

14 | TALLER DE FÚTBOL AMERICANO



INTRODUCCIÓN:

Somos el Club de Fútbol Americano El Puerto Seagulls de El Puerto de Santa María.

Con este taller queremos fomentar y dar a conocer este deporte tan poco conocido y en auge en este país.

El Fútbol Americano es el deporte más popular de Estados Unidos, fomenta el compañerismo y la disciplina entre jugadores, convirtiéndose en una gran familia.

El equipo se compone de tres partes: ataque, defensa y equipos especiales, por eso, son equipos muy numerosos llegando a unos 50 jugadores y 8 entrenadores a nivel profesional.

El Fútbol Americano es un deporte de contacto, aunque existe una modalidad sin contacto llamado Flag Fútbol.

El taller lo impartirán jugadores y entrenadores del equipo con colaboración del profesorado de cada centro.



OBJETIVOS:

- Dar a conocer el deporte.
- Disfrutar de este deporte y aprender un deporte alternativo a los tradicionales.
- Fomentar el compañerismo y la disciplina, que es una de las bases de este deporte.
- Captación de jugadores/as.



CONTENIDO:

- El aprendizaje motor ejecutando una serie de movimientos específicos a la hora de practicar el deporte
- Justificación de la necesidad de reglas y normas en la práctica de juegos y deportes como el Flag Fútbol.
- Práctica de juegos regulados y adaptados que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnico/tácticos y las estrategias de ataque y defensa comunes a los diferentes deportes.
- Realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos y tácticas del deporte.



METODOLOGÍA:

Se realizará una sesión doble de 2 horas.

- Primera sesión, división en grupo con método deductivo.
- Segunda sesión, será grupal con un método inductivo.



DESARROLLO:

Primera sesión: Se realizará previamente un calentamiento, indicado por los monitores.

El desarrollo de la sesión consistirá en un circuito con varias estaciones, donde el alumnado aprenderá las distintas técnicas y posiciones que hay en un equipo de fútbol americano, para así después ponerlo en práctica en la siguiente sesión.

Segunda sesión: Se harán entre 3 y 4 equipos (según el número de alumnos) y se hará una adaptación de un partido para que practiquen lo aprendido.

Previamente se dará una pequeña explicación de normas que se van a utilizar, adaptando algunas para que sea más dinámica la actividad.



DESTINATARIOS:

Fútbol Americano:

Alumnos de 4º ESO y Bachillerato.

Flag Fútbol:

Alumnos de 1º, 2º y 3º ESO.



RECURSOS:

El Club pondrá todo el material necesario para la realización del Taller.

**LUGAR:**

Se realizará en las instalaciones de la Ciudad Deportiva Rafael Sánchez.

**HORARIOS:**

Establecido por el profesorado responsable de los cursos.

**COSTE:**

Esta actividad es gratuita. No incluye desplazamiento.

**CONTACTO:**

Persona de contacto: Iván Vila Iglesias

Correo electrónico: seagullspuerto@gmail.com

Teléfono: 609 069 867