**PROPÓSITOS GENERALES PARA LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FISICA EN LA ESCUELA SECUNDARIA 1°- 2° - 3° AÑO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  1° AÑO | 2° AÑO | 3° AÑO |
| * Contribuir a la constitución de la corporeidad y a consolidar hábitos posturales, de higiene y actividad motriz sistemática que sienten las bases de una vida saludable.
* Promover la autonomía y la autoestima sobre la base de la disponibilidad corporal y el uso selectivo y creativo de habilidades motrices.
* Propiciar la organización participativa y cooperativa de actividades gimnásticas, deportivas, acuáticas, expresivas en diferentes espacios, considerando el disfrute estético y la protección del ambiente.
* Brindar oportunidades para la reflexión crítica sobre la corporeidad y los modelos corporales mediáticos circulantes.
* Generar espacios para la creación y utilización de distintas formas de comunicación corporal y motriz.
* Promover el aprendizaje de juegos deportivos y deportes con planteo estratégico, resolución táctico técnica de situaciones variables de juego, asunción acordada de roles y funciones en el equipo, juego limpio, participación y cooperación.
* Favorecer la asunción de actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto y cuidado de si mismo y de los otros en actividades motrices compartidas, que posibiliten la convivencia democrática y la construcción de ciudadanía.

  | * Contribuir a la constitución de la corporeidad y a consolidar hábitos posturales, de higiene y actividad motriz sistemática que sienten las bases de una vida saludable.
* Promover la autonomía y la autoestima sobre la base de la disponibilidad corporal y el uso selectivo y creativo de habilidades motrices.
* Propiciar la organización participativa y cooperativa de actividades gimnásticas, deportivas, acuáticas, expresivas en diferentes espacios, considerando el disfrute estético y la protección del ambiente.
* Brindar oportunidades para la reflexión crítica sobre la corporeidad y los modelos corporales mediáticos circulantes.
* Generar espacios para la creación y utilización de distintas formas de comunicación corporal y motriz.
* Promover el aprendizaje de juegos deportivos y deportes con planteo estratégico, resolución táctico técnica de situaciones variables de juego, asunción acordada de roles y funciones en el equipo, juego limpio, participación y cooperación.
* Favorecer la asunción de actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto y cuidado de si mismo y de los otros en actividades motrices compartidas, que posibiliten la convivencia democrática y la construcción de ciudadanía.
 | * Contribuir a la constitución de la corporeidad y motricidad, sustentada en los principios de salud, individualización y recuperación del esfuerzo.
* Reflexión crítica sobre los modelos corporales circulantes.
* Construcción creativa y selectiva de respuestas motrices para resolver problemas tácticos, técnicos y reglamentarios que plantean los deportes y las diversas actividades motrices, gimnásticas, expresivas y acuáticas.
* Autonomía para intervenir con creciente protagonismo en la organización y desarrollo de proyectos personales y grupales.
* Promover actitudes y acciones solidarias, cooperativas, de cuidado de los otros y de sí mismo, en diferentes contextos , procurando la protección del ambiente
 |

**EXPECTATIVAS DE LOGRO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  1° AÑO | 2° AÑO | 3° AÑO |
| * Conozcan las actividades motrices necesarias para el desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas con base en el principio de salud.
* Produzcan e interpreten gestos y acciones motrices básicas con intencionalidad comunicativa en situaciones deportivas, acuáticas, gimnásticas o expresivas.
* Reconozcan la habilidad motriz y el desarrollo corporal en la constitución de la autonomía y autoestima.
* Asuman actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto y cuidado de si mismo y de los otros en actividades motrices compartidas.
* Valoren la interacción grupal para el aprendizaje motor, la elaboración y respeto de normas de convivencia democrática y la construcción de la ciudadanía.
* Participen protagónicamente en actividades motrices en diferentes ámbitos con independencia, responsabilidad y sentido social.
* Practiquen juegos de handball, vóley, básquet, fútbol atletismo o deportes simplificados, con técnicas y reglas construidas participativa y democráticamente.
* Usen habilidades motrices en la resolución de problemas motores en actividades gimnásticas deportivas, acuáticas, expresivas y en el ambiente natural.
* Practiquen actividades motrices protegiendo el ambiente natural.
 | * Identifiquen y realicen actividades motrices necesarias para el desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas con base en el principio de individualización.
* Produzcan y utilicen gestos y acciones motrices básicas con intencionalidad comunicativa en situaciones deportivas, acuáticas, y en el armado de secuencias gimnásticas y expresivas.
* Reconozcan y seleccionen habilidades motrices que favorezcan el desarrollo corporal y la constitución de la autonomía y autoestima.
* Asuman actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto y cuidado de si mismo y de los otros en actividades motrices compartidas.
* Valoren la interacción grupal para el aprendizaje motor, la elaboración y respeto de las normas de convivencia democrática.
* Participen protagónicamente en actividades motrices en diferentes en diferentes ámbitos con independencia, responsabilidad y sentido social.
* Practiquen juegos y deportes de vóley, handball, básquet, fútbol y atletismo, con integración de organizaciones tácticas básicas de ataque y defensa, con aplicación de técnicas y reglas específicas con interacción grupal cooperativa.
* Anticipen posibles situaciones motrices que les permitan emplear las habilidades necesarias para la resolución del problema motor que se presenta en ellas, actividades gimnásticas, deportivas, acuáticas, expresivas y en el ambiente natural.
* Organicen y desarrollen actividades motrices en el ambiente natural que incluyan el aseguramiento de su protección.
 | * Organicen secuencias personales de actividades motrices para el desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas con base en los principios de salud, individualización y la regulación del esfuerzo.
* Interactúen a partir de la producción e interpretación de mensajes gestuales y acciones motrices en actividades deportivas, acuáticas , deportivas, gimnásticas o expresivas,
* Integren habilidades motrices para resolver con autonomía diferentes situaciones en distintos ámbitos de actuación, fortaleciendo la autoestima.
* Desarrollen actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto y cuidado de si mismo, de los otros, de las instalaciones y de los materiales en todas las actividades que se planteen.
* Reconozcan la importancia de los acuerdos grupales para el aprendizaje motor, la elaboración y respeto de normas de convivencia democrática y la construcción de la ciudadanía.
* Participen en actividades motrices en diferentes ámbitos con independencia, responsabilidad y sentido social.
