

Àrea de Formació



FEDERACIÓ
CATALANA DE
PETANCA



GUÍA DIDÁCTICA

Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria

La Petanca en los Centros Educativos

Òscar Sorio Baeza



GUÍA DIDÁCTICA

Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria

La Petanca en los Centros Educativos

Òscar Sorio Baeza

Con el apoyo de:



CRiEDO - Universitat Autònoma de Barcelona

<https://edo.uab.cat/>

© Federació Catalana de Petanca. <https://fcpetanca.cat>

© Ilustración y Diseño: Ricard Aranda Recasens. <https://ricardaranda.com>

1a Edició: Barcelona, Mayo de 2022.

Traducció: Òscar Sorio Baeza

Títol original: La Petanca en els Centres Educatius. Guia Didàctica: Educació Primària i Educació Secundària Obligatòria

ISBN: 978-84-09-67221-9

Referència:

Sorio, Ó. (2022). La Petanca en els Centres Educatius. Guia Didàctica: Educació Primària i Educació Secundària Obligatòria. Barcelona: Federació Catalana de Petanca.

Derechos: Este documento está sujeto a una licencia de uso Creative Commons. Se permite la reproducción total o parcial, la comunicación pública de la obra y la creación de obras derivadas, siempre que no sea con fines comerciales y que se distribuyan bajo la misma licencia que regula la obra original. Es necesario que se reconozca la autoría de la obra original.



1

INTRODUCCIÓN

PÀG. 4

2

VIRTUDES
PEDAGÓGICAS

PÀG. 6

3

PROPÓSITOS
Y OBJETIVOS

PÀG. 8

4

ÁREAS FORMATIVAS
COMPLEMENTARIAS

PÀG. 10

5

DESARROLLO
DE CONTENIDOS

PÀG. 18

6

LA METODOLOGÍA
ACTIVA DE LOS
TALLERES

PÀG. 22

7

ACTIVIDADES
DE APRENDIZAJE

PÀG. 26

8

LOS RECURSOS
MATERIALES

PÀG. 46

9

L' AVALUACIÓN

PÀG. 50

10

PARA SABER
MÁS

PÀG. 56

11

REQUISITOS
PARA SOLICITAR
TALLERES

PÀG. 58

12

RECURSOS
FACILITADOS
POR LA FCP

PÀG. 60

13

FORMULARIO DE
SOLICITUD

PÀG. 62

INTRODUCCIÓN

1

La educación es algo que va más allá del espacio del aula y la Federación Catalana de Petanca (FCP) asume su corresponsabilidad con la educación convirtiéndose en un agente educativo comprometido con su comunidad y la sociedad. Por eso, el Área de Formación de la FCP ha elaborado esta Guía Didáctica, La Petanca en los Centros Educativos, con el interés de promocionar la práctica deportiva de la petanca entre la población infantil y juvenil.

La Guía Didáctica está dirigida directamente a los centros educativos de Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria. Sus propósitos principales son dos. Por una parte, dar a conocer el deporte de la petanca al alumnado. Por otra parte, practicar el deporte de la petanca a través de diversas técnicas y respetando las reglas básicas de juego.

Se trata de una propuesta formativa vinculada a los centros educativos para entender que éstos siguen siendo los entornos con más posibilidades para que niños y jóvenes desarrollen sus competencias y aprendan. El convencimiento de partida es que niños y jóvenes son el futuro y la garantía de que el deporte de la petanca siga bien vivo en los próximos tiempos. De esta manera, la Guía Didáctica ofrece talleres y actividades de aprendizaje que representan una alternativa atractiva en la Educación Física del alumnado, pero también una oportunidad para que los centros educativos amplíen los recursos pedagógicos de que ya disponen.

Esperamos que este recurso educativo resulte estimulador y útil en la dirección de mejorar la formación integral del alumnado y contribuir al éxito educativo.

Área de Formación
Federación Catalana de Petanca



VIRTUDES PEDAGÓGICAS

2

El deporte de la petanca es poco conocido y practicado en el contexto formativo de los centros educativos. Sin embargo, reúne múltiples posibilidades para enriquecer su acción curricular y, en particular, el ámbito de la Educación Física. No sólo por las diferentes opciones de adaptación que tiene el deporte de la petanca (deportistas, materiales, etc.), o porque puede ser practicado en cualquier entorno (patios escolares, parques municipales, campos de arena, etc.), sino también por las variadas virtudes pedagógicas que contiene.

- Favorece la inclusión porque une a personas de distintas edades, géneros, culturas, procedencias, condiciones físicas y sociales, etc.
- Genera empatía porque permite agrupar a personas bien distintas y que comparten los mismos propósitos y reglas de juego.
- Aumenta la capacidad de concentración porque supone producir lanzamientos de habilidad que requieren de la máxima precisión.
- Contribuye a gestionar los impulsos porque su práctica deportiva exige serenidad y tranquilidad.
- Ayuda a desarrollar el pensamiento y el razonamiento estratégico a fin de adoptar la mejor solución tanto para atacar como para defender.
- Anima la capacidad de anticipación y la flexibilidad porque muchas veces es necesario preguntarse durante una partida: ¿y si...?.
- Mejora la toma de decisiones a partir del estudio de las distintas opciones y escogiendo, bajo presión, la más conveniente.
- Apoya la administración y gestión de movimientos corporales y también el trabajo sobre la mejor higiene postural.
- Enseña a ganar con elegancia y a perder con humildad, junto con los valores positivos de la deportividad y el juego limpio.

- Estimula la autocrítica en base al aprendizaje derivado del análisis de los propios errores y de los propios aciertos.
- Incrementa constantemente la capacidad de superación porque cada partida que se disputa supone un nuevo reto.

La petanca emerge como un deporte alternativo que aporta grandes oportunidades educativas, de ejercicio físico y divertimento, haciendo progresar la acción curricular de los centros educativos. De hecho, integra hábitos deportivos que enfatizan más en aspectos recreativos de comunicación, relación y cooperación entre las personas que en aspectos centrados en la simple competición.

Su práctica deportiva es motivadora y cercana a los intereses del alumnado por lo que implica de novedad, por la facilidad que resulta su ejercicio y por la atracción de sus materiales. Asimismo, su valor como juego popular y tradicional la convierten en una práctica deportiva más que sugerente en el contexto de la formación del alumnado.

PROPÓSITOS Y OBJETIVOS

3

Los **propósitos** generales que se persiguen son estos:

- Contribuir al éxito educativo haciendo real y efectiva la igualdad de oportunidades y la equidad en la práctica deportiva de la petanca.
- Crear alianzas con los centros educativos del territorio para que la práctica deportiva de la petanca sea considerada en su acción curricular.
- Ofrecer un recurso educativo de apoyo a profesorado y centros educativos del territorio en torno a la práctica deportiva de la petanca.
- Hacer accesible la práctica deportiva de la petanca a niños y jóvenes, fomentando el respeto, la participación, la colaboración y la cooperación.



Particularmente, los **objetivos** más específicos que se pretenden conseguir una vez finalizado el proceso formativo realizado, y que están relacionados con los contenidos propuestos, son los siguientes:

- Promover la educación en valores a través del deporte de la petanca.
- Descubrir el deporte de la petanca entre la población escolar.
- Conocer el origen y la evolución del deporte de la petanca.
- Saber qué se necesita para jugar a la petanca.
- Aprender a agarrar y lanzar correctamente las bolas de petanca.
- Averiguar cuáles son los roles en una partida según las habilidades que se tienen.
- Ejercitar la medición de bolas de petanca.
- Tomar conciencia del estado de la petanca en nuestro país.
- Dominar las expresiones más características del deporte de la petanca.



ÁREAS FORMATIVAS COMPLEMENTARIAS

4

La práctica deportiva de la petanca mantiene relación con la acción curricular de los centros educativos y las competencias que el alumnado adquiere durante su paso por Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria. Los talleres y actividades de aprendizaje que esta Guía Didáctica incorpora contribuyen a la formación integral del alumnado a través de incidir en diversas áreas formativas complementarias caracterizadas por la transversalidad y la educación en valores.

- **Coeducación.** La práctica deportiva de la petanca está al alcance de todos y descubre en la coeducación un valor educativo que potencia la igualdad real de oportunidades indistintamente de la experiencia, las aptitudes y la aportación social y cultural de mujeres y hombres, en igualdad de derechos, sin estereotipos sexistas, homofóbicos, bifóbicos, transfóbicos o androcéntricos, ni tampoco actitudes discriminatorias por razón de sexo, orientación sexual, identidad de género o expresión de género.
- **Interculturalidad.** La práctica deportiva de la petanca considera la educación intercultural como una respuesta pedagógica a la exigencia de preparar al alumnado para que pueda desarrollarse en un entorno plural y democrático. Tiene como finalidad última la igualdad en derechos, deberes y oportunidades de todos y el derecho a la diferencia en un marco de valores convivenciales compartidos, impulsando espacios de relación, inclusión y cohesión.
- **Convivencia.** La práctica deportiva de la petanca fomenta el interés de las relaciones con otras personas y la participación en actividades grupales que enriquecen la diversidad de contribuciones en beneficio de la convivencia. La convivencia también queda reforzada a partir de la cooperación entre deportistas de un mismo equipo, del respeto entre equipos rivales, etc.
- **Salud.** La práctica deportiva de la petanca requiere de una buena posición del cuerpo (brazos y espalda) para realizar lanzamientos correctos de bolas. Hacerlo mejora el juego, pero también aporta beneficios al alumnado cuando realiza movimientos con su cuerpo y evita posturas perjudiciales. Por otra parte, la seguridad es un factor importante durante el juego y, aunque los materiales no son peligrosos, es necesario respetar unas mínimas normas de uso.
- **Paz.** La práctica deportiva de la petanca puede ocasionar en algunas situaciones satisfacer la necesidad de resolver diferencias de opinión, criterio e incluso pequeños conflictos. Es en estos momentos cuando el alumnado debe solucionar estas problemáticas mediante el diálogo para llegar a acuerdos entre todos de forma pacífica.

