



Programa de Futbol

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)
- ◆ Test sobre Técnicas específicas, de acuerdo a la especialidad atlética.
- ◆ Aplicación de las técnicas y reglas en la realización de un prueba.
- ◆ Evaluación de la participación en competencias de carácter interno y externo.

TODOS LOS ALUMNOS DEBERÁN RENDIR LOS TESTS DE APTITUD FÍSICA CONSIDERANDO LOS PUNTAJES PREESTABLECIDOS EN EL CICLO LECTIVO, CONSIDERANDOSE 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 FISICA.

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 2009