

**UP 18: "PER SOBRE LA XARXA"**

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

**OBJECTIUS DIDÀCTICS**

- 1 - Saber desplaçar-se pel camp (rotacions).
- 2 - Fer llançaments i recepcions.
- 3 - Efectuar passes de tota mena (curts i llargs).
- 5 - Conèixer les normes bàsiques del voleibol.
- 6 - Cooperar amb els/les companys/es.
- 7 - Respectar les regles.

**CONTINGUTS**

- Realització de desplaçaments pel camp.
- Efectuació de llançaments i recepcions.
- Execució de passades de tota mena (curts, llargs, aeris...)
- Coneixement de les normes bàsiques del voleibol.
- Respecte de les regles.
- Cooperació amb els/les companys/es

**METODOLOGIA** | Resolució de problemes, instrucció directa i ensenyament recíproc

<b>ACTIVITATS D'E-A</b>	<b>ACTIVITATS I CRITERIS D'AVUACIÓ</b>
Les activitats d'e/a seran: - Jocs - activitats individuals - per parelles. - Gran grup	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <u>Avaluació inicial</u>: Farem partits, el professor/a omplirà una escala de classificació ordinal.</li> <li>➤ <u>Avaluació formativa</u>: S'utilitzarà un 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>	<ul style="list-style-type: none"><li>-En parelles practicar passes fent diferents tocs, un la llença i l'altre la recepciona.</li><li>-Fer diferents serveis.</li><li>-Partits 6x6.</li></ul>
-----------------------------	--

<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>- Artística i cultural</li><li>- Aprendre a aprendre.</li><li>- Autonomia i iniciativa personal.</li><li>- Coneixement i interacció amb el món físic.</li><li>- Social i ciutadana.</li></ul>

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 18</b>	<b>SESSIÓ: 1</b>
Cicle superior	6è	Per sobre la xarxa	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>So-pa-po</i> : Es fan passades diens una síl·laba cada cop (so-pa-po) a la última es llença a algú i si li dona queda eliminat, però si l'algafa s'elimina qui l'ha llençat.	pilotes	
<b>Part principal</b>	25'	- <i>Partits</i> : Es fan quatre equips. Primer jugaran un partit dos equips i després els altres dos.	-Pilotes -Xarxa	-No explicarem cap norma del volei
<b>Tornada a la calma</b>	10'	- <i>La bomba</i> : En cercle, anem passant la pilota fent tocs de volei. Si et toca bomba t'elimines. -Comentar la classe	-Pilota	-Algú al mig contarà fins a 25 i dirà "bomba".
<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 -Descobriments guiats -Resolució de problemes	-Organització lliure en algunes activitats, i en altres organització prescrita -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva -Vestidors

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 18</b>	<b>SESSIÓ: 2</b>
Cicle superior	6é	Per sobre la xarxa	Tocs de dits

<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>Toc de dits individual</i> : Cadascú amb una pilota fa tocs de dits enlaire. - <i>Practiquem toc de dits</i> : Dues files una davant de l'altra, ens passem fent toc de dits i canviem de fila.	-Pilotes -Pilotes	-Després podem fer un toc després de botar la pilota. -Després fem el mateix però fent un bot.
<b>Part principal</b>	25'	- <i>Toc parelles</i> : Per parelles, un a cada costat de la xarxa ens passem fent toc de dits. - <i>A prop i lluny</i> : Parelles ens passem la pilota fent toc de dits allunyant-nos cada cop més i després apropant-nos. - <i>Toc en moviment</i> : Parelles, anem fent toc de dits mentre ens anem desplaçant fins l'altre costat del camp. - <i>Tocs en grups</i> : En grups de 4, ens passarem la pilota amb toc de dits i a l'última persona la tira cap a l'altre camp.	-Pilotes -Xarxa -Pilotes -Xarxa -Pilotes -Xarxa -Pilotes -Xarxa	-Intentar que la pilota no caigui a terra.  -Tornem sense passar i ens posem a la fila.  -Cada dos grups van junts, per fer 4 a un costat de la xarxa i 4 a l'altre.
<b>Tornada a la calma</b>	10'	- <i>Les vocals</i> : Passar-se la pilota i a cada toc dir una vocal. Si cau la pilota es comença de nou. -Comentar la classe.		-Es pot fer el mateix amb l'abecedari complet.
<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 -Descobriments guiats	-Organització prescrita en la majoria d'activitats. -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva -Vestidors

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 18</b>	<b>SESSIÓ: 3</b>
Cicle superior	6è	Per sobre la xarxa	Toc d'avantbraç

