



## PROYECTO CURRICULAR ANUAL

AÑO	CURSO	DEPARTAMENTO	DOCENTE/S (Apellido y Nombres)
2023	1°1° Ciclo Superior Construcciones		Argañaraz Silvio
ASIGNATURA			HS CAT.:
Educación Física			Hs Cat: 03 (tres)
<ul style="list-style-type: none"> <li>OBJETIVO GENERAL</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* Valorar al deporte como agente orientador y constructor de una mejor calidad de vida.</li> <li>* Generar en los alumnos el hábito de la actividad física diaria.</li> <li>* Participar en forma activa y cooperativa en las diferentes actividades propuestas.</li> <li>* Que el alumno logre obtener un rendimiento físico adecuado para responder a las distintas exigencias de la materia. -</li> <li>* Que el alumno reconozca las distintas formas básicas del movimiento. -</li> <li>* Que el alumno adquiera las destrezas básicas para realizar los distintos fundamentos de los deportes. -</li> <li>* Que el alumno conozca las reglas básicas de los deportes dados para que puedan ser usadas durante la realización de los juegos. -</li> <li>* Que el alumno participe con alegría y entusiasmo durante el desarrollo de las clases. -</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>OBJETIVOS ESPECIFICOS</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* Reconocer a la actividad física como un agente para lograr mejor calidad de vida</li> <li>* Incentivar mediante la actividad física el hábito por ella por parte de los alumnos</li> <li>* Lograr que todos los alumnos participen con agrado de las distintas actividades propuestas</li> <li>* Lograr que el alumno desarrolle la fuerza resistencia coordinación para responder a la exigencia del área</li> <li>* Reconocer con naturalidad las formas básicas del movimiento</li> <li>* Desarrollar los gestos técnicos específicos de cada deporte</li> <li>* Reconocer las reglas básicas de los deportes desarrollados</li> <li>* Lograr el gusto del alumno por las actividades físicas y deporte</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>CONTENIDOS</li> </ul>		<p><b>Fútbol:</b> Dril, Conducción, Pases, Tiros libres, Tiros de penal Y Juego.</p> <p><b>Voleibol:</b> Golpe de Arriba con dos manos, Golpe de Abajo, Recepción, Saque de Abajo, Saque Tenis, Juego. -</p> <p><b>Hándbol:</b> Posiciones Básicas, Mecanismo de los pies, Pases (lateral bajo mano, sobre hombro con una mano), Dribling (bajo, medio y alto), tiro al arco (con ritmo de tres tiempos, a pie firme) y Juego. -</p> <p><b>Gimnasia:</b> Formación Física Básica; Ejercicios Construidos sin Elementos; Destrezas Básicas; Rol adelante, Rol atrás, Vertical y Media Luna. -</p> <p><b>Basquetbol:</b> Posiciones Básicas, Mecanismo de los pies, Pases (de pecho, sobre cabeza con dos manos, sobre hombro con una mano), Dribling (bajo, medio y alto), Lanzamientos (a pie firme, en bandeja) y Juego. -</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>BIBLIOGRAFÍA</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* <b>Metodología de la Educación Física</b> - Mariano Giraldes - editorial stadium.-</li> <li>* <b>Reglamento de Voleibol</b> - editorial stadium.-</li> <li>* <b>Voleibol: El Reglamento Comentado</b> - Roberto García - editorial stadium.-</li> </ul>	



\* Reglamento de Básquetbol - editorial stadium.-

\* Básquetbol (técnica y táctica) - Dragón.-

\* Reglamento de Handbol - editorial stadium.-

\* Reglamento de Fútbol - editorial stadium.-

• METODOLOGIA

\* **MÉTODO DE LAS TAREAS DE MOVIMIENTOS:** El alumno responderá a las indicaciones del profesor a través de su conocimiento adquirido; para ello se formularán preguntas indicativas ¿quién puede?, ¿quién ve?, ¿quién sabe?, de la que se obtienen respuestas a través del movimiento, la observación, y la elaboración mental (pensamiento) de la respuesta. -

\* **MÉTODO DE DEMOSTRACIÓN E IMITACIÓN:** Este método apoya el aprendizaje motor porque a través de la observación intensiva se originan procesos de adaptación que simplifica la posterior ejecución. La utilización de este método es una ayuda para lograr técnicas especiales de movimiento y cuando se pretende el máximo ajuste técnico. -

\* **MÉTODO DE APRENDIZAJE A TRAVÉS DE LA EXPERIENCIA:** El método busca que el alumno cree algo. El problema debe ser presentado siempre en forma que despierte el interés y pueda ser resuelto. La presentación debe ser clara para que el alumno responda con claridad y no sufra errores en la respuesta. -

\* **MÉTODO DEL ENSAYO Y ERROR:** En este método se siguen los principios pedagógicos básicos, que las ejercitaciones deben ir "De lo conocido a lo desconocido"; "De lo fácil a lo difícil"; "De lo elemental a nuevas formas de relación cada vez más significativas"

• PLANIFICACIÓN – CRONOGRAMA POR TRIMESTRE

<u>PRIMER TRIMESTRE</u>	Gimnasia - Fútbol
<u>SEGUNDO TRIMESTRE</u>	Gimnasia - Basquetbol
<u>TERCER TRIMESTRE</u>	Gimnasia - Voleibol
• EVALUACIÓN	Participación activa en clase. Trabajo en equipo. Cooperación. Pruebas individuales. Comprensión y aplicación del reglamento.