



ORIENTACIÓN:

MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESOR/A: MARCELA ROLON

CURSO: 2° AÑO

CICLO LECTIVO: 2022

EXPECTATIVAS DE LOGRO:

- identifiquen actividades motrices necesarias para el desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas con base en el principio de individualización;
- produzcan gestos y acciones motrices básicas con intencionalidad comunicativa en situaciones deportivas y en el armado de secuencias gimnásticas o expresivas;
- seleccionen habilidades motrices que favorezcan el desarrollo corporal y la constitución de la autonomía y autoestima;
- interactúen grupalmente con toma de conciencia de su valor para el aprendizaje motor, la elaboración y respeto de normas de convivencia democrática y la construcción de ciudadanía;
- participen, protagónicamente, en actividades motrices en diferentes ámbitos con independencia, responsabilidad y sentido social;
- practiquen juegos deportivos o deportes, con integración de organizaciones tácticas básicas de ataque y defensa, aplicación de técnicas y reglas específicas e interacción grupal cooperativa;
- anticipen posibles situaciones motrices y empleen las habilidades necesarias para la resolución del problema motor que se presenta, en actividades gimnásticas, deportivas, acuáticas, expresivas y en el ambiente natural;
- organicen y desarrollen actividades motrices en el ambiente natural asegurando su protección;
- asuman actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto y cuidado de sí mismo y de los otros en actividades motrices compartidas.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

Serán evaluados numérica y conceptualmente, siguiendo un criterio integral de cada alumno/a, donde se tendrá en cuenta su participación, su disposición para acordar reglas, la valoración del trabajo participativo, la aceptación del triunfo y la derrota, la actitud de solidaridad y deportividad. Se utilizarán los instrumentos necesarios en función al momento del proceso de enseñanza, para lograr objetividad en pruebas que midan capacidades condicionales.

Se tendrá en cuenta la asistencia, comportamiento, cumplimiento de normas, participación, resolución de consignas, respeto, evolución de aprendizajes motores.

La evaluación de los aprendizajes motores, se tratará de un proceso continuo y sistemático, integrado al proceso de enseñanza, que permita obtener información válida y confiable acerca del desempeño motor de los alumnos/as, a partir de la cual, emitir juicios de valor y tomar decisiones pedagógicas adecuadas a cada uno de ellos.



CONTENIDOS:

- Constitución corporal
- La construcción del juego deportivo y el deporte escolar
- La relación con el ambiente
- Conciencia corporal
- La vida cotidiana en ámbitos naturales
- Comunicación corporal
- Habilidades motrices

Resistencia Aeróbica: Trote sostenido (hasta 10" minutos)

Velocidad de Reacción: Partidas de diferentes posiciones ante estímulos auditivos y visuales.

Cambios de dirección (coordinación con elementos).

Fuerza: Trabajos individuales utilizando los diferentes grupos musculares: brazos, piernas, en conjunto con ejercicios enfocados a la zona media del cuerpo

Movilidad Articular: Flexibilidad y estiramientos de diferentes grupos musculares (reconocimiento de los mismos).

Trabajo escrito sobre un tema a confirmar con el docente. "Importancia de la actividad física para la salud", "Alimentación y salud" o "grupos musculares, articulaciones y huesos" "Emociones en el juego" "Reglamento"

Coordinación Visomotora: Handbol y Voleibol: las diferentes técnicas de pase, tiro y recepción, (Combinación con diferentes desplazamientos). Juego reducido, tácticas ofensivas y defensivas.

Juego 7 Vs. 7 Handball y 6 Vs. 6 Voley. Reglamento completo del deporte.