

Unidad Didáctica: 3 – Parada e interceptación

Sesión nº: 1

Objetivos de la sesión: trabajar las paradas e interceptaciones; trabajar los desplazamientos; trabar la coordinación óculo-manual y óculo-pédica; y fomentar el trabajo en equipo.

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

Materiales e instalaciones: balones de diferentes tamaños, conos y aros.

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) · Hockey aro (6 minuto): se dividirá la clase en dos grupos, cada uno de ellos tendrá en su zona un aro donde tendrán que ir metiendo las pelotas que se encuentren en el centro del campo. En el recorrido, los adversarios pueden quitarles la pelota, pero dentro del aro el robo estará prohibido. 	
<p><u>Parte principal</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Tú recibes (6 minutos): se dividirá al grupo por parejas y se les dará un balón. Se separarán por una distancia aproximada de un metro, el juego consistirá en lanzarle el balón con el pie a compañero, que tendrá que pararlo con la planta del pie. 	

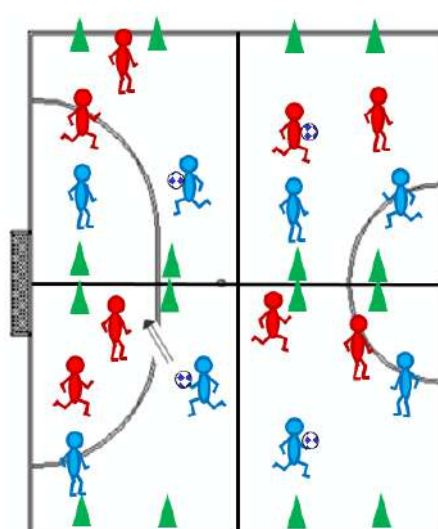
• **¿Por dónde viene? (6 minutos):** se dividirá al grupo por parejas, cada una de ellas con un balón. Se situarán unos frente a los otros, pero uno de los integrantes de la pareja estará de espaldas. Cuando el monito indique, el jugador que tiene el balón lo lanzará a su compañero y éste se girará para interceptarlo.



• **Mis conos no se tocan (8 minutos):** se colocarán 3 conos en el centro y un equipo formado por 4 jugadores se encargará de defender los conos, mientras que, otro equipo formado por otros 4 jugadores, se encargará de atacarlos. Los atacantes tendrán, cada uno, un balón y lo lanzarán a los conos para derribarlos. Los defensores intentarán interceptar los balones antes de que lleguen a los conos. A los 4 minutos, se cambiará al equipo defensor por el atacante.



• **Mini goles (10 minutos):** se dividirá la pista en cuadro mini campos y en cada uno de ellos se situarán dos porterías (delimitadas mediante conos). Los minicampos serán ocupados por dos equipos. Los jugadores deberán meter el mayor número posible de goles en las porterías y lo harán con las manos. El equipo que defiende puede interceptar y parar el balón con cualquier parte del cuerpo.



Parte final (vuelta a la calma)

• **El reloj (6 minutos):** se dividirá a los alumnos en grupos de 5, que formarán un círculo con uno de ellos en el centro y, se les dará un balón. Siguiendo el orden de las agujas del reloj, el primer jugador le pasará el balón al del medio con las manos, el del medio jugará con el jugador 2, que le devolverá el balón al jugador del medio y así, sucesivamente.

