

## CONCLUSIONES SUPUESTO 2: BALONCESTO / BALONMANO

CURSO 2022/23

Elabora una sesión para practicar habilidades específicas del baloncesto/balonmano.

- 23 alumnos/as.
- 6º de Educación Primaria.
- Instalaciones: pista polideportiva cubierta.
- Metodología: mando directo y juegos.
- Material: A elegir.
- 1 alumna tiene síndrome de Rett.

Para la parte "teórica" de este supuesto habría que especificar los siguientes aspectos:

- **Definición del concepto:**
  - El baloncesto es un deporte colectivo en el que participan dos equipos de 5 jugadores cada uno, cuyo objetivo es introducir el balón en la canasta contraria, que se encuentra a una altura de 3,05 metros. Los encestes valen uno, dos o tres puntos. La duración de un partido es de cuatro cuartos de 10' cada uno.
  - El balonmano es un deporte colectivo en el que participan dos equipos de 7 jugadores cada uno, cuyo objetivo es introducir el balón en la portería contraria, lanzándolo con la mano. El campo mide 20x40 metros y un partido dura dos tiempos de 30' cada uno.
- **Unidad didáctica:** se podría hacer una unidad didáctica específica de iniciación al baloncesto / balonmano; o una unidad de iniciación a los deportes colectivos, en que vivenciasen un poco de cada uno (baloncesto, balonmano, fútbol-sala...), compartiendo fundamentos comunes de cooperación y oposición. Aunque, siendo 6º de Educación Primaria, sería mejor una unidad específica de baloncesto / balonmano.
- **Objetivos de área y bloques de contenidos:** según el Decreto 155/2022, del 15 de septiembre, por el que se establecen la ordenación y el currículo de Educación Primaria en Galicia, se relaciona directamente con el objetivo de área 2: *“Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y las destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos da vida diaria”*, por la práctica de deportes de invasión como son el balonmano/baloncesto; y con el **tercer bloque de contenidos**, "Resolución de problemas en situaciones motrices".
- **Competencias clave:** se incide en la Competencia matemática y competencias en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM), por la resolución de problemas derivada de la práctica de habilidades deportivas (descriptor operativo 1) y Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender (CPSAA) por la mejora en el aprendizaje derivada de la práctica de un deporte (Descriptor operativo 4).
- **Interdisciplinariedad:** se vincula con el área de Ciencias Sociales, por el conocimiento de la evolución de estos deportes desde su origen y el contexto histórico. Y también por la representatividad que tienen hoy en día en la sociedad.
- **Elementos transversales/Valores:** se trabaja la prevención de cualquier tipo de violencia, por el papel igualmente relevante que le daremos a ambos sexos, sin hacer distinciones entre niños y niñas.

- **Metodología:** se usará el mando directo en las primeras tareas de la parte principal. Se basa en el estímulo-respuesta y en la reproducción de un modelo. El docente controla casi todos los parámetros, estableciendo los objetivos, el orden, la cantidad de ejecución, calidad, las relaciones entre el alumnado... El esquema que sigue es Demostración → Explicación → Ejecución → Evaluación.

También se emplearán los juegos en la sesión, ya que son considerados recursos metodológicos adecuados para conseguir los aprendizajes deseados, y le dan a la sesión un carácter más lúdico, placentero y motivante.

- **Alumnado con NEAE:** en el grupo hay una alumna que presenta **síndrome de Rett**. Este trastorno es causado por la mutación de un gen que se encuentra en el cromosoma X, y se caracteriza por una evolución y desarrollo psicomotor aparentemente normal en los primeros meses de vida, seguido por la disminución del uso voluntario de las manos, un crecimiento retardado del cerebro y de la cabeza, dificultades para caminar, convulsiones y retraso mental. Se suele perder el habla, se reduce o pierde el contacto visual y aparece la apraxia (incapacidad para realizar movimientos coordinados). El síndrome afecta casi exclusivamente a niñas y mujeres y no tiene cura, sino que los tratamientos van dirigidos a paliar los síntomas.

