



IESS - Instituto de Enseñanza Secundaria Ciclo lectivo 2007.

Curso: 4°

División: A, B, C, D

Ciclo: CE

Especialidad: Cs. Naturales, Cs. Sociales y
Gestión

Disciplina: **EDUCACIÓN FÍSICA**

Nombre del profesor/a: Jorge Fernández y Daniela Díaz

1

1. Contenidos:

Unidad 1: Primer Cuatrimestre

Condición corporal en lo personal y social. Ejercicio, salud y calidad de vida. Papel de la actividad física sistemática en la educación. Polivalencia general de las habilidades. Su aplicación relacionando distintas actividades motrices, expresivas y deportivas. Los métodos y tareas motrices para el reconocimiento reflexivo y el desarrollo de las diferentes capacidades motoras. La observación y la corrección recíproca. El cuidado, la anticipación de riesgos y la colaboración en diferentes tareas motrices. Selección y elaboración de actividades para desarrollar destrezas corporales.

Acciones motrices en los diferentes juegos deportivos/deportes. Capacidades motrices involucradas. Desarrollo y ajuste de la habilidad motriz general para el desempeño deportivo. Equipo y grupo. Funciones y movilidad de roles. La forma de competencia deportiva. Encuentros torneos y campeonatos. El valor formativo de la actividad motriz y deportiva. Análisis de los diferentes reglamentos deportivos.

Formas de vida en la naturaleza. El medio natural y su reconocimiento. Relación con el medio natural y con el medio social propio de la zona. Actividades lúdico motrices en la naturaleza.

Unidad 2: Segundo Cuatrimestre

Concientización corporal de la sensopercepción del propio cuerpo. Su relación con la auto identificación y la comprensión de la propia corporeidad. Posibilidades y limitaciones corporales y motrices. Selección y elaboración sistemática de actividades, formas y técnicas de aprendizaje de habilidades, destrezas corporales y motrices. Selección de

actividades para desarrollar destrezas corporales. Efectos que produce la actividad física sobre el cuerpo. Reconocimiento de las formas de prevención y corrección de desajustes posturales y motrices. Creación de secuencias de movimiento.

Afianzamiento de la habilidad deportiva polivalente. Reglas de juego. Reconocimiento, necesidad y función. Dominio de sí, tolerancia y serenidad en la competición en la victoria y en la derrota. Ajuste de habilidades motrices a situaciones de juego. Exploración de puestos y funciones en relación a situaciones y ubicación en el equipo. Reconocer los elementos constitutivos de la estructura socio motriz de los juegos. Autonomía. Toma de decisión durante el desarrollo de la situación de juego. Beneficios, perjuicios y riesgos del rendimiento deportivo. Análisis de los distintos reglamentos deportivos. Participación pedagógica en competencias interescolares e intraescolares.

Formas de vida en la naturaleza. Organización y gestión de tareas preventivas para una salida en la naturaleza. Criterios de seguridad personal y grupal y de prevención del medio natural. Actividades comunitarias. Tareas dinámicas grupales, funciones y roles. Seguridad personal y grupal.



IESS - Instituto de Enseñanza Secundaria Ciclo lectivo 2007.

Curso: 4°

División: A, B, C, D

Ciclo: CE

Especialidad: Cs. Naturales, Cs. Sociales y
Gestión

Disciplina: **EDUCACIÓN FÍSICA**

Nombre del profesor/a: Jorge Fernández y Daniela Díaz

2

4. **Bibliografía**

- “Atletismo Para Todos” – Emilio y Edgardo Maseo. Editorial Brujas .Edición 2003
- “Reglamento de Voley, Atlestismo, Fútbol, Handbol”.Editorial Stadium Edición 2006.

.....
Lugar y fecha

.....
Firma