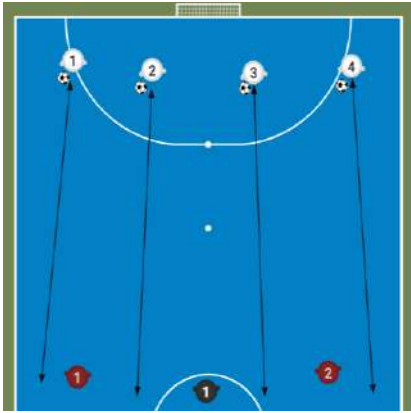
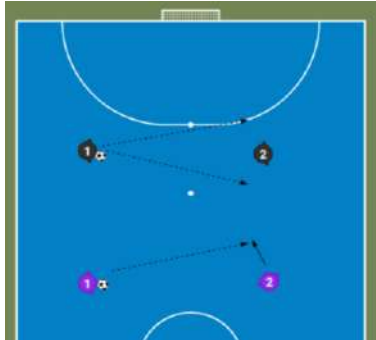


Habilidades Técnicas Específicas Percepción, habilidad y decisión con/sin balón	<b>Unidad Didáctica: 5 – Juego a balón parado e interceptación</b>	Sesión nº 5	
<b>Objetivo didáctico:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducir al jugador en el conocimiento y práctica del fútbol sala.</li> <li>• Fomentar el compañerismo, el trabajo en equipo y la aceptación de las normas.</li> <li>• Estimular la autoconfianza, fomentar el respeto, el compañerismo y la tolerancia.</li> <li>• Trabajar las habilidades a balón parado y las interceptaciones de balón de forma general.</li> </ul>			
<b>Estilo(s) de enseñanza utilizado(s):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asignación de tareas</li> <li>• Resolución de tareas</li> <li>• Descubrimiento guiado</li> </ul>	<b>Materiales e instalaciones:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Balones de fútbol sala</li> <li>• Conos</li> <li>• Petos</li> </ul>		
<b>Valores A.J.L.:</b> Diversión, competitividad, superación.			
<b>Duración:</b> 90 min	<b>Parte inicial:</b> 15 min	<b>Parte principal:</b> 60 min	<b>Parte final:</b> 15 min
<b>DESARROLLO DE LA SESIÓN</b>			
<i>Ejercicio</i>		<i>Representación gráfica</i>	
<u><i>Parte inicial (calentamiento)</i></u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Trabajo de movilidad articular (9 minutos).</b></li> <li>• <b>Las liebres, los perros y el cazador (6 minutos):</b> se eligen tres jugadores (dos perros y un cazador) que se situarán en la zona central de la pista. Todos lo demás (liebres) se colocan a lo largo de la línea de un fondo y con un balón cada uno (su zanahoria). Cuando el técnico de la señal, las liebres tratarán de alcanzar la línea de llegada mientras conducen su balón (la línea de fondo del lado contrario), sin salir de los límites del terreno de juego y sin que el cazador llegue a tocarlos. Los perros deben moverse con las manos entrelazadas, intentando conducir a las liebres hacia el cazador, pero sin poder atrapar a ninguna liebre y sin salirse de la zona central. El juego prosigue yendo y viniendo las liebres de una zona hacia la otra durante un tiempo determinado. Cada vez que el equipo de cazadores y perros pillan a una liebre ganan un punto. Vencerá el equipo que obtenga más puntos.</li> </ul>			
<u><i>Parte principal</i></u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>¿Por dónde viene? (15 minutos):</b> se divide el grupo por parejas y con un balón. Se disponen uno frente al otro. El jugador con balón tendrá que realizar un pase a su compañero eligiendo el lado hacia el que lanzarlo. El jugador sin balón estará de espaldas a su compañero, y a su señal (justo cuando lanza el balón) tendrá que darse la vuelta, ver hacia donde va el balón e interceptarlo antes de que le supere. Cambiar los roles.</li> </ul>			

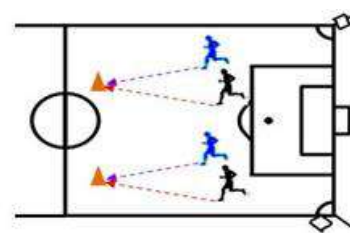
- **Los infranqueables (15 minutos):** en una zona delimitada se colocan tres conos en fila y separados entre sí. En cada zona se dispondrán dos equipos de cuatro jugadores cada uno. El equipo con balón serán los atacantes y tendrán que derribar los conos con un balón cada uno. El equipo sin balón será el defensor y tendrán que proteger los conos de los lanzamientos atacantes interceptando los balones. Cambiar los roles.



- **Sin oposición (15 minutos):** se divide el grupo en varias filas, y frente a cada fila, a unos diez metros un balón. A la señal del técnico saldrán los primeros de cada fila en carrera hacia el balón para hacerse con el en el menor tiempo posible. Variantes: ir añadiendo diferentes formas de hacerse con el balón tras llegar hasta el. Pisándolo, despejándolo, etc.



- **Con oposición (15 minutos):** se divide el grupo en varias filas, y frente a cada dos filas, a unos diez metros un balón. A la señal del técnico saldrán los primeros de cada fila en carrera hacia el balón para hacerse con el en el menor tiempo posible. Cada dos filas, unos serán atacantes y otros defensores. Los de las filas atacantes tendrán que intentar llegar al balón y rematar a portería y los de las filas defensores tendrán que intentar llegar al balón antes que los atacantes y despejarlos.



### Parte final (vuelta a la calma)

- **Conejos a la madriguera (7 minutos):** se divide el grupo por parejas y cada pareja con un balón. Los jugadores de las parejas sin balón formarán un círculo entre todos mirando hacia fuera. Los jugadores de las parejas con balón formarán otro círculo alrededor de los anteriores. Los jugadores con balón comenzarán a conducir el balón alrededor de sus compañeros hasta que el técnico diga: "conejos a la madriguera", que tendrán que dejar el balón donde estén e ir corriendo a buscar a sus compañeros para pasar debajo de sus piernas y entrar al círculo.
- **Estiramientos guiados (8 minutos).**

