



I.P.E.T. 132 "Paravachasca"

SECUENCIA N° 5

Docentes:

- **Moschella Mariela**
- **Delgado Marcela**
- **Peredo Gabriela**
- **Márquez, Marisa**
- **Moschella, Carina**

Tema: Golf

Objetivos:

- Que los alumnos puedan disfrutar de un medio distinto al habitual.
- Que el alumno incorpore la técnica correcta de la toma del elemento.
- Que el alumno domine la buena postura para la ejecución del movimiento.
- Que el alumno reflexione sobre los valores del deporte.
- Que el alumno logre desarrollar ámbitos de trabajo individual y de equipo.

Aprendizajes y contenidos:

- Familiarizar a los alumnos con el campo de juego.
- Lanzamiento de precisión.
- Reglas de juego.
- Manejo de implementos.
- Coordinación óculo manual.
- Percepción espacio temporal.
- Tipos de palos de golf (madera, hierro y putter).
- Tipos de golpes de golf (salida, drive, putt, approach, chip, golpe de seguridad).
- El swim y sus fases.

Criterios de evaluación:

- Se tendrá en cuenta la asistencia y participación en las actividades.
- Se evaluará el proceso de las actividades dadas.
- La predisposición del alumno y el compromiso que muestre en el proceso.
- Respeto hacia sus compañeros y docentes.

MARCO TEÓRICO:

El golf es un deporte de competencia individual al aire libre cuyo objetivo es introducir una bola pequeña y liviana en un conjunto de hoyos distribuidos en el campo, empleando para ello el menor número de intentos posible.

Constituye una actividad de baja intensidad, ideal para activar nuestro corazón de manera segura y sin alteraciones bruscas. Caminar a lo largo de 10 km – más o menos 18 hoyos – es una actividad cardiovascular excelente.

El Golf es un deporte de precisión

- Objetivo (Introducir una pelota en los hoyos).
- Características (Auto reglado y se practica al aire libre).
- Estructura (Distintos campos estándar 9 y 18 hoyos).
- Modalidades de juego. Existen principalmente dos formas de jugar golf: Medal Play (juego por golpes) y Match Play (Juego por hoyos). Se puede jugar de manera individual o por equipos.
- La duración del juego. El tiempo máximo de juego para una vuelta estipulada (18 hoyos) NO debe superar: Para un grupo de 4 jugadores: 4 hs. y 50 min. Para un grupo de 2 jugadores: 4 hs. y 10 min.
- Equipamiento. Pather o palo, pelota, hoyo u objetivo para embocar y una superficie plana.
- Caddie(función). Además de transportar los palos de golf, cumple un rol muy importante en la optimización del rendimiento de los jugadores. Como asesor, apoyo logístico y emocional para el golfista.
- Hándicap – Jugadores – Hoyos.

