

**UP 15: "JUGUEM A HANDBOL"**

<b>NIVELL</b>	Cicle superior	<b>CURS</b>	6è
---------------	----------------	-------------	----

**OBJECTIUS DIDÀCTICS**

- 1- Realitzar llançaments amb precisió.
- 2- Executar passades i recepcions de forma eficaç.
- 3- Botar la pilota correctament, de diferents maneres
- 4- Controlar la pilota, tant en desplaçament com aturats.
- 5- Descriure les característiques bàsiques de l'esport del handbol.
- 6- Conèixer les normes bàsiques del handbol.
- 7- Cooperar els companys/es del mateix equip.
- 8- Respectar els adversaris/es de l'equip contrari.
- 9- Respectar les regles i normes del joc.
- 10- Assumir el resultat del joc sense crear conflictes ni enfadar-se.

**CONTINGUTS**

- Realització de llançaments .
- Execució de passades i recepcions eficaces.
- Bot de pilota correctament.
- Control de la pilota.
- Característiques bàsiques de l'esport
- Normes bàsiques del handbol.
- Cooperació.
- Respecte als adversaris/es
- Respecte a les regles.
- Assumiment del resultat

**METODOLOGIA** | Resolució de problemes, ensenyament recíproc i assignació de tasques

<b>ACTIVITATS D'E-A</b>	<b>ACTIVITATS I CRITERIS D'AVAUACIÓ</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jocs preesportius.</li> <li>- Exercicis i jocs per</li> <li>- Practicar el toc.</li> <li>- De passades i recepcions.</li> <li>- Per practicar llançament</li> <li>- Pel control de la pilota.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <u>Avaluació inicial:</u> Farem un partit d'handbol. Omplirem una escala de classificació ordinal.</li> <li>➤ <u>Avaluació formativa:</u> Registre anecdòtic.</li> <li>➤ <u>Avaluació final:</u> Utilitzarem les mateixes activitats i criteris que a l'avaluació inicial, contrastant els resultats.</li> </ul>

<b>ACTIVITATS DE REFORÇ</b>	-Tir a porteria individualment. - Partits d'handbol 5x5.
-----------------------------	---

<b>COMPETÈNCIES TREBALLADES EN LA UP</b>	<b>APORTACIONS DE LA UP A LES COMPETÈNCIES</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Desenvolupament personal.</li><li>- Pràctica d'hàbits saludables de forma regular i continuada.</li><li>- Competència comunicativa.</li><li>- Competència social.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Comunicativa lingüística i audiovisual.</li><li>- Artística i cultural</li><li>- Tractament de la informació i competència digital.</li><li>- Matemàtica.</li><li>- Aprendre a aprendre.</li><li>- Social i ciutadana.</li></ul>

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 15</b>	<b>SESSIÓ: 1</b>
Cicle superior	6è	Juguem a Handbol !	Avaluació inicial

<b>PART</b>	<b>TEMPS (aproximat)</b>	<b>ACTIVITATS</b>	<b>MATERIAL</b>	<b>OBSERVACIONS</b>
<b>Informació</b>	5'	-Explicació de la sessió.		-Organització en cercle
<b>Adaptació</b>	10'	- <i>La guerra dels mons</i> : Dos equips llencen pilotes a l'altre mig camp intentant que en el seu hi hagi menys pilotes.	-Pilotes	-Només es pot llençar amb les mans.
<b>Part principal</b>	30'	- <i>Partits</i> : Farem 4 grups i, jugarem un partit amb dos equips i després un altre amb els altres dos. Cada partit té una durada de 15 minuts.	-Pilotes -Pitrals	-Criteris emocionals
<b>Tornada a la calma</b>	5'	-Comentari de la sessió.		-L'alumnat comentarà què ha après i com.
<b>Anàlisi dels resultats</b>	10'	-Dutxar-se i canviar-se (UP 1) -Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

<b>METODOLOGIA</b>	<b>ORGANITZACIÓ</b>	<b>ESPAI</b>
-Resolució de problemes	-Organització lliure per les activitats -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva. -Vestidors

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 15</b>	<b>SESSIÓ: 2</b>
Cicle superior	6è	Juguem a Handbol	Passada i recepció

<b>PART</b>	<b>TEMPS (aproximat)</b>	<b>ACTIVITATS</b>	<b>MATERIAL</b>	<b>OBSERVACIONS</b>
<b>Informació</b>	5'	-Explicació de la sessió.		-Organització en cercle
<b>Adaptació</b>	10'	- <i>Joc de les deu passades</i> : Dos equips es passen la pilota 10 vegades sense que caigui ni li prengui l'equip contrari.	-Pilotes -Pitrals	
<b>Part principal</b>	25'	- <i>Relleus</i> : agafar la pilota amb una mà i portar-la cap a una altra zona sense que caigui - <i>Passar la pilota</i> : Fem dues fileres una davant de l'altra, per parelles. Quiets i en moviment. - <i>Progressar cap a porteria</i> : Per trios fer passades desplaçant-se cap a la porteria sense que caigui. - <i>Passes allunyant-se</i> : En parelles ens passem la pilota i cada cop ens anem allunyant més.	-Pilotes  -Pilotes  -Pilotes -Porteries  -Pilotes	.Es pot fer al mateix amb tres defenses que roten.  -Si no agafem la pilota ens apropem.
<b>Tornada a la calma</b>	10'	- <i>El mocador</i> : Els que surten agafen la pilota i lluiten per fer gol. -Comentari de la sessió.	-Pilota -Porteria	-Es pot dir més d'un número a la vegada -L'alumnat comentarà què ha après i com.
<b>Anàlisi dels resultats</b>	10'	-Dutxar-se i canviar-se (UP 1) -Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

<b>METODOLOGIA</b>	<b>ORGANITZACIÓ</b>	<b>ESPAI</b>
-Comandament directe -Resolució de problemes	-Organització lliure per les activitats -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva. -Vestidors

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 15</b>	<b>SESSIÓ: 3</b>
Cicle superior	6è	Juguem a Handbol !	Llançaments, bot i desplaçament

<b>PART</b>	<b>TEMPS (aproximat)</b>	<b>ACTIVITATS</b>	<b>MATERIAL</b>	<b>OBSERVACIONS</b>
<b>Informació</b>	5'	-Explicació de la sessió.		-Organització en cercle
<b>Adaptació</b>	10'	- <i>La caça de la pilota</i> : Una pilota gran al mig del camp, tots van llançant les pilotes d'handbol intentant desplaçar la gran cap a l'altre camp.	-Pilotes d'handbol -Pilota gran	Quan la pilota gran arribi a la línia del final del camp s'aconsegueix 1 punt.
<b>Part principal</b>	25'	- <i>Relleus</i> : Botant la pilota. - <i>Blanc i negre</i> : Uns surten corrent i els altres els intenten donar amb la pilota. - <i>2 x 1</i> : Dos passen i l'altre intercepta. Progressen cap a la porteria. - <i>Llançaments a porteria</i> : En fila, llancem i després ens posem de porters. - <i>Pilota torre</i> : Partit d'handbol però en comptes de porteria, hem de passar a la persona que fa de torre.	-Pilotes -Pitrals -Pilotes  -Pilotes -Porteria  -Pilotes Pitrals	-El que intercepta és rotatori.  -Qui llenci no pot entrar a l'àrea.  -Les 2 torres estaran al final del camp contrari.
<b>Tornada a la calma</b>	10'	- <i>Persecució de pilotes</i> : En cercle, una pilota a cada extrem, ens la passem d'un en un intentant atrapar l'altra pilota.	-Pilotes	
<b>Anàlisi dels resultats</b>	10'	-Dutxar-se i canviar-se (UP 1) -Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

<b>METODOLOGIA</b>	<b>ORGANITZACIÓ</b>	<b>ESPAI</b>
-Comandament directe -Resolució de problemes	-Organització lliure per les activitats -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva. -Vestidors

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 15</b>	<b>SESSIÓ: 4</b>
Cicle superior	6è	Juguem a Handbol!	La passada, bot i desplaçament.

<b>PART</b>	<b>TEMPS (aproximat)</b>	<b>ACTIVITATS</b>	<b>MATERIAL</b>	<b>OBSERVACIONS</b>
<b>Informació</b>	5'	-Explicació de la sessió.		-Organització en cercle
<b>Adaptació</b>	10'	- <i>Defensar el castell</i> : Dos equips lluiten per enderrocar un con amb la pilota.	-Pitral -Con -Una pilota	-El con està enmig d'un cercle que no es pot entrar.
<b>Part principal</b>	25'	- <i>Cirquít</i> : Anar botant la pilota entre els cons d'un en un, fins a la porteria i fer gol. - <i>Pilota caçadora</i> : Grups de 4, 2 passen, un intercepta i l'altre l'han de pillar amb la pilota. - <i>Mareig</i> : Grups de 5 es passen la pilota sense que el del mig la intercepti. - <i>Llançaments a porteria</i> : Tres grups van tirant a porteria des de diferents angles.	-Pilotes -Cons -Porteria -Pilotes  Pilotes  -Pilotes -Porteria -Cons	-Es canvien els rols  -El del mig canvia quan agafa la pilota.  -Es va canviant d'angle després de tirar.
<b>Tornada a la calma</b>	10'	- <i>Les bitlles humanes</i> : Dos equips, un són les bitlles i l'altre els que llencen la pilota per tocar-los. Després canvien. -Comentari de la sessió.	-Pilotes -Aros	-Cada bitlla estarà dins d'un aro.  -L'alumnat comentarà què ha après i com.
<b>Anàlisi dels resultats</b>	10'	-Dutxar-se i canviar-se (UP 1) -Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

<b>METODOLOGIA</b>	<b>ORGANITZACIÓ</b>	<b>ESPAI</b>
-Comandament directe -Resolució de problemes	-Organització lliure per les activitats -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva. -Vestidors

NIVELL	CURS	UP: 15	SESSIÓ: 5
Cicle superior	6è	Juguem a Handbol!	La passada, l'atac i llançament

PART	TEMPS (aproximat)	ACTIVITATS	MATERIAL	OBSERVACIONS
<b>Informació</b>	5'	-Explicació de la sessió.		-Organització en cercle
<b>Adaptació</b>	10'	- <i>La bola de foc</i> : Tots contra tots, si et toquen amb la pilota estàs mort.	-Pilota tova	-Els morts es salven agafant la pilota.
<b>Part principal</b>	25'	- <i>Passe i va</i> : Practicarem d'un en un el passe i va anant cap a porteria i llançarem - 3x2: tres fan d'atacant i dos de defensa. Tiren a porteria - 5x5: grups de cinc, uns ataquen i els altres defensen. Intenten fer punteria a un con que hi ha a la porteria - <i>Partit</i> : Tindrem en compte les normes de mini-handbol.	-Pilotes  -Pilotes -Porteria -Pilotes -Porteria -Con -Pitrals -Pilota -Pitrals	-S'intercanvien els papers
<b>Tornada a la calma</b>	10'	- <i>La bomba</i> : Amb una pilota d'handbol, passarem en cercle fins que es digui "bomba".	-Pilota	-Qui li toqui la bomba s'elimina
<b>Anàlisi dels resultats</b>	10'	-Dutxar-se i canviar-se (UP 1) -Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

METODOLOGIA	ORGANITZACIÓ	ESPAI
-Comandament directe -Resolució de problemes	-Organització lliure per les activitats -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva. -Vestidors

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 15</b>	<b>SESSIÓ: 6</b>
Cicle superior	6è	Juguem a Handbol !	Avaluació final

<b>PART</b>	<b>TEMPS (aproximat)</b>	<b>ACTIVITATS</b>	<b>MATERIAL</b>	<b>OBSERVACIONS</b>
<b>Informació</b>	5'	-Explicació de la sessió.		-Organització en cercle
<b>Adaptació</b>	10'	- <i>Llebres i caçadors</i> : Dos equips, els caçadors intenten tocar a les llebres tirant-lis la pilota.	-Pilota tova	-Les llebres passaran d'una en una.
<b>Part principal</b>	30'	- <i>Partits</i> : Farem 4 grups i, jugarem un partit amb dos equips i després un altre amb els altres dos. Cada partit té una durada de 15 minuts.	-Pilotes -Pitral	-Criteris emocionals
<b>Tornada a la calma</b>	5'	-Comentari de la sessió.		-L'alumnat comentarà què ha après i com.
<b>Anàlisi dels resultats</b>	10'	-Dutxar-se i canviar-se (UP 1) -Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

<b>METODOLOGIA</b>	<b>ORGANITZACIÓ</b>	<b>ESPAI</b>
-Comandament directe -Resolució de problemes	-Organització lliure per les activitats -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva. -Vestidors



