



## PROYECTO CURRICULAR ANUAL

AÑO	CURSO	DEPARTAMENTO	DOCENTE/S (Apellido y Nombres)
2025	1° -2°1°-2°3° 3°3° (CB)	EDUCACION FISCA	OSCAR ANCE
ASIGNATURA			HS CAT.:
EDUCACION FISICA			
OBJETIVOS GENERALES		<p>Utilizar capacidades físicas básicas, sus habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y el funcionamiento del cuerpo en la actividad física para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación</p> <p>Animar a la práctica del básquet ,handbol y el voley como medio del cuidado de la salud</p> <p>.Conocer las reglas básicas</p>	
OBJETIVOS ESPECIFICOS		<p>Interiorizar las reglas básicas del basquet y el vóley ,handbol</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Iniciarse en la práctica del basquet, handbol y vóley, fundamentos.</li></ul> <p>Conocer y aplicar la mecánica de los pases en basquet • Aprender distintas formas de pases y saque en vóley.</p> <p>Que el alumno valore los beneficios de la actividad física, mental y espiritual.</p> <p>Que el alumno maneje pautas lógicas de juego.</p> <p>Que el alumno conozca fundamentos de otros deportes y seleccione los necesarios y específicos según los requerimientos del deporte handball (fútbol, voleibol, básquet)</p>	
CONTENIDOS		<p>Conceptuales</p> <p><b>Eje Temático Nº 1: Prácticas corporales motrices</b></p> <p>-Desarrollo teórico - práctico de las capacidades físicas basicas fuerza- resistencia velocidad flexibilidad.</p> <p>-Desarrollo corporal y motriz desde las prácticas saludables. El propio cuerpo. Los cambios y adaptaciones.</p> <p>--Beneficios de la actividad fisca, los músculos y articulaciones funciones en la actividad física</p> <p>- Ejecución de prácticas corporales y motrices en forma saludable</p>	



**Eje Temático Nº 2: Prácticas corporales y motrices en interacción con otros.**

-La comprensión de los elementos constitutivos de las diferentes prácticas deportivas , fundamentos básicos deportivos  
Reglamento básico de los deportes  
El desempeño en distintas prácticas deportivas, recreando su estructura, en un marco de solidaridad y respeto por las diferencias.  
(Deportes reducidos adecuación de las reglas)

**Eje Temático Nº 3: Practicas corporales motrices y deportivas en el ambiente natural y otros.**

Prácticas corporales motrices, lúdicas y deportivas respetando acuerdos, normas de interacción, seguridad e higiene adecuadas a cada contexto.

- Actividades motrices, lúdicas y deportivas diferentes a las realizadas en el ámbito escolar, en una relación placentera y equilibrada con el ambiente
- Participación responsable de acciones o prácticas corporales motrices, lúdicas y deportivas.

### **Procedimentales**

Desarrollar test de fuerza y flexibilidad, pases y lanzamientos.

Interpretar los fundamentos de handball.

Analizar situaciones de juego.

Conocer las reglas básicas del deporte

Aplicar las reglas al juego en forma progresivo.

Analice la información investigada y interprete los beneficios y ayuda de los temas para el propio cuerpo.

### **Actitudinales**

Participación activa en las tareas propuestas.

Disposición para aprender habilidades y destrezas motrices con otros

Desarrollar la confianza y seguridad en si mismo.

Reconocimiento de las propias limitaciones.

Tolerancia en la derrota y caballerosidad en la victoria.

Respeto y responsabilidad hacia el docente y sus pares.



	<p>enseñanza de básquet editorial stadium Bibliografía Reglamento del voley ,handbol Técnica de enseñanza voley- basquet ,handbol</p>
METODOLOGIA	<p>Mando directo -Asignación de tareas -Enseñanza reciproca -Resolución de problemas -Libre exploración</p>
<b>PLANIFICACIÓN – CRONOGRAMA POR TRIMESTRE</b>	
PRIMER TRIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"><li>≈ Educación física. Concepto. Finalidad.</li><li>≈ El cuerpo, la postura y el movimiento</li><li>≈ Práctica fuerza resistencia velocidad flexibilidad</li><li>≈ Resistencia. Concepto. Finalidad.</li><li>≈ Velocidad. Concepto. Finalidad.</li><li>≈ Fuerza. Concepto. Finalidad.</li></ul> <p><b>Flexibilidad. Movilidad articular. Grupos musculares</b></p> <p><b>Técnicas Fundamentales”</b></p>
SEGUNDO TRIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"><li>≈ Técnica.BASQUET HANDBOL Pases: de pecho, de pique, sobre hombro, sobre cabeza, de gancho, en suspensión.</li><li>≈ Dribling: alto, medio, bajo. Variantes aplicadas a cada situación de juego.</li><li>≈ Lanzamientos: tiro libre ,bandeja</li><li>≈ Ritmo de 2 tiempos. Variantes</li><li>≈ VOLEY</li><li>≈ Pase de arriba ,abajo</li><li>≈ Saque de arriba, abajo</li><li>≈ remate</li></ul> <p><b>Reglas basicasde los deportes</b></p>
TERCER TRIMESTRE	<p>Juego mini voley ( 3vs3 - 6vs6) juego basquet (3vs 3- 5vs5) juego handbol 7vs 7</p> <p><b>Juegos y competencia en el curso de los diferentes deportes</b></p> <p><b>Reglas basicas de los deportes aplicadas al juego</b></p>
EVALUACIÓN Instrumentos y criterios de evaluación	<p>Observación directa</p> <p>Individual. Procesual. Final.</p> <p>Presentación, puntualidad, participación en clase, aseo, vocabulario, postura corporal.</p> <p>Tests de aptitud física.</p> <p>Instancia práctica:</p> <p>Cualidades físicas básicas, fundamentos técnicos básicos del deporte en forma individual y grupal con técnica adecuada al finalizar cada trimestre.</p>