



Unidad didáctica de iniciación al hockey

Enrique Sánchez Payá
Moisés Romo Carbonell
Silvia Godoy Palao

INTRODUCCIÓN.

Nuestro país ha sufrido en los últimos años un desarrollo significativo del deporte en sus diferentes vertientes. Inicialmente entendido como deporte de alta competición para diversificarse posteriormente en deporte educativo, ocio, recreativo, etc.

Centrándonos en el campo educativo, a nivel de centros de Educación Primaria, hasta hace apenas unos años las programaciones del Área de Educación Física de los profesionales de la misma se encuentran impregnadas de un modelo casi exclusivo de carácter deportivo y basado en el rendimiento.

El educador debe saber reorientar la organización de las actividades deportivas escolares y extraescolares para dotarlas del incalculable valor educativo que puede llegar a tener. La dimensión lúdica y recreativa es esencial en ese proceso: el juego se convierte juez que marca una clara diferencia entre el deporte como fenómeno educativo y el deporte competitivo y deporte espectáculo.

Los docentes en general han sentido en los últimos años la necesidad transformar, renovar, reformar, y esto afecta también directamente a la Educación Física, área representada por educadores especialmente "inquietos". La búsqueda se ha dirigida cabeza al *desarrollo integral* del alumno y alumna. Una de las formas de contribuir a esto es introducir en el currículo de nuestra materia nuevos contenidos, nuevos juegos y deportes que podemos nombrar alternativos o como queramos. Además, podemos considerar que la iniciación a la mayoría de los juegos y deportes alternativos es de fácil realización, habilidades sencillas, lo cual posibilita a los alumnos y alumnas a realizar muy pronto situaciones reales de juego, en las que además de perfeccionarlo, se divierten, lo cual es importantísimo en todo aprendizaje. Por otro lado, el nivel de iniciación en este tipo de actividades suele ser homogéneo para el conjunto de alumnos, sin distinción de sexos.

Los juegos que actualmente se desarrollan en los centros educativos son, en su mayoría, deportes planteados de una forma automatizada, no dando lugar a la libre decisión de acción. Las actividades alternativas buscan dar una autonomía y una socialización al niño y la niña donde estos sean conscientes en todo momento de la acción que están realizando.

Por todo ello, en esta Unidad Didáctica vamos a proponer "el disco volador" como actividad lúdica y recreativa con la intención de introducir algo nuevo y diferente en las programaciones docentes.

OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

1. Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre.
2. Adoptar hábitos de higiene, de alimentación, posturales y de ejercicio físico, manifestando una actitud responsable hacia su propio cuerpo y de respeto a los demás, relacionando estos hábitos con sus efectos sobre la salud.
3. Regular y dosificar su esfuerzo llegando a un nivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea que se realiza, utilizando como criterio fundamental de valoración dicho esfuerzo y no el resultado obtenido.
4. Resolver problemas que exijan el dominio de patrones motores básicos adecuándose a los estímulos perceptivos y seleccionando los movimientos, previa evaluación de sus posibilidades.
5. Utilizar sus capacidades físicas básicas y destrezas motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
6. Participar en juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación en razón de las características personales, sexuales y sociales, así como los comportamientos agresivos y las actitudes de rivalidad en las actividades competitivas.
7. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas y deportivas y los entornos en que se desarrollan, participando en su conservación y mejora.
8. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar sensaciones,

ideas y estados de ánimo y comprender mensajes expresados de este modo.

CONTENIDOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Bloque 1. El cuerpo en movimiento: estructura y percepción

1. El esquema corporal: toma de conciencia global y segmentaria en reposo y en movimiento.

2. Los elementos mecánicos y estructurales relacionados con el cuerpo y sus posibilidades de movimiento.

3. Las posibilidades perceptivas del cuerpo.

4. Las nociones asociadas a relaciones espaciales y temporales.

5. Experimentación y exploración de las capacidades perceptivas y motrices y de las distintas formas y posibilidades de movimiento.

6. Afirmación de la lateralidad corporal.

7. Percepción y estructuración espacio-temporal.

8. Coordinación dinámica, estática y visomotora para el control dinámico general.

9. Equilibración estática, dinámica y con objetos.

10. Control del cuerpo en relación con la tensión, la relajación y la respiración. Actitud postural.

11. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y disposición favorable a la superación y el esfuerzo.

