

PROGRAMA

ASIGNATURA: Educación Física

PROFESORA: Natalia Bocanegra

CURSO: 4° DIV 3°

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

Saberes:

Comprender el sentido del juego y del deporte resolviendo colectivamente situaciones de incertidumbre y aceptando el resultado como consecuencia de un trabajo de equipo.

Superar conscientemente las propias posibilidades de movimiento a través de prácticas corporales complejas de creciente ajuste técnico coordinativo.

Registrar y valorar la propia postura corporal, los estados de tensión y relajación y las formas de respiración adecuada que permitan transferirlos a las prácticas corporales

Adequar sus propias acciones considerando estilos de vida activos, seguros y saludables en proyectos individuales y sociales con diferentes objetivos.

Acordar democráticamente papeles activos dentro del grupo para el diseño y la gestión de propuestas de prácticas corporales innovadoras.

Eje II

Comprender el sentido del juego y del deporte resolviendo colectivamente situaciones de incertidumbre y aceptando el resultado como consecuencia de un trabajo de equipo.

Superar conscientemente las propias posibilidades de movimiento a través de prácticas corporales complejas de creciente ajuste técnico coordinativo.

Registrar y valorar la propia postura corporal, los estados de tensión y relajación y las formas de respiración adecuada que permitan transferirlos a las prácticas corporales

Adequar sus propias acciones considerando estilos de vida activos, seguros y saludables en proyectos individuales y sociales con diferentes objetivos.

Acordar democráticamente papeles activos dentro del grupo para el diseño y la gestión de propuestas de prácticas corporales innovadoras.

Producir secuencias coreográficas con apoyo de una estructura musical incluyendo los diferentes elementos: espacio, tiempo e intensidad.

BIBLIOGRAFÍA OBLIGATORIA:

- Fundamentos teóricos para la enseñanza secundaria obligatoria y el bachillerato
- Biomecánica aplicada al deporte
- Reglamento específicos: Vóley, Básquet, Hándbol
- Cuadernillos del área

