

Córdoba, 08 de abril de 2019

Sres. padres:

Por medio de la presente, me dirijo a usted para hacer saber algunas pautas básicas para la aprobación de la asignatura **Educación Física** durante el presente año lectivo.

En cuanto a las actitudes en clase, se tendrán en cuenta los siguientes aspectos: disponibilidad, predisposición, compañerismo, respeto al profesor a cargo, a los compañeros y a las actividades. Para la promoción de la materia, los alumnos deberán contar con los trimestres aprobados, adquiriendo la aprobación por práctica de gestos o en forma teórica. Se evaluará gesto, evolución, proceso y coordinación

Las evaluaciones serán prácticas integradoras de contenidos, y exámenes orales basados en el material otorgado por el profesor. El mismo está formado por los contenidos que se detallan en el programa y por explicaciones abordadas en la clase.

Los alumnos serán evaluados diariamente como nota de proceso por:

- Respeto al profesor, a los compañeros, a los materiales y a las actividades.
- Responsabilidad en las tareas.
- Cumplimientos de trabajos en la clase, tanto de manera individual como grupal.
- Conocimiento práctico.
- Pertinencia en las actividades/ comentarios acerca del tema de clase.

**Nota:** Los alumnos que, oportunamente, rindieran la materia a fin de año, deberán presentar todos los apuntes de estudio, otorgados durante el año. Los mismos deben presentarse en una carpeta en forma limpia y prolija el día del examen.

Sin otro particular, los saludo atentamente.

.....  
Prof. Sandri Marcelo Daniel

Firma del padre.....

Firma del alumno.....

## **Programa de Educación Física**

**Profesor:** *Sandri Marcelo*

**Cursos:** 4° "A"

**Año:** 2019

### **UNIDAD N.º 1: Básquet**

#### *Ejes*

- En relación con prácticas corporales, motrices y ludomotrices referidas a la disponibilidad de sí mismo
- En relación con prácticas corporales, motrices y ludomotrices en interacción con otros.

#### *Objetivos generales*

- - Conocer la lógica de los deportes
- - Experimentar una variedad motriz.
- - Conocer y distinguir las diferentes funciones en cada deporte y su regla.
- - Diferenciar capacidades motoras en la aplicación del juego.
- - Utilización de las habilidades en la resolución de problemas, que impliquen una adecuada percepción espaciotemporal.
- - Experimentar la resolución de diferentes problemas en situaciones de juego y sus acciones.
- - Reconocer las posibilidades motoras de nuestro cuerpo y reconocer la seguridad en sí mismo.
- - Promover la autonomía de los alumnos al tomar decisiones, y su responsabilidad en estas acciones.

#### *Objetivos específicos*

- Conocer la lógica del Básquet y juegos deportivos.
- Diferenciar los componentes y elementos constitutivos del Básquetbol, de los diferentes deportes.
- Vivenciar los gestos técnicos del Básquet
- Reconocer la utilización de las habilidades motrices según la situación de juego, a través de la variedad de situaciones/problema.
- Identificar las posibilidades corporales a través de la diferenciación de las variantes de movimiento.
- Mejorar el análisis de la situación de juego a través de la búsqueda de espacios libres.

## Contenidos

### *Posición Básica*

- *Arrancadas*
- *Paradas*
- *Pivote*
- *Cambios de dirección.*

### *El pase*

- *A dos manos de pecho*
- *Pase picado con dos manos.*
- *Pase por encima de la cabeza.*

### *Dribling/pique/bote*

- *Protección.*
- *Progresión.*

- *Velocidad.*
- *Con dos manos.*
- *Cambios combinados.*

### *Lanzamiento / tiro*

- *Tiro libre*
- *Tiro estático*
- *Lanzamiento tras parada.*
- *Lanzamiento en suspensión.*

### *Bandeja*

- *Entrada con ambos perfiles.*

## **UNIDAD N.ª 2: Vóley**

### *Ejes*

- En relación con prácticas corporales, motrices y ludomotrices referidas a la disponibilidad de sí mismo
- En relación con prácticas corporales, motrices y ludomotrices en interacción con otros.

### Objetivos generales

- - Conocer la lógica de los deportes
- - Experimentar una variedad motriz.
- - Conocer y distinguir las diferentes funciones en cada deporte y su regla.
- - Diferenciar capacidades motoras en la aplicación del juego.
- - Utilización de las habilidades en la resolución de problemas, que impliquen una adecuada percepción espaciotemporal.
- - Experimentar la resolución de diferentes problemas en situaciones de juego y sus acciones.
- - Reconocer las posibilidades motoras de nuestro cuerpo y reconocer la seguridad en sí mismo.
- - Promover la autonomía de los alumnos al tomar decisiones, y su responsabilidad en estas acciones.

### Objetivos específicos

- Conocer la lógica del voley a través de los juegos predeportivos
- Diferenciar los componentes y elementos constitutivos del vóley, en comparación con otros deportes.

- Vivenciar los gestos técnicos del voley
- Identificar las posibilidades corporales a través de la diferenciación de las variantes de movimiento.
- Mejorar la toma de decisión, identificando el espacio total y parcial en la situación de juego.
- Reconocer la utilización de las habilidades motrices según la situación de juego, a través de la variedad de situaciones problema.

