

FÚTBOL SALA

1.- CONTEXTO

En lo que se refiere al desarrollo motor, a estas edades están en la edad de oro para el aprendizaje de gestos coordinados y en una fase sensible para el desarrollo de habilidades genéricas. Nosotros nos vamos a centrar en el fútbol sala para trabajar la coordinación óculo pédica

Por lo que respecta al desarrollo cognitivo, según PIAGET están en el periodo de las operaciones concretas, y por lo tanto están en condiciones para comprender los aspectos reglamentarios básicos y los elementos de este deporte, así como ciertos contenidos tácticos (decisiones al pasar, lanzar, ...)

El desarrollo afectivo – social se caracteriza por la formación de pandillas y el valor de la amistad, lo que trae consigo que también sus relaciones con ciertos compañeros no sean tan buenas como con otros. Los niños a estas edades son muy crueles, sobre todo con los menos capaces, los cuales tienen una baja autoestima y autoconcepto. Por ello, desarrollar la autoestima será un objetivo de la presente Unidad Didáctica

2.- OBJETIVOS

Los objetivos comunes a todas las Unidades Didácticas son:

- No permitir discriminación alguna por razón de sexo o capacidad, así como valorar el carácter lúdico – recreativo.
- Mantener una actitud crítica ante estereotipos sexistas en deportes de equipo.
- Consolidar hábitos higiénicos de cuidado corporal y hábitos de vida activa
- Aceptar las posibilidades y limitaciones propias y de los demás, así como desarrollar la autoestima

Los objetivos específicos de esta Unidad Didáctica son:

- Conocer los aspectos reglamentarios básicos del fútbol sala.
- Desarrollar y aprender los aspectos técnico – tácticos individuales y grupales de fútbol sala, en situaciones de defensa y ataque.
- Participar en competiciones deportivas desarrollando la actitud de juego limpio.
- Asumir los roles existentes de jugador, suplente y árbitro

3.- CONTENIDOS

Los contenidos de esta Unidad Didáctica son::

- CONCEPTOS:
 - Reglamento de fútbol sala
- PROCEDIMIENTOS:
 - Aspectos técnico – tácticos individuales y grupales.
 - Competición.
 - Roles
- ACTITUDES:
 - Juego limpio.
 - Coeducación.
 - Igualdad.
 - Respeto a las normas.
 - Autoestima

Esta U. D. responde al principio de globalización ya que se dan relaciones de:

- Intradisciplinariedad: coordinación competición, calentamiento, vuelta a la calma, hábitos higiénicos
- Interdisciplinariedad:
 - Matemáticas: áreas (geometría)
 - Lengua Castellana: lectura del reglamento y periódicos sobre actitudes violentas.
- Transversalidad: Coeducación, Educación para la paz (perspectiva positiva del conflicto)

4.- TEMPORALIZACIÓN:

Cada sesión tendrá una duración de 55 minutos. A eso hay que restarle en tiempo que tardamos en pasar lista y bajar a la pista, calentamiento y vuelta a la calma. En total hay que planificar para unos 30 o 35 minutos.

El calentamiento será realizado por los alumnos, previa entrega al profesor del mismo por escrito.

En estas sesiones habrá una parte analítica se será el contenido de la sesión. Pero al final de la mayoría de las sesiones habrá situaciones de 4 x 4 a medio campo.

Las sesiones son:

- Sesión 1: Reglamento y explicación de la U. D.
- Sesión 2: Familiarización. 1 x 0
- Sesión 3: Golpeos a puerta 1 x 0
- Sesión 4: Pases y conducción. 1 x 0, 1 con 1
- Sesión 5: Conducción, pase y tiro. 1 x 0, 1 con 1
- Sesión 6: circuito 1 x 0
- Sesión 7: Saques de banda, córner y rondas de tiros. 2 x 0
- Sesión 8: Finta y regate 1 x 1
- Sesión 9: Situaciones reducidas de juego: rondo, 10 pases,..2x1,2x2
- Sesión 10: Rey de pista 5 x 5
- Sesión 11: Evaluación del proceso de aprendizaje

5.- METODOLOGÍA

A.- TÉCNICA DE ENSEÑANZA:

La información inicial que le demos a los alumnos es muy importante, sobre todo referida a la realización de gestos técnicos. Las explicaciones deben ser muy claras para que los alumnos la entiendan bien. Para ellos adoptaremos una posición externa y destacada, fuera del grupo.

