



Instituto de Enseñanza Secundaria Ciclo lectivo 2025

Curso: **4°**

División: **B**

Ciclo: **CB**

Asignatura: **Educación Física**

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

PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 4°B

NÚCLEO DE APRENDIZAJE 1: <i>Deportes de combate e invasión</i>	
PERÍODO	MARZO/ABRIL
UNIDAD	CONTENIDO
Los juegos motores y sus lógicas: Deportes convencionales	- Las reglas de los deportes: Handball - Rugby. - Patrones motores específicos del deporte y su táctica particular
Los juegos motores y sus lógicas: Deportes alternativos	- Las reglas de los deportes: Ultimate y Kabbadi - Patrones motores específicos del deporte y su táctica particular
EVALUACIÓN	Se tendrá en cuenta el aspecto teórico – reglamentario de cada deporte y la ejecución práctica de patrones motores específicos. En este sentido, se valorará: - Conocimiento reglamentario y capacidad de aplicación a situaciones de juego. - Correcta ejecución de técnicas y habilidades motoras específicas para cada deporte.
NÚCLEO DE APRENDIZAJE 2: <i>Capacidades motoras aplicadas a la práctica deportiva</i>	
PERÍODO	MAYO/JUNIO/JULIO
Capacidades motoras y su importancia en la salud y el rendimiento deportivo	- Capacidades motoras condicionales, coordinativas y mixtas: su importancia para la mejora del rendimiento deportivo. - Práctica de ejercicios y juegos atléticos orientados a la mejora de patrones motores específicos de las distintas pruebas atléticas y deportes.

Desarrollo de las capacidades motoras a partir de la práctica deportiva	- Atletismo, pruebas de pista y campo: carreras de velocidad, postas, lanzamiento de bala y jabalina y salto en largo. - Aspectos reglamentarios de las pruebas de pista y campo.
EVALUACIÓN	Se considerarán los aspectos teóricos trabajados en las distintas unidades, pero se hará énfasis en la ejecución práctica de ejercicios y pruebas atléticas. De esta manera, se valorará: - Ejecución de ejercicios orientados al desarrollo de las cualidades físicas y la capacidad para distinguir las capacidades motoras que se ponen en juego utilizando para la explicación la terminología específica trabajada durante el año. - Ejecución de pruebas atléticas, siendo capaz de explicar los aspectos reglamentarios involucrados en cada una.
NÚCLEO DE APRENDIZAJE 3: <i>Vida en la Naturaleza.</i>	
PERÍODO	AGOSTO/SEPTIEMBRE
Problemáticas ambientales locales	- Concepto de cuenca y tipos. - Principales problemáticas ambientales de la cuenca del San Roque.
Prácticas motrices en ambientes naturales	- Práctica de juegos cooperativos y competitivos al aire libre. - Técnicas de vida en la naturaleza de bajo impacto: cabuyería. Concepto de nudos y amarres. Clasificaciones. Tipos de sogas y clasificación. Ejecución de distintos nudos y amarres.
EVALUACIÓN	Se considerarán los aspectos teóricos de educación ambiental, abordados durante la salida de vida en la naturaleza. También se tendrá en cuenta la práctica y la teoría trabajada en la unidad de cabuyería. De esta manera se valorará: - Capacidad de desarrollo de conceptos de educación ambiental y su relación con las problemáticas locales y regionales. - Conocimiento de conceptos relacionados a la cabuyería y dominio técnico de distintos nudos y amarres.
NÚCLEO DE APRENDIZAJE 4: Deportes convencionales y alternativos del mundo.	
PERÍODO	OCTUBRE/NOVIEMBRE/DICIEMBRE
Deportes convencionales	- Las reglas del deporte: Básquet – Voley – Softball - Patrones motores específicos del deporte y aspectos tácticos
Deportes alternativos	- Las reglas de los deportes: Baseball 5 – Korfball

	- Patrones motores específicos del deporte y aspectos tácticos
EVALUACIÓN	Se tendrá en cuenta el aspecto teórico – reglamentario de cada deporte y la ejecución práctica de patrones motores específicos. En este sentido, se valorará: - Conocimiento reglamentario y capacidad de aplicación a situaciones de juego. - Correcta ejecución de técnicas y habilidades motoras específicas para cada deporte.