

TALLER DE BADMINTON



Información:

Con este taller los alumnos/as desarrollan su coordinación, equilibrio y resistencia. Participan de manera activa con los compañeros/as y favoreciendo el estado de salud diaria de los mismos/as.

Los participantes fortalecerán sus piernas y brazos adquiriendo una gran flexibilidad en todo su cuerpo.

Resistencia y velocidad son necesarias para la práctica del bádminton, convirtiéndolo en un deporte idóneo para los alumnos/as.

La coordinación juega un papel fundamental en el bádminton, especialmente la óculo-manual y la espacial.



Horario:
Miércoles y viernes
15.00 a 16.15 h



Fechas:
Septiembre a Junio



Edades:
Primaria.



Objetivos:

- Dar a conocer las reglas y normas básicas del Badminton.
- Fomentar estilos de vida y ocio saludables.
- Ejercitar y mejorar habilidades físicas.
- Favorecer las relaciones personales a través del deporte.
- Controlar y manejar la raqueta y el volante.



Desarrollo de la Actividad:

- **Primer Trimestre:** Realizar correctamente los diferentes golpes, teniendo en cuenta tanto la empuñadura como la postura corporal. Realizar los golpes de derecha y de revés tanto de mano baja como de mano alta en función de la posición del volante. Realizar correctamente el saque. Realizar mini partidos dentro de la sesión con el fin de poner en práctica lo adquirido durante las tareas.
- **Segundo Trimestre:** Dirigir los golpes en función de la situación del juego. Variar la potencia del servicio y tener un porcentaje de acierto elevado. Disputar puntos de varios golpes de duración. Realizar el remate como golpe ofensivo.
- **Tercer Trimestre:** Perfeccionamiento de los golpes de derecha y de revés tanto de mano baja como de mano alta en función de la posición del volante. Perfeccionamiento del saque, dirigiendo el volante conscientemente y aplicándole la potencia deseada. Disputar puntos con riqueza táctica y técnica, ejecutando cada golpe con una intención estratégica cuya finalidad sea ganar el punto. Desarrollar la agilidad mental y disciplina a la hora de resolver situaciones reales de un partido.

MÁS INFORMACIÓN
extraescolares@auca.es



ALICANTE - 966593141
CASTELLÓN - 960046293
VALENCIA - 962058696



[auca.projectes](https://www.auca.projectes.es)