

Semana: 1 al 8 de abril

Contenidos a enseñar

Ultimate

- Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos:
 - » Tipos de pase: *backhand*.
 - » Recepción del disco: palmada o “aplauso”, a una mano, de fuerza.
 - » El espacio de juego.

Secuencia de actividades y recursos digitales sugeridos

Ringo y *ultimate*

Según se expresa en la secuencia didáctica [Ringo y ultimate: jugar aprendiendo valores](#), de la serie Profundización de la NES, “El deporte conocido como “ringo” nació a fines de la década de 1950, en Polonia, y fue creado por el capitán del equipo de esgrima de ese país, como una forma de mantener a sus esgrimistas en buena forma física. En la versión original de ese juego, se utiliza como móvil un aro de goma (el ringo) que debe ser lanzado por encima de una red central con la intención de que toque el suelo en el terreno rival. También se conoce como ringo un juego deportivo de invasión de cancha donde los jugadores, mediante pases, tienen como objetivo marcar puntos recibiendo el ringo dentro de la zona de gol contraria. Esta última variante surge de la recreación del deporte *ultimate*, simplificando el reglamento de este último y utilizando como móvil un aro de goma (ringo) en lugar del disco volador. De esta manera, la práctica del ringo fue incorporada a la Educación Física escolar en los últimos años. Por su parte, el *ultimate* es un deporte de invasión de cancha, de no-contacto y auto-arbitrado, donde dos equipos se enfrentan en un campo rectangular, que dispone de dos zonas de anotación, a las que se llega mediante pases entre jugadores del mismo equipo, y en las cuales se debe atrapar el disco volador (comúnmente conocido como *frisbee*) para marcar un punto. Cada vez que se realiza una anotación, los equipos intercambian la zona por atacar. Hay tres modalidades de competencia: femenina, masculina y mixta. (...) Yendo a su origen, el disco volador nació

a comienzos como iniciativa de un grupo de jóvenes en California (Estados Unidos), que para entretenerse comenzaron a lanzarse la tapa de una lata de pastel que comercializaba una empresa llamada *Frisbie Pie Company*. De ahí surgiría el nombre *frisbee*, con el que se conoce aún el disco volador con el que hoy se juega. En 1967, unos jóvenes de New Jersey (Estados Unidos) le dieron forma al *ultimate*, inspirados en deportes populares de invasión de campo con similar estructura (como el *football* americano).”

Para la resolución de las actividades, se puede consultar la secuencia didáctica mencionada.

Actividad 1. ¿Cómo jugar?

El cómo jugar hace referencia principalmente al juego limpio y al respeto entre los/las jugadores/as. También a las reglas necesarias, las tácticas, la comunicación y las técnicas. En esta actividad nos detendremos en el *backhand*.

El hecho de presentar como móvil un aro de goma y un disco volador suele llamar la atención, dado que no son implementos relacionados con los deportes y con las prácticas ludomotrices convencionales. El manejo de esos elementos representará un nuevo desafío a superar. ¿Cómo pasarlo?, ¿cómo atraparlo? las lecturas de su vuelo serán problemas que se presentan a quien se inicia en la práctica. Una herramienta clave para jugar es el *backhand* (se puede leer al respecto del *backhand* en el artículo [“Lanzamientos”](#), en el sitio de ADDVRA - Asociación de Deportes de Disco Volador de la República Argentina).

- a. Vean el video [“Ultimate - Torneo Hat Carnaval 2016”](#), en canal *LF Producciones*, y detengan la mirada en cómo lanzan y en cómo toman el disco las/los jugadores.

Actividad 2. Algunos ensayos sobre el *backhand*

- b. En el artículo [“Lanzamientos”](#) encontrarán con una explicación sobre la técnica del *backhand* para usar en el juego. Léanla.
- c. Ingresen al material [Ringo y ultimate: jugar aprendiendo valores](#), En la p. 20 encontrarán el apartado “*Backhand* y aplauso”. Observen la imagen disponible allí.

- d. Busquen algún objeto en sus casas, redondo y plano, del tamaño de un disco aproximadamente, en lo posible de plástico. Ensayen la toma del objeto. Solo practiquen la toma, cerrando la mano y dejando el dedo pulgar en la parte de arriba del disco, sobre el agarre (*grip*).
- e. Párense de perfil hacia donde orientarían el objeto. Lleven el brazo hacia el centro del cuerpo y con un movimiento fluido, dirijan el brazo hacia adelante, pero sin lanzar el objeto. Recuerden que para atrapar el objeto se extienden los brazos hacia el *frisbee* y se toma con la palma de ambas manos dando un aplauso.

