

5. Korfball		
Àrea: EF Bloc: II	Curs: 1r i 2n de CS	Nº Sessions: 11
Objectius: - Analitzar les situacions de jocs. - Aplicar les normes bàsiques. - Realitzar les diverses habilitats motrius que inclou aquest esport: llançament i recepció i cursa. - Complir les normes d'higiene.		Continguts: Conceptuals: normes bàsiques Procedimentals: - Cooperació i oposició en el joc elaborat i/o col·lectiu. - Anàlisi de situacions de jocs. - Realització de les diverses habilitats motrius que inclou aquest esport: llançament i recepció de la pilota i cursa. Actitudinals: - Predisposició a la realització de les activitats. - Acceptació dels límits del propi cos i el dels companys/es. - Autosuperació personal. - Compliment de les normes bàsiques dels jocs. - Respecte als companys/es, el material i a les instal·lacions. - Compliment de les normes d'higiene.
Metodologia: - Assignació de tasques. - Descobriment guiat.	Avaluació: - Tipus: continua i criterial - Instruments: observació indirecta mitjançant llistes de control i taules.	Material i instal·lacions: - Gimnàs i pati. - petos, piques, pilotes... material divers.
Activitats E-A*: Veure sessions a continuació.		ANEE:
Eixos transversals: Educació per a la salut i coeducació.		

BALONKORF

PRESENTACIÓ

Es tracta d'un esport mixt en el que obligatòriament han de participar el mateix nombre d'homes que de dones. El balonkorf o korfbal és un esport plantejat amb un objectiu fonamentalment educatiu, on es valora especialment la cooperació i la integració de persones de diferent sexe i condició física



OBJECTIU

S'ha d'aconseguir el major nombre de cistelles i defensar la cistella pròpia dels atacs contraris.

CAMP DE JOC

Les dimensions del camp són de 40 x 20 metres, dividit en dos quadrats iguals.

CISTELLES

Les cistelles estan situades en l'eix longitudinal del camp a una distància de les línies exteriors igual a 1/6 de la longitud del camp. Els pals són rodons i la cistella és un cilindre de vímet sense fons fixat a la punta de cada pal a una altura superior de 3,5 metres.

LA PILOTA

La pilota que s'utilitza és la mateixa que la de futbol, del número 5.

ELS JUGADORS

Cada equip consta de 8 jugadors, 2 jugadors i 2 jugadores estaran en el quadrat d'atac i els altres 2 i 2 en el de defensa.

DURACIÓ

La duració màxima d'un partit és de 2 x 30 minuts amb un descans de 5 a 15 minuts.

ALINIACIÓ

L'equip de casa elegirà la cistella a la que atacarà durant el primer període. Alinearà els seus jugadors en els dos quadrats i l'equip contrari alinearà els seus jugadors en concordança.

CANVI DE FUNCIONS (Atac/defensa)

El canvi de funció i el canvi de quadre es realitzarà quan s'aconsegueix una acumulació de punts parells entre els dos equips: el defensors canvien a ser atacants i viceversa. Després del descans es canvia el quadre al del primer període sense realitzar canvi de funció.

SACADA INICIAL

La sacada inicial serà efectuada per un atacant a prop del centre del camp, al començar el partit, al iniciar-se el segon període i després de cada punt.

FALTES INICIALS

- Tocar la pilota amb el peu o la cama
- Jugar la pilota amb el puny
- Córrer amb la pilota
- Treure la pilota de les mans d'un contrari
- Defensar a un contrari de sexe oposat
- Defensar a un contrari que ja està defensat per un company
- Jugar fora del seu quadre
- Llançar en posició de defensat. Un jugador està defensat quan està a la distància d'un braç del defensor estant aquest en front del defensat, intentant bloquejar-lo i més a prop de la cistella.
- Llançar a cistella des de el quadre de defensa, en la sacada d'un tir lliure o en la sacada neutral.
- Llançar a cistella quan un juga sense contrari personal.

CONTEXT		
UD 5. korfball		
Curs: 1r i 2n de CS		Sessió Nº: 1
Objectius de la sessió: tots		Continguts principals: tots
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: Dues voltes corrents Presentació de l'esport i de les seves normes.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: tir a cistella. Activitat: tir a cistella. Sense tocar taulell. Material: pilota i cistella Nom: cau Activitat: cau tradicional; si la pilota toca el taulell no val. Material: pilota i cistella	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: relaxació Activitat: música, estiraments o massatge Material:----	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 5. korfball		
Curs: 1r i 2n de CS		Sessió Nº: 2
Objectius de la sessió: tots		Continguts principals: tots
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: Dues voltes corrents Nom: entrada Activitat: dues files. A passa a B i B tira a cistella fent entrada sense botar ni tocar al taulell. Material: pilota i cistella.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: trenes Activitat: trenes des de mig camp sense bot i contant segons. Material: pilota i cistella Nom: les 10 passades Activitat: 2 equips. Han d'aconseguir fer deu passades sense que els prenguin la pilota Material: pilota de handbol	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: relaxació Activitat: música, estiraments o massatge Material: ----	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 5. korfball		
Curs: 1r i 2n de CS		Sessió Nº: 3
Objectius de la sessió: tots		Continguts principals: tots
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: Dues voltes corrents Nom: concurs de tirs Activitat: 5 punts des de on tirar. Per parelles, qui necessita menys intents que l'altre per encistellar una vegada des de cada punt. Material: 10 cons, pilota i cistella	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: Rondo Activitat: variant del rondo tradicional. Un defensa per persona al rondo. Material: pilota de handbol	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: relaxació Activitat: música, estiraments o massatge Material: ----	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 5.korfbal		
Curs: 1r i 2n de CM		Sessió N°: 4-11
Objectius de la sessió: tots		Continguts principals: tots
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: Dues voltes corrents	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Partits, els 2 primers dies no compten per la lliga. S'anirà parant el joc cada vegada que s'hagi d'aclarir normes.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Música, estiraments o massatge	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.