



PROGRAMA ANUAL 2022

ORIENTACIÓN: TODAS	CICLO LECTIVO: 2022
NOMBRE DEL ESPACIO CURRICULAR: EDUCACIÓN FÍSICA	
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA	AÑO: 2022
FORMATO: Asignatura	CICLO: BASICO
CURSOS: 1º - 1ª 2ª 3ª 4ª 5ª 6ª 7ª 8ª	TURNO: Mañana/Tarde
PROFESORES A CARGO: Ferro Leonardo, González Fernando, Martin Cecilia, Gustavo Scanio, Sánchez Fabian, Pereira Mariela.	HORAS SEMANALES: 3 cat.

CAPACIDADES

- ◊ Estimular las capacidades coordinativas en la resolución de situaciones motrices.
- ◊ Participar, regular y dosificar la intensidad de esfuerzo en el trabajo de las capacidades condicionales en función de sus posibilidades crecimiento y maduración individual
- ◊ Aplicar con criterio lógico las conductas y acciones motrices necesarias para resolver situaciones de mediana complejidad
- ◊ Conocer y relacionar en la práctica los parámetros que configuran la estructura interna de juegos y deportes con diversas formas de interacción.
- ◊ Producir acciones motrices con intencionalidad expresiva y/o comunicacional.
- ◊ Elaborar respuestas motrices adecuadas ante situaciones motrices con incertidumbre con y sin interacción motriz.

APRENDIZAJES

PRAXIS MOTRICES EN RELACIÓN CON SITUACIONES MOTRICES ORIENTADAS AL DESARROLLO DE LA DISPONIBILIDAD DE SI MISMO

Las capacidades motoras en la constitución corporal y motriz con un enfoque integrado, saludable y significativo

- Exploración, valoración y práctica de acciones motrices sencillas que involucren a las capacidades coordinativas: Combinación y acoplamiento de movimientos, Orientación espacio-temporal, Diferenciación, Equilibrio estático-dinámico, Reacción motriz, Transformación del movimiento, Ritmo

- Exploración, valoración y práctica de acciones motrices que favorezcan el desarrollo de las capacidades condicionales reconociendo las características que las definen: Resistencia, Flexibilidad, Fuerza, Velocidad

- Identificación y práctica de las distintas capacidades condicionales en variadas situaciones motrices que las involucran.

- Regulación y dosificación de la intensidad de trabajo en función de las sensaciones del esfuerzo percibido. Conciencia corporal. Conocimiento, cuidado y aceptación del cuerpo y sus cambios

- Percepción, adecuación y aceptación de su esquema e imagen corporal a través de la experimentación de variadas situaciones motrices que se alejen de los modelos esteticistas.



- Experimentación de acciones motrices estáticas y dinámicas para el ajuste consiente y correcto de la postura corporal según los requerimientos.
- Experimentación de la tensión y la relajación muscular en la ejecución de acciones motrices variadas.
- Ejecución de acciones motrices que permitan el ajuste consiente de la respiración según los requerimientos.
- Exploración y análisis de acciones motrices adecuadas para la entrada en calor y la vuelta a la calma según los criterios que la rigen.

Juegos y deportes psicomotrices

- Práctica y adecuación de juegos y deportes psicomotrices según el nivel de habilidad alcanzado.
- Coordinación y sincronización de modelos de ejecución en relación con los restantes parámetros que configuran la estructura de juegos y deportes psicomotrices.

PRAXIS MOTRICES EN RELACIÓN CON SITUACIONES MOTRICES ORIENTADAS AL DESARROLLO DE LA INTERACCIÓN CON OTROS.