<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>Sense moviment</i> : En parelles, un la passa i l'altre la torna amb toc d'avantbraç. - <i>Amb moviment</i> : En parelles, llançarem al company als costats, al davant i al darrera.	-Pilotes  -Pilotes	-Van tornant-se els dos per llançar.  -El company no sap a on li llançarem.
<b>Part principal</b>	25'	- <i>Quantes passades?</i> : En grups fer passades amb els tocs apresos, contant-los. Si la pilota cau comencem de zero. - <i>Amb xarxa</i> : En parelles passar la pilota amb toc d'abantbraç. - <i>4x4</i> : Grups de 8 farem un mini partit 4 contra 4. Amb les normes explicades.	-Pilotes.  -Pilotes -Xarxa -Pilotes -Xarxa	-Guanya l'equip que més passades faci.  -Explicarem les normes del volei.
<b>Tornada a la calma</b>	10'	- <i>El mareig</i> : En grups de 5 ò 6 un al mig i els altres es passen la pilota mentre que aquest la intenta interceptar. -Comentar la classe.	-Pilotes	-Si la intercepta es posa al mig l'últim que l'ha llançat.
<b>Anàlisi dels resultats</b>	10'	- Dutjar-se i canviar-se (UP 1) - Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

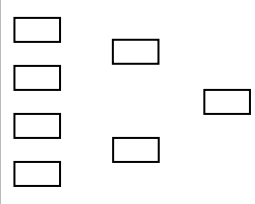
<b>METODOLOGIA</b>	<b>ORGANITZACIÓ</b>	<b>ESPAI</b>
-Comandament directe -Descobrimet guiat	-Organització prescrita en la majoria d'activitats. -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva -Vestidors

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 18</b>	<b>SESSIÓ: 4</b>
Cicle superior	6è	Per sobre la xarxa	Servei i devolució

<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>Netejar el camp</i> : A la senyal enviar totes les pilotes a l'altre camp intentant que al nostre hi hagi el mínim possible.	-Pilotes -Xarxa	
<b>Part principal</b>	25'	-Servei tirant d'un camp a l'altre. - <i>Servei i recepció</i> : per parelles un fa servei i l'altre repcepciona a l'altre costat. - <i>Servei a l'aire</i> : En parelles un fa el servei llançant la pilota a l'aire i l'altre repcepciona. - <i>Servei sorpresa</i> : En parelles un d'esquena i l'altre saca sense avisar. El que estava d'esquena correrà a agafar la pilota abans que caigui.	-Pilotes -Pilotes.  -Pilotes -Xarxa  -Pilotes	-Farem el servei baix (per sota la cintura).  -El servei es fa per sobre el cap.  -Després es canvien els papers.
<b>Tornada a la calma</b>	10'	- <i>El rellotge</i> : Dos equips, un cercle van passant la pilota mentre l'altre equip va fent voltes al voltant d'un en un. -Comentari de la sessió.	-Pilotes	-Després els equips es canvien.
<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 -Descobrimnt guiat	-Organització prescrita en la majoria d'activitats -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva -Vestidors

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 18</b>	<b>SESSIÓ: 5</b>
Cicle superior	6è	Per sobre la xarxa	Situació de joc

<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>	5'	- <i>Agafar-la al vol</i> : 2 equips en un terreny dividit en 3 zones. A cada extrem un alumne dins un cercol d'on no podrà sortir. S'ha de donar la pilota al company del cercol amb passes. Quan li arriba se li dona un punt a l'equip.	-Pilotes -Cercles	
<b>Part principal</b>	30'	- <i>Competició</i> : Es fan quatre equips de 6 membres o de 7 en cas que ens sobrís algú. Es recorden les normes i fem partits seguint l'esquema de competició.	-Pilotes -Xarxa	Esquema de competició 
<b>Tornada a la calma</b>	10'	- <i>Pilota sense fi</i> : 4 equips passen la pilota a l'altra banda de la xarxa sense que caigui. S'intenta arribar al màxim nombre de tocs. -Comentari de la sessió.	-Pilotes -Xarxa	-Es permet fer un bot
<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 -Descobrimt guiat -Resolució de problemes	-Organització lliure en algunes activitats, i en altres organització prescrita -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva -Vestidors

<b>NIVELL</b>	<b>CURS</b>	<b>UP: 18</b>	<b>SESSIÓ: 6</b>
Cicle superior	6è	Per sobre la xarxa	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>So-pa-po</i> : Es fan passades diens una síl·laba cada cop (so-pa-po) a la última es llença a algú i si li dona queda eliminat, però si l'algafa s'elimina qui l'ha llençat.	-Pilota	
<b>Part principal</b>	20'	- <i>Partits</i> : Es fan quatre equips. Primer jugaran un partit dos equips i després els altres dos.	-Pilotes -Xarxa	-No explicarem cap norma del volei
<b>Tornada a la calma</b>	15'	- <i>La bomba</i> : En cercle, anem passant la pilota fent tocs de volei. Si et toca bomba t'elimines. -Comentar la classe	-Pilota	-Algú al mig contarà fins a 25 i dirà "bomba".
<b>Anàlisi dels resultats</b>	10'	- Dutar-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 -Descobrimt guiat	-Organització lliure en algunes activitats, i en altres organització prescrita -Organització en cercle per les explicacions. -Grups seguint criteris emocionals.	-Pista poliesportiva -Vestidors



