

Unidad Didáctica: 7 – Introducción a la competición deportiva **Sesión nº: 2**

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, un papel, conos y petos.

Duración: 1 hora

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Tarea	Representación gráfica
<p><u>Parte inicial (calentamiento)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo de movilidad articular (5 minutos). · La silla de la reina (6 minutos): todos los alumnos se sientan en círculo y, al lado de uno de ellos, se dejará un hueco libre. El jugador que tiene el hueco a su derecha dirá en voz alta: “quiero que se siente a mi lado... y dirá el nombre de un compañero”, este compañero, deberá levantarse rápidamente a ocupar el lugar libre. A continuación, el alumno que tiene el nuevo hueco libre a su derecha, hará lo mismo y, así, sucesivamente. El profesor irá indicando la velocidad de los desplazamientos, comenzando con desplazamientos caminando rápido. 	<p>QUIERO QUE SE SIENTE A MI LADO, JAIME</p>
<p><u>Parte principal</u></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> <ul style="list-style-type: none"> · Competición tipo liga del deporte individual seleccionado (45 minutos): se organizará al grupo de la forma más efectiva posible de manera que todos puedan participar de forma simultánea en la actividad. 	

Parte final (vuelta a la calma)

- **El telegrama (6 minutos):** se colocarán todos los alumnos sentados en círculo, excepto uno, que saldrá al centro como voluntario. Alguno de los alumnos dirá: “Envío un telegrama a... Laura” y los compañeros que están sentados, deberán pasarse un papel (previamente introducido por el profesor) mediante apretones de manos. Si el compañero que se encuentra en el centro consigue identificar por dónde va el telegrama, el alumno descubierto pasará a ocupar el lugar de vigilante, colocándose en el centro del círculo. Si no encuentra el telegrama, continuará desarrollando las labores de vigilante.

