

# PROGRAMACION DEL PROCESO DE ENSEÑANZA DE LAS EEDDMM

ACTIVIDAD DEPORTIVA (MODALIDAD DEPORTIVA): **FÚTBOL FEMENINO**

ETAPA DEPORTIVO – EDUCATIVA (ITINERARIO): **EMED**

CURSO ESCOLAR: **2011/12**

## **1. OBJETIVO GENERAL DE LA ACTIVIDAD:**

- ✓ ESPECIALIZAR A LAS CHICAS EN LA PRÁCTICA DEL FÚTBOL Y TODOS SUS ASPECTOS CONCRETOS DE LA MOTRICIDAD O LA TÉCNICA YA TRABAJADA CON ANTERIORIDAD
- ✓ CREAR UN GRUPO HUMANO Y DEPORTIVO DESDE UNA EDUCACIÓN BASADA EN VALORES COMO EL RESPETO, LA AMISTAD Y EL ESPÍRITU DE SUPERACIÓN INDIVIDUAL Y COLECTIVO
- ✓ PERFECCIONAR LA TÁCTICA Y EL TRABAJO COGNITIVO PARA LA PRÁCTICA FUTBOLÍSTICA
- ✓ MOTIVAR A LAS CHICAS HACIA SU FUTURO Y CONTINUIDAD EN EL FÚTBOL FEMENINO PARA AÑOS POSTERIORES

## **2. CAPACIDADES A DESARROLLAR POR EL ALUMNO:**

- ✓ PERFECCIONAMIENTO DE TODOS LOS ASPECTOS TÉCNICOS PARA LA PRÁCTICA FUTBOLÍSTICA, ASÍ COMO DE LA RESISTENCIA Y VELOCIDAD
- ✓ INICIACIÓN AL TRABAJO DE FUERZA
- ✓ MANTENIMIENTO DE LA FLEXIBILIDAD QUE POSEEN LAS NIÑAS
- ✓ APRENDER A ADQUIRIR UN COMPROMISO CON OTRAS PERSONAS Y TENER UNA RESPONSABILIDAD CON EL GRUPO EN EL QUE SE INTEGRAN
- ✓ MEJORAR EL RAZONAMIENTO Y EL PROCESO DE TOMA DE DECISIONES, QUE LES PUEDAN SERVIR POSTERIORMENTE PARA SU FORMACIÓN PERSONAL EN OTROS ÁMBITOS DE SU VIDA
- ✓ PERFECCIONAR LA TÁCTICA COLECTIVA QUE SERÁ EL FUNDAMENTO DEL JUEGO REAL EN SUS ENCUENTROS DE SUS COMPETICIONES
- ✓ ENSEÑAR LA IMPORTANCIA DE LAS ACCIONES A BALÓN PARADO Y APRENDER A REALIZARLAS

<b>CAPACIDAD Nº 1 : QUE LA NIÑA PERFECCIONE SU TÉCNICA</b>	
<i>CONCRECIÓN DEL OBJETIVO</i>	<i>CONTENIDOS O TAREAS</i>
PERFECCIONAR LA TÉCNICA Y LAS CAPACIDADES MOTRICES DE RESISTENCIA Y VELOCIDAD	* CIRCUIT-TRAINING, EJERCICIOS POR POSTAS O CIRCUITOS TÉCNICOS QUE COMBINAN DICHAS CAPACIDADES FÍSICAS CON LA MEJORA DE LA TÉCNICA INDIVIDUAL  * JUEGOS COMPETITIVOS CON BALÓN

<b>CAPACIDAD Nº 2: QUE LA NIÑA DESARROLLE SU CAPACIDAD MUSCULAR (FUERZA)</b>	
<i>CONCRECIÓN DEL OBJETIVO</i>	<i>CONTENIDOS O TAREAS</i>
DESARROLLO DE LA FUERZA, EXPLOSIVA O VELOCIDAD PRINCIPALMENTE	* EJERCICIOS Y JUEGOS COMPETITIVOS DE AUTOCARGAS O CARGAS POR PAREJAS  * CIRCUITOS Y EJERCICIOS CON MATERIALES ADAPTADOS Y ESPECÍFICOS PARA LA FUERZA COMO VALLAS, PARACAIDAS...

<b>CAPACIDAD Nº 3: QUE LA NIÑA MANTENGA SU CAPACIDAD DE ELASTICIDAD</b>	
<i>CONCRECIÓN DEL OBJETIVO</i>	<i>CONTENIDOS O TAREAS</i>
DESARROLLO DE LA FLEXIBILIDAD MUSCULAR DE LAS NIÑAS	* EJERCICIOS Y SESIONES DE ESTIRAMIENTOS Y FLEXIBILIDAD PARA SU MEJORA

<b>CAPACIDAD Nº 4: QUE LA NIÑA SEA CAPAZ DE ADQUIRIR RESPONSABILIDADES</b>	
<i>CONCRECIÓN DEL OBJETIVO</i>	<i>CONTENIDOS O TAREAS</i>
LAS CHICAS DEBEN APRENDER A COMPROMETERSE, A SER RESPONSABLES DE SUS ACTOS, Y TODO ELLO TANTO EN EL FÚTBOL COMO EN SU VIDA PERSONAL	* CHARLAS COLECTIVAS ACOMPAÑADAS DE DOCUMENTACIÓN GRÁFICA E INFORMACIÓN DIDÁCTICA EN PAPEL