Las pautas de actuación con esta alumna dependerán de la incidencia de este trastorno, ya que no se desarrolla igual en todas las personas. Puede ocurrir que presente una movilidad reducida, problemas en el tono muscular, dificultades de interacción y comprensión... por lo que seguramente necesitaría una adaptación curricular significativa. O bien que tenga ciertos problemas de movilidad (entre otras cosas) pero que pueda seguir un ritmo "normal" de clase, con ciertas variaciones en las actividades. En este último caso, seguiremos estas pautas generales:

- ✓ Emplear apoyos visuales: es importante facilitar la comprensión con apoyos visuales, imágenes, ejemplos de los juegos y actividades...
  - ✓ Usar agendas: así el alumno podrá tener bien organizado el tiempo, podrá predecir situaciones y le será más fácil controlar su conducta.
  - ✓ Buscar aprendizajes sin errores: buscaremos tareas en las que pueda salir exitosa.
  - ✓ Intentar motivarla: se fomentará su interés, haciéndole partícipe de ciertas decisiones.
  - ✓ Evitar en lo posible la crítica y el castigo, y sustituirlos por el refuerzo positivo, el halago y el premio.
  - ✓ Usar la sonrisa como contacto social, para ir ganando su confianza.
  - ✓ Mantener el contacto ocular, dándole la sensación de proximidad y cercanía.
  - ✓ Evitar elementos de distracción: al hacer las tareas, la colocaremos delante, enfrente de nosotros, en un lugar donde tenga los mínimos distractores posible.
- **Características de la edad (11-12 años):** surge un cambio de su estructura corporal, primero en las niñas (de 10 a 12 años) y después en los niños (sobre los 12); por lo que a esta edad encontramos que las niñas son más altas y maduras que los niños, maduración que repercutirá también en sus relaciones personales. Suelen aparecer dolores articulares, sobre todo en tobillos, rodillas y muñecas, por el mayor crecimiento óseo que muscular.
  - **Evaluación:** será continua, global, formativa y tendrá en cuenta el progreso del alumnado, en base a la Orden de 9 de junio de 2016, por la que se regula la evaluación y promoción del alumnado de Educación Primaria en Galicia y a la Orden de 25 de enero de 2022, que la actualiza.

A modo de ejemplo se dan los **objetivos, contenidos y criterios de evaluación**:

### **BALONCESTO:**

Objetivo: \* Practicar habilidades específicas del baloncesto. (STEM) (CPSAA)

Contenidos:

- Realización de pases: de pecho, picado y por encima de la cabeza. (STEM)
- Combinación de pases y distintos tipos de bote en situaciones de juego. (STEM) (CPSAA)
- Valoración del papel que corresponde desempeñar como jugador/a. (CPSAA)

Criterios de evaluación:

- . Coordinar los desplazamientos con el bote de balón. (STEM)
- . Pasar el balón de diferentes formas. (STEM) (CPSAA)

### **BALONMANO:**

Objetivos: \* Iniciarse en el balonmano. (STEM) (CPSAA)

Contenidos:

- Conocimiento de los gestos técnicos del balonmano. (STEM)
- Realización de desplazamientos variados botando el balón. (STEM) (CPSAA)
- Aceptación de los diferentes niveles de destreza. (CPSAA)

Criterios de evaluación:

- . Botar el balón de diferentes formas. (STEM)
- . Desplazarse mostrando una correcta ocupación del espacio. (STEM) (CPSAA)

A continuación se explican unas **TAREAS PARA DESARROLLAR LAS HABILIDADES ESPECÍFICAS DEL BALONCESTO / BALONMANO, que se adaptarían a una metodología de mando directo.**

### **TAREAS FAMILIARIZACIÓN-ADAPTACIÓN**

- Con pelotas de diferentes tamaños, pesos, texturas...

- Pasar el balón alrededor de la cintura.
  - Realizar ochos con el balón entre las piernas.
  - Lanzar el balón por la espalda y recibirlo de frente / de frente y recibirlo de espaldas.
  - Pasar el balón entre una y otra mano.
  - Lanzar el balón arriba, dar unos cuantos pasos y cogerlo.
- A mayores, para balonmano:
- Adaptar el balón a una y otra mano.
  - Subir espaldas, desplazarse, con el balón adaptado.
  - El yo-yo: Dejar caer el balón y adaptarlo en el aire.
  - Parejas, uno está con el balón adaptado y el otro le da golpes en la mano.
  - Parejas, adaptar un mismo balón e intentar tirar de él hacia nuestro lado.

