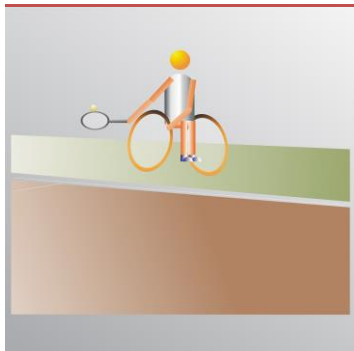


PROCESO DE ENSEÑANZA PÁDEL EN SILLA DE RUEDAS

CURSO ESCOLAR: 2017/2018



1. Objetivo general de la actividad:

- Buscar a través del deporte del pádel potenciar sus habilidades psico-motrices y sociales y al mismo tiempo que disfruten de los beneficios de un deporte lúdico.
- Mejorar su calidad de vida a través de la práctica de este deporte, facilitar las herramientas necesarias para ello ofreciendo los servicios más eficientes.
- Divertirse y familiarizarse con el deporte a través de actividades lúdicas.
- Desarrollar aptitudes físicas tales como velocidad, agilidad coordinación, flexibilidad, etc.

2. Capacidades a desarrollar por el alumno (objetivos específicos):

- Que el/la alumno/a sea capaz de ...
 - Adquirir unos fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios básicos, con el fin que conozca con mayor profundidad el deporte que practica. . (Conocimiento del pádel en sillas de ruedas).
 - Fomentar una habilidad y una destreza motriz básica para la práctica del pádel en silla de ruedas.
 - Conocer y desarrollar hábitos deportivos básicos. (calentamiento inicial, parte principal de la sesión y vuelta a la calma).
 - Realizar juegos con compañeros fomentando la sociabilidad, empatía y trabajo en equipo.

3. Aspectos metodológicos:

La dinámica de las sesiones se desarrolla a través de una rutina básica con el fin hacer más fluida la sesión, dividimos las sesión en un calentamiento, en el cual pretendemos activar a nuestros alumnos y preparar para la siguiente parte, que es la parte principal y donde se desarrolla los ejercicios y contenidos importantes, para finalizar con una vuelta a la calma donde pretendemos que nuestros alumnos bajen pulsaciones y se relajen.

En cuanto a la parte principal, algunos de los ejercicios que realizamos son propios del pádel en silla de ruedas (saque, devoluciones, juego a dos botes, etc.) así como simulaciones de situaciones de partido. Mejorando el control de golpeo y manteniendo un mínimo peloteo de juego.

Otros ejercicios a destacar son los de tipo slalom, como prueba de habilidad, con los que se pretende que los alumnos adquieran una habilidad básica en el manejo de la silla de ruedas.

4. Aspectos de la Evaluación:

A nivel individual se utilizarán ejercicios analíticos y aislados de la práctica jugada con el fin de analizar la técnica y corregir posibles errores de base y por medio de partidos entre compañeros se procederá analizar aspectos más cualitativos y tácticos de juego y de reglamento.