

**PROGRAMA**

**ASIGNATURA: Educación Física**

**PROFESORA: Adriana Martínez**

**CURSO: 5° 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:

Autorregular los modos de sentir, pensar, expresar y actuar a través de vivencias integradoras y de disfrute personal. Seleccionar, según las propias posibilidades, de prácticas corporales complejas que le permitan una secuencia de movimiento coordinada, fluida y precisa.

Autogestionar sus propios programas de prácticas corporales y estilos de vida activos tomando consciencia de los modos de vida de su comunidad.

Intervenir en el juego y el deporte resolviendo colectivamente situaciones de juego en ataque y defensa y reflexionando sobre el resultado obtenido.

Eje II

Saberes

Seleccionar, según las propias posibilidades, de prácticas corporales complejas que le permitan una secuencia de movimiento coordinada, fluida y precisa.

Autogestionar sus propios programas de prácticas corporales y estilos de vida activos tomando consciencia de los modos de vida de su comunidad.

Autorregular los modos de sentir, pensar, expresar y actuar a través de vivencias integradoras y de disfrute personal. Intervenir en el juego y el deporte resolviendo colectivamente situaciones de juego en ataque y defensa y reflexionando sobre el resultado obtenido.

Crear e interpretar mensajes corporales a través de representaciones, bailes o coreografías con intencionalidad comunicativa.

**BIBLIOGRAFÍA OBLIGATORIA:**

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

---

**Firma del Profesor**

