

# Educación Física

---

## **Fundamentación:**

La Educación Física interviene en la formación corporal, motriz y deportiva de los/as estudiantes al promover la apropiación de los saberes de la cultura corporal como por ejemplo prácticas lúdicas (juegos), gimnásticas, expresivas (danzas), deportivas y de relación con el medio ambiente (campamentos); y desde estos *Núcleos Temáticos* hace su aporte en la formación integral además de favorecer la valoración y disfrute de estas prácticas en la escuela como en otros ámbitos.

Se pretende que las expresiones, ideas, sentimientos, y diversas decisiones de los/as estudiantes participen activamente en cada actividad propuesta, debido a que el cuerpo y el movimiento (o corporalidad y motricidad) tienen un papel significativo en el proceso de constitución de la identidad porque es a través de ellos que se relacionan, se comunican y vinculan aprendiendo a 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/as otros/as) ampliando sus saberes previos.

Las clases (mixtas) de 5tos años se desarrollarán los lunes y jueves para 5to 1ra y 2da, miércoles, y viernes para 5to 3ra y 4ta; siempre de 16:00 a 18:00, en el polideportivo de la escuela, serán predominantemente prácticas, pero siempre acompañadas de contenidos teóricos planteados desde el Diseño Curricular y teniendo en cuenta la ESI.

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

1. Promover la comprensión de la Educación Física como área de conocimiento orientada hacia 2 dimensiones: la disponibilidad corporal de sí mismo/a en interacción con el ambiente y con los otros/as; y la apropiación de la cultura corporal y motriz como aporte a su proyecto de vida.
2. Favorecer el reconocimiento y desarrollo de las capacidades motrices y coordinativas advirtiendo su influencia positiva en las diferentes prácticas lúdicas, deportivas, gimnásticas y en la vida cotidiana.
3. Fomentar la reflexión, el logro de acuerdos y la comunicación como herramientas a destacar en las clases; también la elaboración táctica en situaciones deportivas, el aprendizaje de diferentes habilidades motrices (técnicas).

## **Objetivos de aprendizaje:**

Algunos objetivos son que:

1. Identifiquen y pongan en juego las capacidades motrices, reconociendo su incidencia positiva en las prácticas lúdicas, gimnásticas, expresivas, deportivas, de vinculación con el ambiente y en la vida cotidiana;
2. Resuelva problemas en situaciones motrices mediante acuerdos, elaboración táctica y el uso de diferentes habilidades motoras y reflexionar acerca del desempeño motor realizado;
3. Asuma actitudes de cuidado, responsabilidad, solidaridad y respeto en clase en las prácticas corporales y motrices,
4. Disponga de herramientas para sostener con autonomía un plan personalizado de actividad motriz como aporte a su proyecto de vida

## **Temporalidad:**

Primer cuatrimestre: 1° Bimestre: finaliza 5/5; 2° Bimestre: finaliza 14/7;

Segundo cuatrimestre: 3° Bimestre: finaliza 29/9 y 4° Bimestre finaliza 1/12

# Educación Física

---

**Núcleo:** Gimnasia para la formación corporal

| Ejes y Contenidos  | Estrategias   | Actividades  | Evaluación   |
|--|---|--|--|
| <p><i>El propio cuerpo:</i><br/> <b>Plan personal basado en principios del entrenamiento: práctica y ejecución.</b><br/> <b>El valor de la actividad motriz en los hábitos de vida sana</b><br/> <i>El cuerpo y el medio físico:</i><br/>                     Uso y aprovechamiento de espacios y elementos p/ mejora de capacidades motoras<br/>                     Prevención de situaciones de riesgo<br/> <i>El cuerpo y el medio social:</i><br/>                     Prevención de situaciones de riesgo atendiendo a conceptos/normas c/ respecto al cuidado del propio cuerpo y de los otros.</p> | 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> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios y juegos de: velocidad, fuerza, elongación y resistencia.<br/>Individual, en pequeños o grandes grupos</li> <li>- Juegos de relevos con y sin elementos en pequeños grupos</li> <li>- Tareas y juegos cooperativos que impliquen acuerdos grupales.</li> <li>- Estrategia grupal para el cuidado de todos</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnóstica</li> <li>- Sumativa</li> <li>- Co-evaluación</li> <li>- Observación diaria</li> <li>- Participación en clase</li> </ul> |

Recursos materiales: Conos, pelotas, tizas, aros, sogas, etc.

