UNIVERSIDAD NACIONAL DE CUYO
ESCUELA DE COMERCIO MARTIN ZAPATA

PROGRAMA ANUAL

ORIENTACIÓN: TODAS	**CICLO LECTIVO: 2014**
NOMBRE DEL ESPACIO CURRICULAR: EDUCACION FISICA	
ÁREA: *EDUCACION FISICA*	**AÑO***: 3º Secundaria.*
FORMATO: *ASIGNATURA*	**CICLO:** Básico
CURSO: 3ros: 1ra, 2da, 3ra, 4ta, 5ta, 6ta, 7ma y 8va	**TURNO:** *Mañana/ Tarde*
PROFESORES A CARGO: SALAS, Juan Carlos; PORTABELLA, Rossana; OCCELLI, Susana; SANCHEZ, Fabián; GUZZO, Juan Carlos; MULLE, Armando; JOFRE, Sergio; SAEZ, Adrian; MANZANO, Gustavo; VIDAL, Patricia; Garro José Luis	**HORAS SEMANALES:** 3 HS.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DISCIPLINARES DEL CICLO:

Se espera que los alumnos:

- 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 y condicionales a los requerimientos de diversas situaciones motrices complejas.
- Compatibilizar las prácticas motrices con los principios que determinan un enfoque saludable.
- Diseñar planes de trabajo personalizados.
- Adaptar conductas y respuestas motrices a situaciones de gradual complejidad pertenecientes a los diferentes dominios.
- Interpretar en cada situación motriz la dinámica de los objetivos motores y las condiciones del entorno.
- Utilizar el razonamiento lógico para tomar decisiones estratégicas.
- Decodificar en el juego las conductas motrices de compañeros y adversarios.
- Relacionar en la práctica los parámetros que configuran la estructura interna de juegos y deportes
- Utilizar la motricidad y el lenguaje no verbal propio del contexto motor para comunicar.

CONTENIDOS:

<u>UNIDAD 1</u>: Acciones motrices en relación con uno mismo en un medio estable

El acondicionamiento físico 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 complejas que las involucren.
- Selección, secuenciación personalizada y ejecución de tareas motrices que desarrollen las **capacidades condicionales** según las **variables de trabajo**:
  . Tipo de actividad
  . Duración
  . Intensidad
- Experimentación de actividades de **recuperación y estabilización de las funciones orgánicas** después de un esfuerzo.

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

- Percepción y valoración de los **cambios corporales** que se manifiestan como resultado de la práctica de actividades motrices variadas.
- Experimentación de actividades motrices variadas con **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.

Expresión y comunicación

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

<u>UNIDAD 2</u>: Acciones motrices de cooperación 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 utilización de **códigos gestuales** y acciones motrices en situaciones motrices cooperativas con intención comunicativa.

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 y 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: 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.

Bibliografía del alumno:

- Apuntes elaborado por el área
- Reglamentos oficiales de los deportes.

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

- Con el uniforme de Educación Física (jogging azul, remera blanca, medias y zapatillas).
- 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