



PROGRAMA ANUAL 2025

ORIENTACIÓN: TODAS	CICLO LECTIVO: 2025
NOMBRE DEL ESPACIO CURRICULAR: EDUCACIÓN FÍSICA	
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA	AÑO: 2025
FORMATO: Asignatura	CICLO: BASICO
CURSOS: 2º - 1ª 2ª 3ª 4ª 5ª 6ª 7ª 8ª	TURNO: Mañana/Tarde
PROFESORES A CARGO: BENITEZ, FERRO, AMPUERO, SCANIO, BARROZO, ELST, GONZALEZ.	HORAS SEMANALES: 3 cat.

CAPACIDADES

- Coordinar movimientos parciales y globales del cuerpo, individuales, con elementos, con los otros, según los requerimientos de situaciones motrices cambiantes.
- Elaborar respuestas motrices adecuadas ante estímulos simples y complejos.
- Regular estados de relajación y activación a través del tono muscular y la respiración.
- Identificar los límites de superación personal, en función de las capacidades condicionales y coordinativas.
- Producir acciones motrices con intencionalidad expresiva y/o comunicativa en situaciones deportivas, gimnásticas o expresivas.
- Experimentar juegos psico-motores y socio-motores con modificación de los parámetros configuradores de la estructura de las situaciones motrices.
- Identificar el objetivo motor de cada situación motriz.
- Experimentar la modificación de los parámetros configuradores en función de la interacción motriz.

APRENDIZAJES

PRAXIS MOTRICES EN RELACIÓN CON SITUACIONES MOTRICES ORIENTADAS AL DESARROLLO DE LA DISPONIBILIDAD DE SI MISMO

Las capacidades motoras en la constitución corporal y motriz con un enfoque integrado, saludable y significativo

- Trabajo y ajuste de las diferentes capacidades coordinativas en la resolución de situaciones motrices que las involucren.
- Selección, secuenciación y ejecución de acciones motrices sencillas que favorezcan el desarrollo de las capacidades condicionales reconociendo las características que las definen: Resistencia, Flexibilidad, Fuerza, Velocidad



- Regulación y dosificación de la intensidad de trabajo en función de las sensaciones de esfuerzo percibido.
- Diseño de actividades sencillas de recuperación y estabilización de las funciones orgánicas después de un esfuerzo.

Conciencia corporal. Conocimiento, cuidado y aceptación del cuerpo y sus cambios

- Percepción, adecuación y aceptación de su esquema e imagen corporal a través de la experimentación de variadas situaciones motrices que se alejen de los modelos esteticistas.
- Elaboración de situaciones motrices que trabajen la dinámica de las posturas corporales según los requerimientos.
- Aplicación de técnicas de respiración y relajación muscular que permitan el ajuste consiente según los requerimientos de la situación motriz.
- Selección y/o diseño de acciones motrices adecuadas para la entrada en calor y la vuelta a la calma según los criterios que las rigen.

Juegos y deportes psicomotrices

- Práctica y adecuación de juegos y deportes psicomotrices según el nivel de habilidad alcanzado.
- Coordinación y sincronización de modelos de ejecución mejorando su eficacia y modificando los restantes parámetros que configuran la estructura de juegos y deportes psicomotores.

Juegos - deportes de oposición, de cooperación y de cooperación oposición.

- Práctica de juegos motores y deportes de cooperación construyendo y/o modificando las reglas de manera **consensuada en** función del nivel de habilidad del grupo.
- Práctica colaborativa y sincronizada de modelos de ejecución mejorando su eficacia y construyendo otros más específicos para la resolución socio-motriz del juego.
- Ajuste de acciones motrices grupales complejizando la dinámica de los parámetros de espacio y/o tiempo en juegos motores y deportes de cooperación.
- Ejecución de acciones cooperativas complejizando esquemas tácticos y estratégicos asumiendo alternadamente distintos roles y sub-roles para conseguir un objetivo común.
- Elaboración y aplicación de códigos de comunicación elaboración de respuestas cooperativas en situación de juego.

Juegos motores y deportes de oposición en espacios estables e inestables

- Práctica de juegos motores y deportes de oposición construyendo y/o modificando las reglas de manera consensuada en función de nivel de habilidad propia y del adversario.
- Coordinación y sincronización de modelos de ejecución mejorando su eficacia y construyendo otras más específicas para superar al oponente.
- Ajuste de acciones motrices individuales complejizando la modificación dinámica de los parámetros de espacio y/o tiempo en juegos motores y deportes de oposición.
- Elaboración de esquemas tácticos y estratégicos complejos en función del rol y los sub-roles asumidos para superar al oponente.



- Decodificación de códigos de contra comunicación y elaboración de respuestas motrices para actuar o pre-actuar en el momento oportuno.

Juegos motores y deportes de cooperación y oposición en espacios estables e inestables

- Práctica de juegos motores y deportes de cooperación y oposición construyendo y/o modificando las reglas de manera consensuada en función del nivel de habilidades del propio equipo y del adversario.

- Coordinación y sincronización de modelos de ejecución mejorando su eficacia y construyendo otras más específicas para la resolución socio-motriz del juego.

- Ajuste de acciones motrices grupales complejizando la modificación dinámica de los parámetros de espacio y/o tiempo en juegos motores y deportes de cooperación y oposición.

- Elaboración de esquemas tácticos y estratégicos complejos en función de los roles y los sub-roles asumidos para superar al oponente.

- Elaboración y decodificación de códigos de comunicación y de contra-comunicación para actuar o pre-actuar grupalmente en el momento oportuno. Expresión y comunicación

- Utilización de los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento para la construcción compartida de códigos de expresión y comunicación en situaciones motrices.

PRAXIS MOTRICES RELACIONADAS CON SITUACIONES MOTRICES QUE INCLUYEN ACTIVIDADES DE ADAPTACIÓN MOTRIZ AMBIENTAL, MANIPULACIÓN DE OBJETOS Y USO DE MATERIALES

Adaptación motriz ambiental, manipulación de objetos y uso de materiales

- Práctica de distintas acciones motrices en el ambiente natural que favorezcan la adaptación de conductas motrices a los requerimientos y condiciones del entorno físico.

- Ejecución de acciones motrices que favorezcan el manejo y utilización de elementos y equipos de apoyo para la realización de actividades en el ambiente natural.

- Exploración de acciones motrices complejizadas de manipulación de objetos y uso de materiales para reproducir conductas motrices en las que se ponga de manifiesto el control motor sobre el elemento.

- Prevención, cuidado y seguridad del propio cuerpo, del otro y del ambiente natural en situaciones motrices en la naturaleza.

CONDICIONES DE APROBACIÓN

- ◊ Asistencia y participación Activa en el 80 % de las clases.
- ◊ Aprobación de todas las instancias de evaluación, de proceso e integradoras.
- ◊ Cumplimiento en tiempo forma de los requerimientos del espacio curricular.
- ◊ Carpeta de trabajos prácticos y apuntes completa.

Requisitos para rendir: el alumno/a se deberá presentar:

- ◊ Con el uniforme de Educación Física.
- ◊ Con el cuaderno (carpeta) de campo del alumno.
- ◊ Tener ficha de salud presentada al inicio de clase o adjuntar en el momento de rendir.
- ◊ Presentar los trabajos prácticos que se hayan solicitado durante el transcurso del año.



BIBLIOGRAFÍA DEL ALUMNO

- ◊ *Apuntes del espacio curricular.*
- ◊ *Videos de situaciones motrices, experimentadas durante el año.*
- ◊ *Sitios web recomendados, etc.*