

TIPO DE ESPACIO AL QUE CORRESPONDE EL PLAN TALLER

NOMBRE DEL ESPACIO

Educación Física

PRIMER BIMESTRE

NOMBRE DEL PLAN:

FUTBOL 1

DURACIÓN

8 clases (Primer Bimestre – Cuatrimestre)

SINOPSIS:

En este plan aprenderás a jugar e introducirte en las técnicas y tácticas básicas propias del deporte (juegos predeportivos, trasladar la pelota con ambos pies, pase-recepción, remates, defensa y ataque).

CONTENIDOS:

A lo largo de este plan aprenderás:

- Conducción
- Pase-recepción
- Remates

OBJETIVOS:

Se espera que logres:

- Reconocer la importancia de la actividad física para el desarrollo de un estilo de vida saludable y el uso del tiempo libre.
- Contemplar la correcta alineación postural y el valor de la entrada en calor para el cuidado de sí mismo en diferentes tareas, ejercicios y juegos.
- Resolver situaciones del juego y del deporte con empleo adecuado de habilidades motoras y organizaciones tácticas, logrando acuerdos sobre roles, espacios y reglas.
- Cuidado del propio cuerpo y del otro.

PUNTO DE PARTIDA

En esta etapa, te contaremos algunas de las principales normas y principios que conforman a esta actividad deportiva, ofreciéndote, la posibilidad de poder interactuar con tus pares y desarrollar algunas de las habilidades básicas necesarias para poder llevar adelante el juego.

RECURSOS

Pelotas, conos, cancha adaptada al deporte, aros

ACTIVIDADES

1. **Rondo con conducción:** Similar al rondo tradicional, pero los jugadores deben driblar el balón antes de pasarlo. Fomenta la habilidad de mantener la posesión mientras se trabaja en el control.
2. **conducción con Defensores:** Delimita un área donde un jugador driblea mientras otros intentan robarle el balón. El jugador debe utilizar técnicas de conducción para evitar a los defensores.
3. **Slalom de Conos:** Coloca una serie de conos en línea y pide a los jugadores que driblen a través de ellos lo más rápido posible, tratando de mantener el control del balón.

4. **Carrera de Relevos de conducción:** Divide a los jugadores en equipos y crea un circuito de conducción. Cada jugador debe driblar el balón hasta el final del circuito y regresar para pasar el balón al siguiente.
5. **1 vs 1 en Espacio Reducido:** En un área pequeña, dos jugadores se enfrentan, uno es el atacante y el otro el defensor. El atacante debe intentar avanzar con el balón utilizando conducción para superar al defensor.
6. **Mini-Partido con conducción Obligatorio:** Juega un mini-partido en el que todos los jugadores deben hacer al menos un regate con el balón antes de pasar. Esto fomenta el uso de la conducción en situaciones de juego.
7. **Conducción en Línea con Tiro:** Los jugadores conducen en línea recta para llegar a un cono y luego deben disparar a puerta. Esto ayuda a combinar la conducción con la finalización efectiva.

Estos ejercicios y juegos ayudarán a mejorar la habilidad de conducción de los jugadores y a aplicar esas habilidades en situaciones de juego.

INDAGACIÓN

En base a lo visto, se seguirá investigando sobre los distintos juegos que se jueguen con el traslado de la pelota y nos sirvan de ayuda para mejorar las habilidades propias del fútbol

PRODUCCIÓN

En esta etapa, avanzarás con la práctica de los fundamentos propios del fútbol. de esta forma, podrás elegir, junto a tus compañeros de equipo, algunas de las formas y estrategias de juego, debatir sobre las reglas y hasta arbitrar partidos.

EVALUACIÓN

Pensarán y evaluarán qué aprendieron en el taller, qué les gusto hacer, qué les costó más.

¿Les costó ejecutar alguna técnica de juego? ¿Cuál fué la más difícil? ¿Te quedaste con alguna duda sobre lo visto hasta el momento? ¿En qué momento se sintieron más incómodos? ¿Pudieron modificar algo como equipo, desde el inicio del taller? ¿Pudieron ponerse de acuerdo para jugar? ¿Cómo se vincularon entre ustedes? ¿Pudieron resolver las consignas en forma grupal? -Dominio del pase y la recepción

-Traslado de pelota con obstáculos

-Remate con pelota quieta y en movimiento

-Juego en equipo.

-Ubicación dentro del terreno de juego.

-Interacción con sus pares durante el juego.



SEGUNDO BIMESTRE

NOMBRE DEL PLAN:

FUTBOL 1

DURACIÓN

8 clases (Segundo Bimestre – un cuatrimestre)

SINOPSIS

En este plan formativo el estudiante no solo aprenderá a jugar, sino que se introducirá de manera progresiva y estructurada en los fundamentos técnicos, tácticos y estratégicos propios del deporte, comprendiendo su lógica interna, sus principios de juego y la toma de decisiones en situaciones reales.

A través de juegos predeportivos y situaciones contextualizadas, se favorecerá el desarrollo de habilidades motrices específicas, tales como la conducción y traslado de la pelota con ambos pies, el pase y la recepción en movimiento, los remates en distintas posiciones y trayectorias, así como los principios básicos de defensa y ataque (marcaje, desmarque, ocupación de espacios, apoyo y cobertura).

