

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CUYO DIGES LICEO AGRÍCOLA Y ENOLÓGICO "DOMINGO F. SARMIENTO"	PROGRAMA ANUAL	2016
--	-----------------------	------

Espacio Curricular: Educación Física V	
Área: Educación Física	Modalidad: Técnica
Formato: Asignatura	Año: Quinto
Curso: 5ºs	Ciclo: 2016
Hs. Semanales: 3	Profesor responsable: Castro, A. , Cereda, R., De Vito, M.
<p>Capacidades a trabajar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. 	
EJE I Praxis motrices en relación con situaciones motrices orientadas al desarrollo de la disponibilidad de sí mismo	UNIDAD I: El acondicionamiento físico en la constitución corporal y motriz con un enfoque integrado, saludable y significativo. - Planificación y evaluación de proyectos sencillos de trabajo para el acondicionamiento físico personal considerando sus necesidades e intereses, los progresos, las variables de trabajo: . Frecuencia, duración, Intensidad y los principios del entrenamiento . Individualización, recuperación, concientización, utilidad, especificidad . sobrecarga
	UNIDAD II: Conciencia corporal. Conocimiento, cuidado y aceptación del cuerpo y sus cambios. - Reconocimiento y valoración a partir de la práctica de actividades motrices

<p style="text-align: center;">EJE I</p> <p>Praxis motrices en relación con situaciones motrices orientadas al desarrollo de la disponibilidad de sí mismo</p>	<p>organizadas, de los cambios corporales y su relación con la eficiencia en el desempeño.</p> <p>- Organización de actividades motrices compartidas a partir del cuidado y respeto corporal entre géneros y la diversidad de intereses y necesidades</p> <hr/> <p>UNIDAD III: Juegos y deportes psicomotrices</p> <p>- Práctica y aplicación coordinada y sincronizada de modelos de ejecución en juegos y deportes psicomotrices mejorando su eficacia priorizando y complejizando los restantes parámetros que los configuran.</p>
<p style="text-align: center;">EJE II</p> <p>Praxis motrices en relación con situaciones motrices orientadas al desarrollo de la interacción con otros</p>	<p>UNIDAD IV: Juegos motores y deportes de cooperación en espacios estables e inestables.</p> <p>- Construcción, práctica y adecuación de juegos motores y deportes de cooperación modificando los parámetros de la estructura y la lógica interna en función del nivel de habilidad del grupo, de los objetivos motores y las conductas que se pretenden desarrollar.</p> <p>- Utilización del pensamiento táctico-estratégico en la resolución de juegos motores y deportes cooperativos que desarrollen el sentido de pertenencia al grupo.</p> <p>UNIDAD V: Juegos motores y deportes de oposición en espacios estables e inestables.</p> <p>- Construcción, práctica y adecuación de juegos motores y deportes de oposición modificando los parámetros de la estructura y la lógica interna en función de las habilidades propias y del adversario, de los objetivos motores y las conductas que se pretenden desarrollar.</p> <p>- Utilización del pensamiento táctico-estratégico en la resolución de juegos motores y deportes de oposición que favorezcan el ajuste de acciones motrices decodificando las intenciones del adversario.</p> <p>UNIDAD VI: Juegos motores y deportes de cooperación y oposición en espacios estables e inestables.</p> <p>- Construcción, práctica y adecuación de juegos motores y deportes de cooperación y oposición modificando los parámetros de la estructura y la lógica interna en función de las habilidades del equipo y del adversario, de los objetivos motores y las conductas que se pretenden desarrollar.</p> <p>- Utilización del pensamiento táctico-estratégico 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. .</p> <p>- Planificación y organización de encuentros recreativos y/o deportivos para su realización en ámbitos escolares asumiendo responsabilidad y autonomía en el trabajo.</p> <p>UNIDAD VII: Expresión y comunicación</p> <p>- Elaboración y utilización de códigos gestuales y acciones motrices en situaciones deportivas y expresivas con intención comunicativa.</p> <p>- Participación en la construcción y ejecución de una producción corporal expresiva colectiva, previendo roles y tareas.</p>
<p style="text-align: center;">EJEIII</p> <p>Praxis motrices relacionadas con situaciones motrices que</p>	<p>UNIDAD VIII: Adaptación motriz ambiental, manipulación de objetos y uso de materiales.</p> <p>-Planificación y participación con autonomía y responsabilidad en distintas actividades y formas de vida en la naturaleza aplicando normas de seguridad y de preservación del medio natural.</p>

<p>incluyen actividades de adaptación motriz ambiental, manipulación de objetos y uso de materiales.</p>	<p>-Ejecución eficaz de acciones motrices complejas de manipulación de objetos y uso de materiales en las que se ponga de manifiesto el control motor sobre el elemento.</p>
<p>Contenidos Actitudinales</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Actitud positiva y perseverancia en el desarrollo de su disponibilidad motriz. - Posición crítica y responsable en relación con sus propias prácticas. - Predisposición hacia el trabajo grupal lúdico, independientemente de los logros que puedan alcanzarse. - Respeto por el oponente. - Valoración del sentido de protagonismo, de pertenencia y de interrelación positiva. - Aceptación y valoración de las aportaciones del otro en la resolución de problemas. - Valoración de la motricidad como medio de expresión y comunicación. - Respeto por las reglas del juego y los acuerdos preestablecidos. - Valoración de sus pares sin discriminación por género, experiencia motriz, capacidades diferentes, origen sociocultural, etc. - Valoración y respeto del medio natural como lugar próspero en recursos para la práctica en interacción con la naturaleza. - Valoración y respeto por la seguridad personal y del otro.
<p>Bibliografía del alumno</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Apuntes de clase. - Cuadernillo de Educación Física IV
<p>Bibliografía del docente</p>	<ul style="list-style-type: none"> - HERNÁNDEZ MORENO, J. (2000) "La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica". Barcelona: Inde - HERNÁNDEZ MORENO, J. y RODRÍGUEZ RIBAS, P. (2004) "La Praxiología Motriz: fundamentos y aplicaciones". Barcelona: Inde. - BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, Domingo.(2009) "Enseñar por competencias en Educación Física". Publicaciones INDE. Barcelona. - RUIZ PÉREZ, Luis Miguel.(1995) "Competencia motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en Educación Física escolar. Ed. Gymnos. Madrid.1995.