* Practiquen deportes de vóley, handball, básquet, fútbol y atletismo, disponiendo de habilidades para la resolución táctico-técnica de situaciones del juego, la asignación y asunción de roles y funciones en el equipo y la aplicación del reglamento.
* Seleccionen adecuadamente las habilidades necesarias para la resolución de problemas motores que se presentan en actividades gimnásticas, acuáticas, expresivas y en el ambiente natural.
* Participen en la organización y desarrollo de proyectos de actividades motrices en el ambiente natural procurando su protección.
 |

**OBJETIVOS DE ENSEÑANZA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESCUELA SECUNDARIO 4°-5° Y 6° AÑO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  4° AÑO |  5° AÑO | 6° AÑO |
| * Recuperar los avances que hayan tenido los estudiantes en el ciclo anterior en relación con su constitución corporal.

• Brindar orientaciones para que los alumnos produzcan sus secuencias personales de prácticas motrices en base a los principios de salud, individualización, recuperación, intensidad y volumen.• Propiciar la construcción de espacios para el aprendizaje que posibiliten la práctica deportiva de los estudiantes desde la perspectiva ludomotriz, recreacional y saludable.• Propiciar que los estudiantes construyan y apliquen códigos de expresión y comunicación corporal y motriz en actividades deportivas, acuáticas, gimnásticas o expresivas.• Favorecer la práctica de juegos deportivos y deportes basada en la comprensión del diseño estratégico, contribuyendo al empleo de sistemas de roles y funciones en el equipo, y el uso de habilidades motrices en la resolución de variadas situaciones.• Generar oportunidades de participar en la organización y concreción de distintas actividades ludomotrices, deportivas, gimnásticas, expresivas y de relación con el ambiente. Favorecer la asunción de actitudes reflexivas, creativas, solidarias y de respeto a las posibilidades y limitaciones motrices propias y de sus compañeros.• Viabilizar proyectos referidos a prácticas corporales y motrices en ámbitos naturales que posibiliten el establecimiento de acuerdos necesarios para la convivencia democrática.• Propiciar el abordaje crítico de las problemáticas ambientales actuales y del impacto de las actividades deportivas y campamentiles en la naturaleza.• Promover con los alumnos la construcción cooperativa de producciones corporales expresivas-gimnásticas en función de sus intereses.• Habilitar momentos en la clase para que los estudiantes evalúen sus desempeños motrices en función de indicadores acordados previamente.• Ayudar a los estudiantes en la elaboración grupal de prácticas adecuadas al grupo a partir de los conceptos de inclusión, igualdad de oportunidades de aprendizaje y respeto por la diversidad.• Posibilitar el abordaje crítico de las distintas formas de práctica deportiva y los imaginarios sociales que tienen. | * Favorecer que los estudiantes comprendan la importancia de realizar actividad motriz sistemática para la constitución corporal y el mantenimiento de la salud.

• Facilitar la construcción de secuencias personales de tareas motrices, con base en los principios de salud, individualización, recuperación, intensidad y volumen.• Propiciar en los estudiantes la comprensión e invención de códigos de expresión y comunicación corporal y motriz en actividades deportivas, acuáticas, gimnásticas o expresivas, y puedan organizar las acciones motrices adecuadas.* Promover la práctica de juegos deportivos y deportes basada en la comprensión del planteo estratégico, la asunción cooperativa de roles y funciones en el equipo, el empleo de sistemas defensivos y ofensivos y el ajuste de habilidades motrices específicas en la resolución de situaciones variadas.
* Favorecer el análisis crítico de la relación entre capacidad resolutiva, habilidad empleada y condición corporal disponible, propiciando la práctica de tareas para la mejora.

• Propiciar la participación en la programación, organización, ejecución y evaluación de proyectos referidos a prácticas y actividades ludomotrices, deportivas, gimnásticas, expresivas y de relación con el medio natural.• Promover la asunción de actitudes reflexivas, creativas y solidarias en la realización de prácticas corporales y motrices.• Habilitar espacios y tiempos para el análisis crítico de los valores que sustentan el deportede competición, el recreativo-social y el escolar.• Promover la reflexión acerca de las problemáticas del ambiente en donde se realizan las prácticas corporales y motrices. | * Promover la concreción de prácticas de actividades motrices y deportivas en forma autónoma y sistemática para el desarrollo de la constitución corporal y el cuidado de la salud.

• Brindar orientaciones a cada estudiante en la elaboración de proyectos personales de actividades motrices para la constitución corporal, con base en los principios de salud, individualización recuperación, concientización, utilidad, especificidad, sobrecarga, esfuerzo, continuidad y periodización, considerando las normas, métodos y tareas para su desarrollo.• Propiciar la lectura de códigos de expresión y comunicación corporal y motriz en actividades deportivas, acuáticas, gimnásticas o expresivas para anticipar jugadas, secuencias o acciones motrices.• Disponer la práctica de juegos deportivos y deportes, promoviendo en los estudiantes latoma de decisiones sobre el planteo estratégico, la cooperación en el equipo, el uso de sistemas defensivos y ofensivos y de habilidades motrices específicas en el desarrollo de situaciones del juego.• Facilitar el uso eficiente, selectivo y autónomo de habilidades motrices específicas en la resolución de problemas del deporte, la gimnasia, las actividades acuáticas y en medios naturales, en distintos ámbitos y contextos.• Asegurar el alcance de disponibilidad corporal y motriz suficiente para desempeñarse con sentido crítico, eficiencia, seguridad y placer en alguno de los campos de las prácticasmotrices, expresivas, gimnásticas y deportivas.• Posibilitar la apropiación de saberes necesarios para la programación, organización, ejecucióny evaluación de proyectos referidos a actividades ludomotrices, deportivas, gimnásticas, expresivas y de relación con el medio natural y la participación democrática en los mismos.• Propender a la formación en los estudiantes de una conciencia crítica en relación con lasprácticas corporales y motrices, las formas en que se realizan y las problemáticas de los ambientes en que éstas se llevan a cabo.• Posibilitar el análisis crítico de los valores que subyacen a las prácticas deportivas recreacionales y/o competitivas que se desarrollan en la propia escuela y en cada contexto sociocultural.• Promover la realización y el disfrute de prácticas corporales y motrices en ámbitos naturales, el desarrollo de una conciencia crítica frente a la problemática que los mismos presentan y la concreción de proyectos que contribuyan para a su resolución. |

 **OBJETIVOS DE APRENDIZAJE PARA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESCUELA SECUNDARIA 4°-5° Y 6° AÑO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  4° AÑO | 5°AÑO | 6°AÑO |
| * Reconocer la importancia de la actividad motriz en el proceso de constitución corporal y en el mantenimiento de la salud.

