

DESCRIPCIÓN

La actividad del rebote cruzado inicia en el centro de la cruz de salto, el participante salta hacia delante, hacia atrás y hacia los costados. Específicamente, el punto de partida es el centro de la cruz hacia delante; luego hacia atrás hacia el centro; luego hacia la derecha y nuevamente hacia el centro; luego hacia la izquierda y nuevamente hacia el centro

“ATHLETIC KIDS REBOTE CRUZADO”

El grado de dificultad dependerá del tiempo de realización de la actividad y de la necesidad que presente el estudiante

INFORMACIÓN INICIAL

ANÁLISIS - COMPONENTES

PERCEPTIVO



Visualización de la vía
Orientación de segmentos corporales.

DECISIVO



Comprensión de normas y seguridad
Concentración
Memoria

EJECUTIVO



Capacidad de flexibilidad
Fuerza
Equilibrio

ADAPTACIÓN

Indicaciones visuales
Orientaciones auditivas
Orientación de dirección y distancia

Explicación del recorrido, demostraciones, ayuda de otras personas

En lugar de saltos desplazamientos, ampliación de cuadros

ADAPTACIÓN NIVEL 1

Utilizar cada cuadro con colores y llamativos y/o estímulos sonoros

Simplificar las explicaciones concluir por demostración

Por medio del gateo, o saltos de “culete” utilizando las manos de ayuda deberá seguir la secuencia de números

ADAPTACIÓN NIVEL 2

Cuadros con muchos colores, números más grandes y llamativos

Colocar un compañero que realice los pasos antes que él

El estudiante con ayuda de prótesis o muletas deberá realizar la actividad, diferentes categorías, saltos con dos pies, con uno, etc

ADAPTACIÓN NIVEL 3

Asistentes que dirijan al estudiante facilitandoles la orientación

Realización en pareja del gesto

Con ayuda de dos compañeros (en parejas) que los sujeten pueden realizar la actividad o haciendo los cuadros más grandes

EQUIPO REGIONAL DE:

Cartago

AUTORES: