

Unidad Didáctica: 5 – Introducción al deporte reglado. Sesión nº: 4

Objetivos de la sesión: trabajar el reglamento del hockey a través de la práctica de un partido real, trabajar las capacidades físicas básicas, la coordinación ojo-mano, los pases, las interceptaciones, los lanzamientos y las paradas; y fomentar el trabajo en equipo.

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

Materiales e instalaciones: sticks de hockey, disco de hockey, conos y petos.

Duración: 1 hora

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Tarea	Representación gráfica
<p>Parte inicial (calentamiento)</p> <ul style="list-style-type: none"> Trabajo de movilidad articular (5 minutos). Posesión (6 minutos): se dividirá al grupo en dos equipos con el mismo número de integrantes. Cada jugador tendrá un stick de hockey. Habrá un disco y los dos equipos deberán tratar de conseguir y mantener la posesión del disco. Para ello, los jugadores deberán pasárselo e intentar que los jugadores del equipo contrario no intercepten los pases. 	
<p>Parte principal</p> <ul style="list-style-type: none"> Partido (40 minutos): se llevará a cabo un partido de hockey (valorar la posibilidad de que, en lugar de jugar todos, haya algún cambio). Ganará el equipo que consiga marcar más goles en la portería contraria al finalizar el partido. <p>Si no se dispone de porterías y un campo, se delimitarán utilizando conos.</p>	

Parte final (vuelta a la calma)

- **Penaltis (6 minutos):** los jugadores formarán una fila y tirarán penaltis. Ganará el equipo que más penaltis consiga convertir en gol.