• Organizar secuencias personales de actividades motrices para la constitución corporal con base en los principios de salud, individualización recuperación, intensidad y volumen.• Generar y aplicar códigos de expresión y comunicación corporal y motriz en actividades deportivas, acuáticas, gimnásticas o expresivas.• Comprender en la práctica de deportes y juegos deportivos el diseño estratégico, los sistemas de roles y las funciones en el equipo.• Utilizar habilidades motrices necesarias a la hora de resolver diversas situaciones deportivas.• Integrar habilidades motrices generales y específicas para la resolución de problemas en actividades deportivas, gimnásticas, acuáticas, expresivas y/o de la vida cotidiana.• Analizar críticamente sus desempeños motores, tomando como referentes elementos claves de la actividad motriz seleccionada –reglas, roles y funciones, habilidades–, y emprender tareas para su mejora y disfrute.• Participar en la organización y concreción de distintas actividades ludomotrices, deportivas, gimnásticas, expresivas y de relación con el ambiente.• Realizar prácticas corporales y motrices de manera reflexiva, creativa y solidaria, en la que se respeten y valoren posibilidades y limitaciones motrices propias y de los compañeros.• Comprender y asumir los valores que subyacen a las prácticas deportivas escolares.• Sostener y disfrutar de prácticas corporales y motrices en ámbitos naturales, en las que se dispongan de las habilidades necesarias y se prevean normas de convivencia. | * Valorar la importancia de la actividad motriz sistemática para la constitución corporal y el mantenimiento de la salud.

• Establecer secuencias personales de actividades motrices para la constitución corporal basada en los principios de salud, individualización, recuperación, utilidad, especificidad, sobrecarga, considerando las normas y los métodos que posibilitan su desarrollo.• Organizar acciones motrices a partir de la lectura de códigos de expresión y comunicación corporal y motriz en actividades deportivas, acuáticas, gimnásticas o expresivas.• Practicar juegos deportivos y deportes con comprensión el planteo estratégico, asuncióncooperativa roles y funciones en el equipo, empleo de sistemas defensivos y ofensivos yutilizando las habilidades motrices específicas para resolver las situaciones variadas del deporte.• Ajustar las habilidades motrices específicas para la resolución de problemas del deporte, la gimnasia, las actividades acuáticas y en medios naturales, en distintos ámbitos y contextos.• Analizar críticamente la relación entre su capacidad resolutiva, la habilidad empleada y la condición corporal disponible y practicar tareas para la mejora y el disfrute de su desempeño.• Participar en la programación, organización, ejecución y evaluación de proyectos referidosa prácticas y actividades ludomotrices, deportivas, gimnásticas, expresivas y de relación con el medio natural.• Participar en las prácticas corporales y motrices de manera creativa, reflexiva y solidaria, respetando y valorando posibilidades y limitaciones motrices propias y de los otros.• Analizar críticamente los valores que sustentan el deporte de competición, el recreativo social y el escolar.• Sostener y disfrutar de prácticas corporales y motrices en ámbitos naturales, asumiendo posiciones críticas frente a sus problemáticas. | * Fortalecer hábitos de práctica autónoma y sistemática de actividades motrices para el desarrollo de la constitución corporal y el cuidado de la salud.

• Elaborar proyectos personales de actividades motrices para la constitución corporal con base en los principios de salud, individualización, recuperación, concientización, utilidad, especificidad, sobrecarga, esfuerzo, continuidad y periodización , considerando las normas, métodos y tareas para su desarrollo.• Anticipar jugadas, secuencias y acciones motrices a partir de la lectura de códigos de expresión y comunicación corporal y motriz en actividades deportivas, acuáticas, gimnásticas o expresivas.• Practicar juegos deportivos y deportes proponiendo el planteo estratégico, asumiendo cooperativamente roles y funciones en el equipo, disponiendo de sistemas defensivos y ofensivos y utilizando las habilidades motrices específicas para resolver las situaciones variables del juego.• Utilizar con eficiencia, selectividad y autonomía las habilidades motrices específicas para la resolución de problemas del deporte, la gimnasia, las prácticas acuáticas y las actividades en distintos ámbitos y contextos.• Alcanzar la disponibilidad corporal y motriz suficiente para desempeñarse con sentido crítico, eficiencia, seguridad y placer en alguno de los campos de las prácticas motrices, expresivas, gimnásticas y deportivas.• Producir proyectos referidos a actividades ludomotrices, deportivas, gimnásticas, expresivas y de relación con el medio natural, participando democráticamente en la programación, organización, ejecución y evaluación de los mismos.• Alcanzar una conciencia crítica en relación con las prácticas corporales y motrices, las formas en que se realizan y las problemáticas de los ambientes en que éstas suceden, actuando con independencia, solidaridad y sentido social.• Analizar críticamente los valores que subyacen a las prácticas deportivas, recreacionales y /o competitivas que se desarrollan en la propia escuela y en cada contexto sociocultural.• Sostener y disfrutar prácticas corporales en ámbitos naturales, reconociendo las problemáticas que los mismos presentan y realizando proyectos que incidan en su resolución. |

**EJES Y CONTENIDOS PARA LA ESCUELA SECUNDARIA 1°-2°-3°-4°-5° Y 6° AÑO**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  1° AÑO | 2° AÑO | 3° AÑO | 4° AÑO | 5° AÑO | 6° AÑO |
|  **Eje Corporeidad y motricidad.****-Constitución corporal.**Las capacidades motoras y su tratamiento integrado para la constitución corporal.Capacidades condicionales:-la resistencia aeróbica general.-la fuerza rápida y su desarrollo en los grandes grupos musculares.-la flexibilidad general.-la velocidad de desplazamientos en trayectos cortos y variados.Capacidades coordinativas-Las capacidades coordinativas y su relación con la habilidad motora general y específica.-Las actividades motrices adecuadas para el desarrollo, en distintos medios, de las capacidades condicionales y coordinativas.-El principio de salud como orientador básico para la realización de tareas motrices.-La regulación del esfuerzo en diferentes situaciones motrices.-Diferenciación de ritmos cardiorespiratorios y los procedimientos para su regulación.Valoración del esfuerzo individual y grupal.* La alimentación adecuada y su relación con las actividades motrices.
