

PROCESO DE ENSEÑANZA DE POLIDEPORTE

CURSO ESCOLAR: **2018/2019**

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 de la persona, 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/la alumno/a (objetivos específicos):

Que el/la alumno/a sea capaz de ...

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDOS O TAREAS
Adquirir unos fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios básicos, con el fin que conozca con mayor profundidad el deporte que practica.	Repaso y aplicación del reglamento. Ejercicios que faciliten la asimilación del mismo
Fomentar una habilidad y una destreza motriz básica para la práctica en silla de ruedas o ambulante	Ejercicios de desplazamiento con y sin balón Ejercicios de pases Ejercicios de lanzamientos
Conocer y desarrollar hábitos deportivos básicos (calentamiento inicial y relajación final).	Desarrollo de la sesión remarcando la importancia de cada una de las fases

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 al alumnado 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 el grupo baje pulsaciones y se relaje.

En la parte principal de la sesión, realizaremos ejercicios (juegos) de adaptlón (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 al alumnado en los 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.