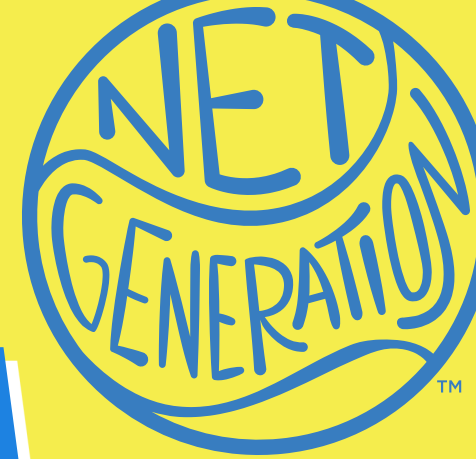


PLANES DE ESTUDIOS DE TENIS EN EDUCACIÓN FÍSICA



PLANES DE LECCIONES INTEGRALES,
COMPLETOS Y BASADOS EN ESTÁNDARES

1.º GRADO – 2.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 blue ink, appearing to read "James 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!

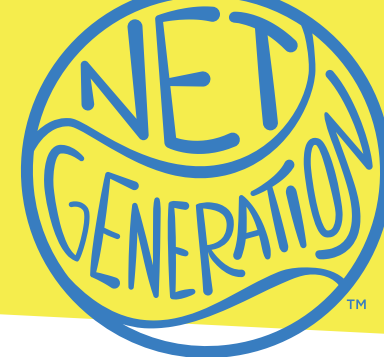
A handwritten signature in black ink that reads "Fran Cleland". The signature is fluid and cursive.

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 de SHAPE America y los resultados a nivel de grado para Educación Física desde el jardín de infantes hasta el 12.º grado 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 anteriores 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. 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

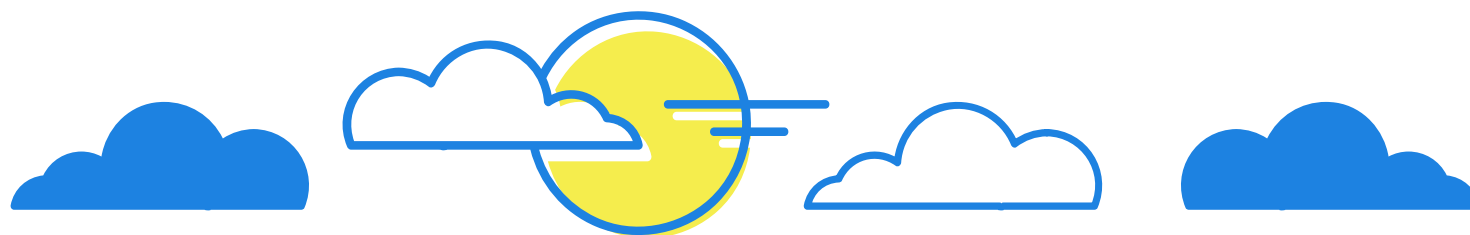
A lo largo de la etapa de 1.º y 2.º grado, se brindan sugerencias para modificar las actividades de las lecciones. Sin embargo, si le parece que una actividad no funciona, consúlteles a los alumnos qué modificaciones realizarían para que les resulte más o menos difícil. Es posible que tenga alumnos que demuestren un nivel de competencia en ciertas habilidades en 1.º y 2.º grado y que quizás disfruten de probar actividades de la etapa de 3.º y 4.º grado.



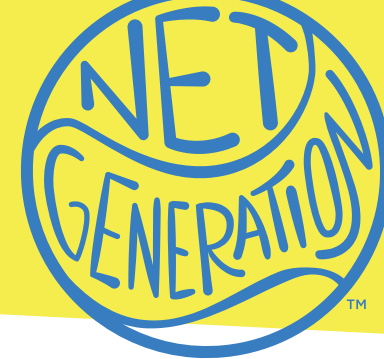
Estrategias para la transición

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.

- Prepare el área de actividad con anticipación.
- Minimice el tiempo de inactividad entre las actividades.
- 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.
- 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.
 - Dos filas
 - o Espalda con espalda: los alumnos deben ubicarse espalda con espalda con un compañero. Un compañero se sienta mientras el otro permanece de pie. Se les pide a los alumnos que están parados que formen una fila y, a los alumnos que están sentados, que formen otra fila.
 - Grupos pequeños
 - o Mezclador de sonidos: los alumnos deben formar grupos que se correspondan con la cantidad de veces que el maestro toca el silbato, aplaude, etc.; luego, deben sentarse para indicar que alcanzaron el número correcto en su grupo. Los alumnos que no tienen un grupo deben ir al centro del área de actividad para formar uno.



DESCRIPCIÓN GENERAL



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 incluir reducir o ampliar el área de actividad, cambiar la velocidad o la forma en que el alumno se mueve, cambiar la distancia entre el alumno y el objetivo, usar pelotas de diferentes tamaños, y cambiar de mano cuando hacen rodar la pelota, la lanzan o la atrapan.

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

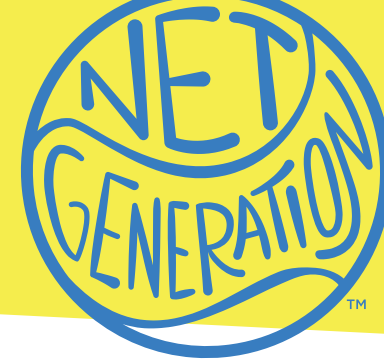
Las evaluaciones rápidas son otra forma en que los maestros pueden evaluar de manera informal el aprendizaje de los alumnos al hacer que participen en una tarea específica que demuestre su nivel de competencia en ciertas habilidades. Estas tareas están pensadas para que el maestro pueda recopilar la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

Evaluación formal

La etapa de 1.º y 2.º grado también comprende una categoría de evaluaciones formales para determinar la competencia de los alumnos de pegarle a la pelota con un elemento corto, ya que se relacionan con los resultados a nivel de grado correspondiente. La categoría se incluye en la lección donde se presenta la habilidad por primera vez para que los maestros tengan la oportunidad de realizar evaluaciones previas, así como también al final de la unidad, de modo que los maestros puedan realizar evaluaciones posteriores.

El resultado a nivel de grado asociado con la competencia de pegarle a la pelota con un elemento corto en el nivel de 1.º grado implica golpear la pelota con un elemento de mango corto y hacer que se desplace en dirección ascendente (S1.E24.1). El resultado a nivel de grado asociado con la competencia de pegarle a un objeto con un elemento corto en el nivel de 2.º grado implica golpear un objeto con un elemento de mango corto y hacer que se desplace en dirección ascendente con golpes consecutivos (S1.E24.2).

DESCRIPCIÓN GENERAL



Preguntas esenciales

Cada lección contiene preguntas esenciales que fomentan la reflexión de los alumnos sobre las actividades en las que participan. Las preguntas ayudan a guiar el aprendizaje del alumno y promueven la comprensión de los objetivos de la lección.

Puntuación

En algunas actividades, se presentarán los principios básicos del conteo de los puntos para ayudar a los alumnos a comprender el juego del tenis. Para incluir el conteo de puntos en esta etapa, puede contar la cantidad de veces que fue capaz de hacer rebotar la pelota usando la raqueta.

Datos curiosos

A lo largo del plan de estudios, se brindan datos específicos que a los alumnos les pueden parecer divertidos o interesantes.

Transiciones

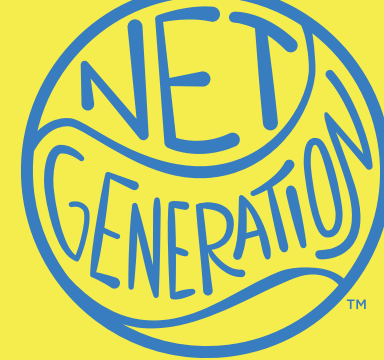
Se han identificado formas de hacer la transición de los alumnos de una actividad a la siguiente, las cuales ayudan a los maestros a maximizar el tiempo de actividad.

Seguridad

A lo largo de 1.º y 2.º grado, los alumnos aplican el conocimiento del espacio personal y general mientras se mueven con una raqueta. Es importante que los alumnos demuestren una comprensión de cómo maximizar su espacio personal y cambiar de dirección mientras reconocen la presencia de otros alumnos en el área de actividad.



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

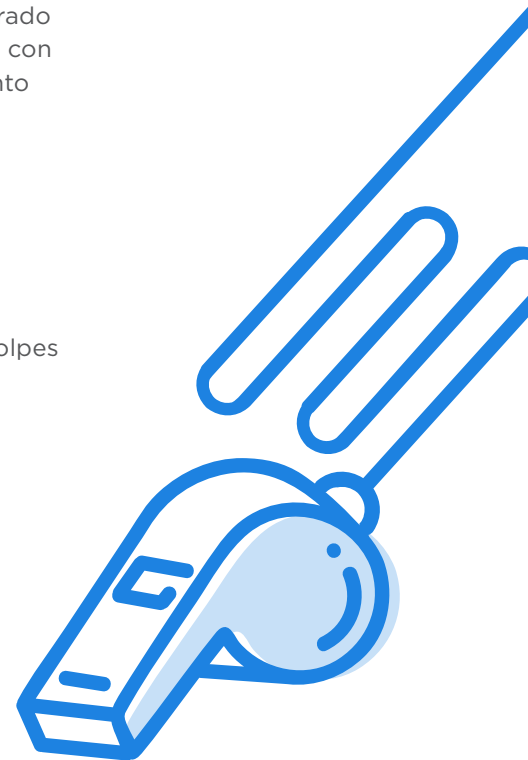
En las lecciones de jardín de infantes, se les presentaron conceptos de movimiento fundamentales a los alumnos: espacio personal, caminos, niveles, etc. También se presentaron técnicas básicas para agarrar la raqueta. Las lecciones de 1.º y 2.º grado comienzan con una revisión de los resultados de aprendizaje clave de las lecciones de jardín de infantes y, luego, continúan con las habilidades básicas para desarrollar las capacidades fundamentales con la raqueta al aplicar los conceptos de movimiento de las lecciones de jardín de infantes.

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.E24.1) Golpea una pelota con un elemento de mango corto y hace que se desplace en dirección ascendente.
 - o (S1.E24.2) Golpea un objeto con un elemento de mango corto y hace que se desplace en dirección ascendente con golpes consecutivos.

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

- Espacio
 - o (S2.E1.1) Se mueve en su espacio y en un espacio general en respuesta a los ritmos designados.
 - o (S2.E1.2) Combina habilidades locomotoras en un espacio general con un ritmo.
- Caminos, formas y niveles
 - o (S2.E2.1a) Se desplaza demostrando niveles bajos, medios y altos.
 - o (S2.E2.1b) Se desplaza demostrando diversas relaciones con objetos (p. ej., por encima, por debajo, alrededor y por el medio).
 - o (S2.E2.2) Combina formas, niveles y caminos en secuencias simples de desplazamiento, baile y gimnasia.
- Velocidad, dirección y fuerza
 - o (S2.E3.1a) Diferencia las velocidades lentas de las rápidas.
 - o (S2.E3.1b) Diferencia la fuerza potente de la ligera.
 - o (S2.E3.2) Varía el tiempo y la fuerza con aumentos y reducciones graduales.



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 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.E2.1) Participa activamente en la clase de educación física.
 - o (S3.E2.2) Participa activamente en la clase de educación física en respuesta a la instrucción y la práctica.

