más o menos difícil. Es posible que tenga alumnos que demuestren un nivel de competencia en ciertas habilidades en 3.º y 4.º grado y que quizás disfruten de probar actividades de la siguiente etapa (5.º y 6.º grado).

Estrategias para la transición

Las transiciones graduales son esenciales para maximizar el tiempo de enseñanza. Se han identificado las siguientes estrategias para ayudar a los maestros a realizar transiciones graduales y eficientes.

- o Prepare el área de actividad con anticipación.
- o Minimice el tiempo de inactividad entre las actividades.

DESCRIPCIÓN GENERAL



- o Organice materiales y elementos en varias ubicaciones de toda el área de actividad. Esto les permitirá a los alumnos obtener los materiales de forma segura en grupos más pequeños. El maestro también les puede pedir a los alumnos que recojan los materiales según el color de la ropa, el mes de nacimiento, el color favorito, el deporte favorito, la estatura, la edad, el animal favorito y la ubicación dentro del área de actividad.
- o Utilice las siguientes estrategias para formar grupos de dos integrantes, dos filas y grupos pequeños.
 - Grupos de dos integrantes
 - o Se les pide a los alumnos que busquen a un compañero que tenga el mismo color de ropa, que haya nacido en el mismo mes, etc.
 - o Dedo con dedo: los alumnos deben ponerse frente a frente con un compañero con los dedos de los pies tocándose lo más rápido posible. Otros desafíos pueden ser ponerse hombro con hombro o pie con pie.

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE CÓMO IMPLEMENTAR LAS LECCIONES

Adopte un enfoque flexible con respecto a las lecciones

Los estándares nacionales y los resultados a nivel de grado para Educación Física están diseñados para fomentar la maduración de las habilidades motoras fundamentales y el desarrollo de la comprensión de los conceptos de movimiento. Es posible que se necesite hacer modificaciones a los resultados a nivel de grado según las experiencias de los alumnos o la cantidad de días por semana durante los que se imparte educación física instructiva (estándares nacionales y resultados a nivel de grado: pág. 16).

Enseñe la misma lección más de una vez

Las lecciones de educación física en la escuela primaria, las tareas seleccionadas y las experiencias de aprendizaje deben promover la madurez de las habilidades del alumno. Una única lección enfocada en una sola habilidad no producirá un patrón de madurez (estándares nacionales y resultados a nivel de grado: pág. 17).

La repetición de las lecciones puede ser útil para que los alumnos tengan tiempo de hacer una revisión y de poner en práctica las habilidades enseñadas. Las lecciones 7 y 8 de la etapa de 3.º y 4.º grado son similares por este motivo. No hay reglas que establezcan que debe completar todas las lecciones de una etapa mientras se prepara para el juego final clave.

Prepárese para hacer una revisión (repetir actividades)

En esta etapa, los alumnos necesitan practicar las habilidades de manera no competitiva y divertida. Los maestros deben proporcionar oportunidades para que los alumnos practiquen y repitan las habilidades motoras fundamentales la mayor cantidad de veces posible.

Implemente variaciones durante la lección

A lo largo de la etapa de 3.º y 4.º grado, se brindan sugerencias para modificar las actividades de las lecciones. Sin embargo, si le parece que una actividad no funciona, consúltele a los alumnos qué modificaciones realizarían para que les resulte más o menos difícil. Es posible que tenga alumnos que demuestren un

DESCRIPCIÓN GENERAL



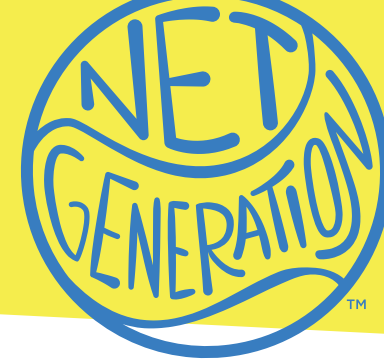
nivel de competencia en ciertas habilidades en 3.º y 4.º grado y que quizás disfruten de probar actividades de la siguiente etapa (5.º y 6.º grado).

Estrategias para la transición

Las transiciones graduales son esenciales para maximizar el tiempo de enseñanza. Se han identificado las siguientes estrategias para ayudar a los maestros a realizar transiciones graduales y eficientes.

- o Prepare el área de actividad con anticipación.
- o Minimice el tiempo de inactividad entre las actividades.
- o Organice materiales y elementos en varias ubicaciones de toda el área de actividad. Esto les permitirá a los alumnos obtener los materiales de forma segura en grupos más pequeños. El maestro también les puede pedir a los alumnos que recojan los materiales según el color de la ropa, el mes de nacimiento, el color favorito, el deporte favorito, la estatura, la edad, el animal favorito y la ubicación dentro del área de actividad.
- o Utilice las siguientes estrategias para formar grupos de dos integrantes, dos filas y grupos pequeños.
 - Grupos de dos integrantes
 - o Se les pide a los alumnos que busquen a un compañero que tenga el mismo color de ropa, que haya nacido en el mismo mes, etc.
 - o Dedo con dedo: los alumnos deben ponerse frente a frente con un compañero con los dedos de los pies tocándose lo más rápido posible. Otros desafíos pueden ser ponerse hombro con hombro o pie con pie.

ETAPA ROJA



OTRAS CARACTERÍSTICAS DE LA LECCIÓN

Indicaciones para la enseñanza

Se brindan indicaciones para la enseñanza con el fin de ayudar a los maestros a reforzar los elementos esenciales del desarrollo de las habilidades para sus alumnos.

Modificaciones

Las modificaciones son formas sugeridas de introducir cambios a las actividades de las lecciones. Pueden hacer que una actividad sea más o menos difícil. En esta etapa, las modificaciones pueden implicar achicar o agrandar el área de actividad, aumentar o disminuir la distancia entre dos compañeros, o dejar que la pelota de tenis rebote varias veces antes de pegarle.

Verificación de la comprensión

A lo largo de la lección, se les debe pedir a los alumnos que reflexionen sobre las actividades de la clase en las que han participado y sobre lo que han aprendido en ellas. Al verificar la comprensión, los maestros pueden evaluar el conocimiento de los alumnos y hacerles comentarios y, al mismo tiempo, los alumnos tienen la oportunidad de incorporar la comprensión del juego. La verificación de la comprensión es fundamental para el aprendizaje de los alumnos y la adquisición de habilidades.

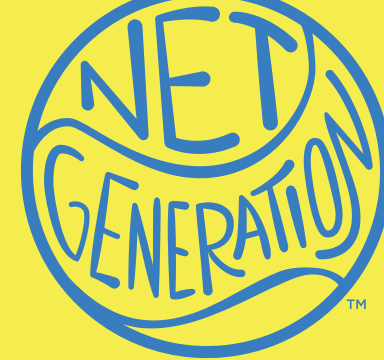
Evaluaciones rápidas

Las evaluaciones rápidas son otra forma en que los maestros pueden evaluar de manera informal el aprendizaje de los alumnos al hacer que participen en una tarea específica que demuestre su nivel de competencia en ciertas habilidades. Estas tareas están pensadas para que el maestro pueda recopilar la información necesaria con rapidez, a fin de perfeccionar y enriquecer las oportunidades de practicar las habilidades.

REFERENCIAS

Jugador	
Pelota	
Raqueta	
Aro de hula-hula	
Cono	

ESTÁNDARES NACIONALES Y RESULTADOS A NIVEL DE GRADO DE SHAPE AMERICA PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA DESDE EL JARDÍN DE INFANTES HASTA EL 12.º GRADO



RESUMEN DEL PLAN DE ESTUDIOS POR NIVELES

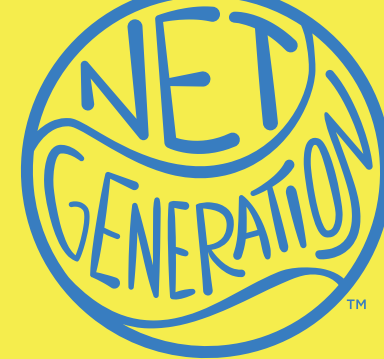
En la etapa de 3.º y 4.º grado, los alumnos continúan practicando las habilidades con la raqueta que aprendieron en 1.º y 2.º grado. Además, comienzan a practicar los golpes de fondo de derecha y aplican estas habilidades en pequeñas prácticas en un espacio reducido. También en esta etapa, los alumnos comienzan a aplicar el conocimiento de los conceptos de movimiento relacionados con las estrategias y las tácticas, la fuerza, la dirección y la velocidad.

Estándar 1: la persona con aptitudes físicas básicas demuestra que es competente en una variedad de habilidades motoras y de patrones de movimiento.

- Golpes con elemento corto
 - o (S1.E24.2) Golpea un objeto con un elemento de mango corto y hace que se desplace en dirección ascendente con golpes consecutivos.
 - o (S1.E24.3b) Golpea un objeto con un elemento de mango corto mientras demuestra tres de los cinco elementos críticos de un patrón de madurez.
 - o (S1.E24.4a) Golpea un objeto con un elemento de mango corto mientras demuestra un patrón de madurez.
- Lanzamiento desde abajo
 - o (S1.E13.3) Lanza un objeto desde abajo a un compañero o hacia un objetivo con una precisión razonable.
- Atrapamiento
 - o (S1.E16.3) Atrapa una pelota del tamaño de la mano lanzada con suavidad y demuestra cuatro de los cinco elementos críticos de un patrón de madurez.



ESTÁNDARES NACIONALES Y RESULTADOS A NIVEL DE GRADO DE SHAPE AMERICA PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA DESDE EL JARDÍN DE INFANTES HASTA EL 12.º GRADO

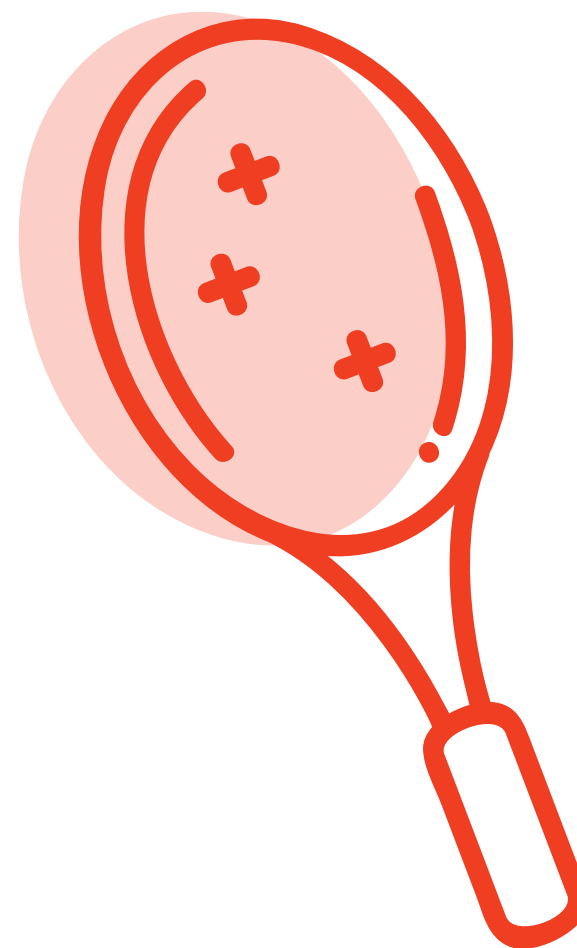


Estándar 2: la persona con aptitudes físicas básicas aplica el conocimiento de conceptos, principios, estrategias y tácticas relacionados con el movimiento y el rendimiento.

- Velocidad, dirección y fuerza
 - o (S2.E3.3) Combina conceptos de movimiento (dirección, niveles, fuerza, tiempo) con habilidades, según lo indica el maestro.
 - o (S2.E3.4b) Aplica los conceptos de dirección y fuerza cuando golpea un objeto con un elemento de mango corto y lo envía hacia un objetivo designado.
- Estrategias y tácticas
 - o (S2.E5.5b) Aplica las estrategias y las tácticas ofensivas y defensivas básicas en tareas de práctica en áreas reducidas con una red o contra la pared.

Estándar 3: la persona con aptitudes físicas básicas demuestra conocimiento y habilidades para lograr y mantener un nivel saludable de actividad física y de entrenamiento.

- Participación en la actividad física
 - o (S3.E2.3) Participa en las actividades de la clase de educación física sin indicaciones del maestro.
 - o (S3.E2.4) Participa de manera activa en las actividades de la clase de educación física, cuando se lo indica el maestro y también de manera independiente.



