

Unidad Didáctica: 3 – Lanzamientos y recepciones

Sesión nº: 5

**Objetivos de la sesión:** trabajar los lanzamientos y recepciones, trabajar los desplazamientos y la coordinación óculo-manual; y fomentar el trabajo en equipo.

Estilo(s) de enseñanza utilizado(s): asignación de tareas.

**Materiales e instalaciones:** balones y una cuerda.

Duración: 1 hora

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Tarea	Representación gráfica
<p><u>Parte inicial (calentamiento)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Trabajo de movilidad articular (5 minutos).</li> <li>· <b>Copiar al compañero (6 minutos):</b> se dividirá al grupo en parejas. Cada pareja tendrá un balón. Un integrante de la pareja deberá pasarle el balón a su compañero “inventándose una forma de pasar” y el compañero deberá devolverle el balón realizando el mismo pase. Se intercambiarán los roles tras cada pase.</li> </ul>	
<p><u>Parte principal</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· <b>El matamoscas (6 minutos):</b> se dividirá a los alumnos en dos grupos. Uno de los grupos se colocará pegado a la pared y el otro grupo se colocará a una distancia de 3 o 4 metros. El grupo que se encuentra a 3 o 4 metros de la pared tendrá todos los balones y deberá realizar lanzamientos para tratar de golpear las piernas de sus compañeros que están apoyados en la pared. Por su parte, los jugadores de la pared deberán tratar de esquivar los tiros sin separarse de la pared.</li> </ul>	

- **El frontón (8 minutos):** se dividirá a los jugadores por parejas y cada pareja tendrá un balón. Un integrante de la pareja deberá lanzar el balón contra la pared y su compañero deberá recoger el rebote.



- **5 pases (8 minutos):** se dividirá al grupo en dos equipos. Cada equipo deberá intentar realizar 5 pases seguidos sin que el balón caiga al suelo o sea interceptado por el otro equipo. 5 pases = 1 punto. Ganará el equipo que consiga más puntos.



- **Balón volador (6 minutos):** se dividirá al grupo en dos equipos. Se dividirá el campo en dos, colocando una cuerda en medio a 1'5 metros de altura, más o menos. Un jugador de uno de los equipos, deberá lanzar el balón al campo contrario y los jugadores rivales deberán tratar de cogerlo antes de que toque el suelo (valorar la opción de permitir un bote). Cuando un equipo no consiga coger el balón según las normas, el equipo contrario conseguirá un punto. Ganará el equipo que tenga más puntos al finalizar el juego.



### Parte final (vuelta a la calma)

• **¿Quién ha sido? (6 minutos):** los jugadores se sentarán en el suelo formando un círculo. Uno de ellos se sentará en el centro del círculo. Los jugadores sentados alrededor se pasarán un balón y, en un momento del juego, se la pasarán al jugador que está en el centro. Este deberá adivinar quién se la ha pasado. Si lo consigue, se intercambiarán roles.