* Las actividades motrices significativas y placenteras como posibilidad preventiva de adicciones.

Conciencia corporal* Reconocimiento del propio cuerpo y sus cambios.
* Aceptación de las posibilidades y dificultades motrices.
* Actitudes, posturas y formas de actuación motriz que inciden en la propia corporeidad.

La imagen corporal y su relación con la autoestima y la autonomía.El cuidado del propio cuerpo y de los otros en las actividades motrices compartidas.Habilidades motrices-Habilidades motrices específicas en situaciones ludo motrices, deportivas, gimnásticas, acuáticas, expresivas; su finalidad y sentido.-Diseño y práctica de actividades para el desarrollo de habilidades motrices específicas, abiertas y cerradas en situaciones motrices variadas.-aceptación de los diferentes niveles de habilidad motriz.**Eje: Corporeidad y socio Motricidad****La Construcción del juego deportivo y el deporte escolar.**-La estructura de los juegos deportivos como posibilidad de construcción solidaria y compartida: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices, espacios y comunicación.-Finalidad y forma de definición de los juegos deportivos abiertos y cerrados. Aceptación de los resultados.-Construcción y aceptación de las reglas adecuadas para jugar participativa y democráticamente.-Resolución táctica de situaciones simplificadas de ataque y defensa.-La propia habilidad como habilidad sociomotriz para interactuar con los otros en la resolución del juego.-El espacio necesario para jugar cada juego deportivo. Su adecuación a las necesidades del grupo.-Las relaciones de comunicación y contracomunicación como base de los juegos deportivos en equipo.-Interacción con los otros y la incidencia del grupo en el funcionamiento de los equipos.-Construcción o recreación de juegos deportivos no convencionales.-Participación en variados encuentros de juegos deportivos y deportes: masivos, internos, interescolares.-Análisis crítico de los diferentes comportamientos deportivos y de los mensajes de los medios de comunicación social.**COMUNICACIÓN CORPORAL**-Producción e interpretación de gestos y acciones motrices básicas con intencionalidad comunicativa en situaciones deportivas, gimnásticas o expresivas.-Acuerdos respecto de códigos simples de comunicación corporal.-Las acciones motrices con finalidad expresiva y/o comunicativa de sensaciones, sentimientos, emociones, ideas, con o sin soportes musicales.**EJE: CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD EN RELACIÓN CON EL AMBIENTE.****La relación con el ambiente.**-El medio natural circundante y el respeto por la existencia de las especies vegetales y animales al instalar campamentos y realiza las actividades específicas de educación física.-Los elementos naturales y su tratamiento cuidadoso: tierra, aire, agua, fuego, durante la práctica de actividades motrices campamentiles.-Integración con el medio natural y social cercano en las prácticas campamentiles y deportivas.-Formas de actuación motriz para preservar el equilibrio ecológico del lugar.-Las posibilidades del lugar para la realización de actividades campametiles y/o deportivas, preservando los elementos naturales.**La vida cotidiana en ámbitos naturales.**-El campamento como lugar para vivir con otros en situación inhabitual.-Organización y participación en las tareas preparatorias y de realización de campamentos.-Acuerdos en las tareas del campamento: armado y mantenimiento de carpas y servicios comunitarios; la previsión y preparación de alimentos; uso seguro del fuego; la limpieza.-Acuerdos grupales sobre las normas de convivencia en las actividades en el medio natural.-Resolución democrática de conflictos o nuevas situaciones, propios de la convivencia en un medio inhabitual.-Normas de seguridad a seguir para la vida en campamento, salidas y otras actividades en el medio natural.**Las acciones motrices en la naturaleza**-Exploración senso perceptiva de los elementos y fenómenos naturales.-Las habilidades motrices necesarias para el desplazamiento cuidadoso y seguro en distintos terrenos.-Actividades ludo motrices: juegos cooperativos, de exploración, de contacto con los elementos naturales.-Juegos deportivos en la naturaleza con adecuación al terreno y a los elementos naturales del entorno.-Disfrute estético de la naturaleza.-El paisaje cómo aspecto estético del medio natural y su contemplación compartida: la observación estética de la naturaleza y el paisaje durante caminatas u otras actividades de desplazamiento.-Reconocimiento de sensaciones y emociones experimentadas durante la realización de actividades motrices en el medio natural. | **Eje: Corporeidad y Motricidad.****-Constitución Corporal.**- Las capacidades motoras y su tratamiento polivalente en actividades personalizadas para la constitución corporal.Capacidades condicionales:-la resistencia aeróbica general y su desarrollo personalizado.-la fuerza rápida y la distinción de su desarrollo en diferentes grupos musculares.-la flexibilidad y su tratamiento en función de las necesidades personales.-La velocidad óptima en las diferentes acciones motrices.Capacidades coordinativas-Las capacidades coordinativas y las necesidades personales de ajuste general y/o específico para el desempeño motor.-La selección y secuenciación de actividades motrices adecuadas para la propia constitución corporal.-El principio de individualización cómo sustento para seleccionar tareas motrices que favorecen la propia constitución corporal.-El principio de recuperación luego del esfuerzo y su importancia en la realización secuenciada de actividades motrices.-La regulación del esfuerzo durante la realización secuenciada de actividades motrices.-La conciencia del ritmo cardio respiratorio para la autoregulación del esfuerzo en las actividades motrices intensas.-Valoración de la cooperación para posibilitar esfuerzos individuales y grupales que posibiliten mejorar la constitución corporal.-La selección de alimentos adecuados para favorecer la constitución corporal y el desempeño motor.-La actividad motriz sistemática y habitual. Su valor para la prevención de adicciones.Conciencia Corporal-Reconocimiento del efecto de la actividad motriz en los cambios corporales.-El desarrollo de las posibilidades motrices y su relación con la autoestima.-Actitudes y posturas corporales. Su modificación por medio de actividades motrices significadas y valoradas individual y grupalmente.-La imagen corporal y el impacto de los modelos mediáticos y de la mirada de los otros en su constitución.-El cuidado y el respeto corporal entre los géneros en las actividades motrices compartidas.Habilidades motrices -Habilidades motrices seleccionadas para la resolución de situaciones específicas en el campo de las actividades deportivas, gimnásticas, acuáticas o expresivas, con mayor ajuste al contexto.