ESTÁNDARES NACIONALES Y RESULTADOS A NIVEL DE GRADO DE SHAPE AMERICA PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA DESDE EL JARDÍN DE INFANTES HASTA EL 12.º GRADO

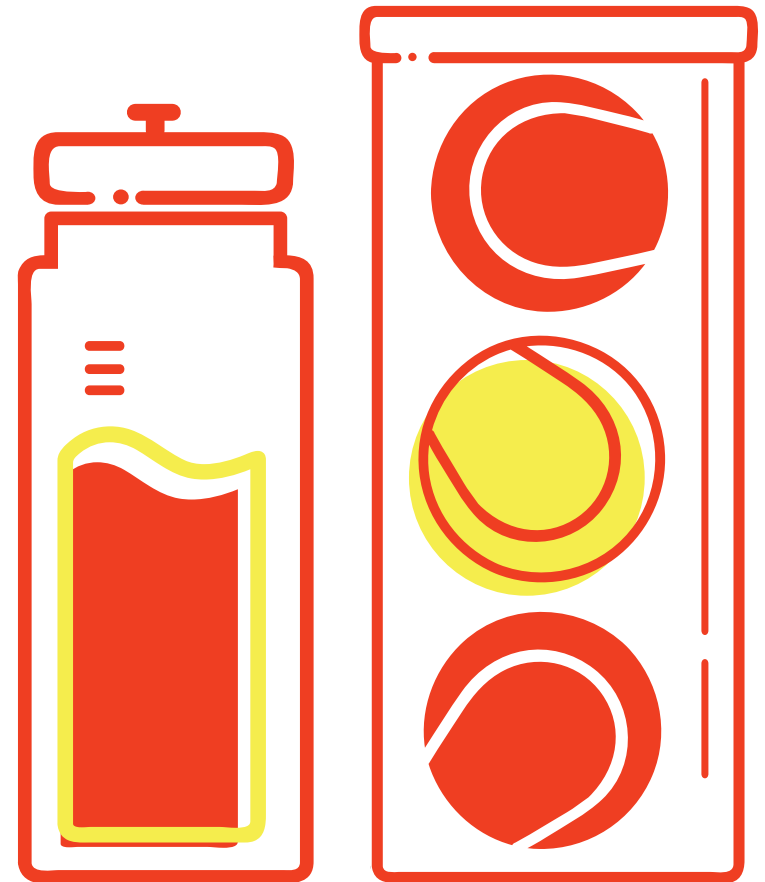


Estándar 4: la persona con aptitudes físicas básicas presenta una conducta personal y social responsable a través de la que se respeta a sí mismo y respeta a los demás.

- Responsabilidad personal
 - o (S4.E1.3) Demuestra tener responsabilidad personal en las actividades dirigidas por el maestro.
 - o (S4.E1.4) Demuestra tener un comportamiento responsable en situaciones de grupos independientes.
 - o (S4.E2.3) Trabaja de manera independiente durante períodos extendidos.
- Aceptación de los comentarios
 - o (S4.E3.3) Acepta e implementa los comentarios correctivos específicos del maestro.
 - o (S4.E3.4) Escucha con respeto los comentarios correctivos de otras personas (p. ej., compañeros, adultos).
- Trabajo con otras personas
 - o (S4.E4.3a) Trabaja de manera cooperativa con otras personas.
 - o (S4.E4.3b) Felicita a otras personas por hacer los movimientos de manera satisfactoria.
 - o (S4.E4.4a) Felicita a personas más y menos habilidosas por hacer los movimientos.
 - o (S4.E4.4b) Acepta a los jugadores de todos los niveles de habilidades en la actividad física.
 - o (S4.E5.4) Demuestra seguir el protocolo y las normas en diversas actividades físicas.
 - o (S4.E6.3) Trabaja de manera independiente y segura en entornos de educación física.
 - o (S4.E6.4) Trabaja de manera segura con los compañeros y con elementos en entornos de actividad física.

Estándar 5: la persona con aptitudes físicas básicas reconoce el valor de la actividad física para la salud, el disfrute, el desafío, la autoexpresión o la interacción social.

- Desafío
 - o (S5.E3.3) Analiza los desafíos que surgen de aprender una nueva actividad física.



RESUMEN DE HABILIDADES

HABILIDADES DE MOVIMIENTO

ESTABILIZADORAS	Habilidades de equilibrio, mantener el equilibrio al moverse y al cambiar de dirección
MANIPULATIVAS	Hacer golpes de derecha y de revés.
CONCEPTOS DE MOVIMIENTO	<p>Exactitud</p> <ul style="list-style-type: none">• Comprender cómo impulsar un golpe hacia dónde se desea. <p>Espacio</p> <ul style="list-style-type: none">• Comprender hacia dónde moverse después de pegarle a una pelota.• Comprender cómo hacer que el compañero se mueva hacia un espacio diferente. <p>Fuerza</p> <ul style="list-style-type: none">• Comprender el efecto que tendrá un golpe con fuerza en el oponente o en la manera en que se lance la pelota.• Comprender el resultado que tendrá golpear una pelota con efecto en el oponente o en la manera diferente en que se lance la pelota. <p>Tiempo</p> <ul style="list-style-type: none">• Comprender cuándo devolver una pelota después de recibirla. <p>Movimiento</p> <ul style="list-style-type: none">• Comprender qué tipo de golpe se debe realizar en diferentes situaciones.

COMPONENTES CLAVE

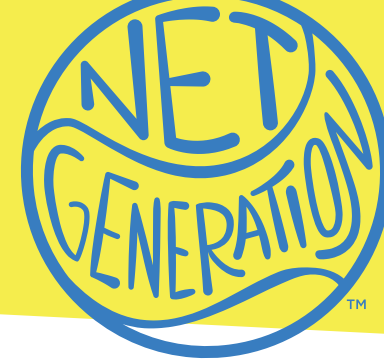
Área de actividad

En esta etapa, los maestros y los alumnos pueden definir el área de actividad marcando un límite para que haya conciencia del espacio personal y general. Se pueden usar diversos materiales, como conos blandos, círculos de colores, tiza y cinta, para crear los límites dentro del área de actividad. Por lo general, el área de actividad debe ser del tamaño aproximado de una cancha de baloncesto. El término “línea de base” hace referencia al límite posterior del área de actividad del alumno.

Equipo

Los alumnos usan diversas pelotas; sin embargo, para esta etapa, se recomienda usar pelotas de tenis roja y pelotas de gomaespuma con un 25 % de compresión. También se utilizan raquetas de pádel y raquetas de tenis pequeñas de 21 a 23 pulgadas.

RESUMEN DE HABILIDADES



Juego final clave

El juego final clave es una actividad culminante que brinda una oportunidad para que los alumnos demuestren seguridad y competencia con respecto a las habilidades aprendidas a lo largo de la etapa de 3.º y 4.º grado.

Al finalizar la etapa de 3.º y 4.º grado, el juego final clave consistirá en un partido de tenis de cuatro cuadrantes.

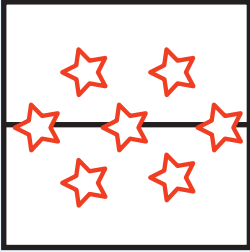
Esta actividad les permitirá a los alumnos comenzar a poner en práctica las habilidades de tenis básicas que aprendieron hasta el momento antes de jugar un juego de tenis tradicional, así como también los conocimientos de fuerza y dirección cuando realicen golpes, los conceptos de movimientos de espacios abiertos y posiciones de espera, y las estrategias y tácticas ofensivas simples.

LECCIÓN 1



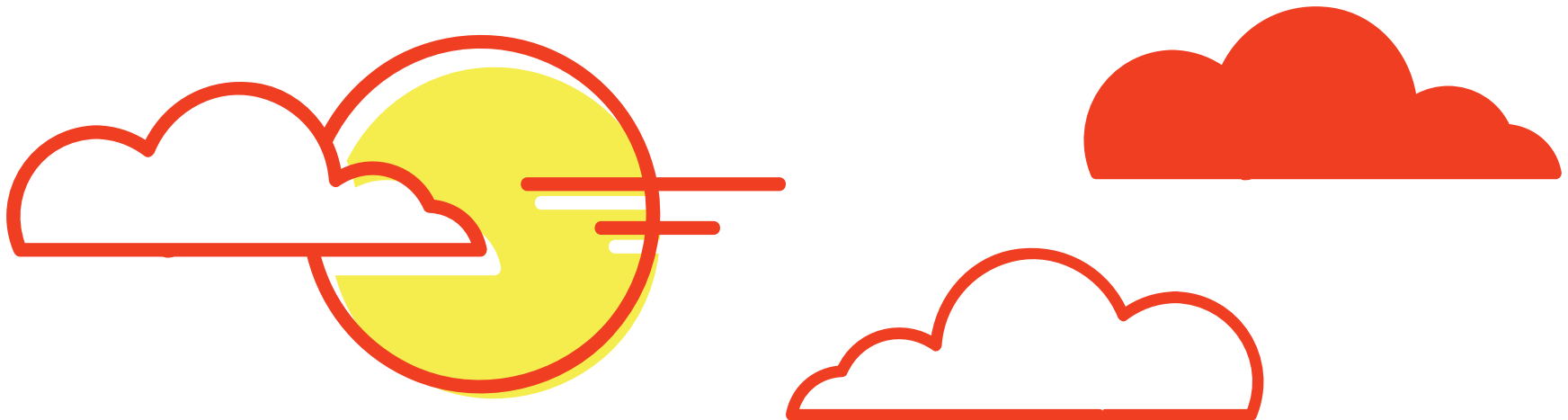
Nombre de la lección: Conocer la raqueta	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 1	Nivel de grado: 3.º y 4.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
<p>Estándares nacionales y resultados a nivel de grado:</p> <p>Estándar 1: S1.E24.2 (golpes con elemento corto)</p> <p>Estándar 3: S3.E2.3 y S3.E2.4 (participación en la actividad física)</p> <p>Estándar 4: S4.E1.3, S4.E1.4, S4.E2.3 (responsabilidad personal); S4.E3.3, S4.E3.4 (aceptación de los comentarios); S4.E3.3A, S4.E4.3b, S4.E4.4a, S4.E4.4b, S4.E6.3, S4.E6.4 (trabajo con otras personas)</p> <p>Estándar 5: S5.E3.3 (desafío)</p>	<p>Objetivos de la lección:</p> <p>Los alumnos podrán hacer rebotar la pelota con una raqueta de forma controlada.</p>		<p>Elementos necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta.• Una pelota por alumno. <p>Dato curioso:</p> <p>El tenis se inventó en Francia. ¿Quién sabe algo interesante sobre Francia?</p>
<p>Pregunta esencial (relacionada con el objetivo):</p> <p>¿Cómo se puede mantener el control de la pelota para pegarle más de una vez?</p>	<p>Consideraciones de seguridad:</p> <p>Asegúrese de que haya un espacio adecuado entre los alumnos cuando usen las raquetas. Asegúrese de que los alumnos sean conscientes de su espacio cuando se desplazan si hay raquetas en el piso.</p>		

LECCIÓN 1

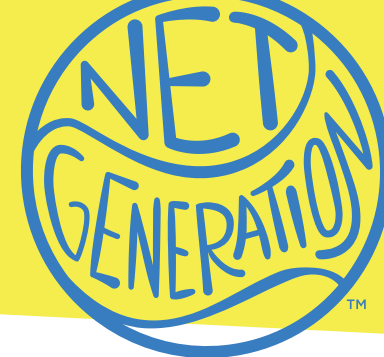
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Cuenta regresiva</p>	5 min	<p>Los alumnos comienzan en el centro del área de actividad designada.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Muéstrelas a los alumnos los límites del área de actividad (espacio general) y recuérdelos mantener su espacio personal durante toda la actividad. • Los alumnos se distribuyen en el espacio general mientras mantienen su espacio personal. • Explíqueles a los alumnos que hará una cuenta regresiva comenzando desde 10 y que, luego, dirá “Arranque”. Cuando los alumnos escuchen “Arranque”, deberán moverse por todo el espacio general mientras mantienen su espacio personal hasta escuchar “Congelados”. Una vez que escuchen la palabra “Congelados”, deberán detenerse y quedarse quietos. • Se debe repetir la actividad. <p><i>Transición: los alumnos toman una raqueta y una pelota de tenis, y encuentran un lugar en el espacio abierto.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pídale a los alumnos que hagan formas con el cuerpo cuando estén congelados. • Agrande o achique el área de actividad. • Cambie la manera en que los alumnos se mueven (p. ej., saltar en un pie, saltar, galopar, deslizarse).
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Familiarizarse con la raqueta</p>	15 min	<p>Los alumnos se ubican en un espacio abierto, cada uno con una raqueta y una pelota de tenis.</p>	<p>El maestro da instrucciones para realizar diversos ejercicios que permitirán que los alumnos se familiaricen con la raqueta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presente las habilidades de “abrazar” la raqueta y dejarla en el suelo. <ul style="list-style-type: none"> • Explique el procedimiento de “abrazar la raqueta” cruzando los brazos y abrazando la raqueta, y pídale a los alumnos que lo practiquen (esto se utiliza si las instrucciones duran 30 segundos o menos). • Explique el procedimiento para dejar la raqueta en el suelo y pídale a los alumnos que lo hagan (esto se utiliza si las instrucciones duran más de 30 segundos). • Indíqueles que hagan equilibrio con la pelota en las cuerdas de la raqueta, con la palma hacia arriba. • Indíqueles que hagan rodar la pelota alrededor del borde de la raqueta. • Indíqueles a los alumnos que dejen caer la pelota al suelo desde la raqueta y, luego, intenten atraparla con las cuerdas; pueden usar las manos a modo de ayuda. <p>Componentes de enseñanza (rebotes contra el suelo usando la raqueta):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sostener la raqueta con la palma hacia abajo. • Sostener la raqueta a la altura de la cadera. • Mantener rígida la muñeca. • Estar atento a los demás. • Permanecer en el espacio personal. <p>Componentes de enseñanza (rebotes con la raqueta):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sostener la raqueta con la palma hacia arriba. • Mantener rígida la muñeca. • Hacer rebotar la pelota con la raqueta a la altura de los ojos. • Estar atento a los demás. • Permanecer en el espacio personal. • Dejar caer la pelota desde la raqueta al suelo, golpear la pelota a la altura de los ojos y, luego, atraparla con una mano. Después de algunos intentos, repetir este ejercicio de forma continua sin atrapar la pelota. • Hacer rebotar la pelota contra el suelo, luego girar la palma hacia arriba y golpear la pelota hacia arriba, atrapar la pelota y repetir la práctica. 	<p>Indicaciones:</p> <p>Mirada hacia arriba y raqueta nivelada a la altura de los ojos.</p> <p>Modificación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilice una pelota de otro tamaño. • Use la mano no dominante. • Coloque la mano más arriba de la raqueta para ayudar a mantener el control. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos hacen equilibrio con una pelota sin que se caiga de la raqueta? • ¿Los alumnos hacen rebotar la pelota contra el suelo y usan la raqueta de forma controlada? • ¿Las cabezas de las raquetas están niveladas de manera que el objeto se mantiene sobre las cuerdas? • Pregúnteles a los alumnos por qué se debe golpear la pelota solo hasta la altura de los ojos.

