

Unidad Didáctica: 4 – Juegos alternativos

Sesión nº: 5


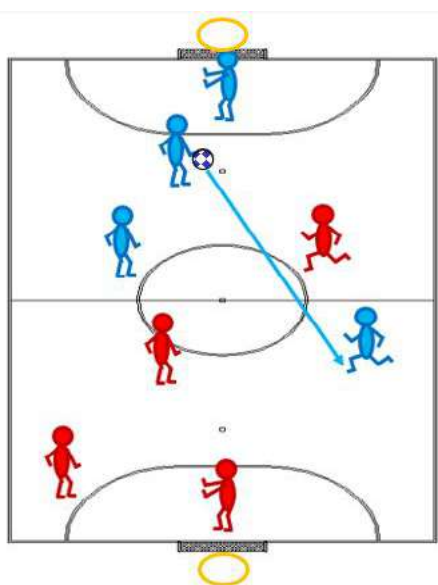
Objetivos de la sesión: trabajar las capacidades físicas básicas y la coordinación óculo-manual y óculo-pédica; fomentar el trabajo en equipo y la y promover el conocimiento y la práctica de juegos alternativos.

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

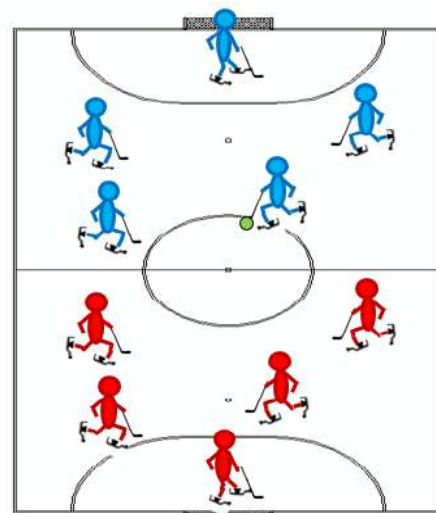
Materiales e instalaciones: antifaz o pañuelo, pelota, aro grande, cuerda o cinta adhesiva, pelota de tenis, palos de hockey, botellas de 1'5l o 2l y fitball.

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 pollitos revoltosos (6 minutos): 5, 7 o 9 alumnos formarán una fila y se agarrarán por la cintura (son los pollitos). Un compañero libre se la quedará (el zorro) y tratará de tocar al último de la fila, el cual, sin soltarse del compañero de delante, intentará evitarlo desplazándose. El primero de la fila (la mamá) también tratará de impedirlo obstaculizando el paso al zorro. Cuando el zorro consiga tocar al último pollito, se incorporará a la fila y pasará a ser último pollito de la fila. El jugador que hacía de mamá, se soltará y se convertirá en zorro. 	
<p><u>Parte principal</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Ringol (8 minutos): se dividirá a los alumnos en dos grupos. Los jugadores deberán intentar marcar el mayor número de goles posibles en la portería contraria. Encima del larguero habrá un aro sujeto (la anotación en el valdrá doble). Se jugará mediante golpes al balón con cualquier parte del cuerpo, excepto puños y cabeza. Cuando un jugador se encuentre dentro del área contraria, no podrá agarrar el balón. 	

• **Skate-bottle (10 minutos):** se dividirá al grupo en dos equipos. Se utilizará una pelota pequeña, sticks de hockey y unos skate-bottles fabricados por cada jugador (unos zapatos hechos con botellas de plásticos vacías y cinta adhesiva). Los jugadores deberán introducir la pelota en la portería contraria usando los sticks de hockey para guiarla y los skate-bottles para desplazarte deslizándote. Cada jugador podrá dar dos toques a la pelota y esta no podrá ser jugada por dos compañeros alternativamente de manera continuada. Ningún jugador podrá pisar dentro del área, excepto el portero. Este podrá parar la pelota con cualquier parte del cuerpo, pero sin soltar el stick de hockey.



• **Bareg Bubble Ball (10 minutos):** se dividirá a los alumnos en dos equipos. Los jugadores deberán conseguir el mayor número de puntos llevando el fitball a la zona de anotación (el área de la pista de fútbol-sala) golpeándolo con las manos (máximo tres veces por jugador). La pelota podrá botar y, mientras no toque el suelo, no se considerará fuera. No se podrá tocar ni coger la pelota con dos manos.



Parte final (vuelta a la calma)

• **La gallinita ciega (6 minutos).** todos los jugadores se colocarán en círculo cogidos de las manos, excepto el jugador que desempeña el rol de "gallinita ciega" (que se encuentra en el centro del círculo y con los ojos tapados). Después de dar tres vueltas sobre sí misma, se dirigirá hacia cualquier jugador de los que se encuentra en el círculo y palpará su cara para reconocerlo. Si lo consigue, intercambiarán su papel.