El proceso didáctico integrará progresiones metodológicas que permitirán evolucionar desde ejercicios analíticos hacia situaciones globales de juego, promoviendo la coordinación, la percepción espacial, la anticipación, la cooperación y la resolución de problemas tácticos. Asimismo, se fomentarán valores como el trabajo en equipo, el respeto por las reglas y la comunicación efectiva dentro del campo de juego.

De esta manera, el plan no solo apunta al dominio técnico, sino también al desarrollo cognitivo, social y estratégico del estudiante dentro de un marco lúdico, formativo y participativo.

CONTENIDOS

A lo largo de este plan aprenderás:

- Conducción
- Pase-recepción
- Remates



- Desplazamientos
- Fintas
- Desmarques

OBJETIVOS

Se espera que logres:

- Reconocer la importancia de la actividad física para el desarrollo de un estilo de vida saludable y el uso del tiempo libre.
- Contemplar la correcta alineación postural y el valor de la entrada en calor para el cuidado de sí mismo en diferentes tareas, ejercicios y juegos.
- Resolver situaciones del juego y del deporte con empleo adecuado de habilidades motoras y organizaciones tácticas, logrando acuerdos sobre roles, espacios y reglas.
- Cuidar tu propio cuerpo y el del otro.

PUNTO DE PARTIDA

En esta etapa, profundizaremos las normas y principios que conforman a esta actividad deportiva, ofreciendo, la posibilidad de poder interactuar con tus pares y desarrollar las habilidades necesarias para poder llevar adelante el juego.

RECURSOS

Pelotas, conos, cancha adaptada al deporte, aros

ACTIVIDADES

1. REMATE

Actividad 1: Finalización combinada

Objetivo: Remate tras secuencia colectiva.

Organización: 3 atacantes vs 2 defensores + arquero.

Desarrollo:

Se exige un mínimo de 3 pases antes de rematar. El remate debe realizarse en zona delimitada. Se evalúa: perfil corporal, precisión y elección del momento oportuno.

Variante:

Remate obligatorio con pierna no dominante en segunda ronda.

Actividad 2: Remate bajo presión temporal

Objetivo: Mejorar velocidad de decisión.

Desarrollo:

El jugador recibe pase de espaldas al arco con un defensor cercano. Tiene máximo 4 segundos para girar y rematar.

Progresión: defensor activo desde el inicio.

2. FINTA

Actividad 1: 1 vs 1 + apoyo ofensivo

Objetivo: Aplicar finta según lectura del defensor.

Organización: Espacio de 12x15 metros.

Desarrollo:

Atacante enfrenta defensor. Puede elegir resolver individualmente o combinar con apoyo externo tras realizar una finta previa.

Se refuerza: cambio de ritmo, engaño corporal real y protección del balón.

Actividad 2: Superioridad condicionada

Objetivo: Uso estratégico de la finta.

3 vs 3 en espacio reducido.

Regla: El equipo solo puede rematar si previamente un jugador ejecutó una finta efectiva. Favorece la creatividad y la ruptura defensiva.

3. DESMARQUE

Actividad 1: Desmarque de apoyo y ruptura

Objetivo: Diferenciar tipos de desmarque.

Organización: 4 atacantes vs 3 defensores.

Desarrollo:

El equipo atacante debe alternar:

- Desmarque de apoyo (acercarse al poseedor).
- Desmarque de ruptura (a espalda del defensor).

Se otorga puntaje extra si el gol proviene de una ruptura bien ejecutada.

Actividad 2: Juego por zonas

Objetivo: Ocupar racionalmente los espacios.

Campo dividido en 3 zonas.

El balón debe pasar por cada zona mediante desmarque antes de finalizar. Se enfatiza movilidad constante y temporización.

ACTIVIDAD INTEGRADORA FINAL

Partido condicionado de aplicación táctica

Reglas especiales:

- Gol tras finta exitosa: 2 puntos.
- Gol tras desmarque de ruptura: 2 puntos.

- Gol tras secuencia colectiva de 4 pases: 2 puntos.

INDAGACIÓN

- ¿ ☐ ¿Qué estrategias funcionan mejor y por qué?
- ¿ ☐ ¿Cómo influye la comunicación en el resultado?
- ¿ ☐ Análisis grupal post juego.

PRODUCCIÓN

- Diseño grupal de una jugada simple.
- Organización de fixture y roles arbitrales.

EVALUACIÓN

Pensarán y evaluarán qué aprendieron en el taller, qué les gusto hacer, qué les costó más. ¿les costó ejecutar alguna técnica de juego? ¿Cuál fue la más difícil? ¿te quedaste con alguna duda sobre lo visto hasta el momento? ¿En qué momento se sintieron más incómodos? ¿pudieron modificar algo como equipo, desde el inicio del taller? ¿Pueden ponerse de acuerdo para jugar? ¿Cómo se vincularon entre ustedes? ¿pudieron resolver las consignas en forma grupal?

- Dominio del pase y la recepción
- Traslado de pelota con obstáculos
- Remate con pelota quieta y en movimiento
- Juego en equipo.
- Ubicación dentro del terreno de juego.
- Interacción con sus pares durante el juego.

