



GOBIERNO DE CORDOBA
 MINISTERIO DE EDUCACION
 SECRETARIA DE EDUCACION
 D.G.E.T. Y F.P.
 INSPECCION GENERAL – Prof. Esmir Liendo
 INSPECCION ZONA V – Prof. Miriam Macaño
 I.P.E.T. Nº 49 – DOMINGO F. SARMIENTO



PRIORIDADES PEDAGOGICAS

- ✓ Mejora en los aprendizajes de Lengua, Matemática y Ciencias.
- ✓ **Mayor tiempo en la escuela y en el aula en situación de aprendizaje.**
- ✓ Buen clima institucional que favorezca los procesos de enseñanza y aprendizaje.
- ✓ Más confianza en las posibilidades de aprendizaje de los estudiantes

PLANILLA DE PLANIFICACION 2016 – CICLO BÁSICO

ESCUELA	I.P.E.T. Nº 49 – DOMINGO F. SARMIENTO	DOCENTE/S	Brandán Marcos Enrique Mercadal Pablo		
ASIGNATURA	Educación Física	CURSO 3º		DIVISIÓN	A-B-C-D-E
CARGA HORARIA	2 Estímulos semanales de 1 hora reloj cada Uno	PRESUPUESTO DE TIEMPO			
PRESENTACIÓN (FUNDAMENTACIÓN)	<p>Vivimos en un mundo donde tenemos cada vez más propuestas sedentarias que no suelen ser beneficiosas para la salud de los sujetos. La carencia de todo tipo de actividad física provoca que en muchos casos los jóvenes opten por propuestas que atentan contra lo expresivo, lo activo, transformándolos en dinámicas de abandono, relajamiento receptivo, cómodos y confortables por demás, pero que en nada contribuyen al desarrollo de la persona en toda su magnitud.</p> <p>Esto sumado a las características que tienen nuestros estudiantes del I.P.E.T. Nº 49, en función de tener que cumplimentar con la doble escolaridad que implica una gran carga horaria en las aulas, su participación en los talleres, etc., hacen que se acreciente la pasividad, los malos hábitos posturales y la falta de actividad física.</p> <p>Es por este motivo que la sistematización y propuestas de las actividades físicas significativas e integradoras por medio de una Educación Física que contemple juegos, deportes, gimnasia y recreación revistan una especial importancia, en tanto que estos adolescentes puedan desenvolverse de manera placentera, satisfagan sus ansias psico-espirituales y sus necesidades de expresión y socialización con sus pares.</p>				

	<p>Para contribuir a sumar propuestas que ayuden a satisfacer la problemática señalada, consideramos indispensable brindar espacios de participación deportiva y recreativa mediante torneos internos por curso, participando en encuentros deportivos colegiales EN.DE.CO., brindando charlas educativas de concientización sobre diferentes temáticas y llevar a cabo la realización de las intertribus institucionales donde los estudiantes se identifiquen con los colores del colegio tomen protagonismo adquiriendo roles protagónicos como autoridades y participen todos en forma masiva en diferentes disciplinas deportivas durante el encuentro.</p>
<p>DIAGNÓSTICO PEDAGÓGICO</p>	<p>Con el proyecto del área de Educación física se buscará satisfacer en los alumnos la necesidad de mejorar sus capacidades físicas y sus aptitudes para la ejecución de fundamentos técnicos en algunos deportes que se acomoden a sus gustos, así como su capacidad de interacción y socialización con los demás. También crear conciencia sobre la importancia que tiene el ejercicio y el deporte como factor determinante en la prevención de enfermedades que surgen con el sedentarismo.</p> <p>Constará de dos momentos. Uno a nivel verbal conversando y consultándole a los estudiantes que cosas hicieron el año anterior, que actividades realizan en su vida diaria, si practican deportes o actividades físicas extraescolar, consultando que contenidos de la Educación Física son los que más le gustan. Por otro lado debemos hacer un diagnóstico grupal e individual en función de la parte práctica mediante juegos, deporte, gimnasia, para tener un punto de partida o diagnóstico y así tomar decisiones en función de lo planificado o los contenidos a desarrollar.</p>
<p>OBJETIVOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aceptar las posibilidades de acción, comunicación y expresión y los límites posibles en la manifestación singular de la producción corporal y motriz. ➤ Adquirir las herramientas y procedimientos necesarios para la construcción autónoma y responsable de su proyecto de vida saludable, apropiándose del conocimiento, práctica y disfrute de actividades físicas lúdicas, deportivas y expresivas, tomando conciencia de las acciones que favorecen y perjudican el cuidado de la salud. ➤ Construir su disponibilidad corporal y motriz, asumiendo una postura crítica respecto de los patrones estéticos o de

