



Programa de Orientación Fútbol

ACTIVIDADES E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- ◆ Observación directa y continua de las capacidades físicas y motoras
- ◆ Test de Aptitud Física.
- ◆ Medición directa en las clases diarias (participación, espíritu de superación)
- ◆ Drills sobre Técnicas específicas.
- ◆ Aplicación de las técnicas y reglas en situaciones de juego.
- ◆ Driles evaluativos del deporte que practican.

Todos los alumnos deberán rendir los tests de aptitud física considerando los puntajes preestablecidos en el ciclo lectivo, considerándose una nota del promedio de los test de fuerza y otra de la de resistencia; las cuales a su vez se promediaran, dando la nota final de los test de aptitud física.

Esta nota, conjuntamente con la de las actividades complementarias a evaluar, como las capacidades psicomotoras y la aplicación del reglamento del atletismo. El puntaje final será el promedio de estas notas.

UNIDAD 1: "DESTREZAS INDIVIDUALES"

PASES: VARIANTES

SAQUES LATERALES:

- ◆ EN POSICIÓN DETENIDA.
- ◆ CON CARRERA PREVIA.

UNIDAD 2:

CONDUCCIÓN DE LA PELOTA: VARIANTES

PARADAS:

- ◆ CON LA PUNTA DEL PIÉ.
- ◆ CON EL EMPEINE.

UNIDAD 3: "FORMACIONES - SITUACIONES DE JUEGO"

- ◆ DRIBLING
- ◆ REMATES
- ◆ CONOCIMIENTO DEL REGLAMENTO APLICACIÓN EN EL JUEGO.

BIBLIOGRAFÍA: Reglamento de fútbol. Apuntes recopilados del Deporte

PROFESOR RAÚL GARRANDÉS - AÑO 2006