

Unidad Didáctica: 2 – Golpeo y pase

Sesión nº: 4

Objetivos de la sesión: trabajar los golpes y los pases; fomentar el trabajo en equipo, trabajar la conducción; trabajar la coordinación óculo-manual; y trabajar la memoria.

Estilo(s) de enseñanza utilizado(s): asignación de tareas y descubrimiento guiado.

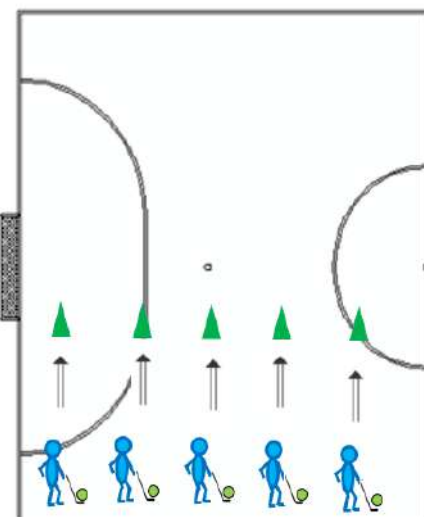
Materiales e instalaciones: pelotas, conos, aros y sticks de hockey o picas.

Duración: 1 hora

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Tarea	Representación gráfica
<p><u>Parte inicial (calentamiento)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Trabajo de movilidad articular (5 minutos). Los animales (6 minutos): se divide al grupo por parejas y cada pareja tendrá una pelota. El profesor dará una serie de pautas: tigre=pase al pecho, león=pase picado, caballo=pase con el pie, etc. Los jugadores deberán desplazarse por el espacio y, cuando el profesor diga el nombre de un animal, realizarán el tipo de pase que corresponda. Variante: se podrán realizar secuencias de animales. 	
<p><u>Parte principal</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Afinamos la puntería (6 minutos): se dividirá a los alumnos en parejas. Cada integrante de la pareja se colocará a un lado de una fila de conos. Los jugadores deberán realizar pases (utilizando los pies) entre los conos mientras avanzan. Al finalizar la fila de conos, a unos 3 metros, habrá un cono. Los jugadores deberán golpear el balón para intentar derribar el cono. 	

• **Lo más lejos (6 minutos):** cada jugador tendrá un stick de hockey o, en su defecto, una pica y una pelota. Se realizará una competición para ver quién golpea el balón para que llegue más lejos. A continuación, se golpeará con intención de derribar un cono que habrá a 3 o 4 metros de distancia.



• **Relevos (8 minutos):** se dividirá al grupo en equipos con el mismo número de integrantes. Cada jugador tendrá un stick de hockey/pica y una pelota. Realizará una conducción haciendo zigzag por una fila de conos y, al llegar al final, deberá pasar la pelota al siguiente compañero de la fila. Ganará el equipo que finalice antes el recorrido. Se realizarán varias rondas. Variantes: conducción con una sola mano, con la mano no dominante, etc.



• **Los pastores y el lobo (8 minutos):** los jugadores (pastores), menos uno (que será el lobo), tendrán un aro (casa) y una pelotita (cordero). Los pastores deberán colocar sus casas dispersas por todo el espacio y empezar la partida dentro de ellas. A sus pies, estará su cordero, al que deberán sacar a pasear con sus sticks, a la señal del monitor. El lobo también tendrá un stick y deberá intentar cazar a los corderos. Si lo consigue, el pastor dueño de ese cordero, pasará a ser lobo. Los pastores podrán salvarse en cualquier casa vacía, pero no podrán estar en ella más de 5 segundos y el lobo no podrá esperar, a modo de guardián, a que el pastor salga.



Parte final (vuelta a la calma)

- **Nos volvemos de goma (6 minutos):** todos los alumnos se tumbarán en el suelo y el monitor guiará una sesión de relajación.

