

PROCESO DE ENSEÑANZA DE POLIDEPORTE

CURSO ESCOLAR: 2016/2017



1. Objetivo general de la actividad:

- Ofrecer al alumno/a una actividad lúdica y placentera en la que ocupar su tiempo libre.
- Mejorar las capacidades de coordinación con la adquisición de nuevas habilidades específicas.
- Mejorar el desempeño de las capacidades funcionales del alumno/a, desarrollando asimismo conductas deseables que faciliten la integración social del alumno/a.
- Adquirir un conocimiento básico del deporte adaptado.
- Favorecer la práctica deportiva en competiciones adecuadas a sus características.

2. Capacidades a desarrollar por el alumno (objetivos específicos):

- Que el/la alumno/a sea capaz de ...
 - Adquirir unos fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios básicos, (Conocimiento del deporte adaptado)
 - Fomentar una habilidad y una destreza motriz básica para la práctica deportiva en silla de ruedas. (manejo básico de la silla de ruedas y movilidad ambulatoria, según los casos).
 - Conocer y desarrollar hábitos deportivos básicos. (calentamiento inicial y relajación final).

3. Aspectos metodológicos:

La dinámica de las sesiones se desarrolla a través de una rutina básica con el fin hacer más fluida la sesión, dividimos la sesión en un calentamiento, en el cual pretendemos activar a nuestros alumnos y preparar para la siguiente parte, que es la parte principal y donde se desarrolla los ejercicios y contenidos importantes, para finalizar con una vuelta a la calma donde pretendemos que nuestros alumnos bajen pulsaciones y se relajen.

En la parte principal de la sesión, realizaremos ejercicios (juegos) de adaptación (pruebas de habilidad) para lograr una habilidad básica en su coordinación. (Movilidad, funcionalidad, etc.). Además es interesante destacar que dada la edad y la heterogeneidad de estos grupos, casi toda la actividad va dirigida a los juegos y el desarrollo de habilidades motrices.

4. Aspectos de la Evaluación:

A lo largo del trimestre se irá observando a los alumnos en las diferentes tipos de tareas que se les mande para anotar, corregir y modificar aspectos a mejorar de la práctica deportiva de esta actividad, al mismo tiempo que se considerará si con los ejercicios llevados a cabo se está contribuyendo al enriquecimiento total de la persona.