### TAREAS DE BOTE

- Botar el balón alrededor del cuerpo, entre las piernas...
- Botar el balón alternando ambas manos.
- Realizar diversos ritmos por medio del bote (rápido, lento...).
- Botes a distintas alturas.
- Botar a distintas velocidades.
- Botar el balón desde diversas posiciones, bien mandadas o bien creadas (sentados, acostados...).
- Recorrido de bote (botar entre conos, en bancos, en aros...).
- Botar pisando las líneas del suelo, con el balón por encima de las líneas...
- Por parejas, de la mano botando el balón.
- Disociar el paso del bote (no dar 1 paso y 1 bote, sino alternar).
- Botar el balón sin mirar.
- Botar dos balones a la vez.

### TAREAS DE PASE

- Realizar distintos tipos de pase, en carrera y desde parado.
- Pases por parejas, devolviendo siempre de diferentes formas.
- Parejas, cada uno con un balón, uno pase normal y otro picado (con bote).
- Parejas, cada uno con un balón, intentar que choquen en el aire.
- Pases con la técnica del tiro a canasta / portería.

### TAREAS DE TIRO A CANASTA / PORTERÍA

- Probar tiros a canasta / portería de diversas formas (parado, en carrera, amagando...).
- Tirar a canasta / portería después de dar un determinado número de pasos o de botes.
- Entrada a canasta / portería apoyándonos en un aro/banco.
- Estar de espaldas a canasta / portería, nos pasan un balón, nos giramos y tiramos a canasta.
- Ir botando y saltar por encima del banco para facilitar el dar los dos pasos (baloncesto) o los tres (balonmano).

**SE EJEMPLIFICAN UNOS JUEGOS, CLASIFICADOS EN FUNCIÓN DE LA HABILIDAD A DESARROLLAR:**

### JUEGOS DE ADAPTACIÓN (BALONMANO)

- **"Atravesar la muralla"**: el que apanda lleva un balón adaptado.
- **"Cazadores y conejos"**: el que apanda lleva un balón adaptado, y toca con él a los demás.
- **"La rata busca"**: todos sentados, hombro con hombro, se pasan un balón por la espalda y una persona fuera intenta adivinar quién lo tiene.
- **"Persecución en cadena"**: apandan dos agarrando un balón, uno con la mano dcha. y otro izda.

## JUEGOS DE BOTE

- "**¿Cuántos dedos tengo?**": parejas, uno bota el balón y el otro va marcando números con las manos (no mirar el bote).
- "**Balón fuera**": espacio delimitado por una cuerda, cada persona con un balón, botarlo e intentar sacar el del compañero/a.
- "**Comecocos con balón**": moverse por las líneas del campo. El que pilla bota un balón.
- "**El espejo**": cada uno con un balón, se debe imitar al compañero/a.
- "**La muralla**": van de un lado a otro del campo sin que los coja el del medio, que bota el balón.
- "**La música desafinada**": cada uno con un balón, se bota realizando diferentes ritmos.
- "**La pelota inmortal**": varios balones diferentes por el suelo, a la señal deben cogerlos y botarlos, intentando que ninguno esté parado.
- "**La pilla con balón**": el que apanda lo hace botando el balón.
- "**Los números**": parejas, uno bota el balón y otro marca números con las manos (no mirar el bote).
- "**Que te la quito**": cada persona con un balón, botarlo e intentar sacar el del compañero.
- "**Relevos**" botando el balón. Se pueden colocar conos (zig-zag), picas...
- "**Robo de balones**": la mitad del grupo botando un balón, los otros deben robarlo.

## JUEGOS DE PASE

- "**Cazadores y conejos**": el que apanda lleva un balón, y los cogidos le ayudan a apandar, pasándose. Se trata de tocar con el balón.
- "**Cazadores, ecologistas y conejos**": los cazadores pillan a los conejos; los ecologistas lo evitan.
- "**El abanico**": un grupo colocado en semicírculo, y una persona en el medio, que le pasará al primero, este se la devuelve, al segundo...
- "**El castillo**": se hace un cuadrado con bancos suecos, y alrededor de él se coloca una cuerda. Dos equipos, uno intenta meter los balones dentro del cuadrado y otro lo evita.
- "**El perro y el gato**": varios alumnos/as pasándose un balón, y otro/a intentando "robarlo". Se puede hacer avanzando hacia la portería.
- "**La pelota flotante**": por parejas o grupos, se dan pases de diferente manera cada vez.
- "**Lluvia de balones**": cada uno/a con un balón, a la señal se lanzan al aire y se coge el de otro.
- "**Los 10 pases**": dos equipos, deben dar 10 pases entre los miembros del mismo equipo.
- "**Los 10 pases orientados**": se llegará de un campo a otro con 10 pases justos.
- "**Pasa en el aro**": todos en corro, y en el centro un aro. Cada pareja una pelota, se la pasan dando un bote en el aro (pase picado).

## JUEGOS DE LANZAMIENTO / PUNTERÍAS

- "**Acertando**": uno lanza una pelota al aire y los demás intentan darle con las otras.
- "**Balón-carambola**": dos equipos y un balón en el medio, se le tiran balones para moverlo.
- "**Balón-plinto**": deben encestar el balón en un plinto sin parte de arriba (a modo de caja).
- "**Batalla de balones**": dos equipos, lanzan los balones hacia el campo contrario.
- "**Bombardeo**": dos equipos enfrentados con varias latas cada uno. Derribar las del contrario.
- "**Cuerda peligrosa**": dos equipos, uno pasando por encima de una cuerda, el otro con los jugadores a los lados, parejas, lanzan el balón apoyándose dentro de un aro, dándoles.
- "**El enceste**": el objetivo es meter una pelota de tenis, por ejemplo, dentro de un "receptáculo".

- **"El póster"**: dos equipos, uno defiende y otro se pasa la pelota e intenta darle a un póster hecho con periódicos que está a la altura de la portería (balonmano).
- **"La diana"**: se marcan puntuaciones en el suelo y hay que lanzar el balón a la máxima.
- **"Lanza en picado"**: dos grupos, uno en cada campo, con una cuerda en medio sujeta entre dos postes. Se lanza el balón botando por debajo (picado), intentando que llegue a la línea de fondo.
- **"Los números"**: se realizan tiros desde las marcas de zona. Si se va encestando, vamos aumentando la distancia y la puntuación.
- **"Sacar del círculo"**: varios balones dentro de un aro, y se lanzan otros para sacarlos fuera.

### JUEGO "REAL"

- **"Baloncesto / balonmano estático"**: el que tiene el balón no puede moverse para realizar el pase.
- **"La diana"**: en vez de lanzar a canasta / portería, se lanza a una diana con diferentes puntuaciones.
- **"Robar el tesoro"**: coger el balón en el otro campo y traerlo al nuestro botando, pasando...

## PROPUESTAS PARA LA UNIDAD DIDÁCTICA

Se ejemplifican los elementos curriculares para la unidad didáctica de baloncesto / balonmano.

### Objetivos didácticos

1. Reproducir los principales gestos técnicos del baloncesto / balonmano.
2. Adaptar las habilidades específicas de este deporte al juego real.
3. Mostrar actitudes de cooperación y respeto, valorando el baloncesto / balonmano como alternativa al tiempo de ocio.

### Contenidos

- ✓ Reglas y normas básicas: Acciones permitidas, puntuación...
- ✓ Habilidades específicas del baloncesto / balonmano.
- ✓ Influencia de la condición física en este deporte.
- ✓ Aplicación de los gestos técnicos del baloncesto / balonmano en situaciones de juego: botes, pases y tiros.
- ✓ Aceptación de la victoria y la derrota como algo propio del deporte.
- ✓ Actitud de respeto hacia los compañeros/as.

### Criterios de evaluación

- 1.1. Botar el balón a distintas alturas y ritmos, con ambas manos, combinándolo con desplazamientos.
- 1.2. Pasar y recibir de diferentes formas.
- 1.3. Lanzar a canasta / portería con precisión.
- 2.1. Aplicar las habilidades aprendidas en los juegos realizados.
- 2.2. Situarse correctamente en función del desarrollo del juego.
- 3.1. Colaborar con el compañero/a y respetar al adversario/a.
- 3.2. Valorar el baloncesto / balonmano como un deporte adecuado para el tiempo libre.

## DISTRIBUCIÓN DE LAS SESIONES

SESIÓN	CONTENIDO
1	¿Qué sabemos sobre el baloncesto / balonmano? Evaluación inicial en el aula de informática.
2	Adaptación al móvil.
3	Trabajo del bote.
4	Aplicación del bote en situaciones de juego.
5	Práctica de pases-recepciones.
6	Bote, pases y recepciones en situaciones de juego.
7	Lanzamientos a canasta / portería.
8	Aplicación de las habilidades vistas en situaciones de juego.
9	Partidillos.
10	¿Qué hemos aprendido? Evaluación final.