- **Derechos humanos.** La práctica deportiva de la petanca ayuda al desarrollo de actitudes de responsabilidad y compromiso, y de habilidades para respetar, promover y proteger los derechos propios y de los demás y denunciar cualquier vulneración a través de la formación y el conocimiento de herramientas de protección de los Derechos Humanos. Esto se apoya en valores de dignidad, libertad, igualdad y justicia.
- **Tiempo de ocio y Ocio.** La práctica deportiva de la petanca proporciona alternativas para orientar al alumnado hacia actividades que desarrollan su creatividad y que pueden realizarse en su tiempo de ocio y ocio. Puede resultar bastante interesante para el alumnado, que siempre puede encontrar en ésta una opción de tiempo libre y ocio agradable, entretenida y divertida.
- **Medio Ambiente.** La práctica deportiva de la petanca fomenta en el alumnado comportamientos y actuaciones respetuosas con el medio ambiente. El alumnado debe aprender a valorar el entorno donde se encuentran los terrenos de juego, velando por su protección y conservación. Sin embargo, en muchas ocasiones son espacios compartidos con otras personas y hay que respetarlos y mantenerlos adecuadamente por el bien común de todos.

La práctica deportiva de la petanca mantiene relación con la acción curricular de los centros educativos y las competencias que el alumnado adquiere durante su paso por la Educación Primaria y la Educación Secundaria Obligatoria.

- **Ámbito Social:** trabajo en equipo, atención a la diversidad, población y demografía, etc.
- **Ámbito Científico y Tecnológico:** búsqueda de documentación en la red, uso de las TIC y las TAC, tratamiento de imágenes y vídeos, uso y control de redes sociales, etc.
- **Ámbito Matemático:** cálculo, trigonometría, medidas métricas, etc.
- **Ámbito Artístico:** diseño de dibujos, creación de escritos, etc.

DESARROLLO DE CONTENIDOS

5

La petanca es un deporte que puede practicar cualquier persona y casi en todas partes. Niños, jóvenes, personas adultas y personas mayores pueden tirar bolas y todo el mundo queda incluido. La petanca no conoce edades, géneros, procedencias y tampoco condiciones sociales. Asimismo, ofrece un abanico completo de la diversidad de capacidades.

Puede ser practicada como deporte ocasional o como deporte experimentado, por distracción o por competición, de forma recreativa u oficial. Las personas que la practican en todo el mundo entre sus amistades y familias disfrutan de un juego atractivo y divertido. Hay quien la vive con pasión y llega a disputar campeonatos consciente de que la petanca es un deporte que demanda aptitudes físicas y psíquicas que van más allá de un simple pasatiempo.

Para practicar la petanca con calidad se precisa concentración, habilidad, paciencia y estrategia, conjuntamente con dedicación y entrenamiento. Hay una inversión de energía necesaria para jugar bien en la disputa de partidas interminables, o para agacharse y levantarse cientos de veces durante cinco o seis horas seguidas.

El deporte de la petanca es popular, está al alcance de todos y se practica en los cinco continentes, por su espectacularidad porque se mantienen enfrentamientos de calidad y sus reglas de juego son fáciles de interiorizar. La petanca, a su vez, es un deporte moderno por la diversión saludable que conlleva, y por las oportunidades y los retos que presenta. Ninguna jugada es similar a la anterior, en cada instante hay que resolver un nuevo dilema y asumir desafíos diferentes.

Sin embargo, los contenidos de la Guía Didáctica se desarrollan a continuación, y reparan en algunos de los principales elementos que caracterizan la petanca y su práctica deportiva. Particularmente se centran en responder a las siguientes cuestiones: ¿de dónde viene la petanca?, ¿cómo se juega a petanca?, ¿qué se necesita para jugar a petanca?, ¿cómo se agarran y se lanzan las bolas?, ¿cuáles son los principales roles?, ¿cómo se miden las bolas?, ¿la petanca en nuestra casa? y ¿qué expresiones son estas?

¿De dónde viene la petanca?

Algunos referentes históricos remontan la petanca a muchos siglos atrás cuando las primeras bolas de piedra fueron halladas. En la Antigua Grecia se lanzaban piedras redondas de diferente tamaño para ver quién las lanzaba más lejos. En la Antigua Roma se aproximaban piedras redondas a un objetivo y así se incorporó la habilidad. Con el paso de los años las bolas de piedra se sustituyeron por bolas de madera, y más adelante éstas se reemplazan por bolas de bronce y acero. Poco a poco se van delimitando los juegos de bolas y se empieza a distinguir entre varios con la misma inspiración: petanca, bochas, bolos, etc.

A finales del siglo XIX y principios del siglo XX la petanca está presente en muchas plazas y calles de Francia. Las personas la practicaban cogiendo empuje para tirar las bolas con impulso. En 1907 nace el juego sin impulso y aparece la auténtica petanca, dando origen a su nombre con la expresión Pieds Tanqués (pies juntos en la lengua occitana). Cuenta la leyenda que un jugador perdió accidentalmente sus piernas y, desde ese instante, retó a sus rivales a jugar sin mover los pies tras la línea de lanzamiento. Pero las evidencias comprobables señalan el año 1910 como el momento en que el francés Ernest Pitito organizó lo que sería el primer torneo oficial de petanca de la historia.



DESARROLLO DE CONTENIDOS

¿Cómo se juega a la petanca?

Cualquier partida de petanca comienza con un sorteo para decidir cuál de los dos equipos lanza primero el boliche. Quien gana el sorteo es quien marca en el suelo una circunferencia con un tamaño de entre 35 y 50 centímetros, que sirve para delimitar el espacio desde el que se producirán los lanzamientos de bolas. Desde la circunferencia en el suelo se tira el boliche y, una vez situado el boliche como objetivo, el mismo petanquero que ha iniciado el juego, o cualquier otro de su equipo, lanza una bola con el propósito de acercarla todo lo que pueda a éste. Seguidamente el equipo rival debe lanzar tantas bolas como necesite para mejorar esta aproximación. Después lanza el equipo que inició la jugada. Y así sucesivamente hasta que todos los petanqueros hayan lanzado sus bolas. Gana el equipo que antes llega a 13 puntos. En cada jugada se pueden conseguir tantos puntos como bolas haya cerca del boliche, sin que se encuentre ninguna bola del rival entre éstas.

El juego a priori puede parecer fácil, pero no es necesario confiarse en exceso de las apariencias. Las dificultades de la práctica deportiva de la petanca aparecen en las formas de llevar a cabo los lanzamientos de bolas, al averiguar qué conviene más hacer en cada situación, así como en la toma de decisiones de ciertas tácticas y estrategias a seguir.

Las modalidades de juego son diversas según el número de deportistas que participan por equipo y el número de bolas que tiene cada uno de sus miembros.

MODALIDAD	Número de deportistas por equipo	Número de bolas por deportista
Individual		
Dobletes		
Tripletas		



¿Qué se necesita para jugar a la petanca?

La práctica deportiva de la petanca se puede desarrollar en cualquier terreno de tierra y sin apenas delimitación. Esto convierte la petanca en un deporte accesible a cualquier tipo de persona, haciendo que se pueda practicar en la mayoría de los patios escolares y parques del municipio.

La **pista** es el terreno de juego en el que se juegan las partidas de petanca. En competiciones oficiales las dimensiones de la pista son: 4 metros de ancho y 15 metros de largo. Dentro de estas medidas, el boliche debe estar entre los 6 y los 10 metros de distancia desde la circunferencia de lanzamientos.

El **boliche** es una bolita de madera, o de material sintético, que hace la función de diana. Tiene un diámetro que puede variar entre los 2,5 y los 3,5 centímetros, y puede estar pintado de cualquier color. El boliche es imprescindible durante el juego porque las medidas se toman según éste, y cualquier cambio en su posición sobre la pista puede cambiar el transcurso de las jugadas y las partidas.

Las **bolas** son metálicas y el elemento principal de la petanca. Tienen un diámetro comprendido entre los 70,5 y los 80 milímetros, así como un peso que va de los 650 a los 800 gramos. No pueden contener arena en su interior y tampoco plomo. Las bolas pueden ser lisas o tener grabados en forma de cuadrados, círculos, etc.





DESARROLLO DE CONTENIDOS

5

¿Cómo se agarran y se lanzan las bolas?

