

Unidad Didáctica: 5 – Introducción al deporte reglado.

Sesión nº: 5

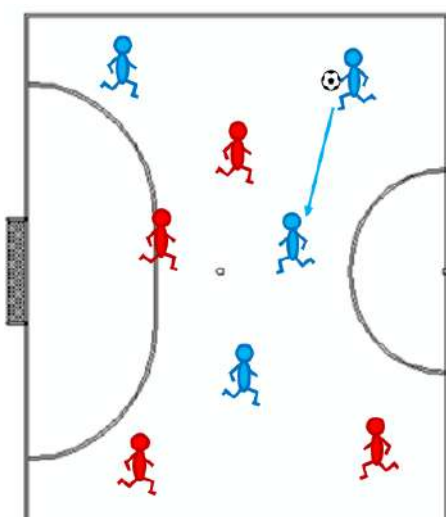
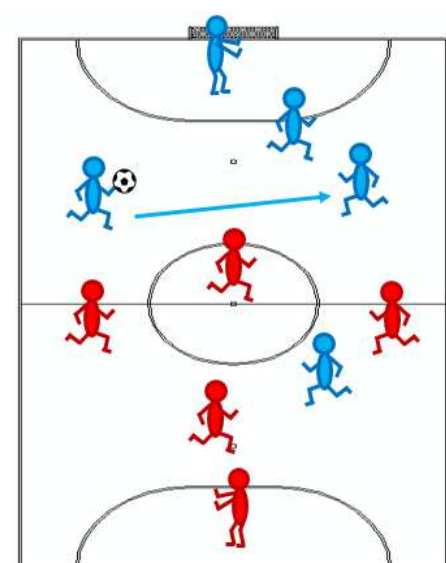
Objetivos de la sesión: trabajar el reglamento del balonmano a través de la práctica de un partido real; fomentar el trabajo en equipo; trabajar las capacidades físicas básicas, la coordinación óculo-manual, los lanzamientos, interceptaciones, pases y las paradas.

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

Materiales e instalaciones: pelota de balonmano, conos y petos.

Duración: 1 hora

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Tarea	Representación gráfica
<u>Parte inicial (calentamiento)</u> • Trabajo de movilidad articular (5 minutos). • Posesión (6 minutos): se dividirá al grupo en dos equipos con el mismo número de integrantes. Habrá un balón y los dos equipos deberán tratar de conseguir y mantener la posesión del balón. Para ello, los jugadores deberán pasarse el balón e intentar que los jugadores del equipo contrario no intercepten los pases.	
<u>Parte principal</u> • Partido (40 minutos): se llevará a cabo un partido de balonmano (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. Si no se dispone de porterías y un campo, se delimitarán utilizando conos (sin olvidar el área en la que los alumnos no pueden pisar).	

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.

