

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Adquirir una progresiva adaptación básica al balón con las extremidades inferiores.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

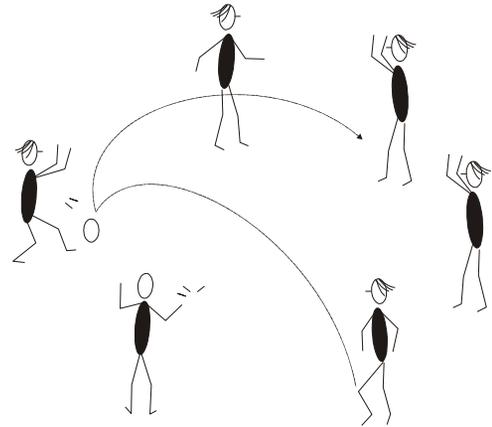
Por grupos de 5-6 alumnos, realizar toques alternativos intentando que el balón no toque el suelo.

Reglas:

Sólo se puede golpear el balón con los pies o las rodillas. El que cometa tres fallos queda eliminado. Gana el último jugador en ser eliminado.

Variantes:

Introducir varios balones. Aumentar progresivamente el número de toques que realiza cada jugador antes de pasar.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Adquirir una progresiva adaptación básica al balón con las extremidades inferiores.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

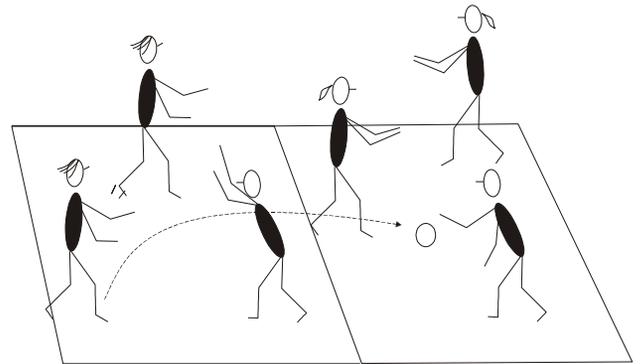
En grupos de 5-6 alumnos se jugará un vola-pie. En un campo rectangular de dimensiones reducidas y dividido en dos partes, los miembros de un equipo deberán golpear el balón con sus pies, pasándolo al otro campo a una altura mínima de 1 metro.

Reglas:

El balón puede dar un bote en el campo contrario antes de ser devuelto. Si da dos o más botes dentro del campo será punto para el otro equipo. Gana el equipo que más puntos consiga.

Variantes:

El balón no puede botar en el suelo.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar el nivel de conducción con ambas piernas.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Se forman 4 grupos que se sitúan en las esquinas del campo. En el centro del campo se sitúan balones de fútbol. A la señal del profesor el primero de cada fila saldrá corriendo hacia el centro del campo, cogerá un balón y lo conducirá con el pie hasta su zona. Cuando llega sale el siguiente compañero.

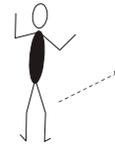
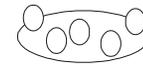
Reglas:

Gana el equipo que más balones tenga al finalizar el juego. En todo momento el balón deberá ir controlado a no más de medio metro del jugador.

Variantes:

Cambiar el tamaño de los balones (baloncesto, balonmano, etc.).

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar el nivel de conducción con ambas piernas.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

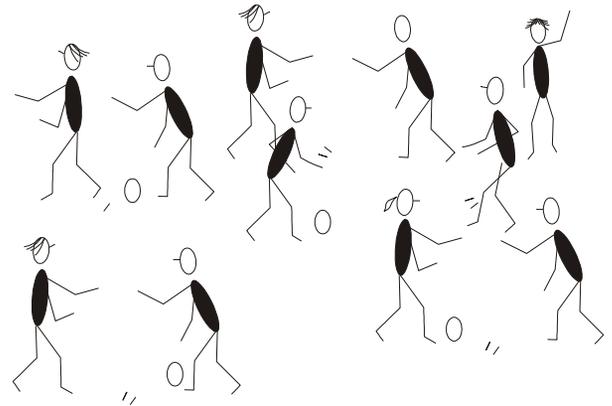
4 ó 5 alumnos con un balón en sus pies deberán desplazarse con él y golpear a alguno de sus compañeros. Cuando un alumno es golpeado pasa a ser el perseguidor.