Juegos motores y deportes de cooperación en espacios estables e inestables

- Práctica de juegos motores y deportes de cooperación construyendo y/o modificando las reglas de manera consensuada.
- Práctica colaborativa y sincronizada de modelos de ejecución mejorando su eficacia para la resolución sociomotriz del juego.
- Ajuste de acciones motrices grupales en función de la modificación dinámica de los parámetros de espacio y/o tiempo en juegos motores y deportes de cooperación.
- Ejecución de acciones cooperativas en la elaboración de esquemas tácticos y estratégicos explorando los distintos roles y subroles para conseguir un objetivo común.
- Ensayo e interpretación de códigos de comunicación y elaboración de respuestas cooperativas en situación de juego.

Juegos motores y deportes de oposición en espacios estables e inestables

- Práctica de juegos motores y deportes de oposición construyendo y/o modificando las reglas de manera consensuada con el adversario.
- Coordinación y sincronización de modelos de ejecución mejorando su eficacia para superar al oponente.
- Ajuste de acciones motrices individuales en función de la modificación dinámica de los parámetros de espacio y/o tiempo en juegos motores y deportes de oposición.
- Elaboración de esquemas tácticos y estratégicos en función del rol y los subroles asumidos para superar al oponente.
- Interpretación de códigos de contra comunicación y elaboración de respuestas motrices de anticipación en situaciones de juego.



Juegos motores y deportes de cooperación y oposición en espacios estables e inestables

- *Práctica de juegos motores y deportes de cooperación y oposición construyendo y/o modificando las reglas de manera consensuada con el propio equipo y con el adversario.*
- *Coordinación y sincronización de modelos de ejecución mejorando su eficacia para la resolución sociomotriz del juego.*
- *Ajuste de acciones motrices grupales en función de la modificación dinámica de los parámetros de espacio y/o tiempo en juegos motores y deportes de cooperación y oposición.*
- *Elaboración de esquemas tácticos y estratégicos en función de los roles y los subroles asumidos para superar al oponente.*
- *Ensayo e interpretación de códigos de comunicación y contracomunicación elaborando respuestas motrices grupales de anticipación en situaciones de juego.*

Expresión y comunicación

Exploración de los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento para transmitir, representar o reproducir sensaciones, sentimientos, tradiciones, emociones, ideas.

PRAXIS MOTRICES RELACIONADAS CON SITUACIONES MOTRICES QUE INCLUYEN ACTIVIDADES DE ADAPTACIÓN MOTRIZ AMBIENTAL, MANIPULACIÓN DE OBJETOS Y USO DE MATERIALES

Adaptación motriz ambiental, manipulación de objetos y uso de materiales

- *Práctica de distintas acciones motrices en el ambiente natural que favorezcan la adaptación de conductas motrices a los requerimientos y condiciones del entorno físico.*
- *Ejecución de acciones motrices que favorezcan la familiarización y utilización de elementos y equipos de apoyo para la realización de actividades en el ambiente natural.*
- *Exploración de acciones motrices de manipulación de objetos y uso de materiales para reproducir conductas motrices en las que se ponga de manifiesto el control motor sobre el elemento.*
- *Prevención, cuidado y seguridad del propio cuerpo, del otro y del ambiente natural en situaciones motrices en la naturaleza*

CONDICIONES DE APROBACIÓN

- ♦ *Asistencia y participación Activa en el 80 % de las clases.*
- ♦ *Aprobación de todas las instancias de evaluación, de proceso e integradoras.*
- ♦ *Cumplimiento en tiempo forma de los requerimientos del espacio curricular.*
- ♦ *Carpeta de trabajos prácticos y apuntes completa.*

Requisitos para rendir: el alumno/a se deberá presentar:



- ◊ *Con el uniforme de Educación Física.*
- ◊ *Con el cuaderno del alumno.*
- ◊ *Tener ficha de salud presentada al inicio de clase o adjuntar en el momento de rendir.*
- ◊ *Presentar los trabajos prácticos que se hayan solicitado durante el transcurso del año.*

BIBLIOGRAFÍA DEL ALUMNO

- ◊ *Apuntes del espacio curricular.*
- ◊ *Videos de situaciones motrices, experimentadas durante el año.*
- ◊ *Sitios web recomendados, etc.*