

**CENTRO DE EDUCACION TECNICA N° 13**  
**PLANIFICACION ANUAL DE EDUCACION FISICA**  
**AÑO 2023**  
**3ER AÑO CICLO SUPERIOR**

PROFESOR:

❖ DE GAETANO, LUCIANO

CURSOS:

- 3° 1° ALIMENTACION TURNO VESPERTINO, 3° 1° ELECTROMECHANICA TURNO VESPERTINO Y 3° 2° ELECTROMECHANICA TURNO VESPERTINO.

**Objetivos del Espacio Curricular**

- ❖ Lograr la formación física básica.
- ❖ Desarrollar la formación física Técnica.
- ❖ Desarrollar la expresión por medio del movimiento.
- ❖ Afianzar la individualidad y la integración al grupo.
- ❖ Adquirir hábitos de vida sana.
- ❖ Adquirir elementos expresivos y comunicativos básicos para codificar y decodificar mensajes.
- ❖ Desarrollar el espíritu creativo para expresarse y comunicarse.
- ❖ Desarrollar el juicio crítico para que no se convierta en un mero repetidor de ideas.
- ❖ Incorporar técnicas de trabajo y métodos de aprendizaje individual y grupal.
- ❖ Que permita desarrollar un espíritu de cooperación, solidaridad y respeto mutuo.

**Expectativas de logro de Educación Física**

- ❖ Comprender el aporte valioso de la educación física para el mejoramiento de la salud y calidad de vida.
- ❖ Participar en juegos y actividades deportivas resolviendo situaciones de movimiento, estableciendo relaciones con los demás, evitando discriminaciones, comportamientos agresivos y actitudes de rivalidad competitiva.
- ❖ Trabajar la condición física, con un programa que se ha de juzgar las necesidades y posibilidades de los adolescentes, para aprender a reflexionar sobre los conceptos de salud y calidad de vida.
- ❖ Relacionarse con la naturaleza en forma respetuosa y armónica, a partir de experiencias variadas adquirir conocimientos, valores, actitudes, compromiso y habilidades necesarias para proteger y mejorar el medio ambiente.
- ❖ Adquirir conocimientos sobre el accionar de la anatomía y fisiología del cuerpo humano.
- ❖ Valorar la importancia de las capacidades físicas intervinientes en el desarrollo de la condición de cada individuo y desarrollarla con un plan adecuado.
- ❖ Conocer y valorar el cuerpo a partir de diversas actividades físicas.

**Contenidos**

**3er Año de Ciclo Superior**

- EL ADOLESCENTE Y LOS JUEGOS DEPORTIVOS: Cooperación tolerancia y armonía entre géneros. Mejora, comprensión y valoración de las propias capacidades físicas y coordinativas posibles antes los requerimientos de los juegos deportivos. La práctica en juegos deportivos institucionalizados en forma recreativas y como competencia pedagógicas. Interés por la promoción de la propia cultura de los juegos tradicionales y autóctonos. Creación de juegos deportivos desde los propios intereses. Observación debates y análisis de actitudes y comportamientos en el contexto de la practicas lúdicas y deportivas. Control de emociones confianza de uno mismo. Participación en la organización y desarrollo del proyecto de acción tales como encuentros deportivos, jornadas recreativas, actividades en el medio ambiente natural. Identificación del sentido positivo de la competencia. Participación en prácticas deportivas competitivas. La construcción de argumentos críticos sobre los modelos de prácticas atléticas, gimnásticas y deportivas en diversos ámbitos, escuela, barrio, club, alto

rendimiento y en los medios de comunicación. La participación en juegos tradicionales y de otras culturas. Conocimiento y recreación de algunas variantes.

- EL ADOLESCENTE Y LAS FORMAS GÍMNICAS: Espíritu crítico y toma de posición de un estilo de vida saludable. El goce y el hábito perdurable de ejercicios gimnásticos para la mejora de la calidad de vida. Su relación con los factores de riesgo y la armonía con el medio ambiente natural. El valor de la práctica continua y autónoma de ejercicios gimnásticos. La importancia para la vida humana. Desarrollo y uso de capacidades condicionales y coordinativas, con acciones motrices deportivas. El valor de la corporeidad ante los mensajes de los medios masivos de comunicación. Análisis crítico respecto a la influencia del proceso de globalización-tecnológico y su influencia en la promoción de estereotipos no acordes a características somato típicas de nuestras poblaciones y culturas. Conocimiento de hábitos de cuidado del cuerpo y salud sexual y reproductiva.
- EL ADOLESCENTE Y LAS SITUACIONES MOTRICES EN EL MEDIO AMBIENTE NATURAL: Realización de distintas prácticas corporales en contacto directo con distintos ambientes naturales. Organización y colaboración con instituciones locales y/o regionales de acciones que ayuden a la concientización de la preservación del medio ambiente. Organización y práctica de distintas modalidades de campamentos. Su relación con el tiempo de duración, los propósitos y las instalaciones. Valoración de actitudes solidarias y respetuosas de las tareas compartidas. Acuerdo de normas, convivencia y distribución de tareas. Práctica y organización de actividades expresivas, recreativas, cooperativas, de exploración y descubrimiento en contacto con el medio natural.
- PRÁCTICAS DEPORTIVAS EN CONTACTO CON EL MEDIO NATURAL: carreras campo traviesa, carreras de orientación, travesías. El disfrute de las relaciones interpersonales en el medio natural.

#### **Criterios de Evaluación**

- ❖ Se tendrán en cuenta la acción del alumno en cuanto a la alternativa propuesta, su interés personal para una mejor performance con el objetivo de lograr los fundamentos básicos de las diferentes actividades.
- ❖ Ver contrato pedagógico.

#### **Criterios de Acreditación**

- ❖ La correcta aplicación de los saberes en las diferentes actividades y su combinación.
- ❖ La correcta presentación de los trabajos prácticos en tiempo y forma.
- ❖ La correcta actuación de los conceptos teóricos con las prácticas.
- ❖ La correcta ejecución de los movimientos de aptitud física y de gestos técnicos.
- ❖ La concurrencia a clase en el porcentaje acordado.

#### **Metodología de Trabajo**

- ❖ Resolución de problemas de movimiento.
- ❖ Asignación de tareas.
- ❖ Mando directo.
- ❖ Exposición y muestreo.
- ❖ Trabajos de investigación.
- ❖ Salidas que promuevan la actividad física, actividades en el SUM, polideportivos, plaza, isla 92.
- ❖ Esta planificación es abierta y está sujeta a cambios por factores que puedan afectar el normal dictado de clases.