



Instituto de Enseñanza Secundaria

Curso: Sexto año

División: A

Ciclo: CO

Disciplina: **Educación Física**

Nombre de la profesora: Dolores Sosa

Ciclo lectivo 2025

PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA 6º AÑO A

Unidad N°1: “El cuerpo y sus cuidados” Actividad física como prevención de lesiones y cuidado del cuerpo.

-El despliegue de las posibilidades de acción del propio cuerpo, considerando sus cambios.

Entrada en calor y sus fases.

- Múltiples dimensiones del cuerpo sexuado en la construcción de la imagen corporal propia,

en la práctica de actividades corporales y motrices.

Unidad N°2: “Capacidades Motoras Básicas Condicionales, coordinativas e intermedias”

- Análisis, valoración y experimentación (saber intuitivo) de prácticas corporales y motrices

que promueven el desarrollo de capacidades condicionales, coordinativas e intermedias. Velocidad

– Fuerza – Resistencia – Flexibilidad – Coordinación – Equilibrio.

-Prácticas de habilidades motrices específicas en contextos estables y cambiantes, en la

manipulación de objetos y que promuevan el desarrollo de capacidades coordinativas; condicionales

e intermedias.

▪ Prácticas deportivas

▪ Prácticas lúdicas y expresivas

▪ Prácticas en el ambiente natural

-Circuitos aplicando actividades de cada una de las capacidades motoras trabajadas.

Unidad N°3: “Juegos y Deportes Alternativos, Ultimate”



Instituto de Enseñanza Secundaria

Curso: Sexto año

División: A

Ciclo: CO

Disciplina: **Educación Física**

Nombre de la profesora: Dolores Sosa

Ciclo lectivo 2025

-Otras configuraciones de movimiento acordes a los diferentes contextos locales, regionales

y culturales: deportes alternativos.

-Entendimiento y análisis de los JyDA como múltiples prácticas que permanentemente van

surgiendo y engloban todas las actividades físicas que se refieren a modalidades lúdico-deportivas

no habituales, ni hegemónicas, ni estandarizadas en nuestra cultura, las que pueden proporcionar

un amplio abanico de posibilidades.

-Resolución de situaciones tácticas estratégicas en El Ultimate. Reglamento.

Unidad N°4: "Deporte Escolar, Atletismo"

- Deporte escolar: Atletismo.

IESS - Instituto de Enseñanza Secundaria Ciclo lectivo 2024.

Curso: 6° División: D Ciclo: CO

Disciplina: Educación Física

Página >> 2

- Práctica de las distintas técnicas. Análisis del reglamento. Rol de los distintos jueces de

prueba.

- Habilidades específicas referidas a la práctica deportiva escolar.

- Reglas del deporte como marco normativo necesario para su práctica.

- Organización de intercurso para CB. Llevar a cabo intercurso para 2do año.

Unidad N°5: "Juegos y Deportes Alternativos, Cachebol"

-Resolución de situaciones tácticas estratégicas y reglamento en el Cachebol.



Instituto de Enseñanza Secundaria

Curso: Sexto año

División: A

Ciclo: CO

Disciplina: **Educación Física**

Nombre de la profesora: Dolores Sosa

Ciclo lectivo 2025

-Otras configuraciones de movimiento acordes a los diferentes contextos locales, regionales

y culturales: deportes alternativos.

-Entendimiento y análisis de los JyDA como múltiples prácticas que permanentemente van

surgiendo y engloban todas las actividades físicas que se refieren a modalidades lúdico-deportivas

no habituales, ni hegemónicas, ni estandarizadas en nuestra cultura, las que pueden proporcionar

un amplio abanico de posibilidades.

Unidad N°6: “Vida en la Naturaleza: construcción de la interacción equilibrada, sensible y de

disfrute con el medio natural y otros”

- Actividades ludomotrices, deportivas individuales y grupales, para el desempeño eficaz,

placentero y equilibrado en el ambiente.

- Habilidades en prácticas corporales y motrices con referencia a condiciones y características del ambiente natural y otros.

- Diseño y ejecución de proyecto Campamento. Fundamentación, cronograma y actividades

propias de un campamento.

Unidad N°7: “Deporte Escolar, Sóftbol”

- Deporte escolar: Sóftbol.

- Práctica de las distintas técnicas, tácticas. Análisis de los reglamentos. Rol de los distintos

integrantes de un equipo.

- Práctica y valoración de la lógica interna de los deportes colectivos.

- Habilidades específicas referidas a la práctica deportiva escolar.



Instituto de Enseñanza Secundaria

Curso: Sexto año

División: A

Ciclo: CO

Disciplina: **Educación Física**

Nombre de la profesora: Dolores Sosa

Ciclo lectivo 2025

- Reglas del deporte escolar como marco normativo necesario para su práctica.

Unidad N°6: "Deporte Escolar, Fútbol"

- Deporte escolar: Fútbol.
- Práctica de las distintas técnicas, tácticas. Análisis de los reglamentos. Rol de los distintos integrantes de un equipo.
- Práctica y valoración de la lógica interna de los deportes colectivos.
- Habilidades específicas referidas a la práctica deportiva escolar.
- Reglas del deporte escolar como marco normativo necesario para su práctica.

Página >> 3

BIBLIOGRAFÍA PARA EL ALUMNO

- Material digital en el aula virtual de 6to año.
- "Atletismo Para Todos" – Emilio y Edgardo Maseo. Editorial Brujas. Edición 2003
- "Reglamento de Deportes Tradicionales. Editorial Stadium Edición 2006.
- Reglamento de Deportes Alternativos. Vía Web.

Observaciones:

.....
Lugar y fecha Firma