Reglas:

No vale golpear por encima de la cintura, ni salirse del campo establecido.

Variantes:

Aumentar el número de perseguidores. Disminuir las dimensiones del campo de juego.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Conocer y practicar los diferentes tipos de pases.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

Grupos de 5 ó 6 alumnos colocados en círculo intentan realizar diferentes pases superando al alumno que está en el centro del círculo.

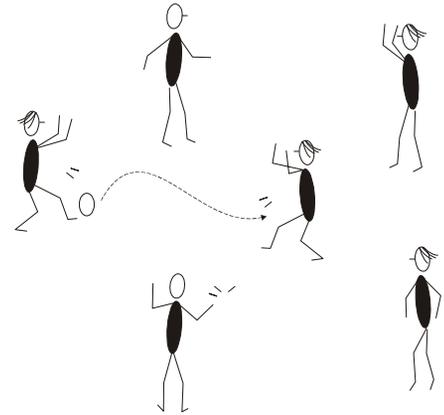
Reglas:

Si el alumno del centro intercepta el balón sale del círculo intercambiándose por el que ha fallado.

Variantes:

Aumentar el número de balones. Aumentar el número de defensores. Modificar las dimensiones del círculo.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Conocer y practicar los diferentes tipos de pases.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

Se forman grupos de 4 contra 4. Los alumnos del equipo que ataca deberán sobrepasar la línea de defensa del equipo contrario. El otro equipo intentará interceptar el balón y si lo consigue éste será el que ataque la línea de defensa enemiga.

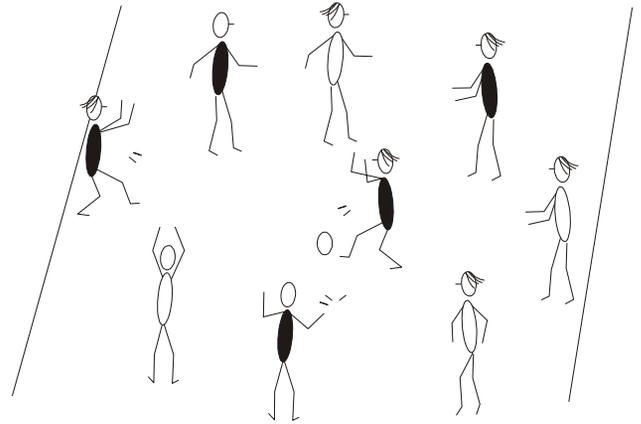
Reglas:

La línea de defensa se situará a una distancia de 15 a 20 metros. Se puede golpear el balón con todas las partes del cuerpo a excepción de los brazos.

Variantes:

Variar las dimensiones del campo. Variar el número de participantes.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Adquirir soltura en el pase y control del balón.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

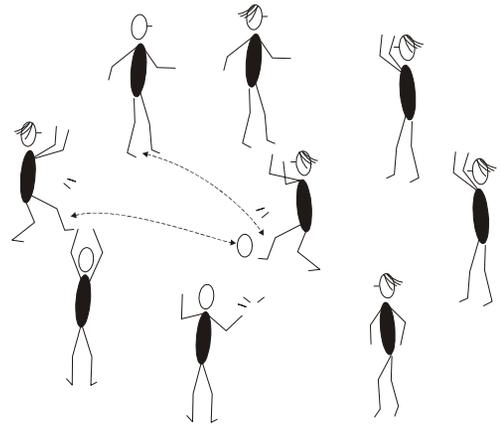
Grupos de 7 ó 8 alumnos forman un círculo. Un jugador se coloca en el centro del círculo con un balón. A la voz del profesor deberá ir pasando el balón a un compañero para que éste a su vez lo controle y se lo devuelva. Hacer el mayor número de toques en un minuto.

