



Instituto Ntra. Sra. de Luján
HH. MM.

PROGRAMA 2017

MATERIA: EDUCACION FISICA

DOCENTE: Alejandro Bullón

CURSO: 4to

DIVISIÓN: A, B, C

CONTENIDOS / UNIDADES:

Unidad Didáctica 1 Concepción de la Educación Física relacionada con la salud

Los conceptos relacionados a la materia. Motricidad, Sociomotricidad, Educación Física, gimnasia, deporte, practicas motrices. Su relación con los hábitos saludables y su incorporación en tiempos constitutivos de crecimiento. La recreación activa y las prácticas escolares y extraescolares.

Unidad Didáctica 2 Una EF para autogestionar el propio estado saludable

Las capacidades motoras y su tratamiento polivalente en secuencias personalizadas para la constitución corporal. La resistencia aeróbica y anaeróbica. Sus diferencias. Los principios de salud, individualización, recuperación, concientización y utilidad. La secuenciación de proyectos personales de formación corporal y motriz. El control del ritmo cardiorrespiratorio. Valoración de las tareas en grupo para organizar, desarrollar y evaluar proyectos de constitución corporal.

Unidad Didáctica 3 Conociendo el deporte dentro y fuera de la Escuela

Los principios para el desarrollo de la constitución corporal. Su aplicación con diferentes objetivos. Las habilidades motrices propias de los diferentes juegos deportivos y deportes seleccionados. La distribución acordada de roles y funciones. Los valores que sustentan las distintas manifestaciones del deporte.

Unidad Didáctica 4 El desempeño motor en la vida cotidiana y el deporte

Las capacidades coordinativas y su ajuste específico. Su implicancia en la vida cotidiana y el deporte. Secuencias corporales sistematizadas e integradas en proyectos de corto plazo para la propia constitución corporal. Los elementos constitutivos de la estructura sociomotriz de los juegos deportivos y deportes (elementos técnicos, tácticos, estrategias y roles, condiciones corporales, emocionales y expresivas).

Unidad Didáctica 5 El deporte no convencional como actividad Socializante

Los juegos deportivos y deportes su construcción solidaria, compartida de sus distintos aspectos y prácticas. Las reglas de juego. Su conocimiento funcional y aplicativo en distintas situaciones. Las habilidades motrices propias de cada actividad deportiva. La observación y corrección recíproca. Interacción y comunicación corporal.

Condiciones para rendir el examen:

- ✓ Presentarse con UNIFORME COMPLETO y LIBRETA de comunicados.
- ✓ Respetar el horario de inicio de la Comisión Evaluadora, con una tolerancia no mayor a 20 min.
- ✓ Presentar carpeta con Trabajos Prácticos Completos. Realizar y aprobar la evaluación escrita ante la Comisión.

Alumnos en situación de No Promoción (por inasistencias) y con promedio final 7 o más:

Núcleos temáticos obligatorios para estudiar:

Unidad Didáctica 1 Concepción de la Educación Física relacionada con la salud

Los conceptos relacionados a la materia. Motricidad, Sociomotricidad, Educación Física, gimnasia, deporte, practicas motrices. Su relación con los hábitos saludables y su incorporación en tiempos constitutivos de crecimiento. La recreación activa y las prácticas escolares y extraescolares.

Unidad Didáctica 2 Una EF para autogestionar el propio estado saludable

Las capacidades motoras y su tratamiento polivalente en secuencias personalizadas para la constitución corporal. La resistencia aeróbica y anaeróbica. Sus diferencias. Los principios de salud, individualización, recuperación, concientización y utilidad. La secuenciación de proyectos personales de formación corporal y motriz. El control del ritmo cardiorrespiratorio. Valoración de las tareas en grupo para organizar, desarrollar y evaluar proyectos de constitución corporal.

Unidad Didáctica 3 Conociendo el deporte dentro y fuera de la Escuela

Los principios para el desarrollo de la constitución corporal. Su aplicación con diferentes objetivos. Las habilidades motrices propias de los diferentes juegos deportivos y deportes seleccionados.. La distribución acordada de roles y funciones. Los valores que sustentan las distintas manifestaciones del deporte.

Condiciones para rendir el examen:

- ✓ Presentarse con UNIFORME COMPLETO y LIBRETA de comunicados.
- ✓ Respetar el horario de inicio de la Comisión Evaluadora, con una tolerancia no mayor a 20 min.
- ✓ Realizar una presentación de un Trabajo Práctico a elección de los realizados en el año