12. Seguridad, confianza en sí mismo y autonomía personal.

Bloque 2. Aspectos cuantitativos de la conducta motriz

1. Los elementos orgánicos y funcionales relacionados con el movimiento.
2. Los efectos de la actividad física: estructurales, funcionales e higiénicos.
3. El cuidado del cuerpo: rutinas, normas y medidas de seguridad en relación al ejercicio físico.
4. Las capacidades físicas.
5. Utilización de las técnicas higiénicas de trabajo presentes en la actividad corporal: calentamiento, relajación, higiene corporal y postural.
6. Exploración y ejercitación de sus potencialidades de esfuerzo y trabajo físico, en función de su desarrollo psico-biológico, mediante actividades de carácter global y genérico, que estimulen los diferentes órganos y sistemas funcionales.
7. Adecuación de sus posibilidades a la actividad: economía y equilibrio en la dosificación y alcance del propio esfuerzo, concentración y atención en la ejecución.
8. Disposición favorable hacia el trabajo físico.
9. Reconocimiento de su potencial de acción, aceptación de sus propios límites y restricción de los deseos cuando impliquen un riesgo por encima de sus posibilidades o un peligro para su salud.
10. Actitud de respeto y responsabilidad hacia el propio cuerpo y valoración de la importancia de la práctica de actividades físicas, de un desarrollo equilibrado y de la salud.

Bloque 3. Habilidad motriz

1. Los esquemas motores básicos.
2. Los tipos de juego y de actividades deportivas y su regulación.
3. Los recursos para la práctica del juego y de las actividades deportivas en el entorno inmediato.
4. Exploración de las posibilidades de acción y de la propia habilidad para resolver situaciones y problemas motores de diversa complejidad y para controlar y ajustar la acción corporal a los planteamientos previos de la acción.
5. Utilización y ejercitación de las habilidades básicas en diferentes medios y situaciones.
6. Adaptación de destrezas motrices para la realización de actividades en diferentes medios naturales.
7. Participación en juegos y actividades motrices colectivas que supongan: aplicación y adaptación de la habilidad individual al logro de un objetivo común; utilización de reglas para la organización de las situaciones colectivas.
8. Participación y práctica de actividades deportivas adaptadas (mediante flexibilización de las normas de juego) y de juegos de campo, exploración, aventura, populares y tradicionales.
9. Utilización correcta de los espacios y materiales y adopción de las medidas básicas de seguridad.
10. Interés por aumentar la competencia y habilidad motriz y la calidad del movimiento.

11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor.
12. Aceptación de los diferentes niveles de destreza en la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, tanto en sí mismo como en los otros.
13. Aceptación de las normas y reglas del juego y del papel que corresponda desempeñar como jugador.
14. Valoración de las posibilidades como equipo y de la participación de cada uno de sus miembros con independencia del resultado obtenido.
15. Aceptación del reto que supone oponerse a otros en situaciones de juego sin que ello derive en actitudes de rivalidad o menosprecio.

Bloque 4. Expresión motriz

1. El cuerpo como instrumento de expresión y comunicación.
2. La calidad del movimiento y sus componentes expresivos.
3. Exploración y utilización de las posibilidades y recursos expresivos del propio cuerpo a través del movimiento.
4. Adecuación del movimiento a secuencias y ritmos y ejecución de bailes simples.
5. Exploración e integración de las calidades de movimiento en la propia ejecución motriz relacionándolas con actitudes, sensaciones y estados de ánimo.
6. Valoración de los usos expresivos y comunicativos del cuerpo.
7. Valoración del movimiento de los otros, analizando los recursos expresivos empleados, su plasticidad y su intencionalidad.

