

PROGRAMA

ASIGNATURA: Educación Física

PROFESOR: Natalia Bocanegra

CURSO: 2° DIV 5°

ORIENTACIÓN: Informática

ACUERDOS CURRICULARES DEL ÁREA:

- Desarrollar las capacidades condicionales durante todos los trimestres
- Mejorar las capacidades coordinativas todo el año
- Practicar y mejorar los deportes, vóley, básquet, fútbol y hándbol.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- Mejorar la marca individual en un 10% lo testeado inicialmente
- Mejorar 20 % en el segundo cuatrimestre a lo inicial

Eje I- 1 Cuatrimestre

Identificar y valorar los propios cambios corporales y posibilidades de movimiento, precisión y expresión en prácticas corporales variadas y combinadas.

Reconocer pautas de trabajo colaborativo y cooperativo, de inclusión y disfrute de las prácticas corporales, ludomotrices y deportivas en grupos.

Registro y valoración de la propia condición corporal y motriz y de las sensaciones del esfuerzo percibido.

Eje II - 2 Cuatrimestre

Identificar y valorar los propios cambios corporales y posibilidades de movimiento, precisión y expresión en prácticas corporales variadas y combinadas.

Identificar modos de vida activos y saludables en prácticas frecuentes y seguras, que permitan valorar y mejorar la propia condición corporal y motriz.

Reconocer pautas de trabajo colaborativo y cooperativo, de inclusión y disfrute de las prácticas corporales, ludomotrices y deportivas en grupos.

Experimentación de tareas que involucren distintas capacidades condicionales acordes a la edad, al sexo y a sus propias posibilidades.

Registro y valoración de la propia condición corporal y motriz y de las sensaciones del esfuerzo percibido.

Bibliografía del Profesor

Manual de Actividad Física, Salud y Deportes (ed. Océano)

Entrenamiento deportivo (Grosser)

Reglamentos internacionales de hándbol, básquetbol y vóleybol

Bibliografía del alumno

Apuntes y cuadernillos de la materia existentes en biblioteca o aportados por el docente

Reglamentos internacionales de hándbol, básquetbol y vóleybol.

Firma del Profesor

