

ANEXO

Unidades didácticas

Unidad didáctica corta

(6 sesiones)

1. Ultimate: Un deporte con valores
2. El juego empieza: Partidos iniciales
3. Técnica de lanzamiento y recepción
4. El Espíritu de Juego (SOTG)
5. Jugando con Spirit
6. El partido final

Unidad didáctica I



Sesión n.º: **1** de 6 Título: **Ultimate: Un deporte con valores**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Conocer la historia y las características básicas del deporte
Tener una primera presa de contacto con el disco

CONTENIDOS CLAVE

Historia del frisbee y del ultimate.
Características de la ultimate.

EXPLICACIÓN

Presentación: breve historia

Explicación de las características fundamentales de la Ultimate (y los valores que se trabajan):

- Deporte **colectivo** (cooperación, colaboración)
- Deporte **sin contacto** (reglamento)
- Deporte **mixto** (coeducación/igualdad de género)
- Deporte **autoarbitrado** (compromiso de honestidad, respeto y fair-play)

El lanzamiento y la recepción

- El backhand: agarre y movimiento
- Recepción en 2 manos o cocodrilo.

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Pases por parejas

Se colocan por parejas, unos frente al otro, a unos 5-8m de distancia. Durante 10' se hacen pasadas de backhand según se ha explicado, atendiendo a la trayectoria plana y al giro del disco. Intentamos atrapar con 2 manos.

Si los es sencillo se puede introducir el flick, o pedir que hagan las recepciones en movimiento (alejándose el receptor del lanzador unos metros, y cortando brusco en dirección al lanzador mientras este efectúa el pase).

El hot -box

Formamos 4 equipos que se enfrentarán en 2 partidos simultáneos. Ambos equipos tienen una zona de anotación común (el círculo de los campos de minibásquet puede ser suficiente. Lo utilizamos para introducir algunas normas del juego como el conteo, el pivot o el disco-space..

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado mientras estiramos unos minutos

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala

1 disco x pareja

Conos para delimitar el espacio de anotación si no hay alguna zona pintada en el campo que podamos aprovechar

OBSERVACIONES

Durante la explicación se puede pasar algún video si tenemos equipo para hacerlo.

Unidad didáctica I



Sesión n.º: 2 de 6 Título: **El juego empieza: Partidos iniciales**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Conocer las normas básicas del juego
Descubrir las dificultades que comporta la práctica de la ultimate.

CONTENIDOS CLAVE

Normas básicas

EXPLICACIÓN

- Finalidad del juego: cómo se puntúa?
- Normas básicas: el pull, el disco-space, el pivot, no-contacto, pérdida de posesión (turn-over), peticiones de falta, detención del juego y reanudación,...

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Partido(s)

En función del espacio disponible, organizamos 3 (un solo campo) o 4 equipos (dos campos de juego) y preparamos unos minipartidos en los cuales nos centraremos en:

- Explicar el funcionamiento del juego: cómo se hace punto, como se ataca y se defiende,...
- Explicar las normas básicas: el pivot, el disco-space, el conteo, el turn-over,...
- Potenciar los valores como el respeto y la honestidad.

El normal será que el disco no deje de caer al suelo y se produzcan continuos cambios de posesión. No es ningún problema. De este modo entienden el importante que es mejorar la pasada/lanzamiento y las recepciones, que se trabajarán en la siguiente sesión.

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado

Reflexionamos sobre los errores cometidos: lanzamientos altos, precipitación,... y sobre la necesidad de mejorar el lanzamiento y las recepciones por no provocar tantas pérdidas de posesión.

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala

1 disco x partido + 3-4 discos por si un equipo tiene que hacer algún ejercicio

OBSERVACIONES

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Mejorar la técnica de lanzamiento y recepción del disco

CONTENIDOS CLAVE

El lanzamiento: backhand y forehand (flick)
La recepción: En dos manos (*cocodrilo*) y pinzas

EXPLICACIÓN

- El backhand: agarre y movimiento
- El flick (forehand): agarre y movimiento
- Recepción en 2 manos (*cocodrilo*) y pinzas

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Pases por parejas

Se colocan por parejas, unos frente al otro, a unos 5-8m de distancia. Durante 5-10' se hacen pasadas de backhand según se ha explicado, atendiendo a la trayectoria plana y al giro del disco. Intentamos atrapar con 2 manos.