Después debemos dar continuamente feedback para corregir errores. Los alumnos aventajados también ayudarán en esta situación.

Luego la Técnica de Enseñanza será por Instrucción Directa a la hora de enseñar los gestos técnicos, y por Indagación en el resto de la sesión

B.- ESTILOS DE ENSEÑANZA:

- Resolución de problemas: sobre todo en los partidos planteados al final de las sesiones y en la competición.
- Asignación de tareas: en las carreras de relevos.
- Participativos: hay muchos momentos en el que los alumnos aventajados ayudan a sus compañeros, explican algún gesto como el pase de exterior, actúan como árbitros, de mesa,..

C.- ESTRATEGIA EN LA PRÁCTICA:

Cada sesión empieza normalmente con el aprendizaje del contenido de la sesión (analítica) y luego se aplican tareas globales para aplicar ese contenido.

En las sesiones de competición es completamente global.

D.- ORGANIZACIÓN DEL ALUMNADO.

Se formarán siempre grupos mixtos para los partidos.

Son varias las estructuras presentes:

- Trabajo por oleadas: relevos, conducciones,..
- Estructuras formales: calentamiento, rondas de tiros.
- Eliminatorias: Rey de pista.
- Tarea en recorrido: circuito de habilidad
- Tipo de ejecución simultánea: calentamiento, pilla pilla, familiarización.

En todo momento se debe favorecer las relaciones entre compañeros y adversarios. Se ha de respetar y no discriminar. Siempre hay que dar feedback afectivo por pequeño que sea para motivar al alumno

6.- EVALUACIÓN:

Evaluaremos lo siguiente:

- Calentamiento mediante la observación
- Actitudes mediante la observación diaria.
- Hábitos higiénicos: pasando lista

- Evaluación del proceso de enseñanza: autoevaluación y ficha a los alumnos/as (ficha 1)

- Evaluación del proceso de aprendizaje (ficha 2)

Evaluación del proceso de enseñanza (ficha 1)

Ficha para los alumnos/as:

ASPECTO A EVALUAR / RESULTADO	MB	B	R	M
El profesor explicó los objetivos que queríamos conseguir en la primera sesión				
Entendí las explicaciones del profesor sobre los aspectos técnicos de este deporte				
Durante el desarrollo de esta U. D. lo pasé...				
El material que utilizamos en clase era adecuado para desarrollar las actividades que nos propuso el maestro				
El tiempo que dedicamos a esta U. D. fue el suficiente para conseguir los objetivos que nos proponíamos				

- Lo que más me gustó de la U. D. de Fútbol Sala fue...
- Lo que menos me gustó de la U. D. de Fútbol Sala fue.....

SESIÓN 1

- **Objetivo:** Conocer los aspectos básicos del reglamento de fútbol sala y explicación sobre el funcionamiento de la Unidad Didáctica.

UNIDAD DIDÁCTICA: FÚTBOL SALA**SESIÓN 2**

- **Objetivo general:** Desarrollar y mejorar los medios técnico – tácticos individuales propios de la situación reducida de juego 1 x 0 del fútbol sala

- **Contenido:** Familiarización, manejo y adaptación al balón de fútbol sala

- **Materiales:** Balones de fútbol sala

CALENTAMIENTO:

Calentamiento estático y dinámico de banda a banda incidiendo más en las extremidades inferiores.

