

SESIÓN: UNA DE... LANZAMIENTOS Y RECEPCIONES.
CICLO: 1º

OBJETIVOS

- Iniciar a los alumnos en habilidades y destrezas básicas.

MATERIALES

- Cancha de baloncesto, pelotas y bancos suecos.

PARTE INICIAL

- **JUEGO: “Comecocos”**, en el patio, teniendo en cuenta las líneas del campo de baloncesto, sin salirse de ellas y habilitando como casa la base de las canastas. Un jugador se la queda en el centro del campo e intenta tocar a todos los demás siguiendo las líneas blancas, el jugador tocado ayuda a su compañero y así sucesivamente hasta llegar al último. Los jugadores pueden entrar a sus casa y volver a salir sin entretenerse (el que intenta pillar contará hasta 5...) Quedan eliminados aquellos que se pasen de las líneas al resto del campo, sin seguir su trazado. De vez en cuando se hará un pequeño descanso que servirá para asegurarnos de qué jugadores están tocados y quienes continúan sin tocar.

PARTE PRINCIPAL

- **JUEGO. “BOMBA”**. Los jugadores forman un círculo de pie, uno sentado en el medio y con los ojos cerrados cuenta en bajo hasta diez y dice en alto “aviso”, otros diez y dice “peligro” otros diez y dice “bomba”, mientras esto sucede, el resto de jugadores se están pasando el balón de uno a otro por orden y decepcionándolo sin que se les caiga. Cuando alguien lanza o decepciona mal y cuando se dice “bomba”, el jugador al que le coincide el balón queda eliminado. Este jugador se tumba boca abajo y el jugador anterior tiene que, saltando, dar el balón al siguiente y volver a su sitio. Así continúa el juego hasta que quede sólo un jugador de pie.
- **JUEGO: “LIMPIAR LA CASA”**. Dos campos, la línea central y/o unos bancos suecos sirven de delimitación de cada uno. Se hacen dos equipos y a cada equipo se les dan cinco balones. Se trata, a la señal de “ya” o toque de silbato, mandar balones al otro campo solo con las manos; cuando vuelva a sonar el silbato se deja de lanzar balones y se cuenta cuántos hay en cada campo. Gana aquel equipo que tenga menos balones en su territorio. El juego durará 1 ó 2 minutos. Podemos hacer variantes; lanzar rodando, lanzar con el pie si los balones son blandos, pasar golpeando con la rodilla...

VUELTA A LA CALMA

- **JUEGO: “DIRECTOR DE ORQUESTA”.** Todos sentados en corro; un niño sale fuera o se pone de espaldas. El maestro le dice a algún otro niño del corro que es el “director de orquesta” y tiene que hacer gestos. El que está de espaldas se pondrá en medio del corro, cuando el director haga un gesto, los demás lo imitarán, intentando no ser vistos por el compañero que está en el centro. Este alumno tiene tres posibilidades de dar nombres, si acierta quién es el director, éste pasa a ocupar su sitio.