La manera más adecuada de agarrar una bola de petanca es con los dedos juntos y el dedo gordo ligeramente curvado. La posición de la mano cogiendo la bola debe ser natural, con la mayor parte de los dedos y de la palma de la mano en contacto con la bola. No hace falta apretar demasiado fuerte la bola, porque ésta debe poder moverse libremente dentro de la palma de la mano. La bola no debe tomarse con los dedos demasiado separados, ni tampoco sólo con los dedos.

Cuando la bola abandona la mano, ésta debe tener la palma de la mano orientada hacia el suelo. Durante todo el movimiento de brazo la mano peina la bola en la dirección perseguida. Nunca se lanza una bola como si fuera una piedra con la palma de su mano hacia el cielo. El secreto de un buen lanzamiento está en la armonía de un equilibrado movimiento en su conjunto: combinar el impulso del brazo que orienta la bola y le profiere potencia, además de un acompañamiento elástico del resto del cuerpo.

- **Brazo.** El gesto del brazo debe ser amplio, subiendo hacia atrás para tomar ángulo y regresar hacia delante, inclinando el cuerpo, en una trayectoria recta. El balanceo debe ser elástico y sin un exceso de rigidez.
- **Piernas.** Las piernas deben hacer una pequeña flexión con el fin de ayudar a dar el impulso necesario en el lanzamiento de la bola.
- **Espalda.** La espalda debe acompañar todo el movimiento, efectuando una pequeña rotación con respecto a la postura inicial frente al boliche.



Los lanzamientos de bolas siempre se realizan desde la circunferencia y con los dos pies juntos y pegados al suelo. Según el objetivo de los lanzamientos de bolas podemos encontrar dos tipos básicos: apuntar y tirar.

- **Apuntar.** Es lanzar una bola con cuidado y procurando que se acerque lo máximo posible al boliche.
- **Tirar.** Es tirar una bola con fuerza relativa y procurando golpear y apartar a una bola del rival.

Quien tira una bola puede hacerlo agachado o bien de pie.

- **Agachado.** Posición adoptada en puntos cortos: distancia entre 6 y 8 metros.
- **De pie.** Posición adoptada en puntos largos: distancia entre 8 y 10 metros.

Otras variedades de lanzamientos de bolas son las siguientes:

- **Rueda.** Se tira la bola pronto sin que tome altura, de modo que dibuja una curva plana y cercana al suelo, rozando el suelo a 2 o 3 metros de la circunferencia y acercándola lo máximo posible al boliche.
- **Semiportada.** Se tira la bola a media altura, por lo que dibuja una curva en forma de campana, acostumbrando a caer a media distancia entre la circunferencia y el boliche.
- **Portada.** Se tira la bola con altura, por lo que dibuja una gran parábola para caer a escasos metros del boliche.
- **Hacia adelante.** Se lanza la bola a media altura, con la intencionalidad de desplazar alguna otra bola del equipo rival.
- **Hierro.** Se tira la bola con la intencionalidad de golpear de lleno la bola del rival, de modo que la bola de quien tira pueda ocupar el sitio de la bola golpeada.
- **A rebaya.** Se tira la bola a ras de suelo, evitando que la bola haga cualquier parábola como en otras variedades de lanzamientos, impactando en el suelo a 2 metros de la bola a la que se quiere golpear.

DESARROLLO DE CONTENIDOS

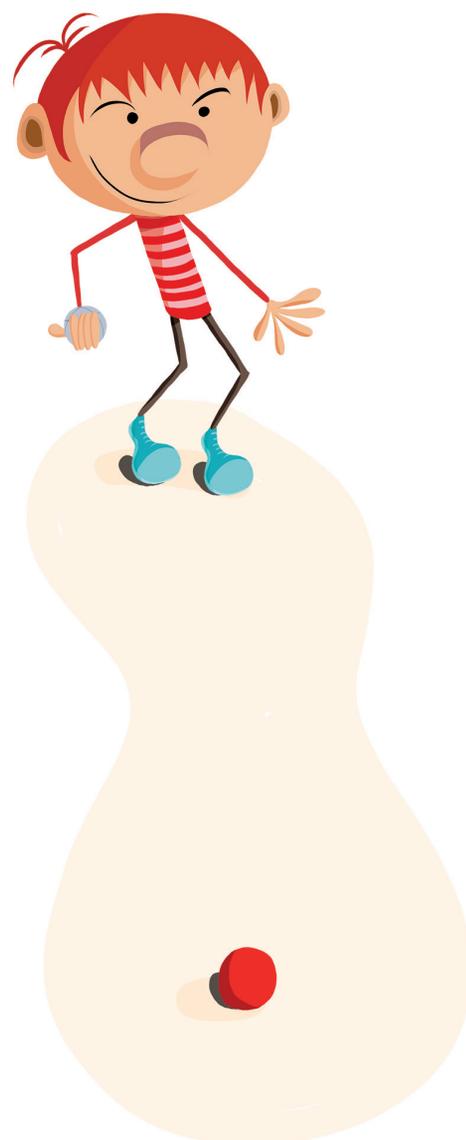
¿Cuáles son los distintos roles?

La práctica deportiva de la petanca se puede realizar individualmente (mano a mano), en equipos de dos deportistas (dobletas), o en equipos de tres deportistas (tripletas). La modalidad de tripletas es la más extendida y atribuye unas funciones principales, a la vez que complementarias, a cada miembro del equipo. Los distintos roles que suelen tener implicaciones en las jugadas son: apuntador, medio y tirador. Así, cuando se juega en equipo conviene decidir quién hará de apuntador, quién de medio y quién de tirador, en base a las habilidades que cada uno tenga. Sin embargo, cualquier petanquero debería dominar los tres roles, dado que si se juega individualmente cabe recurrir a las diversas alternativas en la estrategia de juego.

- **Apuntador/a.** Especialista en apuntar sus bolas y acercarlas lo máximo posible al boliche.
Misión básica: defender.

- **Medio/a.** Especialista en apuntar y tirar, ocupando la posición más polivalente dentro del equipo.
Misión básica: defender y atacar.

- **Tirador/a.** Especialista en golpear las bolas del rival y alejarlas lo máximo posible del boliche.
Misión básica: atacar.



¿Cómo se miden las bolas?

Para poder efectuar la medición de cualquier punto está permitido desplazar, momentáneamente después de marcar en el suelo, las bolas y los obstáculos situados entre el boliche y las bolas a medir. Una vez realizada la medición, y que habitualmente se realiza con una cinta métrica, las bolas y obstáculos retirados deben colocarse de nuevo en sus lugares.

La medición de un punto debe ser realizada por el petanquero que ha lanzado la bola en último lugar, o también la puede realizar cualquier otro de los miembros del equipo. Si cuando se procede a medir el petanquero desplaza el boliche o una las bolas en litigio, perderá el punto. Al finalizar una jugada la bola que haya sido retirada, y no sea marcada antes del recuento de puntos, será anulada.

¿La petanca en nuestra casa?

En la pasada década de los años 80 proliferaron por toda Cataluña muchos clubs y entidades deportivas de petanca. Se convirtieron en espacios con ambientes familiares y que se convirtieron en auténticos centros sociales, escuelas de valores y puntos de encuentro por la interacción, la inclusión y la cohesión de una ciudadanía plural y diversa.

En la actualidad son más de 350 clubs y entidades deportivas de todo el territorio las que están adheridas a la Federación Catalana de Petanca, y también son más de 8.000 las personas que disponen de una licencia federativa en las categorías juvenil, femenina y masculina. Cataluña tiene el orgullo de tener un amplio repertorio de deportistas que han logrado múltiples éxitos en campeonatos estatales, europeos y mundiales.

DESENVOLUPAMENT DE CONTINGUTS

5



¿Qué expresiones son estas?

La práctica deportiva de la petanca incluye toda una amplia jerga llena de expresiones típicas. Es un conjunto de palabras relacionadas con el juego y que son suficientemente familiares entre petanqueros.

AL PUNTO	AL TIRO
Tirar la bola para acercarla al boliche.	Lanzar la bola para golpear la bola de su rival.
CHUPETE	PICOTEAR
Colocar la bola pegada en el boliche.	Cambio de trayectoria de una bola al ser golpeada por otra.
CARRÓ	PALÉ
Lanzar la bola y que ocupe el lugar previo de la bola que ha sido golpeada.	Lanzar la bola justo delante de otra y retirarla quedando cerca del boliche.
JUEGO NATURAL	DESMARCAR
Lanzar la bola sin ningún tipo de efecto.	Alejar la bola del propio equipo.
TENER EL PUNTO	EMPUJE
Tener una bola propia más cerca del boliche que la bola de cualquier otro del equipo rival.	Lanzar la bola justo delante de otra y retirarla quedando cerca del boliche.
BOLA DELANTE	CARAMBOLA
Recordar a quien tira que la bola delante del boliche es más valiosa que detrás.	Tirar fuerte la bola y desplazar varias bolas al mismo tiempo.
PINCHO	COHETE
Lanzar hacia muy arriba la bola y que impacte en el suelo muy cerca del boliche y se quede quieta.	La bola golpea bruscamente y malamente al suelo y sale disparada violentamente.
GANCHO	UNA FANNY / CANUTO
Lanzamiento fallido por no abrir la mano en el momento oportuno y presionar la bola en exceso con los dedos.	Perder una partida sin haber sumado ningún punto.

