

## SPORT BILLY

### 1.- OBJETIVOS:

- Mejorar la capacidad de manipular objetos.
- Iniciar la realización de los lanzamientos y recepciones.
- Desarrollar la precisión de los lanzamientos.
- Coordinar la carrera con el bote.

### 2.- CONTENIDOS:

#### - *CONCEPTOS:*

- Lanzamientos.
- Recepciones.
- Manipulación de objetos.
- Coordinación óculo – manual.

#### - *PROCEDIMIENTOS:*

- Ejercicios de manipulaciones y manejos de distintos móviles.
- Realizar distintos juegos con bote.
- Realizar todo tipo de lanzamientos y recepciones.

#### - *ACTITUDES:*

- Trabajo en equipo.
- Coeducación.
- Respeto por las posibilidades de los demás.
- Interés en el trabajo diario.

### 3.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- Lanza una pelota al aire y la recepciona.
- Lanza una pelota al aire, realiza una acción y la recepciona.
- Lanza con precisión..
- Lanza y recibe una pelota sin dificultad.
- Se desplaza botando un balón

<p><b>UNIDAD DIDÁCTICA:</b> SPORT BILLY</p> <p><b>OBJETIVOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollar la capacidad de manipulación de objetos.</li> <li>• Desarrollar la destreza manual.</li> </ul> <p><b>MATERIALES:</b> pelotas pequeñas y aros</p>	<p><b>SESIÓN N° 1</b></p>
<p><b>CALENTAMIENTO:</b></p> <p>1.- Calentamiento estático y dinámico alrededor del campo.</p> <p>2.- Individualmente, cada alumnos con un aro:</p> <p>* Llevar el aro como si fuese un volante de un coche sin tocar a los compañeros.</p> <p>Como variante, hacer lo siguiente: a) con un pitido, parar, 2) con dos pitidos, dejar el aro en el suelo y salirse y 3) con tres pitidos, dar saltos como si hubiera baches.</p> <p>* Rodar el aro por el espacio con la mano derecha y con la mano izquierda.</p> <p>* Girar el aro sobre el eje longitudinal.</p> <p>* Lanzar el aro al aire ( poca altura ) y cogerlo sin que caiga.</p> <p>* Intentar hacer rodar el aro y hacer que vuelva de nuevo.</p>	
<p><b>PARTE PRINCIPAL</b></p> <p>1.- Cada alumno dentro de su aro con una pelota pequeña:</p> <p>* Hacer rodar la pelota haciendo ochos entre las piernas.</p> <p>* Hacer rodar la pelota alrededor del aro.</p> <p>* Pasar la pelota alrededor de: cuello, cintura, muslo derecho, etc.</p> <p>* Subir la pelota desde el suelo hasta el cielo y a la inversa.</p> <p>* ¿ Quién lo hace con un dedo?</p> <p>* Manipular la pelota con las manos al frente: lanzar con una mano y coger con la otra, dar toques con la palma de la mano.</p> <p>2.- Cada alumno con su pelota:</p> <p>* Lanzarla de mano a mano.</p> <p>* Lanzar la pelota al aire con la mano derecha y cogerla con la misma mano. Hacer todas las variantes posibles.</p> <p>* Lanzar la pelota muy alta y recogerla tras un bote en el suelo.</p> <p>* Igual pero sin que de un bote.</p> <p>* Botarla con la mano derecha y recogerla con una mano.</p> <p>* Igual con la izquierda</p> <p>* Soltar la pelota con la mano derecha y cogerla con la misma mano sin que de un bote. Hacer todas las variantes posibles.</p> <p>* Lanzar la pelota al aire y antes de cogerla dar una palmada</p> <p>3.- Por parejas con un aro delante de cada uno y separados algún metro:</p> <p>* Lanzar la pelota intentando que caiga dentro.</p> <p>* Lanzar 10 veces y ver quién hace más aciertos.</p> <p>4.- “ Bomba “.</p> <p>Se colocan en círculo cada uno dentro de un aro. En el centro se coloca otro alumno que va contando hasta 30 mientras que el resto van haciendo girar la pelota. Al llegar a 10 levanta un brazo, al llegar a 20 levanta el otro y al llegar a 30 dice “ bomba “ y el que tenga la pelota se anota un tanto negativo.</p>	
<p><b>VUELTA A LA CALMA</b></p> <p>1.- “ Cesta de frutas “.</p> <p>Formar un círculo y cada uno en su aro. Al decir naranja, cambio al aro de la derecha, al decir fresa al aro de la izquierda y al decir tempestad cambio al aro que se desee.</p>	

**OBJETIVOS:**

- Realizar lanzamientos y recepciones con distintos tipos de pelotas.
- Mejorar la capacidad de manipulación de objetos.
- Cooperar y colaborar con los demás en los juegos de equipo.

