



**Instituto de Enseñanza Secundaria** Ciclo lectivo 2025

Curso: **4°**

División: **D**

Ciclo: **CB**

Asignatura: **Educación Física**

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

### PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 4°D

<b>NÚCLEO DE APRENDIZAJE 1: <i>Deportes de combate e invasión</i></b>	
<b>PERÍODO</b>	MARZO/ABRIL
<b>UNIDAD</b>	<b>CONTENIDO</b>
<b>Los juegos motores y sus lógicas: Deportes convencionales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las reglas de los deportes: Handball - Rugby.</li> <li>- Patrones motores específicos del deporte y su táctica particular</li> </ul>
<b>Los juegos motores y sus lógicas: Deportes alternativos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las reglas de los deportes: Ultimate y Kabbadi</li> <li>- Patrones motores específicos del deporte y su táctica particular</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<p>Se tendrá en cuenta el aspecto teórico – reglamentario de cada deporte y la ejecución práctica de patrones motores específicos. En este sentido, se valorará:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento reglamentario y capacidad de aplicación a situaciones de juego.</li> <li>- Correcta ejecución de técnicas y habilidades motoras específicas para cada deporte.</li> </ul>
<b>NÚCLEO DE APRENDIZAJE 2: <i>Capacidades motoras aplicadas a la práctica deportiva</i></b>	
<b>PERÍODO</b>	MAYO/JUNIO/JULIO
<b>Capacidades motoras y su importancia en la salud y el rendimiento deportivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidades motoras condicionales, coordinativas y mixtas: su importancia para la mejora del rendimiento deportivo.</li> <li>- Práctica de ejercicios y juegos atléticos orientados a la mejora de patrones motores específicos de las distintas pruebas atléticas y deportes.</li> </ul>

<b>Desarrollo de las capacidades motoras a partir de la práctica deportiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atletismo, pruebas de pista y campo: carreras de velocidad, postas, lanzamiento de bala y jabalina y salto en largo.</li> <li>- Aspectos reglamentarios de las pruebas de pista y campo.</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<p>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:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> <li>- Ejecución de pruebas atléticas, siendo capaz de explicar los aspectos reglamentarios involucrados en cada una.</li> </ul>
<b>NÚCLEO DE APRENDIZAJE 3: <i>Vida en la Naturaleza.</i></b>	
<b>PERÍODO</b>	<b>AGOSTO/SEPTIEMBRE</b>
<b>Problemáticas ambientales locales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concepto de cuenca y tipos.</li> <li>- Principales problemáticas ambientales de la cuenca del San Roque.</li> </ul>
<b>Prácticas motrices en ambientes naturales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Práctica de juegos cooperativos y competitivos al aire libre.</li> <li>- 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.</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<p>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:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidad de desarrollo de conceptos de educación ambiental y su relación con las problemáticas locales y regionales.</li> <li>- Conocimiento de conceptos relacionados a la cabuyería y dominio técnico de distintos nudos y amarres.</li> </ul>
<b>NÚCLEO DE APRENDIZAJE 4: Deportes convencionales y alternativos del mundo.</b>	
<b>PERÍODO</b>	<b>OCTUBRE/NOVIEMBRE/DICIEMBRE</b>
<b>Deportes convencionales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las reglas del deporte: Básquet – Voley – Softball</li> <li>- Patrones motores específicos del deporte y aspectos tácticos</li> </ul>
<b>Deportes alternativos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las reglas de los deportes: Baseball 5 – Korfball</li> </ul>

	- Patrones motores específicos del deporte y aspectos tácticos
<b>EVALUACIÓN</b>	<p>Se tendrá en cuenta el aspecto teórico – reglamentario de cada deporte y la ejecución práctica de patrones motores específicos. En este sentido, se valorará:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento reglamentario y capacidad de aplicación a situaciones de juego.</li> <li>- Correcta ejecución de técnicas y habilidades motoras específicas para cada deporte.</li> </ul>