LA METODOLOGÍA ACTIVA DE LOS TALLERES

6

La Guía Didáctica se fundamenta sobre la metodología activa de los talleres, a partir de los cuales se derivan diversas actividades de aprendizaje. La opción de los talleres incluye aspectos teóricos y prácticos, exige una elevada participación por parte del alumnado y contempla la figura de un formador/a que guía y acompaña el proceso formativo.

La premisa básica de los talleres es aprender haciendo conjuntamente con otros. Más allá de conocimientos, los talleres aportan experiencias aplicadas que activan al alumnado. Las actividades de aprendizaje que integran los talleres son sistematizadas y dirigidas con una progresión de dificultad ascendente para conseguir que el alumnado conozca e integre diferentes habilidades y técnicas que después ejercitará en la práctica deportiva de la petanca.

Los talleres son idóneos para favorecer intercambios reales y operativos del pensamiento y la experiencia que comporta la práctica deportiva de la petanca. Desde una perspectiva pedagógica, son adecuados para la formación y el aprendizaje del alumnado en tanto que se caracterizan por los siguientes rasgos distintivos.



- **Aprender haciendo.** Las competencias se adquieren con la práctica deportiva de la petanca. Aprender algo si se ve y se realiza es mucho más formativo que aprender sólo a partir de la comunicación verbal de ideas. La práctica deportiva de la petanca tiene un alto nivel de aprendizaje por descubrimiento, lo que supone conectar teoría y práctica, y conceder un mayor predominio al aprendizaje por encima de la enseñanza. Por tanto, el alumnado debe aportar en la realización de las actividades de aprendizaje planteadas.
- **Participación.** La participación activa del alumnado es primordial en los talleres, porque el aprendizaje proviene de la experiencia de la práctica deportiva de la petanca que se realiza conjuntamente con los demás. Y se aprende a participar, participando. Que el alumnado desarrolle actitudes y comportamientos participativos es una exigencia ineludible para el funcionamiento de los talleres.
- **Transdisciplinariedad.** La propia naturaleza de los talleres hace que se trabajen diversas áreas formativas complementarias donde nunca predomina un único enfoque disciplinar. Los talleres integran diferentes perspectivas en la práctica deportiva de la petanca, lo que supone un esfuerzo por conocer e intervenir asumiendo el carácter multifacético y complejo de esta realidad deportiva. La Educación Física, la Psicología del Deporte, etc. son disciplinas curriculares que se reúnen y están interrelacionadas, pero también la coeducación, la interculturalidad, la convivencia, la salud, la paz, los Derechos Humanos, el tiempo de ocio y ocio, y el medio ambiente, entre otros.
- **Trabajar conjuntamente.** El alumnado y el formador/a, organizados de forma autogestionada, son los protagonistas del proceso formativo asociado a los talleres. Las relaciones dicotómicas jerarquizadas y la competitividad entre el alumnado quedan superadas por la imposición de trabajar conjuntamente. El formador/a anima, estimula, orienta y asiste técnicamente a la práctica deportiva de la petanca. El alumnado ocupa el lugar central del proceso de aprendizaje y, con el apoyo del formador/a, desarrolla su autonomía mediante la relación con el formador/a y entre el propio alumnado.
- **Técnicas personalizadas y grupales.** Los talleres requieren trabajo en equipo porque el proceso formativo se desarrolla en común. El alumnado debe constituirse en grupo para que las tareas asumidas sean exitosas. Lo individual y lo grupal es complementario. Por tanto, hay que trabajar de forma personalizada y aprender a pensar y actuar en grupo. Las técnicas de trabajo en equipo deben posibilitar expresar al máximo todas las potencialidades



LA METODOLOGÍA ACTIVA DE LOS TALLERES

6

Algunas ventajas educativas de los talleres como metodología activa son: ayudan al alumnado a cooperar entre compañeros y compañeras, compartiendo espacios, actividades, recursos materiales, etc.; fomentan la responsabilidad y la autonomía del alumnado creando ambientes en los que los recursos se encuentran a su disposición; facilitan el aprendizaje del alumnado mediante el juego ya partir de dinámicas lúdicas y recreativas; estimulan la curiosidad del alumnado porque potencian un amplio abanico de actividades físicas y psíquicas, personalizadas y grupales, generadoras de un cultivo propicio para estructurar otros contenidos; motivan al alumnado por el hecho de incorporar una gran variedad de actividades, evitando así la monotonía y el aburrimiento, aumentando el interés y el divertimento.

Los siguientes talleres son algunos ejemplos de las múltiples posibilidades existentes.

Taller A	CATA DE PETANCA
Descripción:	Actividad para descubrir el deporte de la petanca y que incluye: <ul style="list-style-type: none">• Breve explicación de las reglas básicas del juego.• Calentamientos, estiramientos y ejercicios prácticos de lanzamientos de bolas.• Partidas cortas.• Feedback y evaluación.
Duración:	90 minutos.

Taller B		INTRODUCCIÓN A LA PETANCA	
Descripción:	Introducción a la práctica deportiva de la petanca. Actividades desarrolladas en dos sesiones.		
	1a Sesión.	2a Sesión.	
	<ul style="list-style-type: none"> • Explicación del origen, historia y reglas básicas del juego. • Visualización de vídeos. • Calentamientos, estiramientos, ejercicios prácticos de lanzamiento de bolas y partidas. • Feedback y evaluación. 	Continuación de explicaciones de contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Relación con otros juegos y deportes. • Calentamientos, estiramientos, ejercicios prácticos de lanzamiento de bolas y partidas. • Feedback i avaluació. 	
Duración:	90 minutos.	90 minutos.	

Taller C		PETANCA ESTRATÉGICA	
Descripción:	Actividad de aprendizaje sobre aspectos técnicos y estratégicos de juego <ul style="list-style-type: none"> • Visualización y análisis táctico de partidas. • Ejercicios prácticos. 		
Duración:	90 minuts.		

Taller D		PETANCA CIENTÍFICA	
Descripción:	Actividad que conecta conocimientos de Matemáticas y Física con la práctica deportiva de la petanca <ul style="list-style-type: none"> • Matemáticas: Resolución de problemas trigonométricos, hipotenusa, medida de distancias, áreas de terrenos de juego, cálculo de perímetros de bolas, etc. • Física: Resolución de problemas físicos, cinemática, energías, tiro parabólico, masa y volumen, movimiento de rotación, recorrido de una bola, etc. 		
Duración:	90 minutos.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

7

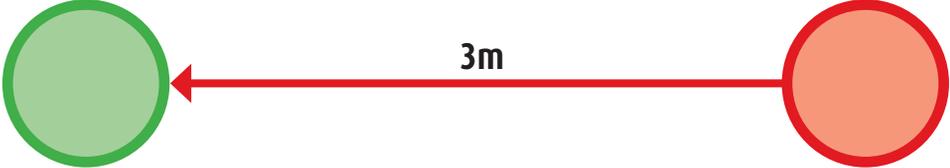
Las actividades de aprendizaje que pueden incluir la variedad de talleres quedan focalizadas en la realización de lanzamientos de bolas con distintos retos. Básicamente, se clasifican en dos tipos: actividades de aprendizaje para apuntar y actividades de aprendizaje para tirar.

Todas ellas tienen diferentes elementos comunes: el cálculo visual de las distancias, el control de la fuerza necesaria, la puntería, la precisión, la habilidad, el tacto con el material de juego, y la observación del comportamiento de las bolas sobre el terreno de juego en función de la altura o fuerza con que han sido lanzadas. Cada una de las actividades de aprendizaje tiene su propio nivel de dificultad y requiere una técnica diferente para optimizar los resultados que se consiguen. Así, pueden centrarse en aspectos tan diversos como el equilibrio, la lateralidad, la rotación y el efecto, la altura de lanzamiento, la transmisión de energía cinética o sonora, etc.





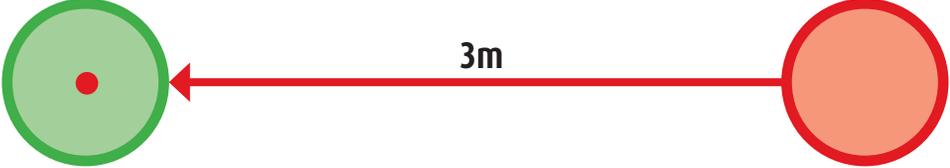
Actividades para apuntar

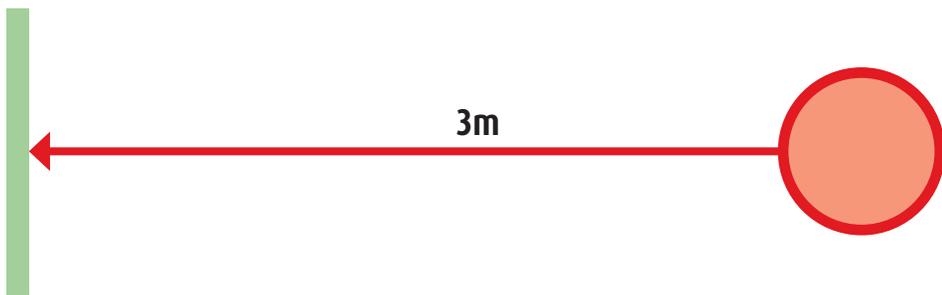
1.-LANZAMIENTO DEL BOLICHE	
Descripción:	La actividad consiste en hacer entrar el boliche dentro del círculo- objetivo .
Material:	2 círculos y 1 boliche de lanzamiento.
Disposición:	Colocación del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros con respecto al círculo- lanzamiento . 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante hace el lanzamiento del boliche. Recogida del boliche y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 9 metros).
Nivel de dificultad:	Bajo.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

