



COLEGIO SAN AGUSTÍN
CICLO LECTIVO 2018
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA

**PROFESOR: FLORES, FUENTES, NEIRONI,
ROUCO Y REY**

CURSO: 5
DIVISIÓN: A-B

PROGRAMA Y PLANIFICACIÓN ANUAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

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 práctica de la disciplina, no meramente como movimientos mecánicos y estereotipados sino como una construcción social de las prácticas que socialmente son aceptadas, hacer uso de su cuerpo, en un porqué y un para qué 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: Técnica correcta de trabajos con los grandes grupos musculares

Circuitos de gran intensidad en velocidad , fuerza y resistencia

Cadenas de coordinación con ejecución correcta

- Eje: el propio cuerpo

Pases en parejas Desarrollo del uso del perfil no inhábil para pase, recepción y conducción.

Marcaje La ayuda defensiva. Movimientos específicos según posiciones

Trabajo de situaciones puntuales según el rol en el equipo

- Eje: el cuerpo y el medio físico.

Distintos acciones y movimientos técnicos en base a su posición

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.

Intercambios de posición en una jugada

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: Concientización en la técnica y el trabajo en los grandes grupos musculares

Circuitos de gran intensidad y técnica correctas en velocidad, fuerza y coordinación

Carreras en distintas superficies y distancias (toma de tiempo)

- Eje: el propio cuerpo

Análisis de su juego en situación de partido

Finta y ejecución con oposición

Situaciones en que deban realizar pases y recepciones con ambas perfiles.

- Eje: el cuerpo y el medio físico.

Relevos defensivos

Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales

- Eje: el cuerpo y el medio social.

Combinaciones ofensivas

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, fútbol)

Preparación Física: Concientización en la técnica y el trabajo en los grandes grupos musculares

Circuitos de gran intensidad y técnica correctas en velocidad, fuerza y coordinación.

Circuitos de trabajo de la resistencia muscular de los distintos grupos musculares.

Carreras en distintas superficies y distancias (toma de tiempo)

- Eje: el propio cuerpo
Análisis de su juego en situación de partido

Finta y ejecución con oposición

Situaciones en que deban realizar pases y recepciones con ambas perfiles.

- Eje: el cuerpo y el medio físico.
Relevos defensivos

Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales

- Eje: el cuerpo y el medio social.
Combinaciones ofensivas

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 específicas sobre el juego (tácticas)Objetiva: Driles específicos de la técnica y táctica. Se evaluará la participación en torneos y competitivos (FICDA, A.D.N, ESPN)

Juego, abordaje del deporte en situación de juego real y posibilidades. Encuentros deportivos, trabajos prácticos.

Evaluación y promoción:

- Sea partícipe 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 evaluará numéricamente para la aprobación y promoción de la materia.
- Se evaluará 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.

25/04 1er. Evaluación práctica.2/04 recuperatorio

04/06 2 da. evaluación práctica 6/06 recuperatorio.

27/08 3 er. evaluación práctica 29/08 recuperatorio

22/10 4 ta. evaluación práctica 24/10 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>