Espacios de trabajo: Polideportivo

**Núcleo:** Juegos

| Ejes y Contenidos  | Estrategias   | Actividades  | Evaluación   |
|--|---|--|--|
| <p><i>El cuerpo y el medio social:</i><br/> <b>Juegos cooperativos, de competencia, alternativos.</b><br/> <b>Organización táctica del grupo para jugar.</b><br/>                     Respeto por las reglas explicadas, acordadas con el grupo y el docente.<br/>                     Valoración del juego limpio.<br/>                     El tratamiento de los juegos y juegos deportivos en los medios de comunicación.</p> | 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> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Juegos masivos, 1 contra todos, juegos deportivos, en pequeños bandos, en tríos cuartetos, parejas</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnóstica</li> <li>- Sumativa</li> <li>- Co-evaluación</li> <li>- Observación diaria</li> <li>- Participación en clase</li> </ul> |

Recursos materiales: Conos, pelotas, tizas, aros, sogas, etc.

Espacios de trabajo: Polideportivo

**Núcleo:** Deportes cerrado (atletismo)

| Ejes y Contenidos   | Estrategias   | Actividades   | Evaluación   |
|---|---|---|--|
| <p><i>El propio cuerpo:</i><br/> <b>Habilidades motoras específicas</b><br/>                     Pruebas atléticas<br/> <i>El cuerpo y el medio social:</i><br/>                     Juegos atléticos</p> | Según contenido y características grupales pueden ser: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Descubrimiento guiado</li> <li>- Asignación de tarea</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios aplicativos</li> <li>- Juegos de iniciación</li> <li>- Tareas a realizar en grupos pequeños o individualmente.</li> <li>- Competencias intra</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnóstica</li> <li>- Sumativa</li> <li>- Co-evaluación</li> <li>- Observación diaria</li> <li>- Participación en</li> </ul> |

# Educación Física

---

|  |  |                           |       |
|--|--|---------------------------|-------|
| <b>Encuentros atléticos</b><br><b>Reglas</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Imitación</li> <li>- Exploración</li> </ul> | grupo y/o por categorías. | clase |
|--|--|---------------------------|-------|

Recursos materiales: Conos, pelotas, tizas, aros, sogas, etc.

Espacios de trabajo: Polideportivo

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

| Ejes y Contenidos  | Estrategias  | Actividades  | Evaluación   |
|--|--|--|--|
| <p><i>El propio cuerpo:</i><br/><b>Habilidades motoras específicas de los deportes</b></p> <p><i>El cuerpo y el medio físico:</i><br/>Uso del espacio con sentido táctico</p> <p><i>El cuerpo y el medio social:</i><br/><b>El juego</b><br/><b>Táctica individual y grupal</b><br/><b>Sistema de juegos</b><br/><b>Reglas</b></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> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios individuales</li> <li>- Juegos reducidos en número</li> <li>- Juegos de iniciación</li> <li>- Juegos con superación numérica del atacante.</li> <li>- Actividades y competencias en mini canchas.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnóstica</li> <li>- Sumativa</li> <li>- Co-evaluación</li> <li>- Observación diaria</li> <li>- Participación en clase</li> </ul> |

Recursos materiales: Conos, pelotas, tizas, aros, sogas, etc.

Espacios de trabajo: Polideportivo

## **OBSERVACIONES:**

La planificación es flexible y puede modificarse.

Las clases estarán afectadas por las ACAPS (ya que hay días que 5to 2da no asistirán a clases), las rotaciones (de 5to 1ra y 2da) hacen a raíz de la clausura del gimnasio; días de lluvia, y cualquier imponderable que surja.