### Contenidos

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Saque:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>De abajo</i></li> <li>- <i>De arriba</i></li> </ul> </li> <li>• <i>Recepción:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Estática</i></li> <li>- <i>En movimiento</i></li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Bloqueo:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Estático</i></li> <li>- <i>Dinámico</i></li> </ul> </li> <li>• <i>Manejos:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Bajo</i></li> <li>- <i>Alto.</i></li> </ul> </li> </ul> |
|--|---|

## **UNIDAD N.ª 3: Handball**

### *Ejes*

- En relación con prácticas corporales, motrices y ludomotrices referidas a la disponibilidad de sí mismo
- En relación con prácticas corporales, motrices y ludomotrices en interacción con otros.

### Objetivos generales

- - Conocer la lógica de los deportes
- - Experimentar una variedad motriz.
- - Conocer y distinguir las diferentes funciones en cada deporte y su regla.
- - Diferenciar capacidades motoras en la aplicación del juego.
- - Utilización de las habilidades en la resolución de problemas, que impliquen una adecuada percepción espaciotemporal.
- - Experimentar la resolución de diferentes problemas en situaciones de juego y sus acciones.
- - Reconocer las posibilidades motoras de nuestro cuerpo y reconocer la seguridad en sí mismo.
- - Promover la autonomía de los alumnos al tomar decisiones, y su responsabilidad en estas acciones.

### Objetivos específicos

- Conocer la lógica del handball y su forma de juego.
- Diferenciar los componentes y elementos constitutivos del handball, en comparación con otros deportes.
- Vivenciar los gestos técnicos del handball.
- Reconocer la utilización de las habilidades motrices según la situación de juego, a través de la variedad de situaciones/problema.
- Identificar las posibilidades corporales, a través de la diferenciación de las variantes de movimiento.
- Mejorar el análisis de la situación de juego, a través de la búsqueda de espacios libres.

### Contenidos

#### *Dribling:*

- *fases del dribling*
- *tipos de dribling*
- *variaciones del dribling*
- *utilización del dribling*

#### *Carrera de aproximación y salto:*

- *la carrera/ el correr*
- *fases de la carrera*
- *técnica de carrera.*

#### *El salto*

- *fases del salto.*
- *para que trabajar los saltos*

#### *Lanzamiento:*

- *carrera de aproximación*
- *salto de lanzamiento*

- *lanzamiento a pie firme*
- *lanzamiento en suspensión.*
- *coordinación salto y lanzamiento*

#### *Relación:*

- *pases/recepción*
- *tipos de pases*
- *cruces simples*
- *combinaciones peses- lanzamientos*
- *combinaciones pases-dribling- lanzamiento*

#### *Sistemas de juego:*

- *ataque básico*
- *defensa básica.*

## **UNIDAD N.º 4 CAPACIDADES FÍSICAS**

### ***Ejes***

- En relación con prácticas corporales, motrices y ludomotrices referidas a la disponibilidad de sí mismo
- En relación con prácticas corporales, motrices y ludomotrices en el ambiente natural y otros.

### **Objetivos específicos**

- Mejorar la capacidad de resistencia aeróbica- anaeróbica.
- Conocer las características, componentes y elementos constitutivo de las diferentes resistencias.
- Vivenciar trabajos aeróbicos- anaeróbicos variados.
- Experimentar y vivenciar actividades de estas capacidades.

- Mejorar el análisis de la situación de seguridad a la hora de realizar trabajos de resistencia.
- Identificar las posibilidades corporales, a través de la diferenciación de las variantes de movimiento.

## Contenidos

### Resistencia

- aeróbica
- anaeróbica

### Criterios de evaluación

- Asimilación, interpretación, análisis, claridad y transferencia de conceptos y contenidos.
- Coherencia y claridad en las respuestas
- Desarrollo de pensamiento crítico
- Capacidad de reflexión y de relación entre contenidos y conceptos
- Elaboración de opinión y fundamentación
- Reproducción de habilidades propias de cada deporte, respetando principios básicos en cada ejecución.
- Evolución en el desarrollo de las habilidades y las capacidades.
- Capacidad de ajuste motor al juego.
- Rendimiento en los test de evaluación
- Predisposición, compromiso, participación y responsabilidad para con la asignatura.
- Esfuerzo por vencer las dificultades, demostrando interés y dedicación.
- Actitud de respeto e integración con docente y compañeros.
- Cumplimiento de las pautas de trabajo.

## BIBLIOGRAFIA:

La bibliografía presentada fue utilizada para formular los diferentes apuntes de la currícula. Esta recopilación de material está hecha por el profesor de acuerdo con su criterio, para llegar a una mejor comprensión de los movimientos y conceptos (de carácter metodológicos).

Para la confección del material, se trabajó acentuando en cuestiones metodológicas para la enseñanza y la comprensión, tomando como base las siguientes bibliografías:

- “Atletismo para todos” Emilio y Edgardo Mazzeo. Editorial IPEF. Este libro especifica la forma de realizar los diferentes movimientos atléticos y su implementación en la escuela.
- Reglamento de handball. En este aparecen las normas y medidas reglamentarias del deporte
- “Técnica del balonmano” J Antón García. Ed. Stadium. Figuran explicitados los gestos, intenciones y principios de balonmano, con intervenciones pedagógicas.
- “Teoría del movimiento. Motricidad deportiva” Kart Meinel y Günter Schnabel. Ed. Stadium
- “Iniciación al voley” Contreras. Ed IPEF. Este libro especifica las formas correctas de realizar los diferentes movimientos predeportivos/gestos técnicos del vóley y su implementación en la escuela.
- “Basquetbol: metodología de la enseñanza” Moacyr Daiuto.
- “Juegos para el entrenamiento” Bertheld Frohner. Ed. Stadium.
- “Coordinación” Bernstein.
- “Entrenamiento total” Jürgen Weineck