
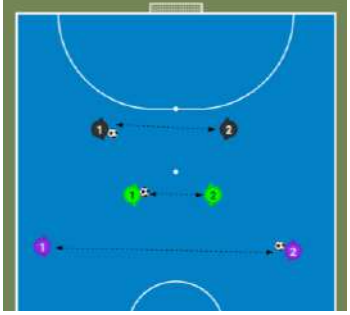

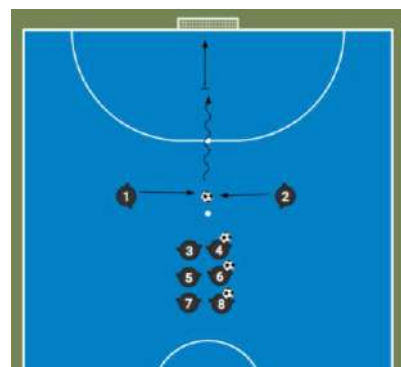


Habilidades Técnicas Específicas El pase y el remate	<b>Unidad Didáctica: 6 –</b> <b>Perfeccionamiento de los diferentes golpes al balón</b>	Sesión nº 1	
<b>Objetivo didáctico:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducir al jugador en el conocimiento y práctica del fútbol sala.</li> <li>• 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 los pases y remates con el exterior del pie.</li> </ul>			
<b>Estilo(s) de enseñanza utilizado(s):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asignación de tareas</li> <li>• Resolución de problemas</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> Atención al compañero, colaboración, conformidad, tolerancia.			
<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>Regatea y sigue (6 minutos):</b> se distribuyen por toda la pista conos y un balón cada dos jugadores. De forma individual, todos los jugadores se desplazan en carrera. Los jugadores con balón irán conduciéndolo y regateando a los conos que se encuentren a su paso. Cada dos o tres conos, realizan un pase a cualquier jugador sin balón y pasan a desplazarse solo en carrera.</li> </ul>			
<u><i>Parte principal</i></u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Practicando el exterior (15 minutos):</b> por parejas y con un balón, un jugador frente al otro, realizan pases entre sí a corta distancia y poco a poco se van separando. Los pases solo pueden realizarse con el exterior del pie. Para recibirlos si se puede usar cualquier parte del pie.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Exterior del pie (15 minutos):</b> dispuesto el grupo por filas frente a la portería. Los primeros de cada fila con balón. A la señal del técnico, salen los primeros de cada fila conduciendo el balón hacia portería y rematan con el exterior del pie. Tras ello recogen el balón, vuelven a su fila y entregan el balón al siguiente compañero.</li> </ul>			

- **Reacciona y chuta (15 minutos):** se distribuye el grupo en dos filas, cada una frente a una portería. Cada fila estará dividida por parejas. La primera pareja de cada fila se dispondrá separados a unos metros entre sí y uno frente al otro con un balón en medio. A la señal del técnico tendrán que intentar hacerse con el balón. El primero que llegue será el atacante y el otro el defensor. El atacante tendrá que avanzar hacia portería y rematar con el exterior del pie y el defensor tendrá que impedirse.



- **Enfrentados (15 minutos):** se divide el grupo en subgrupos de cuatro jugadores. Cada subgrupo jugará un dos contra dos al ancho del campo. Cada pareja partirá desde la línea de banda. El equipo con balón tendrá que desplazarse hacia la línea de banda contraria realizando pases entre sí solo con el exterior del pie. El equipo sin balón tendrá que interceptar el balón y realizar el mismo proceso en sentido contrario. Cada vez que se llega con balón a la banda contraria se suma un punto.



#### Parte final (vuelta a la calma)

- **La encrucijada (7 minutos):** se divide el grupo en dos equipos, cada equipo a un lado de la pista y con el mismo número de balones ambos equipos. Irán avanzando, andando y conduciendo el balón, realizando pases entre ellos con el fin de cruzarse en zona central ambos equipos. Deberán continuar hasta el otro lado de la pista, en sentidos opuestos. Tras cruzarse ambos equipos en la zona central, podrán interceptar los balones de los rivales cuando estén pasándose entre sí. Al llegar al final, se cuentan los balones de ambos equipos para ver quién tiene más.
- **Estiramientos guiados (8 minutos).**