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.E1.1) Acepta la responsabilidad personal utilizando los equipos y el espacio de manera apropiada.
 - o (S4.E1.2) Practica las habilidades con indicaciones mínimas del maestro.
 - o (S4.E2.1) Sigue las reglas y los parámetros del entorno de aprendizaje.
 - o (S4.E2.2) Acepta la responsabilidad de los protocolos de la clase con acciones de comportamiento y rendimiento.
- Aceptación de los comentarios
 - o (S4.E3.1) Responde de manera apropiada a los comentarios generales del maestro.
 - o (S4.E3.2) Acepta comentarios correctivos específicos del maestro.
- Trabajo con otras personas
 - o (S4.E4.1) Trabaja de manera independiente con otros alumnos en diversos entornos de clase (p. ej., en grupos reducidos y grandes).
 - o (S4.E4.2) Trabaja de manera independiente con otros alumnos en entornos de grupos de dos integrantes.
- Normas y protocolo
 - o (S4.E5.1) Exhibe los protocolos para las actividades de la clase.
 - o (S4.E5.2) Reconoce la función de las normas y el protocolo en las actividades físicas diseñadas por el maestro.
- Seguridad
 - o (S4.E6.1) Sigue las indicaciones del maestro para una participación segura y un uso adecuado de los elementos sin recordatorios del maestro.
 - o (S4.E6.2a) Trabaja de manera independiente y segura en educación física.
 - o (S4.E6.2b) Trabaja de manera segura con los elementos de educación física.

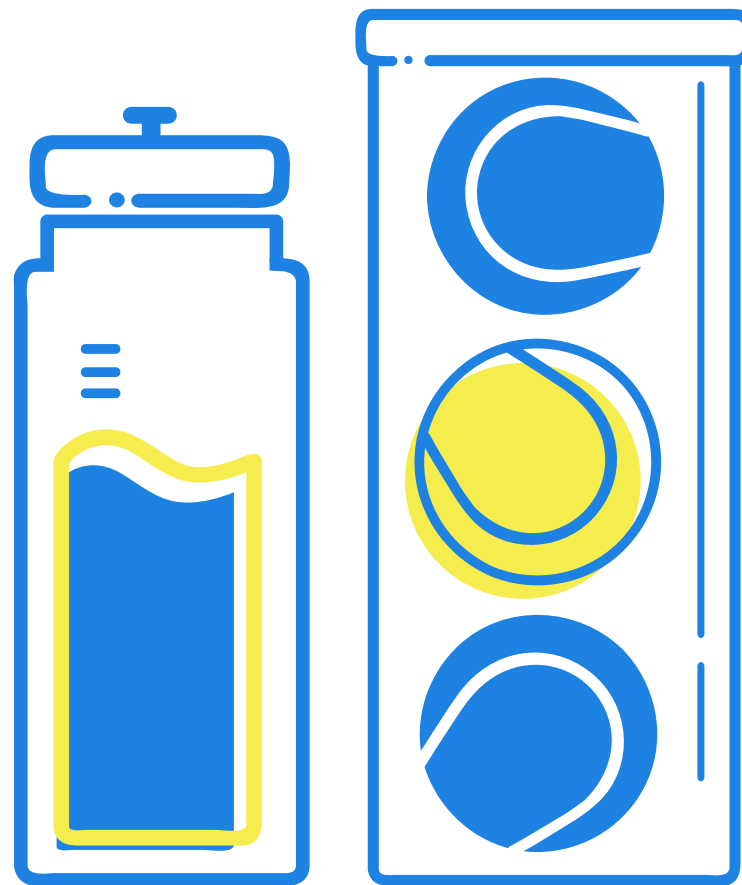
REFERENCIAS	
Jugador	
Pelota	
Raqueta	
Aro de hula-hula	
Cono	
Círculo de color	

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 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.

- Salud
 - o (S5.E1.1) Identifica a la actividad física como un componente para gozar de una buena salud.
 - o (S5.E1.2) Reconoce el valor del “equilibrio de una buena salud”.
- Desafío
 - o (S5.E2.1) Reconoce que los desafíos en las actividades físicas pueden conducir al éxito.
 - o (S5.E2.2) Compara las actividades físicas que aportan confianza y desafíos.
- Expresión personal y disfrute
 - o (S5.E3.1a) Describe sentimientos positivos que resultan de la participación en actividades físicas.
 - o (S5.E3.1b) Analiza las razones personales para disfrutar de las actividades físicas.
 - o (S5.E3.2) Identifica actividades físicas que ofrecen expresión personal (p. ej., baile, rutinas de gimnasia, tareas de práctica en entornos de juego).



RESUMEN DE HABILIDADES

HABILIDADES DE MOVIMIENTO

LOCOMOTORAS	Correr, saltar, saltar en un pie, galopar y deslizarse
ESTABILIZADORAS	Habilidades de equilibrio dinámico, mantener el equilibrio al moverse y al cambiar de dirección
MANIPULATIVAS	Lanzamientos bajos y altos con una mano y con las dos Atrapar, recibir y devolver/golpear la pelota

Las habilidades motoras fundamentales son las habilidades locomotoras, las habilidades no locomotoras o estabilizadoras y las habilidades manipulativas, las cuales proporcionan las bases para los patrones de movimiento específicos del deporte de mayor complejidad que se utilizan en los juegos y deportes (estándares nacionales y resultados a nivel de grado: pág. 116).

Según Gallahue et al. (2012), la fase motora fundamental se desarrolla entre los 5 y 7 años. En esta etapa, los alumnos exploran y experimentan una serie de movimientos en diversos contextos ambientales (estándares nacionales y resultados a nivel de grado: pág. 5).

COMPONENTES CLAVE

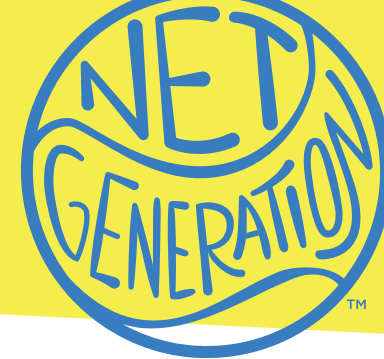
Área de actividad

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.

Equipo

Los alumnos usan diversas pelotas de diferentes tamaños, así como también la pelota de tenis de gomaespuma roja con un 25 % de compresión. También se utilizan raquetas de gomaespuma y raquetas de tenis pequeñas de 19 o 21 pulgadas.

RESUMEN DE HABILIDADES

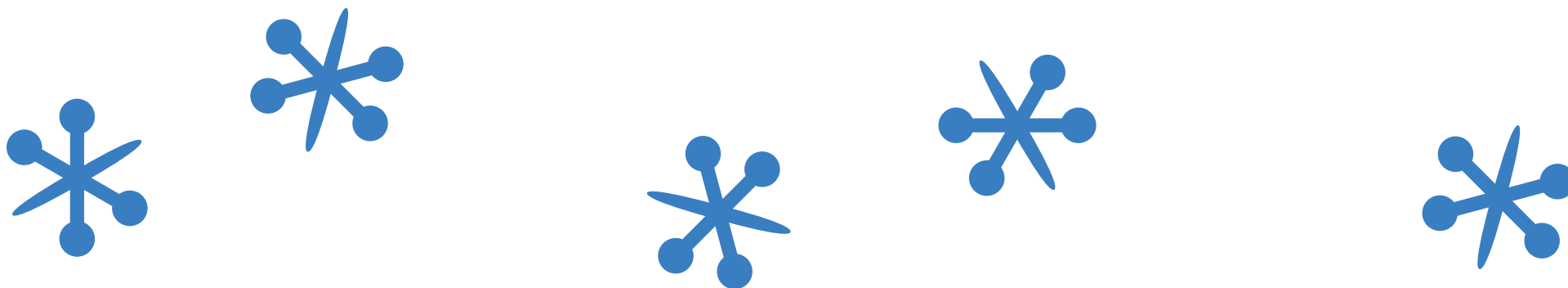


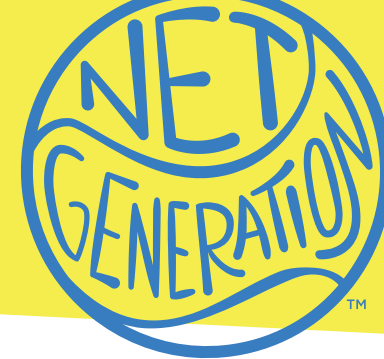
Juego final clave

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 1.º y 2.º grado.

Al finalizar la etapa de 1.º y 2.º grado, el juego final clave consiste en hacer saltos de tijera con un compañero.

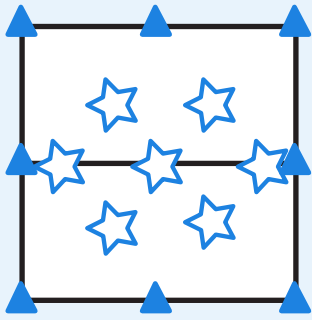
Esta actividad les permitirá a los alumnos comenzar a aplicar las habilidades de tenis básicas que aprendieron hasta el momento antes de jugar un juego de tenis tradicional, así como también los conceptos de golpes con una dirección y una fuerza apropiadas al trabajar con un compañero.





<p>Nombre de la lección: Palmadas cruzadas en espejo</p>	<p>Nombre de la unidad y número de lección: Lección 1 de 1.º y 2.º grado</p>	<p>Nivel de grado: 1.º y 2.º grado</p>	<p>Duración de la lección: 30 minutos</p>
<p>Estándares nacionales y resultados a nivel de grado:</p> <p>Estándar 1: S1.E24.1/2 (golpes con elemento corto)</p> <p>Estándar 2: S2.E1.1/2 (espacio); S2.E2.1a/1b/2 (camino, formas y niveles); S2.E3.1a/1b/2 (velocidad, dirección y fuerza)</p> <p>Estándar 3: S3.E2.1/2 (participación en la actividad física)</p> <p>Estándar 4: S4.E1.1/2 y S4.E2.1/2 (responsabilidad personal); S4.E3.1/2 (aceptación de los comentarios); S4.E4.1/2 (trabajo con otras personas); S4.E5.1/2 (normas y protocolo); S4.E6.1/2a/2b (seguridad)</p> <p>Estándar 5: S5.E1.1/2 (salud); S5.E2.1/2 (desafío); S5.E3.1a/1b/2 (expresión personal y disfrute)</p>	<p>Objetivos de la lección:</p> <p>Los alumnos podrán demostrar cómo sujetar correctamente una raqueta de tenis.</p>	<p>Elementos necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Una raqueta por alumno. • Una pelota de trapo por alumno. 	<p>Dato curioso:</p> <p>Las pelotas de tenis son de colores brillantes para que los jugadores puedan verlas con claridad.</p>
<p>Pregunta esencial (relacionada con el objetivo):</p> <p>¿Comprende por qué es importante sostener la raqueta de cierta manera?</p>		<p>Consideraciones de seguridad:</p> <p>Los alumnos deberán entender el espacio personal para moverse libremente por el área de actividad, así como también comprender cómo cambiar de dirección de manera segura. Asegúrese de que los alumnos reconozcan la presencia de las raquetas en el área de actividad a medida que se mueven de raqueta a raqueta.</p>	

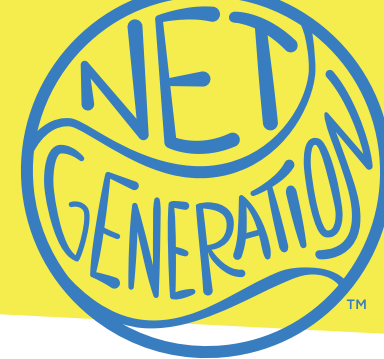
LECCIÓN 1

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Arranque</p>	<p>5 min</p>	<p>El maestro marcará un espacio con conos para designar los límites del área de actividad.</p> <p>El maestro les enseñará los límites a los alumnos.</p> <p>Los alumnos se dispersan por el área de actividad y mantienen su espacio personal.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • El maestro comienza a hacer una cuenta regresiva para el arranque, comenzando desde 10 y gritando “Arranque” después de llegar a 1. • Los alumnos se dispersan en el área designada después de que escuchan “Arranque”. • Después de tres segundos, el maestro dice en voz alta “Congelados” y todos los alumnos se quedan quietos en una pose. • El maestro repite esta secuencia. <p><i>Transición: pídale a todos los alumnos que agarren una raqueta y encuentren su propio espacio personal en el área de actividad.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pídale a los alumnos que usen una pelota de trapo. • Cuando el maestro grita “Congelados”, los alumnos se quedan congelados y hacen equilibrio con una pelota de trapo en una parte del cuerpo de su elección. • Pídale a los alumnos que hagan formas con el cuerpo después del arranque. • Agrande o restrinja el área de actividad definida para modificarla. • Luego del arranque, los alumnos comenzarán a saltar en un pie, saltar con los dos pies, galopar, deslizarse o hacer movimientos rápidos caminando, pero no correrán.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Conocer la raqueta</p>	<p>5 min</p>	<p>Los alumnos se desplazan por el área de actividad con una raqueta cada uno.</p>	<p>Presentación de la raqueta</p> <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). <p><i>Transición: los alumnos forman un grupo con un compañero con el mismo color de camisa. Una vez que encuentran un compañero, buscan su propio espacio personal y dejan la raqueta en el suelo.</i></p>	<p>Indicaciones: Abrazo, suelo y espacio personal</p> <p>Modificación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realice la actividad sin raquetas y pídale a los alumnos que imiten las acciones con las manos. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Los alumnos mantienen su espacio personal ahora que tienen una raqueta en la mano? • ¿Los alumnos demuestran la forma adecuada de abrazar y dejar la raqueta en el suelo?