Reglas:

Gana el equipo que más toques realice. El del centro no puede devolver la pelota al mismo compañero.

Variantes:

Aumentar el número de balones. Variar el tiempo de juego.

Gráfico:

Etapas:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol, picas, conos, bancos, aros, estafetas, etc.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Adquirir soltura en el manejo y control del balón.

Organización:

Individual.

Desarrollo:

Realizar el circuito que se propone sin tocar ni derribar ninguno de los obstáculos.

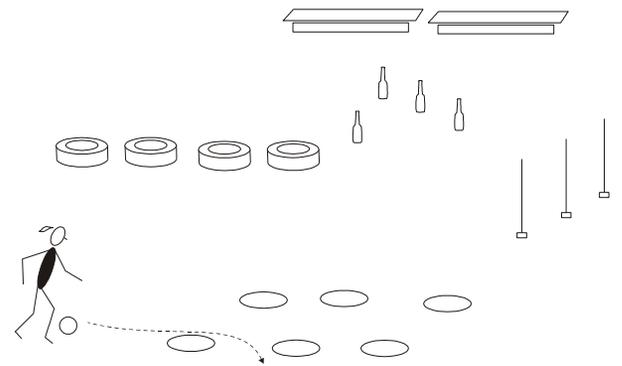
Reglas:

Se penaliza con un punto cada vez que se toque o se derribe un obstáculo. Gana el alumno que menos puntos tenga.

Variantes:

Variar la disposición de los obstáculos que forman el circuito. Establecer penalizaciones por tiempos.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Utilizar el regate para superar al contrario.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Realizamos el juego del pañuelo pero con balón. El profesor dirá un número y los alumnos que tengan ese número saldrán a por un balón que estará situado en el centro del campo. El que coja la pelota deberá superar al contrario e intentar marcar gol. El otro compañero intentará defender para evitar el gol.

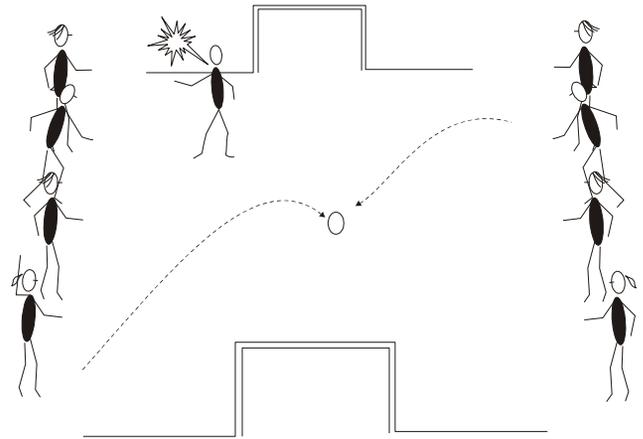
Reglas:

Ganará el equipo que más goles consiga al final del juego. El balón se deberá llevar controlado en todo momento.

Variantes:

El que no lo consiga en cada tanda quedará eliminado.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol y balones medicinales.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la precisión en el golpeo y disparo.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

Se forman grupos de 5 ó 6 alumnos que chutarán hacia los balones medicinales colocados a 8 metros de distancia.

