



Nom de l'esport: Fútbol Sala

Objectius generals de l'activitat:

- Fomentar el treball en equip.
- Acceptar i conèixer les normes del joc.
- Gaudir de l'activitat esportiva.
- Aprendre les habilitats motrius específiques pròpies de l'esport.
- Respectar els companys i entrenadors de l'equip.
- Tenir cura del material.
- Treballar l'aprenentatge amb la diversió.
- Treballar i aplicar coneixements més específics d'aquet esport.

Calendari anual d'activitats:

- Entrenament dos cops setmanals i partit al cap de setmana.

Horaris:

1er i 2on d' ESO:

Dimecres de 17:00 a 18:30 h i Divendres de 18:45 a 20:00h

Metodologia de treball:

- El monitors responsables dels alumnes d'Educació Secundària estaran esperant els nens a la pista coberta d'entrenament mentre preparen les porteries i exercicis que es duran a terme.
- L'inici de l'activitat consistirà en exercicis d'escalfament i preparació física.
- Tot seguit, es passarà a realitzar activitats i exercicis més concrets en la tècnica que es vulgui desenvolupar al llarg de la sessió.
- Finalment, hi haurà temps per fer partidets on aplicar els diferents exercicis de l'entrenament que s'han après i practicar jugades i tècniques preparatòries per al següent partit de competició.

Normes de funcionament de l'activitat:

- Caldrà que els nens i nenes portin roba còmoda per fer les activitats, estil xandall, samarretes de cotó, etc. Farem activitats de moviment i requereix que estiguin còmodes per tal de fer- ho. Si podem venir canviats millor, sinó hi ha un vestuari equipat per canviar-se i dutxar-se.
- L'entrenador en cap cas s'hauria de fer responsable de canviar els nens, ja que això alenteix l'activitat i disminueix la qualitat del funcionament de l'entrenament.
- La classe és d'una hora i mitja: 17:00h a 18:30h o de 18:45h a 20:00 h– 20:15h
- Respecte al comportament dels alumnes no exigim un comportament 10, però volem que se sentin interessats i motivats per les activitats i que respectin als companys i als monitors. Si aquesta norma no es compleix es parlarà amb la família o, si el comportament és molt negatiu, se'ls sancionarà d'alguna manera acordada amb la família, responsables dels extraescolars esportius i el monitor, per tal que el nen o nena es prengui les normes més seriosament.



- Les famílies tindran contacte amb el monitor per parlar de coses que els preocupen o coses que els interessin tant personalment, si és un cas especial i individual, o a través d'un delegat/da que col·lectivament li comentarà al monitor les propostes que tenen les famílies.

Aspectes a destacar de l'activitat:

- És una activitat que ofereix més bagatge motriu al nen, com són les habilitats referents a l'esport en concret.
- Ofereix paral·lelament un treball de cohesió de grup, on han d'aprendre i respectar decisions d'uns i altres.
- Cal destacar l'esperit lúdic de l'activitat esportiva sense donar molta importància als resultats.

Material necessari:

- Botes de futbol sala (sola llisa), roba còmode, "espinilleres", mitgetes i guants per al porter.