8. Participación en situaciones que supongan comunicación con otros utilizando recursos motores y corporales con espontaneidad.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

1. Ajustar los movimientos corporales a los diferentes cambios de las condiciones de una actividad, tales como duración y el espacio donde se realiza.
2. Proponer estructuras rítmicas sencillas y reproducirlas corporalmente o con instrumentos.
5. Saltar coordinadamente batiendo con una o ambas piernas en función de las características de la acción que se va a realizar.
4. Desplazarse, en cualquier tipo de juego, mediante una carrera coordinada con alternancia brazo - pierna y un apoyo adecuado y activo del pie.
5. Utilizar en la actividad corporal la habilidad de girar sobre el eje longitudinal y transversal para aumentar la competencia motriz.
6. Lanzar con una mano un objeto conocido componiendo un gesto coordinado.
7. Anticiparse a la trayectoria de un objeto realizando los movimientos adecuados para cogerlo o golpearlo.
- 8 Botar pelotas de manera coordinada, alternativamente con ambas manos, desplazándose por un espacio conocido.
9. Haber incrementado globalmente las capacidades físicas básicas de acuerdo con el momento de desarrollo motor, acercándose a los valores normales del grupo de edad en el entorno de referencia.
10. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo para comunicar ideas y sentimientos y representar personajes o historias reales e imaginarias.
11. Participar en las actividades físicas ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento.
12. Reconocer los elementos funcionales mecánicos, estructurales y funcionales, relacionados con el movimiento y el ejercicio físico
13. Señalar algunas de las relaciones que se establecen entre la práctica correcta y habitual del ejercicio físico y la mejora de la salud individual y colectiva.

14. Colaborar activamente en el desarrollo de los juegos de grupo, mostrando una actitud de aceptación hacia los demás y de superación de las pequeñas frustraciones que se pueden producir.

15. Respetar la normas establecidas en los juegos, reconociendo su necesidad para una correcta organización y desarrollo de los mismos.

16. Identificar como valores fundamentales de los juegos y la práctica de actividad de iniciación deportiva, el esfuerzo personal y las relaciones que se establecen con el grupo, dándoles más importancia que a otros aspectos de la competición.

EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

¿QUÉ EVALUAR?

El grado de competencia motriz con el que el alumnado afronta la unidad didáctica (tercer trimestre) para el curso académico.

La existencia de casos particulares que precisen de una intervención educativa adaptada y personalizada.

¿CÓMO EVALUAR?

A través de la realización de tareas motrices globales que nos permitan evaluar de forma global la aptitud y actitud del alumnado frente a contenidos de enseñanza - aprendizaje propios del área de Educación Física.

Como técnica de evaluación utilizaremos la Observación directa.

Como instrumentos de evaluación utilizaremos el Registro Anecdótico.

Se realizará una evaluación individualizada en aquellos casos que el docente considere excepcionales.

¿CUANDO EVALUAR?

Al tratarse de una evaluación de una unidad didáctica en particular la evaluación se realizará a comienzo para ver las habilidades con las que el niño/a comienza esta unidad, el proceso de toda la unidad y al final de esta.

¿PARA QUÉ EVALUAR?: OBJETIVOS DE LA EVALUACIÓN.

1. Determinar el nivel global con el que los alumnos comienzan los nuevos contenidos de aprendizaje.

2. Identificar casos excepcionales que requieran de una intervención educativa adaptada a sus características y necesidades educativas individuales.

3. Observar globalmente el grado de cohesión interna dentro del grupo, así como el tipo de relaciones socio - afectivas que se producen en el mismo.

4. Observar la actitud y el comportamiento de los alumnos frente a las actividades de e - a propuestas.

METODOLOGÍA.

Pensamos que el alumno/a no debe ser un mero realizador de las tareas, sino que debe conocer el porqué de dichas tareas, de manera que asimile de una manera más práctica los conocimientos sobre su cuerpo y su funcionamiento, así como sus posibilidades motrices.

Proponemos actividades que suponen un esfuerzo y un reto adecuado a los capacidades de los niños y de las niñas para esta edad. Debemos estimular, sugerir, orientar, controlar el riesgo, aportar ideas y posibilidades, pero el alumno/a debe ser el protagonista de su propia acción motriz.

Una especial motivación significativa para ellos y ellas es lograr aplicar sus aprendizajes motrices a una actividad tan querida y constante como es el juego. Por ello, utilizaremos los juegos ya que el aspecto lúdico debe jugar un papel preponderante en todo el proceso de enseñanza - aprendizaje.

En la organización intentaremos evitar, en la manera del posible, los tiempos muertos y de espera, para la cual cosa contamos con material suficiente y donde diversificaremos las actividades. Cuando planteamos actividades que requieran esfuerzos, distribuiremos convenientemente el tiempo de recuperación variando el tipo de actividad.

