



Universidad Nacional de La Matanza

Florencio Varela 1903 - San Justo - Buenos Aires - Argentina

DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

CARRERA: PROFESORADO EDUCACIÓN FÍSICA

Programa de la Asignatura: Softbol 2012(CURSADA ANUAL)

Cátedra: Softbol

Prof. Titular

Prof. Adjunto: Lic. Alvarez Destefanis, Elizabeth Viviana

Jefe de Trabajos Prácticos

Auxiliar de 1º: Prof. Gauna, Silvia

Auxiliar de 1º: Prof. Guzmán Eric

Carga Horaria: dos horas semanales de cursada anual.

1) Fundamentación

El Softbol es un deporte de conjunto, acíclico y explosivo, que posee una serie de características que lo distinguen de otros deportes de conjunto, por ejemplo, está bien diferenciado el equipo que ataca del que defiende; y es este último quien tiene la posesión de la pelota.

Al igual que el Criquet y el Beisbol, son los únicos deportes con pelota en donde los “tantos” o “entradas” son marcados por el jugador y no por la bola.

Es un deporte con escaso contacto personal; que requiere habilidades técnicas específicas y distintas para el ataque y la defensa y que, en las diferentes

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

situaciones presenta una marcada desproporción numérica entre atacantes y defensores.

Se lo conoce como el “Ajedrez de los Deportes” dado que, ante cada jugada, la defensa debe prever una situación distinta para resolver. Es por ello que la práctica de este deporte permite ejercitar las reacciones mentales de niños, jóvenes y adultos cada vez que deben resolver rápidamente las intrincadas situaciones que, en este juego, se repiten permanentemente.

Al ser un deporte colectivo, educa el sentido de cooperación en razón de que, tanto las acciones ofensivas como las defensivas requieren, por regla general, de la participación activa de varios de los integrantes de cada equipo.

Es un juego alegre y activo, con lapsos de descanso, que obliga a cada uno de los participantes a brindar una apreciable actividad física y mental.

Físicamente ofrece a cada jugador la posibilidad de correr, golpear, saltar, tirar, arrojarse deslizándose al ras del suelo, etc.

Obliga a perfeccionar la dirección cuando se arroja la pelota, y desarrolla valencias psicológicas como el valor y la audacia.

Ofrece la ventaja de poder ser practicado por niños, jóvenes y adultos de ambos sexos; convirtiéndose así en un deporte para toda la familia, quienes encontrarán en él un nuevo espacio para compartir, comunicarse y disfrutar del tiempo libre.

A pesar de todo ello, y de ser el Softbol un deporte en constante crecimiento en la Argentina, no es masivamente conocido en nuestro país y no goza tampoco del apoyo de los medios y programas de comunicación deportiva.

Nos proponemos desde la Cátedra de Softbol brindarle a los futuros profesores de Educación Física las herramientas necesarias para poder aprender y posteriormente enseñar, dirigir y planillar este deporte tan complejo.

2) Objetivos Estructurales

Lograr que el alumno:

- **Incremente sus capacidades físicas en función de las diversas técnicas (formación físico técnica).**
- **Concrete, a través de un marco referencial teórico con apoyatura de diversos elementos prácticos, una correcta técnica de ejecución (educación del movimiento)**
- **Propenda a la búsqueda del estilo adecuado en función de un patrón técnico (creatividad).**
- **Alcance niveles mensurables (rendimiento acorde a los niveles de ejecución técnica).**
- **Integre contenidos técnicos , tácticos y reglamentarios que le permitan desarrollar el deporte y transmitirlo en su carrera docente**

3) Unidades Didácticas

3.a) Contenidos Temáticos por Unidad Didáctica

UNIDAD DIDÁCTICA I: Generalidades

Origen y desarrollo del Softbol en la Argentina y en el mundo.

Generalidades, idea del juego.

Instalaciones y elementos para el juego.

Precauciones a tener en cuenta durante el desarrollo de las clases (autodisciplina), para evitar lesiones y accidentes.

