

# Educación Física

---

## **Fundamentación:**

La Educación Física interviene en la formación corporal y motriz de los/as estudiantes al promover la apropiación de los saberes de la cultura corporal como por ejemplo prácticas ludomotrices, gimnásticas, expresivas, deportivas y de relación con el ambiente; favorece en estudiantes su formación integral, la valoración y disfrute de estas prácticas en la escuela como en otros ámbitos.

Se pretende que sus expresiones, sus ideas, sus sentimientos, sus decisiones, participen activamente en cada actividad propuesta, es por esto que el cuerpo y el movimiento (o corporalidad y motricidad) tienen un papel significativo en el proceso de constitución de la identidad de los estudiantes que intervienen en las clases porque es a través de ellos que se relacionan, se comunican y vinculan aprendiendo hacer y a ser; desarrollando su disponibilidad motora y corporal conociendo y relacionándose con su propio cuerpo, con el medio físico (espacio y elementos) y el medio social (con los otros) ampliando sus saberes partiendo de lo ya conocido.

Las clases se desarrollarán en el polideportivo de la escuela, dentro de un contexto de pandemia, serán predominantemente prácticas acompañadas de contenidos teóricos, y adaptadas a los protocolos sanitarios vigentes.

## **Son propósitos para la enseñanza:**

- a) Promover la comprensión de la Educación Física como área de conocimiento
- b) Favorecer el reconocimiento y desarrollo de las capacidades motrices y coordinativas advirtiendo su influencia en las diferentes prácticas motrices,
- c) Promover y valorar hábitos para desarrollar una vida saludable,
- d) Favorecer la reflexión y la crítica respecto a ideas que circulan como modelos a seguir formando ciudadanos pensantes, solidarios, responsables del bien común y creativos

## **Objetivos de aprendizaje:**

Que el/la estudiante:

- a) Identifique y ponga en juego las capacidades motrices, reconociendo su incidencia en las prácticas ludomotrices, gimnásticas, expresivas, deportivas, de vinculación con el ambiente y en la vida cotidiana;
- b) Resuelva problemas en situaciones motrices mediante acuerdos, elaboración táctica y el uso de diferentes habilidades motoras y reflexionar acerca del desempeño motor realizado;
- c) Asumir actitudes de cuidado, responsabilidad, solidaridad y respeto en las prácticas corporales y motrices en la integración de diferentes grupos,
- d) Disponer de herramientas para sostener con autonomía un plan personalizado de actividad motriz como aporte a su proyecto de vida

## **Planificación anual**

Temporalidad: 1° Cuatrimestre: hasta el 2/7; 2° Cuatrimestre: hasta el 4/12

# Educación Física

Núcleo: Gimnasia para la formación corporal

Ejes y Contenidos	Estrategias	Actividades	Evaluación
<p><u>El propio cuerpo:</u> Plan personal basado en principios del entrenamiento El valor de la actividad motriz en los hábitos de vida sana</p> <p><u>El cuerpo y el medio físico:</u> Uso y aprovechamiento de espacios y elementos p/ mejora de capacidades motoras Prevención de situaciones de riesgo</p> <p><u>El cuerpo y el medio social:</u> Prevención de situaciones de riesgo atendiendo a conceptos/normas c/ respecto al cuidado del cuerpo</p>	<p>Según contenido y características grupales pueden ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Descubrimiento guiado</li> <li>- Asignación de tarea</li> <li>- Imitación</li> <li>- Resolución de problema</li> <li>- Exploración</li> </ul>	<p>Ejercicios y juegos de: velocidad, fuerza, elongación y resistencia.</p> <p>Juegos de relevos con y sin elementos en pequeños grupos</p> <p>Tareas y juegos cooperativos que impliquen acuerdos grupales.</p> <p>Estrategia grupal para el cuidado de todos</p>	<p>Diagnóstica Sumativa Breves exámenes verdadero - falso u opción múltiple Co-evaluación Observación diaria Participación en clase</p>

**Recursos materiales:** Conos, pelotas, tizas, cintas de pegar, sogas, etc.

**Espacios de trabajo:** Polideportivo, patio externo/interno

Observaciones:

Núcleo: Juegos

Ejes y Contenidos	Estrategias	Actividades	Evaluación
<p><u>El cuerpo y el medio social:</u> Juegos cooperativos, de competencia, alternativos. Organización táctica del grupo para jugar. Respeto por las reglas acordadas.</p>	<p>Según contenido y características grupales pueden ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Descubrimiento guiado</li> <li>- Asignación de tarea</li> <li>- Imitación</li> <li>- Resolución de problema</li> <li>- Exploración</li> </ul>	<p>Juegos masivos, 1 contra todos, juegos deportivos, en pequeños bandos, en tríos cuartetos, parejas</p>	<p>Diagnóstica Sumativa Breves exámenes verdadero - falso u opción múltiple Co-evaluación Observación diaria Participación en clase</p>

**Recursos materiales:** Conos, pelotas, tizas, cintas de pegar, sogas, etc.

**Espacios de trabajo:** Polideportivo, patio externo/interno

Observaciones:

Núcleo: Deportes cerrado (atletismo)

Ejes y Contenidos	Estrategias	Actividades	Evaluación
<p><u>El propio cuerpo:</u> Habilidades motoras específicas Pruebas atléticas</p> <p><u>El cuerpo y el medio social:</u> Juegos atléticos</p>	<p>Según contenido y características grupales pueden ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Descubrimiento guiado</li> </ul>	<p>Ejercicios aplicativos, juegos de iniciación, tareas a realizar en grupos pequeños o individualmente.</p> <p>Competencias intra grupo y</p>	<p>Diagnóstica Sumativa Breves exámenes verdadero - falso u opción múltiple</p>

## Educación Física

---

Encuentros atléticos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Asignación de tarea</li> <li>- Imitación</li> <li>- Resolución de problema</li> <li>- Exploración</li> </ul>	por categorías.	Co-evaluación Observación diaria Participación en clase
----------------------	---	-----------------	---

**Recursos materiales:** Conos, pelotas, tizas, cintas de pegar, sogas, etc.

**Espacios de trabajo:** Polideportivo, patio externo/interno

Observaciones:

Núcleo: Deportes abiertos (Voleibol, Basquetbol, Futbol, Handball, Softball, Rugby –adaptado-)

<b>Ejes y Contenidos</b>	<b>Estrategias</b>	<b>Actividades</b>	<b>Evaluación</b>
<u>El propio cuerpo:</u> Habilidades motoras específicas <u>El cuerpo y el medio físico:</u> Uso del espacio con sentido táctico <u>El cuerpo y el medio social:</u> El juego Táctica individual y grupal Sistema de juegos Reglas	Según contenido y características grupales pueden ser: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Descubrimiento guiado</li> <li>- Asignación de tarea</li> <li>- Imitación</li> <li>- Resolución de problema</li> <li>- Exploración</li> </ul>	Ejercicios individuales, juegos reducidos en número, juegos de iniciación, juegos con superación numérica del atacante. Actividades y competencias en mini canchas.	Diagnóstica Sumativa Breves exámenes verdadero - falso u opción múltiple Co-evaluación Observación diaria Participación en clase

**Recursos materiales:** Conos, pelotas, tizas, cintas de pegar, sogas, etc.

**Espacios de trabajo:** Polideportivo, patio externo/interno

Observaciones: