



**IESS - Instituto de Enseñanza Secundaria** Ciclo lectivo 2015.

Curso: 4°

División: A, B, C, D

Ciclo: CO

Especialidad: Cs. Naturales, Cs. Sociales y  
Gestión

Disciplina: **EDUCACIÓN FÍSICA**

Nombre del profesor/a: Daniela Díaz, Dolores Sosa Héctor Barrionuevo y

María Magdalena Garayzabal, Pamela Sarbag

1

## **PROGRAMA DE EDUCACION FISICA 4° AÑO**

### Unidad 1:

Condición corporal. Ejercicio, salud. Su aplicación relacionando distintas actividades motrices, expresivas y deportivas. Reconocimiento reflexivo y desarrollo de las diferentes capacidades motoras. La observación y la corrección recíproca. 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. 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.

### Unidad 2:

Posibilidades y limitaciones corporales y motrices. Selección y elaboración sistemática de actividades, formas y técnicas de aprendizaje de habilidades, destrezas corporales y motrices.

Reconocimiento de las formas de prevención y corrección de desajustes posturales y motrices.

Afianzamiento de la habilidad deportiva . Reglas de juego. Reconocimiento, necesidad y función. Ajuste de habilidades motrices a situaciones de juego. Exploración de puestos y funciones en relación a situaciones y ubicación en el equipo . Análisis de los distintos reglamentos deportivos. Formas de vida en la naturaleza. Criterios de seguridad personal y grupal y de prevención del medio natural.

## **4. Bibliografía**

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



***IESS - Instituto de Enseñanza Secundaria*** Ciclo lectivo 2015.

Curso: 4°

División: A, B, C, D

Ciclo: CO

Especialidad: Cs. Naturales, Cs. Sociales y  
Gestión

Disciplina: **EDUCACIÓN FÍSICA**

Nombre del profesor/a: Daniela Díaz, Dolores Sosa Héctor Barrionuevo y

María Magdalena Garayzabal, Pamela Sarbag

2

.....  
Lugar y fecha

.....  
Firma