El juego de Softbol: aprendizaje constructivo de iniciación al deporte propiamente dicho.

Reglamento: se desarrollará durante la cursada a medida que vayan surgiendo las situaciones de juego.

Arbitraje y planillaje se practicará durante los partidos que se realicen en las clases y como Trabajos Prácticos en un Torneo interno y en torneos interinstitutos.

UNIDAD DIDÁCTICA II: Técnica individual general

Toma de la pelota.

Lanzamientos (asistencias): sobre hombro, bajo hombro, bajo cadera y péndulo.

Fildeo (recepción de una pelota bateada), de rolling (rodando) frontal y lateralizado. Fildeo Normal, agresivo y seguro; de fly (aire). Recepción de un pase.

Bateo: elección y toma del bate. Ubicación del bateador. Pre “swing” y “swing”. Fongueo. Bateo de poder, de contacto y corrido. “Bunt”: toma del bate, armado, cuadrarse, toque sorpresa, toque de sacrificio y toque corrido.

Formas de correr las bases: una, más de una; pisar las bases. “Slide”:

Técnica de slide cruzado.

UNIDAD DIDÁCTICA III: Técnica individual especial

Pitcheo (lanzamiento): péndulo, y molino.

Lanzador: características individuales, ubicación, tipos especiales de lanzamientos (“drop”, trepadora, recta y curva), entrenamiento específico, cubrimiento del campo.

Receptor: características individuales, ubicación, técnica de recepción y bloqueo, cubrimientos, fildeo de toques y de “pop fly”.

Jugadores del cuadro (Primera, Segunda, Tercera Base y “Short–Stop”): características individuales, ubicación en el campo y en las bases, cubrimientos, entrenamiento específico.

Jugadores del campo (“Fielders”): características individuales, ubicación, cubrimientos, desplazamientos.

UNIDAD DIDÁCTICA IV: Táctica de conjunto

Principios de defensa: ubicación de los jugadores, cubrimientos, asistencias, eliminación simple y doble, encerronas. Marcación, cadena y corte.

Chequeo, amague y amarre.

Principios de ataque: turno al bate, señas (libre, esperar, toque, robo, toque y robo, “hit and run”, bateo de sacrificio.

3.b) Bibliografía Específica por Unidad Temática

Reglamento de Softbol y apuntes de la Cátedra en todas las unidades temáticas

4) Bibliografía General

*** Apuntes de la Cátedra.**

*** Reglamento Oficial de Softbol.**

*** Vera, Alberto: Metodología de la enseñanza del softbol, Editorial AMIBEF, Buenos Aires**

***Victor Centurión y Eduardo Sabaté: Softbol: técnica y estrategia.**

*** Juan Vistuer V aldés: Beisbol: la acción de batear. La Habana: Editorial Científico-Técnico.**

- Softbol en la Escuela. Federación Internacional de Softbol. Publicación online.

Cronograma de Actividades

- 1- 13/04: Presentación de la Asignatura. Régimen de cursada. Características básicas del deporte. Powerpoint de presentación.**
- 2- 20/04: Uso del guante de Softbol. Técnica de recepción. Juegos predeportivos. Juego de iniciación al Softbol: tee ball a una base.**
- 3- 27/04: Pase de hombro: proceso metodológico. Ejercicios y correcciones. Juego de iniciación: tee ball a una base por inning.**
- 4- 4/05: Fildeo de Rolling frontal: proceso de aproximación a la técnica. Detección y corrección de errores. Juego de iniciación: tee ball a dos bases.**
- 5-11/05: Fildeos lateralizados hacia el lado del guante y hacia el lado contrario al guante. Juego de iniciación: tee ball a dos bases. Desplazamientos y cubrimientos de los jugadores de 1ª y 2ª base, utilizando las técnicas sobre 1ª y 2ª base.**
- 6- 18/05: Fildeo seguro y agresivo. Fongueo con una y dos manos. Fildeos de rolling y fly con fongueo. Ejercicios de corrección y ajuste técnico. Juego de iniciación: juego a dos bases con fongueo.**
- 7- 01/06: Pase bajo hombro. Fildeo y asistencias. Drilles de fildeo y asistencia en el infield. Juego de iniciación: juego a 2 bases con fongueo.**
- 8- 08/06: Slide. Proceso metodológico. Técnica de slide cruzado. Juego de iniciación: juego a 2 bases con la incorporación del Pitcher y el Catcher.**
- 9- 15/06 Encerrona entre 1ª y 2ª. Juego de iniciación: juego a 3 bases con la incorporación del Pitcher y el Catcher.**
- 10- 22/06 Doble play por segunda. Juego a tres bases.**
- 11- 29/06: Doble play por el short. Juego anotando carreras en Home.**
- 12- 06/07: 13- 13/07: Parcial práctico**
- 13- 13/07: Parcial práctico**
- 14- 20/07: Parcial teórico.**
- 15- 24/08: Planillaje. Line up.**
- 16- 31/08: Toque: procesos metodológicos para toque de sacrificio y toque sorpresa. Juego.**