LECCIÓN 1

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Salto de tijera de tenis</p>	5 min	Los alumnos se ubican en un espacio abierto, cada uno con una raqueta y una pelota de tenis.	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos lanzan la pelota hacia arriba y la dejan rebotar contra el suelo, la hacen rebotar una vez con la raqueta y la atrapan con la mano libre (<i>onesies</i>). Los alumnos lanzan la pelota hacia arriba y la dejan rebotar contra el suelo, la hacen rebotar dos veces con la raqueta y la atrapan con la mano libre (<i>twosies</i>). Continúe y observe cuántas veces seguidas los alumnos pueden “lanzar la pelota, hacerla rebotar contra el suelo, hacerla rebotar usando la raqueta y atraparla”. 	<p>Indicaciones:</p> <p>Lanzar, rebote contra el suelo, rebote con la raqueta y atrapar.</p> <p>Modificación:</p> <ul style="list-style-type: none"> Permítales a los alumnos que hagan múltiples rebotes para controlar el peloteo. Utilice pelotas de diferentes tamaños. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos mantienen el control de la pelota en su espacio personal? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pregúnteles a los alumnos si pueden lograr “<i>fivesies</i>”. Observe cuántos alumnos pueden hacer cinco rebotes seguidos usando la raqueta.
Cierre	5 min	Los alumnos devuelven la pelota y la raqueta de manera segura y se reúnen frente del maestro.	<ul style="list-style-type: none"> Repase la lección del día y las actividades realizadas. 	<ul style="list-style-type: none"> Pídale a un alumno o grupo de compañeros que haga una demostración de la actividad. ¿Cuántos rebotes consecutivos usando la raqueta pudieron hacer? ¿Qué se necesitó para hacer rebotar la pelota con la raqueta más de una vez?

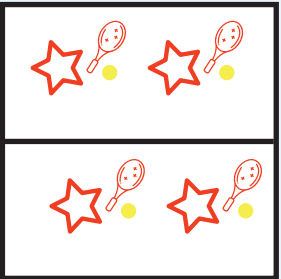


LECCIÓN 2



Nombre de la lección: Saltos de tijera de tenis	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 2	Nivel de grado: 3.º y 4.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
<p>Estándares nacionales y resultados a nivel de grado:</p> <p>Estándar 1: S1.E24.2 (golpes con elemento corto)</p> <p>Estándar 2: S2.E3.4b (velocidad, dirección y fuerza)</p> <p>Estándar 3: S3.E2.3 y S3.E2.4 (participación en la actividad física)</p> <p>Estándar 4: S4.E1.3, S4.E1.4, S4.E2.3 (responsabilidad personal); S4.E3.3, S4.E3.4 (aceptación de los comentarios); S4.E3.3A, S4.E4.3b, S4.E4.4a, S4.E4.4b, S4.E6.3, S4.E6.4 (trabajo con otras personas)</p> <p>Estándar 5: S5.E3.3 (desafío)</p>	<p>Objetivos de la lección:</p> <p>Los alumnos podrán hacer rebotar la pelota continuamente usando la raqueta.</p> <p>Los alumnos podrán hacer rebotar la pelota usando la raqueta en una dirección deseada.</p>		<p>Elementos necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta por alumno.• Una pelota roja por alumno.• Música (opcional).• Un círculo de color u objetivo cada dos alumnos. <p>Dato curioso:</p> <p>El récord mundial de rebotes consecutivos logrados por un niño de 10 años es de 831.</p>
<p>Pregunta esencial (relacionada con el objetivo):</p> <p>¿Cómo se puede hacer rebotar la pelota continuamente usando la raqueta con un compañero?</p>	<p>Consideraciones de seguridad:</p> <p>Los alumnos deben mantener el espacio personal, cambiar de dirección de manera segura y practicar las medidas de seguridad de la raqueta.</p>		

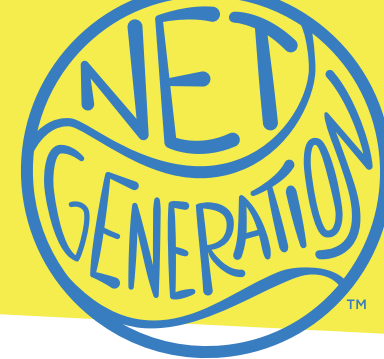
LECCIÓN 2

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Persecución tras piedra, papel o tijera</p>	5 min	Los alumnos arman grupos de dos integrantes en el espacio abierto.	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando el maestro lo indica (con un silbido o con música), los alumnos juegan a piedra, papel o tijera con su compañero. • El alumno que pierde es el “elegido” y debe intentar atrapar a su compañero. • Antes de que el alumno “elegido” pueda intentar atrapar a su compañero, debe hacer tres saltos de tijera. • Si lo atrapa, vuelven a jugar a piedra, papel o tijera y repiten el ciclo. <p><i>Transición: los alumnos toman una pelota y una raqueta, y encuentran un lugar en el espacio abierto.</i></p>	<p>Modificación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pare la ronda si los alumnos “elegidos” no logran atrapar a sus compañeros. • Indíqueles a los alumnos que busquen a nuevos compañeros. • Indíqueles a los alumnos que usen una habilidad locomotora diferente en cada ronda.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Peloteo con rebotes usando la raqueta</p>	5 min	<p>Los alumnos se ubican en un espacio abierto con una raqueta y una pelota.</p> 	<p>Peloteo con rebotes usando la raqueta</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada alumno deberá hacer rebotar la pelota con la mano no dominante y, luego, la volverá a atrapar sobre las cuerdas de la raqueta. • Después de hacerlo de manera satisfactoria, los alumnos harán rebotar la pelota y colocarán sus raquetas debajo de esta (de manera tal que la pelota quede arriba si la raqueta está en el aire). • Los alumnos deben flexionar las rodillas e intentar hacer rebotar ligeramente la pelota usando la raqueta y, luego, atraparla con la mano no dominante. • Una vez que los alumnos puedan controlar la pelota, deben completar la siguiente secuencia en su espacio personal: rebote contra el suelo, rebote con la raqueta, rebote contra el suelo, rebote con la raqueta. <p><i>Transición: los alumnos arman grupos de dos integrantes con los compañeros de la persecución tras piedra, papel o tijera.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rebote con la raqueta a la altura de los ojos y atrapar. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Indíqueles a los alumnos que cambien de compañero. • Indíqueles que usen la mano no dominante para guiar la pelota a las cuerdas de la raqueta. • Utilice pelotas de diferentes tamaños. • Use la mano no dominante. • Indíqueles a los alumnos que coloquen la mano más arriba de la raqueta para poder controlar la pelota. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos permanecen en su espacio personal? • ¿Los alumnos mantienen el control solo con la pelota y la hacen rebotar usando la raqueta a la altura de los ojos?

LECCIÓN 2

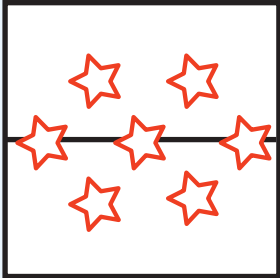
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Rebotes usando la raqueta con un compañero</p>		<p>Los alumnos están en parejas en un espacio abierto con dos raquetas, una pelota y un objetivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los compañeros se paran cerca uno del otro. • Un alumno hará rebotar la pelota en su raqueta (a la altura de los ojos) y la dejará rebotar contra el suelo hacia el objetivo. • El segundo alumno dejará rebotar la pelota en su raqueta e intentará que caiga en el objetivo. • Los compañeros continuarán con el peloteo usando el mismo patrón de forma controlada: rebote con la raqueta, rebote contra el suelo, rebote con la raqueta, rebote contra el suelo. <p><i>Indíqueles a los alumnos que ahora formen grupos de cinco o seis.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flexionar las rodillas, rebote con la raqueta a la altura de los ojos y apuntar hacia el objetivo. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Varíe el tamaño de los objetivos. • Utilice pelotas de diferentes tamaños. • Use la mano no dominante. • Indíqueles a los alumnos que coloquen la mano más arriba de la raqueta para poder controlar la pelota. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos mantienen el control solo con la pelota y la hacen rebotar usando la raqueta a la altura de los ojos? • ¿Los alumnos están en una posición de espera y preparados para hacer rebotar la pelota con la raqueta y lanzársela a su compañero? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pregúnteles a los alumnos cuántas veces pueden golpear el objetivo en dos minutos.
<p>Experiencia de aprendizaje 3</p> <p>Pases con toques en círculo</p>	10 min	<p>Los alumnos en grupos de cinco o seis forman un círculo con un objetivo en el centro y una pelota de tenis por grupo. Cada alumno tiene su propia raqueta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El objetivo es hacer pases con la pelota haciendo toques con otros integrantes del grupo. • La pelota puede rebotar las veces que quieran. • El objetivo es que cada círculo mantenga el peloteo el mayor tiempo posible. <p><i>Transición: indíqueles a los alumnos que guarden las raquetas. Indíquele al alumno más bajo del grupo que agarre el objetivo para guardarlo, y al alumno que sostiene la pelota al final de la actividad que la guarde.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flexionar las rodillas, rebote con la raqueta a la altura de los ojos y apuntar hacia el objetivo. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilice pelotas de diferentes tamaños. • Use la mano no dominante. • Indíqueles a los alumnos que coloquen la mano más arriba de la raqueta para poder controlar la pelota. • Varíe el tamaño del objetivo. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos pueden hacer rebotar la pelota usando la raqueta de forma controlada? • ¿Los alumnos colocan la mano más arriba de la raqueta para mantener el control? • ¿Todos los alumnos tienen la oportunidad de participar de igual manera?
<p>Cierre</p>	5 min	<p>Los alumnos se reúnen frente al maestro.</p>	<p>Repase las actividades realizadas en clase y haga preguntas que estén específicamente relacionadas con el ejercicio de hacer rebotar la pelota usando la raqueta y lanzársela a un compañero de forma controlada.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué diferencia hubo cuando hicieron rebotar la pelota usando la raqueta solos y cuando la hicieron rebotar y se la lanzaron a sus compañeros? • ¿De qué manera deben hacer rebotar la pelota usando la raqueta para que sus compañeros también puedan hacerla rebotar? • ¿Cómo lograron sus grupos hacer peloteos en la actividad en círculo con todos los que participaban?

LECCIÓN 3



Nombre de la lección: Rápido como un rayo	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 3	Nivel de grado: 3.º y 4.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
Estándares nacionales y resultados a nivel de grado: Estándar 1: S1.E16.3 (atrapamiento) Estándar 2: S2.E3.3 (velocidad, dirección y fuerza) Estándar 3: S3.E2.3 y S3.E2.4 (participación en la actividad física) Estándar 4: S4.E1.3, S4.E1.4, S4.E2.3 (responsabilidad personal); S4.E3.3, S4.E3.4 (aceptación de los comentarios); S4.E3.3A, S4.E4.3b, S4.E4.4a, S4.E4.4b, S4.E6.3, S4.E6.4 (trabajo con otras personas) Estándar 5: S5.E3.3 (desafío)	Objetivos de la lección: Los alumnos podrán moverse de manera efectiva y reaccionar en relación con el tiempo para lanzar y atrapar una pelota. Los alumnos podrán comprender la importancia de la “posición de espera” en relación con moverse de manera efectiva en el tenis.		Elementos necesarios: <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta.• Una pelota por alumno.• Dos alumnos por lección. Dato curioso: La tenista más rápida del mundo, Simona Halep, cronometró más de 14 millas por hora. El tenista más rápido, Novak Djokovic, llegó a 22 millas por hora.
Pregunta esencial (relacionada con el objetivo): ¿Cómo pueden moverse y reaccionar cuando atrapan una pelota?		Consideraciones de seguridad: Recuérdelos a los alumnos que mantengan su espacio personal cuando se muevan con una raqueta en la mano. Asegúrese de que las raquetas no estén en el suelo mientras los alumnos se mueven.	

LECCIÓN 3

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Cuenta regresiva para la posición de espera</p>	5 min	<p>Los alumnos comienzan en el centro del área de actividad designada.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Antes de la actividad instantánea, muéstrelas a los alumnos la “posición de espera”. • Muéstrelas a los alumnos los límites del área de actividad (espacio general) y recuérdelos mantener su espacio personal durante toda la actividad. • Los alumnos se distribuyen en el espacio general mientras mantienen su espacio personal. • Explíqueles a los alumnos que hará una cuenta regresiva comenzando desde 10 y que, luego, dirá “Arranque”. Cuando los alumnos escuchen “Arranque”, deberán moverse por todo el espacio general mientras mantienen su espacio personal hasta escuchar “Congelados”. Una vez que escuchan “Congelados”, deberán detenerse y quedarse en posición de espera. • Se debe repetir la actividad. <p><i>Transición: Los alumnos están en su espacio personal con una raqueta.</i></p>	<p>Modificación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diga “Congelados” antes de los tres segundos. • Luego de la actividad, repase la posición de espera y su importancia en el tenis y en otros deportes.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Rapidez con la raqueta</p>	10 min	<p>Los alumnos se ubican en un espacio abierto, cada uno con una raqueta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Indíqueles a los alumnos que se muevan por el área de actividad haciendo un movimiento locomotor que el maestro elija (correr, caminar, saltar, etc.). • Cuando se les dé la señal, los alumnos continuarán moviéndose con las raquetas en la mano y se dirigirán al perímetro del área de actividad, donde harán una fila detrás de un alumno designado hasta formar un círculo. • Pídale a todos los alumnos que apoyen la raqueta sobre la parte superior del borde, con el mango apuntando hacia arriba y delante de ellos. • Cuando el maestro diga en voz alta “Derecha” o “Izquierda”, los alumnos soltarán la raqueta, se moverán hacia la dirección que se les indicó e intentarán atrapar la raqueta que se encuentra junto a ellos antes de que se caiga al suelo. • Si todos la atrapan de manera satisfactoria, harán un paso hacia atrás; de lo contrario, harán un paso hacia adelante. Pruebe y observe qué tan grande se puede volver el círculo cuando todos hagan el ejercicio de manera satisfactoria. <p><i>Transición: indíqueles a todos los alumnos que guarden la raqueta y tomen una pelota de tenis.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rodillas flexionadas, un paso hacia la derecha o hacia la izquierda, soltar y atrapar. • Raqueta al frente. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Varíe el tamaño del círculo. • Indíqueles a los alumnos que trabajen en grupos de dos integrantes, en grupos pequeños o en grupos grandes. • Si los alumnos confunden la derecha y la izquierda, indíqueles que primero irán hacia la derecha o hacia la izquierda, pero cambie la frecuencia de la señal. Por ejemplo, si bien todos los alumnos sabrán que deberán ir hacia la derecha, el maestro puede decir “Derecha” de inmediato la primera vez, pero luego con una pausa más larga. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos agarran la raqueta de manera satisfactoria? • ¿Los alumnos flexionan las rodillas y las vuelven a extender cuando están en posición de espera (esto los ayudará a reaccionar más rápido)?

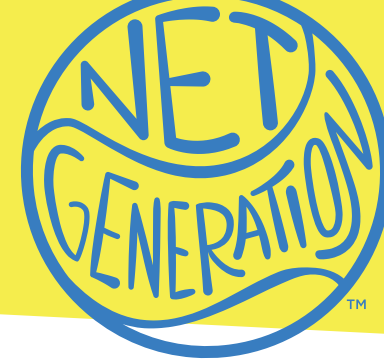
LECCIÓN 3

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Palomita de maíz</p>		<p>Los alumnos se ubican en un espacio abierto con una pelota de tenis.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos comenzarán a lanzar la pelota desde abajo, la harán rebotar contra el suelo y la atraparán ellos mismos. La pelota no deberá lanzarse más arriba de la altura de los ojos y se la hará rebotar una vez. • Después de algunos intentos, indíqueles a los alumnos que completen la secuencia una vez más y que incorporen atrapar la pelota con las dos manos, con la mano dominante y con la mano no dominante. <p><i>Transición: arme grupos de dos integrantes con una pelota y un objetivo por pareja. Indíquele al alumno mayor de la pareja que le pida un objetivo al maestro y que devuelva la pelota adicional.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanzar a la altura de los ojos usando la raqueta, rebote contra el suelo y atrapar. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilice pelotas de diferentes tamaños. • Use la mano no dominante. • Use objetivos. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos lanzan y hacen rebotar la pelota contra el suelo con control y pueden atraparla de manera satisfactoria (p. ej., sin que la pelota caiga con fuerza)? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos lanzan, hacen rebotar y atrapan la pelota de manera satisfactoria siete de diez intentos?
<p>Experiencia de aprendizaje 3</p> <p>Palomitas de maíz con un compañero</p>		<p>Los alumnos se ubican en grupos de dos en un espacio abierto con una pelota por pareja.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Indíqueles a los alumnos que armen grupos de dos integrantes y que lancen, hagan rebotar y atrapen una pelota en un espacio designado. • Indíqueles a los alumnos que pongan el objetivo entre ellos en el suelo. Los alumnos lanzan y atrapan la pelota usando el objetivo como marcador del lugar donde debería caer la pelota. Los alumnos lanzan la pelota hacia arriba, la dejan rebotar contra el objetivo y la atrapan. • Indíqueles a los alumnos que la atrapen con las dos manos, con una mano y con la mano no dominante. <p><i>Transición: indíquele al alumno menor de la pareja que le pida una segunda pelota al maestro.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanzar a la altura de los ojos usando la raqueta, rebote contra el suelo y atrapar. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilice pelotas de diferentes tamaños. • Use la mano no dominante. • Use objetivos. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos usan una buena posición de espera? Recuérdeles a los alumnos que mantengan flexionadas las rodillas y que las vuelvan a estirar. • ¿Los alumnos lanzan la pelota y la atrapan de manera satisfactoria?

LECCIÓN 3

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 4</p> <p>Caída de pelota</p>	10 min	Los alumnos forman grupos de dos, con dos pelotas y un objetivo por grupo.	<ul style="list-style-type: none"> • En pareja, uno de los integrantes sostiene una pelota con las dos manos, con los brazos estirados a la altura de los hombros y formando la letra "T". • El compañero suelta una pelota sin que el otro compañero sepa qué pelota soltará. • El compañero sin las pelotas corre y atrapa rápidamente la pelota que cayó después de dejarla rebotar contra el suelo una vez. • Indíqueles que se muevan un poco hacia atrás después de cada vez que suelten y atrapen la pelota de manera satisfactoria. • Indíqueles a los compañeros que cambien de rol. <p><i>Transición: los alumnos devuelven todos los elementos y se reúnen en el centro del área de actividad.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soltar, reaccionar y atrapar. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aumente o reduzca la distancia para incrementar la dificultad para los alumnos o para que hagan el ejercicio de manera más satisfactoria. • Aumente la cantidad de rebotes. • Permita que los alumnos atrapen la pelota con una sola mano o con las dos, según su nivel de capacidad. • Indíqueles a los alumnos que intenten el ejercicio girando la espalda hacia su compañero, a fin de sumarle más dificultad. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos usan la posición de espera con las rodillas flexionadas y, luego, las vuelven a estirar? • ¿Los alumnos sueltan la pelota y la atrapan de manera satisfactoria?
Cierre	5 min	Los alumnos se reúnen en el centro del área de actividad.	<ul style="list-style-type: none"> • Repase las actividades realizadas en clase y la importancia de la posición de espera. • Haga una demostración de una "posición de espera" deficiente y pídale a los alumnos que hagan sugerencias en grupo para mejorarla. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se debe posicionar el cuerpo para atrapar la pelota? • ¿De qué manera podemos movernos rápidamente hacia la pelota una vez que se la suelta? • ¿Es más fácil atraparla con una o con las dos manos? ¿Por qué?

LECCIÓN 4



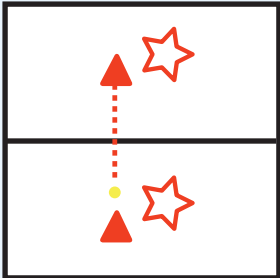
Nombre de la lección: Rápido como un rayo	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 4	Nivel de grado: 3.º y 4.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
<p>Estándares nacionales y resultados a nivel de grado:</p> <p>Estándar 1: S1.E13.3 (lanzamiento desde abajo), S1.E16.3 (atrapamiento)</p> <p>Estándar 3: S3.E2.3 y S3.E2.4 (participación en la actividad física)</p> <p>Estándar 4: S4.E1.3, S4.E1.4, S4.E2.3 (responsabilidad personal); S4.E3.3, S4.E3.4 (aceptación de los comentarios); S4.E3.3A, S4.E4.3b, S4.E4.4a, S4.E4.4b, S4.E6.3, S4.E6.4 (trabajo con otras personas)</p> <p>Estándar 5: S5.E3.3 (desafío)</p>	<p>Objetivos de la lección:</p> <p>Los alumnos podrán moverse de manera efectiva y reaccionar en relación con el tiempo para lanzar, hacer rebotar y atrapar una pelota.</p>		<p>Elementos necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Una pelota roja cada dos alumnos.• Un cono cada dos alumnos.• Un objetivo cada dos alumnos.• Música (opcional). <p>Dato curioso:</p> <p>En el tenis para personas sin discapacidades, cada jugador puede dejar que la pelota rebote solo una vez de su lado; sin embargo, en el tenis para personas en sillas de ruedas, cada jugador puede dejar que la pelota rebote contra el suelo dos veces.</p>
<p>Pregunta esencial (relacionada con el objetivo):</p> <p>¿Cómo podemos movernos y reaccionar para atrapar una pelota que rebota?</p>	<p>Consideraciones de seguridad:</p> <p>Recuérdelos a los alumnos que mantengan su espacio personal cuando se muevan con una raqueta en la mano. Asegúrese de que las raquetas no estén en el suelo mientras los alumnos se mueven.</p>		

LECCIÓN 4

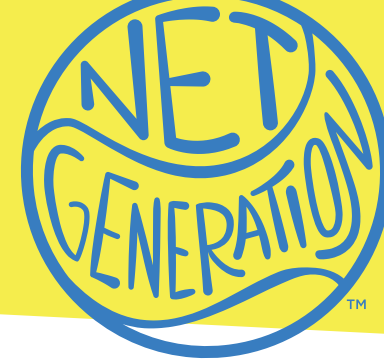
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Lanzar, atrapar y perseguir</p>	5 min	Los alumnos se enfrentan con un compañero y forman dos filas paralelas.	<ul style="list-style-type: none"> • Luego de que los alumnos hayan encontrado a un compañero usando el método “dedo con dedo”, formarán dos filas paralelas frente a frente en el área de actividad. • Los alumnos usarán pelotas de trapo o pelotas rojas para lanzarse entre sí con sus compañeros. • Identifique un área o un lugar seguro (una línea, un objetivo, etc.). Cuando la música se detenga o se suene el silbato, el alumno que tiene la pelota intentará alcanzar el área segura designada antes de que lo atrapen. • Los alumnos deben desplazarse dentro de sus propios carriles cuando intenten atrapar al compañero. 	<ul style="list-style-type: none"> • Repase la posición de espera de la lección anterior.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Palomitas de maíz con un compañero</p>	10 min	Los alumnos se ubican en un espacio abierto con sus compañeros y con una pelota por pareja.	<ul style="list-style-type: none"> • En parejas y con una pelota, los alumnos lanzarán, harán rebotar y atraparán la pelota en un espacio designado. • Indíqueles a los alumnos que pongan un objetivo entre los dos en el suelo. El alumno n.º 1 lanza la pelota usando el objetivo como referencia del lugar donde debe caer la pelota. El alumno n.º 2 atrapa la pelota y la lanza hacia arriba, la deja rebotar contra el objetivo y se la devuelve al alumno n.º 1. • Indíqueles a los alumnos que la atrapen con las dos manos, con una mano y con la mano no dominante. <p><i>Transición: arme grupos de dos integrantes usando el método “dedo con dedo”. Indíqueles al compañero de menor altura que encuentre un lugar para jugar y al compañero más alto que agarre un cono y una pelota para usar en la siguiente actividad.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apuntar, lanzar, rebote contra el suelo y atrapar a la altura de los ojos. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aumente la cantidad de rebotes. • Indíqueles a los alumnos que lancen y atrapen la pelota con diferentes manos. • Reduzca la distancia entre los compañeros o aumente la cantidad de rebotes después de que se suelta la pelota. • Aumente la distancia entre los compañeros. • Otorgue “puntos de bonificación” por golpear el objetivo. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos lanzan la pelota y la atrapan de manera satisfactoria?



