

SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Unidad Didáctica de Microenseñanza (Alumno-Profesor)

CONTENIDO PRINCIPAL DE LA SESIÓN: Fútbol Sala - Baloncesto - Balonmano - Voleibol - Bádminton

CURSO: 1º Bachillerato A - B

FECHA DE LA SESIÓN:

OBJETIVOS: Mejorar en el aprendizaje, dominio y conocimiento de las acciones técnicas y tácticas básicas del deporte en cuestión mediante ejercicios y juegos desde un punto de vista lúdico.

MATERIAL A UTILIZAR:

NÚMERO DE ALUMNOS QUE RECIBIRÁN LA SESIÓN:

INSTALACIONES NECESARIAS:

ALUMNOS PROFESORES Y SU FUNCIÓN DENTRO DEL GRUPO:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

TIPS / CONSEJOS

para el diseño de una Sesión de Educación Física eficiente

TEN EN CUENTA LOS **OBJETIVOS** FINALES DE TU SESIÓN, Y QUE CADA JUEGO ES COHERENTE PARA ALCANZARLOS.

CUIDA LAS **PROGRESIONES** DE LAS ACTIVIDADES, SIEMPRE DEBEN IR DE LO MÁS FÁCIL A LO MÁS DIFÍCIL.

LLEVA UN CONTROL DEL **TIEMPO** DE CADA EJERCICIO PARA QUE SE AJUSTE A LA SESIÓN, TEN EN CUENTA LOS TIEMPOS PERDIDOS.

AJUSTA EL **NIVEL DE DIFICULTAD** DE DEL EJERCICIO A LA REALIDAD DEL NIVEL DEL GRUPO DE ALUMNOS.

PREPARA CON ANTERIORIDAD Y CONTROLA LAS **INSTALACIONES Y EL MATERIAL** DURANTE LA SESIÓN, EXPLICA NORMAS DE SEGURIDAD.

LAS **EXPLICACIONES**, LO MÁS **CORTAS Y FÁCILES** DE ENTENDER POSIBLES. HAZ DE MODELO ANTES Y CORRIGE DURANTE.

EXPLICA EL JUEGO CON CLARIDAD, CAPTA LA ATENCIÓN DEL ALUMNADO Y **TRANSMITE ILUSIÓN Y SEGURIDAD**.

HAZ **AGRUPACIONES** FÁCILES O EN PROGRESIÓN, APROVECHA LOS GRUPOS YA CONFORMADOS.

TEN EN CUENTA LAS **DIFICULTADES** QUE PUEDE ENTRAÑAR CADA ACTIVIDAD Y PREVEE AQUELLO QUE PUEDE SALIR MAL.

TEN EN CUENTA **VARIANTES** A LOS JUEGOS PARA NO IMPROVISAR SOBRE LA MARCHA, PERO SI PARA PODER RECONducIR EL JUEGO.

PERSIGUE QUE EXISTA EL MAYOR **TIEMPO** POSIBLE **DE JUEGO** Y EL MENOR TIEMPO POSIBLE DE TIEMPO PARADO CON EXPLICACIONES.

CONSIGUE SIEMPRE QUE SE **DIVIERTAN** CON CADA PROPUESTA PARA CONSEGUIR QUE ESTÉN **MOTIVADOS**.

Nº TAREA Y DURACIÓN	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD <i>y su Representación Gráfica</i>	MATERIAL Y CUESTIONES IMPORTANTES
	CALENTAMIENTO <i>General y Específico</i>	

Nº TAREA Y DURACIÓN	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD <i>y su Representación Gráfica</i>	MATERIAL Y CUESTIONES IMPORTANTES
	PARTE PRINCIPAL <i>Ejercicios/Juegos/Circuito</i>	

--	--	--

Nº TAREA Y DURACIÓN	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD <i>y su Representación Gráfica</i>	MATERIAL Y CUESTIONES IMPORTANTES
	VUELTA A LA CALMA <i>Juegos/Reflexión/Estiramientos</i>	

--	--	--

TEST DE AUTOEVALUACIÓN <i>¿Qué calificación le pondría a vuestra sesión de 1 a 10?</i>					
COHERENCIA Y PROGRESIÓN DE LOS EJERCICIOS		COMUNICACIÓN, CORRECCIONES Y CONTROL DE LA CLASE		CONTROL DEL MATERIAL, INSTALACIÓN Y AGRUPAMIENTO	
CREATIVIDAD Y ORIGINALIDAD DE LAS PROPUESTAS		APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO DE CLASE		GRADO DE DIVERSION Y MOTIVACIÓN	