

Ejecución de lanzamientos en diferentes direcciones, ritmos y distancias con una bola de béisbol o similar.

Lanzamientos: Tiro al Blanco

El grado de dificultad depende del tipo de lanzamiento, distancia, dirección y ritmo (velocidad).

ANÁLISIS - COMPONENTES

PERCEPTIVO



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

DECISIVO



Comprensión de normas de seguridad.
Concentración.
Memoria.

EJECUTIVO



Equilibrio.
Estabilidad.
Movilidad extremidades.
Apoyo mono/bipodal.
Uso de silla de ruedas.

ADAPTACIÓN

Indicaciones Visuales.
Indicaciones Auditivas.
Orientación Agujas del Reloj.
Orientación en Distancia.
Balón o/y blancos con sonido o con textura.

Blancos con señalización clara monocromática.
Auxiliar indicaciones.
Modificar distancia, cantidad o velocidad de los lanzamientos.

Utilización de prótesis.
Utilización de asistente.
Ampliación de blancos.
Disminución de distancia.

ADAPTACIÓN NIVEL 1

Señalización visual o auditiva.
Objetos sensoriales para lanzar.

Explicación clara y sencilla.
Demostración visual.

Utilización de prótesis y/o silla de ruedas por medios propios. No utilización de extremidad afectada.

ADAPTACIÓN NIVEL 2

Técnica del reloj (orientación).
Modificación de distancia, dirección y tipo de lanzamiento.

Seguir los movimientos de un compañero.
Modificar distancia, dirección, velocidad y/o tipo de lanzamiento.

Compañero ayuda al traslado y/o como apoyo de estabilización y equilibrio.

ADAPTACIÓN NIVEL 3

Técnica de trabajo en equipo, acompañamiento en recorrido, indicaciones y movimiento.
Materiales sensoriales.

Técnica de trabajo en equipo, acompañamiento en recorrido, indicaciones y movimiento.

Técnica de trabajo en equipo y/o asistido acompañamiento, indicaciones, movimiento guiado.

EQUIPO REGIONAL DE:

San José Norte

AUTORES:

M.Sc. Amy Abarca Brenes