LECCIÓN 1

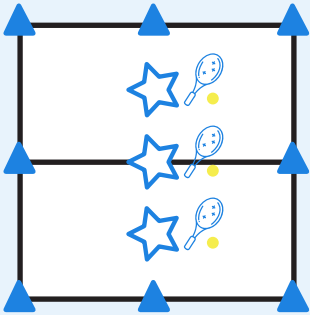
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Palmadas cruzadas en espejo</p>	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos se distribuyen por el área de actividad en grupos de dos integrantes. Los alumnos deben dejar la raqueta en el suelo para realizar esta actividad. Los alumnos se paran uno frente al otro y se tocan con los dedos del pie derecho. 	<ul style="list-style-type: none"> De manera sincronizada y en espejo, giran la parte superior del cuerpo y se alejan mientras juntan las manos e imitan un <i>swing</i> con la mano derecha. Después de “hacer un círculo” llevando las manos hacia arriba y hacia atrás, “aplauden” con las manos derechas delante del cuerpo. 	<p>Indicaciones: Giro de hombros, círculo y aplauso.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Los alumnos se chocan las manos solo a la altura de la cintura, solo a la altura de la rodilla, solo a la altura de los ojos o haciendo una combinación de las tres. Cambie la velocidad de la actividad: más rápido o más despacio. Realice la actividad de palmadas cruzadas en espejo con la mano no dominante. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Las manos, las caderas y los hombros se alejan del centro (se alejan del compañero)? ¿Las manos, las caderas y los hombros regresan al centro (enfrente del compañero)?
<p>Experiencia de aprendizaje 3</p> <p>Simón dice</p>	10 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos se desplazan por el área de actividad con una raqueta cada uno. Para comenzar, los alumnos se paran al lado de la raqueta que se encuentra en el suelo. 	<ul style="list-style-type: none"> Repase la importancia del deslizamiento. El maestro les pide a los alumnos que se muevan por el área de actividad (de raqueta en raqueta) y usa el juego “Simón dice” para que practiquen cómo abrazar la raqueta y dejarla en el suelo. El maestro les indica a los alumnos que, cuando Simón dice un movimiento locomotor, se supone que deben moverse hacia otra raqueta utilizando esa habilidad locomotora (asegúrese de usar deslizamientos como uno de los movimientos). <p><i>Transición: indíqueles a todos los alumnos que aparten sus raquetas y vayan al medio del área de actividad.</i></p>	<p>Indicaciones: Abrazo, suelo y espacio personal.</p> <p>Modificación:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pregúnteles a los alumnos quién puede dejar la raqueta en el suelo de manera más silenciosa. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pídales a los alumnos que hagan una demostración del deslizamiento mientras se mueven con una raqueta.
<p>Cierre</p>	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos devuelven la raqueta de manera segura y se reúnen en frente del maestro. 		<ul style="list-style-type: none"> Pídales a un alumno que haga una demostración de cómo “abrazar la raqueta”. Pregúnteles si alguno puede explicar cómo se deja la raqueta en el suelo. ¿Por qué es importante “abrazar” la raqueta y dejarla en el suelo?

LECCIÓN 2



Nombre de la lección: Rodar y parar	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 2 de 1.º y 2.º grado	Nivel de grado: 1.º y 2.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
<p>Estándares nacionales y resultados a nivel de grado:</p> <p>Estándar 1: S1.E24.1/2 (golpes con elemento corto)</p> <p>Estándar 2: S2.E1.1/2 (espacio); S2.E2.1a/1b/2 (camino, formas y niveles); S2.E3.1a/1b/2 (velocidad, dirección y fuerza)</p> <p>Estándar 3: S3.E2.1/2 (participación en la actividad física)</p> <p>Estándar 4: S4.E1.1/2 y S4.E2.1/2 (responsabilidad personal); S4.E3.1/2 (aceptación de los comentarios); S4.E4.1/2 (trabajar con otras personas); S4.E5.1/2 (normas y protocolo); S4.E6.1/2a/2b (seguridad)</p> <p>Estándar 5: S5.E1.1/2 (salud); S5.E2.1/2 (desafío); S5.E3.1a/1b/2 (expresión personal y disfrute)</p>	<p>Objetivos de la lección:</p> <p>Los alumnos podrán usar una raqueta para hacer rodar una pelota roja alrededor del área de actividad manteniendo el control.</p>	<p>Elementos necesarios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta por alumno.• Una pelota roja por alumno.• Un objetivo o un círculo de color por alumno.	<p>Dato curioso:</p> <p>Las primeras pelotas de tenis se fabricaban con lana o pelo, y se revestían con cuero.</p>
<p>Pregunta esencial (relacionada con el objetivo):</p> <p>¿Cómo se hace para que la pelota vaya hacia dónde quiero que vaya?</p> <p>¿Cómo se mantiene el control de la pelota?</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>Adentro, afuera, en todos lados con una raqueta y una pelota</p>	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> El maestro marcará un espacio con conos para designar los límites del área de actividad. El maestro les enseñará los límites a los alumnos. Cada alumno tiene una raqueta y una pelota. Pídales a los alumnos que se ubiquen sin demasiada distancia entre ellos en el centro del área de actividad y que abracen la raqueta con la pelota en la mano. 	<ul style="list-style-type: none"> El maestro usa indicaciones (adentro, afuera, en todos lados) para hacer que los alumnos se muevan por el área de actividad. Cuando el maestro dice “Adentro”, los alumnos avanzan hacia él mientras hacen rodar la pelota en el suelo con la raqueta. Se desplazan hasta que el maestro dice “Deténganse” y, luego, paran la pelota gradualmente con la raqueta. Cuando el maestro dice “Afuera”, los alumnos se desplazan hacia atrás de manera diagonal (en la dirección que les indique: izquierda o derecha) mientras hacen rodar la pelota con la raqueta. Se desplazan hasta que el maestro dice “Deténganse” y, luego, paran la pelota gradualmente con la raqueta. Cuando el maestro dice “En todos lados”, los alumnos pueden moverse libremente en el espacio designado mientras hacen rodar la pelota con la raqueta. Se desplazan hasta que el maestro dice “Deténganse” y, luego, paran la pelota gradualmente con la raqueta. <p><i>Transición: los alumnos forman un grupo con un compañero que cumple años el mismo mes que ellos (o en la misma estación, si es necesario); luego, los dos integrantes se paran a aproximadamente 10 pies de un círculo de color.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pídales a los alumnos que indiquen la dirección hacia dónde tienen la intención de moverse, antes de moverse. Los alumnos pueden variar la velocidad con la que se desplazan: más rápido o más despacio. Seleccione a los alumnos que desempeñarán el rol de líderes y pídale que digan en voz alta “Adentro, afuera, en todos lados”.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Pasear al perro en turnos</p>	<p>10 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos están en grupos de dos integrantes a aproximadamente 10 pies de un círculo de color en el suelo. Ambos alumnos tienen una pelota y una raqueta. 	<ul style="list-style-type: none"> Un alumno usa la raqueta para empujar la pelota hacia el círculo de color manteniendo el control. Una vez que esté en el círculo, el alumno para la pelota gradualmente y la detiene cubriéndola con las cuerdas de la raqueta. Vuelve a empujar la pelota con la raqueta hasta el punto de partida. Cuando el alumno regrese al punto de partida, el otro alumno realiza la misma actividad. <p><i>Transición: distribuya los círculos de color de manera aleatoria por toda el área de actividad. Cada alumno se ubica en un círculo sosteniendo su raqueta y pelota.</i></p>	<p>Indicaciones: Control, empujar y mirada hacia arriba</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aumente o reduzca la distancia entre el punto de partida y el círculo de color. Use una pelota más grande o más pequeña. Agregue obstáculos en el camino que requieran que los alumnos se muevan alrededor de estos. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos utilizan el control para orientar la pelota hacia el círculo de color? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos mantienen la pelota cerca de la raqueta? ¿Paran la pelota correctamente? Camine por el lugar para evaluar y hacerles comentarios positivos y correctivos a los alumnos.

LECCIÓN 2

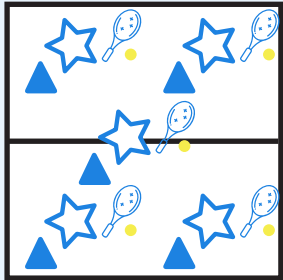
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Pasear al perro en zigzag</p>	10 min	<ul style="list-style-type: none"> Se distribuyen los círculos de colores en el área de actividad. Cada alumno tiene una raqueta y una pelota, y está ubicado dentro de un círculo. 	<ul style="list-style-type: none"> Cuando el maestro lo indica, los alumnos usan las raquetas para hacer rodar la pelota hacia un círculo disponible (sin ocupar). Una vez que el alumno llega al círculo, para la pelota y continúa hacia el siguiente círculo disponible. Los alumnos se mueven de círculo en círculo por el área de actividad. <p><i>Transición: los alumnos llevan su raqueta, pelota y círculo de color al área designada, y se reúnen en frente al maestro.</i></p>	<p>Indicaciones: Control, empujar y mirada hacia arriba.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aumente o disminuya la cantidad de círculos. Establezca una cantidad objetivo de círculos que un alumno debe alcanzar en un tiempo determinado. Compruebe cuántos círculos puede alcanzar un alumno en un tiempo determinado. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> Asegúrese de que los alumnos solo se desplacen hacia los círculos disponibles. Asegúrese de que los alumnos mantengan el control de la pelota.
Cierre	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos guardan los elementos y se reúnen frente al maestro. 		<ul style="list-style-type: none"> Pídale a un alumno que haga una demostración sobre cómo se debe empujar y parar la pelota. Pídale a un alumno que explique cómo estas habilidades los ayudarán a ser mejores tenistas.

