

1º Año - Programa Analítico



Educación Física

ESPACIO - JUEGOS MOTORES Y DEPORTES EN CONJUNTO

CONTENIDOS CONCEPTUALES

PRIMER AÑO

- El propio juego
- El espacio y el tiempo de juego como un espacio y tiempo diferente
- Evolución de los juegos motores hacia el deporte de conjunto
- Características estructurales de los deportes de equipo.
- El deporte como práctica lúdico/motriz
- La movilidad de la regla
- Reglas fijas y móviles
- Noción de equipo
- Deportes en conjunto. Diferenciación
- Formas de competición lúdica y deportiva
- Encuentros – torneos- campeonatos
- La competencia, el juego
- Diversión y placer

ESPACIO - GIMNASIA Y DEPORTES INDIVIDUALES

CONTENIDOS CONCEPTUALES

PRIMER AÑO

- El cuerpo propio
- El cuerpo y el desarrollo puberal
- Cambios corporales. Cuerpo. Sexualidad
- El propio movimiento
- Relación tónico fásica en el movimiento
- Gimnasia correctiva. Propia postura corporal. Posturas inconvenientes y compensatorias. Movimientos inconvenientes y compensatorios.
- Gimnasia. Rendimientos y mantenimiento. Las capacidades corporales y orgánicas y el desarrollo. Principios de entrenamiento de las capacidades corporales y orgánicas. Tipos de contracción muscular
- Gimnasia expresiva. La expresión del cuerpo. Movimientos expresivos. Variantes gimnasia expresiva.
- Gimnasia deporte. Técnicas de movimiento generales de los deportes individuales. Esquemas motores específicos de los deportes individuales. Esquemas posturales específicos de los deportes individuales.

ESPACIO - VIDA EN LA NATURALEZA

CONTENIDOS CONCEPTUALES

PRIMER AÑO

- La convivencia con los otros en ambientes naturales.
- Formas de vida en la naturaleza (juegos, caminatas, excursiones). grandes juegos
- Programación y organización.
- Seguridad. Primeros auxilios
- Campamento: media duración 48 hs. Rústico.
- Equipo individual. Grupal. General.



Educación Física

- Orientación. Brújula y mapas.
- Iniciación al estudio del cielo.
- Medio ambiente. Preservación de las especies
- Agentes contaminantes
- Actividades de campamento: expresivas (tallado, maquetas, etc.)
- Construcciones campamentiles
- Cabuyería (nudos simples)
- Comunicación. Tipos.

ESPACIO - JUEGOS MOTORES Y DEPORTES DE CONJUNTO

CONTENIDOS PROCEDIMENTALES

PRIMER AÑO

- Análisis y comparación del espacio y tiempo de juego del espacio y tiempo de la realidad.
- Exploración y desarrollo de diferentes tipos de juegos hacia la evolución del deporte.
- Participación en juegos motores socializados y de aplicación de habilidades motores básicas.
- Práctica de habilidades deportivas básicas en situaciones de juegos simplificadas.
- Interacción de reglas y roles del deporte.
- Exploración y análisis de la importancia de acordar, negociar y modificar reglas según intereses y necesidades colectivas.
- Adaptación del comportamiento individual a las reglas acordadas (móviles) y/o Institucionalizadas (fijas).
- Exploración de ataque y defensa individual y grupal.

ESPACIO - GIMNASIA Y DEPORTES INDIVIDUALES

CONTENIDOS PROCEDIMENTALES

PRIMER AÑO

- Gimnasia y deporte
 - precisión y dinamismo en el movimiento
 - ensayo y experimentación de habilidades y destrezas.
 - Experimentación de formas de acondicionamiento, cuidado y reacondicionamiento del ambiente en la práctica corporal y motriz.

ESPACIO - VIDA EN LA NATURALEZA

CONTENIDOS PROCEDIMENTALES

PRIMER AÑO

- Participación con pares en actividades al aire libre y en la naturaleza
- Preparación de campamentos.
- Elección de lugares.
- Práctica de primeros auxilios
- Selección y reparación del equipo general. (En relación c/actividades, lugar)
- Selección espacios de campamentos (para colocar carpas, hacer fogón, etc.)
- Utilización de brújula y mapas en caminatas.



Educación Física

Utilización de brújula y mapas en caminatas
Realización de actividades expresivas en el campamento.
Construcción de soportes necesarios a las actividades campamentiles.
Utilización de diferentes tipos de comunicación.

Orientaciones Didácticas

Espacio - Juegos Motores y Deportes de Conjunto

- Estimular a los alumnos/as para proponer, organizar y modificar juegos y reglas, pudiendo complejizarlas o simplificarlas, adaptándolas a sus necesidades y/o posibilidades motrices y de comprensión estratégica.
- Brindar la posibilidad para que los alumnos se adueñen de una habilidad y la analicen con tiempo en forma individual y grupal. Respetar el paso que se da entre el aprendizaje corporal/motriz y el momento en que juega con este aprendizaje.
- No abandonar la práctica lúdica dada por los juegos motores.
- No excluir la utilización ocasional de otros juegos.
- Brindar a los alumnos espacios para la elaboración táctica y estratégica, individual y grupal, de ataque o de defensa.
- Trabajar los aspectos técnicos de los deportes en el contexto de juego.
- Promover el diálogo y la reflexión durante la clase para que los alumnos tengan un espacio de reflexión y puedan manifestar sus inquietudes, impresiones, experiencias, etc.
- Integrar a cada actividad referida a este bloque los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales. Estos últimos por la fuerte referencia que tienen en el juego y deporte.

Espacio - Vida en la Naturaleza

- Buscar distintas estrategias y metodologías para la participación en la organización por parte de los alumnos.
- Trabajar previamente a una salida las características del lugar a visitar (Aspecto geográfico/histórico/social).
- Planificar actividades con los habitantes del lugar.
- Proponer el debate y la reflexión grupal en las actividades como elementos Necesarios para la construcción de reglas, normas, orden, organización, etc.
- Tomar todos los recaudos antes de cada salida campamental (fichas médicas, Botiquín bien provisto, elementos necesarios).

Espacio - Gimnasia y Deportes Individuales

- Fundamentar el trabajo en el buen diagnóstico del alumno (conocimiento que tiene sobre habilidades, destrezas, etc.)
- Buscar estrategias para que el alumno pueda verse y pueda ver a sus compañeros en acciones motrices.
- Proponer diferentes dinámicas de trabajo (colectivas, individuales, en pequeños grupos, etc.)
- Diferenciar la enseñanza de una habilidad y una destreza.
- Articular los diferentes momentos en la enseñanza de una habilidad.
- Trabajar la postura desde el conocimiento de que no hay una postura general sino posturas eficientes y económicas que surgen de los principios de la postura y de la biomecánica corporal de cada alumno.

1º Año - Programa Analítico



Educación Física

- Enseñar las destrezas y las habilidades

en relación con el fin o sentido de cada movimiento. Reflexionar sobre los problemas actuales relacionados con la salud

Contenidos Actitudinales Generales del Área

- Confianza y aprecio por sí mismo y por su propia capacidad para resolver problemas de movimiento.
- Gusto y la disposición para el trabajo autónomo y por el trabajo y juego con otros.
- Perseverancia en la búsqueda de la eficiencia motriz y capacidad corporal y orgánica.
- Tolerancia y serenidad frente a los resultados en actividades corporales, juegos y deportes.
- Aprecio por el placer y uso creativo del tiempo libre.
- Respeto y solidaridad con los demás, aceptación de diferencias.
- Disposición al diálogo como posibilidad de acuerdos.
- Disposición para cooperar, acordar y aceptar reglas de trabajo y juego.
- Disposición hacia la indagación, la búsqueda de respuestas y la crítica de las actuaciones personales y grupales en las actividades corporales, juegos y deportes.
- Valoración de la Educación Física como aporte al desarrollo de las diferentes dimensiones del propio cuerpo y movimiento.
- Valoración de la precisión del movimiento y la expresión corporal.
- Posición reflexiva y crítica ante los mensajes de los medios de comunicación social referidos al cuerpo, la salud y las prácticas corporales y motrices.