

PLANIFICACIÓN AÑO 2° CICLO LECTIVO 2023

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESORA: Claudia Agüero

CURSOS: 2

FUNDAMENTACIÓN:

La siguiente planificación del área de educación física se basa en seleccionar contenidos priorizados que acompañen la trayectoria escolar y promoción de cada uno de nuestros estudiantes en el proceso de enseñanza – aprendizaje.

Los contenidos priorizados están seleccionados teniendo la manera de trabajo que hay que tener en cuenta en cuanto a los protocolos escolares.

Como área nos proyectamos a acompañar a nuestros estudiantes de manera tal que en el proceso de enseñanza – aprendizaje valoricemos la salud y el movimiento recreativo.

Las propuestas apuntan a los siguientes propósitos de enseñanza:

Favorecer el desarrollo y reconocimiento de las capacidades motoras, advirtiendo su incidencia en las prácticas lúdicas, gimnásticas, deportivas y en la vida cotidiana.

Propiciar la apropiación, valoración, recreación y gestión autónoma de diversas prácticas de la cultura corporal y motriz popular – urbanas, rurales y otras–, de variados tipos de juegos, de deportes, de la gimnasia en sus diferentes expresiones y de las actividades en distintos ambientes, caracterizadas por el disfrute, la construcción compartida, la integración entre los géneros, el respeto a la diversidad y el cuidado de la salud.

Favorecer la reflexión crítica en la resolución de problemas, mediante el logro de acuerdos, la elaboración táctica y/o la construcción de diferentes habilidades motoras; la comunicación de los procesos y las producciones realizadas.

PLANIFICACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA 1ER CUATRIMESTRE

| UNIDAD | OBJETIVOS | CONTENIDOS | ACTIVIDADES | RECURSOS | EVALUACIÓN | TIEMPO |
|--|---|---|---|----------------------|---|-----------------------------------|
| GIMNASIA PARA LA FORMACIÓN CORPORAL | <p>Identificar las capacidades motoras en la realización de diferentes prácticas corporales y motrices.</p> <p>Identificar ejercicios para la entrada en calor.</p> <p>Participar en juegos cooperativos y tradicionales, reorganizando sus reglas y elaborando distintos tipos de resoluciones a partir de acuerdos.</p> | <p>Ejercicios para la entrada en calor.</p> <p>Funciones de los diferentes grupos musculares en distintos tipos de acciones motrices.</p> <p>Nutrición y descanso en la actividad física.</p> <p>Habilidades motoras básicas</p> <p>Cuidado del cuerpo propio y de los otros.</p> | <p>Actividades para el desarrollo de las capacidades, ejercicios de fuerza abdominal, piernas, brazos, y espinales dorsales.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad, elongación de piernas, pectorales, y trapecio, Ejercicios de movilidad articular antes y después de la actividad. y en relación con la postura, adecuada técnica corporal. Y adaptadas a cada cuerpo en particular.</p> <p>Concepto de prevención de lesiones. Y conocimientos de grados de lesiones.</p> <p>Conocimiento de ejercicios de resistencia aeróbica y de muscular localizada.</p> <p>Práctica sencilla sobre posturas de yoga a través del juego.</p> | Elementos deportivos | <p>Cuestionarios.</p> <p>Reflexión personal.</p> <p>Resolución de actividades, ejercicios o juegos.</p> <p>Observación directa.</p> <p>Autoevaluación.</p> <p>Intercambios escritos y orales del desarrollo de las actividades.</p> <p>Trabajos prácticos.</p> <p>Imágenes, fotos y/o videos.</p> <p>Entrevistas.</p> | 1er bimestre del 1er cuatrimestre |
| JUEGOS Y PRÁCTICAS LUDOMOTRICES | | Higiene y seguridad en las clases de Educación Física | Utilización de los espacios reducidos y amplios para el desarrollo de las ejercitaciones, en forma | | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|-----------------------------------|
| | | <p>La enseñanza recíproca, la cooperación y la solidaridad para la superación de los problemas que se identifican en los juegos.</p> <p>Hábitos saludables (actividad física, alimentación y descanso)</p> | <p>adecuada. utilización en ancho y largo del espacio. Observación y encuentro de lugares riesgosos para el juego y el desplazamiento. Realización de juegos de habilidades, con y sin elementos, propiciando su mejoramiento. Puntería, lanzamientos, saltos, en relación al espacio físico. Propiocepción, regular la propia energía en cada habilidad aprendida</p> | | | 2do bimestre del 1er cuatrimestre |
|--|--|--|--|--|--|-----------------------------------|

PLANIFICACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA 2DO CUATRIMESTRE

| UNIDAD | OBJETIVOS | CONTENIDOS | ACTIVIDADES | RECURSOS | EVALUACIÓN | TIEMPO |
|--|--|--|--|----------------------|---|-----------------------------------|
| JUEGOS Y PRÁCTICAS LUDOMOTRICES | Reconocer el valor del derecho a participar, a jugar y a aprender en el desarrollo de diferentes prácticas corporales, lúdicas y motrices. | <p>Higiene y seguridad en las clases de Educación Física</p> <p>La enseñanza recíproca, la cooperación y la solidaridad para la superación de los problemas que se identifican en los juegos.</p> <p>Hábitos saludables (actividad física,</p> | <p>Crear juegos de simple participación. Revalorar el tiempo de ocio creativo. Realización de juegos en torneos de eliminación simple, cuadrangulares y “ganador queda”.</p> <p>Aprendizaje de las reglas y creación de reglas propias</p> <p>Comunicación corporal.</p> <p>Creación de situaciones de juegos simulados, narrados.</p> <p>Juegos con y sin arbitrajes y con la no agresión como norma para el funcionamiento del juego, Árbitros alumnos</p> | Elementos deportivos | <p>Cuestionarios.</p> <p>Reflexión personal.</p> <p>Resolución de actividades, ejercicios o juegos.</p> <p>Observación directa.</p> <p>Autoevaluación.</p> <p>Intercambios escritos y orales del desarrollo</p> | 1er bimestre del 2do cuatrimestre |

| | | | | | | |
|---|--|--|--|--|---|--|
| <p>DEPORTES CERRADOS – ATLETISMO</p> <p>Deportes y Juegos de campo dividido</p> | <p>Resolver situaciones de juegos y deportes con empleo adecuado de habilidades motoras y organizaciones tácticas, logrando acuerdos sobre roles, espacios y reglas.</p> | <p>alimentación y descanso)</p> <p>Atletismo (técnica de carrera)</p> <p>Pruebas atléticas: carreras atléticas individual, salto en largo, lanzamientos.</p> <p>El juego como canal de aprendizaje</p> <p>Acuerdos grupales. Resolución de conflictos.</p> <p>Vóley (mini vóley 1vs1) Fútbol- tenis.</p> | <p>Actividades de carreras, saltos y lanzamientos. Actividades de nociones espaciales y de desplazamiento. Reglas de la disciplina</p> <p>Golpe de manos altas y bajas. Saque de abajo. Juego de 3vs3 Juegos de patear/ cabecear la pelota sobre la red. Juego de pase y recepción. Ejercicios de patear la pelota con diferentes partes del pie y del cuerpo.</p> | | <p>de las actividades. Trabajos prácticos. Imágenes, fotos y/o videos. Entrevistas.</p> | <p>2do bimestre del 2do cuatrimestre</p> |
|---|--|--|--|--|---|--|

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- Que los alumnos identifiquen las capacidades motoras, fuerza, resistencia, agilidad, entre otras, en la realización de tareas motrices.
- Que el alumno pueda usar habilidades motoras en la resolución de situaciones de diferentes juegos y/o acciones expresivas.
- Que alumno comprenda la lógica de un juego cooperativo.
- Que el alumno pueda reconocer un juego tradicional.
- Que alumno pueda guiar una entrada en calor y explicar los criterios empleados en la selección y secuencia de los ejercicios.
- Que el alumno pueda producir acciones motrices expresivas en forma individual.
- Que el alumno pueda identificar un conflicto, describirlo y aportar posibles resoluciones.
- Que el alumno evidencie actitudes del cuidado del propio cuerpo, el de otros y la salud.

Durante el proceso de enseñanza- aprendizaje pueden surgir espontáneamente cambios y/o ajustes en la presente planificación, por lo tanto, los profesores nos reservamos la posibilidad de efectuarlos según nuestro criterio.