-Diseño y práctica de actividades para el desarrollo de habilidades motrices en situaciones motrices de complejidad creciente.-Valoración de los diferentes niveles de habilidad motriz y la inclusión a partir de la ayuda mutua.**EJE: CORPOREIDAD Y SOCIO MOTRICIDAD**-La estructura de cada juego deportivo o deporte como construcción solidaria y compartida: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices, espacios y comunicación.-Finalidad y forma de definición de cada juego deportivo o deporte abierto y cerrado. -La relación de las reglas de juego con el nivel de habilidad de los jugadores y su capacidad de resolución táctica.-La resolución táctica de situaciones específicas de ataque y defensa.-Las habilidades motrices propias del juego y su integración como habilidades sociomotrices.-Los espacios propios de los juegos deportivos, estáticos y dinámicos.-Las relaciones de comunicación y contracomunicación propia de cada juego deportivo o deporte.-La utilización de acciones cooperativas adecuadas y definidas para jugar en función de ataque y defensa.-Creación o recreación de juegos deportivos no convencionales con ajuste a las posibilidades e intereses del grupo.-Intervención en la organización de los equipos para participar en encuentros de juegos deportivos y deportes: masivos, internos, interescolares.-Los valores implícitos en las diferentes manifestaciones del deporte, en los mensajes de los medios y en los comportamientos deportivos.**COMUNICACIÓN CORPORAL**-Producción e interpretación de códigos gestuales y acciones motrices en situaciones deportivas, gimnásticas o expresivas.-Los acuerdos respecto de códigos de comunicación en distintos contextos.-Las acciones motrices con finalidad expresiva y/o comunicativa de sensaciones, sentimientos, emociones, ideas, con o sin soportes musicales. Su producción creativa en grupo a partir de puntos de partida consensuados. **EJE: CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD EN RELACIÓN CON EL AMBIENTE****La relación con el ambiente**• Las actividades campamentiles, deportivas y desplazamientos en ambientes naturales con conocimiento de sus formas de vida y los cuidados necesarios para su protección.• El medio natural y su reconocimiento en grupo. Acciones para mantener el equilibrio ecológicoe incluirse en medios naturales.• La observación sensible del medio para actuar con cuidado ante los distintos fenómenosy espacios naturales.• Estrategias para relacionarse con el medio social de la zona. Anticipación de conflictos y formas de solución.**La vida cotidiana en ámbitos naturales**-El campamento. Sus distintos tipos en relación con las actividades a realizar, la región y lugar elegidos, las características del grupo y los medios económicos disponibles.-Los distintos roles en la preparación y realización del campamento.-La diferenciación de trabajos y la asunción responsable de los mismos.-Las normas de convivencia. Las formas de su sostenimiento.-La ayuda mutua como base de la convivencia y la solución de dificultades en una medio inhabitual.-La seguridad como valor. Las normas de seguridad como emergentes de las posibilidades de riesgo y de la experiencia anterior.**Las acciones motrices en la naturaleza**-El reconocimiento sensible de elementos y fenómenos naturales.-La integración y secuencia de habilidades motrices para desplazarse con seguridad en distintos terrenos.-Actividades ludo motrices: juegos cooperativos, de desplazamiento, búsqueda, orientación.-Los deportes en la naturaleza. Su adecuación a las posibilidades del entorno, del grupo y de los elementos deportivos disponibles.-Disfrute estético de la naturaleza. La integración del paisaje a la vida cotidiana. Tareas y acciones que posibilitan la apreciación del paisaje. La realización placentera y emocionalmente significativa de actividades motrices en la naturaleza. | **Eje: Corporeidad y Motricidad.****-Constitución Corporal.**-Las capacidades motoras y su tratamiento polivalente en secuencias personalizadas para la constitución corporal.Capacidades Condicionales-La resistencia aeróbica general y su desarrollo en base a los principios de salud, individualización y regulación del esfuerzo.-La fuerza rápida y la secuencia personal de ejercicios para el desarrollo de diferentes grupos musculares.-La flexibilidad y su tratamiento en función de las necesidades personales..-La velocidad optima en las diferentes acciones motrices.Capacidades coordinativas-Las capacidades coordinativas y su ajuste general y/o específico para el desempeño motor.-La secuenciación de actividades motrices seleccionadas para la propia constitución corporal en proyectos de corto plazo.-El principio de individualización como sustento para proyectar secuencias de tareas motrices que favorecen la propia constitución corporal.-Los principios de individuación y recuperación luego del esfuerzo para la secuenciación de tareas polivalentes en proyectos personales de corto plazo.-La regulación del esfuerzo para el control de ciclos de actividades motrices secuenciadas.-El control básico del ritmo cardiorespiratorio para la autorregulación del esfuerzo en las secuencias de actividades motrices intensas.-Valoración de la tarea en grupo para posibilitar la organización, desarrollo y evaluación de secuencias de esfuerzos individuales y grupales que posibiliten mejorar la constitución corporal.-La organización de la alimentación adecuada para favorecer la constitución corporal y el desempeño motor,-La práctica habitual de actividades motrices como prevención sistemática de las adicciones.Conciencia Corporal-Reconocimiento del efecto de la actividad motriz sostenida y sistemática en los cambios corporales,-El desarrollo de proyectos personalizados de actividad motriz y su relación con la autoestima.-Actitudes y posturas corporales. Su mejora a través de secuencias de actividades motrices significadas y valoradas individual y grupalmente.-La imagen corporal y su constitución a partir de la aceptación de sí mismo.-La organización y desarrollo de actividades motrices seleccionadas para la resolución de situaciones específicas en el campo de las actividades deportivas, acuáticas o expresivas.-Diseño y práctica de secuencias de actividades para el desarrollo de habilidades motrices en situaciones motrices de complejidad creciente.-Valoración de la inclusión de diferentes niveles de habilidad y su mejora desde la ayuda mutua.**EJE: CORPOREIDAD Y SOCIO MOTRICIDAD**-La construcción del juego deportivo y el deporte escolar.-La estructura de los juegos deportivos o deportes seleccionados como construcción solidaria y compartida: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices, espacios y comunicación.-Finalidad y forma de definición de los juegos deportivos y deportes seleccionados, abiertos o cerrados.-La adecuación consensuada de las reglas de juego al nivel de habilidad de los jugadores y su capacidad de resolución táctica.-La resolución táctica compartida de situaciones específicas de ataque y defensa.-La integración y complementación de la propia habilidad motriz con la de los compañeros de juego para la resolución sociomotriz de las situaciones de juego.-La utilización y creación de espacios de juego dinámico en los juegos deportivos y deportes seleccionados.-Las relaciones de comunicación y contra comunicación propias de los juegos deportivos o deportes seleccionados.-El planeamiento en equipo de las acciones cooperativas adecuadas y definidas para jugar en función de ataque y defensa.-Utilización de juegos deportivos no convencionales como alternativa a los juegos deportivos o deportes seleccionados.-Intervención en la organización de los equipos y en tareas de gestión para participar en encuentros de juegos deportivos y deportes: masivos, internos, interescolares.-La construcción de valores superadores sobre las diferentes manifestaciones del deporte, los mensajes de los medios y los comportamientos deportivos.**COMUNICACIÓN CORPORAL**-Utilización efectiva de códigos gestuales y acciones motrices en situaciones deportivas, gimnásticas o expresivas.-Los códigos de comunicación corporal y motriz propios de cada actividad deportiva, gimnástica, expresiva y de la vida cotidiana.-La producción creativa de acciones motrices con finalidad expresiva y/o comunicativa de sensaciones, sentimientos, emociones, ideas, con o sin soporte musical a partir de proyectos grupales consensuados.**EJE: CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD EN RELACIÓN CON EL AMBIENTE.****La relación con el ambiente.**-El proyecto de campamento y actividades deportivas o desplazamientos en ambientes naturales con conocimiento de sus formas de vida y los cuidados necesarios para su protección.-La prevención de riesgos y la utilización racional y cuidadosa de los elementos naturales.-La previsión de conflictos o sus posibles soluciones en la relación con los habitantes del medio natural y social de la zona.-La organización y práctica de acciones grupales para mantener el equilibrio ecológico de los diferentes lugares de la zona.-La planificación de actividades campamentiles y deportivas en función de los espacios y las características ambientales con protección de sus elementos y formas de vida.**La vida cotidiana en ámbitos naturales.**-La selección del tipo de campamento en relación con las actividades a realizar, la región y lugar elegidos, las características del grupo y los mediosEconómico disponibles.-La asignación consensuada de roles y funciones en la preparación y realización de campamentos.-La distribución adecuada de trabajos y la asunción responsable de los mismos.-Las normas de convivencia acordadas y las formas de sostenimiento.-La ayuda mutua y la aceptación de la diversidad como base de la convivencia y la solución de dificultades en un medio inhabitual.-La seguridad como principio rector. La aplicación de las normas de seguridad específicas ante cada situación de riesgo.**Las acciones motrices en la naturaleza.**-El reconocimiento y la actuación sensibles ante los elementos y fenómenos naturales.-La planificación de secuencias de habilidades y actividades deportivas o desplazamientos en ambientes naturales con conocimiento de sus formas de vida y cuidados necesarios para su protección.-El proyecto de campamentos y actividades deportivas o desplazamientos en ambientes naturales con conocimiento de sus formas de vida y los cuidados necesarios para su protección.-La selección de deportes en la naturaleza adecuados al entorno, el grupo y de los elementos deportivos disponibles.**Disfrute estético de la naturaleza.**-La consideración del paisaje en la planificación, organización y desarrollo de campamentos y/o actividades motrices en medios naturales.-La organización y realización de actividades motrices en la naturaleza que posibiliten experiencias placenteras y emocionalmente significativas. | **EJE: CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD****Constitución corporal**• Las capacidades motoras y su tratamiento polivalente en secuencias personalizadas parala constitución corporal.• Capacidades condicionales.- La resistencia aeróbica y anaeróbica. Sus diferencias. La iniciación en el desarrollo de la resistencia anaeróbica.- La fuerza velocidad o rápida. Secuencia personal de ejercicios en base a los principios de intensidad y volumen.- La flexibilidad. Las técnicas de elongación y su ejercitación personalizada.- La velocidad. Tiempo de reacción y su relación con distintos tipos de acciones motrices.• Capacidades coordinativas- Las capacidades coordinativas y su ajuste específico para el desempeño motor- Su implicación en situaciones del deporte y de la vida cotidiana.• Secuencias de actividades motrices sistematizadas e integradas en proyectos de corto plazo para la propia constitución corporal.• Los principios para el desarrollo de la constitución corporal. Su aplicación con diferentes objetivos: mejora del desempeño deportivo, compensación/equilibración corporal, sustento de la expresión corporal.- Los principios de salud, individualización, recuperación, concientización y utilidad. Su consideración en la secuenciación de proyectos personales de formación corporal y motriz.• La entrada en calor y las tareas regenerativas luego de la actividad física intensa.• El control del ritmo cardiorrespiratorio para la autorregulación del esfuerzo en las actividades motrices aeróbicas y anaeróbicas.• Valoración de la tarea en grupo para organizar, desarrollar y coevaluar los proyectos de actividades motrices que posibiliten el desarrollo de la constitución corporal.• Las fuentes energéticas. La alimentación e hidratación necesaria y suficiente para favorecer la constitución corporal y el desempeño motor.• La práctica consiente, sistemática y habitual de actividades motrices como prevención de las adicciones. **Conciencia corporal**• Reconocimiento de los cambios corporales como resultado de los distintos tipos de actividad motriz.• El desarrollo en grupo de proyectos personalizados de actividad motriz y su relación con la autoestima y el respeto hacia los otros.• Actitudes y posturas corporales. Su modificación mediante secuencias de actividades motricesvaloradas individual y grupalmente.• La imagen corporal y el impacto que ejercen en su constitución los modelos mediáticos y la mirada de los otros. Su análisis crítico.• La organización y el desarrollo de actividades motrices compartidas con cuidado y respeto corporal entre los géneros.• Tareas de concientización corporal. La sensopercepción del propio cuerpo. Su relación con la autoidentificación y la comprensión de la propia corporeidad.