
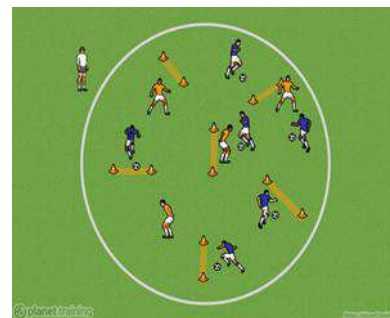
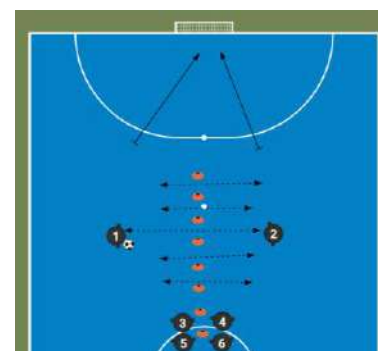


Habilidades Técnicas Específicas El pase y el remate	<b>Unidad Didáctica: 6 – Perfeccionamiento de los diferentes golpes al balón</b>	Sesión nº 7	
<b>Objetivo didáctico:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducir al jugador en el conocimiento y práctica del fútbol sala.</li> <li>• Fomentar 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>• Mejorar los diferentes golpes en pases y remates.</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>• Vallas</li> <li>• Bancos suecos</li> <li>• Petos</li> </ul>		
<b>Valores A.J.L.:</b> Motivación, deportividad, comunicación, responsabilidad, perseverancia.			
<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>Balones de lava (6 minutos):</b> los jugadores se desplazarán en carrera continua por toda la pista. El técnico irá metiendo progresivamente balones. Los jugadores que tengan un balón tendrán que pasarlo rápidamente a otro jugador que no tenga. Los jugadores no pueden estar en posesión del balón más de dos segundos, de forma que nada más recibir uno, tienen que pasarlo rápidamente a otro compañero.</li> </ul>			
<u><i>Parte principal</i></u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>La cremallera (12 minutos):</b> se divide el grupo en dos equipos dispuestos en fila uno frente al otro y con unos cinco metros de distancia. El primer jugador de una fila con balón realiza un pase recto al jugador de la fila de enfrente y se va al final de su fila. El jugador que recibe el balón realiza un pase en diagonal al siguiente jugador de la fila de enfrente. Una fila siempre realiza el pase recto y la otra en diagonal. Tras cada pase las filas van avanzando. Al llegar al final, cambian los roles.</li> </ul>			

- **Regatea en círculo (12 minutos):** se delimita una zona amplia y dentro se colocan cinco porterías formadas por conos. En cada zona se dispone un grupo de diez jugadores de los cuales seis atacan y cuatro defienden. Los jugadores atacantes comienzan a conducir el balón y regatear rivales dentro del círculo, con el objetivo de regatear a través de las porterías para que sea un punto. Los defensores intentan evitar que anoten despejando el balón fuera de la zona para obtener un punto. Gana el equipo que consiga más puntos.



- **Compi pared (12 minutos):** se divide el grupo por parejas y con un balón en fila desde la zona central. Se coloca una fila de conos hasta casi el área, por la cual los jugadores de la pareja cada uno a un lado de los conos irán realizando pases a cortas y medias distancias entre ellos hasta llegar al área donde rematan a portería. Tras finalizar, cogen el balón y vuelven a la fila. Ir alternando el jugador que remata. Variantes: añadir un portero e incluso un defensor.



- **Balones de fuego (12 minutos):** se divide el grupo por parejas, y cada pareja con un balón. Dispuestos uno frente al otro, separados entre sí de una distancia grande, tienen que realizar pases entre ellos primero por el suelo y luego por el aire, solo con los pies y rápido, de forma que nada más recibir el balón ya se realice de nuevo el pase al compañero, no teniendo el balón en posesión más de dos segundos.



- **Acción (12 minutos):** se divide el grupo en dos filas, situadas en el centro de la pista y un jugador de portero. Frente a cada fila tendrán dos vallas y un cono, y cerca del área y centrado, un balón. Tras la señal del técnico, los primeros jugadores de las filas saldrán en carrera, saltarán las vallas, llegarán hasta el cono, darán una vuelta cambiando el sentido, volverán a saltar las vallas y desde ahí irán en carrera hasta el balón, el primer jugador que llegue tiene que intentar rematar y meter gol y el otro jugador evitarlo. Tras finalizar, dejan el balón y vuelven a sus filas.



Parte final (vuelta a la calma)

- **Fútbol tenis (7 minutos):** se forman equipos de tres jugadores cada uno y se realizan a modo de un partido de tenis, diferentes enfrentamientos entre los equipos, en una zona delimitada y con un banco sueco que separe ambos campos. El juego solo puede realizarse con los pies y con la cabeza, para pasar el balón al campo contrario. Sólo se permite un toque en el suelo. Si se supera ese número, se anotaría un punto el equipo atacante.
- **Estiramientos guiados (8 minutos).**