7

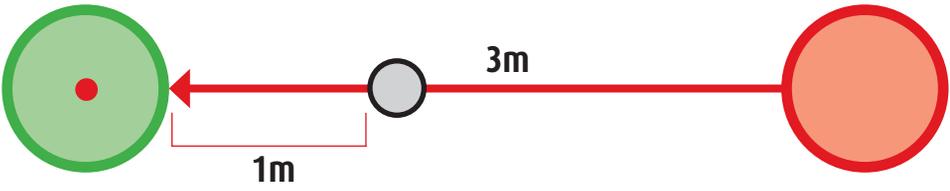
2.-EL CÍRCULO	
Descripción:	La actividad consiste en hacer entrar la bola dentro del círculo- objetivo .
Material:	2 círculos, 1 boliche y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de un boliche en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	<u>A Mano cambiada</u> (los lanzamientos se realizan con la mano menos habitual). <u>A la pata coja</u> (los lanzamientos se realizan con un pie alzado).
Nivel de dificultad:	Bajo.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.

3.-LA RAYA	
Descripción:	La actividad consiste en dejar la bola sobre la raya sin traspasarla.
Material:	1 círculo, 1 bola de lanzamiento y 1 cinta métrica.
Disposición:	<p>Dibujar en el suelo una raya-objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo-lanzamiento.</p> 
Desarrollo:	<p>Quien comienza se sitúa dentro del círculo-lanzamiento. Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad.</p> <p>El primer participante realiza el lanzamiento de la bola.</p> <p>Medición de la distancia de la bola hasta la raya, recogida de la bola y pase al siguiente, y se vuelve a la cola.</p>
Observaciones:	<p>La bola queda anulada cuando sobrepasa la raya.</p> <p>Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 9 metros).</p>
Nivel de dificultad:	Bajo.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



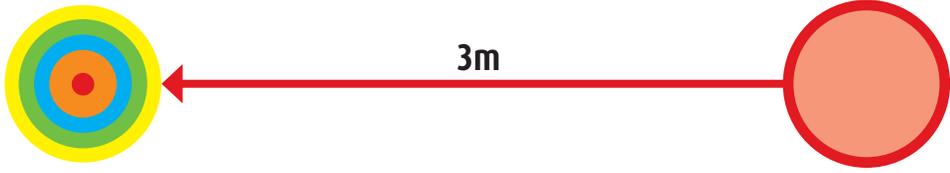
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

7

4.-BOLA OBSTÁCULO	
Descripción:	La actividad consiste en hacer entrar la bola dentro del círculo- objetivo con el impedimento de una bola delante.
Material:	2 círculos, 1 boliche, 1 bola obstáculo y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de un boliche en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento , y también de una bola a 1 metro delante a modo de obstáculo. 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 9 metros).
Nivel de dificultad:	Bajo.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



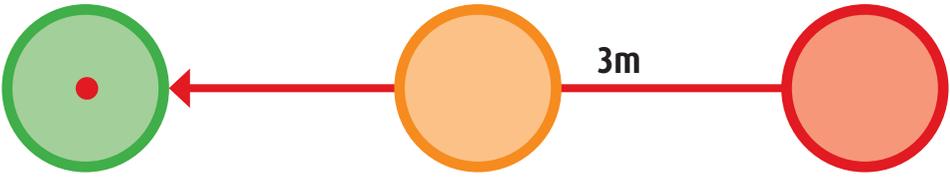
5.-HACER DIANA

Descripción:	La actividad consiste en acercar la bola a la diana. Se obtienen puntuaciones que son variables según dónde queda situada la bola.
Material:	1 círculo, 1 diana y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de la diana- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Comprobación de la puntuación obtenida, recogida de la bola y pase al siguiente participante, volviendo a la cola.
Observaciones:	Cuando todo el mundo ha conseguido 10 puntos o más, se aumenta la distancia (máximo 9 metros).
Nivel de dificultad:	Bajo.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



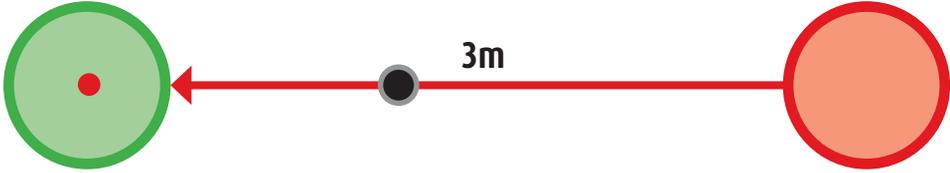
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

7

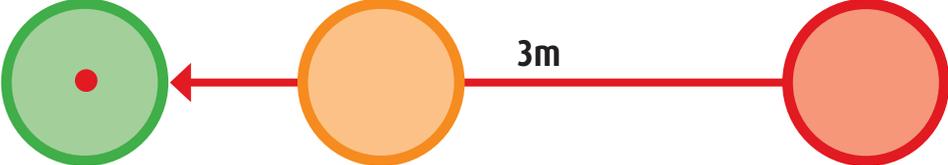
6.-MEDIA PORTADA	
Descripción:	La actividad consiste en hacer entrar la bola dentro del círculo- objeto . El bote de la bola debe estar dentro del círculo- impacto .
Material:	3 círculos, 1 boliche y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de un boliche en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . El círculo- impacto está ubicado en el medio de la distancia. 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 9 metros).
Nivel de dificultad:	Bajo – Medio.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



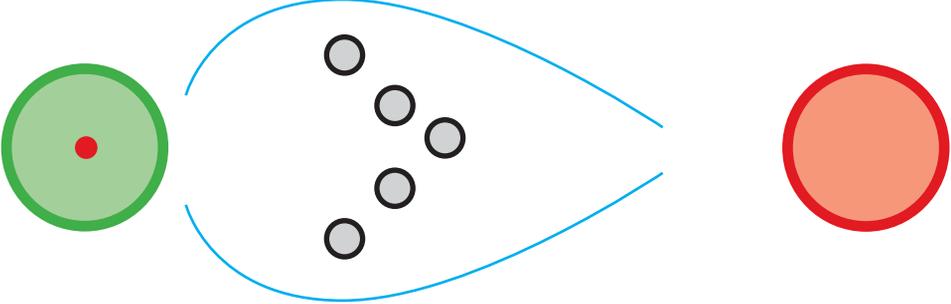
7.-BOLA COMPAÑERA

Descripción:	La actividad consiste en chocar la bola compañera y hacerla entrar dentro del círculo- objetivo con la ayuda de la bola lanzada.
Material:	2 círculos, 1 boliche, 1 bola compañera y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de un boliche en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . También se ubica la bola compañera a 1 metro de distancia del círculo-objetivo. 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	En caso de mover la bola-compañera la situará en la posición inicial. Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Medio.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

8.-PORTADA	
Descripción:	La actividad consiste en hacer entrar la bola lanzada dentro del círculo- objetivo . El bote de la bola debe hacerse dentro del otro círculo- impacto .
Material:	3 círculos, 1 boliche y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de un boliche en medio del círculo-objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . El círculo- impacto se ubica en 1 metro de distancia del círculo-objetivo. 
Desarrollo:	<p>Quien comienza se ubica dentro del círculo-lanzamiento. Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad.</p> <p>El primer participante realiza el lanzamiento de la bola.</p> <p>Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.</p>
Observaciones:	Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Medio.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.

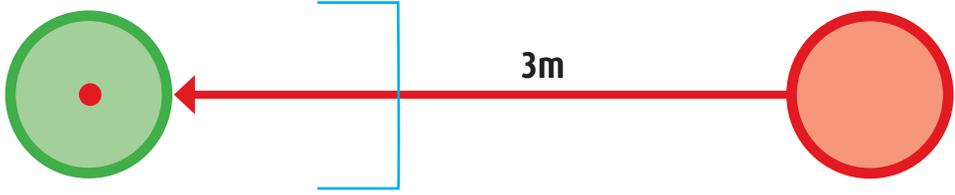


9.-GOLPE DE EFECTO	
Descripción:	La actividad consiste en hacer entrar la bola lanzada dentro del círculo- objetivo . Los lanzamientos se realizan utilizando la técnica de rotación de bolas (de izquierda a derecha y de derecha a izquierda) para superar determinados obstáculos situados en la pista de juego.
Material:	2 círculos, 1 boliche, 5 bolas-obstáculo y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de un boliche en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . Un obstáculo se encuentra a 1 metro de distancia del círculo- objetivo (ej. 5 boles). 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	En caso de mover el obstáculo, volverá a situarse en la posición inicial. Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Medio - alto.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.

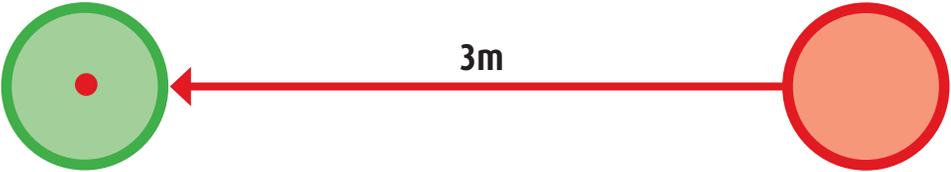


ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

7

10.-LA VALLA	
Descripción:	La actividad consiste en hacer entrar la bola lanzada dentro del círculo- objetivo haciéndola pasar por encima de una valla situada delante.
Material:	2 círculos, 1 boliche, 1 valla y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de un boliche en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . Se sitúa una valla a la mitad de la distancia del círculo- objetivo a modo de obstáculo. 
Desarrollo:	Quien comienza se sitúa dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	En caso de mover el obstáculo, volverá a situarse en la posición inicial. Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Alto.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



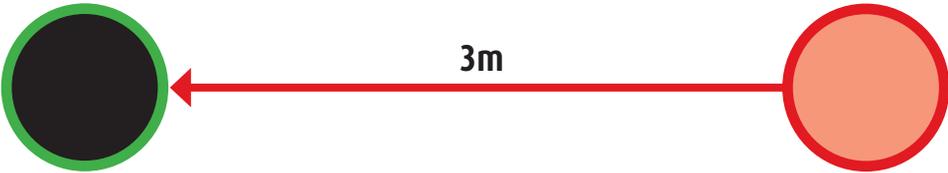
11.-CAÍDA A PLOMO	
Descripción:	Actividad que consiste en hacer entrar la bola lanzada dentro del círculo- objetivo . El bote de la bola debe estar dentro del mismo círculo- objetivo .
Material:	2 círculos, 1 boliche y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de un boliche en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	El círculo- objetivo coincide con el círculo- impacto . Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 5 metros).
Nivel de dificultad:	Muy Alto.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

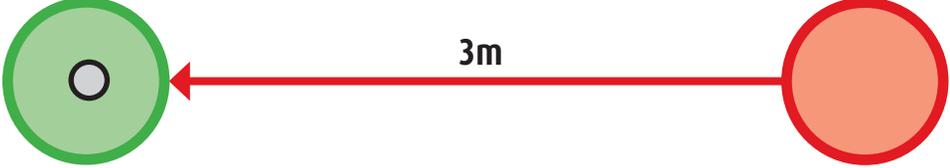
7

Actividades para tirar

12.-EL CAPAZO	
Descripción:	Actividad que consiste en poner la bola lanzada dentro de un capazo situado a una distancia determinada (círculo- objeti-vo-impacto).
Material:	1 círculo, 1 capazo y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación del capazo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Bajo – Medio.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



13.-BOLA SOLA

Descripción:	Actividad que consiste en sacar la bola de dentro del círculo- objetivo con la ayuda de la bola lanzada.
Material:	2 círculos, 1 bola objetivo y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de una bola en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	<u>A Mano cambiada (los lanzamientos se realizan con la mano menos habitual).</u> <u>A la pata coja (los lanzamientos se realizan con un pie alzado).</u> En caso de impactar en la bola-objetivo, se volverá a colocar en la posición inicial para que el siguiente participante haga su lanzamiento. Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Medio.
Participantes:	Grups de 2 a 4 membres.

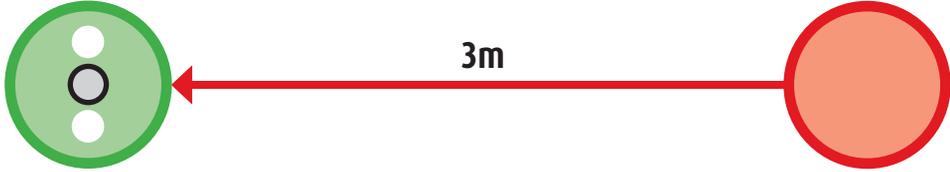


ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

7

14.-BOLA Y BOLICHE	
Descripción:	Actividad que consiste en sacar la bola de dentro del círculo- objetivo sin tocar el obstáculo.
Material:	2 círculos, 1 bola-objetivo, 1 boliche y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	<p>Colocación de una bola en medio del círculo-objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo-lanzamiento. Y se sitúa un boliche a 10 centímetros delante de la bola a modo de obstáculo.</p> 
Desarrollo:	<p>Quien comienza se ubica dentro del círculo-lanzamiento. Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad.</p> <p>El primer participante realiza el lanzamiento de la bola.</p> <p>Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.</p>
Observaciones:	<p>En caso de impactar con la bola-objetivo, o con el obstáculo, se vuelven a colocar los elementos en la posición inicial para que el siguiente participante pueda realizar su lanzamiento.</p> <p>Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).</p>
Nivel de dificultad:	Alto.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.

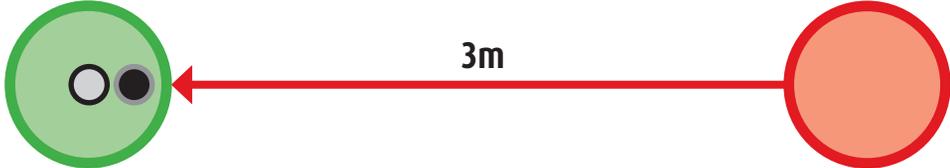


15.-ENTRE BOLAS	
Descripción:	Actividad que consiste en sacar la bola de dentro del círculo- objetivo sin tocar los obstáculos.
Material:	2 círculos, 1 bola-objetivo, 2 bolas-obstáculo y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de una bola en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . Y situación de dos bolas-obstáculo a ambos lados de la bola del medio (a 2 centímetros). 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	En caso de impactar con la bola-objetivo, o con alguno de los obstáculos, se vuelven a colocar los elementos en la posición inicial para que el siguiente participante pueda realizar su lanzamiento. Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Alto.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



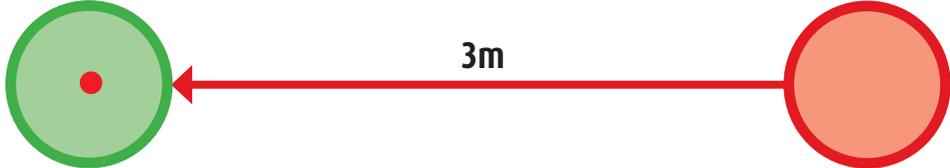
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

7

16.-BOLA TAPADA	
Descripción:	Actividad que consiste en sacar la bola de dentro del círculo- objetivo sin tocar el obstáculo.
Material:	2 círculos, 1 bola-objetivo, 1 bola-obstáculo y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de una bola en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . Y se sitúa una bola-obstáculo a 10 centímetros delante. 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad.. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	En caso de impactar con la bola-objetivo, o con el obstáculo, se vuelven a colocar los elementos en la posición inicial para que el siguiente participante pueda realizar su lanzamiento. Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Alto.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.

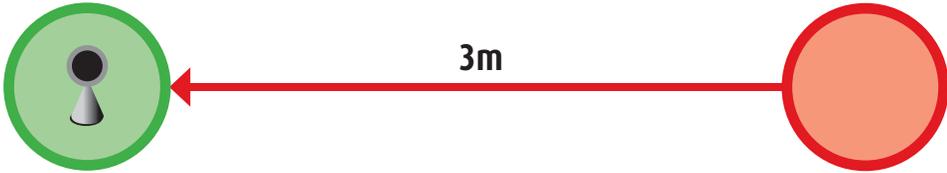


17.-BOLICHE FUERA

Descripción:	Actividad que consiste en sacar el boliche de dentro del círculo- objetivo .
Material:	2 círculos, 1 boliche y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de un boliche en medio del círculo- objetivo a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo- lanzamiento . Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	En caso de impactar con el boliche, se vuelve a colocar en la posición inicial para que el siguiente participante pueda realizar su lanzamiento. Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Alto.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.