**CAPACIDAD Nº 5 : QUE LA NIÑA SEA CAPAZ DE MEJORAR SU PROCESO DE TOMA DE DECISIONES**

<i>CONCRECIÓN DEL OBJETIVO</i>	<i>CONTENIDOS O TAREAS</i>
<p>ENSEÑAR A LA NIÑA A PENSAR POR SI MISMA, A TENER INICIATIVA</p> <p>MEJORAR LA TOMA DE DECISIONES, LO CUAL BENEFICIARA TAMBIÉN A LAS CHICAS EN VIDA PERSONAL</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>* JUEGOS Y PARTIDILLOS CON ESTILO CLARO DE DESCUBRIMIENTO GUIADO O LIBERTAD DE ACCIONES PARA DESARROLLAR SU IMAGINACIÓN</li><li>* ACCIONES Y JUEGOS COMPETITIVOS EN LOS QUE LAS CHICAS HAN DE ESCOGER UNA ALTERNATIVA DE TODAS LAS POSIBLES</li><li>* PARTIDILLOS INTEGRADOS PARA EL DESARROLLO COGNITIVO</li></ul>

**CAPACIDAD Nº 6 : QUE LA NIÑA SEA CAPAZ DE PERFECCIONAR LA TÁCTICA COLECTIVA**

<i>CONCRECIÓN DEL OBJETIVO</i>	<i>CONTENIDOS O TAREAS</i>
<p>APRENDER A TRABAJAR COMO BLOQUE EN TODOS LOS CONCEPTOS TÁCTICOS DEFENSIVOS DEL FÚTBOL</p> <p>MEJORAR LAS COMBINACIONES DE VARIAS JUGADORAS EN LOS DIFERENTES TIPOS DE ATAQUES QUE EXISTEN</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>* TEORIZACIÓN DE CONCEPTOS TÁCTICOS CON AYUDA DIDÁCTICA</li><li>* JUEGOS POR GRUPOS REDUCIDOS PARA MEJORAR CADA CONCEPTO TÁCTICO DE FORMA SIMPLE Y TRASLADARLO A LOS PARTIDOS GLOBALES</li><li>* JUEGOS COMPETITIVOS Y PARTIDOS CON CORRECCIONES Y AYUDAS.</li></ul>

**CAPACIDAD Nº 7: QUE LA NIÑA SEA CAPAZ DE REALIZAR ACCIONES A BALÓN PARADO DE ESTRATEGIA**

<i>CONCRECIÓN DEL OBJETIVO</i>	<i>CONTENIDOS O TAREAS</i>
<p>ENSEÑAR A LAS CHICAS A CONCRETAR ABP DE FORMA INDIVIDUAL</p> <p>APRENDER A COORDINARSE PARA HACER ACCIONES COLECTIVAS COMO CORNERS O FALTAS</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>* PRÁCTICA DE GESTOS TÉCNICO-TÁCTICOS PARA REALZIAR O FINALIZAR ABP DE FORMA DIRECTA</li><li>* TEORIZACIÓN Y PUESTA EN PRÁCTICA DE ABP COLECTIVAS CON AYUDA DIDACTICA O VISUAL CON VIDEOS DE PARA REALZIAR MOVIENTOS COLECTVISO COORDINADOS</li></ul>

### **3. ASPECTOS METODOLÓGICOS:**

- ✓ LA ORGANIZACIÓN DE LA SESION VENDRÁ DETERMINADA POR EL OBJETIVO DE CADA SESIÓN
- ✓ LOS REFUERZOS SERÁN SIEMPRE POSITIVOS O NEUTROS, SEGÚN SITUACIONES
- ✓ LA FORMA DE TRANSMITIR LA INFORMACIÓN ES VERBAL Y VISUAL
- ✓ EL JUEGO SERÁ NUESTRA PRINCIPAL FUENTE DE TRABAJO
- ✓ SE TRABAJARÁ PRINCIPALMENTE CON UN ESTILO DE DESCUBRIMIENTO GUIADO O DE RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS, PARA HACER PENSAR Y RAZONAR A LAS CHICAS

### **4. ASPECTOS DE LA EVALUACIÓN:**

- ✓ A TRAVÉS DE LA OBSERVACIÓN DE MEJORAS EN LOS ENTRENES Y PARTIDOS
- ✓ LAS ACCIONES TÉCNICAS EN EL PROGRESO EN LOS EJERCICIOS ESPECÍFICOS
- ✓ LOS ASPECTOS AFECTIVO-SOCIALES MEDIANTE DIÁLOGOS/CHARLAS CON FEEDBACK ENTRE MONITOR Y ALUMNA
- ✓ LOS CONCEPTOS TÁCTICOS MEDIANTE LA VISUALIZACIÓN DE VIDEOS