Partiremos estos principios básicos del Diseño Curricular Base, referidos a la forma de intervención educativa en la Etapa Primaria, resumidos en:

- Partir del desarrollo del alumno.
- Construir aprendizajes significativos.
- Lograr aprendizajes autónomos.
- Desarrollar y modificar las capacidades y los esquemas del conocimiento.

- Lograr una actividad intensa protagonizada por los alumnos.

METODOLOGÍA, TEMPORALIZACIÓN Y PERIODIZACIÓN DE LA UNIDAD

DIDÁCTICA.

La metodología utilizada está basada en los procesos naturales del aprendizaje. Una metodología activa, no directiva, basada en la actividad de exploración, de descubrimiento del propio alumno o alumna, y con una intervención docente de ayuda y guía. Para eso, utilizaremos como estilo de enseñanza el “**descubrimiento guiado**”.

Con los métodos inductivos que utilizaremos, pretendemos generar situaciones pedagógicas, que partiendo de la espontaneidad, se van enriqueciendo con las variables que aporta el propio desarrollo de las tareas.

En otro momento de las sesiones utilizaremos el método deductivo, donde la intervención nuestra es total, favoreciendo así la consecución de técnicas y modelos a través de una actividad dirigida y codificada. Para ellos utilizaremos como estilo de enseñanza el “**mando directo**”.

Consideraciones metodológicas en la enseñanza-aprendizaje del disco volador:

- Debemos desplazar el modelo que ha primado en la mayoría de las programaciones: el aprendizaje sistemático de los gestos técnicos de manera aislada.
- El dominio técnico no debe ser el paso previo para que los niños y niñas puedan jugar.
- Debemos considerar como punto de partida el juego.
- Debe primar el principio de globalidad en el proceso en lugar de la especialidad.
- Es fundamental que el alumno y la alumna descubran y conozcan la esencia de los juegos y actividades, antes de pasar a cualquiera otro aspecto técnico.

En aquellas actividades en las que el componente táctico tenga un peso importante, por ejemplo en tareas y actividades cooperativas de oposición es necesario plantear juegos que favorezcan su asimilación, ya que los principios tácticos favorecerán el entendimiento de la actividad y la creación del ambiente adecuado para incentivar la imaginación y la creatividad.

Únicamente logrados la esencia y los aspectos tácticos que cerca la actividad, podremos plantearnos la mejora de determinados aspectos técnicos que puedan enriquecer el juego.

Favorecer siempre la diversión, el componente lúdico-recreativo que esconde cada actividad, eliminando, si fuera necesario, cualquiera aspecto que trunque este objetivo prioritario.

Las reglas imprescindibles se plantearán en un principio, pero el marco del reglamento se irá completando en función del progreso y las necesidades de los alumnos/as, siendo ellos mismos los que podrían llegar a reclamar la presencia de normas según se vaya comprendiendo la esencia del juego.

Las normas deben ser flexibles, adecuándose a cada grupo y siempre favoreciendo la dinámica de la actividad y el componente lúdico-recreativo.

El maestro/a de Educación Física debe reaccionar ante la respuesta de los alumnos y alumnas al juego, reorganizando la actividad y sus normas en caso necesario.

Es importante favorecer siempre la coeducación.

RELACIÓN DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA CON LOS TEMAS TRANSVERSALES.

Existen una serie de temas que se manifiestan de forma relevante en la sociedad actual, y, como consecuencia, impregnan la vida y experiencias diarias de los alumnos. Por todo ello, será necesario que dichos temas aparezcan también integrados en el Área de Educación Física y abordados de forma global.

Educación moral y cívica.

Las actitudes de autoestima y de respeto, basadas en el conocimiento y aceptación de las posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento tanto propias como de los otros, las actitudes de solidaridad y cooperación deben estar presentes en todo proceso de enseñanza y aprendizaje.

Educación para la paz.

El área de Educación Física es un área privilegiada para aprender por propia experiencia las actitudes básicas para una convivencia: respeto, dialogo, solidaridad y participación.

Educación para la salud.

El área de Educación Física es una buena base para la reflexión sobre los efectos de la actividad física en su propio cuerpo y en su salud. Así, el alumno termina esta etapa adquiriendo un sentido, además del lúdico, de la utilidad y necesidad para una vida más sana y de calidad.

