

CONTENIDOS PARA TRABAJAR: COMPETICIÓN DE INDIVIDUAL

TIEMPO SESIÓN		DESARROLLO DE LA SESIÓN	GRÁFICOS																																
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS	<p>CALENTAMIENTO TÉCNICO</p> <p>Ejercicio 1: calentamiento técnico antes de un partido:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peloteo fondo-fondo en media pista. • Servicios. <p>Sorteo de elección de servicio y del lado de campo.</p>																																	
PARTE INICIAL																																			
15'	30'																																		
PARTE PRINCIPAL		<p>COMPETICIÓN</p> <p>Ejercicio 1: competición de individual en forma de liga y al mejor de 15 puntos —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores juegan golpeando en forma de rueda).</p> <table border="1" style="width: 100px; height: 60px; margin: 10px 0;"> <tr><td style="background-color: gray;"></td><td style="background-color: green;"></td><td style="background-color: red;"></td><td style="background-color: magenta;"></td></tr> <tr><td style="background-color: green;"></td><td style="background-color: gray;"></td><td style="background-color: white;"></td><td style="background-color: white;"></td></tr> <tr><td style="background-color: red;"></td><td style="background-color: white;"></td><td style="background-color: gray;"></td><td style="background-color: white;"></td></tr> <tr><td style="background-color: magenta;"></td><td style="background-color: white;"></td><td style="background-color: white;"></td><td style="background-color: gray;"></td></tr> </table> <p>Equipo Vencedor 6 puntos. Equipo Finalista 3 puntos.</p> <hr/> <p>COMPETICIÓN</p> <p>Ejercicio 1: competición de individual en forma de liga y al mejor de 15 puntos —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores juegan, alternándose un punto cada jugador de cada equipo).</p> <table border="1" style="width: 100px; height: 60px; margin: 10px 0;"> <tr><td style="background-color: gray;"></td><td style="background-color: green;"></td><td style="background-color: red;"></td><td style="background-color: magenta;"></td></tr> <tr><td style="background-color: green;"></td><td style="background-color: gray;"></td><td style="background-color: white;"></td><td style="background-color: white;"></td></tr> <tr><td style="background-color: red;"></td><td style="background-color: white;"></td><td style="background-color: gray;"></td><td style="background-color: white;"></td></tr> <tr><td style="background-color: magenta;"></td><td style="background-color: white;"></td><td style="background-color: white;"></td><td style="background-color: gray;"></td></tr> </table> <p>Equipo Vencedor 6 puntos. Equipo Finalista 3 puntos.</p>																																	
15'	30'																																		
PARTE FINAL		<p>JUEGO POR EQUIPOS O INDIVIDUAL</p> <p>Juego 1: el winner.</p> <p>Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos.</p>																																	
15'	30'																																		
TIEMPO TOTAL																																			
60'	120'																																		