

PLAN DOCENTE 2021

MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

DOCENTE: AZIL EVANGELINA

CURSO: 3º

SECCIÓN/ MODALIDAD: B



OBJETIVOS del PLAN ANUAL 2021:

Considerar un formato híbrido que abarcaría encuentros presenciales y virtuales.

CONTENIDO	APRENDIZAJE ESPERADO	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES (Contemplando para el mismo tema encuentros presenciales y trabajo virtual, sincrónico y asincrónico)
<p>EJE: CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD:</p> <p>Constitución corporal</p> <ul style="list-style-type: none">• Las capacidades motrices y su tratamiento polivalente en actividades personalizadas para la constitución corporal. <p>Capacidades condicionales</p> <ul style="list-style-type: none">• La resistencia aeróbica general y su desarrollo personalizado.• La fuerza rápida y la distinción de su desarrollo en diferentes grupos musculares.• La velocidad óptima en las diferentes acciones motrices.	<ul style="list-style-type: none">• Se espera que el alumno sea capaz de conocer, disponer y disfrutar de su corporeidad y motricidad e intervenir en la selección de actividades pertinentes para la constitución corporal y motriz propia y la de sus compañeros;• Que pueda reorganizar su imagen corporal, fortaleciendo sus potencialidades y mejorando su desempeño motriz sobre la base de tareas de aprendizaje y evaluación compartidas con los otros;• Que logre profundizar la visión crítica de los mensajes que, en torno de las prácticas corporales, motrices y deportivas, presentan los medios de comunicación.	<p>Juego deportivo con pelota:</p> <ul style="list-style-type: none">• <u>Handball</u>• <u>Fútbol</u>• <u>Básquet</u>• <u>Softbol</u>• <u>Voley</u> <p>Juegos motores.</p> <p>Sistemas tácticos y estrategia aplicada a diferentes tipos de deportes y juegos.</p> <ul style="list-style-type: none">. Variables tácticas y estratégicas.. Aplicamos los principios sobre el cuidado del propio cuerpo y de los otros en las actividades motrices individuales y compartidas.. Trabajamos sobre los principios del “juego

<p>Capacidades coordinativas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las capacidades coordinativas y las necesidades personales de ajuste general y/o específico para el desempeño motor. • La selección y secuenciación de actividades motrices adecuadas para la propia constitución corporal. • El principio de individualización como sustento para seleccionar tareas motrices que favorecen la propia constitución corporal. • El principio de recuperación luego del esfuerzo y su importancia en la realización de actividades motrices. • La regulación del esfuerzo durante la realización secuenciada de actividades motrices. • La identificación del ritmo cardiorrespiratorio para la regulación del esfuerzo. • Valoración de la cooperación durante la realización de esfuerzos individuales y grupales que posibiliten la mejora de la constitución corporal. <p>Conciencia corporal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocimiento del efecto de la actividad motriz en los cambios corporales. • El desarrollo de las posibilidades motrices y su relación con la autoestima. • Actitudes y posturas corporales. Su mejora a través de actividades motrices. • El cuidado y respeto entre los géneros en las actividades corporales y motrices compartidas. 		<p>limpio”.</p> <ul style="list-style-type: none"> . Taller sobre “Valores en el deporte”. . Decálogo del deportista.
<p>EJE: CORPOREIDAD Y SOCIOMOTRICIDAD</p>	<p>• Se espera que el alumna logre desarrollar sus capacidades lógicomotrices, relacionales y</p>	<p>. Llevar adelante una gestión participativa de la clase, que incluya a los adolescentes en la</p>

<p>La construcción del juego deportivo y el deporte escolar • La estructura de cada juego deportivo o deporte como construcción solidaria y compartida: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices, espacios y comunicación. • Finalidad y forma de definición de cada juego deportivo o deporte, abierto y/o cerrado. • La relación de las reglas de juego con el nivel de habilidad de los jugadores y su capacidad de resolución táctica. • La resolución táctica de situaciones específicas de ataque y defensa. • Las habilidades motrices propias del juego y su integración como habilidades sociomotrices. • Los espacios propios de los juegos deportivos, estáticos y dinámicos. • Las relaciones de comunicación y contra comunicación propias de cada juego deportivo o deporte.</p> <p>• Creación o recreación de juegos deportivos no convencionales con ajuste a las posibilidades e intereses del grupo</p> <p>• Intervención en la organización de los equipos para participar en encuentros de juegos deportivos y deportes: masivos, internos, interescolares.</p> <p>Comunicación corporal • Producción e interpretación de códigos gestuales y acciones motrices en situaciones deportivas, gimnásticas o expresivas. • Los acuerdos respecto de códigos de comunicación en distintos contextos.</p>	<p>expresivas mediante los vínculos que se establecen en el interior del grupo y la capacidad de participar con autonomía y pertinencia en los requerimientos de las solicitudes de las actividades grupales;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Que pueda avanzar en su proceso de socialización al participar en encuentros de juegos deportivos organizados en el curso, en la escuela, el distrito, la región, entre otros; poniendo en juego sus habilidades sociomotrices en la interacción con los otros y en la resolución de las situaciones de juego, en un marco de disfrute, respeto y asunción de valores democráticos; • Que el alumno pueda producir acciones motrices con finalidad expresiva y/o comunicativa, en las que se evidencien y respeten las diferentes posibilidades de expresión de los adolescentes. 	<p>elaboración de las propuestas, propiciando la construcción de sistemas de representatividad en la toma de decisiones. El docente solicita a los alumnos/as que diseñen un encuentro deportivo. Del cual participarán y pondrán en práctica lo aprendido: habilidades motrices específicas del deporte elegido, asunción de roles y la construcción consensuada de reglas, contribuir a la convivencia democrática.</p> <p>. El acuerdo de propuestas que surjan de la confluencia de los espacios curriculares para el tratamiento articulado de temáticas como sexualidad, prevención de adicciones, alimentación, higiene y violencia, entre otros.</p>
<p>EJE: CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD EN RELACIÓN CON EL AMBIENTE</p>	<p>Que el alumno/a intervenga en la selección y preparación de espacios para realizar</p>	<p>. Realización de juegos cooperativos, de exploración, de contacto con los elementos</p>