Por los cuales muestren facilidad, incrementamos la dificultad:

- Más distancia
- Outside-Inside
- Recepción en movimiento

Durante otros 5-10' se hacen pasadas de flick según se ha explicado, atendiendo a la trayectoria plana y al giro del disco. Intentamos atrapar con 2 manos. Podemos añadir dificultad como en el caso anterior.

Pase en el espacio en movimiento

Separados unos 5-8m, avanzamos en una misma dirección efectuando pasadas entre nosotros. Al recibir, freno la carrera, establezco el pivó y en el espacio. El disco avanza haciendo zig-zag.

Lanzamientos al palo (precisión)

Por equipos (6-8 jugadores) intentamos tocar con el disco el palo de la portería o de la canasta. Sumimos puntos en función de la distancia de lanzamiento. Después de lanzar todo el primer equipo, es el turno del otro equipo. Intercambio de rivales.

La estrella (rapidez y precisión)

Por equipos, basura un círculo. Efectuamos pasadas dentro del círculo hasta que todos los jugadores hayan pasado el disco. El primero a acabar levanta el disco. Puntuamos por orden de finalización.

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado
Preparación para la siguiente sesión: el Spirit

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
1 disco x pareja

OBSERVACIONES

Si tenemos posibilidad, podemos acompañar la explicación con los videos de RiseUP referentes al backhand y al flick.

Unidad didáctica I



Sesión n.º: 4 de 6 Título: **El Espíritu de Juego (SOTG)**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Conocer y comprender el Espíritu de Juego como compromiso por parte de los jugadores
Disputar un partido bajo los principios y cimientos del SOTG
Aprender a valorar el Spirit

CONTENIDOS CLAVE

El Espíritu de Juego (Spirit Of The Game , o SOTG)
El círculo del Spirit
Valoración del Spirit

EXPLICACIÓN

- El SOTG: nuestro árbitro.
- Qué es? Resumen de la norma número uno del reglamento.
- Cómo se valora? La hoja de valoración del Spirit

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Partido(s)

En función del espacio disponible, organizamos 3 (un solo campo) o 4 equipos (dos campos de juego) y preparamos unos minipartidos en los cuales nos centraremos a potenciar sus valores como el respeto, la honestidad, el fair play,... Recordaremos a los alumnos que al acabar el partido seremos valorados por nuestros adversarios.

El círculo del Spirit

Al acabar el partido, hllauem un círculo y explicaremos quién y de que se habla en el círculo.

La hoja de valoración del Spirit

Para finalizar, intregaremos una hoja a cada equipo porque hagan una valoración del Spirit de los adversarios. Explicamos bien la norma del 2 como nota base/buena. A partir de aquí premiamos y/o penalizamos conductas o situaciones que se hayan desviado del esperado (es decir, del normal).

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado mientras los alumnos efectúan la valoración. Los ayudamos y orientamos para determinar el que es premiable y el que es penalizable.

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
1 disco x partido + 3-4 discos por si un equipo tiene que hacer algún ejercicio

OBSERVACIONES

El tiempo de juego será relativamente corto (unos 20' en sesiones de 1h) para dar tiempos a explicar y llevar a cabo cada uno de los apartados siguientes.

La hoja de valoración del Spirit que se utiliza no es el oficial, sino una adaptación para utilizarse en los centros escolares, y concretamente el modelo que permite evaluar el Spirit tanto del equipo como de cada uno de los jugadores individualmente. Este hecho puede ayudar al profesor/maestro a determinar la nota de clase de cada alumno.

Unidad didáctica I



Sesión n.º: 5 de 6 Título: **Jugando con Spirit**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Disputar un partido aplicando los valores del Spirit

CONTENIDOS CLAVE

Competición, con intensidad pero con Spirit
El juego puesto-partido

EXPLICACIÓN

- Explicamos que la sesión será muy similar al anterior, pero con más tiempo de juego (al eliminar la parte de explicación) y con la incorporación de un juego entre el círculo del Spirit y la valoración.
- Introducimos y explicamos el sistema para decidir quien saca (lo flip) porque lo puedan utilizar en el partido.