Educación sexual.

Dará una información sobre los aspectos biológicos de la sexualidad, pero también información, orientación y educación sobre sus aspectos sociales y psicológicos.

Educación para la igualdad de oportunidades de ambos sexos.

A la hora de formar los grupos de trabajo, el maestro debe fomentar la coeducación, promoviendo que los grupos sean siempre mixtos.

Educación ambiental.

La constante interacción del cuerpo con el entorno que se produce en las actividades físicas, en general, y en las actividades en el medio natural, en particular, facilitan la aportación del maestro de esta área a la educación ambiental.

Educación del consumidor.

El maestro de Educación Física debe desmitificar la carga consumista que lleva la mayoría de opciones de compra de los alumnos, dotando a los mismos de unos instrumentos de

análisis y crítica que les permitan adoptar una actitud personal frente a las ofertas consumistas de material deportivo.

Educación vial.

El área de Educación Física debe ir proporcionando a los alumnos un buen esquema corporal y esquemas motores que se vayan ajustando a diferentes medios.

Características del contexto educativo:

El centro donde vamos a realizar nuestra unidad didáctica es el C.P. Virgen de la Salud de Onil. Éste cuenta con 280 alumnos/as, entre niños y niñas, con una media de 15 alumnos/as por aula.

Los alumnos/as con necesidades educativas especiales son integrados dentro de sus aulas o en el aula de Educación Especial por personal especializado: profesor de Pedagogía Terapéutica, Logopeda o Servicios Psicopedagógicos.

En cuanto al profesorado, el centro tiene una plantilla oficial de 26 maestros dependientes de la Conselleria de Educación; aparte recibe la atención a tiempo parcial de profesores especialistas.

La procedencia de los profesores es mayoritariamente de fuera de la localidad los cuales se desplazan diariamente.

En cuanto a su situación profesional: el 60% son definitivos y el resto interino; pero hay muchos cambios anualmente.

Temporalización y periodización

Consideramos que la mejor época del curso académico para llevar adelante esta unidad didáctica es el tercer trimestre ya que es la época que mejor condiciones climatológicas tenemos para poder trabajar al aire libre.

La periodización con la que se va llevar a cabo esta unidad didáctica es de 4 sesiones de 50 minutos de duración cada una.

ACTIVIDADES


| "hockey" | Sesión nº: 1 |
|--|------------------------------------|
| Objetivos: <ul style="list-style-type: none">• Conocer aspectos y reglas básicas en el juego del hockey.• Conocer e iniciarse con el nuevo material.• Realizar conducciones de pelota con el stick.• Participar en actividades y juegos de una forma activa. | |
| Ciclo: 2º | Nivel: 2º |
| Materiales: palos de hockey y pelotas. | Instalaciones: pista anexa. |
| Calentamiento: 10' <ul style="list-style-type: none">• Información de la sesión y normas necesarias a cumplir.• Movilidad articular.• Juego: "El comecocos". | |
| Parte principal: 25' <ul style="list-style-type: none">• Teoría acerca de:<ul style="list-style-type: none">• Utilización, buen uso y normas a seguir con el stick.• Agarre básico.• Control de la pelota.• Juego: "El tunel".• Juego: "Zig - zag". | |
| Vuelta a la calma: 15' <ul style="list-style-type: none">• Respiración abdominal.• Recogida del material.• Higiene. | |


| "hockey" | | Sesión nº: 2 |
|--|------------------------------------|---------------------|
| Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Mejorar las conducciones de pelotas con el stick. • Realizar lanzamientos y recepciones. • Respetar a los compañeros/as, al maestro/a durante la sesión de E.F. | | |
| Ciclo: 2º | Nivel: 2º | |
| Materiales: palos de hockey y pelotas. | Instalaciones: pista anexa. | |
| Calentamiento: 10' <ul style="list-style-type: none"> • Información de la sesión. • Movilidad articular. • Juego: "Entre las piernas". | | |
| Parte principal: 25' <ul style="list-style-type: none"> • Recordatorio de la teoría y de las normas de la sesión 1: <ul style="list-style-type: none"> • Utilización y buen uso. • Juego: "El pase". • Juego: "La carrera". • Juego: "El cuadrado". | | |
| Vuelta a la calma: 15' <ul style="list-style-type: none"> • Juego: "El reloj". • Recogida del material. • Higiene. | | |

| "hockey" | | Sesión nº: 3 |
|--|------------------------------------|---------------------|
| Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Mejorar el dominio y control en las conducciones de pelota con el stick. • Realizar lanzamientos a portería. • Respetar las normas de los juegos y participar de una forma activa. | | |
| Ciclo: 2º | Nivel: 2º | |
| Materiales: palos de hockey y pelotas. | Instalaciones: pista anexa. | |
| Calentamiento: 10' <ul style="list-style-type: none"> • Información de la sesión. • Movilidad articular. • Juego: "El zorro". | | |
| Parte principal: 25' <ul style="list-style-type: none"> • Recordatorio del agarre y recepción. • Juego: "El circuito". • Juego: " El desafío". | | |
| Vuelta a la calma: 15' <ul style="list-style-type: none"> • Juego: "El masaje". • Recogida del material. • Higiene. | | |

| "hockey" | | Sesión nº: 4 |
|---|------------------------------------|---------------------|
| Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Realizar un partido de mini-hockey . • Practicar juegos para afianzar las habilidades motrices básicas de una forma global. • Participar de una forma activa en la recogida y cuidado del material. | | |
| Ciclo: 2º | Nivel: 2º | |
| Materiales: palos de hockey y pelotas. | Instalaciones: pista anexa. | |
| Calentamiento: 10' <ul style="list-style-type: none"> • Información de la sesión. • Movilidad articular. • Juego: "La batalla". | | |
| Parte principal: 25' <ul style="list-style-type: none"> • Explicación reglas generales del "Hockey". • Juego: "El partido". | | |
| Vuelta a la calma: 15' <ul style="list-style-type: none"> • Puesta en común del juego, evaluación del juego y mejoras o cambios a introducir. • Recogida del material. • Higiene. | | |


SESIÓN 1:


| EL COMECOCOS | |
|--|---|
| EDAD: A partir de 6 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: El juego consiste en ir por encima de las líneas que hay pintadas en el suelo de la pista y correr con el fin de no ser cogido por el compañero/a que paga. El que paga tiene que ir con la mano levantado o con alguna cosa que lo identifique. |
| OBJETIVO: <i>Coger a algún compañero/a sin salirse de las rallas.</i> | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de persecución. | |
| TIEMPO: 5 - 7 minutos. | |
| ESPACIO: Pista polideportiva o gimnasio. | |
| MATERIAL: Sin material. | |
|  | |
| VARIANTES: Correr de cara, de espalda, de lado... Pagar más de una persona. | OBSERVACIONES: Hay que ir por encima de las líneas sin salirse de ellas. |


| EL TUNEL | |
|---|--|
| EDAD: A partir de 8 - 9 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: Colocados por parejas, una abre las piernas y el otro se sitúa a su lado tratando de pasar la pelota repetidamente por debajo de sus piernas. El pase ha de ser revés y de derecha. |
| OBJETIVO: Pasar la pelota por debajo de las piernas del compañero/a. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de precisión. | |
| TIEMPO: 10 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Stick y pelota. | |
|  | |
| VARIANTES: Colocar varias personas haciendo el túnel más largo. | OBSERVACIONES: Hay que ir con cuidado con el stick. El compañero/a debe abrir bastante las piernas para facilitarle el pase a su compañero/a. |


| ZIG - ZAG | |
|--|--|
| EDAD: A partir de 6 - 8 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: Conducir la pelota hacia delante mediante toques de derecha y de revés. El cambio de dichos toques los marcará los conos que habrá situados en la pista. |
| OBJETIVO: Conducir la pelota haciendo toques de revés y de derecha. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de control y dominio. | |
| TIEMPO: 10 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Stick, pelota y conos. | |
|  | |
| VARIANTES: Aumentar o disminuir el número de conos. Variar la posición de los conos. | OBSERVACIONES: Es importante que realicen los toques, tanto de revés como de derecha. |


SESIÓN 2:

| ENTRE LAS PIERNAS | |
|---|--|
| EDAD: A partir de 6 - 7 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: El juego consiste en pasarse la pelota con las manos y tratar de pasarla entre las piernas de algún compañero/a. Para ello el grupo formará un círculo (6 - 7 personas), juntando pie con pie. Cuando a alguien le lancen la pelota, éste debe tratar de pararla con las manos. |
| OBJETIVO: Conseguir pasar la pelota por debajo de las piernas de algún compañero/a. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de coordinación. | |
| TIEMPO: 5 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: 1 pelota. | |
|  | |
| VARIANTES: Introducir varias pelotas. | OBSERVACIONES: Hay que tener en cuenta que no vale tirar fuerte. |


| EL PASE | |
|--|---|
| EDAD: A partir de 6 - 7 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: Colocados los alumnos/as por parejas y situados a una distancia de 5 metros (unos enfrente de los otros), el juego consiste en contar los pases y recepciones que han realizado en un tiempo de 30 segundos. |
| OBJETIVO: Realizar lanzamiento y recepciones. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de coordinación. | |
| TIEMPO: 5 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Stick y pelota. | |
|  | |
| VARIANTES: Aumentar o disminuir la distancia. Colocar algún obstáculo u objeto en la trayectoria del pase (aumentar la dificultad). | OBSERVACIONES: Hay que tener en cuenta que el pase debe realizarse de forma controlada. |

| LA CARRERA | |
|--|---|
| EDAD: A partir de 6 - 7 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: El juego consiste en ir y volver lo más rápido posible conduciendo la pelota. Para ello los jugadores deben dar la vuelta a un cono que habrá situado enfrente de ellos y a una distancia de 10 - 15 metros. |
| OBJETIVO: Conseguir realizar la carrera en el menor tiempo posible. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de carrera y control. | |
| TIEMPO: 7 - 10 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Stick, pelota y conos. | |
|  | |
| VARIANTES: Colocar varios conos. | OBSERVACIONES: Es necesario llevar la pelota controlada. |


| EL CUADRADO | |
|--|---|
| EDAD: A partir de 7 - 8 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: El juego consiste en conducir la pelota por el exterior de un cuadrado de 5 metros de lado. Para ello, los jugadores saldrán desde los ángulos opuestos del cuadrado. El que primero complete una vuelta gana. |
| OBJETIVO: Conducir la pelota por el exterior de un cuadrado. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de dominio y control | |
| TIEMPO: 7 - 10 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Stick, pelota y conos. | |
|  | |
| VARIANTES: Aumentar el número de vueltas. | OBSERVACIONES: Hay que tener en cuenta que la conducción se debe realizar por el exterior. Es importante que cambien de sentido. |


| EL RELOJ | |
|--|--|
| EDAD: | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: Colocados todos los alumnos/as tumbados hacia arriba y con los ojos cerrados, el juego consiste en que estos calculen 30 segundos. Cuando consideren que ya lo han calculado, se irán levantando, en silencio para no molestar al resto de compañeros/as. |
| OBJETIVO: Calcular 30 segundos a través de la percepción temporal propia. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego percepción (estimación) temporal. | |
| TIEMPO: 3 - 5 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Sin material, aunque se pueden utilizar colchonetas. | |
|  | |
| VARIANTES: Aumentar o disminuir la duración del juego. | OBSERVACIONES: En el caso de que haya una estimación demasiado alejada, es aconsejable marcarle los primeros segundos para que les sirvan de referencia. |

SESIÓN 3:


| EL CAZADOR DE COLAS | |
|---|---|
| EDAD: Todas. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: El juego consiste en coger el mayor número de trozos de tela. Para ello cada alumno/a tendrá colocado en la cintura (espalda) un trozo de tela. |
| OBJETIVO: Coger el mayor número de colas. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de persecución. | |
| TIEMPO: 5 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Trozos de tela. | |
|  | |
| VARIANTES: Que haya una persona que no lleve cola y sea ésta la que trate de coger alguna. Cuando consiga coger una cola se la colocará y pagará el otro/a. | OBSERVACIONES: No se debe ni atar la tela ni sujetarla con la mano. |


