

SESIÓN "actividades diversas 2 ... con el pie y un balón"

CICLO: 3º

OBJETIVOS

- Mejorar habilidades relacionadas con la práctica deportiva.
- Ampliar el componente lúdico de la relación grupal.
- Apoyo en la asunción de normas.

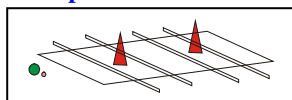
MATERIALES

Balones de fútbol sala o similares (1 para cada alumno/a si es posible). Conos o marcas. Las porterías del juego. Colocar redes para controlar los balones lanzados.

PARTE INICIAL

Toma de contacto con los balones y los materiales dispuestos en el espacio de la actividad.

Interceptar el balón controlado por otro

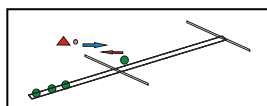


- 1.- Pasar entre defensores (semi estáticos) situados en una zona señalada.
- 2.- Los jugadores que defienden lo pueden hacer dentro de unos límites indicados.

PARTE PRINCIPAL

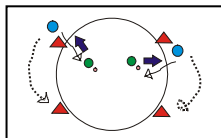
Golpear de cabeza en grupo

"Pasar al de la fila" Un pasador devolviendo en un punto definido en ejercicio se efectúa en ambas



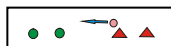
sirve para una fila, que va la mitad del desplazamiento. El direcciones.

"Cuatro en grupo" Con un balón que se van balón a los que están enfrente.



Habilidades con el pie

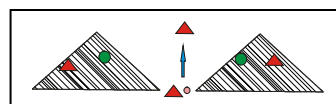
"Devolver desde 4 puntos".- Competición por parejas y 2 lanzadores. Cada componente se mueve en una dirección servido por el lanzador con un balón.



alternando en la acción de devolver el

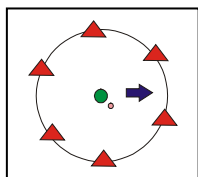
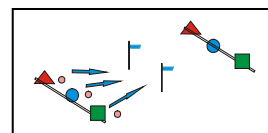
"Quitar el balón" (T) Entre dos se pasan el balón, evitándolo el jugador situado en el medio que no podrá dirigirse a ninguno de los extremos. El que no pasa, trata de desmarcarse para recibir.

"Juego de 3x2" Al único que no se le puede presionar es al que tiene el balón.



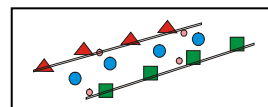
"Juego de 2:1 y 3:1 en dos porterías"

"A portería pequeña" Lanzamiento a portería tras un nº determinado de lanzamientos, lo hacen los compañeros.



"A colar por el círculo" Aproximadamente 7 jugadores sujetos por la mano, tratar de pasar el balón al exterior empleando el pie. Los del círculo busca el evitarlo.

"Por el pasillo" 3 grupos. Dos colocados en los extremos y el 3º en el medio que busca interceptar el mayor nº de balones (que irán retirando de los que estén empleando los otros dos). Gana el que menos tardó en interceptar todos los balones utilizados.



VUELTA A LA CALMA

Actividad de relación grupal:

“3 grupos a 2 porterías” En cada lado tiran por turnos. Aproximándose hasta una distancia señalada. Puntuándose los goles conseguidos.

Variante.- Dos grupos, el que consigue meter el gol se pone de portero.