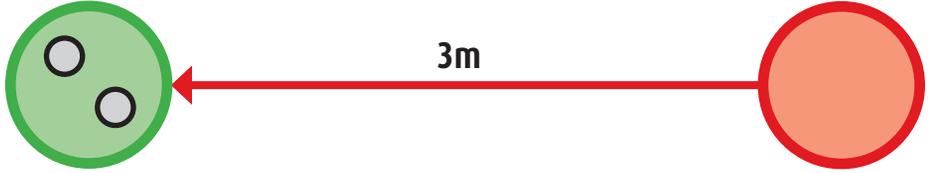
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

18.-EL CONO

Descripción:	Actividad que consiste en sacar fuera del círculo- objetivo la bola colocada sobre un cono.
Material:	2 círculos, 1 bola-objetivo, 1 cono y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de una bola en medio del círculo- objetivo encima de un cono a una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . 
Desarrollo:	<p>Quien comienza se ubica dentro del círculo-lanzamiento. Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad.</p> <p>El primer participante realiza el lanzamiento de la bola.</p> <p>Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.</p>
Observaciones:	<p>En caso de impactar con la bola-objetivo, o con el cono, se vuelven a colocar los elementos en la posición inicial para que el siguiente participante pueda realizar su lanzamiento.</p> <p>Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).</p>
Nivel de dificultad:	Alto.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



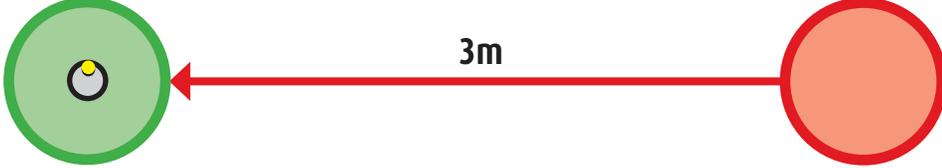
19.-CARAMBOLA

Descripción:	Actividad que consiste en realizar lanzamientos para sacar las dos bolas del círculo- objetivo .
Material:	2 círculos, 2 bolas objetivo y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de dos bolas dentro del círculo- objetivo , separadas entre ellas por 10 centímetros, ya una distancia de 3 metros respecto al círculo- lanzamiento . 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo-lanzamiento. Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	En caso de impactar con las bolas-objetivo, se vuelven a colocar los elementos en la posición inicial para que el siguiente participante pueda realizar su lanzamiento. Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Alto.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

7

20.-LA MONEDA	
Descripción:	Actividad que consiste en realizar lanzamientos para sacar del círculo-objetivo una moneda colocada encima de la bola- objetivo .
Material:	2 círculos, 1 bola-objetivo, 1 moneda y 1 bola de lanzamiento.
Disposición:	Colocación de una bola en medio del círculo- objetivo con una moneda encima, ya una distancia de 3 metros respecto al cerco- lanzamiento . 
Desarrollo:	Quien comienza se ubica dentro del círculo-lanzamiento. Los demás esperan y hacen cola manteniendo un espacio de seguridad. El primer participante realiza el lanzamiento de la bola. Recogida de la bola y pase al siguiente participante, y se vuelve a la cola.
Observaciones:	En caso de impactar con la bola-objetivo, o con la moneda, se vuelven a colocar los elementos en la posición inicial para que el siguiente participante pueda realizar su lanzamiento. Cuando todo el mundo ha logrado el reto, se aumenta la distancia (máximo 7 metros).
Nivel de dificultad:	Muy Alto.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.



21.-EL PETANCA ES

Descripción:	Actividad de puesta en común de valoraciones.
Material:	1 boliche y 1 bola de lanzamiento por participante.
Disposición:	Los participantes se colocan en forma de círculo con una bola en la mano cada uno, y el boliche se sitúa en medio del círculo.
Desarrollo:	Quien lanza primero procura acercar su bola al boliche a la vez que completa la frase: “La petanca es...”, según la valoración que pueda hacer de la experiencia formativa vivida. A continuación señala a otro participante para pasar el turno y así hasta que todo el mundo ha participado.
Observaciones:	Es necesario promover el intercambio de experiencias y la reflexión individual y colectiva.
Nivel de dificultad:	Bajo.
Participantes:	Grupos de 2 a 4 personas.

LOS RECURSOS MATERIALES

8

LOS RECURSOS MATERIALES

Los recursos materiales necesarios para la práctica deportiva de la petanca son:

- **Las bolas de petanca.**
- **Bolicho.**

Otros recursos materiales que se pueden utilizar para desarrollar las actividades de aprendizaje son: aros, una cinta métrica, conos, un capazo, una valla, una diana, una moneda, una rueda de neumático, botellas de plástico, pelotas pequeñas, trapos, etc.

Y, por supuesto, se precisa de la pista como terreno de juego. Ésta puede ser el patio escolar, un parque municipal o un campo de arena. En cualquier caso, los límites del espacio se pueden marcar en el suelo con tizas, o bien con cuerdas de distribución.



LA EVALUACIÓN

9

La evaluación propuesta se rige por principios de utilidad, participación y ética. El planteamiento de la evaluación asociado al desarrollo de los talleres y las actividades de aprendizaje es su integración dentro el proceso formativo. Se considera una evaluación formativa durante todo el proceso formativo y que se fija en los progresos del alumnado, sus intereses y esfuerzos y los resultados obtenidos. Sirve para adecuar contenidos y actuaciones, prestar los apoyos educativos necesarios, informar de los avances, etc., de modo que refuerza la conciencia sobre los aprendizajes. Esta evaluación continua que realiza el formador/a con el alumnado se lleva a cabo a través de la observación participante y la interacción directa y constante.

Asimismo, se plantea una evaluación final que valora conjuntamente el desarrollo de los talleres y las actividades de aprendizaje que incluye el proceso formativo. Queda concretada con un cuestionario que recoge las opiniones y valoraciones del alumnado sobre diferentes ámbitos. Esto hace posible identificar puntos fuertes y débiles. Con posterioridad a la administración del cuestionario, las informaciones recogidas son analizadas para detectar aquellos aspectos susceptibles de mejora. Por tanto, la evaluación concluye con la delimitación de acciones de mejora y su incorporación en las próximas propuestas formativas.

El aprendizaje

Valorar de 1 a 5 según el grado de acuerdo (1 = nada de acuerdo; 2 = poco de acuerdo; 3 = indiferente; 4 = un poco de acuerdo; 5 = muy de acuerdo).	1	2	3	4	5
Las explicaciones del formador/a han sido claras y han resultado fáciles de seguir.					
He aprendido cosas que considero son de provecho y valiosas.					
He aprendido los contenidos de la Guía Didáctica.					



LA EVALUACIÓN

9

Aspectos organizativos

Valorar de 1 a 5 según el grado de acuerdo (1 = nada de acuerdo; 2 = poco de acuerdo; 3 = indiferente; 4 = un poco de acuerdo; 5 = muy de acuerdo).	1	2	3	4	5
Las explicaciones del formador/a han sido claras y han resultado fáciles de seguir.					
Los materiales utilizados han sido adecuados y han resultado útiles.					
Los objetivos planteados han coincidido con lo que realmente se realizó.					

Interacción con el grupo

Valorar de 1 a 5 según el grado de acuerdo (1 = nada de acuerdo; 2 = poco de acuerdo; 3 = indiferente; 4 = un poco de acuerdo; 5 = muy de acuerdo).	1	2	3	4	5
Este formador/a animaba al alumnado a participar de los talleres y las actividades de aprendizaje.					
Este formador/a animaba al alumnado a compartir sus inquietudes y dudas.					
Este formador/a animaba al alumnado a expresar sus ideas y aportaciones.					

La actitud del formador/a

Valorar de 1 a 5 según el grado de acuerdo (1 = nada de acuerdo; 2 = poco de acuerdo; 3 = indiferente; 4 = un poco de acuerdo; 5 = muy de acuerdo).	1	2	3	4	5
El formador/a se ha mostrado accesible en el trato individual.					
El formador/a me hacía sentir bien recibido cuando necesitaba soporte.					
El formador/a ha trasladado los contenidos de una forma muy adecuada y pertinente.					

Los contenidos trabajados

Valorar de 1 a 5 según el grado de acuerdo (1 = nada de acuerdo; 2 = poco de acuerdo; 3 = indiferente; 4 = un poco de acuerdo; 5 = muy de acuerdo).	1	2	3	4	5
El formador/a ha tratado los principales contenidos de la Guía Didáctica.					
El formador/a ha reparado en los contenidos que más nos interesaban.					
El formador/a ha trasladado los contenidos de una forma muy adecuada y pertinente.					

Los talleres y las actividades de aprendizaje

Valorar de 1 a 5 según el grado de acuerdo (1 = nada de acuerdo; 2 = poco de acuerdo; 3 = indiferente; 4 = un poco de acuerdo; 5 = muy de acuerdo).	1	2	3	4	5
Las aportaciones del formador/a en talleres y actividades de aprendizaje han sido equitativas y adecuadas.					
La metodología de talleres y actividades de aprendizaje ha sido oportuna y pertinente.					
Los contenidos de talleres y actividades de aprendizaje se corresponden con los contenidos trabajados.					

LA EVALUACIÓN

9

Dificultad, volumen y ritmo

Valorar de 1 a 5 según el grado de acuerdo (1 = nada de acuerdo; 2 = poco de acuerdo; 3 = indiferente; 4 = un poco de acuerdo; 5 = muy de acuerdo).

	1	2	3	4	5
Los talleres y actividades de aprendizaje han sido muy fáciles, fáciles, normales, difíciles o muy difíciles.					
El volumen de talleres y actividades de aprendizaje ha sido muy pequeño, pequeño, normal, grande o muy grande.					
El ritmo de talleres y actividades de aprendizaje ha sido muy lento, lento, normal, rápido o muy rápido.					

Otras opiniones y valoraciones sobre el proceso formativo seguido

PARA SABER MÁS

10

Código de Conducta en Competiciones Deportivas de Petanca

<https://ddd.uab.cat/record/250108>

Reglamento de Juego

<https://www.fepetanca.com/reglamento-oficial-de-petanca-actualizacion-2022>

Instituciones

Federación Catalana de Petanca <https://fcpetanca.cat/>

Unión de Federaciones Deportivas <https://www.ufec.cat>

Consejo Catalán del Deporte

<https://esport.gencat.cat>

Federación Española de Petanca <https://www.fepetanca.com>

Consejo Superior de Deportes <https://www.csd.gob.es/es>

Confederació Europea de Petanca <https://www.cep-petanque.com>

Federación Internacional de Petanca <https://fipjp.org/index.php/fr>

Inventario de clubes de petanca catalanes

<https://fcpetanca.cat/llistat-clubs/>

Bibliografia

Bruno, R. (2003). **Les secrets de la pétanque et du jeu provençal**. Les Presses du Midi.

