

Unidad Didáctica: 7 – Introducción a la competición deportiva Sesión nº: 7

**Objetivos de la sesión:** iniciar a los alumnos en la competición deportiva; aprender a organizar una competición en formato de liga; fomentar el trabajo en equipo y la confianza en uno mismo; y promover la adquisición de hábitos saludables.

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

**Materiales e instalaciones:** material necesario para la modalidad deportiva elegida, pelotas de gomaespuma, conos y petos.

**Duración:** 1 hora

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Tarea	Representación gráfica
<p><b><u>Parte inicial (calentamiento)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Trabajo de movilidad articular (5 minutos).</li> <li>· <b>La pelota malvada (6 minutos):</b> los alumnos se desplazarán por el terreno de juego y uno de ellos tendrá una pelota de gomaespuma. El jugador que tiene la pelota, deberá intentar pillar a sus compañeros golpeándolos con el balón. Si son golpeados, intercambiarán roles con el compañero que los ha pillado. Conforme vaya avanzando la actividad, el profesor irá añadiendo más balones, con la finalidad de incrementar la dificultad y la intensidad.</li> </ul>	
<p><b><u>Parte principal</u></b></p> <p>En esta unidad didáctica, los alumnos organizarán un circuito de competiciones para iniciarse en la competición deportiva. Para ello, se votarán dos deportes (uno individual y otro colectivo) para, durante la presente sesión y las siguientes, realizar una competición en formato de liga.</p> <p>· <b>Competición tipo liga del deporte colectivo seleccionado (45 minutos):</b> se dividirá al grupo en tantos equipos como sea posible, en función de la disciplina deportiva seleccionada.</p>	

### Parte final (vuelta a la calma)

- **Adivina, adivinanza (6 minutos):** se dividirán a los alumnos por parejas. Uno de los integrantes de la pareja se colocará de espaldas y su compañero deberá escribir una palabra en su espalda. El jugador que está de espaldas deberá intentar adivinar lo que le ha escrito su compañero. Cuando la respuesta sea correcta, intercambiarán los roles.

