

PROGRAMA DE EXÁMEN:

Área: EDUCACIÓN FÍSICA – Ciclo Básico

Año: 2016 Curso: 3º año División: I - II (Mujeres)

Docente: Ciampoli Lucio

Eje Temático: Corporeidad y sociomotricidad

Unidad Didáctica: El juego en grupo

Objetivos:

- Lograr reconocer la estructura del juego (principalmente objetivo y reglas) para adaptar las mejores estrategias individuales y de conjunto (si es posible)
- Participar activamente en la elaboración y modificación de las reglas de juego para generar una experiencia más agradable para todas.
- Estimular la elaboración de estrategias creativas tanto individuales como colectivas
- Reconocer las características del juego motriz. Elaborar juicios de valor sobre su importancia en la vida diaria y la presencia real en la vida de las personas (comenzando por si mismas).
- Elaborar un contraste usando las similitudes y diferencias que existen entre juego y deporte


Saberes:

-Definición de juego: clasificación en J. colectivo (por bando y por equipo), J. pre-deportivo y J. de iniciación

-La regla: importancia dentro del juego, elaboración y modificación de las reglas de juego

-La estrategia: definición, criterios a tener en cuenta para evaluar la estrategia, construcción individual y grupal de la estrategia.

-Desarrollo de juegos motrices con sentidos diverso: funcionales (ej: entrada en calor)), de esparcimiento, fundamentadores.

 **Eje Temático:** Corporeidad y sociomotricidad
Unidad Didáctica: El deporte escolar

Objetivos:

- Comprender la estructura del juego deportivo y diferenciarlo del juego en grupo
- Reconocer la diferencia entre rol y función y las causas que los determinan
- Elaborar estrategias individuales y grupales en función de la comprensión del reglamento y el objetivo del juego deportivo.
- Esbozar planteamientos tácticos en función del objetivo a alcanzar
- Lograr caracterizar el deporte psicomotriz y el sociomotriz
- Explorar y reflexionar sobre las características del deporte que hacen que se encuentre en una posición social tan prestigiosa en la actualidad.

Saberes:

- Deporte: Clasificación del deporte: Psicomotriz y socio motriz
- Deportes de situación: Situaciones de ataque y defensa
- Táctica: Definición y aplicación practica
- Roles: caracterización definición y aplicación practica
-
- Realización de actividades deportivas adaptadas, Handball
- Volley
- La técnica: caracterización de su lugar en el handball y el volley
- La regla: caracterización de su lugar en el handball y el volley

Colegio Secundario UNLPam

Eje Temático: Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente

- **Unidad Didáctica:** La actividad física en el medio ambiente

Objetivos:

- Vivenciar experiencias de entrenamiento y lúdicas en escenarios distintos a los habituales.
- Fomentar el uso social y responsable de los espacios verdes y urbanos destinados al esparcimiento.
- Vivenciar experiencias con actividades simples no habituales, que fomenten el disfrute por la actividad al aire libre.
- Elaborar juicios de valor sobre la actividad física en el medio ambiente, en relación con la importancia que debe o debería tener en la vida diaria.

Saberes:

- El uso responsable del entorno: cuidados y precauciones
- La marcha: Senderismo y Trekking Definición. Caracterización. Aspectos a tener en cuenta antes y durante la misma. Beneficios motores y fisiológicos de la marcha.

Eje Temático: “Constitución y Conciencia Corporal”

- **Unidad Didáctica:** El cuidado del cuerpo en la actividad física

Objetivos:

- Conocer los efectos positivos y negativos de la actividad física sistemática
- Comprender el sentido de la entrada en calor y la elongación pre y post competitiva
- Comprender la importancia del desarrollo responsable de la fuerza
- Comprender la diferencia entre entrenamiento de la fuerza y la resistencia y modelado de la figura.
- Vivenciar experiencias agradables, ligadas al desarrollo de la fuerza la resistencia y la elasticidad.

Saberes:

- Fuerza: definición, caracterización de los trabajos de fuerza y clasificación
- Entrenamiento: Definición y caracterización
- Ejercicios y circuitos de entrenamiento de la Fuerza
- Actividades de desarrollo de la fuerza resistencia
- Juegos y actividades de desarrollo de la fuerza y la resistencia al aire libre

❖ **Criterios de acreditación**

- Conocer e interpretar conceptos teóricos.
- Aplicar en juegos y deportes el planteo estratégico, asumir cooperativamente roles y funciones, aplicar sistemas defensivos - ofensivos y utilizar las habilidades motrices específicas para resolver las situaciones variables del juego.

❖ **Modalidad del examen:**

1. **Condiciones del examen:** ESCRITO OBLIGATORIO – ORAL DEBE APROBAR EL ESCRITO
2. **Examen escrito:** Dar cuenta de:
 - Conocimiento de reglamento de los deportes desarrollados (Handball y Volley)
 - Entrada en calor y su relación con las actividades desarrolladas
 - Características del deporte escolar
 - Aspectos musculares del entrenamiento del trekking, contracción muscular, concéntrica y excéntrica, definición, caracterización y ejemplificación
- 3-**Examen Oral:**
 - Profundizar aspectos anteriores

❖ **Bibliografía del alumno:**

- Reglamento de los diferentes deportes (Hándbol, Básquetbol)
- Apunte entregado por el docente.