
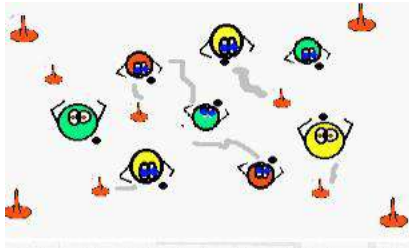
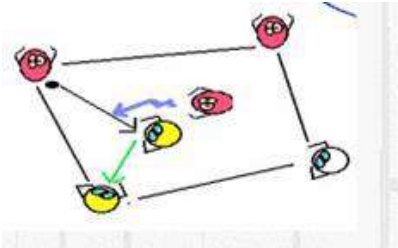
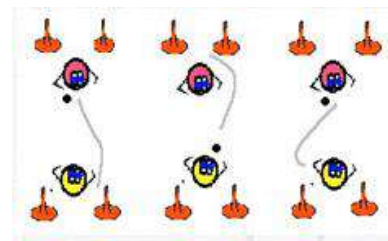
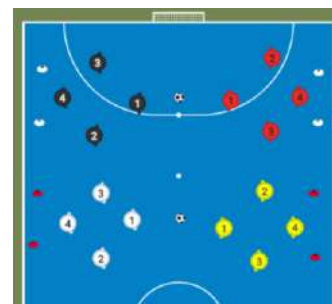


Habilidades Técnicas Específicas Percepción, habilidad y decisión con/sin balón	Unidad Didáctica: 5 – Juego a balón parado e interceptación	Sesión nº 1	
Objetivo didáctico: <ul style="list-style-type: none"> • Introducir al jugador en el conocimiento y práctica del fútbol sala. • Fomentar el compañerismo, el trabajo en equipo y la aceptación de las normas. • Estimular la autoconfianza, fomentar el respeto, el compañerismo y la tolerancia. • Trabajar las habilidades a balón parado de forma general. 			
Estilo(s) de enseñanza utilizado(s): <ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas • Resolución de problemas 	Materiales e instalaciones: <ul style="list-style-type: none"> • Balones de fútbol sala • Conos • Petos 		
Valores A.J.L.: Aceptación, colaboración, compañerismo, competitividad.			
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>	
<u><i>Parte inicial (calentamiento)</i></u> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajo de movilidad articular (9 minutos). • Rondo (6 minutos): se divide el grupo en subgrupos de cinco o seis jugadores con un balón cada uno. Uno se la queda en el centro e intentará atrapar el balón que el resto de los compañeros se estarán pasando con el pie evitando ser interceptado por el que se la queda. Si la intercepta, se la queda el último jugador que haya efectuado el pase. 			
<u><i>Parte principal</i></u> <ul style="list-style-type: none"> • Para y controla (15 minutos): se delimita una zona mediante conos y se reparten de forma irregular varios dentro de ella. Cada jugador individualmente con su balón irá conduciéndolo dentro de la zona delimitada y cada vez que se encuentre un cono de frente tendrá que detenerse y controlar el balón frente a él como vaya indicando el técnico. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Aguanta con ayuda (15 minutos): divididos en grupos de seis jugadores y con un balón, se disponen cuatro formando un cuadrado y dos dentro de este. Los jugadores exteriores tendrán que realizar pases entre ellos y jugando con un jugador del centro siempre que puedan, éste tendrá que controlar el balón, asegurarlo y volver a pasarlo a los compañeros exteriores sin que el otro jugador central le quite o intercepte el balón. 			

- **El portero sin manos (15 minutos):** los jugadores se colocan por parejas cada uno defendiendo una portería pequeña formada con conos y con un balón. Los jugadores deben intentar marcar en la portería defendida por su oponente y el defensor debe parar la pelota sin utilizar las manos. Cuando lo consiga, será él el que ataque.



- **Partido 4x4 (15 minutos):** se hacen varios equipos de cuatro jugadores para jugar varios partidos en espacios más reducidos. La norma fundamental es que para quitar el balón al equipo contrario tiene que ser interceptando el balón en un pase, no se puede quitar de los pies de un jugador y que los jugadores con balón no pueden desplazarse del sitio. No hay porteros, por lo que ningún jugador podrá coger el balón con la mano.



Parte final (vuelta a la calma)

- **¡Que te pilla! (7 minutos):** se divide el grupo en dos subgrupos del mismo número de jugadores. Cada grupo con dos balones, formando un círculo. Tendrán que ir pasando los balones entre sí en sentido opuesto evitando que coincidan ambos en el mismo jugador, cambiando rápidamente el sentido de ambos justo antes de juntarse.
- **Estiramientos guiados (8 minutos).**

