



Escuela Secundaria Dr. R. G. Faraloro (CGELP)

Hoja de ruta

Educación Física

Ciclo Lectivo 2024
Curso: 6º Año – Turno Tarde
Docente: García Juan Cruz

1 - CRONOGRAMA

Unidad 1	Unidad 2
CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD – Constitución corporal. Conciencia corporal y habilidades motrices.	CORPOREIDAD Y SOCIOMOTRICIDAD – La construcción del deporte escolar y la comunicación corporal.

2 - CONTENIDOS

UNIDAD I: CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD - *Constitución Corporal*

- ✓ Las capacidades motoras y su tratamiento polivalente en secuencias personalizadas para el desarrollo corporal.
- ✓ Capacidades condicionales. Resistencia aeróbica y anaeróbica - Fuerza máxima - Flexibilidad - Velocidad.
- ✓ Capacidades coordinativas.

- ✓ Principios para el desarrollo y la optimización para la constitución corporal: de salud, individualización, recuperación, concientización, utilidad, especificidad, sobrecarga, esfuerzo, continuidad y periodización.
- ✓ La entrada en calor y prevención de lesiones, antes, durante y al finalizar las actividades motrices.
- ✓ Técnicas de respiración y relajación.
- ✓ La dieta y la actividad motriz.

CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD - *Conciencia Corporal*

- ✓ Reconocimiento del efecto del entrenamiento sistemático en los cambios corporales. Su impacto en la calidad de vida general.
- ✓ Actitudes y posturas corporales.
- ✓ La imagen corporal y el impacto que ejercen en su constitución los modelos mediáticos y la mirada de los otros.

CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD - *Habilidades motrices*

- ✓ Desarrollo selectivo de la habilidad motriz específica del deporte con sentido recreacional, en distintos ámbitos, situaciones y contextos.
- ✓ Selección y utilización autónoma de métodos y las tareas motrices para el ajuste y adecuación de las técnicas o gestos deportivos específicos.
- ✓ Las habilidades motrices propias de los diferentes juegos deportivos/deportes y su aprendizaje interactivo con el grupo.

UNIDAD II: CORPOREIDAD Y SOCIOMOTRICIDAD - *La construcción del deporte escolar*

- ✓ Los juegos deportivos o deportes seleccionados y la construcción solidaria y compartida de sus dimensiones y formas de práctica: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices, espacios y comunicación.
- ✓ El acuerdo, la aceptación y el respeto hacia las reglas para incluir activamente a todo el grupo.
- ✓ El planeamiento en equipo de las acciones tácticas y técnicas.
- ✓ Los mensajes de los medios de comunicación en relación con el deporte. Su análisis crítico.
- ✓ La práctica deportiva, valores, finalidades y sentidos. El consumo selectivo de espectáculos deportivos.

- ✓ El análisis comparativo del comportamiento de los actores del deporte de espectáculo con el de los actores de prácticas deportivas recreativo-sociales y escolares.
- ✓ La discriminación y asunción consciente de los valores propios de la práctica deportiva escolar en sus formas recreacional y/o competitiva.

CORPOREIDAD Y SOCIOMOTRICIDAD - *Comunicación corporal*

- ✓ Interacción y comunicación corporal con los otros.
- ✓ El cuidado, la anticipación de riesgos y la colaboración diferenciada para resolver situaciones problemáticas del deporte y la vida cotidiana.

3 – PAUTAS DE APROBACIÓN

- ✓ Asistencia.
- ✓ Participación en clase.
- ✓ Entrega en tiempo y forma de los trabajos en soporte papel.
- ✓ Entrega en tiempo y forma de los trabajos subidos al classroom.
- ✓ Aprobación de las evaluaciones escritas y orales, en caso de desaprobación alguna instancia, la misma podrá ser recuperada.
- ✓ Respetar el Acuerdo Institucional de Convivencia.

.....

García Juan Cruz

Prof. Educación Física