

Estas primeras semanas empezaremos a jugar al balonmano por lo tanto los juegos serán enfocados a este deporte.

JUEVES 2 DE NOVIEMBRE

RATÓN Y EL GATO EN CÍRCULO

NOMBRE: RATÓN Y GATO EN CÍRCULO

OBJETIVO:

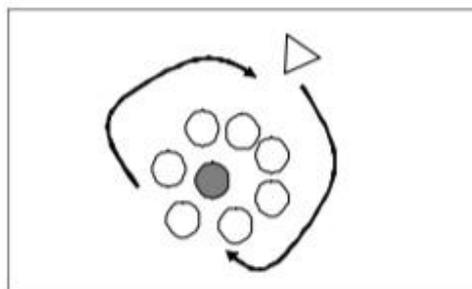
Mejorar marcaje y desmarque.

INDICACIONES:

- Trabajar en equipo
- Defender

Grupos de 6 o 7 jugadores de la mano formando un círculo, 1 ratón dentro y un gato fuera, el gato intentará entrar en el círculo para pillar al ratón y los compañeros deben impedirlo cerrando los posibles huecos.

GRÁFICO



VIERNES 3 DE NOVIEMBRE

CORRE QUE SE CAE

NOMBRE: CORRE QUE SE CAE

OBJETIVO:

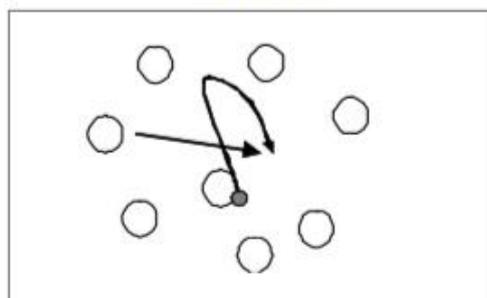
Mejorar la velocidad de reacción

INDICACIONES:

- Reaccionar rápido
- Estar atentos

Sentados en círculo, un jugador en el centro con una pelota, cuando quiera dice el nombre de un compañero y tira la pelota hacia arriba, el compañero nombrado debe levantarse y coger la pelota antes de que se caiga al suelo.

GRÁFICO



LUNES 6 DE NOVIEMBRE

RELEVOS DE BOTE EN CÍRCULO

NOMBRE: RELEVOS DE BOTE EN CÍRCULO

OBJETIVO:

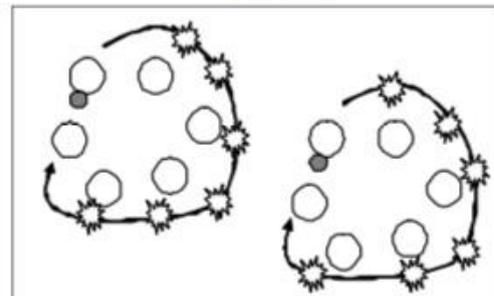
Mejorar el uso del bote

INDICACIONES:

- Reaccionar rápido
- Estar atentos
- Colaborar
- Bote de contraataque

Dos equipos formando un círculo, a la señal el que tiene la pelota comenzará a correr botando alrededor del círculo hasta llegar a su sitio y le pasará la pelota al compañero de al lado para que siga el relevo.

GRÁFICO



MARTES 7 DE NOVIEMBRE

BOLOS TUMBADOS

NOMBRE: BOLOS TUMBADOS

OBJETIVO:

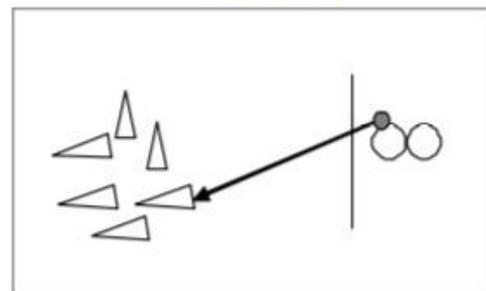
Mejorar la precisión en el lanzamiento

INDICACIONES:

- Lanzar cuidando el armado
- Lanzar rápido y con precisión

Siete u ocho conos tumbados, a 3 ó cuatro metros una fila de jugadores con balón que lanzarán para darle a uno de los conos, si aciertan lo colocarán de pie y sumarán un punto, si dan a un cono y lo tiran restarán puntos.

GRÁFICO



MIÉRCOLES 8 DE NOVIEMBRE

JUEGO DE LOS 10 PASES

NOMBRE: 10 PASES

Dos equipos, pasando la pelota, conseguir 10 pases sin que equipo contrario lo intercepte.

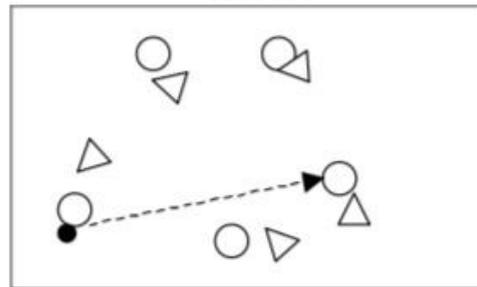
OBJETIVO:

Mejorar la recepción, el pase, el marcaje y los desmarques.

INDICACIONES:

- Desmarcarse y ofrecerse como apoyo cuando la situación sea eficaz
- Recibir, pasar y desmarcarse de nuevo rápido
- Responsabilidad en el marcaje
- Tener en campo visual al balón y al oponente directo

GRÁFICO



JUEVES 9 DE NOVIEMBRE

DARLE AL CONO

NOMBRE: DARLE AL CONO

Dos equipos, pasando la pelota, conseguir, pasando y lanzando la pelota darle a los conos del equipo contrario, no vale meterse en la zona donde están los conos.

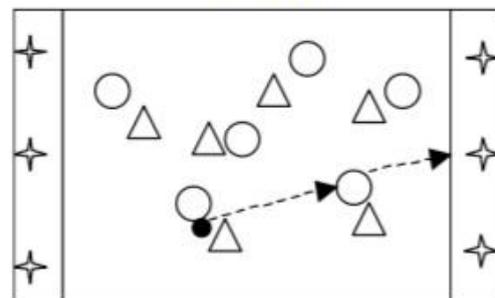
OBJETIVO:

Mejorar la recepción, el pase, el marcaje y los desmarques.

INDICACIONES:

- Desmarcarse y ofrecerse como apoyo cuando la situación sea eficaz
- Recibir, pasar y desmarcarse de nuevo rápido
- Responsabilidad en el marcaje
- Tener en campo visual al balón y al oponente directo

GRÁFICO



VIERNES 10 DE NOVIEMBRE

JUEGO LIBRE

Este viernes haremos juego libre para no agobiar a los alumnos con solo jugar a un tipo de juego que son todos con la mano, por lo tanto, sacaremos otro tipo de balones como puede ser de baloncesto, de fútbol, sacaremos cuerdas, pelotas de goma espuma para que los alumnos puedan elegir a qué jugar.

LUNES 13 DE NOVIEMBRE

DOY AL CONO

NOMBRE: DOY AL CONO

OBJETIVO:

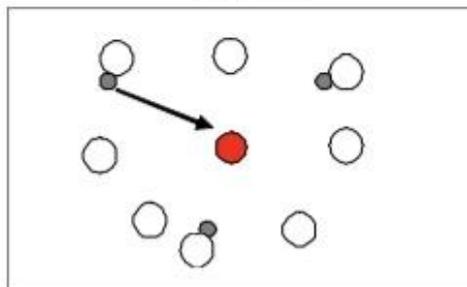
Mejorar la precisión en el lanzamiento

INDICACIONES:

- Lanzar cuidando el armado
- Lanzar rápido y fuerte
- Reaccionar rápido
- Estar atentos

Un círculo de jugadores de 7-8 metros de radio con un balón y un cono en medio, uno por uno tendrán que intentar darle a cono para sumar puntos.

GRÁFICO



MARTES 14 DE NOVIEMBRE

¡AY!, ¡AY!, ¡AY!

NOMBRE: ¡AY!, ¡AY!, ¡AY!

OBJETIVO:

Mejorar la precisión en el lanzamiento

INDICACIONES:

- Lanzar cuidando el armado
- Lanzar rápido y con precisión
- Reaccionar rápido
- Estar atentos

Dos filas de jugadores con balón separadas por un pasillo por el que tendrá que pasar un jugador esquivando los balones, los lanzamientos se realizarán a los pies.

GRÁFICO