	<p>rendimiento competitivo que los medios de comunicación transmiten como modelo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Aprender a jugar y competir en distintos ámbitos, en el marco de los diversos tipos de juegos, apropiándose progresivamente de su lógica, organización y sentido, construyendo e internalizando normas y reglas de trabajo en equipo, a partir del acuerdo colectivo. ➤ Desarrollar la capacidad de ajuste motor a las diversas situaciones de juego, mejorando el nivel de destreza. ➤ Conocer y aplicar dimensiones técnicas y tácticas específicas, explorando intereses y posibilidades de acción, individuales y grupales. ➤ Reconocer en la práctica lúdica y deportiva el valor del juego cooperativo, el esfuerzo compartido y la resolución colectiva de problemas. ➤ Interactuar con los demás a partir de una relación sensible, crítica y afectiva con el ambiente, en el marco de una convivencia democrática.
<p>APRENDIZAJE Y CONTENIDOS</p>	<p>EJE: Dimensión Corporal</p> <p>CONTENIDOS CONCEPTUALES Y PROCEDIMENTALES</p> <p># Formación física y adecuación en los ejercicios, juegos, vida cotidiana. Los cambios corporales y efectos de la actividad corporal. Regulación de intensidades de esfuerzo en orden a las sensaciones subjetivas.</p> <p># Capacidades motoras. Procedimientos para su desarrollo. Selección de ejercicios y actividades. Detección de errores de movimientos, formas de corregirlos.</p> <p>Fuerza (ejercicios básicos)</p> <p>Flexibilidad (diferentes elongaciones)</p> <p>Frecuencia cardíaca (formas de tomarla)</p> <p># Experimentación de tipos de contracción muscular y técnica de relajación muscular. Regulación de la respiración.</p> <p># Tono muscular y movimiento. Grupo musculares, articulaciones y movimientos.</p> <p># Aptitud. Las destrezas y las habilidades . Determinación y utilización de las habilidades básicas en situaciones y entornos cambiantes (juego, competencias etc.)</p>

Actividad corporal y salud. Higiene y prevención. Cuidados.

Autogestión en la puesta en práctica de trabajos en cantidad de series, repeticiones, en ejercicios de fuerza y resistencia.

EJE: Los juegos y los deportes

CONTENIDOS CONCEPTUALES Y PROCEDIMENTALES

La lógica del juego y el deporte. Selección y organización de los juegos y los deportes.

La táctica como resolución de situaciones y la estrategia como plan para resolver el juego.

Ataque y defensa, espacio, comunicación motriz.

El juego adaptado, juego deporte.

Aceptación y aplicación de la regla

La táctica como construcción grupal para resolver situaciones de juego. Selección y elaboración de esquemas tácticos en el juego y los deportes.

Ataque y defensa (individual y grupal), transición entre ambas fases.

Deportes, aspectos reglamentarios básicos y técnicas para poder jugar, en situaciones de juego reflexionando en la toma de decisiones
2 contra 2, 3 contra 3 .

Hándbol: pase de hombro, lanzamiento a pie firme, en suspensión, ritmo de tres tiempos, situaciones de juego 4contra 4, 5 contra 5 etc,
defensa en zona, puestos específicos.

Vóleibol golpe de arriba, golpe de abajo, saque de arriba, remate, función de los jugadores, sistema de juego.

Básquetbol: Pase, dribling, bandeja, lanzamientos a pie firme, en suspensión, posición de marca, marcación individual, contraataque.

Fútbol: conducción, pases, remate. Situaciones de juego, defensa ataque, puestos.

Sóftbol: Juego, pase, lanzamiento, bateo

CONTENIDOS ACTITUDINALES

Cuidado de la salud personal en las prácticas corporales, juegos y deportes.

Gusto por el trabajo autónomo y por el trabajo con otros.

	<p># Valoración de la educación física como aporte al desarrollo de las diferentes dimensiones del propio cuerpo y movimiento</p> <p># Tolerancia y serenidad frente a los resultados en actividades corporales, juegos y deportes.</p> <p># Disposición para jugar y jugar con otros. Diálogos y acuerdos en juegos, deportes y actividades corporales.</p> <p># Ética del comportamiento deportivo. Relación entre instituciones, jugadores, árbitros y espectadores.</p> <p># Construcción y cooperación en aplicación de normas de convivencia y seguridad.</p> <p># Relación vincular alumno-alumno, alumno, docente.</p> <p># Posición reflexiva y crítica ante los mensajes de los medios de comunicación social referidos al cuerpo, la salud y las prácticas corporales y motrices.</p>
<p>ESTRATEGIAS PARA LA ENSEÑANZA</p>	<p>La modalidad de trabajo es generar prácticas corporales y reflexionar sobre el quehacer diario. La asignatura apuesta fuertemente a una modalidad práctica, utilizando la materia y su aplicación a través de distintos proyectos de departamento e institucionales, rescatando también vivencias personales para abordar aspectos teóricos que los estudiantes deberán apropiarse para acreditar al finalizar el año.</p>
<p>EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES</p>	<p>Se tendrá en cuenta el desempeño motriz, la capacidad de conceptualizar y aplicar procedimientos trabajados durante las clases. Las actitudes se evaluarán teniendo en cuenta diferentes categorías: asistencia, respeto, responsabilidad, compromiso, cooperación, reflexión crítica, etc. (ver material adjunto – “programa de exámenes de educación física”).</p>
<p>BIBLIOGRAFIA DEL ALUMNO Y DEL DOCENTE</p>	<p>✓ Apuntes realizados por los docentes del dpto (reglamentos, capacidades físicas (flexibilidad), problemas y vicios posturales, sedentarismo y calidad de vida).</p> <p>✓ Libro “Educación física en el nivel medio” autoras: Inés A. Ruiz y Ada B. Herrera.</p>