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Partido(s)

En función del espacio disponible, organizamos 3 (un solo campo) o 4 equipos (dos campos de juego) y preparamos unos minipartidos en los cuales nos centraremos a potenciar los valores como el respeto, la honestidad, el fair play,... Recordaremos a los alumnos que al acabar el partido volveremos a ser valorados por nuestros adversarios.

El círculo del Spirit

Al acabar el partido, los alumnos formarán el círculo del Spirit. Un responsable/capitán de cada equipo explicará sus impresiones después del partido con una charla de 1 minuto aproximadamente.

El juego

Organizaremos un juego dinámico que ayude a eliminar tensiones si es que se produjeron durante el partido y que nos ayude a sustituir las palabras *contrario* y/o *adversario* por *amigo*.

La hoja de valoración del Spirit

Para finalizar, libramos una hoja a cada equipo porque hagan una valoración del Spirit de los adversarios. Recordaremos la norma del 2 como nota base/buena. A partir de aquí premiamos y/o penalizamos conductas o situaciones que se hayan desviado del esperado (es decir, del normal).

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado durante la valoración del Spirit, ayudándolos a identificar conductas punibles y conductas premiables.

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
1 disco x partido + 3-4 discos por si un equipo tiene que hacer algún ejercicio

OBSERVACIONES

Unidad didáctica I



Sesión n.º: **6** de 6 Título: **El partido final (evaluación final)**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Disputar un partido aplicando los valores del Spirit, y sin la ayuda/supervisión del profesor

CONTENIDOS CLAVE

Competición, con intensidad pero con Spirit
Autonomía de juego

EXPLICACIÓN

- Explicamos que el objetivo de la sesión es que jueguen un partido, aplicando todo el aprendido, como si de un torneo se tratara.

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Partido(s)

Como novedad, los equipos se ocuparán del marcaje del campo. Se darán 4 discos, uno para cada capitán/responsable.

Antes del partido cada equipo hará un círculo (motivación, planteamiento de juego,...) y decidirán el nombre del equipo.

Los capitanes se reunirán en el centro del campo, se saludarán, informarán al adversario de su nombre (para la hoja de valoración del Spirit) y harán el flip para decidir quien saca.

Saludo y a jugar.

Al acabar ellos mismos organizarán el círculo del Spirit y el juego posterior.

Al acabar el profesor les libraré la hoja de valoración del Spirit.

VUELTA a la CALMA

Durante la valoración del Spirit el profesor comentará con cada equipo sus impresiones sobre el que ha visto en el campo.

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
2 discos x partido + 3-4 discos por si un equipo tiene que hacer algún ejercicio

OBSERVACIONES

Controlar bien los tiempos de los partidos para poder hacer con tranquilidad el círculo, el juego y la valoración del Spirit.

En lo posible, sería genial explicar para este día con un espacio más apropiado (campo de fútbol municipal) y con algo más de tiempo del habitual (2h sería el ideal).

Unidad didáctica larga

(10 sesiones)

1. Ultimate: Un deporte con valores
2. Conociendo las normas del juego
3. El juego empieza: Partidos iniciales
4. Técnica de lanzamiento y recepción
5. Drills básicos
6. El Espíritu de Juego (SOTG)
7. Valoración del SOTG
8. Jugando con Spirit
9. El torneo
10. El partido final

Unidad didáctica II



Sesión n.º: **1** de 10 Título: **Ultimate: Un deporte con valores**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Conocer las características básicas del deporte
Tener una primera presa de contacto con el disco

CONTENIDOS CLAVE

Características de la ultimate.
Tipos básicos de lanzamiento y de recepción

EXPLICACIÓN

Presentación: breve historia

Explicación de las características fundamentales de la Ultimate (y los valores que se trabajan):

- Deporte **colectivo** (cooperación, colaboración)
- Deporte **sin contacto** (reglamento)
- Deporte **mixto** (coeducación/igualdad de género)
- Deporte **autoarbitrado** (compromiso de honestidad, respeto y fair-play)

El lanzamiento y la recepción

- El backhand: agarre y movimiento
- Recepción en 2 manos o cocodrilo.

