

Habilidades Técnicas Específicas El pase y el remate	Unidad Didáctica: 6 – Perfeccionamiento de los diferentes golpes al balón	Sesión nº 6
---	--	-------------

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 los pases y remates hacia portería con más precisión.


Estilo(s) de enseñanza utilizado(s):	Materiales e instalaciones:
<ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas • Resolución de problemas 	<ul style="list-style-type: none"> • Balones de fútbol sala • Conos • Aros • Vallas • Fitball • Petos


Valores A.J.L.: Empatía, honestidad, comunicación, competitividad, valentía.

Duración: 90 min	Parte inicial: 15 min	Parte principal: 60 min	Parte final: 15 min
-------------------------	------------------------------	--------------------------------	----------------------------

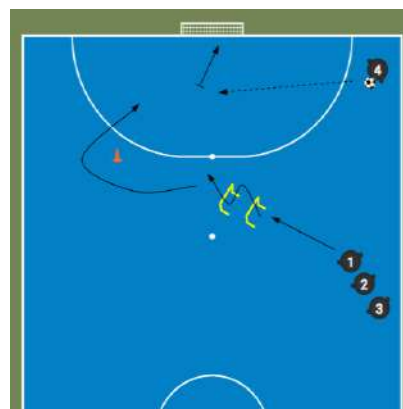
DESARROLLO DE LA SESIÓN

<i>Ejercicio</i>	<i>Representación gráfica</i>
------------------	-------------------------------

<p><u><i>Parte inicial (calentamiento)</i></u></p> <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. 	
--	--

<p><u><i>Parte principal</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Afina y dispara (15 minutos): se divide el grupo en cuatro equipos, y en cada portería se enfrentan dos de ellos. En las porterías habrá diferentes aros colgados a diferentes alturas y cada uno tendrá puntuaciones distintas. En la línea del área los dos equipos que se enfrentan estarán dispuestos en filas y con un balón cada uno. A la señal del técnico, el primero de la fila tendrá que rematar e intentar que el balón pase dentro de los aros para ir sumando puntos para su equipo. Tras lanzar, cogerá el balón y se lo dará al siguiente compañero de su fila. Tras el tiempo, gana el equipo que más puntos haya conseguido. 	
---	---

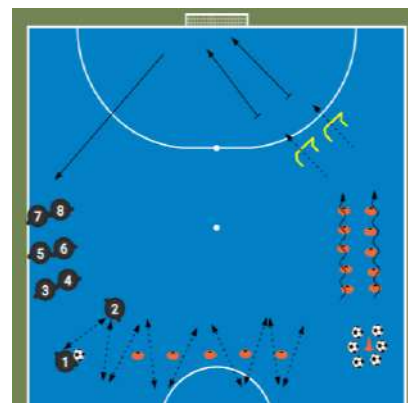
- **Salto y finalización (15 minutos):** se realiza el mismo ejercicio en ambas porterías y se dispone la mitad del grupo en cada área. En cada zona habrá dos vallas fuera del área y un cono frente a ellas. Los jugadores estarán dispuestos en fila desde un lateral de la pista menos uno de ellos que estará en la esquina con el balón. A la señal del técnico, el primero jugador de la fila saldrá en carrera hacia las vallas, las saltará con ambos pies juntos, irá hacia el cono para rodearlo e ir directamente hacia dentro del área que será donde el compañero con balón le realice un pase elevado para que lo remate hacia portería. El jugador que acaba de rematar va a la zona de pases y el jugador que ha pasado el balón se va a la fila.



- **Trayectoria curva (15 minutos):** se divide el grupo en tres subgrupos. Cada grupo tendrá un círculo formado mediante conos y un balón. Se dispone cada grupo en fila a unos metros del círculo de conos y el primero con el balón. A la señal del técnico, los primeros de cada fila saldrán conduciendo el balón hacia los conos, realizarán un zigzag entre ellos hasta que el técnico vuelva a dar la señal para realizar un pase desde donde está al siguiente compañero de su fila.



- **Circuito de pases (15 minutos):** se dispone el grupo por parejas y con un balón. Situados en una fila, van saliendo de pareja en pareja a la señal del técnico para completar el circuito y volver al final de la fila. Comenzarán realizando pases entre si uno a cada lado de la fila de conos hasta llegar a una zona donde habrá más balones. El jugador sin balón de la pareja cogerá uno y ambos realizarán un zigzag entre conos conduciendo el balón hasta llegar al final, donde realizarán un auto pase por debajo de la valla y rematarán a portería. Tras finalizar, dejarán uno de los balones en la zona con el resto y el otro se lo quedarán para volver al final de la fila.



Parte final (vuelta a la calma)

- **Objetivo fuera (7 minutos):** dividimos el grupo en dos equipos, uno a cada lado de la pista y con la mitad de los balones que jugadores en ambos equipos. En el centro de la pista habrá un "fitball" al cual tendrán que golpear con sus balones desde su lado del campo, empujándolo hacia el lado del equipo contrario. Tras la señal del técnico, los jugadores se detendrán y perderá el equipo que tenga el "fitball" en su lado de la pista.
- **Estiramientos guiados (8 minutos).**

