

C.E.I.P. JAVIER DE MIGUEL

FUTBOLCESTO 2021/2022

FÚTBOL SALA Y BALONCESTO

“...Son mucho más que deportes, son valores como el respeto, la solidaridad, el amor por el juego y por los compañeros, el sacrificio, la generosidad, aprendes a saber ganar y perder, cuando te caes siempre tienes una mano para ayudarte a levantarte, la regla número uno es divertirse y aprender...”

-BENEFICIOS DEL FUTBOL SALA Y EL BALONCESTO

En contextos cognitivos, afectivos y sociales, el fútbol y el baloncesto tiene un impacto muy positivo en el conocimiento como un todo, es decir, plenamente en la vida del ser humano. Además, es esencial ponerse de acuerdo que el niño completamente desarrollado y estimulado por el movimiento, mejoras de características en la construcción de un desarrollo de vida sana, creando una armonía entre cuerpo, mente y espíritu.

VALORES:

Además de trabajar aspectos técnicos y tácticos en ambos deportes, es primordial para nosotr@s transmitir a niños y niñas el RESPETO al contrario, a los compañer@s, al entrenador y a sus familias, AMOR por el deporte, SOLIDARIDAD son deportes colectivos con lo cual para mejorar y aprender día a día es muy importante ser solidarios FELICIDAD tod@s los participantes debemos fluir en armonía, y eso nos dará el ambiente idóneo y perfecto para trabajar pedagógicamente el aprendizaje de nuestra actividad.

-METODOLOGÍA

Asignación de tareas y descubrimiento guiado.

Consiste en dar al jugador/es más responsabilidades en el momento de realizar ciertos ejercicios, para ello es necesario:

1. Que el jugador/es conozcan las tareas.
2. Que el monitor/entrenador explique y demuestre el ejercicio en cuestión y que el jugador/@ realicen una prueba.

Utilizando este estilo, nos permite básicamente que los jugadores se responsabilicen de su trabajo, que se adapten los ejercicios o tareas a las características individuales y que el monitor/entrenador tenga más tiempo para observar y corregir, ya que no deberá mantener el control disciplinario de la sesión.

2.2.1. Ventajas e inconvenientes del estilo

1. Permite mayor independencia de trabajo al monitor/entrenador.
2. Permite motivar a los jugadores de forma directa, ya que la información del éxito de la tarea es constante.
3. Permite el trabajo en grupos de diferente nivel.
4. Permite aprovechar el espacio y el tiempo.
5. Da la opción a que el jugador/es tenga más participación y creatividad.

6. Se debe tener muy presente la observación por parte del monitor/entrenador ya que la parte técnica de la tarea encomendada puede deteriorarse.
7. Es un estilo que, aunque da más libertad que el anterior aún no permite mucha espontaneidad al jugador/es.

-OBJETIVOS:

Objetivos Generales del fútbol sala y baloncesto base y escolar:

- . Formación Deportiva:
 - mejora de la práctica deportiva general
 - desarrollo de la capacidad coordinativa y condicional.
 - desarrollo de las capacidades y destrezas básicas, cognitivas y toma de decisiones, desarrollo de las competencias psicomotrices.
- . Aspectos Formativos:
 - objetivos socio educativos: disciplina, solidaridad, etc..
 - valores del deporte, esfuerzo, cooperación, compromiso, superación personal, compañerismo...
 - educación deportiva: respeto a las normas, adversarios, árbitros, respeto a los árbitros desde la base...
 - desarrollo de hábitos higiénicos y saludables.
 - complemento de la actividad académica. Hay que tenerlo muy en cuenta que el deporte es un complemento a la actividad académica. No castigar con quitar el deporte sino enseñar a organizarse.

-PARTES DE LA SESIÓN

Podemos diferenciar tres partes:

1. Parte inicial o de adaptación.
2. Parte principal o de consecución de los objetivos.
3. Parte final o vuelta a la calma.

Parte inicial: se compone de dar la información adecuada y lo más breve posible de qué se va a realizar En dicha sesión (los aspectos más significativos), pasar lista (si se cree necesario), y pasar al calentamiento para conseguir una adaptación física (básicamente motriz), y psicológica (motivar y centrar a los jugadores), para actividades posteriores.

Parte principal: es la parte más importante de la sesión, por ello se dedicará más tiempo. Se llevan a término todas las tareas, ejercicios o actividades que se han elaborado con antelación y que siguen una progresión establecida para lograr los objetivos didácticos previstos.

Parte final: es la parte donde se prepara al organismo para volver a un estado normal después del esfuerzo realizado durante toda la sesión y se empieza, mediante una serie de ejercicios, la fase de recuperación del organismo para afrontar al día siguiente una nueva sesión de entrenamiento.

MÚSICA

Todas las sesiones de entrenamiento se acompañarán de música, los jugadores crearán sus propias listas de reproducción con sus canciones preferidas y el AMPA se encargará de decidir si estas canciones son adecuadas.

“Prefiero ser buena persona a ser el mejor jugador del mundo” (Leo Messi)