<p>La relación con el ambiente</p> <ul style="list-style-type: none"> • conocer y disfrutar actividades motrices y juegos deportivos en espacios donde la naturaleza se presenta con escasa o mediana intervención del hombre; • operar con seguridad con los elementos de la naturaleza: agua, tierra, aire, fuego; • disponer de conceptos y habilidades necesarias para el desempeño activo y organizado en estos espacios, interviniendo con responsabilidad en la protección del ambiente. • la relación con el ambiente • la vida cotidiana en ámbitos naturales • las acciones motrices en la naturaleza <p>posibilitar la participación en juegos y actividades propias de la vida al aire libre, de gran riqueza en cuanto comprometen diferentes capacidades y habilidades motrices y resultan pertinentes para el aprendizaje de contenidos relacionados con la educación ambiental.</p>	<p>actividades motrices y campamentales, protegiendo los elementos y especies naturales.</p>	<p>naturales.</p>
<p>RECURSOS ANUALES:</p> <p>Consignar todo tipo de recurso a utilizar, desde bibliografía hasta plataformas digitales.</p>	<p>Reglamentos deportivos (Handball, Básquet, Fútbol) Plataformas digitales: Classroom, ABC, Youtube, Canal Encuentro, Material digital de Organización Mundial de la Salud (OMS), Aula virtual Zoom, Patio del Colegio, Campo de deportes Marianista, Gimnasio del Colegio, Aula virtual, Salón de usos múltiples. Material deportivo: Handbol, Básquetbol, fútbol, Voleibol.</p>	
<p>PLAN DE EVALUACIÓN</p> <p>(Contemplando modos de evaluación presencial y virtual, en forma sincrónica y asincrónica)</p>	<p>La evaluación adquiere diferentes funciones según el momento en que se realice. Al inicio del año o de una secuencia didáctica determinada, su función será diagnosticar los aprendizajes disponibles como punto de partida para el diseño de la secuencia motriz a desarrollar. Durante el transcurso del ciclo lectivo se realizará una evaluación para recopilar datos acerca del desempeño referido a las prácticas corporales y motrices de los estudiantes, analizar el proceso realizado en forma conjunta con ellos, verificar resultados y socializarlos.</p> <p>La evaluación final surge de contrastar los aprendizajes motores alcanzados al término de una etapa con los objetivos de aprendizaje previstos, teniendo en cuenta las diversas condiciones motrices que los estudiantes disponían al inicio, las particularidades del transcurso de la materia</p>	

	<p>y el contexto.</p> <p>Indicadores para evaluar la conciencia corporal alcanzada:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocen las habilidades motrices disponibles y las que deben desarrollar para actuar con mayor eficacia en la vida cotidiana, en el campo del juego deportivo o para incidir en la mejora saludable de sus propias capacidades condicionales. • Describen y ejecutan las tareas específicas para mejorar las capacidades condicionales (fuerza rápida, resistencia aeróbica, velocidad de desplazamiento o flexibilidad) que requieren su constitución corporal armónica y un tipo de vida activo • Se integra en el grupo, asume roles cooperativamente con los otros, demuestra actitudes que posibilitan la participación activa en juegos y actividades grupales. • Reconoce los procesos de aprendizaje motor necesarios para lograr un sentimiento de satisfacción personal. <p>Indicadores para evaluar la comunicación corporal alcanzada:</p> <p>Los alumnos/as aprenden defensa en zona aplicada al handball y formas de ataque.</p> <p>Indicadores para evaluar la vida cotidiana en el ambiente alcanzada:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organización democrática en la distribución de las tareas a realizar en el medio natural. • Compromiso con la tarea asumida. • Actitud cooperativa en las actividades realizadas.
<p>OBSERVACIONES/ COMENTARIOS (Registrar todos los ítems que no pudiste plasmar en el formato propuesto y crees relevante informar)</p>	