**Habilidades motrices**• El desarrollo y ajuste de la habilidad motriz general y de habilidades específicas para eldesempeño deportivo, gimnástico, acuático, expresivo y/o de la vida cotidiana.• Los métodos y tareas motrices combinadas y/o secuenciadas para el desarrollo de cada tipo de habilidad motriz y la resolución de situaciones motrices complejas y específicas.• Las habilidades motrices propias de los diferentes juegos deportivos y deportes, la gimnasia, la natación, la vida cotidiana y su aprendizaje con ayuda mutua.**EJE: CORPOREIDAD Y SOCIOMOTRICIDAD**La construcción del juego deportivo y el deporte escolar• Los juegos deportivos o deportes seleccionados y la construcción solidaria y compartida de sus formas de práctica. Los elementos constitutivos de la estructura sociomotriz de los juegos deportivos o deportes seleccionados: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices,espacios y comunicación.- Distinción de la dificultad de los elementos tácticos y técnicos.- Los sistemas de roles y funciones.- Las condiciones corporales, motrices, emocionales, expresivas y sociales necesarias para la práctica de cada uno de ellos.• Las reglas del juego. Su conocimiento funcional y aplicativo. El acuerdo, la aceptación y el respeto hacia las reglas y el juego limpio. Aportes al equipo y a la resolución de situaciones tácticas a partir de la propia habilidad motriz y el conocimiento de la estructura sociomotriz del juego.- La autonomía en la toma de decisiones tácticas durante el desarrollo del juego.- La capacidad de anticipación táctica en relación con las acciones del juego.- El uso dinámico de los espacios.• El planeamiento en equipo de las acciones tácticas y técnicas necesarias para jugar cooperativa y eficazmente en todas las facetas del juego.- El reconocimiento y uso estratégico de códigos comunicacionales y contracomunicacionalesdurante el juego.- La asociación para realizar acciones cooperativas de ataque y defensa.• La utilización de juegos deportivos no convencionales con sentido recreacional y de complementación a los juegos deportivos o deportes seleccionados.- Juegos deportivos no convencionales y su complementariedad para el entrenamiento lúdico de capacidades condicionales y coordinativas.- Juegos cooperativos específicos para el desarrollo del pensamiento estratégico, táctico, y de sentido del equipo.• La intervención en la planificación y organización de encuentros de juegos deportivos y/o deportes para su realización en ámbitos escolares.- La constitución de equipos con acuerdo entre pares.- La participación en competencias pedagógicas intraescolares e interescolares.• Los valores que sustentan las diferentes manifestaciones del deporte: de competición y espectáculo, recreativo social escolar.- Los mensajes de los medios. Su análisis crítico.- El deporte de competición como objeto de consumo.- El comportamiento de los deportistas, los entrenadores, los espectadores y los jueces.- Los valores propios de la práctica deportiva escolar.• El comportamiento ético en el deporte.**Comunicación corporal**• Elaboración y utilización efectiva de códigos gestuales y acciones motrices en situacionesdeportivas, gimnásticas o expresivas con sentido comunicativo.• Interacción y comunicación corporal con los otros. Interpretación de mensajes corporalesespontáneos o producidos.• La observación y la corrección recíproca. El cuidado, la anticipación de riesgos y la colaboraciónen diferentes tareas motrices.• La producción y expresión creativa en acciones motrices con los otros.- El ritmo y la música como elementos complementarios de la creatividad motriz.- La construcción de coreografías simples.• La valoración estética de las realizaciones corporales y motrices grupales.**EJE: CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD EN RELACIÓN CON EL AMBIENTE****La relación con el ambiente**• Las actividades campamentiles, deportivas y desplazamientos en ambientes naturales conconocimiento de sus formas de vida y los cuidados necesarios para su protección.• El medio natural y su reconocimiento en grupo. Acciones para mantener el equilibrio ecológicoe incluirse en medios naturales.• La observación sensible del medio para actuar con cuidado ante los distintos fenómenos y espacios naturales.• Estrategias para relacionarse con el medio social de la zona. Anticipación de conflictos y formas de solución.**La vida cotidiana en ámbitos naturales**• La planificación, organización, gestión y concreción de salidas a medios naturales. Susobjetivos, contenidos y actividades. Financiamiento, gestión, traslado, aprovisionamientoy equipos.• Las tareas para vivir en la naturaleza según el tipo de salida (campamento, excursión, etc.)y el material disponible. Asignación de roles y funciones por consenso.- Actividades de subsistencia: la previsión y preparación de alimentos, fuegos seguros, provisión de agua.- El uso de herramientas y elementos específicos. Su técnica y normas de seguridad.- El uso de tecnología avanzada, aportes para la vida en la naturaleza. Uso acotado e imprescindible.- Previsión y preparación del equipo personal y grupal.- La distribución de actividades y servicios comunitarios. Normas de seguridad y habilidades necesarias. • La previsión de normas de convivencia, su flexibilidad y adecuación a la realidad cotidiana.• La gestión de las actividades en la naturaleza fundamentadas en la ayuda mutua y laaceptación de la diversidad.**Las acciones motrices en la naturaleza**• Las acciones motrices específicas para resolver situaciones de desplazamiento sobre terrenosy accidentes naturales con utilización de equipo y en grupos.• Selección del terreno, del equipo y/o de los elementos para el desarrollo de actividadesludomotrices y deportivas.• Las actividades ludomotrices y deportivas en la naturaleza:- juegos cooperativos de exploración, descubrimiento, contacto con los elementos naturales,etcétera; ecojuegos con participación simultánea de todos los integrantes del grupo; - deportes propios de ámbitos naturales. Su lógica, estructura y forma de jugarlos concuidado del terreno y los elementos naturales.**Disfrute estético de la naturaleza**• La consideración del paisaje en la planificación, organización y desarrollo de las actividadescampamentiles y deportivas en el medio natural elegido.• La organización y realización de actividades motrices en la naturaleza que posibiliten compartiren grupo experiencias placenteras y emocionalmente significativas. | **Eje corporeidad y motricidad****Constitución corporal**• Las capacidades motoras y su tratamiento polivalente en secuencias personalizadas parael desarrollo corporal relacionado con la práctica deportiva y el mantenimiento de la condición corporal.• Capacidades condicionales-- La resistencia aeróbica y anaeróbica. La frecuencia cardíaca y el esfuerzo. Los métodos intervalados y continuos.-- La fuerza. La fuerza velocidad o rápida. Sus características y posibilidades de desarrollo en la adolescencia. Riesgos.