LECCIÓN 4

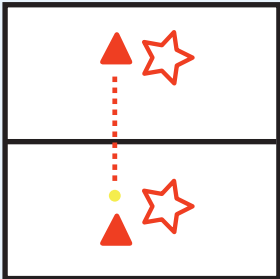
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Lanzar, rebote contra el suelo y atrapar</p>	<p>10 min</p>	<p>Los alumnos están en parejas en un espacio abierto, a unos seis pies de distancia y con un cono por alumno.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Cada alumno se parará con su cono en posición de espera como si estuviera sosteniendo un cono de helado. • Los alumnos trabajan juntos de manera cooperativa, se lanzan la pelota desde abajo y la atrapan en el cono después de que rebote una vez. • Indíqueles a los alumnos que digan las secuencias en voz alta mientras las completan. <p><i>Transición: los alumnos devuelven los elementos y se reúnen en el centro del área de actividad.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apuntar, lanzar, rebote contra el suelo y atrapar. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada vez que lancen la pelota, indíqueles que lo hagan a un lado diferente del cuerpo. • Aumente la distancia entre cada pareja. • Pídale a un alumno que solo lance la pelota, por lo que la secuencia consistiría en lanzar, atrapar y devolver la pelota. • Coloque un objetivo (círculo de color, cinta, etc.) entre los compañeros y otórgueles a los alumnos “puntos de bonificación” por golpear el objetivo. • Un cono por pareja. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuántas veces pudieron atrapar la pelota en los conos? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mientras los alumnos realizan la actividad, camine por el lugar para verificar la posición de espera: compruebe si flexionan las rodillas y las vuelven a estirar.
<p>Cierre</p>	<p>5 min</p>	<p>Los alumnos devuelven los elementos y se reúnen en el centro del área de actividad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El maestro repasa las actividades de la lección y pide tres voluntarios. • Láncelo una pelota al primer voluntario para que la atrape tanto en una posición estacionaria como en movimiento. • Láncelo al segundo voluntario una pelota para que la atrape con la mano dominante y con la mano no dominante. • Láncelo al tercer voluntario una pelota para que la atrape después de que rebote contra el suelo una, dos y tres veces. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Es más fácil atrapar la pelota al moverse o al estar quieto? • ¿Es más fácil atrapar la pelota con la mano dominante o con la mano no dominante? • ¿Es más fácil atrapar la pelota cuando rebota una, dos o tres veces? • ¿Qué debemos hacer para poder atrapar la pelota después de que rebotó una vez? • ¿Cómo es la posición de espera? Indíqueles a todos los alumnos que se paren y demuestren la posición de espera.

LECCIÓN 5



Nombre de la lección: Práctica con el objetivo	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 5	Nivel de grado: 3.º y 4.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
<p>Estándares nacionales y resultados a nivel de grado:</p> <p>Estándar 1: S1.E24.3b, S1.E24.4a (golpes con elemento corto)</p> <p>Estándar 2: S2.E3.3, S2.E3.4b (velocidad, dirección y fuerza)</p> <p>Estándar 3: S3.E2.3 y S3.E2.4 (participación en la actividad física)</p> <p>Estándar 4: S4.E1.3, S4.E1.4, S4.E2.3 (responsabilidad personal); S4.E3.3, S4.E3.4 (aceptación de los comentarios); S4.E3.3A, S4.E4.3b, S4.E4.4a, S4.E4.4b, S4.E6.3, S4.E6.4 (trabajo con otras personas)</p> <p>Estándar 5: S5.E3.3 (desafío)</p>	<p>Objetivos de la lección:</p> <p>Los alumnos podrán golpear la pelota con una raqueta hacia un objetivo de forma controlada.</p>		<p>Elementos necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta por alumno.• Una pelota cada dos alumnos.• Un cono cada dos alumnos.• Un objetivo, marcador o círculo de color cada dos alumnos.• Música (opcional). <p>Dato curioso:</p> <p>Al igual que en un videojuego, las cuerdas de la raqueta actúan como un controlador. La dirección hacia la que se orientan las cuerdas indica la dirección hacia dónde irá la pelota.</p>
<p>Pregunta esencial (relacionada con el objetivo):</p> <p>¿Cómo se puede golpear la pelota con una raqueta hacia un objetivo de forma controlada?</p>		<p>Consideraciones de seguridad:</p> <p>Recuérdelos a los alumnos que mantengan su espacio personal cuando se muevan con una raqueta en la mano. Asegúrese de que las raquetas no estén en el suelo mientras los alumnos se mueven.</p>	

LECCIÓN 5

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Atrapar banderas</p>	5 min	<p>Los alumnos se ubican en un espacio abierto, cada uno con dos banderas en la cintura.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando se les dé la señal, los alumnos se moverán en el espacio disponible (pueden correr, trotar, saltar o caminar). • Intentarán recolectar la mayor cantidad posible de banderas quitándose las de la cintura a otros alumnos. • Después de 30 a 60 segundos, indíqueles a los alumnos que se detengan y cuenten las banderas. Pídale a la clase que aplauda al alumno que tenga más banderas. • Realice dos o tres rondas. <p><i>Transición: los alumnos formarán un grupo con un compañero que tenga una altura similar. Indíquele a un compañero que agarre una pelota y un cono para la pareja.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada alumno recibe una sola bandera. • Una vez que les quiten ambas banderas, indíqueles a los alumnos que hagan saltos de tijera en su lugar hasta que termine la ronda.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Lanzar, rebote contra el suelo y atrapar (sin raqueta)</p>	5 min	<p>Los alumnos están en un espacio abierto, a unos seis pies de distancia entre ellos. Cada pareja tiene una pelota de tenis y un cono.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Cada alumno se parará con su cono en posición de espera como si estuviera sosteniendo un cono de helado. • Los alumnos trabajan juntos de manera cooperativa, se lanzan la pelota desde abajo y la atrapan en el cono después de que rebote una vez. • Indíqueles a los alumnos que digan las secuencias en voz alta mientras las completan (lanzar, rebote contra el suelo y atrapar). <p><i>Transición: indíquele al alumno mayor de cada pareja que agarre una raqueta y devuelva un cono.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apuntar, lanzar, rebote contra el suelo y atrapar. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada vez que se lancen la pelota, indíqueles que lo hagan a un lado diferente del cuerpo para trabajar el golpe de derecha y de revés. • Aumente la distancia entre cada pareja. • Pídale a un alumno que solo lance la pelota, por lo que la secuencia consistiría en lanzar, atrapar y devolver la pelota. • Coloque un objetivo (círculo de color, cinta, etc.) entre los compañeros y otórgueles a los alumnos "puntos de bonificación" por golpear el objetivo. <p>Verificación de comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos lanzan la pelota y la atrapan de manera satisfactoria? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuántas veces pudieron atrapar la pelota en los conos en dos minutos?

LECCIÓN 5

Actividad

Tiempo

Organización

Evolución de las habilidades y actividades

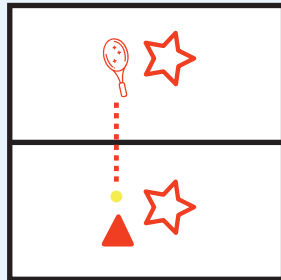
Verificación de la comprensión y modificaciones

Experiencia de aprendizaje 2

Lanzar, rebote contra el suelo, golpear y atrapar

10 min

Los alumnos están en un espacio abierto, a unos seis pies de distancia entre ellos. Cada pareja tiene una raqueta, una pelota de tenis y un cono.



Introducción del golpe de derecha:

(Nota: Si utiliza esta lección para 3.º grado, use el término “golpes” con los alumnos).

- Posiciónese de costado, con el hombro no dominante orientado de manera frontal hacia el objetivo.
- Realice el movimiento de balanceo de uno o los dos brazos y el cuerpo para golpear la pelota (*swing*) desde abajo hacia arriba (comience abajo y termine el golpe hacia arriba).
- Golpee la pelota cuando esté alineada con el pie delantero.
- Mantenga las cuerdas de la raqueta en dirección hacia dónde desea que vaya la pelota.
- Guíe a los alumnos para que tengan en cuenta el tamaño del *swing* según dónde se encuentre el objetivo.
- Asegúrese de hablar sobre la fuerza (tamaño del *swing*) en relación con la distancia del objetivo. Cuanto mayor o más rápido sea el *swing*, más fuerte se golpeará la pelota, lo que hará que vaya más lejos.
- Un alumno será el que golpea (con la raqueta) y su compañero será el receptor (con la pelota y el cono).
- El receptor hace un saque (con un lanzamiento desde abajo) con la pelota hacia el que golpea y se asegura de que la pelota caiga aproximadamente a un pie o dos delante de su compañero (use un círculo de color para simplificar esto si es necesario).
- El que golpea le pegará a la pelota y se la devolverá al receptor, que la recibirá en el cono después de que haya rebotado una vez.
- Los equipos tendrán 10 intentos para lanzar, dejar rebotar, golpear y atrapar la pelota; luego, deberán intercambiar los roles (el que golpea se convierte en el receptor y viceversa).

Transición: los alumnos se juntan con un compañero que tenga una altura similar. Indíquele a un compañero que agarre una pelota y un cono para la pareja.

Indicaciones:

Apuntar, lanzar, rebote contra el suelo y atrapar a la altura de los ojos.

Modificaciones:

- Aumente o disminuya la distancia entre los compañeros.
- El que golpea debe hacer rodar la pelota por el suelo y el receptor la debe devolver de la misma manera.
- Coloque un objetivo (círculo de color, cinta, etc.) entre los compañeros y otórgueles a los alumnos “puntos de bonificación” por golpear el objetivo.

Verificación de la comprensión:

- ¿Los alumnos golpean la pelota y la atrapan de manera satisfactoria?

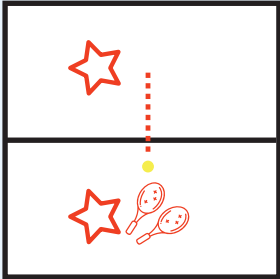
Evaluación rápida:

- De 10 intentos, ¿cuántas pelotas de tenis pueden atrapar los alumnos en el cono?

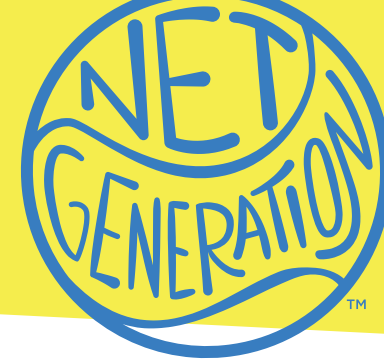
Consulte la evaluación formal:

- La competencia del alumno para golpear con un elemento de mango corto se debe evaluar en la Lección 9. Se puede utilizar la categoría con 3 puntos de la página 41 para realizar evaluaciones previas y posteriores.

LECCIÓN 5

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 3</p> <p>Trampa para langostas</p>	7 min	<p>Los alumnos forman grupos de dos integrantes en el espacio abierto y se colocan de pie a una distancia de ocho a diez pies entre sí. Un compañero tendrá dos raquetas y el otro compañero tendrá una pelota.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • El jugador con las raquetas (el “lanzador”) hace un lanzamiento sencillo desde abajo; el jugador con las raquetas (la “langosta”) atrapa la pelota entre ambas raquetas después del rebote contra el suelo. • Después de atrapar la pelota, el jugador deja caer la pelota de las raquetas, la hace rebotar contra el suelo, le pega suavemente y se la devuelve al lanzador con un golpe de derecha. • Cambie a los lanzadores y las langostas después de cinco lanzamientos. <p><i>Transición: los alumnos devuelven todos los elementos y se sientan en el centro del área de actividad.</i></p>	<p>Indicaciones: Lanzar, rebote contra el suelo y atrapar.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El que golpea puede devolverle la pelota al compañero haciéndola rodar en lugar de pegarle con poca fuerza. • Para hacerlo más difícil, puede indicarles que giren antes de atrapar la pelota. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos pueden atrapar la pelota con las raquetas de manera satisfactoria? • ¿Los alumnos permanecen dentro de su espacio personal? • ¿Los alumnos giran antes o después de atrapar la pelota?
Cierre	5 min	Los alumnos se sientan en el centro del área de actividad.	<ul style="list-style-type: none"> • Repase las actividades de la lección del día. • Indíqueles a todos los alumnos que se paren y realicen los movimientos para realizar el golpe de derecha. Use este momento para hacer una evaluación rápida. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las indicaciones para el golpe de derecha? • ¿Cómo controlan la dirección de la pelota cuando la golpean? • ¿Qué tan grande debe ser el <i>swing</i> para hacer que la pelota vaya hacia dónde uno quiera?

