



Instituto Ntra. Sra. de Luján  
HH. MM.

## **PROGRAMA 2018**

**MATERIA:** EDUC. FÍSICA

**DOCENTE:** PARRA , SANTIAGO

**CURSO:** 1 °

**DIVISIÓN:** A

### **CONTENIDOS / UNIDADES:**

#### 1- Constitución corporal

Las capacidades motoras y su tratamiento. Desarrollo integrado de las capacidades motoras, considerando sus aspectos orgánicos, su relación con la salud y la disponibilidad de sí mismo. Capacidades coordinativas en situaciones deportivas y/o de la vida cotidiana. Beneficios y perjuicios del entrenamiento de las distintas capacidades motrices.

#### 2- Habilidades motrices

El desarrollo de la habilidad motriz específica del deporte, en medios naturales con sentido recreacional, en distintos ámbitos, situaciones y contextos. Selección y utilización de métodos para técnicas o gestos deportivos específicos, a partir de las necesidades y posibilidades individuales.

#### 3. Corporeidad y Sociomotricidad

Desarrollar capacidades lógico-motrices, relacionales y expresivas mediante los vínculos que se establecen en el interior del grupo.

Participar en encuentros de juegos deportivos organizados en el curso, en la escuela, la región, poniendo en juego sus habilidades sociomotrices.

#### 4. El deporte escolar

Permiten al adolescente aprender a jugar los juegos deportivos, construirlos, recrearlos, participar en encuentros. Finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices, espacios y comunicación. Roles y funciones. Adecuación del reglamento de juego para incluir activamente a todo el grupo.

### **Alumnos en situación de No Promoción (por inasistencias) y con promedio final 7 o más:**

#### **Núcleos temáticos obligatorios para estudiar:**

1. Resistencia (trabajado en el año, tipos de entrenamientos de la resistencia, juegos, inclusión.)
2. Situación a resolver (juego, situación de juego o deporte)
3. Capacidades Motoras (¿Cuales son? ejemplificar tipos con actividades realizadas en clase.)
4. El deporte en la escuela (¿Cómo logramos que el deporte en la escuela sea inclusivo?)
5. Película: “Jamaica bajo cero”. Breve idea de la película. ¿Qué mensaje y valores nos deja?  
¿Cómo podemos relacionar esos valores con la clase de educación física?

#### Condiciones para rendir el examen:

- Presentarse con UNIFORME COMPLETO y LIBRETA de comunicados.
- Respetar el horario de inicio de la Comisión Evaluadora, con una tolerancia no mayor a 20 min.