

|  |  |             |
|--|--|-------------|
| Habilidades Técnicas Específicas<br>El pase, el remate y el manejo del balón | Unidad Didáctica: 2 – El pase, remate y manejo del balón | Sesión nº 4 |
|--|--|-------------|

**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 el remate de forma general.

|  |  |
|--|--|
| <b>Estilo(s) de enseñanza utilizado(s):</b>  | <b>Materiales e instalaciones:</b>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asignación de tareas</li> <li>• Resolución de problemas</li> <li>• Descubrimiento guiado</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Balones de fútbol sala</li> <li>• Bancos suecos</li> <li>• Conos</li> <li>• Pelotas blandas</li> <li>• Petos</li> </ul> |

**Valores A.J.L.:** Deportividad, superación, compañerismo, autoestima.

|                         |                              |                                |                            |
|-------------------------|------------------------------|--------------------------------|----------------------------|
| <b>Duración:</b> 90 min | <b>Parte inicial:</b> 15 min | <b>Parte principal:</b> 60 min | <b>Parte final:</b> 15 min |
|-------------------------|------------------------------|--------------------------------|----------------------------|

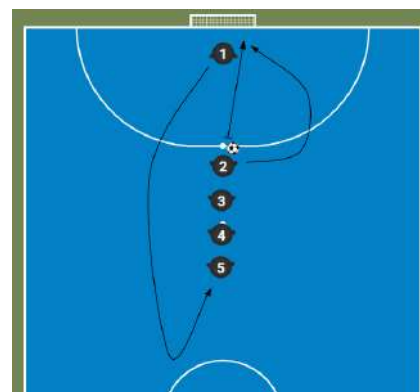
**DESARROLLO DE LA SESIÓN**

| <i>Ejercicio</i>   | <i>Representación gráfica</i> |
|--|-------------------------------|
| <p><u><i>Parte inicial (calentamiento)</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Trabajo de movilidad articular (9 minutos).</b></li> <li>• <b>Cambia de balón (6 minutos):</b> repartidos todos los jugadores por la pista cada uno con su balón, se desplazan conduciéndolo y a la señal del técnico, tienen que dejar su balón quieto e ir a por otro balón distinto de otro compañero. El técnico irá quitando cada varias rondas un balón para ir eliminando poco a poco a jugadores hasta que gane uno.</li> </ul>   |                               |
| <p><u><i>Parte principal</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Café y cacao (12 minutos):</b> se divide el grupo por parejas y cada pareja con una pelota blanda. Colocan la pelota entre los dos, y se separan cada uno del balón unos tres metros en línea recta. Los jugadores de un lado serán “café” y los del otro lado serán “cacao”. El técnico nombrará uno de ellos, y el nombrado tendrá que salir rápido hacia la pelota y golpearla con el pie intentando darle a su compañero, que, a su vez, habrá salido corriendo en dirección contraria. Variantes: cambiar la posición de inicio, empezar en cucullas, sentados, de espaldas, boca abajo, etc.</li> </ul> |                               |

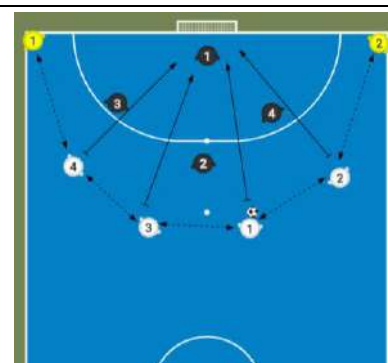
- **Las 3 porterías (12 minutos):** se cuelga de las porterías tres aros de diferentes colores, y se le da a cada uno una puntuación distinta. Los jugadores, cada uno con su balón y repartidos en filas, tendrán que lanzar a portería desde fuera del área e intentar colar el balón entre los aros. Tras rematar a portería, cada uno recoge su balón y se vuelve al final de su fila. Gana la fila que más puntos consiga en total.



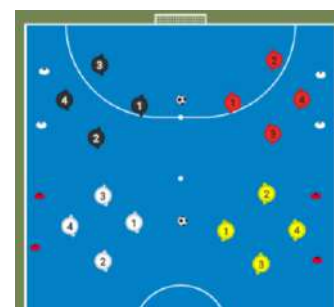
- **Un rápido (12 minutos):** se divide el grupo en dos filas, cada una frente a una portería, con un balón y con el primero de la fila empezando en la portería. El que esté ahora primero de la fila tendrá el balón y se colocará en la línea del área de portería. El objetivo es marcar gol, si se consigue, el jugador que esté en la portería pierde una "vida", y al perder tres, estaría eliminado. Si se falla el lanzamiento, el jugador que acaba de rematar se coloca en la portería, el jugador que estaba en la portería pasa al final de la fila y pasa a rematar rápidamente el siguiente de la fila. Gana el jugador que aguante con alguna "vida".



- **Las esquinas (12 minutos):** se divide al grupo en cuatro equipos (dos equipos en cada media pista) que se alternarán los roles de atacantes y defensores. Se marca cada zona de córner, en las esquinas, donde se colocará un jugador atacante por esquina. El grupo que intenta marcar gol solo cuenta si previamente se ha realizado algún pase con el jugador de la esquina. Si el equipo atacante pierde la posesión o marcan gol, cambian los roles.



- **Partido 4x4 (12 minutos):** se hacen varios equipos de cuatro jugadores para jugar varios partidos en espacios más reducidos. La norma fundamental es que para que se pueda meter gol, primero deben haber tocado balón todos los componentes del mismo equipo mediante pases y que no hay portero.



Parte final (vuelta a la calma)

- **Fútbol tenis (7 minutos):** se forman equipos de tres jugadores cada uno y se realizan a modo de un partido de tenis, diferentes enfrentamientos entre los equipos, en una zona delimitada y con un banco sueco que separe ambos campos. El juego solo puede realizarse con los pies y con la cabeza, para pasar el balón al campo contrario. Sólo se permite dos toques en el suelo. Si se rebasa ese número, se anotaría un punto el equipo atacante.
- **Estiramientos guiados (8 minutos).**