| EL CIRCUITO | |
|--|---|
| EDAD: A partir de 6 - 7 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: El juego consiste en conducir la pelota por un circuito. Dicho circuito contará con diversas dificultades (obstáculos) para mejorar el dominio y control de la conducción. |
| OBJETIVO: Conducir la pelota controlada por el circuito. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de control. | |
| TIEMPO: 7 - 10 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Stick, pelota y conos. | |
|  | |
| VARIANTES: Aumentar la dificultad e introducir diversos obstáculos. | OBSERVACIONES: Es importante que se lleve bien controlada la pelota. |

| EL GOL MÁS RÁPIDO | |
|--|--|
| EDAD: A partir de 7- 8 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: El juego consiste en marcar gol antes que el compañero/a. Colocados por parejas y con una pelota cada uno, estos deben marcar gol en una portería situada a 15 metros de distancia. A la voz de "ya" deben ir lo más rápido posible, y con la pelota controlada, hacia dicha portería con el fin de marcar gol lo más rápido posible. |
| OBJETIVO: Marcar gol al compañero/a. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de lanzamiento. | |
| TIEMPO: 5 - 7 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Stick, pelota y conos. | |
|  | |
| VARIANTES: Aumentar el número de participantes. | OBSERVACIONES: Es necesario lanzar la pelota después de haber pasado una línea que debe haber dibujada en el suelo. |

| EL MASAJE | |
|--|--|
| EDAD: A partir de 5 - 6 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: Acostados en el suelo y colocados por parejas, el juego consiste en hacer un masaje al compañero/a tumbado. Para ello, hay que ir describiendo pequeños círculos sobre las diferentes partes del compañero/a. |
| OBJETIVO: Masajear al compañero/a con una pelota. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de relajación. | |
| TIEMPO: 5 - 10 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Pelotas de espuma. | |
|  | |
| VARIANTES: Introducir música relajante. | OBSERVACIONES: Es importante mantener la calma y estar en silencio. |

SESIÓN 4:

| LA BATALLA | |
|--|---|
| EDAD: A partir de 6 - 7 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: El juego consiste en pasar el máximo número de pelotas al campo contrario. El equipo que menos pelotas tenga en su campo será el ganador. Las pelotas estarán situadas en la línea divisoria de ambos campos. |
| OBJETIVO: Lanzar el mayor número de pelotas al campo contrario. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de lanzamiento. | |
| TIEMPO: 5 minutos. | |
| ESPACIO: Cualquier espacio libre de objetos (pista polideportiva o gimnasio). | |
| MATERIAL: Pelotas. | |
|  | |
| VARIANTES: Realizar el juego con los sticks. | OBSERVACIONES: Hay que tener cuidado a la hora de lanzar las pelotas. |

| EL PARTIDO DE HOCKEY | |
|--|---|
| EDAD: A partir de 8 - 10 años. | DESCRIPCIÓN DEL JUEGO: El juego consiste en realizar un partido de hockey. Las reglas pueden haber sido consensuadas previamente por todos los participantes. |
| OBJETIVO: Conseguir marcar el mayor número de goles posibles. | |
| TIPO DE JUEGO: Juego de cooperación con oposición. | |
| TIEMPO: 20 - 25 minutos. | |
| ESPACIO: Gimnasio o pista polideportiva con campos delimitados. | |
| MATERIAL: Sticks y pelotas. | |
|  | |
| VARIANTES: Colocar más de 2 porterías. | OBSERVACIONES: Hay que tener mucho cuidado con los sticks. |

BIBLIOGRAFÍA

Temario de Oposiciones a Maestro de Educación Física. Escuela Preparación de Oposiciones. Murcia.

Diseño curricular base. Educación Física. Comunidad Valenciana

Currículo Área de Educación Física. Comunidad Valenciana.

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

ANEXOS.

FICHA PARA LOS ALUMNOS QUE NO HAN REALIZADO LA SESIÓN

ALUMNO/A: _____ FECHA: _____

- ¿Por qué motivo no has realizado la sesión práctica?

- ¿Cambiarías o modificarías algún juego?
 - ¿Cuál?
 - ¿Por qué?

- ¿Qué juego te ha gustado más?
 - ¿Por qué?

- ¿Te gustaría que se repetiría algún juego que han realizado tus compañeros/as?
 - ¿Cuál?
 - ¿Por qué?

- He colaborado con:
 - Pasar lista.
 - La preparación y la recogida del material.
 - Otras tareas

- Incluye por detrás de la hoja otro juego.