

Habilidades Técnicas Específicas Habilidades motrices genéricas	Unidad Didáctica: 1 – Iniciamos al fútbol sala	Sesión nº 6
--	--	-------------

Objetivo didáctico:

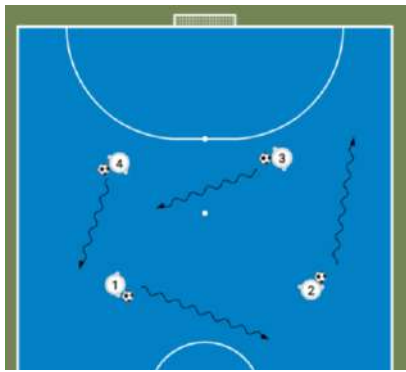
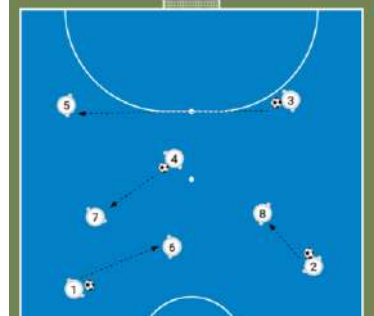
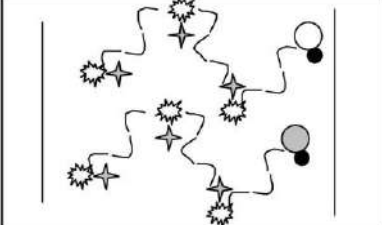
- Introducir al jugador en el conocimiento y práctica del fútbol sala.
- Fomentar el compañerismo, el trabajo en equipo y la aceptación de las normas.
- Estimular la autoconfianza, fomentar el respeto, el compañerismo y la tolerancia.
- Trabajar los desplazamientos, manejo y control del balón y la expresión corporal.

Estilo(s) de enseñanza utilizado(s):	Materiales e instalaciones:
<ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas • Resolución de problemas • Descubrimiento guiado 	<ul style="list-style-type: none"> • Balones de fútbol sala • Conos

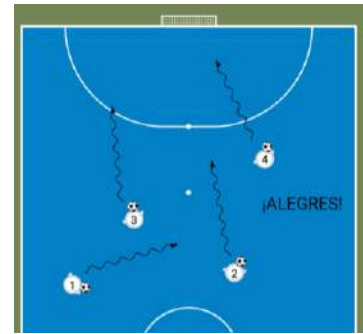
Valores A.J.L.: Valentía, honestidad, respeto, comunicación, no discriminación.

Duración: 90 min	Parte inicial: 15 min	Parte principal: 60 min	Parte final: 15 min
-------------------------	------------------------------	--------------------------------	----------------------------

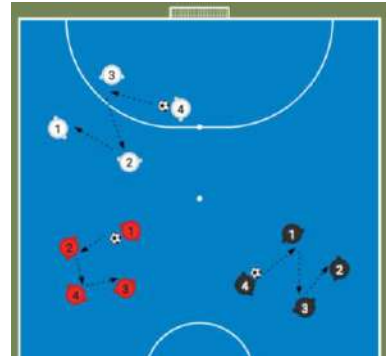
DESARROLLO DE LA SESIÓN

<i>Ejercicio</i>	<i>Representación gráfica</i>
<p><u><i>Parte inicial (calentamiento)</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajo de movilidad articular (9 minutos). • Al son de la música (6 minutos): todo el grupo realiza carrera continua con diferentes formas de desplazamiento mientras conducen el balón, según vaya indicando el técnico. Al poner la música todos deben parar y bailar el tipo de música que esté sonando, utilizando todo el cuerpo durante unos segundos hasta que cese la música y sigan con el desplazamiento. 	
<p><u><i>Parte principal</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sin el son de la música (15 minutos): todo el grupo baila al ritmo de la música, que el técnico va eligiendo, mientras se están pasando el balón entre todo el grupo (la mitad tienen balón y la otra mitad no). Cuando el técnico pare la música, los compañeros que tengan balón deben hacer una pose o figura con el balón, y el resto, deben tumbarse en el suelo y realizar el ejercicio de plancha. 	
<ul style="list-style-type: none"> • Imítame (15 minutos): por parejas, cada uno con su balón, uno irá realizando diferentes desplazamientos y movimientos por toda la pista mientras va conduciendo el balón y el compañero tendrá que imitarlo a modo de espejo. Tras un tiempo, el monitor indica el cambio de roles. 	

- **Me desplazo como siento (15 minutos):** en función de las “emociones” que vaya indicando el técnico, el grupo se desplazará por todo el espacio, trotando o caminando de manera rápida o lenta intentando expresar la emoción con el cuerpo, el ritmo y la expresión facial.



- **Representamos... (15 minutos):** se divide el grupo en tres o cuatro subgrupos. Cada subgrupo con un balón, irán desplazándose por la pista realizando pases entre ellos. Cuando el técnico decida, dirá en alto un oficio, especie animal o una acción concreta y cada subgrupo tendrá que detenerse y realizar la representación indicada. Las representaciones durarán menos de un minuto y se realizarán varias y con distintas características.



Parte final (vuelta a la calma)

- **¿Qué sientes? (7 minutos):** se sentarán todos los jugadores en el suelo formando un círculo. Uno de ellos saldrá como voluntario al centro y el monitor le dirá, al oído, una emoción. Sus compañeros le harán preguntas (del tipo: ¿estás triste?, ¿quieres llorar?, etc.) y el jugador del centro deberá responder a estas preguntas. Si un participante adivina de qué emoción se trata, pasará al centro.
- **Estiramientos guiados (8 minutos).**

