COLEGIO SAN AGUSTÍN
CICLO LECTIVO 2019
ÁREA: EDUCACION FISICA

PROFESOR: FLORES, FUENTES, NEIRONI, ROUCO Y REY

CURSO: 4
DIVISIÓN:A-B

PROGRAMA Y PLANIFICACIÓN ANUAL DE EDUCACION FISICA

Fundamentación de la asignatura:

La educación física en el nivel secundario busca profundizar conceptos teóricos relacionados al propio cuerpo, a la configuración de los movimientos y a las prácticas socialmente aceptadas, llamadas deportes. EL abordaje teórico es la base para la sustentación practica de la disciplina, no meramente como movimientos mecánicos y estereotipados sino como una construcción social de las practicas que socialmente son aceptadas, hacer uso de su cuerpo, en un porqué y un para que de las actividades.

Objetivos generales de promoción

- Participar en la elaboración de una secuencia personalizada de tareas para la estimulación de las capacidades motrices, utilizando principios y criterios.
- Elaborar acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros, anticipando situaciones de riesgo en las prácticas motrices.
- Emplear las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de apropiación de las prácticas corporales.
- Afianzar la imagen de sí y autoevaluar su desempeño en las prácticas corporales y motrices
- Posicionarse críticamente en relación con los modos en que se presentan los modelos corporales y las prácticas gimnásticas, deportivas y ludomotrices en los medios de comunicación.
- Disponer de herramientas para sostener con autonomía un plan personalizado de actividad motriz como aporte a su proyecto de vida.

1er trimestre Núcleo: Atletismo y deportes abiertos (básquet, vóley. Handball, futbol)

Preparación Física : Conocimiento y trabajo con los grandes grupos musculares

Técnica correcta en los desplazamiento y la velocidad

Circuitos y estaciones de coordinación y fuerza

- Eje: el propio cuerpo
  Pases en parejas
  Desarrollo del uso del perfil no inhábil para pase, recepción y conducción.
  Marcaje
  La ayuda defensiva
- Eje: el cuerpo y el medio físico.
  Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego
  Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.
- Eje: el cuerpo y el medio social.
  Fases del ataque: ataque en sistema.
  Fases de la defensa: defensa en sistema.

2do trimestre Núcleo: Atletismo y deportes abiertos (básquet, vóley. Handball, futbol)

Preparación Física: Intensificar trabajo con grandes grupos musculares (movilidad articular)

Realizar actividades con intensidad en fuerza y velocidad

Cadenas de ejercicios en velocidad, fuerza y coordinación

- Eje: el propio cuerpo
  Finta y ejecución con oposición
  Situaciones en que deban realizar pases y recepciones con ambas perfiles.
- Eje: el cuerpo y el medio físico.
  Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales
- Eje: el cuerpo y el medio social.
  Variabilidad de situaciones. Contra ataque; Superioridad e inferioridad numérica
  Identificación con el equipo y la institución

3er trimestre Núcleo: Atletismo y deportes abiertos (básquet, vóley. Handball, futbol)

Preparación Física: Intensificar trabajo con grandes grupos musculares (movilidad articular)

Realizar actividades con intensidad en fuerza y velocidad

Cadenas de ejercicios en velocidad, fuerza, coordinación y resistencia a la fuerza.

- Eje: el propio cuerpo
  Finta y ejecución con oposición
  Situaciones en que deban realizar pases y recepciones con ambas perfiles.
- Eje: el cuerpo y el medio físico.
  Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales
- Eje: el cuerpo y el medio social.
  Variabilidad de situaciones. Contra ataque; Superioridad e inferioridad numérica
  Identificación con el equipo y la institución

Estrategias metodológicas:

En situación de juego. Observación Continua: preguntas y respuestas especificas sobre el juego (tácticas)Objetiva: Driles específicos de la técnica y táctica. Se evaluara la participación en torneos y competitivos (FICDA, A.D.N, ESPN)

Evaluación y promoción:

- Sea participe activo de las clases.
- Colabore con el grupo y desarrolle un sentido de pertenencia.
- Sea generador de nuevos desafíos personales y grupales.
- Sea cooperador, tolerante, que sea capaz de aceptar las diferencias y vea en ella un motor que impulse a la mejora de las potencialidades individuales y del otro.
- Se disponga a aprender, respetando al docente y sus pares.
- Se evaluara numéricamente para la aprobación y promoción de la materia.
- Se evaluara la asistencia a clases, participación, disposición y respeto a sus pares y al docente a cargo, como así también puntualidad e indumentaria adecuada para la práctica de deporte.
- La evaluación será permanente, puntual en relación a los contenidos seleccionados para verificar los aprendizajes adquiridos.
- Las evaluaciones serán subjetivas a cargo del profesor, quien considerara en el transcurso de los trimestres si el alumno responde significativamente a las consignas planteadas durante las clases.
- Al final de los trimestres las evaluaciones serán objetivas en relación a la técnica/táctica y al mejoramiento o no de las capacidades motrices.

Cronograma la planificación anual se estructura en programas semestrales, durante las cuales se establecerán durante el primer trimestre las fechas estimativas para las evaluaciones de los contenidos.

24/04 1er. Evaluación practica 29/04 recuperatorio

05/06 2 da. evaluación practica 10/06 recuperatorio.

26/08 3 er. evaluación practica 28/08 recuperatorio

21/10 4 ta. evaluación practica 23/10 recuperatorio

Mes de noviembre cierre de notas y promoción particulares

Bibliografía

Obligatoria:

http://www.editorialstadium.com.ar

Material elaborado por profesores del departamento de educación física.

Consulta:

La gimnasia Formativa: En la Niñez y la adolescencia. Guiraldes Mariano. Stadium .1990

http://www.efdeportes.com