

DEPARTAMENTO DE APLICACIÓN DOCENTE- UNCUYO

PROGRAMA ANUAL

ORIENTACIÓN: TODAS	CICLO LECTIVO: 2013
NOMBRE DEL ESPACIO CURRICULAR: EDUCACION FÍSICA	
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA	AÑO: 2dos secundaria
FORMATO: Asignatura	CICLO: 2013
CURSO: 2dos	TURNO: Mañana/ Tarde
PROFESORES A CARGO: BREBBIA, Carla, PALERO, M. Florencia, CARRIQUE, Mónica, MARTÍN, Edgardo, LORENZO, Horacio, GEI, Gabriel, DIMARCO, Rubén, SALOMONE, Marcelo, SALAS, Juan Carlos, CASTRO, Alberto	HORAS SEMANALES: 3hrs

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DISCIPLIARES (DEL CICLO BÁSICO)

- Intervengan en la constitución de su corporeidad y motricidad a través del disfrute, selección y práctica de situaciones motrices significativas y saludables que favorezcan el desarrollo de su disponibilidad corporal y motriz.
- Resuelvan situaciones motrices, en función de la lógica interna de los diferentes dominios, a través de la progresiva toma de decisiones favoreciendo el desarrollo de la inteligencia motriz.
- Practiquen juegos motores y deportes con diversas formas de interacción y en diferentes contextos de realización que permitan la construcción de acuerdos, la tolerancia y la inclusión.
- Interpreten y valoren a las praxis motrices como instrumentos facilitadores de la creatividad y comunicación motriz.
- Interactúen con el ambiente natural a través de la práctica de situaciones motrices que favorezcan la anticipación al riesgo, el manejo de herramientas y elementos, el respeto por el entorno y el sentido de seguridad personal y colectiva.
- Desarrollen una actitud crítica y reflexiva ante las prácticas motrices, apartándose de modelos esteticistas, técnicos y de rendimiento competitivo que generen efectos negativos sobre su desarrollo.
- Desarrollen actitudes de tolerancia, respeto y valoración de sí mismos y de los otros, a través del conocimiento y experimentación de diferentes manifestaciones de la cultura corporal y motriz.
- Intervengan en la organización de situaciones motrices sencillas, en espacios estables e inestables, que favorezcan la autonomía, la responsabilidad, la adaptación y la sociabilidad.

CAPACIDADES

- Aplicar las capacidades coordinativas ajustadas a cada resolución de situaciones motrices.
- Participar en situaciones motrices que involucren las capacidades condicionales según las variables de trabajo.
- Ajustar de formar consciente y correcta la postura corporal según los requerimientos de las variadas de trabajo.
- Seleccionar y aplicar con criterio lógico las conductas y acciones motrices necesarias para resolver las diferentes situaciones motrices.
- Aplicar y comprender en la práctica del parámetros que configuran la estructura interna de juegos y deportes con diversas formas de interacción.

- Producir acciones motrices con intencionalidad expresiva y/o comunicativa.
- Intervenir en diferentes manifestaciones motrices cultura.
- Elaborar respuestas motrices adecuadas ante situaciones motrices con y sin interacción motriz.

CONTENIDOS CONCEPTUALES Y PROCEDIMENTALES

EJE 1: PRAXIS MOTRICES EN RELACIÓN CON SITUACIONES MOTRICES ORIENTADAS AL DESARROLLO DE LA DISPONIBILIDAD DE SI MISMO

UNIDAD 1: Acciones motrices en relación con uno mismo en un medio estable

CONTENIDOS:

- **Las capacidades motoras en la constitución corporal y motriz con un enfoque integrado, saludable y significativo:**
 - +Trabajo y ajuste de las diferentes **capacidades coordinativas** en la resolución de situaciones motrices que las involucren.
 - +Selección, secuenciación y ejecución de acciones motrices sencillas que favorezcan el desarrollo de las **capacidades condicionales** reconociendo las características que las definen: resistencia, flexibilidad, fuerza, velocidad.
 - + Regulación y dosificación de la **intensidad de trabajo** en función de las sensaciones del esfuerzo percibido.
 - +Diseño de actividades sencillas de **recuperación y estabilización de las funciones orgánicas** después del esfuerzo.
- **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.
 - +Elaboración de situaciones motrices que trabajen la **dinámicas de las posturas corporales** según los requerimientos.
 - +Aplicación de **técnicas de respiración y relajación muscular** que permitan el ajuste consiente según los requerimientos de la situación motriz.
 - +Selección y/o diseño de acciones motrices adecuadas para la **entrada en calor y la vuelta a la calma** según los criterios que las 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.