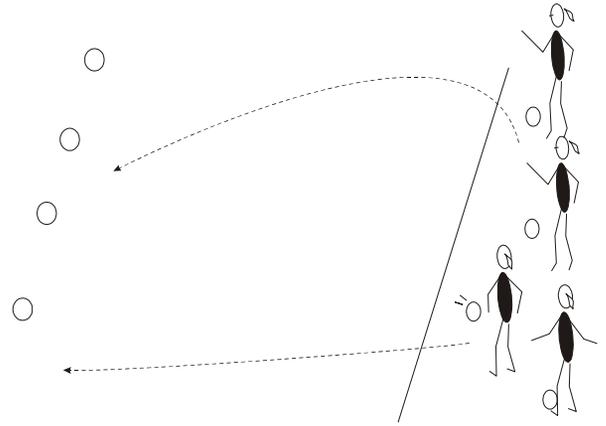
Reglas:

Gana el equipo que dé un mayor número de veces en los balones medicinales. Mientras unos grupos disparan los otros se colocan detrás para recoger los balones y devolverlos.

Variantes:

Aumentar la distancia de lanzamiento. Disparar a otro tipo de objetos.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la precisión en el golpeo y disparo.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

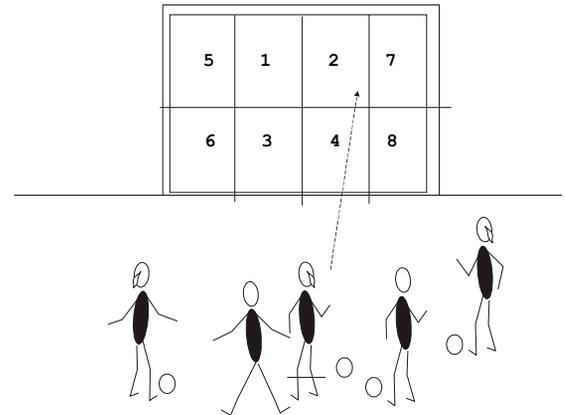
Se forman grupos de 5 ó 6 alumnos que se sitúan a una distancia de 9 metros. La portería se dividirá con cuerdas en 8 espacios, cada espacio tendrá una puntuación del 1 al 8. A la señal del profesor los alumnos de cada equipo comienzan a disparar por turnos intentando conseguir el mayor número de puntos para su equipo.

Reglas:

Gana el equipo que más puntos consiga en un minuto. Cada alumno recoge su propio balón para pasárselo al siguiente compañero.

Variantes:

Llegar a conseguir una puntuación determinada. Variar distancia y el lugar de lanzamiento.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la precisión en el golpeo y disparo.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

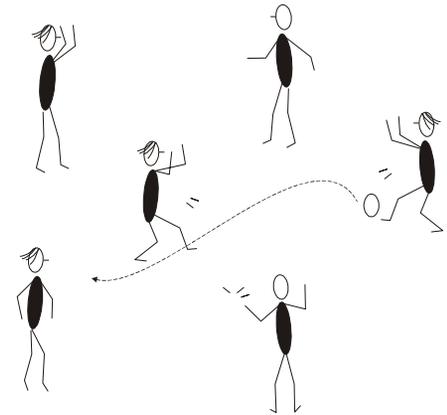
Se forman grupos de 5 ó 6 alumnos que se colocan en círculo, uno de ellos se sitúa en el centro. Los de fuera deben pasarse la pelota e intentar golpear al del centro y éste deberá evitarlo.

Reglas:

Sí un alumno golpea al del centro pasará a esta posición.

Variantes:

Variar el número de balones y de alumnos que se colocan en el centro. Aumentar o disminuir el diámetro del círculo.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la capacidad para adelantarse a la acción del jugador contrario y quitarle el balón.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

Tres jugadores atacan y dos defienden. Los jugadores que atacan deberán pasarse el balón y lanzar a portería para colar un gol intentando que los defensores no se lo quiten.

