
	SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL I.E. GIMNASIO GRAN COLOMBIANO	PAG 1	
	GESTION DE CALIDAD PROCESO DE APOYO BIBLIOGRAFICO Y EDUCATIVO	A-BE-GS-2	
	GUIA DE APRENDIZAJE	V1 MAR. 2021	

ÁREA(S): EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE, RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NIVEL: BACHILLERATO

GRADO: SEPTIMO

FECHA DE PUBLICACIÓN: 07 MAYO 2021

FECHA DE ENTREGA: 21 MAYO 2021

OBJETIVO: Potenciar la participación de los jóvenes a la práctica del fútbol de salón. Mejorar sus habilidades técnicas en este deporte y las capacidades físicas requeridas del mismo por medio de su práctica continua.

ESTÁNDAR: Los estudiantes Desarrollan positivamente los valores educativos y el trabajo en equipo, por medio del fútbol de salón y del conocimiento de sus reglas, y generalidades para su práctica.

COMPETENCIA: Generalidades deportivas.

DBA: Utiliza el fútbol de salón como herramienta para mejorar el trabajo en equipo y el desarrollo propio del juego para crear situaciones puntuales de destreza mental y física en su optima practica.

RESULTADO DE APRENDIZAJE ESPERADO: Comprende las características, fases y partes del juego en su desarrollo, y ejecuta de manera precisa los gestos técnicos del fútbol de salón a partir de la práctica del mismo.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA: El fútbol sala, fútbol de salón, fustal o microfútbol es un juego donde cada equipo debe estar compuesto por 5 jugadores en los que debe haber un arquero en cada equipo, el juego consiste en introducir la pelota en un arco protegido por el arquero del equipo contrario quien tratará de evitar que la pelota entre en el arco.

Surgió inspirado en otros deportes como el fútbol, que es la base del juego; el balonmano; y otros más como waterpolo; y el baloncesto; tomando de estos no solo parte de las reglas, sino también algunas tácticas de juego.

Aunque inicialmente estuvo regido por la Federación Internacional de Fútbol de Salón (FIFUSA), hoy existen dos entes mundiales: la sucesora directa de la anterior, llamada Asociación Mundial de Fustal (AMF), y la FIFA.

Dos de las principales normas, a diferencia del fútbol profesional y al igual que en el fútbol playa, aquí no existe el fuera de juego y el arquero puede ser un jugador más dentro de su terreno de juego.

ACTIVIDAD A DESARROLLAR: Realice cada uno de los ejercicios con su correspondiente secuencia, cambios de lado y de extremidad utilizada, con una duración de dos (2) series de quince (15) repeticiones cada uno, y responda el cuestionario adjunto.

RUTINA DE EJERCICIOS SEMANAL

Día 1



Femorales

Glúteos

Hombros

Cardio

Día 2



Espalda

Triceps

Biceps

abdominales

Día 3



Cuadriceps

Pantorrillas

Aductores

Abdominales

CRITERIO(S) DE EVALUACIÓN:

1. Realice un dibujo del campo de futbol de salón con sus medidas correspondientes según la AMF.
2. Dibuje los materiales necesarios para la práctica del futbol de salón (balón, arcos, calzado, canilleras etc.).
3. Haga una breve reseña de la historia del futbol de salón en Colombia.
4. Realice la evidencia fotográfica de su rutina los ejercicios.

“TODA GUÍA PRESENTADA DEBE CONTENER LOS DATOS COMPLETOS DEL ESTUDIANTE Y ENVIADA SOLAMENTE A TRAVES DE LOS MEDIOS OFICIALES”

DATOS DEL DOCENTE: Javier Arturo Chinome Jiménez

Dirección electrónica de envío de la guía de los estudiantes al docente: javier.chinome@gimnasiograncolombiano.edu.co o classroom.