

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CUYO DIGES LICEO AGRÍCOLA Y ENOLÓGICO "DOMINGO F. SARMIENTO"	<b>PROGRAMA ANUAL</b>	2019
---	-----------------------	------

**Espacio Curricular: Educación Física IV**

Área: <b>Educación Física</b>	Modalidad: <b>Técnica</b>
Formato: <b>Asignatura</b>	Año de cursado: <b>Cuarto</b>
Curso/s: <b>4ºA- 4ºB- 4º Técnico</b>	Ciclo: <b>2019</b>
Hs semanales: <b>3hs</b>	Profesores a cargo: <b>Castro, A - De Vito, M – Saez, A</b>

- **Capacidades a trabajar:**
  - Ajustar las capacidades coordinativas en la resolución de situaciones motrices complejas.
  - Diseñar situaciones motrices que impliquen el trabajo consciente y adecuado de las capacidades condicionales.
  - Regular y dosificar las intensidades de trabajo durante el esfuerzo en función de las posibilidades y el crecimiento y maduración individual.
  - Reconocer en la práctica física parámetros saludables que influyan positivamente en su calidad de vida
  
- Ajustar de forma consciente y correcta la postura corporal según los requerimientos de las variadas situaciones motrices.
- Identificar el objetivo motor a alcanzar en diferentes situaciones motrices.
- Relacionar en la práctica los parámetros que configuran la estructura interna de juegos y deportes con diversas formas de interacción.
- Producir acciones motrices con intencionalidad expresiva y/o comunicacional.
- Elaborar respuestas motrices adecuadas ante situaciones motrices con incertidumbre y con y sin interacción motriz.
- Intervenir en diferentes manifestaciones motrices culturales.
  
- Participar en la organización y desarrollo de actividades en el entorno físico natural..
  
- Participar de encuentros recreativos y/o deportivos en ámbitos escolares asumiendo responsabilidad y autonomía en el trabajo.

<p style="text-align: center;"><b>EJE I</b></p> <p>Praxis motrices en relación con situaciones motrices orientadas al desarrollo de la disponibilidad de sí mismo</p>	<p><b>UNIDAD I: El acondicionamiento físico en la constitución corporal y motriz con un enfoque integrado, saludable y significativo.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo y ajuste específico de las <b>capacidades coordinativas</b> a situaciones deportivas, gimnásticas y/o de la vida cotidiana.</li> <li>- Adecuación y aplicación <b>sistemas de trabajo para el acondicionamiento físico personal</b> considerando sus necesidades e intereses y las variables de trabajo.</li> <li>- Diseño de actividades sencillas de <b>recuperación y estabilización de las funciones orgánicas</b> después de un esfuerzo.</li> </ul> <p><b>UNIDAD II: Conciencia corporal. Conocimiento, cuidado y aceptación del cuerpo y sus cambios.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocimiento y valoración a partir de la práctica de actividades motrices organizada de los <b>cambios corporales</b> y su relación con la eficiencia en el desempeño.</li> <li>- Organización de actividades motrices compartidas a partir del <b>cuidado y respeto corporal</b> entre géneros.</li> <li>- Aplicación de <b>técnicas de trabajo y de principios y reglas de acción</b> en situaciones de aprendizaje motriz.</li> </ul>
---	---

	<p><b>UNIDAD III: Juegos y deportes psicomotrices</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Práctica y aplicación coordinada y sincronizada de <b>modelos de ejecución en juegos y deportes psicomotrices</b> mejorando su eficacia priorizando y complejizando los restantes parámetros que los configuran.</li> </ul>
<p><b>EJE II</b></p> <p>Praxis motrices en relación con situaciones motrices orientadas al desarrollo de la interacción con otros</p>	<p><b>UNIDAD IV: Juegos motores y deportes de cooperación en espacios estables e inestables.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Construcción, práctica y adecuación de juegos motores y deportes de cooperación modificando los parámetros de <b>la estructura y la lógica interna</b> en función del nivel de habilidad del grupo, de los objetivos motores y las conductas que se pretenden desarrollar.</li> <li>- Utilización del <b>pensamiento táctico-estratégico</b> en la resolución de juegos motores y deportes cooperativos que desarrollen el sentido de pertenencia al grupo.</li> </ul> <p><b>UNIDAD V: Juegos motores y deportes de oposición en espacios estables e inestables.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Construcción, práctica y adecuación de juegos motores y deportes de oposición modificando los parámetros de <b>la estructura y la lógica interna</b> en función de las habilidades propias y del adversario, de los objetivos motores y las conductas que se pretenden desarrollar.</li> <li>- Utilización del <b>pensamiento táctico-estratégico</b> en la resolución de juegos motores y deportes de oposición que favorezcan el ajuste de acciones motrices decodificando las intenciones del adversario</li> </ul> <p><b>UNIDAD VI: Juegos motores y deportes de cooperación y oposición en espacios estables e inestables.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Construcción, práctica y adecuación de juegos motores y deportes de cooperación y oposición modificando los parámetros de <b>la estructura y la lógica interna</b> en función de las habilidades del equipo y del adversario, de los objetivos motores y las conductas que se pretenden desarrollar.</li> <li>- Utilización del <b>pensamiento táctico-estratégico</b> en la resolución de juegos motores y deportes de cooperación y oposición decodificando las conductas de los compañeros y adversarios para alcanzar el objetivo del juego.</li> <li>- Planificación y <b>organización de encuentros recreativos y/o deportivos</b> para su realización en ámbitos escolares asumiendo responsabilidad y autonomía en el trabajo.</li> </ul> <p><b>UNIDAD VII: Expresión y comunicación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaboración y utilización de <b>códigos gestuales</b> y acciones motrices en situaciones deportivas y expresivas con intención comunicativa.</li> <li>- Participación en la construcción y ejecución de una <b>producción corporal expresiva</b> colectiva, previendo roles y tareas</li> </ul>
<p><b>EJE III</b></p> <p>Praxis motrices relacionadas con situaciones motrices que incluyen actividades de adaptación</p>	<p><b>UNIDAD VIII: Adaptación motriz ambiental, manipulación de objetos y uso de materiales.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Participación con autonomía y responsabilidad en distintas <b>actividades y formas de vida en la naturaleza</b> aplicando normas de seguridad y de preservación del medio natural.</li> <li>- Ejecución eficaz de acciones motrices complejas de <b>manipulación de objetos y uso de materiales</b> en las que se ponga de manifiesto el control motor sobre el elemento.</li> <li>- Prevención, <b>cuidado y seguridad del propio cuerpo, del otro y del ambiente natural</b> en situaciones motrices en la naturaleza.</li> </ul>

<p>motriz ambiental, manipulación de objetos y uso de materiales.</p>	
<p><b>Bibliografía del Alumno</b></p>	<p>- Apuntes de clase</p>
<p><b>Bibliografía del docente</b></p>	<p>- HERNÁNDEZ MORENO, J. (2000) "La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica". Barcelona: Inde</p> <p>- HERNÁNDEZ MORENO, J. y RODRÍGUEZ RIBAS, P. (2004) "La Praxiología Motriz: fundamentos y aplicaciones". Barcelona: Inde.</p> <p>- BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, Domingo. (2009) "Enseñar por competencias en Educación Física". Publicaciones INDE. Barcelona.</p> <p>- RUIZ PÉREZ, Luis Miguel. (1995) "Competencia motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en Educación Física escolar. Ed. Gymnos. Madrid.1995.</p>