

INSTITUTO NUESTRA SEÑORA DE LOURDES

PLANIFICACION 2025

LEMA ANUAL

35 Años dejando huellas desde el compromiso y el servicio a otros con amor

LEMA ANUAL SAED 2025

Peregrinos de Esperanza

ESPACIO: EDUCACION FISICA

CURSO: 2° A

DOCENTE: MARCOS HINNY

CARGA HORARIA SEMANAL: TRES HORAS

## FUNDAMENTACION

La clase de Educación Física persigue a través de sus actividades el deporte y el juego la formación integral del alumno permitiéndole adquirir valores y disfrutar de una serie de comportamientos que lo ayuden a relacionarse con lo demás. Consiste en promover mediante conocimientos previos y diagnósticos pasar por un proceso de construcción progresivo del alumno utilizando las capacidades físicas básicas, los esquemas motores y los deportes a enseñar.

## OBJETIVOS GENERALES

Formar al alumno como sujeto histórico, que se reconozca como parte de la historia y pueda desde su lugar problematizar su realidad, nacional , provincial y mundial con un rol activo y desde un lugar de un sujeto de transformación, capaz de construir su proyecto de vida en relación con lo social., Desarrollar en nuestros estudiantes la aceptación de los valores como la solidaridad , el respeto, la empatía, la tolerancia en trabajo colaborativo, reconociendo al otro como un par, igual en dignidad y derechos apreciando las diferencias personales

BLOQUE: I FORMACION FISICA BASICA-GIMNASIA- CAPACIDADES FISICAS  
BASICAS II DEPORTES- CIRCUITOS DE EDUCACION FISICA

| capacidades                                                                     | IPA                                                                                                                                                                                                             | Saberes eje NAP                                                                                                                                                     | Estrategias metodológicas                                                                                                                                                           | Evaluación criterios                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | recursos                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Compromiso<br>Responsabilidad<br>Aprender a aprender<br>Resolución de problemas | Los alumnos deberán resolver situaciones problemáticas que involucren toma de decisiones a favor del equipo y contra el oponente. Ejecutar correctamente los fundamentos , reconocer y analizar reglas de juego | Prácticas corporales<br>ludo motriz y deportivo en interacción con otros.<br>Capacidades físicas básicas.<br>Circuitos de educación física,<br>Gimnasia<br>Deportes | Juegos dinámicos<br>Juegos pre deportivos<br>Ejercicios con y sin elemento<br>Esquemas<br>Ejercicios individuales y grupales. Test físicos<br>Fundamentos de los deportes a enseñar | Reconocer las capacidades físicas básicas.<br>Comprender que es la gimnasia y sus disciplinas<br>comprender y entender los fundamentos, técnica, táctica de los deportes a enseñar.<br>Instrumentos de evaluación observación directa, 80 % de asistencia<br>comportamiento adecuado en clase.<br>Evaluaciones orales y prácticas | Investigaciones bibliográficas<br>Manual de educación física<br>Manual didáctico<br>Didáctica de la gimnasia<br>Manual de vóley<br>Google |

## **PROGRAMA DE EDUCACION FISICA AÑO 2025**

**MATERIA: Educación Física**

**DOCENTE Marcos Hinny**

**CURSO : 2° A**

**CICLO LECTIVO : 2025**

### **UNIDAD I**

Concepto de Educación física, concepto de deporte

Concepto de gimnasia. Características de sus disciplinas

Concepto de las habilidades físicas básicas. Concepto y características de las

Capacidades físicas básicas.

Armar un esquema de gimnasia compuesto por cinco desplazamientos y cinco ejercicios entre ellos puede ser salto, equilibrio, destreza,

### **UNIDAD II**

Deporte: vóley; reglas principales, situaciones de juego

Circuito de Educación Física: concepto, como se organiza.

Actividad física y vida saludable concepto

Nutrición y alimentación concepto

Músculos principales funciones y objetivos, huesos y articulaciones, funciones y objetivos

## *PROGRAMA DE EDUCACION FISICA AÑO 2024*

MATERIA: Educación física

DOCENTE: Marcos Hinny

CURSO: 3° A°

CICLO LECTIVO: 2024

### UNIDAD I

- Concepto de Educación Física y concepto de deporte, diferencias
- Concepto de Gimnasia , sus disciplinas y características de cada una de ellas
- Concepto de Habilidades Motoras Básicas
- Cuáles son las capacidades físicas básicas , nombrar características de cada una
- Armar un esquema de gimnasia con cinco desplazamientos, y cinco ejercicios diferentes entre ellos salto, equilibrio o destrezas

### UNIDAD II

- Deporte Vóley, saber reglas principales y situaciones de juego
- Circuito de Educación Física: concepto y armar un circuito con cuatro o más estaciones
- Concepto de alimentación y nutrición, actividad física y vida saludable
- Armar una dieta saludable de una semana que este integrada con cuatro comidas por día
- Músculos principales función y características , huesos y articulaciones funciones

