

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

Espacio Curricular: Educación Física II	
Área: Educación Física	Modalidad : Técnica
Formato: Asignatura	Año: Segundo
Curso: 2ºS	Ciclo: 2016
Hs. Semanales: 3	Profesor responsable: Castro , A., De Vito, M.
<p>Capacidades a trabajar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ajustar las capacidades coordinativas en la resolución de situaciones motrices. • Participar en diversas 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. • 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. • Aplicar con criterio lógico las conductas y acciones motrices necesarias para resolver 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. • Interactuar con el ambiente natural a través de la práctica de situaciones motrices que favorezcan la anticipación al riesgo, el manejo de herramientas y elementos, el respeto por el entorno y el sentido de seguridad personal y colectiva • Intervenir en diferentes manifestaciones motrices culturales. 	
<p>EJE I</p> <p>Praxis motrices en relación con situaciones motrices orientadas al desarrollo de la disponibilidad de sí mismo</p>	<p>UNIDAD I: Las capacidades motoras en la constitución corporal y motriz</p> <p>-Trabajo y ajuste de las diferentes capacidades coordinativas en la resolución de situaciones motrices que las involucren.</p> <p>- Selección, secuenciación y ejecución de acciones motrices sencillas que favorezcan el desarrollo de las capacidades condicionales: resistencia, flexibilidad, fuerza, velocidad.</p> <p>- Regulación y dosificación de la intensidad de trabajo en función de las sensaciones de esfuerzo percibido.</p> <p>- Diseño de actividades sencillas de recuperación y estabilización de las funciones orgánicas después de un esfuerzo.</p>

<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>UNIDAD II: Conciencia corporal. Conocimiento, cuidado y aceptación del cuerpo y sus cambios.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Percepción, adecuación y aceptación de su esquema e imagen corporal a través de la experimentación de variadas situaciones motrices que se alejen de los modelos esteticistas. - Elaboración de situaciones motrices que trabajen la dinámica de las posturas corporales según los requerimientos. - Aplicación de técnicas de respiración y relajación muscular que permitan el ajuste consiente, según los requerimientos de la situación motriz. - Selección y/o diseño de acciones motrices adecuadas para la entrada en calor y la vuelta a la calma según los criterios que las rigen.
<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 III: Juegos y deportes psicomotrices</p> <ul style="list-style-type: none"> - Práctica y adecuación de juegos y deportes psicomotrices según el nivel alcanzado. - Coordinación y sincronización de modelos de ejecución mejorando su eficacia y modificando los restantes parámetros que configuran la estructura de juegos y deportes psicomotrices. <p>UNIDAD IV: Juegos motores y deportes de cooperación</p> <ul style="list-style-type: none"> - Práctica de juegos motores y deportes de cooperación construyendo y/o modificando las reglas en función del nivel de habilidad, del grupo. - Práctica de modelos de ejecución mejorando su eficacia y construyendo otros más específicos para la resolución sociomotriz del juego. - Ajuste de acciones motrices grupales complejizando la dinámica de los parámetros de espacio y/o tiempo en juegos motores y deportes de cooperación. - Ejecución de acciones cooperativas complejizando esquemas tácticos y estratégicos asumiendo alternadamente distintos roles y subroles para conseguir un objetivo común. - Elaboración y aplicación de códigos de comunicación, elaboración de respuestas cooperativas en situación de juego. <p>UNIDAD V: Juegos motores y deportes de oposición en espacios estables e inestables</p> <ul style="list-style-type: none"> - Práctica de juegos motores y deportes de oposición construyendo y/o modificando las reglas en función de nivel de habilidad propia y del adversario. - Coordinación y sincronización de modelos de ejecución mejorando su eficacia y construyendo otras más específicas para superar al oponente. - Ajuste de acciones motrices individuales complejizando la modificación dinámica de los parámetros de espacio y/o tiempo en juegos motores y deportes de oposición. - Elaboración de esquemas tácticos y estratégicos complejos en función del rol y los subroles asumidos para superar al oponente. - Decodificación de códigos de contracomunicación y elaboración de respuestas motrices para actuar o preactuar en el momento oportuno.

<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 VI: Juegos motores y deportes de cooperación y oposición</p> <ul style="list-style-type: none"> - Práctica de juegos motores y deportes de cooperación y oposición construyendo y/o modificando las reglas de manera consensuada en función del nivel de habilidades del propio equipo y del adversario. - Coordinación y sincronización de modelos de ejecución mejorando su eficacia y construyendo otras más específicas para la resolución sociomotriz del juego. - Ajuste de acciones motrices grupales complejizando la modificación dinámica de los parámetros de espacio y/o tiempo en juegos motores y deportes de cooperación y oposición. - Elaboración de esquemas tácticos y estratégicos complejos en función de los roles y los subroles asumidos para superar al oponente. - Elaboración y decodificación de códigos de comunicación y de contracomunicación para actuar o preactuar grupalmente en el momento oportuno <p>UNIDAD VII: Expresión y comunicación</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilización de los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento para la construcción compartida de códigos de expresión y comunicación en situaciones motrices.
<p style="text-align: center;">EJEIII</p> <p>Praxis motrices relacionadas con situaciones motrices que incluyen actividades de adaptación motriz ambiental, manipulación de objetos y uso de materiales.</p>	<p>UNIDAD VIII: Adaptación motriz ambiental, manipulación de objetos y uso de materiales.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Práctica de distintas acciones motrices en el ambiente natural que favorezcan la adaptación de conductas motrices a los requerimientos y condiciones del entorno físico. - Ejecución de acciones motrices que favorezcan el manejo y utilización de elementos y equipos de apoyo para la realización de actividades en el ambiente natural. - Exploración de acciones motrices complejizadas de manipulación de objetos y uso de materiales para reproducir conductas motrices en las que se ponga de manifiesto el control motor sobre el elemento. - Prevención, cuidado y seguridad del propio cuerpo, del otro y del ambiente natural en situaciones motrices en la naturaleza.
<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. - 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.

Bibliografía del alumno	<ul style="list-style-type: none"> - Apuntes de clase. - Cuadernillo de Educación Física I.
Bibliografía del docente	<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.