

FÚTBOL

Primera etapa de familiarización con el deporte. En ella trabajaremos fundamentalmente la adaptación y manejo del balón, entendiendo por esta, conducciones y controles diversos; también será objeto de trabajo el pase y el tiro. Todo esto se realizará a través de juegos, en los que se intentan reproducir, de una forma reducida, las situaciones propias del deporte, y a través de los cuales se irán introduciendo aspectos reglamentarios del fútbol.

En esta etapa comenzará la participación de los alumnos y alumnas en competiciones de fútbol 8 y fútbol sala.

Se continuará con el trabajo de desarrollo y mejora de las habilidades técnico – tácticas específicas del fútbol (pase y tiro con precisión, regate, control orientado, desmarque, etc.). Utilizando para ello tareas que simulen lo más posible, las situaciones que se producen en un partido de fútbol.

Se comenzará a incidir en el trabajo de aspectos estratégico – tácticos propios del deporte, como pueden ser: demarcaciones y funciones que estas implican, sistemas básicos de juego en ataque y en defensa, tipos de marcaje, etc.

En la tercera fase se buscará la máxima eficacia en la aplicación de las acciones técnico – tácticas a las situaciones de juego real. Se profundizará en el trabajo estratégico – táctico. También formará parte del entrenamiento la mejora de las capacidades físicas más presentes en el deporte (Fuerza, Velocidad, Resistencia, Flexibilidad).