



Unidad Didáctica: 3 – Introducción a los deportes individuales de cancha dividida Sesión nº: 5

Objetivos de la sesión: trabajar diferentes tipos de golpeos de bádminton; fomentar el trabajo en equipo; y trabajar la coordinación óculo-manual y las capacidades físicas básicas.

Estilo(s) de enseñanza utilizado(s): asignación de tareas y descubrimiento guiado.	Materiales e instalaciones: red de bádminton/cuerda/elástico, raquetas de bádminton y volantes.
--	--

Duración: 1 hora

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Tarea	Representación gráfica
<p><i>Parte inicial (calentamiento)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Trabajo de movilidad articular (5 minutos). Róbalo (6 minutos): se dividirá al grupo en dos equipos con el mismo número de integrantes. El equipo que posea el volante, deberá intentar pasárselo, al menos, 5 veces sin que se les caiga al suelo para, así, obtener un punto. Si el volante toca el suelo o es interceptado, la posesión pasará al otro equipo, que tendrá el mismo objetivo. Ganará el equipo que más puntos consiga. 	
<p><i>Parte principal</i></p> <p>El profesor colocará una red/cuerda/elástico a lo largo de la clase para que los alumnos puedan llevar a cabo todos los ejercicios propuestos.</p> <ul style="list-style-type: none"> Sólo como el profe diga (6 minutos): los alumnos se dividirán en parejas y se colocarán, cada uno de los integrantes de la pareja, a un lado de la red. Deberán pasarse el balón como vaya indicando el profesor (golpeo de derecha, de revés, defensivo, remate, etc.). 	

• Equipos de 4 (10 minutos): se dividirá al grupo en subgrupos de 4 jugadores. 2 de estos jugadores se colocarán a un lado de la red y, los otros 2, al otro lado. Los integrantes del grupo deberán intentar realizar el mayor número de pases sin que el volante toque el suelo, utilizando el golpe que ellos quieran. El grupo que consiga dar más toques, ganará.



• Abriendo el campo (12 minutos): se dividirá a los alumnos en los mismos equipos de la tarea anterior. En esta ocasión, comenzarán realizando pases (manteniendo la red en medio) a 1 metro de distancia. El volante podrá ser golpeado por cualquiera de los integrantes del grupo. Si lo consiguen, todos deberán dar un paso atrás. Ganará el equipo que consiga “abrir” el campo un mayor número de pasos.



Parte final (vuelta a la calma)

• ¿Quién da más? (6 minutos): los jugadores deberán intentar dar el mayor número de toques posibles con la raqueta utilizando el golpe de revés. Ganará el alumno que establezca el récord.