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

- 17- 07/09: Fildeo de toques: cubrimientos y movimientos defensivos. Juego.
- 18- 14/09: Técnica de bateo de poder: generalidades. Ejercicios metodológicos para el accionar de piernas. Juego.
- 19- 21/09: Bateo: Ejercicios metodológicos para el swing sobre tee. Juego
- 20- 28/09: Bateo: ejercicios de coordinación técnica con pelotas de telgopor. Juego
- 21- 05/10: Bateo: coordinación con pelotas bombeadas colgadas y lanzadas. Corrección de errores. Juego
- 22- 12/10: Torneo interno de Softbol.
- 23- 19/10: Pitcheo: lanzamiento rápido (“windmill”), procesos metodológicos. Juego.
- 24- 26/10: Pitcheo: lanzamiento rápido, procesos metodológicos. Errores y formas de corregirlos. Juego.
- 25- 02/11: Parcial teórico.
- 26- 09/11: Parcial práctico.
- 27- 16/11: Parcial práctico.
- 28- 23/11: Recuperatorios teóricos.
- 29- 30/11: Recuperatorios prácticos
- 30- 07/12: Cierre de actas

6) Modalidades del proceso de orientación del aprendizaje

Las clases se dictarán con las siguientes técnicas de enseñanza: exposición, demostración, situación problema, enseñanza recíproca, situación exploratoria y técnicas grupales.

El desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje será teórico práctico, abarcando las referencias históricas, la reglamentación y los procesos didáctico-metodológicos que van desde el juego hasta la competencia formal, adaptado a los diferentes niveles a partir de la Educación Primaria Básica.

7) Modalidad de cursado

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

Durante la cursada el alumno deberá cumplimentar con las evaluaciones teóricas y prácticas previstas por la Cátedra.

Las primeras se realizarán sobre temas dados en clase o estudiados y se desarrollarán en el aula o en el domicilio, con las formalidades de presentación correspondientes.

Las segundas se efectuarán durante competencias de Softbol o drilles aplicativos.

Evaluaciones

Los alumnos serán evaluados en forma teórica y práctica en los siguientes ámbitos de conocimiento: conceptual, procedimental y actitudinal.

En los parciales teóricos se comprobarán los conocimientos básicos (generalmente de información), los conocimientos generales (normalmente de comprensión) y los conocimientos profundos (de aplicación).

En las evaluaciones prácticas, el alumno deberá demostrar el conocimiento de las técnicas y su grado de habilidad para la ejecución de las mismas.

En el ámbito actitudinal: será imprescindible la asistencia del alumno a clase, así como una actitud positiva hacia el aprendizaje, participación activa y respeto e interés en todo el desarrollo de la asignatura.

Se valorará cómo los alumnos van siendo capaces de asumir la iniciativa y la responsabilidad en las distintas actividades (actitud docente), así como el desarrollo de actitudes que potencien la actividad grupal, como la cooperación, la tolerancia y el respeto a las normas establecidas.

8) Régimen de Promoción

El reglamentario de la Universidad Nacional de La Matanza

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio