

DESCRIPCIÓN

Ejecución del lanzamiento de la jabalina a diferentes ritmos y distancias con una jabalina reglamentaria, pedagógica, medicinal o similar.

Lanzamiento de Jabalina

El grado de dificultad dependerá del impulso, la distancia, la fuerza y las condiciones del ambiente (viento).

INFORMACIÓN INICIAL

ANÁLISIS - COMPONENTES

PERCEPTIVO



Visualización de la vía o camino del lanzamiento. Propiocepción. Orientación de segmentos corporales.

DECISIVO



Comprensión de las normas de seguridad. Concentración. Memoria.

EJECUTIVO



Equilibrio. Estabilidad (piernas o silla de ruedas). Movilidad: extremidades, cadera. Uso de silla de ruedas.

ADAPTACIÓN

Indicaciones Visuales. Indicaciones Auditivas. Orientación en dirección, distancia y precisión. Jabalinas medicinales, pedagógicas, con texturas o sonidos.

Zonas con señalización clara monocromática. Auxiliar indicaciones. Modificar distancia, cantidad de lanzamiento, el tipo de jabalina.

Utilización de jabalinas medicinales, pedagógicas. Utilización de asistente. Ampliación o disminución de la zona. Disminución de distancia.

ADAPTACIÓN NIVEL 1

Señalización visual o auditiva o ambas. Objetos sensoriales semejantes a una jabalina para lanzar.

Explicación clara y sencilla. Demostración (ejemplificación) visual.

Utilización de ayudas técnicas. Mayor autonomía del participante.

ADAPTACIÓN NIVEL 2

Modificación de distancia, dirección, tipo de lanzamiento y tipo de jabalina. Indicaciones externas.

Seguir los movimientos del auxiliar o compañero. Modificar distancia, dirección, tipo de lanzamiento y de jabalina.

Una persona ayuda al traslado y/o como apoyo de estabilización y equilibrio. Disminución del peso del implemento.

ADAPTACIÓN NIVEL 3

Trabajo en equipo, acompañamiento o asistencia en el impulso, recorrido, indicaciones y la ejecución. Uso de materiales sensoriales.

Trabajo en equipo, acompañamiento en el impulso, recorrido, indicaciones y la ejecución. Imitación del gesto.

Trabajo en equipo, acompañamiento o asistencia en el impulso, recorrido. Disminución de distancias y peso.

EQUIPO REGIONAL DE:

San José Norte

AUTOR:

Nelson Menjívar Miranda.