

Dodgeball en Acción: Preparándonos para la Gran Competencia

Educación Física | Deporte | Aprendizaje Basado en Proyectos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que los estudiantes de primaria en la Escuela Guillermo Prieto aprendan y practiquen el dodgeball con enfoque en la preparación para una competencia escolar. A través de actividades lúdicas y colaborativas, los alumnos desarrollarán habilidades motrices específicas, trabajo en equipo, estrategias de juego y valores como la inclusión y el respeto.

El dodgeball es un deporte dinámico que promueve la agilidad, coordinación y la toma rápida de decisiones, habilidades que además son útiles en la vida diaria y en otras actividades físicas. Prepararse para una competencia real motiva a los estudiantes a comprometerse con su aprendizaje, a desarrollar disciplina y a valorar la sana convivencia.

Durante la sesión, los estudiantes explorarán reglas, roles y técnicas básicas del dodgeball, participarán en ejercicios prácticos y reflexionarán sobre su desempeño para fortalecer sus competencias y confianza física y social.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y aplicar correctamente las reglas básicas del dodgeball en un juego práctico.
- Demostrar habilidades motrices relacionadas con lanzar, atrapar y esquivar la pelota.
- Colaborar en equipo para diseñar estrategias sencillas que fomenten la cooperación durante el juego.
- Evaluar su propio desempeño y el de sus compañeros mediante autoevaluación y coevaluación para mejorar continuamente.
- Reconocer la importancia de la inclusión y la seguridad durante la práctica deportiva.

Recursos Necesarios

- Pelotas de dodgeball blandas (mínimo 6 pelotas, tamaño adecuado para niños 6-11 años)
- Conos o marcadores para delimitar el área de juego
- Silbato para el docente
- Listas de cotejo impresas para observación de habilidades y trabajo en equipo (una por estudiante)
- Rúbricas simplificadas para autoevaluación y coevaluación
- Chalecos o pañuelos de colores para identificar equipos (dos colores, mínimo 6 unidades cada uno)
- Pizarrón o rotafolio para explicar reglas y estrategias
- Marcadores o plumones para pizarrón
- Carteles con reglas básicas impresos (visibles para todos)

Requisitos Previos

- Conocimiento básico de juegos en equipo y respeto de turnos
- Habilidad motriz para correr, lanzar y atrapar objetos
- Experiencia previa en juegos de coordinación y persecución
- Comprensión de instrucciones sencillas y trabajo colaborativo

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado:

12 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: "Hoy vamos a aprender y practicar el dodgeball, un juego divertido donde aprenderemos a lanzar, atrapar y esquivar pelotas para prepararnos para nuestra próxima competencia escolar."

Estudiantes: Escuchan con atención y se preparan para participar activamente.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** "¿Quién ha jugado alguna vez a lanzar o atrapar pelotas? ¿Qué cosas crees que debemos hacer para que el juego sea justo y divertido?"
- **Estudiantes:** Responden con ejemplos de juegos que conocen, mencionan reglas como respetar turnos, no hacer trampa, y ayudar a los compañeros.

Motivación y enganche:

Docente: "¿Sabían que el dodgeball es uno de los juegos favoritos de muchos niños en todo el mundo? Además de ser divertido, nos ayuda a estar más ágiles y trabajar bien en equipo. ¡Hoy vamos a practicar para que en nuestra competencia todos seamos grandes jugadores!"

Estudiantes: Muestran entusiasmo, algunos comparten experiencias jugando con amigos o en la escuela.

Contextualización:

Docente: "Este juego es importante porque nos enseña a tomar decisiones rápidas, a cuidar a nuestros compañeros y a respetar las reglas. Así, cuando juguemos la competencia, todos nos divertiremos y aprenderemos juntos."

Estudiantes: Reflexionan sobre la importancia del juego limpio y la colaboración.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado:

40 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Explica brevemente las reglas principales del dodgeball usando el pizarrón y los carteles visuales: cómo lanzar sin lastimar, cómo atrapar la pelota para salvarse, cuándo se está fuera del juego, y la importancia de la seguridad.

Estudiantes: Observan, hacen preguntas y repiten las reglas para asegurarse de comprender.

Actividad 1: "Conociendo las reglas y la cancha"

- **Objetivo:** Identificar y aplicar las reglas básicas del dodgeball.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Divide al grupo en dos equipos. Señala con conos el área de juego y explica las zonas permitidas.
 - Simula situaciones donde los estudiantes practican lanzar suavemente y atrapar la pelota.
 - Los estudiantes practican lanzamientos y atrapadas entre ellos dentro de las zonas delimitadas.
- **Organización:** Grupos de 6-8 estudiantes por equipo
- **Producto:** Ejecución práctica de reglas y movimientos básicos
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol docente:** Observa técnica de lanzamiento y atrapada, corrige posturas, fomenta la seguridad y el respeto de las reglas.