LECCIÓN 3



Nombre de la lección: Hacer rodar la pelota hacia un objetivo	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 3 de 1.º y 2.º grado	Nivel de grado: 1.º y 2.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
Estándares nacionales y resultados a nivel de grado: Estándar 1: S1.E24.1/2 (golpes con elemento corto) Estándar 2: S2.E1.1/2 (espacio); S2.E2.1a/1b/2 (caminos, formas y niveles); S2.E3.1a/1b/2 (velocidad, dirección y fuerza) Estándar 3: S3.E2.1/2 (participación en la actividad física) Estándar 4: S4.E1.1/2 y S4.E2.1/2 (responsabilidad personal); S4.E3.1/2 (aceptación de los comentarios); S4.E4.1/2 (trabajar con otras personas); S4.E5.1/2 (normas y protocolo); S4.E6.1/2a/2b (seguridad) Estándar 5: S5.E1.1/2 (salud); S5.E2.1/2 (desafío); S5.E3.1a/1b/2 (expresión personal y disfrute)	Objetivos de la lección: Los alumnos podrán comprender cómo empujar una pelota correctamente hacia un objetivo.		Elementos necesarios: <ul style="list-style-type: none">• Un cono por alumno.• Una pelota roja por alumno.• Un aro de hula-hula cada tres alumnos. Dato curioso: El tenis se puede jugar bajo techo o al aire libre, incluso en el césped.
Pregunta esencial (relacionada con el objetivo): ¿Qué medidas se tomaron para llevar la pelota hasta el aro de hula-hula?		Consideraciones de seguridad: <ul style="list-style-type: none">• Asegúrese de que haya suficiente espacio entre las parejas y los grupos en toda el área de actividad.• Indíqueles a los alumnos que no corran para buscar las pelotas perdidas, ya que pueden invadir el espacio de juego de otros compañeros.	

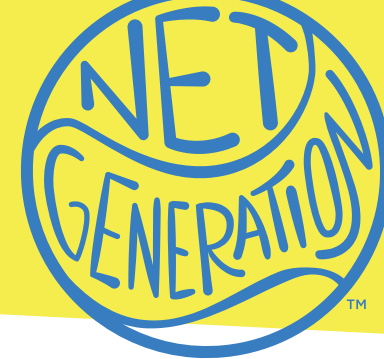
LECCIÓN 3

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Pasear al perro</p>	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ubique los conos de manera aleatoria por toda el área de actividad. • Con una pelota y una raqueta en la mano, los alumnos se paran al lado de uno de los conos. (Solo debe haber un alumno parado en cada cono). 	<ul style="list-style-type: none"> • Usando el cono como su “casa”, los alumnos comienzan a empujar la pelota con la raqueta en el área de actividad. • La pelota siempre debe tocar la raqueta. • Cuando el maestro dice “Casa”, el alumno continúa empujando la pelota con la raqueta mientras regresa a su cono. 	<ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos pueden mantener un registro de la cantidad de veces que la pelota perdió el contacto con la raqueta.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Diana en turnos</p>	<p>10 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos trabajan en parejas; cada uno tiene un aro de hula-hula y una pelota. • Los alumnos ponen el aro de hula-hula en el suelo y se paran a aproximadamente tres pies de este. • Deben dispersarse por toda el área de actividad para que puedan realizar la actividad sin interferir con los otros compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos se turnan para hacer rodar la pelota hacia el objetivo con la mano dominante. El objetivo es hacer que la pelota entre y se detenga en el aro de hula-hula. <p><i>Transición: los alumnos deben hacer una transición de un grupo de dos a un grupo de tres. El maestro utilizará una señal (aplausos, silbido u otro sonido) para indicar que deben formar grupos de tres. Los alumnos se unirán a otros alumnos que estén cerca.</i></p>	<p>Indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hacer rodar la pelota con control. <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aumente o disminuya la distancia desde el objetivo. • Use pelotas más pequeñas o más grandes. • Use objetivos más pequeños o más grandes. • Los alumnos usan la mano no dominante para hacer rodar la pelota. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analice la cantidad apropiada de fuerza que se necesita para hacer rodar la pelota y que se detenga en el aro de hula-hula. • Pregúnteles a los alumnos qué sucede cuando aumentan o disminuyen la fuerza utilizada para hacer rodar la pelota.

LECCIÓN 3

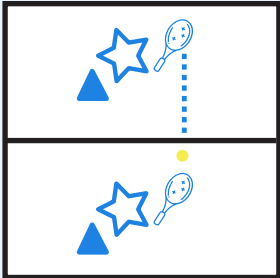
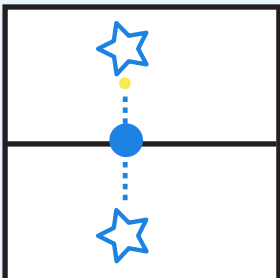
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Diana en turnos de a tres</p>	<p>10 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> Aleje los aros de hula-hula de las “líneas de partida” para que haya aproximadamente seis pies entre el aro de hula-hula y la línea de partida. Un alumno se para con la pelota en la línea de partida. Un alumno se para detrás del alumno con la pelota, mientras que el otro alumno se para del otro lado del aro de hula-hula. 	<ul style="list-style-type: none"> El alumno n.º 1 (con la pelota) hace rodar la pelota e intenta detenerla en el aro de hula-hula. El alumno n.º 1 sigue la pelota después de hacerla rodar. El alumno n.º 3 (el alumno detrás del aro de hula-hula) atrapa la pelota con las manos y la lleva corriendo a la línea de partida para entregársela al alumno n.º 2. Los alumnos continúan haciendo rodar la pelota, agarrándola y moviéndose hasta que finaliza la actividad. 	<p>Indicaciones: Control, seguimiento y atrapar.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aumente o reduzca la distancia entre el punto de partida y el aro de hula-hula. Agrande o achique el tamaño del aro de hula-hula. Use la mano no dominante para hacer rodar la pelota. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los grupos mantienen el control de la pelota? ¿Los alumnos cambian de rol de manera adecuada? <p>Evaluación rápida: Pregúnteles a los alumnos cuántas veces su grupo puede detener la pelota en el aro de hula-hula en tres minutos.</p>
<p>Cierre</p>	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos guardan los elementos (pelotas, aros de hula-hula) y se reúnen frente al maestro. 		<ul style="list-style-type: none"> Pregúnteles a los alumnos cómo lograron hacer rodar la pelota hacia el objetivo de manera satisfactoria. ¿Cuál fue el aspecto que presentó más retos al hacer rodar la pelota hasta el aro de hula-hula y lograr que se detenga?

LECCIÓN 4



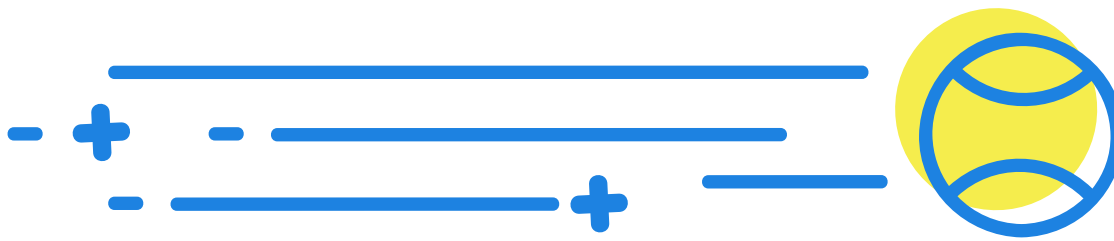
Nombre de la lección: Peloteo rodante	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 4 de 1.º y 2.º grado	Nivel de grado: 1.º y 2.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
Estándares nacionales y resultados a nivel de grado: Estándar 1: S1.E24.1/2 (golpes con elemento corto) Estándar 2: S2.E1.1/2 (espacio); S2.E2.1a/1b/2 (camino, formas y niveles); S2.E3.1a/1b/2 (velocidad, dirección y fuerza) Estándar 3: S3.E2.1/2 (participación en la actividad física) Estándar 4: S4.E1.1/2 y S4.E2.1/2 (responsabilidad personal); S4.E3.1/2 (aceptación de los comentarios); S4.E4.1/2 (trabajar con otras personas); S4.E5.1/2 (normas y protocolo); S4.E6.1/2a/2b (seguridad) Estándar 5: S5.E1.1/2 (salud); S5.E2.1/2 (desafío); S5.E3.1a/1b/2 (expresión personal y disfrute)	Objetivos de la lección: Los alumnos podrán hacer rodar la pelota y atraparla con una raqueta durante un peloteo con un compañero.		Elementos necesarios: <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta por alumno.• Una pelota roja por cada pareja de alumnos.• Cinta, tiza o cuerda para marcar la “línea”. Dato curioso: En un principio, el juego del tenis consistía en pegarle a la pelota con la palma de la mano.
Pregunta esencial (relacionada con el objetivo): ¿Cómo trabajaron juntos tú y tu compañero para que continúe el peloteo?	Consideraciones de seguridad: <ul style="list-style-type: none">• Asegúrese de que haya suficiente espacio entre las parejas y los grupos en toda el área de actividad.• Indíqueles a los alumnos que no corran para buscar las pelotas perdidas, ya que pueden invadir el espacio de juego de otros compañeros.		

LECCIÓN 4

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Rodar y parar</p>	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos se paran a aproximadamente 10 pies de distancia entre ellos y mantienen su espacio personal en el área de actividad. 	<p><i>Transición: los alumnos formarán un grupo con un compañero usando el método dedo con dedo.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Cada pareja toma dos raquetas y una pelota, y encuentra un espacio personal dentro del área de actividad. Cada alumno hace rodar la pelota por el suelo hasta que llegue a su compañero usando la raqueta. El alumno que recibe "atrapa" la pelota con la raqueta y, luego, se la devuelve a su compañero. <p><i>Transición: cada pareja de alumnos se combina con otra pareja de alumnos. Cada alumno conserva su raqueta, pero solo se queda con una pelota. Deben guardar la otra pelota.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Los alumnos pueden aumentar o disminuir la velocidad con la que desplazan la pelota. Los alumnos pueden hacer rodar la pelota sosteniendo la raqueta con la mano no dominante.
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Diana al vuelo</p>	<p>12 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> Cada grupo de dos integrantes se para a aproximadamente 10 pies del otro grupo. Hay un círculo de color en el suelo a la mitad del área de actividad designada. 	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos alternan entre hacer rodar la pelota de un lado al otro e intentar hacer rodar la pelota hasta el círculo de color. <p><i>Transición: los alumnos seleccionan un nuevo compañero de su grupo de cuatro (que no sea su compañero de la actividad instantánea). Cada pareja de alumnos necesita una pelota, por lo que algunas parejas tendrán que sacar una pelota del cesto de almacenamiento.</i></p>	<p>Indicaciones: Apuntar al objetivo y hacer rodar con control.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Los alumnos pueden establecer un objetivo para el equipo respecto de la cantidad de veces que quieren hacer rodar la pelota por el círculo de color en un tiempo específico. Los alumnos pueden usar la mano no dominante. El tamaño de la pelota para cada "juego" puede ser más pequeño o más grande. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Todos los alumnos hacen rodar la pelota con control? ¿Los alumnos hacen rodar la pelota hasta el objetivo de manera satisfactoria? <p>Evaluación rápida: ¿Cuántas veces tu equipo puede hacer rodar la pelota hasta el círculo de color en dos minutos?</p>

LECCIÓN 4

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 3</p> <p>Hacer rodar y parar la pelota (sin un objetivo)</p>	8 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos vuelven a trabajar en pareja con una distancia de aproximadamente 10 pies entre ellos. Los alumnos se distribuyen por el área de actividad en parejas. Los alumnos cambian de compañero después de cuatro minutos. 	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos deberán definir un área alrededor de ellos como límite para que sepan lo que es “adentro” y “afuera”. Los alumnos empujarán la pelota con la raqueta hasta su compañero. Su compañero atraparà la pelota con la raqueta. Las parejas intentarán completar la mayor cantidad posible de peloteos consecutivos. Los alumnos deberán volver a posicionar los pies en el centro de su espacio cada vez que regrese a pelota. <p><i>Transición: los alumnos devuelven los elementos de manera segura y se reúnen frente al maestro. El maestro conserva dos raquetas y una pelota para hacer una demostración.</i></p>	<p>Indicaciones: Empujar y parar.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Use la mano no dominante para hacer rodar la pelota y pararla. Los alumnos pueden establecer un objetivo para el equipo respecto de la cantidad de peloteos rodantes consecutivos. Agrande o achique el tamaño de la pelota. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Todos los alumnos hacen rodar la pelota con control en la dirección de su compañero? ¿Todos los alumnos reciben la pelota de su compañero atrapándola con la raqueta? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuántas veces tu equipo puede hacer rodar la pelota hasta el círculo de color en dos minutos?
Cierre	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos devuelven la pelota y la raqueta de manera segura. Los alumnos se reúnen frente al maestro. 		<ul style="list-style-type: none"> Analice con los alumnos si pudieron hacer rodar la pelota de un lado al otro sin que la pelota “se desvíe del rumbo”. Pídales a dos alumnos que hagan una demostración sobre cómo hacer rodar la pelota de un lado al otro manteniendo el control.



LECCIÓN 5



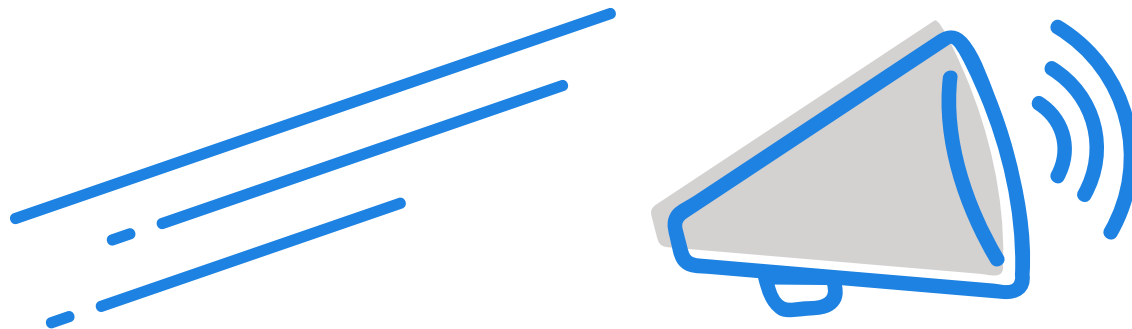
Nombre de la lección: Equilibrio de la pelota	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 5 de 1.º y 2.º grado	Nivel de grado: 1.º y 2.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
Estándares nacionales y resultados a nivel de grado: Estándar 1: S1.E24.1/2 (golpes con elemento corto) Estándar 2: S2.E1.1/2 (espacio); S2.E2.1a/1b/2 (caminos, formas y niveles); S2.E3.1a/1b/2 (velocidad, dirección y fuerza) Estándar 3: S3.E2.1/2 (participación en la actividad física) Estándar 4: S4.E1.1/2 y S4.E2.1/2 (responsabilidad personal); S4.E3.1/2 (aceptación de los comentarios); S4.E4.1/2 (trabajar con otras personas); S4.E5.1/2 (normas y protocolo); S4.E6.1/2a/2b (seguridad) Estándar 5: S5.E1.1/2 (salud); S5.E2.1/2 (desafío); S5.E3.1a/1b/2 (expresión personal y disfrute)	Objetivos de la lección: Los alumnos podrán hacer equilibrio con una pelota o un objeto sobre la raqueta mientras se mueven.		Elementos necesarios: <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta por alumno.• Una pelota roja por alumno. Dato curioso: El partido de tenis más largo duró 11 horas y 5 minutos.
Pregunta esencial (relacionada con el objetivo): ¿Cómo lograste moverte y hacer equilibrio con una pelota o un objeto sobre las cuerdas de la raqueta?		Consideraciones de seguridad: Los alumnos deben mantener el espacio personal, cambiar de dirección de manera segura y practicar las medidas de seguridad de la raqueta.	

LECCIÓN 5

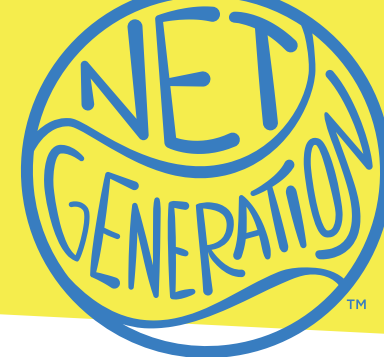
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Pasear al perro (con obstáculos)</p>	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Cada alumno toma una pelota y una raqueta y se dispersa en su espacio personal por toda el área de actividad. Se distribuyen diversos tipos de elementos (aros de hula-hula, cuerdas para saltar, pelotas de trapo, etc.) por todo el espacio de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> Cada alumno hace rodar la pelota por el suelo, manteniendo el contacto entre la raqueta y la pelota y esquivando los obstáculos en el suelo del espacio de juego y a otros alumnos. <p><i>Transición: los alumnos dejan la raqueta en el suelo con la pelota atrapada abajo mientras levantan y guardan el resto de los elementos dispersos por el suelo. Después de guardar los elementos, los alumnos regresan al lugar donde dejaron su raqueta y pelota, y encuentran su espacio personal.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Los alumnos pueden mantener un registro de la cantidad de veces que la pelota perdió el contacto con la raqueta. Los alumnos pueden aumentar o disminuir la velocidad con la que se desplazan. Los alumnos pueden hacer rodar la pelota sosteniendo la raqueta con la mano no dominante.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Conocer la raqueta</p>	12 min	<ul style="list-style-type: none"> Con una pelota y una raqueta, cada alumno se dispersa en su espacio personal por toda el área de actividad. 	<ul style="list-style-type: none"> Mientras sostiene la raqueta con la mano dominante (con la palma hacia arriba) y posiciona la cabeza en paralelo al suelo, debe colocar la pelota sobre la cabeza de la raqueta e intentar hacerla rodar por el borde sin que se caiga. Debe dar vuelta la raqueta (con la palma hacia abajo) y repetir la actividad. Haciendo equilibrio con la pelota sobre la raqueta con la palma hacia arriba, debe realizar lo siguiente: <ul style="list-style-type: none"> Tocar el suelo con la otra mano. Ponerse de rodillas y, luego, volverse a parar. Sentarse y, luego, pararse otra vez. Caminar (u otro movimiento locomotor). Con la raqueta invertida (con la palma hacia abajo) y haciendo equilibrio con la pelota, debe realizar lo siguiente: <ul style="list-style-type: none"> Dar una palmada a la rodilla con la otra mano. Caminar, dar un giro completo y continuar caminando. Hacer cinco pasos hacia adelante y cinco pasos hacia atrás. Sentarse y pararse otra vez. Levantar la raqueta lo más alto posible y, luego, bajarla hasta casi tocar el suelo. <p><i>Transición: los alumnos forman un grupo con un compañero cuyo nombre comience con la misma letra (p. ej., dos alumnos cuyos nombres comienzan con la letra "T"). Cada compañero conserva su raqueta, pero devuelve una pelota al cesto de almacenamiento.</i></p>	<p>Indicaciones: Empujar y parar.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Use una pelota de trapo, un ovillo de lana o una pelota Koosh en vez de una pelota de tenis (para ayudar a que los alumnos mantengan el equilibrio). Use pelotas de diferentes tamaños. Use la mano no dominante. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos hacen equilibrio con el objeto sin que se caiga de las raquetas? ¿Las cabezas de las raquetas están en paralelo al suelo o al nivel de este de manera que el objeto se mantenga en las cuerdas?

LECCIÓN 5

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
Experiencia de aprendizaje 2 Espejo	8 min	<ul style="list-style-type: none"> Los grupos de dos integrantes forman una única fila en el espacio personal. Cada compañero tiene una raqueta. La persona que está adelante hace equilibrio con la pelota sobre la cabeza de la raqueta. 	<ul style="list-style-type: none"> Ambos alumnos se desplazan por toda el área de actividad, y el líder hace equilibrio con la pelota sobre la cabeza de la raqueta. Cuando el maestro lo indica, los alumnos se detienen. El alumno que tiene la pelota la hace rodar de a poco hasta hacerla llegar a la cabeza de la raqueta de su compañero. El compañero que ahora tiene la pelota se convierte en líder. Indíqueles a los alumnos que repitan la actividad y que encuentren a un nuevo compañero. <p><i>Transición: los alumnos dejan la raqueta en el suelo con la pelota atrapada abajo mientras levantan y guardan el resto de los elementos dispersos por el suelo. Después de guardar los elementos, los alumnos regresan al lugar donde dejaron su raqueta y pelota, y encuentran su espacio personal.</i></p>	<p>Indicaciones: Mirada hacia arriba y raqueta nivelada.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pídales a los alumnos que sostengan la raqueta y hagan equilibrio con la pelota en diferentes niveles (alto, medio y bajo). Varíe las velocidades para caminar. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos hacen equilibrio con el objeto sin que se caiga de las raquetas? ¿Las cabezas de las raquetas están en paralelo al suelo o al nivel de este de manera que el objeto se mantenga en las cuerdas? ¿Los alumnos hacen equilibrio con el objeto sobre las cuerdas mientras cambian la velocidad con la que caminan de manera satisfactoria? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Puedes caminar mientras mantienes el equilibrio de la pelota sobre tu raqueta durante un minuto?
Cierre	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos devuelven la pelota y la raqueta de manera segura. Los alumnos se reúnen frente al maestro. 		<ul style="list-style-type: none"> Pregúnteles a los alumnos qué tuvieron que hacer para mantener el equilibrio de la pelota sobre la raqueta. ¿Tuvieron que cambiar algo para mantener el equilibrio cuando comenzaron a caminar o al cambiar la velocidad con la caminaban? Pídale a un alumno que haga una demostración sobre cómo caminar manteniendo el equilibrio de una pelota sobre la cabeza de la raqueta.

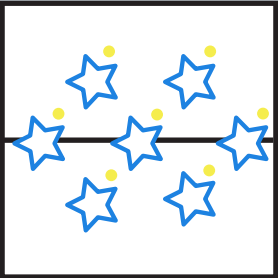


LECCIÓN 6



Nombre de la lección: Palomita de maíz	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 6 de 1.º y 2.º grado	Nivel de grado: 1.º y 2.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
Estándares nacionales y resultados a nivel de grado: Estándar 1: S1.E24.1/2 (golpes con elemento corto) Estándar 2: S2.E1.1/2 (espacio); S2.E2.1a/1b/2 (camino, formas y niveles); S2.E3.1a/1b/2 (velocidad, dirección y fuerza) Estándar 3: S3.E2.1/2 (participación en la actividad física) Estándar 4: S4.E1.1/2 y S4.E2.1/2 (responsabilidad personal); S4.E3.1/2 (aceptación de los comentarios); S4.E4.1/2 (trabajar con otras personas); S4.E5.1/2 (normas y protocolo); S4.E6.1/2a/2b (seguridad) Estándar 5: S5.E1.1/2 (salud); S5.E2.1/2 (desafío); S5.E3.1a/1b/2 (expresión personal y disfrute)	Objetivos de la lección: Los alumnos podrán hacer rebotar una pelota contra el suelo y atraparla de manera controlada.		Elementos necesarios: • Una pelota roja, un ovillo de lana, una pelota de trapo o una pelota Koosh por alumno. Dato curioso: Las mujeres solían usar vestidos de cuerpo entero al jugar en los campeonatos de Wimbledon.
Pregunta esencial (relacionada con el objetivo): ¿Qué se necesita para hacer rebotar la pelota contra el suelo y atraparla de manera satisfactoria?		Consideraciones de seguridad: Los alumnos deben mantener el espacio personal, cambiar de dirección de manera segura y practicar las medidas de seguridad de la raqueta.	

