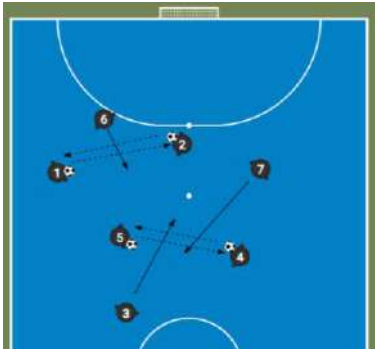
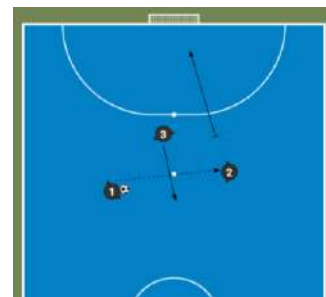
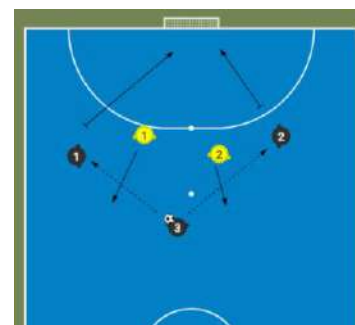


| | | | |
|---|---|---|----------------------------|
| Habilidades Técnicas Específicas Percepción, habilidad y decisión con/sin balón | Unidad Didáctica: 5 – Juego a balón parado e interceptación | Sesión nº 3 | |
| Objetivo didáctico: <ul style="list-style-type: none"> • Introducir al jugador en el 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 interceptaciones de balón 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.: Comunicación, confianza en sí mismo/a, tolerancia, perseverancia. | | | |
| 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). • Córgelo si puedes (6 minutos): se reparten balones solo para la mitad del grupo. Los jugadores con balón van conduciéndolo por toda la pista y cambiándoselo mediante pases entre los jugadores con balón. Los jugadores sin balón tendrán que conseguir uno interceptando los pases, sin poder quitárselo directamente a los jugadores. | |  | |
| <u><i>Parte principal</i></u> <ul style="list-style-type: none"> • Córtala (15 minutos): se divide el grupo en tríos y con un balón. Dos jugadores mediante pases tienen que intentar que el otro jugador no se la quite. El jugador situado entre los dos compañeros solo podrá conseguir el balón interceptando un pase. Al hacerlo, el jugador que fue el último en tocar el balón sería el que pasa al centro. | |  | |
| <ul style="list-style-type: none"> • A que no la pillas (15 minutos): se divide el grupo en dos subgrupos con un balón cada uno. Dos se la quedan en el centro e intentarán atrapar el balón que el resto de los compañeros se estarán pasando con el pie evitando ser interceptado por los compañeros del centro. Si la interceptan, el último jugador que haya efectuado el pase pasa al centro y el jugador que más tiempo lleve en el centro sale. | |  | |

- **Al ataque (15 minutos):** se divide el grupo en tríos y con un balón. Dos jugadores mediante pases tienen que intentar superar al otro jugador sin que se la quite y avanzar hacia portería para rematar. El jugador que defiende solo podrá conseguir el balón interceptando un pase. Al hacerlo, el jugador que fue el último en tocar el balón sería el que pasa a defender.



- **A por todas (15 minutos):** se divide el grupo en subgrupos de cinco jugadores y con un balón. Tres jugadores mediante pases tienen que intentar superar a los otros dos jugadores sin que se la quiten y avanzar hacia portería para rematar. Los jugadores que defienden solo podrán conseguir el balón interceptando un pase. Al hacerlo, los dos jugadores atacantes últimos en tocar el balón pasarían a defender.



Parte final (vuelta a la calma)

- **Tanda de penaltis (7 minutos):** se colocarán todos los jugadores en fila frente al área de portería y un jugador de portero. El primer integrante de la fila lanzará un penalti al jugador que está en la portería. A continuación, el lanzador pasará a la portería y el portero se colocará el último de la fila y, así, sucesivamente.
- **Estiramientos guiados (8 minutos).**

