

# DEPARTAMENTO DE APLICACIÓN DOCENTE- UNCUYO

## PROGRAMA ANUAL

<b>ORIENTACIÓN:</b> TODAS	<b>CICLO LECTIVO:</b> 2013
<b>NOMBRE DEL ESPACIO CURRICULAR:</b> EDUCION FÍSICA	
<b>ÁREA:</b> EDUCACIÓN FÍSICA	<b>AÑO:</b> 4to año
<b>FORMATO:</b> Asignatura	<b>CICLO:</b> 2013
<b>CURSO:</b> 4tos	<b>TURNO:</b> Mañana/ Tarde
<b>PROFESORES A CARGO:</b> BREBBIA, Carla, , CARRIQUE, Mónica, DIMARCO, Rubén, JURI, Marcela .PALERO,M. Florencia, GEI, Gabriel, de la VEGA, Viviana, SALAS, J. Carlos	<b>HORAS SEMANALES:</b> 3hrs

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DISCIPLIARES (DEL CICLO ORIENTADO)

- Generen acciones motrices creativas, significativas y saludables en planes de trabajo personalizados, que afiancen la constitución de su corporeidad y motricidad, en la conquista de su disponibilidad corporal y motriz.
- Apliquen principios para actuar metódicamente en la resolución de situaciones motrices ajustando sus respuestas a los requerimientos del contexto motor.
- Resuelvan situaciones motrices semejantes transfiriendo los recursos motores ya adquiridos para favorecer la adaptación comprensiva y el desarrollo de la inteligencia motriz.
- Actúen de manera eficaz en juegos motores y deportes con diversas formas de interacción y en diferentes contextos, comprendiendo y optimizando la relación entre los componentes de la lógica interna.
- Utilicen los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento de forma creativa para comunicar sensaciones, emociones e ideas en distintas manifestaciones deportivas, culturales y expresivas.
- Afiancen una actitud crítica y reflexiva ante las prácticas motrices, apartándose de los modelos esteticistas, técnicos y de rendimiento competitivo que generen efectos negativos sobre su desarrollo.- Utilicen el propio potencial motor y las formas culturales de la motricidad, de manera crítica y efectiva, para afianzar actitudes de tolerancia, respeto y valoración de sí mismo y del otro.
- Intervengan en la organización y desarrollo de actividades en el entorno físico natural, portador de incertidumbre, para adaptar conductas motrices que permitan decodificar y proteger el medio actuando con seguridad y sentido cooperativo.
- Intervengan en la organización de encuentros deportivos recreativos, en espacios estables e inestables, que favorezcan la autonomía, la responsabilidad, la adaptación y la sociabilidad.

### CAPACIDADES

- Ajustar las capacidades coordinativas en la resolución de situaciones motrices complejas.
- Ejecutar acciones motrices significativas, saludables en planes de trabajo personalizados que desarrollen las capacidades condicionales según las variables de trabajo.
- Resolver situaciones motrices respetando los principios básicos para actuar en forma saludable.
- Ajustar las respuestas motoras según el requerimiento del contexto motor.
- Utilizar el pensamiento táctico-estratégico en la resolución de juegos motores y deportes de cooperación y/o oposición decodificando las intenciones del adversario.

- Interpretar y crear acciones motrices con objetivo artístico, expreso.
- Planificar y participar en actividades en el entorno físico natural, adoptando conductas motrices que le permitan actuar con seguridad y sentido cooperativo.
- Organizar y participar con autonomía y responsabilidad encuentros deportivos recreativos.

## 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:

##### El acondicionamiento físico en la constitución corporal y motriz con un enfoque integrado, saludable y significativo

- Trabajo y ajuste específico de las **capacidades coordinativas** a situaciones deportivas, gimnásticas y/o de la vida cotidiana.
- Adecuación y aplicación **sistemas de trabajo para el acondicionamiento físico personal** considerando sus necesidades e intereses y las variables de trabajo.
- Diseño de actividades sencillas de **recuperación y estabilización de las funciones orgánicas** después de un esfuerzo.

##### Conciencia corporal. Conocimiento, cuidado y aceptación del cuerpo y sus cambios

- Reconocimiento y valoración a partir de la práctica de actividades motrices organizada **de los cambios corporales** y su relación con la eficiencia en el desempeño.
- Organización de actividades motrices compartidas a partir del **cuidado y respeto corporal** entre géneros.
- Aplicación de técnicas de **trabajo y de principios y reglas de acción** en situaciones de aprendizaje motriz.

##### Juegos y deportes psicomotrices

Práctica y aplicación coordinada y sincronizada **de modelos de ejecución en juegos y deportes psicomotrices** mejorando su eficacia priorizando y complejizando los restantes parámetros que los configuran.

### 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

- Construcción, práctica y adecuación de juegos motores y deportes de cooperación modificando los parámetros **de la estructura y la lógica interna** en función del nivel de habilidad del grupo, de los objetivos motores y las conductas que se pretenden desarrollar.

- Utilización del **pensamiento táctico-estratégico** en la resolución de juegos motores y deportes cooperativos que desarrollen el sentido de pertenencia al grupo.
- Elaboración y aplicación de códigos de comunicación elaboración de respuestas cooperativas en situación de juego.

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

#### CONTENIDOS:

- Construcción, práctica y adecuación de juegos motores y deportes de oposición modificando los parámetros de **la estructura y la lógica interna** en función de las habilidades propias y del adversario, de los objetivos motores y las conductas que se pretenden desarrollar.
- Utilización del **pensamiento táctico-estratégico** en la resolución de juegos motores y deportes de oposición que favorezcan el ajuste de acciones motrices decodificando las intenciones del adversario.

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

#### CONTENIDOS:

- Construcción, práctica y adecuación de juegos motores y deportes de cooperación y oposición modificando los parámetros de **la estructura y la lógica interna** en función de las habilidades del equipo y del adversario, de los objetivos motores y las conductas que se pretenden desarrollar.
- Utilización del **pensamiento táctico-estratégico** en la resolución de juegos motores y deportes de cooperación y oposición decodificando las conductas de los compañeros y adversarios para alcanzar el objetivo del juego.
- Planificación y **organización de encuentros recreativos y/o deportivos** para su realización en ámbitos escolares asumiendo responsabilidad y autonomía en el trabajo.
- Elaboración y utilización de **códigos gestuales** y acciones motrices en situaciones motrices de cooperación-oposición con intención comunicativa.

### UNIDAD 5: *Expresión y comunicación*

#### CONTENIDOS:

- Participación en la construcción y ejecución de una **Producción corporal expresiva** colectiva, previendo roles y tareas.

### **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

### CONTENIDOS:

- Planificación y participación con autonomía y responsabilidad en distintas **actividades y formas de vida en la naturaleza** aplicando normas de seguridad y de preservación del medio natural.
- Ejecución eficaz de acciones motrices complejas de **manipulación de objetos y uso de materiales** en las que se ponga de manifiesto el control motor sobre el elemento.

## 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.

## BIBLIOGRAFÍA DEL ALUMNO Y REQUISITOS PARA RENDIR

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

**Requisitos para rendir**

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 clase o adjuntar en el momento de rendir.
- Presentar los trabajos prácticos que se hayan solicitado durante el transcurso del año.