Actividad 3. ¿Dónde jugar?

El *ultimate* se desarrolla en una cancha con determinadas características sobre las que es preciso buscar información a los efectos de conocer el juego.

- f. Observen, en [“Ultimate Fresbee”](#), en la página de la Asociación de Deportes de Disco Volador de la República Argentina, la imagen con la cancha donde se juega este deporte.
- g. Identifiquen las partes de la cancha. Elaboren una producción escrita en la que expliquen sus características.

Bibliografía

[ADDVRA - Asociación de Deportes de Disco Volador de la República Argentina.](#)

[Ringo y ultimate, jugar aprendiendo valores.](#) Secuencia didáctica de la serie Profundización de la NES.

[“Ultimate Frisbee: el deporte hippie sin árbitros que conquistó la Argentina”](#), en *La Nación*, 1 de julio de 2016.

[“Raros deportes nuevos. Ultimate Frisbee: acción al plato”](#), en *Clarín*, 30 de diciembre de 2016.

Plataforma [Cont.ar](#). Dxtv. “Cambio de juego”. “1. Deportes alternativos: ultimate frisbee”.

Semana: 13 al 17 de abril

Contenidos a enseñar

Se continúa con los contenidos planteados en la tercera semana y se incorporan:

- Reglas básicas. El espíritu del juego.
- Las tácticas en el juego.

Secuencia de actividades y recursos digitales sugeridos

Actividad 1. Ringo y *ultimate*

- a. Ingresen en el material [Ringo y ultimate, jugar aprendiendo valores](#), de la serie Profundización de la NES. En la p. 17, en el apartado “Ringo: juego con reglas básicas”, lean las reglas que se detallan para el ringo. Registren en una producción escrita las reglas que identificaron.
- b. En [“Reglas Ultimate Frisbee”](#), en la página de la Asociación de Deportes de Disco Volador de la República Argentina, también podrán leer cuáles son las reglas del *ultimate*.
- c. Comparen las reglas del ringo y del *ultimate*. ¿Qué similitudes y diferencias encuentran? Completen con esta respuesta la producción solicitada en el punto a.
- d. En un muro colaborativo, si es posible, vuelquen las reglas del *ultimate*.

Actividad 2. El espíritu del juego

En este deporte adquiere especial relevancia la formación para el auto-arbitraje. Esto requiere necesariamente que las/los estudiantes comprendan un aspecto clave denominado “espíritu del juego”, tanto desde el significado como a partir de instrumentos para su abordaje.

- e. ¿A qué se denomina “espíritu del juego” en el *ultimate*? Lean el primer capítulo sobre “Espíritu del juego”, en el material denominado [WFDF Normativa del Ultimate 2017](#), traducción al español de la Versión Oficial

efectiva desde el 1 de enero de 2017, del Comité normativo de Ultimate de la WFDF.

- f. Elaboren una respuesta a partir de la lectura y agréguenla a la producción de la actividad anterior. Esa producción continuará completándose con lo que se solicite en la siguiente actividad.
- g. Ingresen al material [Ringo y ultimate, jugar aprendiendo valores](#). En la p. 24, analicen la planilla para evaluar el “espíritu de juego” y expliquen qué uso puede tener esta planilla y qué otros aspectos de este deporte les ayuda a profundizar. Anoten esta explicación en la producción que han venido elaborando en las actividades anteriores.

Actividad 3. Formaciones de ataque

- h. Ingresen al material [Ringo y ultimate, jugar aprendiendo valores](#). En la p. 25, lean el apartado “Formaciones de ataque o *stack*”.
- i. Para seguir aprendiendo sobre este deporte, pueden consultar [Ultimate - Fresbee. Metodología del Entrenamiento](#), en la página de la Asociación de Deportes de Disco Volador de la República Argentina. En la p.7 de este material encontrarán un índice; elijan aquel apartado que convoque su interés para saber más sobre este deporte. Elaboren una breve producción en relación con el elemento escogido y completen la producción realizada en estas actividades.

Bibliografía

[ADDVRA - Asociación de Deportes de Disco Volador de la República Argentina](#).

[Ringo y ultimate, jugar aprendiendo valores](#). Secuencia didáctica de la serie Profundización de la NES.

[“Ultimate Frisbee: el deporte hippie sin árbitros que conquistó la Argentina”](#), en *La Nación*, 1 de julio de 2016.

[“Raros deportes nuevos. Ultimate Frisbee: acción al plato”](#), en *Clarín*, 30 de diciembre de 2016.

Plataforma [Cont.ar](#). Dxtv. “Cambio de juego”. “1. Deportes alternativos: ultimate frisbee”.