

EXTRAESCOLARS COL·LEGI SANT VICENÇ	ACTIVITAT: Futbol Sala	NIVELLS: 3er i 4rt
PROGRAMACIÓ ANUAL		
OBJECTIUS GENERALS DE L'ACTIVITAT	CONTINGUTS I TEMPORITZACIÓ (Quadrimestral)	
<p>Bloc 2. Habilitats motrius i qualitats físiques bàsiques.</p> <p>2. Utilitzar el coneixement del propi cos, les capacitats físiques i les habilitats motrius per resoldre i adaptar el moviment a les necessitats i circumstàncies de cada situació.</p> <p>3. Seleccionar i aplicar de forma eficaç i autònoma, principis i regles per resoldre problemes motors en la pràctica d'activitat física.</p> <p>4. Regular i dosificar l'esforç, assolint un nivell d'autoexigència d'acord amb les pròpies possibilitats i les característiques de la tasca.</p> <p>Bloc 3. Activitat física i salut.</p> <p>5. Apreciar els efectes beneficiosos envers la salut de l'exercici físic i de l'adquisició d'hàbits d'higiènic, alimentaris i posturals.</p> <p>Bloc 5. El Joc.</p> <p>8. Participar en els jocs com element d'aproximació als altres seleccionant les accions i controlant l'execució de les mateixes, prèvia valoració de les pròpies possibilitats.</p> <p>9. Participar en activitats físiques compartint projectes, establint relacions de cooperació per assolir objectius comuns sense discriminació, per mitjà de la participació solidària, tolerant, responsable i respectuosa. Resolent els conflictes mitjançant el diàleg.</p> <p>10. Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, lúdiques i esportives com elements culturals, propis i d'altres cultures, mostrant una actitud crítica tant des de la perspectiva de participant com d'espectadors.</p>	<p style="text-align: center;"><u>1R. QUADRIMESTRE</u></p> <p>UD 1: " APRENEM A CONDUIR LA PILOTA" 4-5 Sessions: L'alumne es comença a familiaritzar amb la pilota i realitza treballs encara de manera individual. Es treballa el control de la pilota, el control postural del jugador i la coordinació ull-peu. Execució de diferents tipus de conducció: - part interna/externa del peu, tant amb peu dominant i peu no dominant.</p> <p>UD2: "LA PASSADA": 6-8 Sessions: Realització de passades controlades amb la part interna i externa del peu. Es treballa en un principi sense oposició, i després es va afegint gradualment dificultat als exercicis, amb l'aparició d'altres oponents.</p> <p style="text-align: center;"><u>2N. QUADRIMESTRE</u></p> <p>UD 3: "EL XUT": 4-5 Sessions: Es treballa aquest aspecte de l'esport, realitzant diferents jocs i activitats on es treballi la potència del xut i la punteria de cara a porteria.</p> <p>UD4: "APRENEM A DEFENSAR": 4-5 Sessions: Al llarg d'aquestes sessions s'introduirà més a fons l'aspecte defensiu, tant a nivell individual com col·lectiu. Apreciació de distàncies, velocitats i acceleració del propi cos, dels altres, a l'espai, a la ubicació adequada (marcatge i desmarcatge).</p> <p>UD5: "EL JOC COL·LECTIU": 2-3 Sessions: En aquesta unitat didàctica, es treballarà molt mitjançant el joc real. Es farà èmfasi als aspectes d'ocupar espais buits en el camp, allunyar-se de la pilota...</p>	

També començarem a aplicar les normes del futbol sala.

Treballar concretament aspectes a una unitat didàctica, no vol dir que no es treballin a les unitats didàctiques anteriors. Si bé és cert, que mentre treballem una unitat didàctica en concret, les activitats van més dirigides a treballar aquells aspectes referents a la UD, sense oblidar mai els altres aspectes.

CRITERIS D' AVALUACIÓ

Esportius

1. Orientar-se a l'espai en relació a la pròpia persona i al seu entorn.
2. Desplaçar-se de forma diversa, variant les posicions corporals i la direcció i sentit dels desplaçaments, amb la pilota com a implement.
3. Coordinar el nostre cos a les accions de colpejos i passades de la pilota, amb diverses parts del cos (cap o peus)
4. Dominar les diverses habilitats, com els desplaçaments, salts, equilibris, girs, enfocats a la situacions reals del futbol sala
5. Conèixer i practicar el futbol sala com a esport col·lectiu, sabent actuar en diferents situacions del joc.
6. Controlar la direcció i força del xut.
7. Defensar al contrincant actuant sempre amb col·laboració amb el nostre equip.

Actitudinals

8. Participar i gaudir en els jocs ajustant la pròpia actuació, tant pel que fa a aspectes motrius com de relació amb els companys/es.
9. Col·laborar activament en el desenvolupament dels jocs col·lectius, mostrant responsabilitat i cooperació.
10. Respectar les normes i les pautes que s'estableixen per al funcionament de les diferents activitats.
11. Respectar i utilitzar de manera adequada el material que es fa servir durant les activitats.
12. Esforçar-se per l'aprenentatge de nous continguts esportius.

METODOLOGIA I RECURSOS

Optaré per diverses metodologies, en funció del contingut a desenvolupar, insistint en mètodes més globals, sense deixar de banda els analítics, sobretot en l'aprenentatge dels patrons motors. Es farà d'una forma lúdica, activa i participativa, tant de forma individual i sobretot col·lectiva. L'estil d'ensenyament seran els cognitius (ensenyament guiat i resolució de problemes), no de manera exclusiva. De vegades recorreré a l'ensenyament directe i a reproducció de models. Es tindrà en compte les individualitats de cada alumne, adaptant-li la feina quan calgui.

Al final de totes les sessions, es treballa la part més recreativa, realitzant un partit entre grups. Durant el partit, es realitzen correccions als alumnes dels continguts treballats al llarg de la sessió, i es treballa la part més referent als valors de la competició.

Recursos:

- Pati exterior
- Gimnàs interior.
- Cons i cercles.
- Pilots de futbol