



Cantidad de horas semanales: 3

Programa: EDUCACIÓN FÍSICA - 2º AÑO C.B.T.- 2016

UNIDAD 1: GIMNASIA PARA LA FORMACIÓN CORPORAL.

El propio cuerpo: Selección y diseño de ejercicios para el desarrollo de las capacidades motoras: Condicionales y coordinativas. La postura y su relación con la salud y las acciones motrices. Entrada en calor: criterios y principios. Pausas: pasiva y activa. Su empleo en la regulación del esfuerzo. Diferenciación y uso de habilidades Cambios corporales. Cuidado propio y de los compañeros.

El cuerpo y el medio físico: Los espacios de la clase: posibilidades, desventajas y riesgos.

El cuerpo y el medio social Situaciones de riesgo en las prácticas motrices. Construcción grupal de las actividades motrices, expresivas con o sin aporte musical en diferentes ámbitos.

UNIDAD 2: JUEGOS

El cuerpo y el medio social: Juegos cooperativos (tratados, acuerdos y diferentes tipos de resoluciones). Juegos de competencia en grupos y equipo con diverso tipo de organización. Invención de juegos variados. Juegos tradicionales.

Aprendizaje y organización grupal: Organización táctica. Enseñanza recíproca, cooperación y solidaridad para la superación de los problemas que se identifiquen en el juego.

Normas y valores: Respeto por las reglas (explicadas o acordadas). Derecho a jugar, participar y aprender. Aceptación de las limitaciones y posibilidades propias y ajenas. Estrategias para la resolución de conflictos en juegos con la mediación del docente.

Deportes: Fundamentos básicos y reglamento de: Voleibol y Básquetbol

UNIDAD 3: EXPERIENCIAS EN EL MEDIO NATURAL

El propio cuerpo; Resolución de situaciones en el medio natural: equilibrios, desplazamiento, traslado de objetos, transporte. Caminatas. Criterios para la regulación del esfuerzo. Nutrición e hidratación.

El cuerpo y el medio físico: El cuidado del medio natural.

El cuerpo y el medio social: Tareas y juegos en el ámbito natural. Reconocimiento y disfrute del medio natural. Identificación de problemáticas ambientales

Normas y valores: Valoración del cuidado del medio ambiente. Las normas como reguladoras de la convivencia.

TRABAJOS PRÁCTICOS: Sobre los temas del programa.

BIBLIOGRAFÍA:

- Reglamento de Voleibol (actualizado según la federación).
- Reglamento de Básquetbol (actualizado según la federación).

N.A.P. (Núcleos de aprendizaje prioritarios)

- Desarrollo de capacidades motoras, selección y desarrollo de ejercicios.
- Situaciones de riesgo,
- Juegos cooperativos, de competencia y tradicionales,
- Reglamento de: Voleibol y Básquetbol.
- Tareas y juegos en el ámbito natural.