



Instituto de Enseñanza Secundaria Ciclo lectivo 2025

Curso: 3°

División: C

Ciclo: CB

Asignatura: **Educación Física**

Nombre del profesor/a: **Valentina Favalessa**

PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 3°C

NÚCLEO DE APRENDIZAJE 1: <i>El juego y sus generalidades</i>	
PERÍODO	MARZO/ABRIL
UNIDAD	CONTENIDO
Los juegos motores y sus lógicas	<ul style="list-style-type: none">- Los juegos motores y sus lógicas: juegos de invasión, juegos de cancha dividida, juegos de lucha y agarre, juegos de campo y bate.- Elementos modificables de los juegos modificados
La Educación Física desde una perspectiva de género	<ul style="list-style-type: none">- Las reglas de los juegos como estrategia para la inclusión: modificación de reglas y construcción de apoyos para la inclusión.- Creación de juegos motores y práctica en distintas propuestas lúdicas.- Conceptos de barreras y apoyos para la inclusión.
EVALUACIÓN	<p>Se considerarán aspectos teóricos y prácticos. En este sentido se valorará:</p> <ul style="list-style-type: none">- Capacidad para desarrollar conceptos y explicar reglas, así como la capacidad para aplicar a situaciones prácticas.- Capacidad para crear y participar en propuestas lúdicas inclusivas, manipulando los elementos modificables de los juegos desde una perspectiva inclusiva.

NÚCLEO DE APRENDIZAJE 2: <i>Deporte escolar convencional</i>	
PERÍODO	MAYO/JUNIO/JULIO
El Atletismo y sus manifestaciones: <i>Deporte/salud, Juegos, Pruebas de pista y campo.</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Práctica de ejercicios y juegos atléticos orientados al desarrollo de las capacidades motoras condicionales y coordinativas. - Iniciación deportiva – Atletismo: práctica de ejercicios y juegos dirigidos a la mejora de pruebas de pista y campo. Carreras, saltos y lanzamientos
Deportes convencionales de conjunto	<ul style="list-style-type: none"> - Iniciación deportiva: Básquet y Softbol. Reglas y práctica de habilidades motoras específicas.
EVALUACIÓN	<p>Se considerarán los conceptos claves sobre capacidades motoras, su clasificación y la diferencia con las habilidades motoras básicas. Se pondrá especial énfasis en el aspecto práctico. En este sentido, se valorará:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Práctica de ejercicios orientados al desarrollo de las distintas capacidades motoras y capacidad para identificar las cualidades predominantes en cada uno. - Práctica de carreras de velocidad, lanzamiento de bala, jabalina y salto en largo, así como conocimiento de sus aspectos reglamentarios. - Conocimiento de reglas del básquet y softbol, así como la práctica de los patrones motores específicos de cada deporte.
NÚCLEO DE APRENDIZAJE 3: <i>El movimiento corporal como medio comunicación con uno mismo, con el otro y con el entorno.</i>	
PERÍODO	AGOSTO/SEPTIEMBRE
Vida en la Naturaleza	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexión crítica acerca de la problemática ambiental y sobre el compromiso en cuanto a su cuidado: Bosque nativo y su importancia en la disponibilidad del agua de nuestra región. - Técnicas de vida en la naturaleza de bajo impacto: acampe, carpas, senderismo, uso responsable del fuego y orientación a partir de distintos medios (naturales, mecánicos y electrónicos). Concepto de impacto ambiental y sus tipos.

Movimiento expresivo	<ul style="list-style-type: none"> - Creación y práctica de coreografías con y sin elementos: producción de coreografías con patrones motores y elementos de los deportes y juegos practicados durante el año. - Exploración espacial: concepto de distintos tipos de espacio. - Exploración temporal: concepto de ritmo y sus componentes. - El lenguaje corporal: distintos tipos de comunicación expresiva.
EVALUACIÓN	<p>Se valorará el aspecto teórico de cada una de las temáticas abordadas en el núcleo de aprendizaje y la capacidad de aplicación a situaciones prácticas. De esta manera, se valorará:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidad para el armado y desarmado de carpas. Conocimiento de sus partes y especificaciones para la selección del lugar de acampe. - Conocimiento de los aspectos espaciales, temporales y comunicacionales del movimiento expresivo, y la capacidad de aplicación a secuencias rítmicas.
NÚCLEO DE APRENDIZAJE 4: El paradigma alternativo del deporte: Juegos y Deportes Alternativos.	
PERÍODO	OCTUBRE/NOVIEMBRE/DICIEMBRE
Juegos y deportes alternativos	<ul style="list-style-type: none"> - Juegos y deportes alternativos: las reglas del Ultimate y Goubak, y su aplicación a situaciones de juego.
Los juegos y deportes desde una perspectiva de género	<ul style="list-style-type: none"> - El paradigma del deporte alternativo: diferencias con el paradigma tradicional. Características del deporte alternativo y su capacidad para la inclusión.
EVALUACIÓN	<p>Se considerarán los aspectos teóricos generales de los juegos y deportes alternativos y su práctica. En este sentido, se valorará:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacidad de desarrollo conceptual sobre el paradigma alternativo del deporte. - Conocimiento de reglas de juego y su aplicación a situaciones de juego.