

EDUCACIÓN FÍSICA II PROGRAMA VIGENTE A PARTIR DEL AÑO 2002

1. EXPECTATIVAS DE LOGRO

- Analizar los efectos que producen las actividades físicas en la salud, tomando conciencia de las acciones que la benefician ó perjudican.
- Conocer y comprender la dimensión corporal de la vida y relacionarla con el juego, el deporte y la salud.
- Distinguir y relacionar actividad física, juego, deporte y vida en la naturaleza.
- Evaluar la importancia de realizar actividad física, deportes y vida en la naturaleza.
- Aceptar la necesidad de construir marcos de reglas comunes para regular la convivencia en las actividades compartidas y cooperativas.
- Afianzar el valor de las producciones propias. (Actitudinal)
- Facilitar la comprensión de los marcos normativos (NO)

1. CONTENIDOS CONCEPTUALES

Unidad 1

Eje: " la dimensión corporal del ser humano y cómo educarla para preservar la salud"

- Capacidades motoras (coordinativas y condicionantes)
- Conciencia postural, cuidados.
- Tono muscular y movimiento.
- La destreza y las habilidades básicas.
- La salud: Concepto.
- Los deportes.
- La organización espacio-temporal.
- La conciencia corporal.

Unidad 2

Eje: " El deporte como proyección social y actividad lúdica"

- El juego, los juegos, el jugar.
- El juego y la regla, negocio, acuerdo y respeto.
- Roles y cambio de roles.
- Conflictos: Propuestas para superarlos.

- Deportes abiertos y cerrados, individuales y de conjunto.

Unidad 3

Eje: " Interacción del hombre con el medio natural y vida al aire libre"

- El medio natural. La tierra, el aire, el sol, el agua, fuentes de vida.
- Preservación del medio y la especie humana.
- Juegos con y en la naturaleza.
- Juego, Deporte y vida al aire libre: una combinación necesaria.

3 CONTENIDOS PROCEDIMENTALES

- Uso y combinación de esquemas posturales específicos.
- Regulación de las intensidades del esfuerzo en orden a las sensaciones subjetivas.
- Experimentación de contracción y relajación muscular.
- Corrección y / ó compensación de movimientos inconvenientes.
- Regulación de la respiración.
- Práctica de habilidades en situaciones problemáticas a resolver.
- Reconocimiento y utilización de las distintas técnicas aplicadas a la vida en la naturaleza

4 CONTENIDOS ACTITUDINALES.

- Perseverancia en la búsqueda de la eficiencia motriz, capacidad corporal y orgánica-funcional (no es claro)
- Valoración de la Educación Física como aporte al desarrollo de las diferentes dimensiones del cuerpo y el movimiento.
- Respeto y aceptación de las consignas dadas.
- Respeto e interés por las producciones físicas, lúdicas y de vida en naturaleza de los pares
- Cuidado de la salud personal.

2. METODOLOGÍA

Nuestra propuesta metodológica apunta a que el alumno disfrute de la actividad exploratoria, dándole la posibilidad de indagar, dudar, experimentar y también cometer errores. Que pueda el que aprende, elegir con qué llegar a la acción, relacionar los hechos, buscar puntos de referencia y sentir placer en el aprendizaje de los movimientos.

A partir de la observación del desarrollo de la tarea y tratando de comprender qué ocurre durante el proceso de aprendizaje poder

orientar, estimular o reorientar dicho proceso. Adaptar, crear y recrear metodologías generando estrategias que posibiliten la autonomía individual y la cooperación y la interdependencia en las tareas grupales.

Se intentará reconocer las diferencias entre los alumnos en función de sus experiencias previas y posibilidades individuales, descubriendo sus condiciones, potenciándolas en pos de una Educación Física para todos.

Estamos convencidos de que no existe una única metodología de la enseñanza y el aprendizaje que se pueda aplicar de forma pura y que solucione todos los problemas de la enseñanza. Creemos si que se pueden combinar diferentes metodologías en función del lugar de trabajo, los materiales, el contenido a desarrollar, los objetivos a lograr, el momento de la clase, las características del grupo, la experiencia del docente y el grupo, etc..

Pensamos que no existe una fórmula mágica para llevar adelante una clase de educación Física o de cualquier disciplina, sino que una clase es un momento único y una de sus características es la simultaneidad. Esto hace que el docente tenga que estar preparado para tomar muchas decisiones, en diferentes niveles en poco tiempo, para lograr coherencia y unidad.

6. BIBLIOGRAFÍA

Apuntes de cátedra.