EJE 2: PRAXIS MOTRICES EN RELACIÓN CON SITUACIONES MOTRICES ORIENTADAS AL DESARROLLO DE LA INTERACCIÓN CON OTROS

UNIDAD 2: Acciones motrices cooperativas en un medio estable

CONTENIDOS:

- Práctica de juegos motores y deportes de cooperación construyendo y/o modificando las **reglas** de manera consensuada en función del nivel de habilidad del grupo.
- Práctica colaborativa y sincronizada de **modelos de ejecución** mejorando su eficacia y construyendo otros más específicos 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.
- Elaboración y aplicación de códigos de **comunicación** en situaciones de juego

UNIDAD 3: *Acciones motrices de oposición en un medio estable*

CONTENIDOS:

- Práctica de juegos motores y deportes de 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 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 cooperación y oposición.
- Elaboración de **esquemas tácticos y estratégicos** en función de los **roles** y los **subroles** asumidos para superar al oponente.
- Decodificación de **códigos de contracomunicación** y elaboración de respuestas motrices para actuar o preactuar en el momento oportuno.

UNIDAD 4: *Acciones motrices de cooperación-oposición en un medio estable.*

CONTENIDOS:

- Práctica de juegos motores y deportes de cooperación y oposición construyendo y/o modificando **las reglas** de manera consensuada con el propio y con el adversario.
- Coordinación y sincronización de **modelos de ejecución** mejorando su eficacia y construyendo otras más específicas para la resolución sociomotriz del juego.
- Ajuste de acciones motrices grupales complejizando 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** complejos en función de los **roles y los subroles** asumidos para superar al oponente.
- Elaboración y decodificación de **códigos de comunicación y de contracomunicación** para actuar o preactuar en el momento oportuno.

UNIDAD 5: *Expresión y comunicación*

CONTENIDOS:

- Utilización de los **recursos expresivos del cuerpo y el movimiento** para la construcción compartido de códigos de expresión y comunicación en situaciones motrices.

EJE 3: PRAXIS MOTRICES RELACIONADAS CON SITUACIONES MOTRICES QUE INCLUYEN ACTIVIDADES DE ADAPTACIÓN MOTRIZ AMBIENTAL, MANIPULACIÓN DE OBJETOS Y USO DE MATERIALES.

UNIDAD 6: *Acciones motrices en un medio inestable*

CONTENIDO:

- 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 el manejo y utilización de **elementos y equipos** de apoyo para la realización de actividades en el ambiente natural.
- Exploración de acciones motrices complejizadas 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.

CONTENIDOS ACTITUDINALES GENERALES ANUALES

- Actitud positiva y perseverancia en el desarrollo de su disponibilidad motriz.
- Posición crítica y responsable en relación con sus propias prácticas.
- Mostrar predisposición en el trabajo grupal lúdico, independientemente de los logros que puedan alcanzarse.
- Respeto por el oponente.
- Valoración del sentido de protagonismo, de pertenencia y de interrelación positiva.
- Aceptación y valoración de las aportaciones del otro en la resolución de problemas.
- Valoración de la motricidad como medio de expresión y comunicación.
- Respeto por las reglas del juego y los acuerdo preestablecidos.
- Valoración de sus pares sin discriminación por género, experiencia motriz, capacidades diferentes, origen sociocultural, etc.
- Valoración y respeto del medio natural como lugar próspero en recursos para la práctica en interacción con la naturaleza.
- Valoración y respeto por la seguridad personal y del otro.

CONDICIONES PARA RENDIR DICIEMBRE-FEBRERO:

El alumno/a deberá:

- Asistir con uniforme de Educación Física (jogging azul, remera blanca, medias y zapatillas).
- Tener ficha de salud presentada al inicio de clases o adjuntar en el momento de rendir.
- Presentar los trabajos prácticos que se hayan solicitado durante el transcurso del año.

BIBLIOGRAFÍA DEL ALUMNO)

- Apuntes elaborados por la cátedra.
- Reglamentos adaptados de los deportes.