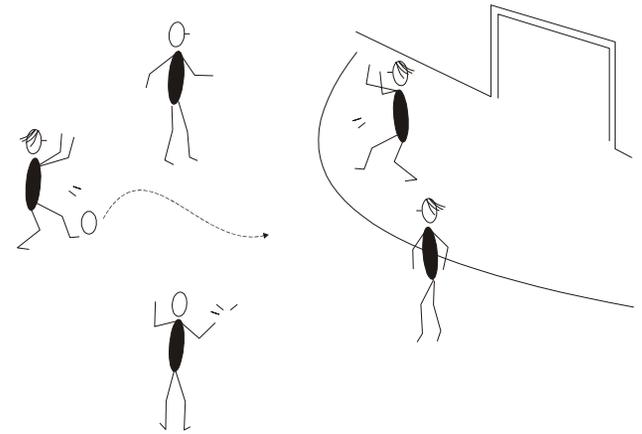
Reglas:

Todos los alumnos que forman el grupo tienen que quedarse a defender.

Variantes:

Aumentar el número de jugadores atacantes y defensores.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva.

Material:

Balones de fútbol.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Aplicar las diferentes técnicas básicas del fútbol a situaciones de juego colectivo.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

Se realizan equipos de cinco alumnos que serán mixtos. Se realizará un pequeño torneo donde todos jugarán contra todos.

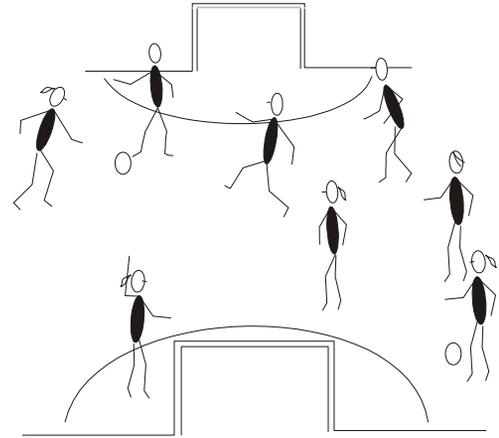
Reglas:

Gana el equipo que más puntos obtenga. Se jugará con dos balones a la vez.

Variantes:

Variar los equipos y realizar un nuevo torneo. Aumentar el número de balones en juego.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol y balones medicinales.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar la precisión en el golpeo y disparo.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

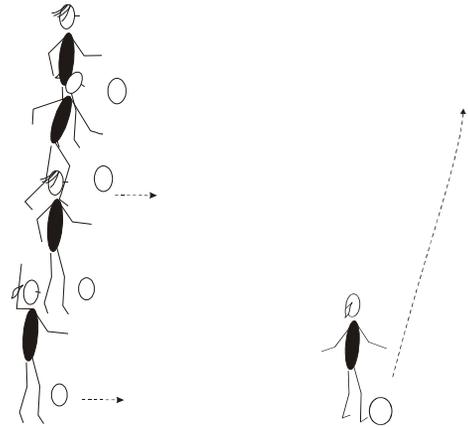
Se forman grupos de 5 ó 6 alumnos. Uno de ellos hace rodar un balón medicinal mientras que sus compañeros, a una distancia aproximada de 8 metros intentarán darle.

Reglas:

Quien dé al balón será el encargado de hacerlo rodar en la siguiente partida.

Variantes:

Rodar varios balones al mismo tiempo.
Aumentar o disminuir distancias.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de Fútbol, estafetas.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Mejorar en el control y pase de balón.

Organización:

Tríos.

Desarrollo:

A la señal, el primer trío sale en carrera realizando pases, según la posición. Al girar en la estafeta el del centro realizará un pase largo al siguiente trío.

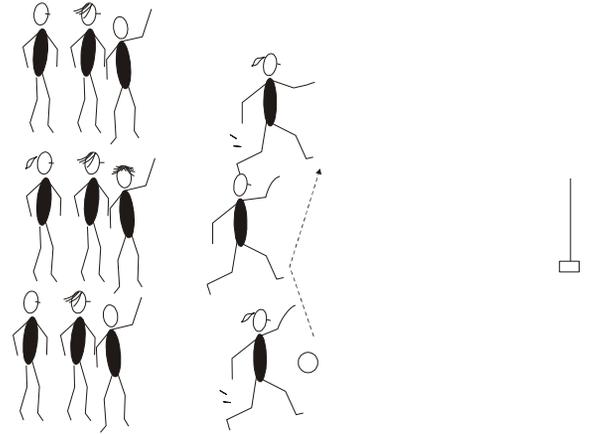
Reglas:

El jugador del centro golpeará con el interior y el exterior. Se valorará el trío que efectúe un mejor control del balón.

