

ASIGNATURA: Educación Física

CURSO: 2°

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
- Entregar Trabajos Prácticos

Eje I

Práctica de ejercicios que permitan soltar y relajar de manera secuenciada y progresiva varios músculos atendiendo a las sensaciones asociadas a la tensión y relajación.

Ajuste de habilidades y destrezas que involucren las capacidades coordinativas: acople, orientación, ritmo, adaptación, reacción, diferenciación y equilibrio en relación a objetivos motores variados y complejos.

Práctica y creación de juegos motores con una lógica cooperativa, donde las metas colectivas prevalezcan sobre las metas individuales.

Participación en el deporte escolar modificando el juego en función de los problemas motores que no resuelva el grupo en conjunto.

A juste de habilidades y destrezas que involucren las capacidades coordinativas: acople, orientación, ritmo adaptación, reacción, diferenciación y equilibrio en relación a objetivos motores variados y complejos.

Eje II

ESCUELA N° 4-076
“ARQ. CARLOS THAYS”

Identificación de modos de vida saludables orientados a la valoración de la salud como responsabilidad individual y colectiva.

Participación en el deporte escolar modificando el juego en función de los problemas motores que no resuelva el grupo en conjunto.

Diferenciación y aplicación de normas de interacción, higiene y seguridad en prácticas corporales, ludomotrices y deportivas en distintos ambientes con conciencia ecológica.

Experimentación de simulacros de primeros auxilios y emergencias en distintos ámbitos de actuación - ambiente natural, escuela, otros.

Saber ser (actitudinales):

- Respetar las normas de convivencia preestablecidas (lenguaje empleado en clase, uniforme, presencia y aseo personal).
- Desarrollar el valor por la superación y consolidar la cultura del esfuerzo.
- Compartir con los compañeros actividades físicas y lúdicas, respetando las diferencias.
- Manifestarse proactivos en la clase.

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.

ESCUELA N° 4-076
“ARQ. CARLOS THAYS”

Firma del Profesor