LECCIÓN 6

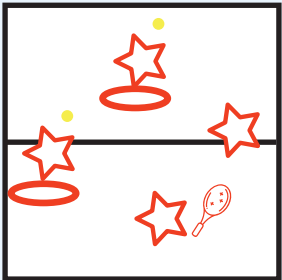


Nombre de la lección: Desafío con objetivos	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 6	Nivel de grado: 3.º y 4.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
<p>Estándares nacionales y resultados a nivel de grado:</p> <p>Estándar 1: S1.E24.3b, S1.E24.4a (golpes con elemento corto)</p> <p>Estándar 2: S2.E3.3, S2.E3.4b (velocidad, dirección y fuerza)</p> <p>Estándar 3: S3.E2.3 y S3.E2.4 (participación en la actividad física)</p> <p>Estándar 4: S4.E1.3, S4.E1.4, S4.E2.3 (responsabilidad personal); S4.E3.3, S4.E3.4 (aceptación de los comentarios); S4.E3.3A, S4.E4.3b, S4.E4.4a, S4.E4.4b, S4.E6.3, S4.E6.4 (trabajo con otras personas)</p> <p>Estándar 5: S5.E3.3 (desafío)</p>	<p>Objetivos de la lección:</p> <p>Los alumnos podrán golpear la pelota con una raqueta hacia un objetivo en una situación de juego.</p> <p>Los alumnos les harán comentarios positivos a los compañeros durante las actividades de la clase.</p>		<p>Elementos necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta cada dos alumnos.• Una pelota cada dos alumnos.• Una aro de hula-hula cada dos alumnos.• Dos marcadores u objetivos cada cuatro alumnos.• Dos conos cada cuatro alumnos.• Dos medios conos cada cuatro alumnos. <p>Dato curioso:</p> <p>Un “peloteo” se realiza cuando dos personas se lanzan la pelota entre sí. El récord mundial de peloteo más largo ocurrió en Alemania y fue de 50,970 golpes seguidos.</p>
<p>Pregunta esencial (relacionada con el objetivo):</p> <p>¿Cómo se puede golpear la pelota con una raqueta hacia un objetivo en el juego?</p>	<p>Consideraciones de seguridad:</p> <p>Recuérdelos a los alumnos que mantengan su espacio personal cuando se muevan con una raqueta en la mano. Asegúrese de que las raquetas no estén en el suelo mientras los alumnos se mueven.</p>		

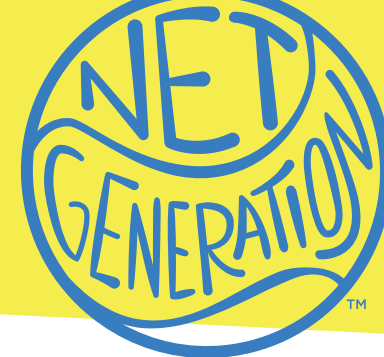
LECCIÓN 6

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Club de admiradores de piedra, papel o tijera</p>	5 min	Los alumnos se ubican en un espacio abierto en el área de actividad.	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos se moverán en un espacio abierto y encontrarán a otro compañero para jugar a piedra, papel o tijera. El alumno que pierda irá detrás del que gane y creará su “club de admiradores”. Los alumnos del “club de admiradores” aclamarán al alumno al que siguen gritando fuerte. Si un alumno pierde, este y todo su club de admiradores irán detrás del alumno que ganó y formarán parte de su club de admiradores. <p><i>Transición: arme grupos de dos integrantes usando el método “dedo con dedo”. Los alumnos que no puedan encontrar a un compañero deberán acudir al maestro para que les busque uno. Indíquelo al compañero de menor altura que agarre una raqueta, una pelota y un aro de hula-hula.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Seleccione un movimiento locomotor que requiera que los alumnos se muevan por el área de actividad. Al finalizar la actividad, hable sobre hacer comentarios positivos y cómo pueden lograr que otras personas se sientan bien. Indíqueles a los alumnos que continúen haciendo comentarios positivos en las actividades de la lección.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Hoopla</p>	10 min	Los alumnos se agrupan de a dos con una raqueta, una pelota y un aro de hula-hula.	<p>Repase las indicaciones para hacer el golpe de derecha: (Nota: Si utiliza esta lección para 3.º grado, use el término “golpes” con los alumnos).</p> <ul style="list-style-type: none"> Posiciónese de costado, con el hombro no dominante orientado de manera frontal hacia el objetivo. Realice el <i>swing</i> desde abajo hacia arriba (comience abajo y termine el golpe hacia arriba). Golpee la pelota cuando esté alineada con el pie delantero. Mantenga las cuerdas de la raqueta en dirección hacia dónde desea que vaya la pelota. Un alumno hará rebotar la pelota, la golpeará e intentará que caiga en el aro de hula-hula. El otro alumno se ubicará detrás del aro de hula-hula, atrapará/ recibirá la pelota y se la devolverá a su compañero haciéndola rodar. Los alumnos cambiarán de posición después de 10 intentos. Asegúrese de recordarles a los alumnos que golpean la pelota que apunten las cuerdas de su raqueta hacia dónde quieren que vaya la pelota (al aro de hula-hula). <p><i>Transición: arme grupos de cuatro alumnos haciendo que las parejas encuentren a otra pareja para trabajar. Cada pareja conservará sus elementos, y el alumno más alto del grupo devolverá una raqueta y tomará dos círculos de colores del área designada.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Apuntar, rebote contra el suelo, pegar y atrapar. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aumente o disminuya la distancia hasta el objetivo. Aumente el tamaño de la pelota (pelota de playa, pelota de gomaespuma). <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos pueden golpear la pelota dentro del aro de hula-hula? Observe cómo balancean la raqueta y la cantidad de fuerza que usan cuando hacen un <i>swing</i>. <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> De 10 intentos, ¿cuántas veces pueden hacer que la pelota caiga en el aro de hula-hula?

LECCIÓN 6

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Cuadrangular</p>	<p>10 min</p>	<p>Los alumnos arman grupos de cuatro con dos aros de hula-hula, dos pelotas, una raqueta y dos círculos de color.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos encuentran un área de actividad, colocan los aros de hula-hula en el campo, y definen un cuadrangular y una base para correr entre ellos de un lado al otro. • Recuérdeles a los alumnos sobre la fuerza y el tamaño del <i>swing</i> cuando hagan el golpe. • Recuérdeles a los alumnos que las cuerdas de la raqueta deben apuntar hacia su objetivo. • Un alumno es el que golpea y los otros tres alumnos están en el campo, pero no en frente de los aros de hula-hula. • El que golpea hace rebotar la pelota, le pega e intenta que caiga en uno de los aros de hula-hula (los alumnos que están en el campo no pueden bloquear la pelota para que no caiga dentro de un aro de hula-hula). • Los que están en el campo intentan detener la pelota; si la detienen, deben lanzársela desde abajo a cada uno de los que están en el campo (pídales que estén en posición de espera). • El que golpea corre de un lado al otro hacia una base las veces que pueda hasta que los que están en el campo regresen la pelota al cuadrangular. <p><i>Transición: los alumnos guardan los elementos y se reúnen en el centro del área de actividad.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apuntar, lanzar, rebote contra el suelo y golpear. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aumente o disminuya la distancia de los aros de hula-hula. • Agregue más o menos alumnos a un equipo. • Anote un punto si la pelota cae en un aro de hula-hula. • Indíqueles a los alumnos que lancen la pelota en lugar de pegarle. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Las pelotas de tenis de los alumnos caen en los objetivos o cerca de estos? • ¿Los alumnos que están en el campo están en posición de espera?
<p>Cierre</p>	<p>5 min</p>	<p>Los alumnos se ubican en el centro del área de actividad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El maestro se vuelve alumno e intenta pegarle a los objetivos; para ello, debe hacerles preguntas a los alumnos e intentar pegarle a los objetivos según sus respuestas. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo controlan la dirección de la pelota? • Si quieren que la pelota llegue lejos, ¿deben hacer un <i>swing</i> grande o pequeño? • ¿Qué sucede si no quieren que la pelota llegue demasiado lejos? Con esta pregunta, reitere que la fuerza y el <i>swing</i> de la pelota determinarán la distancia que recorrerá la pelota. • ¿De qué manera lograron hacer que la pelota caiga en los objetivos o sobre estos y anotar puntos? • ¿Cómo demostraron un buen espíritu deportivo al trabajar con otros compañeros?

LECCIÓN 7

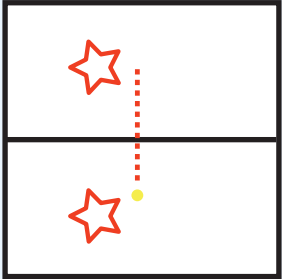


Nombre de la lección: De un lado al otro	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 7	Nivel de grado: 3.º y 4.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
<p>Estándares nacionales y resultados a nivel de grado:</p> <p>Estándar 1: S1.E24.3b, S1.E24.4a (golpes con elemento corto)</p> <p>Estándar 2: S2.E3.3, S2.E3.4b (velocidad, dirección y fuerza)</p> <p>Estándar 3: S3.E2.3 y S3.E2.4 (participación en la actividad física)</p> <p>Estándar 4: S4.E1.3, S4.E1.4, S4.E2.3 (responsabilidad personal); S4.E3.3, S4.E3.4 (aceptación de los comentarios); S4.E3.3A, S4.E4.3b, S4.E4.4a, S4.E4.4b, S4.E6.3, S4.E6.4 (trabajo con otras personas)</p> <p>Estándar 5: S5.E3.3 (desafío)</p>	<p>Objetivos de la lección:</p> <p>Los alumnos podrán pelotear sobre una línea en el suelo.</p>		<p>Elementos necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Una pelota cada dos alumnos.• Una cuerda para saltar cada dos alumnos (opcional).• Un círculo de color, un marcador o un objetivo cada dos alumnos.• Música (opcional). <p>Dato curioso:</p> <p>El torneo de tenis más antiguo del mundo se llama Wimbledon. En la parte superior del trofeo que se lleva el ganador, hay algo bastante extraño: una piña.</p>
<p>Pregunta esencial (relacionada con el objetivo):</p> <p>¿De qué manera pueden pelotear sobre una línea en el suelo con un compañero?</p>	<p>Consideraciones de seguridad:</p> <p>Se les debe recordar a los alumnos cómo moverse en el espacio personal con una raqueta. Los grupos de compañeros deben tener suficiente espacio entre ellos para poder balancear las raquetas.</p>		

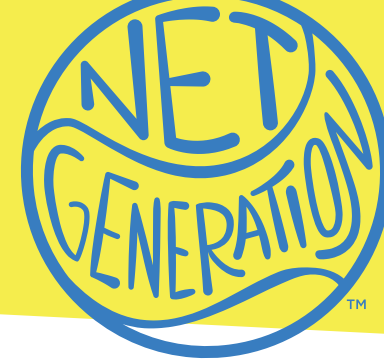
LECCIÓN 7

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Baile de congelados</p>	5 min	Los alumnos se ubican en un espacio abierto.	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando suene la música, los alumnos se moverán libremente en un espacio abierto bailando o haciendo un movimiento locomotor de su elección. • Cuando la música se detenga, indíqueles a los alumnos que se queden congelados en posición de espera. • Realice dos o tres rondas. <p><i>Transición: los alumnos forman grupos de dos. Cada alumno toma una raqueta y encuentra a un compañero con el mismo color de camisa. Una vez que encuentran a un compañero, buscan su propio espacio personal.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El maestro se mueve por el área de actividad y, cuando la música se detiene, los alumnos deben congelarse en posición de espera mirando al maestro. • Reproduzca música diferente en cada ronda. • Indíqueles a los alumnos que se queden congelados haciendo uno de los movimientos del <i>swing</i> de derecha. • Haga que los movimientos de los alumnos coincidan con el tempo de la música (p. ej., los alumnos se mueven rápido cuando suena “Flight of the Bumblebee”).
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Obra</p>	10 min	Los alumnos forman grupos de dos integrantes en el espacio abierto. Cada pareja tiene una pelota.	<p>Continúe repasando y reforzando los componentes de un golpe de derecha. (Nota: Si utiliza esta lección para 3.º grado, use el término “golpes” con los alumnos).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posiciónese de costado, con el hombro no dominante orientado de manera frontal hacia el objetivo y la mano (palma) abierta “después de un rebote”. • Realice el <i>swing</i> desde abajo hacia arriba (comience abajo y termine el golpe hacia arriba) con la mano (palma) abierta “después de un rebote”. • Golpee la pelota cuando esté alineada con el pie delantero. • Mantenga las cuerdas de la raqueta en dirección hacia dónde desea que vaya la pelota. • Los alumnos realizan las siguientes actividades con sus compañeros: <ul style="list-style-type: none"> • Lanzar-golpear-atrapar: un alumno lanza la pelota desde abajo; el otro alumno se la devuelve al lanzador golpeándola con la mano (palma) abierta de forma controlada. El que golpea debe estar de costado al compañero y sostener la raqueta con las cuerdas apuntando al lanzador. • Golpear-devolver-atrapar: el alumno n.º 1 le lanza la pelota con poca fuerza con la mano (palma) abierta al alumno n.º 2. El alumno B le devuelve la pelota al alumno n.º 1 golpeándola con la mano (palma) abierta. El alumno n.º 1 deja rebotar la pelota, la atrapa y repite la secuencia. Cada alumno repite el ejercicio cinco veces y, luego, cambia de rol. • Peloteos por encima de una línea o de una cuerda para saltar con un compañero: los compañeros trabajan juntos con una línea o una cuerda para saltar entre ellos, y comienzan con un lanzamiento desde abajo. Hacen rebotar la pelota usando la raqueta y la dejan rebotar de un lado a otro por encima de la red usando la mano (palma) abierta. 	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apuntar, lanzar, rebote contra el suelo, pegar, atrapar y devolver. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aumente o reduzca la distancia para lograr un progreso moderado. • Use una pelota más grande (p. ej., una pelota de playa, una pelota de patio de juegos). • Permita que hagan múltiples rebotes o “malabarismos” para lograr un mayor progreso. • Indíqueles que usen una o las dos manos para atrapar y lanzar la pelota. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos lanzan la pelota, le pegan y la atrapan de manera satisfactoria con su compañero? • ¿Los alumnos completan la secuencia de golpear, devolver y atrapar la pelota de manera satisfactoria? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos pueden pelotear sobre la línea cuatro veces consecutivas?

LECCIÓN 7

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Tormenta de individuales sin raqueta</p>	10 min	<p>Los alumnos forman parejas. Cada pareja tiene una pelota.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos crean un área de juego que incluye límites y una red (línea plana en el suelo o una cuerda para saltar). • Los alumnos desafían a sus compañeros jugando por puntos. • El alumno n.º 1 dejará rebotar la pelota en juego y le pegará desde abajo con la mano (palma) abierta intentando que la pelota caiga del lado de su compañero (el que devuelve); los alumnos se turnan para comenzar el juego. • El que devuelve intenta devolver la pelota por encima de la red con altura, y se juega el punto. <p><i>Transición: los alumnos guardan sus elementos y se reúnen alrededor de la pareja de alumnos que logró la mayor cantidad de peloteos.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mano abierta, rebote contra el suelo y golpee. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Modifique los límites para lograr un progreso moderado. • Permita que intenten dejar rebotar la pelota y golpearla dos veces, en lugar de una, con la palma para que la pelota pase por encima. • Agregue una red física, como una cuerda para saltar entre dos conos. • Aumente o disminuya la distancia entre los alumnos. • Los equipos juegan a que gana el primero que llegue a 10 puntos. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observe la capacidad de los alumnos para pelotear sobre una línea. • ¿Los alumnos comienzan el juego de manera satisfactoria? • ¿Los alumnos pelotean de manera satisfactoria?
Cierre	5 min	Los alumnos se sientan con sus compañeros en el centro del área de actividad.	<ul style="list-style-type: none"> • Hágales preguntas a los alumnos para verificar su comprensión. • Si hay tiempo, seleccione a una pareja para que haga una demostración y compruebe cuántas veces consecutivas pueden pelotear en un minuto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pídale a los alumnos que “piensen, armen grupos de dos y compartan sus opiniones” con sus compañeros, y hágales las siguientes preguntas para verificar su comprensión. El maestro hará la pregunta, y los alumnos pensarán la respuesta en pareja con sus compañeros y la compartirán con el maestro cuando se los indique. • ¿Es más fácil atrapar la pelota cuando rebota una vez, dos veces o ninguna? ¿Por qué? • ¿Qué tan alto se debe lanzar la pelota para ayudar a que los compañeros la atrapen? • ¿Cuál fue su récord de peloteos en una tormenta de individuales? • ¿Cómo fue el peloteo cuando lo hicieron de manera satisfactoria? • ¿Cómo fue el peloteo cuando no lo hicieron de manera satisfactoria?

LECCIÓN 8

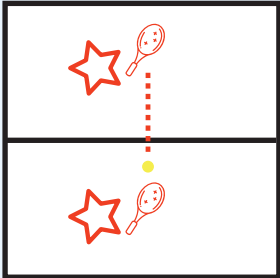


Nombre de la lección: Dominio del control	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 8	Nivel de grado: 3.º y 4.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
<p>Estándares nacionales y resultados a nivel de grado:</p> <p>Estándar 1: S1.E24.3b, S1.E24.4a (golpes con elemento corto)</p> <p>Estándar 2: S2.E3.3, S2.E3.4b (velocidad, dirección y fuerza)</p> <p>Estándar 3: S3.E2.3 y S3.E2.4 (participación en la actividad física)</p> <p>Estándar 4: S4.E1.3, S4.E1.4, S4.E2.3 (responsabilidad personal); S4.E3.3, S4.E3.4 (aceptación de los comentarios); S4.E3.3A, S4.E4.3b, S4.E4.4a, S4.E4.4b, S4.E6.3, S4.E6.4 (trabajo con otras personas)</p> <p>Estándar 5: S5.E3.3 (desafío)</p>	<p>Objetivos de la lección:</p> <p>Los alumnos podrán pelotear sobre una línea con un compañero de forma controlada.</p>		<p>Elementos necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Una pelota cada dos alumnos.• Una cuerda para saltar cada dos alumnos (opcional).• Un círculo de color u objetivo por alumno.• Música (opcional). <p>Dato curioso:</p> <p>Cuando el tenis se inventó, solía jugarse solo con las manos y sin raquetas. ¿Alguien puede mencionar algún otro deporte que se practique solo con las manos?</p>
<p>Pregunta esencial (relacionada con el objetivo):</p> <p>¿De qué manera pueden pelotear sobre una línea con un compañero usando una raqueta de forma controlada?</p>		<p>Consideraciones de seguridad:</p> <p>Recuérdelos a los alumnos que mantengan su espacio personal cuando se muevan con una raqueta en la mano. Asegúrese de que las raquetas no estén en el suelo mientras los alumnos se mueven.</p>	

LECCIÓN 8

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Pies felices</p>	5 min	En grupos de dos integrantes, los alumnos se distribuyen por el área de actividad.	<ul style="list-style-type: none"> • En parejas, un alumno es el que esquivo y el otro es el que atrapa. • El que atrapa intenta pisarle los dedos del pie al que esquivo, mientras que este último trata de evitar que lo toquen. • El que atrapa cuenta la cantidad de veces que le pisó los dedos del pie al que esquivo. • Cuando el maestro les dé la señal, cambiarán de roles. <p><i>Transición: indíqueles a los alumnos que formen parejas. Cada alumno toma una raqueta y encuentra a un compañero con el mismo color de camisa. Una vez que encuentran a un compañero, buscan su propio espacio personal.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Indíqueles a los alumnos que cambien de compañero.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Actividad con raquetas</p>	10 min	Los alumnos forman grupos de dos integrantes en el espacio abierto. Cada pareja tiene una pelota y dos raquetas.	<p>Componentes del golpe de derecha:</p> <p>(Nota: Si utiliza esta lección para 3.º grado, use el término “golpes” con los alumnos).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posiciónese de costado, con el hombro no dominante orientado de manera frontal hacia el objetivo. • Realice el swing desde abajo hacia arriba (comience abajo y termine el golpe hacia arriba). • Golpee la pelota cuando esté alineada con el pie delantero. • Mantenga las cuerdas de la raqueta en dirección hacia dónde desea que vaya la pelota. <p>Los alumnos realizan las siguientes actividades con sus compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanzar-golpear-atrapar: un alumno lanza la pelota desde abajo; el otro alumno se la devuelve al lanzador con un golpe de derecha de forma controlada. El que golpea debe estar de costado al compañero y sostener la raqueta con las cuerdas apuntando al lanzador. • Golpear-devolver-atrapar: el alumno n.º 1 le pega a la pelota con poca fuerza hacia el alumno n.º 2. El alumno n.º 2 le pega a la pelota y se la devuelve al alumno n.º 1. El alumno n.º 1 deja rebotar la pelota, la atrapa sobre las cuerdas y repite la secuencia. Cada alumno repite el ejercicio cinco veces y, luego, cambia de rol. • Peloteos por encima de una línea o de una cuerda para saltar con un compañero: Los compañeros trabajan juntos con una línea o una cuerda para saltar entre ellos que sirva como una red imaginaria. Hacen rebotar la pelota con la raqueta y la dejan rebotar de un lado a otro por encima de la red usando el golpe de derecha. Para comenzar el peloteo, indíqueles a los alumnos que se ubiquen cerca, emparejen las cabezas de las raquetas y retrocedan dos pasos. Permita que hagan múltiples rebotes o “malabarismos” con la pelota según sea necesario. • Juego de golpes de derecha sobre una línea retrocediendo un paso: comience el juego a algunos pies de una línea divisoria y con un golpe de derecha con poca potencia. Los alumnos continúan haciendo peloteos usando el golpe de derecha e intentando hacer cuatro golpes consecutivos. Si lo hacen de manera satisfactoria, cada uno retrocede un paso (si el espacio lo permite) y comienzan a intentar hacer cuatro golpes consecutivos nuevamente. No se permite retroceder un paso, a menos que se hagan cuatro golpes consecutivos. <p><i>No es necesario hacer una transición.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanzar, golpear, atrapar y devolver. • Recuérdeles a los alumnos que no se pisen. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aumente o reduzca la distancia para lograr un progreso moderado. • Permita que hagan múltiples rebotes o “malabarismos” para lograr un mayor progreso. • Indíqueles que usen una o las dos manos para atrapar y lanzar la pelota. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos lanzan la pelota, le pegan y la atrapan de manera satisfactoria con su compañero? • ¿Los alumnos completan la secuencia de golpear, devolver y atrapar la pelota de manera satisfactoria? <p>Evaluación rápida:</p> <p>¿Los alumnos pueden pelotear sobre la línea cuatro veces consecutivas?</p>

LECCIÓN 8

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Tormenta de individuales con raqueta</p>	<p>10 min</p>	<p>Los alumnos forman grupos de dos integrantes en el espacio abierto. Cada pareja tiene una pelota y dos raquetas.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos crean un área de juego que incluye límites y una red (línea plana en el suelo o una cuerda para saltar). • Los alumnos desafían a sus compañeros jugando por puntos. • Con una raqueta, el alumno n.º 1 dejará rebotar la pelota en juego y le pegará desde abajo para intentar que la pelota caiga del lado de su compañero (el que devuelve); los alumnos se turnan para comenzar el juego. • El que devuelve intenta devolver la pelota por encima de la red con altura, y se juega el punto. <p><i>Indíqueles a los alumnos que guarden sus elementos y se reúnan alrededor de la pareja de alumnos que logró la mayor cantidad de peloteos.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rebote contra el suelo y golpear. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Modifique los límites para lograr un progreso moderado. • Permita que intenten dejar rebotar la pelota y golpearla dos veces, en lugar de una, para que la pelota pase por encima. • Agregue una red física, como una cuerda para saltar entre dos conos. • Aumente o disminuya la distancia entre los alumnos. • Los equipos juegan a que gana el primero que llegue a 10 puntos. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observe la capacidad de los alumnos para pelotear sobre una línea. • ¿Los alumnos comienzan el juego de manera satisfactoria? • ¿Los alumnos pelotean de manera satisfactoria? <p>Evaluación rápida:</p> <p>¿Cada alumno puede hacer pasar la pelota por encima de la línea en cinco de diez ocasiones?</p>
<p>Cierre</p>	<p>5 min</p>	<p>Los alumnos se sientan con sus compañeros en el centro del área de actividad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hágalles preguntas a los alumnos para verificar su comprensión. • Si hay tiempo, seleccione a otra pareja para que haga una demostración de la última lección y compruebe cuántas veces consecutivas pueden pelotear en un minuto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pídales a los alumnos que “piensen, armen grupos de dos y compartan sus opiniones” con sus compañeros, y hágalles las siguientes preguntas para verificar su comprensión. El maestro hará la pregunta, y los alumnos pensarán la respuesta en pareja con sus compañeros y la compartirán con el maestro cuando se los indique. • ¿Es más fácil golpear la pelota cuando rebota una vez, dos veces o ninguna? ¿Por qué? • ¿Para sus compañeros fue más fácil golpear la pelota cuando estaba baja o a la altura de la cadera? • ¿Cuál fue su récord de peloteos en una tormenta de individuales? • ¿Cómo fue el peloteo cuando lo hicieron de manera satisfactoria? • ¿Cómo fue el peloteo cuando no lo hicieron de manera satisfactoria? • ¿Qué diferencia hubo entre realizar estas tareas sin una raqueta y realizarlas usando una?

LECCIÓN 9

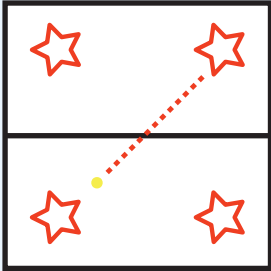


Nombre de la lección: Dobles	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 9	Nivel de grado: 3.º y 4.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
Estándares nacionales y resultados a nivel de grado: Estándar 1: S1.E13.3 (lanzamiento desde abajo) Estándar 3: S3.E2.3 y S3.E2.4 (participación en la actividad física) Estándar 4: S4.E1.3, S4.E1.4, S4.E2.3 (responsabilidad personal); S4.E3.3, S4.E3.4 (aceptación de los comentarios); S4.E3.3A, S4.E4.3b, S4.E4.4a, S4.E4.4b, S4.E6.3, S4.E6.4 (trabajo con otras personas) Estándar 5: S5.E3.3 (desafío)	Objetivos de la lección: Los alumnos podrán moverse de manera efectiva y reaccionar en relación con el tiempo para lanzar y atrapar una pelota en una situación de juego con un compañero. La mayoría de los alumnos obtendrán puntajes satisfactorios en la evaluación del golpe de derecha.		Elementos necesarios: <ul style="list-style-type: none">• Una pelota cada cuatro alumnos.• Cinta/líneas.• Antes de la lección, el maestro pone cinta en las líneas. Dato curioso: Los cuatro torneos más importantes del mundo se llaman “Grand Slams”; los países en los que se juegan son Australia, Francia, Inglaterra y Estados Unidos.
Pregunta esencial (relacionada con el objetivo): ¿Cómo podemos movernos y reaccionar para atrapar una pelota?	Consideraciones de seguridad: Recuérdelos a los alumnos que mantengan su espacio personal cuando se muevan con una raqueta en la mano. Asegúrese de que las raquetas no estén en el suelo mientras los alumnos se mueven.		

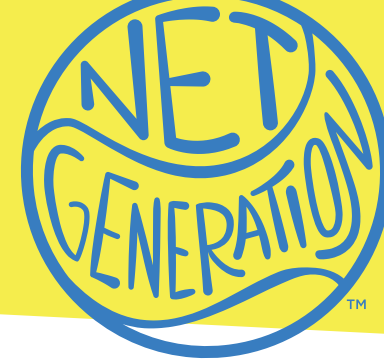
LECCIÓN 9

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Atrapar triángulos</p>	<p>5 min</p>	<p>Los alumnos, en grupos de cuatro integrantes, se ubican en el espacio abierto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • En grupos, los alumnos seleccionan a alguien que atrape, una persona “elegida” y dos protectores. • El alumno “elegido” y los dos “protectores” forman un triángulo con las manos en los hombros, y el capturador queda afuera del triángulo. • El “capturador” intenta atrapar al alumno “elegido”, mientras que los tres alumnos que forman el triángulo se mueven para evitar que lo atrape. • Si atrapan al alumno elegido, pueden cambiar de roles. • Recuérdeles a los alumnos que no se deben agarrar de la ropa, solo pueden hacerlo de los hombros; no deben unirse de los codos. <p><i>Transición: los alumnos forman grupos de dos integrantes. Los alumnos toman una raqueta y se agrupan con un compañero que haya tenido el mismo rol en la última ronda de atrapar triángulos (p. ej., los que atrapan se agruparían con otro que atrape). Una vez que encuentran a un compañero, buscan su propio espacio personal.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Detenga la actividad si los capturadores tienen problemas para atrapar al alumno “elegido” y pídeles que cambien de roles.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Evaluación del golpe de derecha y peloteo por encima de una línea con un compañero</p>	<p>10 min</p>	<p>Los alumnos forman grupos de dos integrantes en el espacio abierto. Cada pareja tiene una pelota y dos raquetas.</p>	<p>(Nota: Si utiliza esta lección para 3.º grado, use el término “golpes” con los alumnos).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para entrar en calor para la evaluación, los compañeros trabajan juntos con una línea o una cuerda para saltar entre ellos que sirva como una red imaginaria. • Hacen rebotar la pelota con la raqueta y la dejan rebotar de un lado a otro por encima de la red usando el golpe de derecha. • Para comenzar el peloteo, indíqueles a los alumnos que se ubiquen cerca, emparejen las cabezas de las raquetas y retrocedan dos pasos. • Evaluación del golpe de derecha: indíquele al compañero n.º 1 que le lance la pelota por encima de la red al compañero n.º 2. El compañero n.º 2 golpeará la pelota con un golpe de derecha y se la devolverá al compañero n.º 1. El compañero n.º 1 le lanzará la pelota al compañero n.º 2 cinco veces; luego, cambiarán de roles. <p><i>Transición: arme grupos de cuatro alumnos haciendo que las parejas encuentren a otra pareja para trabajar. Cada pareja se quedará con una pelota, y el alumno más alto del grupo devolverá las raquetas.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apuntar, mantener el control, rebote contra el suelo, golpear y <i>swing</i> corto. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Permita que hagan múltiples rebotes contra el suelo o rebotes con la raqueta, según sea necesario. • Indíqueles que solo usen la mano dominante o la no dominante. • Alterne los compañeros que atrapan. • Especifique la cantidad de rebotes. • Utilice diferentes tamaños/tipos de pelota.

LECCIÓN 9

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Lanzamientos dobles</p>	2 min	<p>Los alumnos, en grupos de cuatro integrantes, se ubican en el área con una pelota.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Los grupos crean un área de actividad con una red (una línea plana sobre el suelo). En parejas dobles, los jugadores lanzan y atrapan la pelota sin una raqueta por encima de la red. <p><i>No es necesario hacer una transición.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Apuntar, controlar, lanzar, rebote contra el suelo y atrapar. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aumente o disminuya la distancia entre los compañeros. Los alumnos lanzan la pelota en la dirección en la que estén sus compañeros en lugar de hacia un espacio abierto. Indíqueles a los alumnos que hagan rodar la pelota. Permita que hagan rebotar la pelota varias veces. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos lanzan la pelota hacia un espacio abierto de manera satisfactoria? ¿Los alumnos se mueven hacia la pelota y la atrapan de manera satisfactoria? Pregúnteles a los alumnos qué consideraciones de seguridad deben tener en cuenta cuando juegan dobles con una raqueta.
<p>Experiencia de aprendizaje 3</p> <p>Doble problema</p>	10 min	<p>Los alumnos, en grupos de cuatro integrantes, se ubican en el área con una pelota.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Los equipos se turnan para comenzar el juego (lanzamiento desde abajo). Un peloteo comienza cuando un alumno lanza la pelota, la cual pasa por encima de la red y cae en el espacio del otro equipo. El otro equipo debe permitir que la pelota rebote antes de atraparla y, luego, devolverla y hacerla pasar por encima de la red con un lanzamiento desde abajo. Luego, los equipos anotan el punto y gana el que llegue primero a 10. <p><i>Transición: los alumnos guardan la pelota y se reúnen en el centro del área de actividad.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Apuntar, controlar, lanzar, rebote contra el suelo y atrapar. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Indíqueles que usen una mano o las dos. Indíqueles que usen solo la mano dominante o la no dominante. Alterne los compañeros que atrapan. Forme grupos de dos integrantes en lugar de grupos de cuatro. Utilice diferentes tamaños/tipos de pelota. Permita que hagan rebotar la pelota varias veces. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> Con base en el lugar donde los alumnos colocan la pelota, ¿se mueven por el área de actividad? ¿Lanzan la pelota hacia un espacio abierto?
<p>Cierre</p>	3 min	<p>Los alumnos se reúnen en el centro del área de actividad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Analice las actividades de la lección y las diferencias clave cuando se juegan dobles. Dirija debates para que los alumnos comprendan que jugar dobles implica trabajar en equipo, comunicarse y moverse de manera satisfactoria. 	<ul style="list-style-type: none"> ¿En qué se diferencia trabajar en grupos de cuatro integrantes de trabajar en grupos de dos integrantes? ¿Dónde deberían intentar lanzar la pelota cuando están en una situación de juego? ¿Qué sucede cuando una pelota rebota en el medio de dos compañeros?

LECCIÓN 10



Nombre de la lección: Festival de cuatro cuadrantes	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 10	Nivel de grado: 3.º y 4.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
<p>Estándares nacionales y resultados a nivel de grado:</p> <p>Estándar 1: S1.E24.3b, S1.E24.4a (golpes con elemento corto)</p> <p>Estándar 2: S2.E3.3, S2.E3.4b (velocidad, dirección y fuerza); S2.E5.5b (estrategias y tácticas)</p> <p>Estándar 3: S3.E2.3 y S3.E2.4 (participación en la actividad física)</p> <p>Estándar 4: S4.E1.3, S4.E1.4, S4.E2.3 (responsabilidad personal); S4.E3.3, S4.E3.4 (aceptación de los comentarios); S4.E3.3A, S4.E4.3b, S4.E4.4a, S4.E4.4b, S4.E6.3, S4.E6.4 (trabajo con otras personas)</p> <p>Estándar 5: S5.E3.3 (desafío)</p>	<p>Objetivos de la lección:</p> <p>Los alumnos podrán moverse de manera efectiva y reaccionar en relación con el tiempo para pegarle a la pelota en una situación de juego.</p>		<p>Elementos necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Cuatro raquetas por cada cancha de cuatro cuadrantes.• Una pelota por cada cancha de cuatro cuadrantes.• Cinta para el suelo y líneas para los cuadrantes para delimitar las canchas de cuatro cuadrantes. <p>Dato curioso:</p> <p>Los campeones masculinos y femeninos del US Open, el torneo de tenis más importante del mundo, ganan más de USD 3,000,000. ¿Qué harías con USD 3,000,000?</p>
<p>Pregunta esencial (relacionada con el objetivo):</p> <p>¿Cómo podemos movernos y reaccionar de forma eficaz al golpear una pelota en una situación de juego?</p>		<p>Consideraciones de seguridad:</p> <p>Recuérdelos a los alumnos que mantengan su espacio personal cuando se muevan con una raqueta en la mano. Asegúrese de que las raquetas no estén en el suelo mientras los alumnos se mueven.</p>	

LECCIÓN 10

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Práctica de peloteo</p>	5 min	<p>Los alumnos se agrupan de a dos, cada uno con una pelota y una raqueta. Coloque raquetas y pelotas de tenis de modo tal que los alumnos puedan agarrarlas fácilmente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A medida que los alumnos ingresen al área de actividad, pídale que tomen una raqueta y una pelota y que busquen a un compañero. • Los grupos de dos alumnos deberán buscar un espacio en el área de actividad. • Los alumnos comenzarán a pelotear entre sí, permitiendo que la pelota rebote antes de devolvérsela a su compañero. • Después de uno o dos minutos, pídale a los alumnos que busquen a un nuevo compañero. <p><i>Transición: los alumnos se ubican en grupos de seis integrantes con una línea de por medio, con una raqueta por alumno y una pelota por grupo.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Permita que hagan rebotar la pelota varias veces. • Forme grupos de dos alumnos con habilidades similares de manera deliberada. • Los alumnos pueden definir una red (línea en el suelo). • Lleve la cuenta de los puntos.
<p>Experiencia de aprendizaje</p> <p>Juego final clave: tenis de cuatro cuadrantes</p>	20 min	<ul style="list-style-type: none"> • Cree una cancha de cuatro cuadrantes usando cuerdas para saltar, cinta para el suelo, líneas de goma, etc. • Los alumnos forman grupos de cuatro a seis integrantes y se asignan a una cancha de cuatro cuadrantes. • Se debe destinar el mismo espacio por toda el área de actividad para las canchas. • Designe un punto de entrada. 	<ul style="list-style-type: none"> • El juego comienza con la pelota en medio de los cuatro jugadores en la cancha de cuatro cuadrantes. • El objetivo es avanzar hacia el cuadrante superior siguiendo una rotación en el sentido de las agujas del reloj. • Si un jugador pierde un punto, va al cuadrante más bajo y los otros jugadores en el juego avanzan una posición más cercana al cuadrante superior. • Si hay más de cuatro jugadores, el alumno que pierde el punto debe abandonar el juego hasta que pueda volver a ingresar al juego en el cuadrante más bajo. <p><i>Transición: el maestro identifica a un grupo para que haga una demostración. Los alumnos devuelven los elementos y se reúnen alrededor del grupo que hace la demostración.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Objetivo, control y <i>swing</i> corto. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Indíqueles a los alumnos que lancen y atrapen la pelota hasta lograr un progreso moderado. • Utilice pelotas de diferentes tamaños o de diferentes tipos. • Indíqueles a los alumnos que utilicen la palma abierta hasta lograr un progreso moderado. • Formato en colaboración: después de cada punto, independientemente de quién haya golpeado la pelota o de quién no haya logrado pegarle, cada alumno rota hacia un espacio y un nuevo alumno "en espera" ingresa al juego. <p>Verificación de comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos le pegan a la pelota dentro de los cuadrantes de manera satisfactoria.
Cierre	5 min	<p>Identifique a los alumnos en una cancha de cuatro cuadrantes que jueguen de manera satisfactoria y lleve a los otros demás para que los observen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Señale y haga énfasis en el uso del espacio y las estrategias de golpe de los alumnos en cualquiera de los cuadrantes. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué hacen cuando una pelota rebota en sus cuadrantes? • ¿Cómo determinaron hacia dónde enviar la pelota? • Expliquen cómo le pegaron a la pelota con la raqueta.

EVALUACIÓN

Nivel	Forma y exactitud
3 (competente)	Usa una orientación lateral de manera coherente. Golpea la pelota al menos cuatro o cinco veces por encima de la línea de manera que su compañero pueda atraparla con facilidad.
2 (capaz)	Por lo general, usa una orientación lateral de manera coherente. Golpea la pelota al menos tres o cuatro veces por encima de la línea de manera que su compañero pueda atraparla con facilidad.
1 (necesita mejorar)	A veces, usa una orientación lateral de manera coherente. Golpea la pelota menos de tres veces por encima de la línea de manera que su compañero pueda atraparla con facilidad.