LECCIÓN 6

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Llegar allí</p>	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos deben formar una fila uno al lado del otro. Deben dejar espacio para poder moverse. El maestro les indica a los alumnos que se muevan por todo el espacio. 	<p>Se les debe recordar a los alumnos que eviten chocarse con otros compañeros manteniendo su espacio personal y respetando el espacio personal de los demás.</p> <ul style="list-style-type: none"> El maestro les indica a los alumnos que realicen las siguientes actividades: <ul style="list-style-type: none"> Caminar hasta un área y regresar caminando. Ir trotando hasta un área y regresar trotando. Caminar de puntillas hasta un área y regresar trotando. Caminar con pasos muy largos hacia un área y regresar de la misma manera. Ir arrastrando los pies de a poco hasta un área y regresar haciendo pasos muy largos. Ir saltando en un pie hasta un área y regresar saltando con el otro pie. Ir planeando como un águila hasta un área y regresar de la misma manera. Ir agitando los brazos como un colibrí hasta un área y regresar. <p><i>Transición: pídale a cada alumno que agarre una pelota y encuentre su propio espacio personal en el área de actividad.</i></p>	
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Palomita de maíz</p>	<p>10 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos están en su espacio personal esparcidos por toda el área de actividad. Los alumnos deben mantener su espacio personal, y no perseguir la pelota hasta el espacio personal de los demás. 	<ul style="list-style-type: none"> Indíqueles a los alumnos que suelten la pelota, la dejen rebotar una vez y, luego, la atrapen con las dos manos. Una vez que los alumnos puedan atrapar la pelota con las dos manos la mayoría de las veces, indíqueles que la atrapen solo con la mano dominante y, luego, con la mano no dominante. <p><i>Transición: los alumnos formarán un grupo con un compañero usando el método "dedo con dedo". Cada pareja debe quedarse con una pelota y guardar la otra. Cada pareja debe encontrar su espacio personal dentro del área de actividad.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Los alumnos deben repetir la actividad anterior, pero esta vez el compañero n.º 1 soltará la pelota. El compañero n.º 2 dejará rebotar la pelota una vez y, luego, la atrapará con las dos manos. Indíqueles que cambien de rol con cada turno. Una vez que los alumnos puedan atrapar la pelota con las dos manos, deberán atraparla con la mano dominante y, luego, con la mano no dominante. <p><i>Transición: ahora, los alumnos trabajarán de manera independiente, por lo que los grupos de dos integrantes pueden separarse. Cada alumno necesita una pelota; quienes no tengan una pelota deberán obtener una.</i></p>	<p>Indicaciones: Lanzar, rebote contra el suelo y atrapar.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Use pelotas más grandes que reboten más lento y que sean más fáciles de atrapar. Agregue más "trucos" entre que sueltan la pelota y la atrapan (p. ej., soltar la pelota, girar una vez y, luego, atrapar la pelota). Agregue un objetivo. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos sueltan la pelota y la atrapan de manera satisfactoria? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuántas veces pueden soltar la pelota, hacerla rebotar contra el suelo y atraparla con su compañero de manera satisfactoria?

LECCIÓN 6

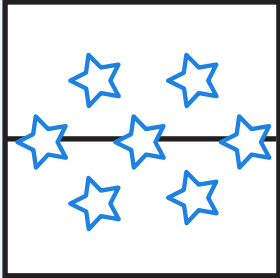
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Aplaudir y atrapar</p>	10 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos se esparcen por toda el área de actividad. Cada alumno tiene una pelota. 	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos lanzarán la pelota al aire (a una altura un poco más arriba de la cabeza) y la atraparán usando las dos manos. Una vez que los alumnos estén cómodos con esta actividad, agregue un aplauso. Los alumnos lanzarán la pelota al aire, aplaudirán una vez y, luego, la atraparán. Una vez que los alumnos puedan completar cinco secuencias consecutivas de lanzar-aplaudir-atrapar, indíqueles que aplaudan dos veces antes de atrapar la pelota. 	<p>Indicaciones: Lanzar-aplaudir-atrapar y mirada hacia arriba.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Use aros de hula-hula para recordarles a los alumnos los límites. Permítales que usen una pelota más grande que sea más fácil de seguir y atrapar. Aumente la cantidad de aplausos o agregue movimientos entre que lanzan la pelota y la atrapan (p. ej., girar una vez). <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos permanecen en su espacio personal? ¿Los alumnos lanzan la pelota, aplauden y la atrapan de manera satisfactoria?
Cierre	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos devuelven la pelota de manera segura. Los alumnos se reúnen frente al maestro. 		<ul style="list-style-type: none"> Pídales a los alumnos que hagan una demostración sobre cómo lanzar la pelota, aplaudir y atraparla. Pregúnteles a los alumnos qué los ayudó a lanzar la pelota, aplaudir y atraparla de manera satisfactoria. Espere respuestas como un buen lanzamiento, sincronización para atrapar la pelota y aplausos controlados, y seguimiento de la pelota con la mirada.

LECCIÓN 7



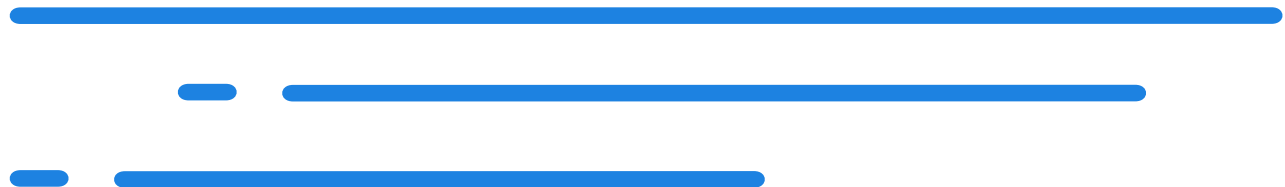
Nombre de la lección: Rebotes contra el suelo con la raqueta	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 7 de 1.º y 2.º grado	Nivel de grado: 1.º y 2.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
Estándares nacionales y resultados a nivel de grado: Estándar 1: S1.E24.1/2 (golpes con elemento corto) Estándar 2: S2.E1.1/2 (espacio); S2.E2.1a/1b/2 (camino, formas y niveles); S2.E3.1a/1b/2 (velocidad, dirección y fuerza) Estándar 3: S3.E2.1/2 (participación en la actividad física) Estándar 4: S4.E1.1/2 y S4.E2.1/2 (responsabilidad personal); S4.E3.1/2 (aceptación de los comentarios); S4.E4.1/2 (trabajo con otras personas); S4.E5.1/2 (normas y protocolo); S4.E6.1/2a/2b (seguridad) Estándar 5: S5.E1.1/2 (salud); S5.E2.1/2 (desafío); S5.E3.1a/1b/2 (expresión personal y disfrute)	Objetivos de la lección: Los alumnos podrán hacer rebotar la pelota contra el suelo a la altura de la cadera usando una raqueta mientras mantienen el control.		Elementos necesarios: <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta por cada alumno.• Una pelota roja por cada alumno. Dato curioso: El partido de tenis más corto duró 20 minutos.
Pregunta esencial (relacionada con el objetivo): ¿Cómo lograste hacer rebotar la pelota contra el suelo usando la raqueta y, a la vez, mantener el control? Si no pudiste mantener el control, ¿qué piensas que te ayudaría a mantenerlo?		Consideraciones de seguridad: Los alumnos deben mantener el espacio personal, cambiar de dirección de manera segura y practicar las medidas de seguridad de la raqueta.	

LECCIÓN 7

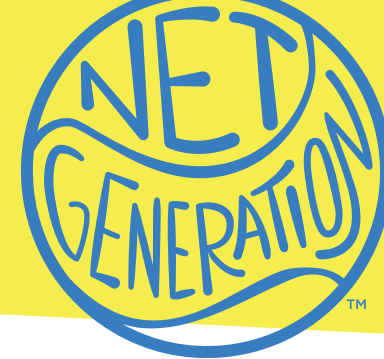
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Águilas</p>	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos se dispersan por el área de actividad y mantienen su espacio personal. 	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos extienden los brazos y “vuelan” como águilas por todo el espacio de juego. Los alumnos deben tener cuidado para no tocar ni chocarse con otras águilas, manteniendo su espacio personal. Cuando el maestro diga “Aterricen”, los alumnos se recostarán en el suelo boca abajo con suavidad, como un avión en reposo. Cuando el maestro diga “Despeguen”, los alumnos se pararán con un salto y volverán a “volar” por toda el área de actividad. <p><i>Transición: cada uno de los alumnos tomará una pelota y una raqueta y se esparcirán por todo el espacio general para encontrar su espacio personal.</i></p>	<p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Varíe las formas en las que los alumnos se mueven por el espacio de juego (p. ej., saltar en un pie, saltar con ambos pies, galopar). Varíe la velocidad con la que los alumnos se mueven por todo el espacio de juego (lenta, media o rápida). Deles la opción de arrodillarse en vez de recostarse por completo.
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Rebotes contra el suelo con la raqueta</p>	<p>8 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos están en su espacio personal esparcidos por toda el área de actividad. 	<p>Componentes de enseñanza:</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>Al sostener la raqueta con la mano dominante y la pelota con la mano no dominante a la altura de la cadera, los alumnos soltarán la pelota, la dejarán rebotar una vez, la harán rebotar contra el suelo una vez con la raqueta y, luego, la atraparán también con la raqueta.</p> <p>Recuérdelos a los alumnos que permanezcan en su espacio personal y que no corran por el espacio personal de otro adulto.</p>	<p>Indicaciones: Rebote contra el suelo, rebote con la raqueta y atrapar.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Si los alumnos tienen dificultades, pueden colocar una mano más arriba de la raqueta. Pídales a los alumnos que atrapen la pelota para ayudar a mantener el control. A medida que los alumnos ganen confianza y mejoren sus habilidades, indíqueles que aumenten la cantidad de rebotes contra el suelo con la raqueta antes de atraparla (p. ej., dos veces, tres veces). Desafío: pídale a los alumnos que hagan rebotar la pelota contra el suelo usando el borde de la raqueta (“edgies”). <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos hacen rebotar la pelota contra el suelo mientras sostienen la raqueta a la altura de la cadera con la palma hacia abajo? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> Camine por el área de actividad para asegurarse de que todos los alumnos pueden hacer rebotar la pelota contra el suelo con la raqueta al menos dos veces mientras mantienen su espacio personal. Haga comentarios positivos y correctivos, según corresponda. <p>Consulte la evaluación formal</p> <ul style="list-style-type: none"> La competencia del alumno en los rebotes contra el suelo con la raqueta debe evaluarse en la Lección 9. La categoría con 3 puntos de la página 42 puede usarse para realizar una evaluación formal previa y posterior.

LECCIÓN 7

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Rebotes contra el suelo en movimiento usando la raqueta</p>	12 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos están en su espacio personal esparcidos por toda el área de actividad. 	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos soltarán la pelota con la mano no dominante y la harán rebotar contra el suelo con la raqueta mientras se desplazan hacia adelante. Los alumnos solo avanzarán mientras hagan rebotar la pelota contra el suelo con la raqueta. Deben quedarse quietos cuando sueltan la pelota o la hacen rebotar contra el suelo. Recuérdelos a los alumnos que permanezcan en su espacio personal y que no corran por el espacio personal de otro alumno. <p><i>Transición: los alumnos devuelven la pelota y su raqueta de manera segura y se reúnen frente a los maestros.</i></p>	<p>Indicaciones: Rebote contra el suelo, rebote con la raqueta y atrapar.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Si los alumnos tienen dificultades, pueden colocar una mano más arriba de la raqueta. Pídales a los alumnos que atrapen la pelota para ayudar a mantener el control: use pelotas más grandes. Los alumnos pueden quedarse quietos en su espacio personal y hacer rebotar la pelota contra el suelo con la raqueta. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos hacen rebotar la pelota contra el suelo mientras sostienen la raqueta a la altura de la cadera con la palma hacia abajo? ¿Los alumnos pueden hacer rebotar la pelota contra el suelo con la raqueta mientras se mueven de manera satisfactoria? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Puedes caminar mientras haces rebotar la pelota contra el suelo con la raqueta durante un minuto?
Cierre		<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos devuelven la pelota y la raqueta de manera segura. Los alumnos se reúnen frente al maestro. 		<ul style="list-style-type: none"> ¿A qué habilidad se parecen los rebotes contra el suelo con la raqueta? ¿En qué se parecen hacer rebotes contra el suelo con la raqueta y driblear? ¿En qué se diferencian hacer rebotes contra el suelo con la raqueta y driblear? Pídales a dos o tres alumnos que hagan una demostración.



LECCIÓN 8



Nombre de la lección: Rebotes usando la raqueta	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 8 de 1.º y 2.º grado	Nivel de grado: 1.º y 2.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
Estándares nacionales y resultados a nivel de grado: Estándar 1: S1.E24.1/2 (golpes con elemento corto) Estándar 2: S2.E1.1/2 (espacio); S2.E2.1a/1b/2 (camino, formas y niveles); S2.E3.1a/1b/2 (velocidad, dirección y fuerza) Estándar 3: S3.E2.1/2 (participación en la actividad física) Estándar 4: S4.E1.1/2 y S4.E2.1/2 (responsabilidad personal); S4.E3.1/2 (aceptación de los comentarios); S4.E4.1/2 (trabajar con otras personas); S4.E5.1/2 (normas y protocolo); S4.E6.1/2a/2b (seguridad) Estándar 5: S5.E1.1/2 (salud); S5.E2.1/2 (desafío); S5.E3.1a/1b/2 (expresión personal y disfrute)	Objetivos de la lección: Los alumnos podrán hacer rebotar la pelota usando la raqueta de forma controlada.		Elementos necesarios: <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta por alumno.• Una pelota roja por alumno.• Un cono por pareja. Dato curioso: Martina Hingis fue la jugadora más joven que ganó un torneo de tenis Grand Slam cuando tenía 16 años.
Pregunta esencial (relacionada con el objetivo): ¿Cómo lograste hacer rebotar la pelota con la raqueta y, a la vez, mantener el control?		Consideraciones de seguridad: Los alumnos deben mantener el espacio personal, cambiar de dirección de manera segura y practicar las medidas de seguridad de la raqueta.	

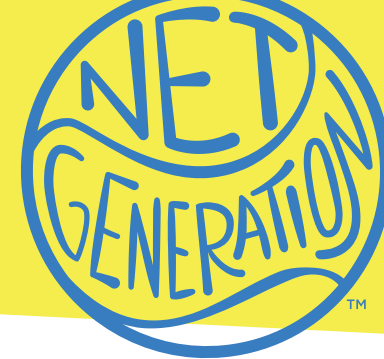
LECCIÓN 8

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Rebotes contra el suelo con la raqueta</p>	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos se esparcen por toda el área de actividad. Cada alumno tiene una raqueta y una pelota. 	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos sostienen la raqueta con la mano dominante y la pelota con la mano no dominante, ambas a la altura de la cadera. Repase los rebotes contra el suelo con la raqueta y pídale a los alumnos que los practiquen. <ul style="list-style-type: none"> Rebote contra el suelo, rebote contra el suelo con la raqueta y atrapar. Rebote contra el suelo, rebote contra el suelo con la raqueta (x2) y atrapar. Rebote contra el suelo usando el borde de la raqueta (“edgies”). Desplazamiento mientras se hace rebotar la pelota contra el suelo con la raqueta. <p>Asegúrese de que los alumnos mantengan su espacio personal. Si los alumnos pierden el control de la pelota, deben detenerla atrapándola.</p>	
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Rebotes usando la raqueta</p>	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos permanecen esparcidos por toda el área de actividad. Cada alumno tiene una raqueta y una pelota. 	<p>Componentes de enseñanza:</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. <ul style="list-style-type: none"> Los alumnos sostienen la raqueta con la mano dominante y la pelota con la mano no dominante. Los alumnos sueltan la pelota, la dejan rebotar una vez y, luego, la “atrapan” con las cuerdas de la raqueta. Los alumnos sueltan la pelota, mueven la raqueta por debajo de la pelota, la hacen rebotar con la raqueta y, luego, la atrapan con la mano no dominante. Estimule a los alumnos a que repitan la secuencia: rebote contra el suelo, rebote con la raqueta, rebote contra el suelo, rebote con la raqueta, etc. 	<p>Indicaciones: Palma hacia arriba, rebote a la altura de los ojos usando la raqueta, rebote contra el suelo y atrapar.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Use una pelota más grande (p. ej., una pelota de playa). Use un objetivo en el suelo. Los alumnos pueden ayudarse con la mano no dominante si es necesario. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos permanecen en su espacio personal mientras hacen rebotar la pelota con la raqueta? ¿Los alumnos pueden hacer rebotar la pelota con la raqueta y atraparla de manera satisfactoria? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> Asegúrese de que los alumnos puedan hacer rebotar la pelota con la raqueta al menos dos veces consecutivas. Haga comentarios positivos y correctivos, según corresponda.

LECCIÓN 8

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Experiencia de aprendizaje 2</p> <p>Peloteos individuales</p>	10 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos permanecen esparcidos por toda el área de actividad. Cada alumno tiene una raqueta y una pelota. 	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos intentan hacer rebotar la pelota usando la raqueta repetidas veces antes de dejar que rebote contra el suelo. Pruebe la siguiente secuencia: rebote contra el suelo, rebote con la raqueta, rebote con la raqueta, rebote con la raqueta, rebote contra el suelo y atrapar con la raqueta. Los alumnos harán peloteos individuales alternando entre hacer rebotar la pelota con la raqueta y dejarla rebotar contra el suelo. <ul style="list-style-type: none"> Estimule a los alumnos a hacer peloteos individuales durante el mayor tiempo posible sin perder el control de la pelota. 	<p>Indicaciones: Rebote contra el suelo, rebote a la altura de los ojos usando la raqueta y atrapar.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pídale a los alumnos que creen patrones para realizar. Use una pelota más grande o una que responda más lentamente. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos están haciendo los peloteos individuales de forma satisfactoria? <p>Evaluación rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuántas veces pueden hacer rebotar la pelota usando la raqueta antes de atraparla en 30 segundos?
Cierre	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos devuelven la pelota y la raqueta de manera segura. Los alumnos se reúnen frente al maestro. 		<ul style="list-style-type: none"> Pregúntele a los alumnos cuántas veces consecutivas pudieron hacer rebotar la pelota usando la raqueta. Pregúntele a los alumnos cómo mantuvieron el control de la pelota cuando hacían los rebotes con la raqueta.

LECCIÓN 9



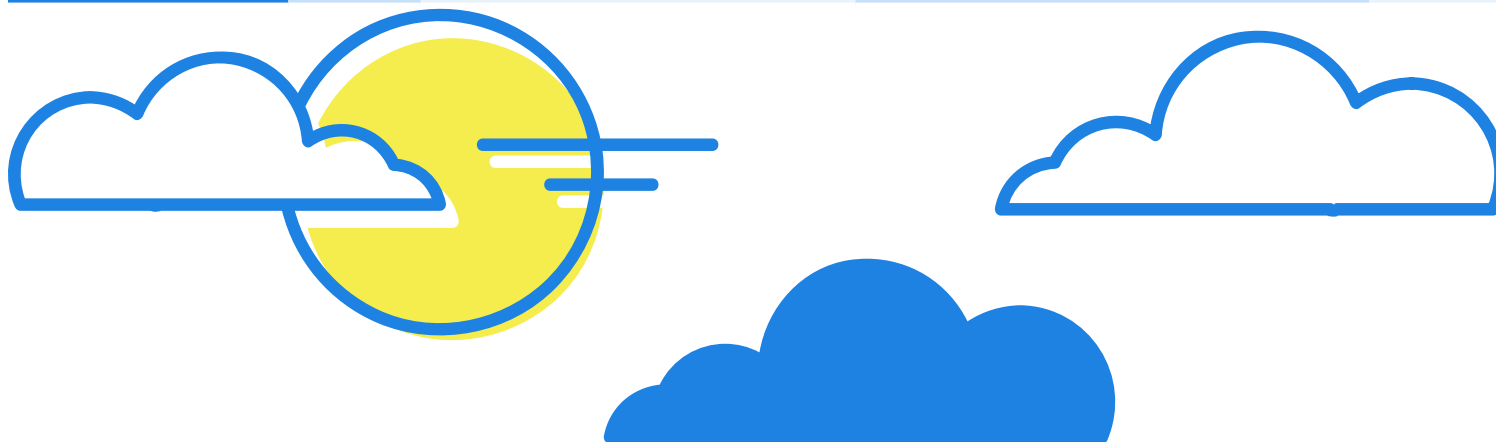
Nombre de la lección: Peloteos individuales con rebotes usando la raqueta y rebotes contra el suelo	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 9 de 1.º y 2.º grado	Nivel de grado: 1.º y 2.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
Estándares nacionales y resultados a nivel de grado: Estándar 1: S1.E24.1/2 (golpes con elemento corto) Estándar 2: S2.E1.1/2 (espacio); S2.E2.1a/1b/2 (camino, formas y niveles); S2.E3.1a/1b/2 (velocidad, dirección y fuerza) Estándar 3: S3.E2.1/2 (participación en la actividad física) Estándar 4: S4.E1.1/2 y S4.E2.1/2 (responsabilidad personal); S4.E3.1/2 (aceptación de los comentarios); S4.E4.1/2 (trabajo con otras personas); S4.E5.1/2 (normas y protocolo); S4.E6.1/2a/2b (seguridad) Estándar 5: S5.E1.1/2 (salud); S5.E2.1/2 (desafío); S5.E3.1a/1b/2 (expresión personal y disfrute)	Objetivos de la lección: Los alumnos podrán hacer rebotar la pelota con una raqueta en una dirección predeterminada.		Elementos necesarios: <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta por alumno.• Una pelota roja por alumno. Dato curioso: Según los registros, Sam Groth hizo el saque más rápido, a una velocidad de 163.7 mph.
Pregunta esencial (relacionada con el objetivo): ¿Cómo lograste hacer rebotar la pelota con la raqueta y, a la vez, mantener el control?		Consideraciones de seguridad: Los alumnos deben mantener el espacio personal, cambiar de dirección de manera segura y practicar las medidas de seguridad de la raqueta.	