PARTE PRINCIPAL:

- 1.- Individualmente, conducir el balón con el pie derecho, izquierdo o ambos.
 - 2.- Rodar el balón con la planta del pie en todas las direcciones (estático). Cambio de pie.
 - 3.- Pasar el balón de una plante a otra.
 - 4.- Rodar el balón de adelante atrás, con la suela, e intentar que suba al empeine
 - 5.- Pataditas. Igual pero sentados.
 - 6.- Cambios del balón de un pie a otro con el interior
 - 7.- Conducir el balón por el espacio con la planta del pie.
 - 8.- Lanzar el balón con la mano y golpearlo con el muslo.
 - 9.- Igual con la cabeza.
 - 10.- Lanzar el balón con la mano y pararlo con el empeine.
 - 11.- Lanzar el balón con la mano, dejarlo que de un bote, golpearlo con el empeine y recogerlo con la mano.
 - 12.- Igual sin bote.
 - 13.- Desplazarse por el espacio en zigzag golpeando siempre con el exterior del pie.
- ♦ Partidos a medio campo: Siempre hay un suplente y otro de árbitro

VUELTA A LA CALMA

Estiramientos de las extremidades inferiores

- **Objetivo general:** Desarrollar y mejorar los medios técnico – tácticos individuales que nos permitan puntuar en este deporte de equipo.

- **Contenido:** Lanzamientos a puerta

- **Materiales:** Balones de fútbol sala, porterías, aros, conos.

CALENTAMIENTO:

Calentamiento estático y dinámico de banda a banda incidiendo más en las extremidades inferiores.

PARTE PRINCIPAL: Hay dos opciones: a) realizar los tiros a puerta en los dos campos, b) partidos en un campo y tiros a puerta en el otro

Los grupos que se forman son los mismos que jugarán los partidos

1.- Rondas de tiros a puerta en estático. En cada ronda habrá un portero. Los alumnos lanzarán a puerta cuando el anterior ha lanzado y nadie recoge los balones hasta que hayan lanzado todos. Con los dos pies.

2.- Igual colocación. Lanzar el balón al aire y sin bote, tirar a puerta. Con los dos pies.

3.- Igual colocación. El portero tiene todos los balones. Éste pasará rodando el balón al compañero que vaya a lanzar, el cual sin parar el balón lo golpeará. Con los dos pies.

4.- Conducir entre los conos y al pasar el último lanzar a portería. Una vez que se lanza, se recoge el balón. En cada ronda habrá un portero.

5.- En cada grupo se forman parejas. 1 balón por pareja. Pase y tiro a puerta.

6.- Igual disposición pero los dos se colocan dándose la cara. El de delante siempre para de planta y golpea el que va de cara.

7.- Pase al pívot y tiro a puerta. El que lanza recoge su balón.

8.- Pase al banco y tiro a puerta

◆ Partidos

VUELTA A LA CALMA

Estiramiento de las extremidades inferiores

- **Objetivos generales:** Desarrollar y mejorar los medios técnico – tácticos grupales de cooperación. Mejora la habilidad de pase y recepción
- **Contenido:** Pase y recepción.
- **Materiales:** Balones de fútbol sala, conos y petos

CALENTAMIENTO:

Calentamiento estático y dinámico de banda a banda incidiendo más en las extremidades inferiores.

PARTE PRINCIPAL: En la sesión de hoy es importante hablar con los alumnos y explicar las peculiaridades del pase: tipos, cómo debe realizarse,...

1.- Por parejas:

- Pase con el interior y recepción de planta.
- Pase con el interior sin pararla.
- Pase con el interior y el que recibe ataca el balón.
- Pases con más distancia elevando un poco el balón.
- Pase “ de cucharita “
- Los dos compañeros se colocan de cara, el de adelante controla de planta y el otro realiza el pase. Al llegar a la otra banda, cambio.
- Pases con el exterior.
- Los dos se colocan a ambos lados. El que realiza el pase avanza luego, el otro controla y pasa, así ida y vuelta. Luego cambio.

2.- Por grupos: Se colocan dos grupo frente a frente. Pase e irse al otro grupo.

3.- Igual pero al dar el pase se desplaza de espalda al final de su fila.

4.- Por grupos: Se colocan en círculo y uno en el medio. Se da el pase al alumno que está en el medio. Cuando se de una vuelta, cambio. Con los dos pies.

5.- Los mismos grupos: Rondos.

6.- Partidos a lo ancho.

VUELTA A LA CALMA

Estiramiento de las extremidades inferiores