**MATERIALES:** Pelotas de foam y plástico**CALENTAMIENTO**

1.- calentamiento estático y dinámico alrededor del campo.

2.- Se la quedan varios alumnos que llevarán una pelota de goma espuma. Deben intentar alcanzar a los compañeros de cintura para abajo. Al que le den, se la queda y le entregan la pelota.

3.- “ Los piratas “.

Utilizando solo la mitad de la pista formaremos una “ isla “. Se hacen dos equipos, uno de ellos estará preparado fuera de la isla con pelotas de foam y el otro permanece dentro de la misma. A la señal, intentamos dar con las pelotas a los compañeros/as del equipo rival.

Cambio de rol

**PARTE PRINCIPAL**

1.- Cada alumno con una pelota:

\* Manejar la pelota con la mano:

- Con la palma.
- Con el dorso.
- Combinar ambas.

\* Sentados, rodar la pelota pasándola de una mano a otra:

- Alrededor del cuerpo.
- Por debajo de las piernas.

\* Desplazarse empujando la pelota con la mano.

\* Conducir la pelota con los pies.

\* Lanzar y recoger la pelota. Incluir variantes.

\* Si hay una pared, realizar lanzamientos individuales contra la pared: mano derecha, izquierda, ambas manos,...

2.- Hombrito, codito.

“ Hombrito, codito,  
cadera, rodillita,  
y puntera.

Tacón de media punta  
la media vuelta,  
la vuelta entera “.

Se lanza la pelota contra la pared, manteniendo un ritmo con la cancioncilla, sin que caiga al suelo. Si se cae la pelota, pierde.

3.- Por parejas separados unos tres metros nos pasamos la pelota:

\* Lanzando con la mano derecha.

\* Lanzando con la mano izquierda.

\* Lanzando con las dos: encima de la cabeza, de pecho, rodando,...

\* Lanzando con un bote intermedio.

4.- “ Relevos con balón”.

Se forman grupos de 6 colocados en fila. El primero tiene la pelota y van pasando ésta por encima de las cabezas hasta llegar al último.

Variantes: por debajo de las piernas, por el lateral,...

### **VUELTA A LA CALMA**

1.- “Ratón que te pilla el gato”.

**OBJETIVOS:**

- Coordinar el lanzamiento y la recepción sucesiva de forma coordinada.
- 

**MATERIALES:** pelotas pequeñas

**CALENTAMIENTO**

- 1.- Estático y dinámico alrededor del campo.
- 2.- Cada alumno con una pelota pequeña:
  - \* Rodar la pelota por el suelo.
  - \* Hacer ochos entre las piernas.
  - \* Subir la pelota desde el suelo hasta el cuello.
  - \* Golpeamos la pelota con la palma de la mano.
  - \* Pasamos la pelota de una mano a otra.

**PARTE PRINCIPAL**

- 1.- Cada alumno con su pelota.
  - \* Lanzar lo más alto posible y cogerla.
  - \* Lanzar la pelota arriba y golpearla con la cabeza.
  - \* Lanzar la pelota por debajo de una pierna y cogerla con las dos manos.
  - \* Lanzar la pelota desde la espalda y cogerla por delante.
  - \* Lanzar arriba desde sentado y cogerla antes de que bote.
  - \* Recogerla sentado.

- 2.- “ La defensa del castillo “.

Formaremos un castillo con cuatro bancos. Dividimos la clase en 3 equipos, uno de ellos estará dentro del castillo lleno de pelotas. A la señal los defensores del castillo echarán las pelotas fuera del mismo y los otros dos equipos deberán ponerlas de nuevo dentro. Cambios de rol.

- 3.- “ Guerra de pelotas “.

- 4.- “ balón perseguido “

Formamos un gran círculo con toda la clase con dos equipos colocados de forma alterna. Cada equipo tendrá una pelota que deberán ir pasándose los miembros de cada equipo intentando adelantar a la del otro equipo

**VUELTA A LA CALMA**

- 1.- “ Ratón que te pilla el gato “.