Actividad 2: "Estrategias en equipo"

- **Objetivo:** Colaborar para diseñar estrategias sencillas de juego en equipo.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Pide a cada equipo que discuta y escriba 2-3 estrategias para protegerse y eliminar jugadores del equipo contrario.
 - Cada equipo comparte sus ideas con el grupo.
- **Organización:** Equipos completos (6-8 estudiantes)
- **Producto:** Lista corta de estrategias de equipo
- **Tiempo:** 10 minutos
- **Rol docente:** Facilita la discusión, pregunta "¿Cómo podemos cuidar a nuestros compañeros?" y "¿Qué hacemos para lanzar con seguridad?"

Actividad 3: "Mini juego de dodgeball con roles asignados"

- **Objetivo:** Demostrar habilidades motrices y aplicar estrategias en un juego real.
- **Instrucciones:**

- **Docente:** Organiza el juego con equipos y distribuye chalecos. Explica los roles: lanzadores, defensores y jugadores en zona segura.
- Inicia el juego supervisando que se respeten las reglas y la seguridad.
- Al finalizar, invita a los estudiantes a compartir cómo se sintieron y qué aprendieron.
- **Organización:** Dos equipos de 6-8 estudiantes
- **Producto:** Participación activa y aplicación práctica de habilidades y estrategias
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol docente:** Observa desempeño, promueve juego limpio y seguridad, interviene para apoyar y corregir.

Diferenciación

- **Para estudiantes que terminan antes:** Proponer que inventen una pequeña señal o palabra clave para usar en equipo durante el juego para mejorar la comunicación.
- **Para estudiantes que requieren más apoyo:** Asignarles un rol de apoyo fuera del área principal para practicar lanzamientos suaves y recibir orientación personalizada.

Transiciones

Al finalizar cada actividad, el docente reúne a los estudiantes para un breve diálogo que conecta lo aprendido con la siguiente actividad, usando preguntas como: "¿Qué aprendimos que nos ayudará en el juego?" y "¿Cómo podemos usar nuestras estrategias para ganar?"

Fase de Cierre

Tiempo estimado:

8 minutos

Síntesis:

Docente: "Vamos a hacer un resumen rápido de lo que aprendimos hoy con un 'ticket de salida'. Cada uno escribirá o dibujará una cosa que aprendió, una habilidad que mejoró y una regla importante del dodgeball."

Estudiantes: Completarán su ticket de salida en hoja o pizarra pequeña y compartirán voluntariamente con el grupo.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué habilidad te gustó más practicar y por qué?
- ¿Cómo ayudaste a tu equipo durante el juego?
- ¿Qué regla crees que es la más importante para jugar seguro?

Retroalimentación:

Docente: Proporciona comentarios positivos y constructivos individualmente y en grupo, resaltando el esfuerzo, el respeto y el trabajo en equipo observados durante la sesión.

Transferencia:

Docente: "En la próxima clase continuaremos practicando para mejorar y prepararnos para el gran festival escolar de dodgeball, donde todos podrán mostrar lo aprendido y divertirse mucho más."

Tarea o reto:

Docente: "Practica en casa lanzando y atrapando una pelota suave con un familiar o amigo y piensa en una nueva estrategia para el juego que podremos probar la próxima clase."

Evaluación

Tipo de evaluación: Diagnóstica al inicio para conocer conocimientos previos, formativa durante las actividades de desarrollo para ajustar enseñanza, y sumativa al cierre mediante autoevaluación, coevaluación y observación directa.

Criterios de evaluación:

- Aplica correctamente las reglas básicas del dodgeball (Objetivo 1).
- Demuestra habilidades motrices de lanzamiento, atrapada y esquivas (Objetivo 2).
- Participa activamente en el trabajo en equipo y en la generación de estrategias (Objetivo 3).
- Realiza autoevaluación y coevaluación honesta y reflexiva (Objetivo 4).
- Respeta normas de inclusión y seguridad durante el juego (Objetivo 5).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observación directa del docente durante el juego.
- Rúbrica simplificada para autoevaluación y coevaluación (con ítems sobre habilidades y actitudes).
- Portafolio con tickets de salida y registros de estrategias.

Evidencias de aprendizaje:

- Ejecutar correctamente movimientos de lanzamiento y atrapada en la actividad práctica.
- Presentar estrategias claras y colaborar en equipo.
- Respuestas reflexivas en el ticket de salida y en preguntas de reflexión.
- Participación activa y respetuosa durante el juego.