Chopard, M. & Foyot, M. (2003). **Manuel pratique de la pétanque. S'initier et progresser**. Amphora.

Fieux, P. (2008). **La pétanque de compétition**. Les Presses du Midi.

Fieux, F. (2008). **Comment se forger un mental de champion**. Les Presses du Midi.

González, J. & Garcés, E. J. (2009). *Plan de entrenamiento psicológico en el deporte de la petanca: En búsqueda del rendimiento grupal óptimo*. **Revista de Psicología del Deporte, Vol. 18, 1, 87-104**. Disponible a: <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v18n1/19885636v18n1p87.pdf>

Kaisen, A. (2009). **L'esprit de la pétanque**. Originel Accarias.

Keramidas, C. (2018). **Tu tires ou tu pointes?** Les Presses du Midi.

Muñoz, J. L. (Coord.); Adell, N.; Barbecho, M.; Castilla, M.; Ferrari, J.; García, M.; Manzano, J.; Martín, J.; Pérez, J.; Rabasco, J.; Sorio, Ò. (2021). **Codi de Conducta en Competicions Esportives de Petanca**. Barcelona: Federació Catalana de Petanca. Disponible a: <https://ddd.uab.cat/record/250108>

Pilate, M. & Verheul, J. (2013). **La fabuleuse histoire de la pétanque**. Lucien Souny.

Raluy, C. (2018). **Pétanque, le grand livre**. Hachette Pratiques – Vanves (Hauts-de-Seine).

REQUISITOS PARA SOLICITAR TALLERES

11

Los requisitos necesarios para poder solicitar algún taller de la Federación Catalana de Petanca son los que se detallan a continuación.

- Pueden participar los centros educativos de Educación Primaria y de Educación Secundaria Obligatoria de Cataluña autorizados por el Departamento de Educación de la Generalitat de Catalunya.
- La participación en cualquier taller implica la aceptación de la difusión pública de reportajes escritos genéricos y/o de las imágenes colectivas captadas en el momento de su realización
- Será necesario que el profesorado acompañe en todo momento al alumnado y se responsabilice con el formador/a del control y el orden del grupo durante la realización del taller.
- Es imprescindible que en los talleres que impliquen desplazamientos fuera del centro educativo, se cumpla la normativa de acompañamiento que dicta el Departamento de Educación de la Generalitat de Catalunya. En ningún caso se puede contar con el formador/a que realiza el taller como acompañante.
- El número máximo de participantes por taller corresponde al alumnado de un grupo-clase. Excepcionalmente puede haber talleres con un número superior de participantes, en este caso se debe especificar oportunamente.
- En el momento de difundir los talleres en los que participen los centros educativos inscritos es necesario hacer referencia a la organización de estos por parte de la Federación Catalana de Petanca y su Área de Formación.

RECURSOS FACILIDADES POR LA FCP

12

Los recursos facilitados por la Federación Catalana de Petanca en cada taller pueden ser diferentes. Por eso es necesario consultar antes con la Federació Catalana de Petanca.

- Los talleres son mayoritariamente gratuitos para los centros educativos participantes, pero en algunos casos los centros educativos deben hacerse cargo de los gastos derivados del transporte del formador/a y/o del material necesario.
- La práctica de la petanca precisa de ropa deportiva y calzado deportivo adecuado.
- En algunos de los talleres el centro educativo deberá aportar los medios técnicos necesarios para proyectar imágenes y/o facilitar una conexión a Internet. También pondrá a disposición el patio escolar de arena, bien un parque municipal o un campo de arena propicio para poder llevar a cabo los talleres.

FORMULARIO DE SOLICITUD

13

Centro educativo y municipio		
Nombre y apellidos de la persona responsable		Cargo
Teléfono		Correo electrónico
Curso que participará	Nombre y apellidos del profesor/a	Número de alumnos
Preferencias de fechas y horarios		
Observaciones relacionadas con la solicitud		
<p>secretaria@fcpetanca.cat i formacio@fcpetanca.cat</p>		



FEDERACIÓ
CATALANA DE
PETANCA

La Federació Catalana de Petanca es una entidad de utilidad pública que se constituyó en 1985. Como federación deportiva catalana es una entidad privada de interés público, cívico y social, sin ánimo de lucro. Su propósito principal es promocionar, dirigir, organizar, gestionar y coordinar la práctica deportiva de la petanca en el ámbito territorial de Cataluña. Está constituida por deportistas, técnicos y técnicas, y árbitros, mediante la suscripción de la correspondiente licencia federativa. Igualmente, forman parte las entidades deportivas (clubes deportivos, agrupaciones deportivas y asociaciones deportivas escolares) y las entidades privadas no deportivas sin ánimo de lucro que incluyen, entre sus metas, el fomento y la práctica de la actividad deportiva de la petanca .



Rbla. Guipúscoa 23, 3r D (08018 – Barcelona).



<https://www.facebook.com/fcpetanca>



<http://www.fcpetanca.cat/>



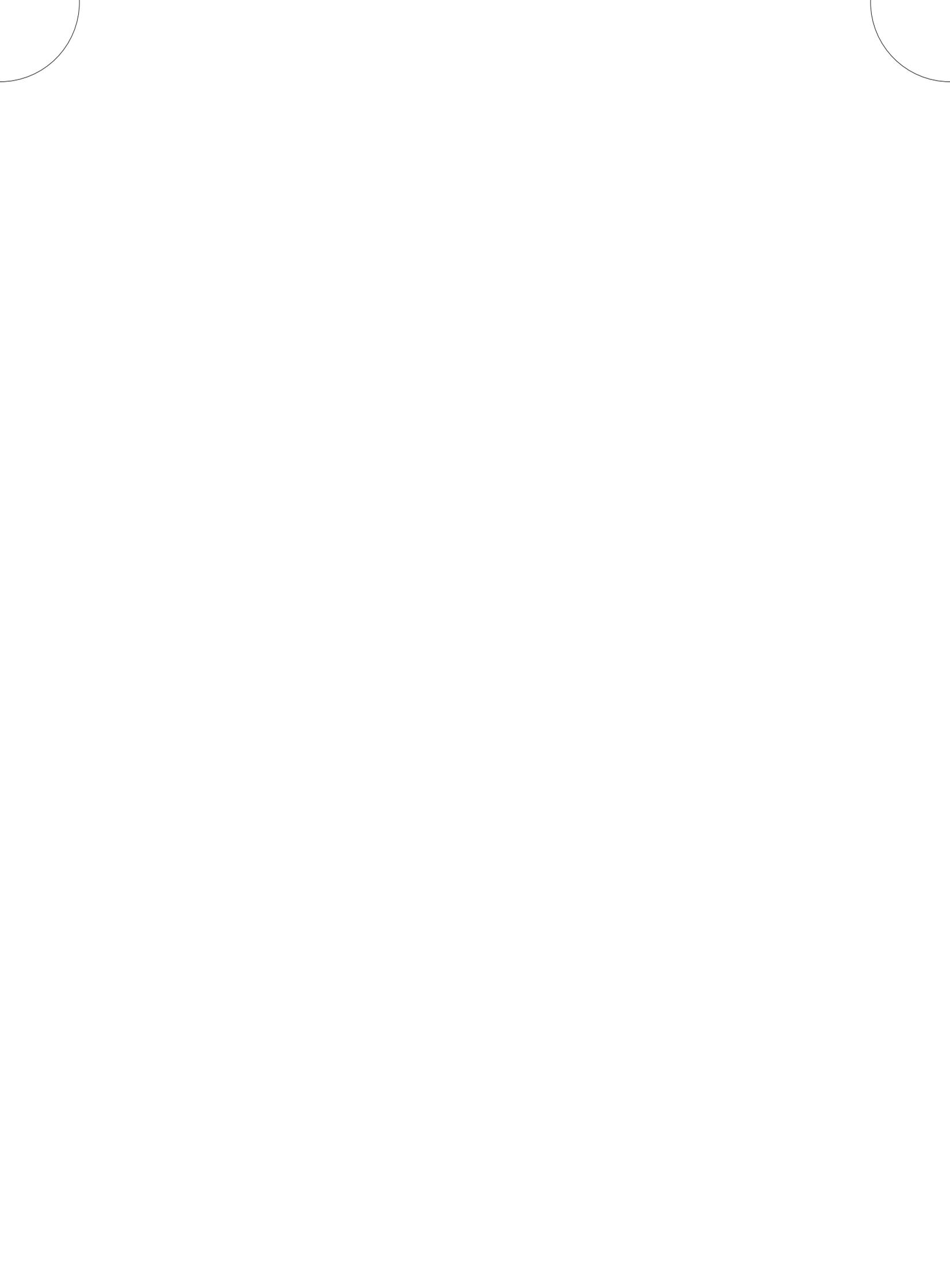
93.268.00.48



<https://www.instagram.com/f.c.petanca/>



secretaria@fcpetanca.cat





FEDERACIÓ
CATALANA DE
PETANCA