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Pases por parejas

Se colocan por parejas, unos frente al otro, a unos 5-8m de distancia. Durante 10' se hacen pasadas de backhand según se ha explicado, atendiendo a la trayectoria plana y al giro del disco. Intentamos atrapar con 2 manos.

Si los es sencillo se puede proponer incrementar la distancia entre los jugadores.

Con las parejas que muestren más habilidad podemos introducir el flick.

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado mientras estiramos unos minutos

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala

1 disco x pareja

Conos para delimitar el espacio de anotación si no hay alguna zona pintada en el campo que podamos aprovechar

OBSERVACIONES

Durante la explicación se puede pasar algún video si tenemos equipo para hacerlo.

Unidad didáctica II

2

Sesión n.º: 2 de 10 Título: **Conociendo las normas del juego**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Conocer la historia del frisbee y del ultimate.
Conocer las normas básicas del juego

CONTENIDOS CLAVE

Normas básicas

EXPLICACIÓN

Presentación: breve historia del frisbee y del ultimate.
El lanzamiento y la recepción: El forehand o flick. Agarre y movimiento
Normas básicas: el pivot, el disco-space, el stall count y los turn-overs

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Pases por parejas

Recordamos durante unos 5' como hacíamos el pase de backhand (disposición por parejas igual que el día anterior). Recordamos que hay que intentar atrapar con 2 manos.

Enseguida pasamos al flick o forehand, pasando alumno por alumno a enseñar lo agarre y la técnica de lanzamiento.

A los cuales muestren más facilidad los podemos proponer que hagan las recepciones en movimiento (alejándose el receptor del lanzador unos metros, y cortando brusco en dirección al lanzador mientras este efectúa el pase).

El "hot-box"

Formamos 4 equipos que se enfrentarán en 2 partidos simultáneos. Ambos equipos tienen una zona de anotación común (el círculo de los campos de minibásquet puede ser suficiente). Lo utilizamos para introducir algunas normas del juego como el compteig, el pivot, el disco-space y los turn-overs.

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado mientras estiramos unos minutos

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
1 disco x pareja
Conos para delimitar el espacio de anotación si no hay alguna zona pintada en el campo que podamos aprovechar

OBSERVACIONES

Durante la explicación se puede pasar algún video si tenemos equipo para hacerlo.

Unidad didáctica II

3

Sesión n.º: 3 de 10 Título: El juego empieza: Partidos iniciales

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Conocer las normas básicas del juego
Descubrir las dificultades que comporta la práctica de la ultimate.

CONTENIDOS CLAVE

Normas básicas

EXPLICACIÓN

- Finalidad del juego: cómo se puntúa?
- Normas básicas: el pull, el disco-space, el pivot, no-contacto, pérdida de posesión (turn-over), peticiones de falta, detención del juego y reanudación,...

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Partido(s)

En función del espacio disponible, organizamos 3 (un solo campo) o 4 equipos (dos campos de juego) y preparamos unos minipartidos en los cuales nos centraremos en:

- Explicar el funcionamiento del juego: cómo se hace punto, como se ataca y se defiende,...
- Explicar las normas básicas: el pivot, el disco-space, el compteig, el turn-over,...
- Potenciar los valores como el respeto y la honestidad.

El normal será que el disco no deje de caer en el suelo y se produzcan continuos cambios de posesión. No es ningún problema. De este modo entienden el importante que es mejorar la pasada/lanzamiento y las recepciones, que se trabajarán en la siguiente sesión.

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado

Reflexionamos sobre los errores cometidos: lanzamientos altos, precipitación,... y sobre la necesidad de mejorar el lanzamiento y las recepciones por no provocar tantas pérdidas de posesión.

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala

1 disco x partido + 3-4 discos por si un equipo tiene que hacer algún ejercicio

OBSERVACIONES

Unidad didáctica II

4

Sesión n.º: 4 de 10 Título: **Técnica del lanzamiento y recepción**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Mejorar la técnica de lanzamiento y recepción del disco

CONTENIDOS CLAVE

El lanzamiento: backhand y forehand (flick)
La recepción: En dos manos (*cocodrilo*) y pinzas

EXPLICACIÓN

- El backhand: agarre y movimiento
- El flick (forehand): agarre y movimiento
- Recepción en 2 manos (*cocodrilo*) y pinzas

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Pases por parejas

Se colocan por parejas, unos frente al otro, a unos 5-8m de distancia. Durante 5-10' se hacen pasadas de backhand según se ha explicado, atendiendo a la trayectoria plana y al giro del disco. Intentamos atrapar con 2 manos.

Por los cuales muestren facilidad, incrementamos la dificultad:

- Más distancia
- Outside-Inside
- Recepción en movimiento

Durante otros 5-10' se hacen pasadas de flick según se ha explicado, atendiendo a la trayectoria plana y al giro del disco. Intentamos atrapar con 2 manos. Podemos añadir dificultad como en el caso anterior.

Pase en el espacio en movimiento

Separados unos 5-8m, avanzamos en una misma dirección efectuando pasadas entre nosotros. Al recibir, freno la carrera, establezco el pivó y en el espacio. El disco avanza haciendo zig-zag.

Lanzamientos al palo (precisión)

Por equipos (6-8 jugadores) intentamos tocar con el disco el palo de la portería o de la canasta. Sumimos puntos en función de la distancia de lanzamiento. Después de lanzar todo el primer equipo, es el turno del otro equipo. Intercambio de rivales.

La estrella (rapidez y precisión)

Por equipos, basura un círculo. Efectuamos pasadas dentro del círculo hasta que todos los jugadores hayan pasado el disco. El primero a acabar levanta el disco. Puntuamos por orden de finalización.

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado
Preparación para la siguiente sesión: el Spirit

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
1 disco x pareja

OBSERVACIONES

Si tenemos posibilidad, podemos acompañar la explicación con los videos de RiseUP referentes al backhand y al flick.

Unidad didáctica II



Sesión n.º: 5 de 10 Título: **Drills básicos**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Conocer algunos ejercicios para la mejora de la técnica en ultimate

CONTENIDOS CLAVE

Cort, pasada en el espacio, long.
Flow y *timing*.

EXPLICACIÓN

Los drills/ejercicios como base del entrenamiento y la mejora.
Explicación de cada drill al iniciarlo.

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Drill de calentamiento

Disposición en filas (2-4, según los participantes). El primero sale y hace un ejercicio de calentamiento durante unos 10m (rodillas arriba, talones en el culo, carrera lateral,...). A los 10m hace un corte hacia el back o el flick y recibe un pase en el espacio. Vamos cambiando de lado.

El rombo (corte, pasada en el espacio, *flow*)

Dos filas, una frente a la otra, a unos 10-12m. Un jugador sale hacia el centro y allí hace un corte a cualquier de los 2 lados. El jugador de la fila de delante le pasa el disco y sale al lado opuesto a recibir su pase. A continuación pasa el disco al primer jugador de la fila opuesta y se incorpora detrás.

El cuadrado (corte, pasada en el espacio, *timing*)

En un cuadrado de unos 8-10m, filas en los vértices. El jugador sale al centro y corta a un lado para recibir el disco en el vértice. El primero de esta fila repite la acción. Después de algunas vueltas, cambiamos de dirección.

Semi-long (pase a la línea y largo)

Dos filas. El primero de una fila con disco y lo primero de la otra sin. Sale el jugador sin disco a la línea y recibe el pase. Hace un semilong para el jugador que esperaba en la posición de stack. Repetimos pero desde la otra fila.

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre los ejercicios/drills realizados y sobre las habilidades que mejoran

MATERIAL/ESPACIO

Discos (10-15)
Conos de señalización (15-20)

OBSERVACIONES

Unidad didáctica II



Sesión n.º: **6** de 10 Título: **El Espíritu de Juego (SOTG)**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Conocer y comprender el Espíritu de Juego como compromiso por parte de los jugadores
Disputar un partido bajo los principios y cimientos del SOTG

CONTENIDOS CLAVE

El Espíritu de Juego (Spirit Of The Game , o SOTG)
El círculo del Spirit

EXPLICACIÓN

- El SOTG: nuestro árbitro.
- Qué es? Resumen de la norma número 1 del reglamento.

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Partido(s)

En función del espacio disponible, organizamos 3 (un solo campo) o 4 equipos (dos campos de juego) y preparamos unos minipartits en los cuales nos centraremos en potenciar los valores como el respeto, la honestidad, el fair play,... Recordaremos a los alumnos que al acabar el partido seremos valorados por nuestros adversarios.

El círculo del Spirit

Al acabar el partido, haremos un círculo y explicaremos quién y de que se habla en el círculo.

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado. Valoramos qué aporta el círculo respecto a la finalización de los partidos en otros deportes.

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
1 disco x partido + 3-4 discos por si un equipo tiene que hacer algún ejercicio

OBSERVACIONES

El tiempo de juego será relativamente corto (unos 20' en sesiones de 1h) para dar tiempos a explicar y llevar a cabo cada uno de los apartados siguientes.

Unidad didáctica II



Sesión n.º: 7 de 10 Título: **Valoración del SOTG**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Conocer y comprender el Espíritu de Juego como compromiso por parte de los jugadores
Disputar un partido bajo los principios y cimientos del SOTG
Aprender a valorar el Spirit

CONTENIDOS CLAVE

El Espíritu de Juego (Spirit Of The Game , o SOTG)
El círculo del Spirit
Valoración del Spirit

EXPLICACIÓN

- Cómo se valora el SOTG? La hoja de valoración del Spirit

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Partido(s)

En función del espacio disponible, organizamos 3 (un solo campo) o 4 equipos (dos campos de juego) y preparamos unos minipartidos en los cuales nos centraremos a potenciar los valores como el respeto, la honestidad, el fair play,... Recordaremos a los alumnos que al acabar el partido seremos valorados por nuestros adversarios.

El círculo del Spirit

Al acabar el partido, haremos un círculo y explicaremos quién y de que se habla en el círculo.

La hoja de valoración del Spirit

Para finalizar, libramos una hoja a cada equipo porque hagan una valoración del Spirit de los adversarios. Explicamos bien la norma del 2 como nota base/buena. A partir de aquí premiamos y/o penalizamos conductas o situaciones que se hayan desviado del esperado (es decir, del normal).

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado mientras los alumnos efectúan la valoración. Los ayudamos y orientamos para determinar el que es premiable y el que es penalizable.

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
1 disco x partido + 3-4 discos por si un equipo tiene que hacer algún ejercicio

OBSERVACIONES

El tiempo de juego será relativamente corto (unos 20' en sesiones de 1h) para dar tiempos a explicar y llevar a cabo cada uno de los apartados siguientes.

La hoja de valoración del Spirit que se utiliza no es el oficial, sino una adaptación para utilizarse en los centros escolares, y concretamente el modelo que permite evaluar el Spirit tanto del equipo como de cada uno de los jugadores individualmente. Este hecho puede ayudar al profesor/maestro a determinar la nota de clase de cada alumno.

Unidad didáctica II



Sesión n.º: **8** de 10 Título: **Jugando con Spirit**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Disputar un partido aplicando los valores del Spirit

CONTENIDOS CLAVE

Competición, con intensidad pero con Spirit
El juego puesto-partido

EXPLICACIÓN

- Explicamos que la sesión será muy similar al anterior, pero con más tiempo de juego (al eliminar la parte de explicación) y con la incorporación de un juego entre el círculo del Spirit y la valoración.
- Introducimos y explicamos el sistema para decidir quien saca (lo flip) porque lo puedan utilizar en el partido.

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Partido(s)

En función del espacio disponible, organizamos 3 (un solo campo) o 4 equipos (dos campos de juego) y preparamos unos minipartidos en los cuales nos centraremos a potenciar los valores como el respeto, la honestidad, el fair play,... Recordaremos a los alumnos que al acabar el partido volveremos a ser valorados por nuestros adversarios.

El círculo del Spirit

Al acabar el partido, los alumnos formarán el círculo del Spirit. Un responsable/capitán de cada equipo explicará sus impresiones después del partido con una charla de 1 minuto aproximadamente.