Variantes:

Ir rotando la posición de los jugadores. Aumentar o disminuir la distancia entre los jugadores.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva.

Material:

Balones de fútbol, estafetas.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Aplicar las diferentes técnicas básicas del fútbol a situaciones de juego colectivo.

Organización:

Pequeño grupo.

Desarrollo:

Se colocan 4 porterías en cada una de las bandas del campo de juego con las estafetas. Se forman 4 grupos de 3 ó 4 jugadores que competirán entre sí.

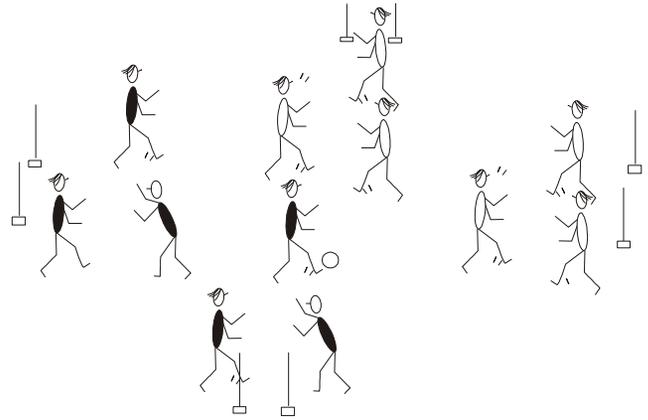
Reglas:

Cada equipo deberá defender su portería. Gana el equipo menos goleado.

Variantes:

Aumentar el número de equipos y de porterías. Modificar el número de jugadores. Jugar con o sin portero.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Balones de fútbol, bancos suecos.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Aplicar las diferentes técnicas básicas del fútbol a situaciones de juego colectivo.

Organización:

Individual.

Desarrollo:

Usando un banco sueco como red y en un campo de 10 x5 m. Se realiza un partido de fútbol-tenis.

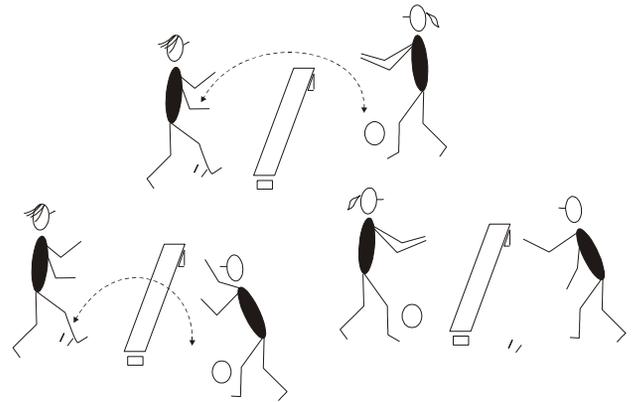
Reglas:

El balón no puede dar más de dos toques dentro del campo ni tocar la red.

Variantes:

Aumentar o disminuir dimensiones del campo, número de jugadores y altura de la red.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva.

Material:

Balones de fútbol, estafetas.

Bloque Específico:

JUEGOS Y DEPORTES.

Objetivo a desarrollar:

Aplicar las diferentes técnicas básicas del fútbol a situaciones de juego colectivo.

Organización:

Tríos.

Desarrollo:

Se divide la pista en minipistas de 20 x 10 m. Las estafetas se utilizarán como porterías.
Se realizará una miniliga por tríos.

Reglas:

Adaptar las reglas normales de juego a las dimensiones de campo.

Variantes:

Reducir el tamaño del campo (10x10) y el número de jugadores (2x2,1x1).

Gráfico:

