

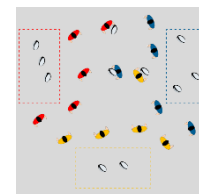
# SESIÓN 3 ENSAYO Y ARRANCADO DE CINTA I

**NOTAS PARA EL PROFESOR/A:** explicar cómo se realiza ponerse las cintas y el “arrancado de cinta”.

## 3.A. ACTIVACIÓN : Reconocer roles y focalizar decisiones.



**ORGANIZACIÓN:** Tres grupos: zorros, gallinas y serpientes. Los zorros deben atrapar a las gallinas, éstas a las serpientes y las últimas a los zorros. Cada grupo debe robar el mayor nº de balones de la zona de ensayo del grupo que tiene que atrapar. Para parar a un alumno/a que ha robado un balón hay que arrancarle la cinta. El balón será devuelto al alumno/a que le arrancó la cinta.



**ESPACIO**  
30 x 20 m

**VARIANTES: Más difícil:** se puede robar el balón de cualquier equipo.

**Más fácil:** repartir todos los balones en una zona central. / Los integrantes de los equipos pueden pasarse el balón para evitar ser tocados con él.

## 3.1. JUEGO INICIAL : Cooperar con los compañeros/as para ensayar o evitar ensayo.



**ORGANIZACIÓN:** Dos equipos de 4/5 alumnos/as.

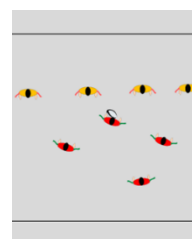
El juego consiste en hacer más ensayos que el equipo rival.

El portador/a del balón podrá correr con el balón y pasar en cualquier dirección.

El equipo oponente para detener al portador/a tendrá que arrancarle la cinta. A los 5 arrancados cambio de posesión.

El reinicio del juego después un ensayo, infracción o cuando el balón salga del campo se realizará con una puesta en juego del balón.

**REGLAS:** ensayo y puesta en juego.



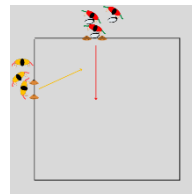
**ESPACIO**  
30 x 20 m

**VARIANTES:** realizar el cambio de posesión a los 3 arrancados de cinta.

## 3.2. DESTREZA : Evadirse del defensor/a. Evitar el avance de portador/a.



**ORGANIZACIÓN:** Distribuidos/as en dos filas, los alumnos/as se colocan en distintas posiciones (pie, de rodillas, tumbados, sentados...) a la señal el portador/a de balón entra por un lado del campo y el otro sale de un lugar determinado previamente por el profesor/a (detrás o lateralmente), intentando evitar que el portador/a llegue al ensayo. Para detenerlo debe arrancar la cinta.



**ESPACIO**  
10 x 10 m

**VARIANTES:** Adaptar el espacio para favorecer la acción del alumno/a atacante (espacio más amplio) o defensor/a (espacio más estrecho).

## 3.3. JUEGO FINAL : Organizarse en los reinicios.



**ORGANIZACIÓN:** Dos equipos de 4/5 alumnos-as.

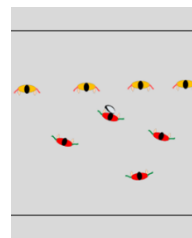
El juego consiste en hacer más ensayos que el equipo rival en el tiempo determinado.

El portador/a del balón puede correr con el balón y puede pasar en cualquier dirección.

El equipo oponente para detener al portador/a tendrá que arrancarle la cinta. A los 5 arrancados cambio de posesión.

Si el balón cae al suelo después de un pase, hay cambio de posesión.

El reinicio del juego después un ensayo, infracción o cuando el balón salga del campo se realizará con una puesta en juego del balón.



**ESPACIO**  
30 x 20 m

**REGLAS:** ensayo y puesta en juego.