El juego

Organizaremos un juego dinámico que ayude a eliminar tensiones si es que se produjeron durante el partido y que nos ayude a sustituir las palabras *contrario* y/o *adversario* por *amigo*.

La hoja de valoración del Spirit

Para finalizar, libramos una hoja a cada equipo porque hagan una valoración del Spirit de los adversarios. Recordaremos la norma del 2 como nota base/buena. A partir de aquí premiamos y/o penalizamos conductas o situaciones que se hayan desviado del esperado (es decir, del normal).

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado durante la valoración del Spirit, ayudándolos a identificar conductas punibles y conductas premiables.

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
1 disco x partido + 3-4 discos por si un equipo tiene que hacer algún ejercicio

OBSERVACIONES

Unidad didáctica II



Sesión n.º: **9** de 10 Título: **El torneo**

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Disputar un torneo, con cruces y fases

CONTENIDOS CLAVE

Competición, con intensidad pero con Spirit

EXPLICACIÓN

- Explicamos que en esta penúltima sesión organizaremos un cuadrangular (4 equipos en 2 campos), con rotaciones de 12'-15' porque todos hayan acabado jugando con todos.

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Partidos

Cuatro equipos en 2 campos de juego.

Los capitanes hacen el flip y empieza el partido.

A los 12'-15' rotación. El capitán se dirige rápidamente al profesor para indicar el resultado. El profesor indica quién se enfrenta a quién y en qué campo.

Nuevamente flip y a jugar.

A los 12'-15' nueva rotación porque se enfrenten los equipos que todavía no lo han hecho.

Al finalizar este último partido (y solo este último), círculo de Spirit y juego.

Si disponemos de 10' minutos pedimos que hagan valoración del Spirit de los 3 partidos (en este caso utilizemos una hoja de Spirit OFICIAL, porque la conozcan y así en la misma hoja tenemos las 3 valoraciones. No hay valoración individual de cada jugador). Si no hay tiempo, se van a cambiar sin hacer la valoración.

VUELTA a la CALMA

Reflexión sobre el trabajo realizado durante la valoración del Spirit, ayudándolos a identificar conductas punibles y conductas premiadas.

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
2 discos x partido + 3-4 discos por si un equipo tiene que hacer algún ejercicio

OBSERVACIONES

Unidad didáctica II

10

Sesión n.º: 10 de 10 Título: El partido final (evaluación final)

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Disputar un partido aplicando los valores del Spirit, y sin la ayuda/supervisión del profesor

CONTENIDOS CLAVE

Competición, con intensidad pero con Spirit
Autonomía de juego

EXPLICACIÓN

- Explicamos que el objetivo de la sesión es que jueguen un partido, aplicando todo el aprendido, como si de un torneo se tratara.

DESARROLLO DE LA SESIÓN (ACTIVIDADES)

Partido(s)

Como novedad, los equipos se ocuparán del marcaje del campo. Se darán 4 discos, uno para cada capitán/responsable.

Antes del partido cada equipo hará un círculo (motivación, planteamiento de juego,...) y decidirán el nombre del equipo.

Los capitanes se reunirán en el centro del campo, se saludarán, informarán al adversario de su nombre (para la hoja de valoración del Spirit) y harán el flip para decidir quien saca.

Saludo y a jugar.

Al acabar ellos mismos organizarán el círculo del Spirit y el juego posterior.

Al acabar el profesor les libraré la hoja de valoración del Spirit.

VUELTA a la CALMA

Durante la valoración del Spirit el profesor comentará con cada equipo sus impresiones sobre el que ha visto en el campo.

MATERIAL/ESPACIO

Pista de balonmano/fútbol sala
2 discos x partido + 3-4 discos por si un equipo tiene que hacer algún ejercicio

OBSERVACIONES

Controlar bien los tiempos de los partidos para poder hacer con tranquilidad el círculo, el juego y la valoración del Spirit.

En lo posible, sería genial explicar para este día con un espacio más apropiado (campo de fútbol municipal) y con algo más de tiempo del habitual (2h sería el ideal).