LECCIÓN 9

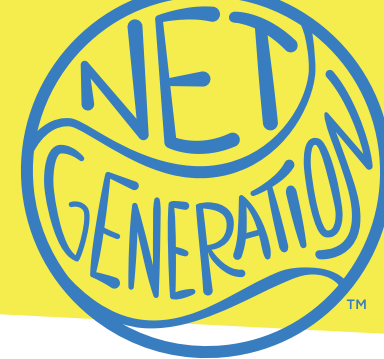
Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Picos y valles</p>	5 min	<ul style="list-style-type: none"> El maestro esparce los conos de manera aleatoria por toda el área de actividad. Los alumnos se dispersan por el área de actividad y mantienen su espacio personal. 	<ul style="list-style-type: none"> El maestro les indica a los alumnos que se desplacen por el área de actividad haciendo deslizamientos. Pueden hacerlo en cualquier dirección (hacia la derecha o hacia la izquierda). Se les debe recordar a los alumnos que eviten chocarse con otros compañeros manteniendo su espacio personal y respetando el espacio personal de los demás. El maestro le indica a la mitad de la clase que derribe los conos, mientras que a la mitad restante le dice que los vuelva a levantar. Cuando los alumnos a los que se les haya indicado derribar los conos pasan por los conos que están parados, deben usar la mano para tumbarlos. Cuando los alumnos a los que se les haya indicado levantar los conos pasan por los conos que están derribados, deben usar la mano para volver a levantarlos. <p><i>Transición: los alumnos tomarán una pelota y una raqueta, y se esparcirán por toda el área de actividad hasta encontrar su espacio personal.</i></p>	
<p>Experiencia de aprendizaje 1</p> <p>Peloteos individuales (con rebotes usando la raqueta y rebotes contra el suelo)</p>	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos se paran en su espacio personal, esparcidos por toda el área de actividad. 	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos intentan hacer rebotar la pelota usando la raqueta repetidas veces antes de dejar que rebote contra el suelo. Deben hacer rebotar la pelota a la altura de los ojos usando la raqueta con la palma hacia arriba. <ul style="list-style-type: none"> Pruebe la siguiente secuencia: rebote contra el suelo, rebote con la raqueta, rebote con la raqueta, rebote con la raqueta, rebote contra el suelo y atrapar con la raqueta. Los alumnos harán peloteos individuales alternando entre hacer rebotar la pelota con la raqueta y dejarla rebotar contra el suelo. <ul style="list-style-type: none"> Estimule a los alumnos a hacer peloteos individuales durante el mayor tiempo posible sin perder el control de la pelota. <p><i>Transición: los alumnos forman un grupo con un compañero que haya nacido en el mismo mes. Cada alumno conserva su raqueta, pero solo se queda con una pelota. Deben guardar la otra pelota. Cada pareja de alumnos también debe tomar un aro de hula-hula.</i></p>	<p>Indicaciones: Rebote contra el suelo, rebote a la altura de los ojos usando la raqueta y atrapar.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> A los alumnos que tienen dificultades recomíenles colocar una mano más arriba de la raqueta. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos pueden permanecer en su espacio personal mientras hacen los rebotes usando la raqueta? Consulte la evaluación formal.

LECCIÓN 9

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>	7 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos encuentran un espacio personal y colocan un aro de hula-hula en el suelo entre ellos. 	<ul style="list-style-type: none"> Los compañeros se paran cerca uno del otro. El compañero n.º 1 hace rebotar la pelota contra el suelo y, luego, la hace rebotar usando la raqueta en frente del otro. El compañero n.º 2 se corre hacia atrás y deja que la pelota rebote dentro del aro de hula-hula. Mientras tanto, el compañero n.º 2 se coloca adelante para ubicar la raqueta por debajo de la pelota que rebota en el suelo y la hace rebotar usando su raqueta. Los compañeros se turnan para ubicar su raqueta por debajo de la pelota y hacerla rebotar usando la raqueta. 	<p>Indicaciones: Rebote a la altura de los ojos usando la raqueta y rebote contra el suelo.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Reemplace el aro de hula-hula por un objetivo. El objetivo más pequeño será más difícil. Use una pelota más grande o una que responda más lentamente. Si un compañero no puede repetir el rebote con la raqueta, puede atrapar la pelota con su raqueta. Permita que los alumnos hagan múltiples rebotes contra el suelo entre los rebotes con la raqueta para aumentar las probabilidades de que lo hagan de manera satisfactoria. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos pudieron hacer rebotar la pelota usando la raqueta y hacerla rebotar contra el suelo continuamente con el compañero?
Cierre	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos devuelven la pelota y la raqueta de manera segura. Los alumnos se reúnen frente al maestro. 		<ul style="list-style-type: none"> ¿Fue más fácil hacer rebotar la pelota usando la raqueta de manera individual o con un compañero? ¿Cuáles fueron los componentes clave para hacer rebotar la pelota usando la raqueta de manera satisfactoria? Haga una demostración sobre los rebotes usando la raqueta o pídale a un alumno/grupo de compañeros que la repitan.



LECCIÓN 10



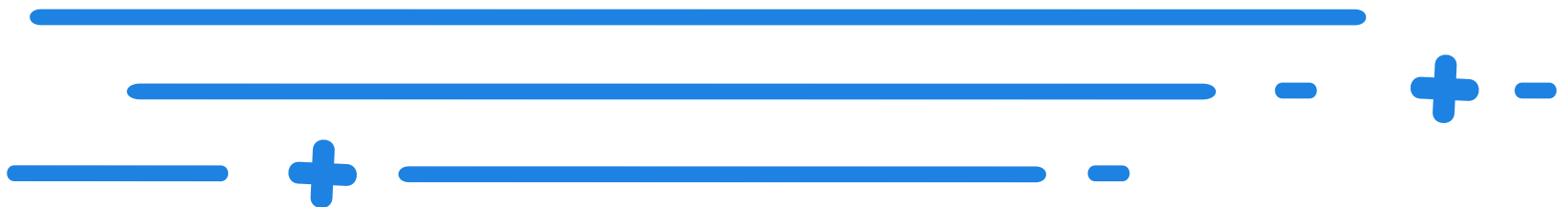
Nombre de la lección: Salto de tijera con un compañero	Nombre de la unidad y número de lección: Lección 10 de 1.º y 2.º grado	Nivel de grado: 1.º y 2.º grado	Duración de la lección: 30 minutos
Estándares nacionales y resultados a nivel de grado: Estándar 1: S1.E24.1/2 (golpes con elemento corto) Estándar 2: S2.E1.1/2 (espacio); S2.E2.1a/1b/2 (camino, formas y niveles); S2.E3.1a/1b/2 (velocidad, dirección y fuerza) Estándar 3: S3.E2.1/2 (participación en la actividad física) Estándar 4: S4.E1.1/2 y S4.E2.1/2 (responsabilidad personal); S4.E3.1/2 (aceptación de los comentarios); S4.E4.1/2 (trabajo con otras personas); S4.E5.1/2 (normas y protocolo); S4.E6.1/2a/2b (seguridad) Estándar 5: S5.E1.1/2 (salud); S5.E2.1/2 (desafío); S5.E3.1a/1b/2 (expresión personal y disfrute)	Objetivos de la lección: Los alumnos podrán hacer varios rebotes controlados consecutivos usando la raqueta en una situación de juego.		Elementos necesarios: <ul style="list-style-type: none">• Una raqueta por alumno.• Una pelota de tenis roja por alumno. Dato curioso: Se usan más de 40,000 pelotas de tenis en un torneo de tenis Grand Slam.
Pregunta esencial (relacionada con el objetivo): ¿Cómo logras hacer rebotar la pelota usando la raqueta de manera continua en el juego de saltos de tijera con un compañero?		Consideraciones de seguridad: Los alumnos deben mantener el espacio personal, cambiar de dirección de manera segura y practicar las medidas de seguridad de la raqueta.	

LECCIÓN 10

Actividad	Tiempo	Organización	Evolución de las habilidades y actividades	Verificación de la comprensión y modificaciones
<p>Actividad instantánea</p> <p>Baile de congelados</p>	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> 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: cada alumno toma una raqueta y una pelota, y encuentra su propio espacio personal.</i></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. 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>Rebotes usando la raqueta con rebotes contra el suelo</p>	<p>6 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos se paran en su espacio personal, esparcidos por toda el área de actividad. 	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos intentan hacer rebotar la pelota usando la raqueta repetidas veces antes de dejar que rebote contra el suelo. Pruebe la siguiente secuencia: rebote contra el suelo, rebote con la raqueta, rebote con la raqueta, rebote con la raqueta, rebote contra el suelo, atrapar con la raqueta. Los alumnos harán peloteos individuales alternando entre hacer rebotar la pelota con la raqueta y dejarla rebotar contra el suelo. <ul style="list-style-type: none"> Estimule a los alumnos a hacer peloteos individuales durante el mayor tiempo posible sin perder el control de la pelota. <p><i>Transición: los alumnos forman un grupo con un compañero que haya nacido en el mismo mes. Cada alumno conserva su raqueta, pero solo se queda con una pelota. Deben guardar la otra pelota. Cada pareja de alumnos también debe tomar un aro de hula-hula.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Los compañeros se paran cerca uno del otro. El compañero n.º 1 hace rebotar la pelota contra el suelo y, luego, la hace rebotar usando la raqueta en frente del otro. El compañero n.º 1 se corre hacia atrás y deja que la pelota rebote dentro del aro de hula-hula. Mientras tanto, el compañero n.º 2 se coloca adelante para ubicar la raqueta por debajo de la pelota que rebota en el suelo y la hace rebotar usando su raqueta. Los compañeros se turnan mientras ubican su raqueta por debajo de la pelota y la hacen rebotar con la raqueta. <p><i>Transición: los alumnos siguen el mismo patrón. La pareja se queda con una raqueta y una pelota roja. Se debe guardar cualquier otro elemento.</i></p>	<p>Indicaciones: Rebote usando la raqueta y rebote contra el suelo.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Use una pelota más grande o una que responda más lentamente. Reemplace el aro de hula-hula por un objetivo. El objetivo más pequeño será más difícil. Si un compañero no puede repetir el rebote con la raqueta, puede atrapar la pelota con su raqueta. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos pueden permanecer en su espacio personal mientras hacen los rebotes usando la raqueta?

LECCIÓN 10

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 con un compañero</p>	14 min	<ul style="list-style-type: none"> Las parejas de alumnos encuentran en su espacio personal, esparcidos por toda el área de actividad. 	<ul style="list-style-type: none"> El compañero n.º 1 suelta la pelota, la deja rebotar contra el suelo, la hace rebotar una vez usando la raqueta y la atrapa con la mano no dominante ("onesies"). La raqueta se debe sostener con la palma hacia arriba. El compañero n.º 2 suelta la pelota, la deja rebotar contra el suelo, la hace rebotar dos veces usando la raqueta y la atrapa con la mano no dominante ("twosies"). Los alumnos continuarán turnándose hasta que cada compañero complete la tarea de manera satisfactoria. La pareja "gana" si pueden progresar hasta hacer "fivesies" de manera satisfactoria. Incentive a los compañeros que se apoyen mutuamente festejando los logros de cada uno. 	<p>Indicaciones: Palma hacia arriba, rebote contra el suelo y rebote a la altura de los ojos usando la raqueta.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Use una pelota más grande o una que responda más lentamente. Quíteles la raqueta e indíqueles a los alumnos que hagan rebotar la pelota contra el suelo y la atrapen. <p>Verificación de la comprensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Los alumnos pueden permanecer en su espacio personal mientras hacen los rebotes usando la raqueta? ¿Los alumnos se desempeñan con éxito en el juego?
Cierre	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Los alumnos devuelven la pelota y la raqueta de manera segura. Los alumnos se reúnen frente al maestro. 		<ul style="list-style-type: none"> Pídales a dos alumnos que hagan una demostración del juego "Salto de tijera". ¿El juego cambió la calidad de tus rebotes con la raqueta?



EVALUACIÓN

Nivel	Forma y exactitud
3 (competente)	Golpea la pelota cinco veces consecutivas sin alejarse de la posición de partida.
2 (capaz)	Golpea la pelota tres o cuatro veces consecutivas, pero se aleja de la posición de partida.
1 (necesita mejorar)	Golpea la pelota una o dos veces consecutivas, pero se aleja de la posición de partida.

