

Para Educación Primaria

MULTIDEPORTE

1. DEFINICIÓN DE LA ACTIVIDAD

El deporte representa una de las actividades más saludables para los y las adolescentes, no sólo porque completa su desarrollo físico y motor, sino porque además fomenta actitudes y conductas de compañerismo, cooperación, espíritu de superación, etc.

Por otro lado el deporte constituye uno de los recursos más eficaces como medio preventivo de conductas negativas asociadas al consumo excesivo de alcohol y otras drogas, conductas y actos violentos, etc.

Por todo ello, creemos que la práctica deportiva está rodeada de elementos y consecuencias positivas, que hacen que se revele como una de las mejores actividades complementarias a la formación de adolescentes y jóvenes.

En ocasiones, la práctica de un deporte nos remite a la practica de los deportes de masas, los más conocidos como el fútbol, el baloncesto, etc., muy asociados a la competición y a la rivalidad. Es por esto que proponemos la realización de un taller donde se desarrolle la práctica de otros deportes menos extendidos y de juegos deportivos y alternativos, que despierten el interés de los participantes y donde prevalezca el carácter lúdico y saludable que la practica deportiva conlleva.

2. OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES

1. Fomentar la practica de una actividad positiva desde el punto de vista de la salud.

2. Practicar un deporte de equipo como elemento de relación y desarrollo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Fomentar actitudes y conductas de compañerismo, cooperación, espíritu de superación, etc.
2. Prevenir en última instancia conductas alejadas de lo deportivo, como el consumo de alcohol y otras drogas, conductas violentas, etc.
3. Conocer distintos deportes alternativos que propicien más la cooperación y el compañerismo.
4. Practicar distintos deportes de los que conocer las reglas, las situaciones de juego, las estrategias de competición, etc...

3. METODOLOGÍA

Cada mes se trabajara la práctica de un deporte diferente, conociendo tanto la técnica del mismo como las reglas básicas para su correcto desarrollo.

Como es evidente, este es un taller eminentemente práctico donde la práctica deportiva será la herramienta principal de desarrollo del taller, pero también queremos que el alumno aprenda a través del juego las diferentes actitudes y valores que enunciábamos en los objetivos.

Con este popurrí de deportes pretendemos acercar a los chavales un amplio abanico para que conociendo lo más básico de cada deporte puedan animarse a practicar alguno de manera más específica. Al variar tanto de deporte conseguimos no caer en la monotonía ni el aburrimiento de hacer siempre lo mismo y mantenemos la motivación de los chavales gracias a la novedad de cada clase.

4. CONTENIDOS

- Exposiciones teóricas
- Calentamientos.
- Jugadas ensayadas.
- Simulación de sistemas de juego.
- Simulación de estrategias y tácticas
- Realización de partidos.

5. ACTIVIDADES - PROGRAMACIONES

- Voleibol
- Balonmano.
- Béisbol.
- Bádminton.
- fútbol-sala.
- Baloncesto.
- Deportes alternativos (unihoc, intercross, balonkorf, mazaball, indiaka, frisbigol, rugbyto...).