-- La flexibilidad y sus formas específicas de tratamiento de acuerdo a la necesidad deprestación deportiva o de ajuste corporal.-- La velocidad. Relación de la velocidad y la potencia muscular. Rapidez.• Capacidades coordinativas-- Las capacidades coordinativas y su ajuste específico para el desempeño motor en situaciones deportivas, gimnásticas y/o de la vida cotidiana. Relación entre la habilidadmotriz específica y las capacidades coordinativas.-- La selección de métodos y tareas motrices para el desarrollo de las diferentes capacidadesmotrices, con criterio de especificidad. Su utilización en proyectos personales para mejorar la propia constitución corporal.• Los principios para el desarrollo y optimización de la constitución corporal. Su aplicación con diferentes objetivos: mejora del desempeño deportivo, compensación/equilibración corporal, mejora de la capacidad motriz.• Los principios de salud, individualización, recuperación, concientización, utilidad, especificidad, sobrecarga.- Normas a tener en cuenta para el desarrollo corporal consciente:-- la intensidad--el volumen-- la frecuencia• La entrada en calor y las tareas regenerativas luego de la actividad física intensa. Su adecuaciónal tipo de actividad deportiva.• Las técnicas de respiración y relajación para la mejora del control motor en las acciones motrices y la regulación del esfuerzo.• La realización de tareas en grupo para organizar, desarrollar y coevaluar los proyectos para el desarrollo de la constitución corporal.• Las fuentes energéticas. La alimentación e hidratación necesaria y suficiente para favorecer la constitución corporal y el desempeño motor. Su variación de acuerdo al tipo y carga de esfuerzo.• La práctica consiente, sistemática y habitual de actividades motrices como prevención delas adicciones.**Conciencia corporal**• Reconocimiento del efecto del entrenamiento sistemático en los cambios corporales y en las prestaciones motrices específicas.• El desarrollo en grupo de proyectos personalizados de actividad motriz y su relación con la autoestimay la conciencia de la diversidad de capacidades e imaginarios corporales existentes.• Las posturas y las acciones motrices, su análisis y mejora a partir de de tareas diseñadas en forma individual y/o grupal.• La gestualidad personal.• El fortalecimiento de la autoestima en la reorganización y aceptación de la propia imagen corporal.• La organización y desarrollo de actividades motrices compartidas con cuidado y respetocorporal entre los géneros y atención a la diversidad de intereses y necesidades.• Tareas de concientización corporal. La sensopercepción del propio cuerpo. Su relación con la autoidentificación y la comprensión de la propia corporeidad.• Las técnicas de las gimnasias blandas y su utilización.**Habilidades motrices**• El desarrollo de las habilidades motrices específicas del deporte, la gimnasia, las actividadesacuáticas en distintos ámbitos y contextos.• Los métodos y tareas motrices para el aprendizaje y ajuste de las técnicas o gestos deportivos específicos, a partir de las necesidades y posibilidades individuales y los desafíos motores que presenta cada ámbito.• Las habilidades motrices propias de los diferentes juegos deportivos y deportes, la gimnasia, la natación la vida cotidiana, y su aprendizaje con ayuda mutua.**EJE: CORPOREIDAD Y SOCIO MOTRICIDAD****La construcción del juego deportivo y el deporte escolar**• Los juegos deportivos o deportes seleccionados y la construcción solidaria y compartida desus dimensiones y formas de práctica: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices, espacios y comunicación.• La adecuación de los elementos constitutivos de la estructura sociomotriz de los juegos deportivos o deportes seleccionados.• El nivel y forma de jugarlos de acuerdo a la capacidad táctica y técnica del grupo.• La distribución acordada de roles y funciones considerando la diversidad de habilidades de los jugadores.• Reglas de juego establecidas. Su adecuación acordada y variable para la inclusión activa de todo el grupo en el juego.• Aportes al equipo y a la resolución de situaciones tácticas a partir de la propia habilidad motriz, el conocimiento de la estructura sociomotriz del juego y la interacción motriz.• La autonomía en la toma de decisiones para la resolución táctica, individual y/o grupal de situaciones de juego.-La anticipación como capacidad defensiva y de recuperación del ataque.La utilización dinámica del espacio para facilitar el ataque y la defensa del equipo.• El planeamiento en equipo de las acciones tácticas y técnicas necesarias para jugar cooperativay eficazmente en todas las facetas del juego, acordando roles y funciones.• El reconocimiento y uso estratégico de códigos comunicacionales.• La cooperación en la organización estratégica de esquemas tácticos de ataque y defensa.• La utilización de juegos deportivos no convencionales con sentido recreacional, de complementacióna los juegos deportivos o deportes seleccionados.• Juegos deportivos no convencionales y su utilización para el entrenamiento lúdico de capacidadescondicionales y coordinativas específicas.• Juegos cooperativos específicos para desarrollar el pensamiento estratégico y táctico ydesarrollar el sentido de equipo.• Intervención en la planificación y organización de juegos deportivos y/o deportes en formarecreativa y/o competitiva con reconocimiento de las características de ambas formasde práctica.• La constitución de equipos en función de la forma de práctica seleccionada. La inclusiónde todos como principio permanente.• La participación en competencias pedagógicas intraescolares e interescolares con ajuste ala forma de práctica.• El análisis crítico de los valores que sustentan las diferentes manifestaciones del deporte: de competición y espectáculo, recreativo-social y escolar.• Los mensajes de los medios de comunicación. Su análisis crítico.• El consumo selectivo de espectáculos deportivos.• El análisis comparativo del comportamiento de los actores del deporte de espectáculo conel de los actores de prácticas deportivas recreativo-sociales y escolares.• Los valores propios de la práctica deportiva escolar en sus formas recreacional y/o competitiva.Reconocimiento de sus diferencias.• El análisis e internalización del comportamiento ético en el deporte.**Comunicación corporal**• La elaboración y utilización efectiva de códigos gestuales, actitudes posturales y acciones motrices propias de cada situación deportiva, gimnástica o expresiva. Distinción de susformas comunicativas.• La interacción y comunicación corporal con los otros. Interpretación de los mensajes corporalesy de las acciones motrices espontáneas o con finalidad comunicativa.• El cuidado, la anticipación de riesgos y la colaboración para resolver situaciones problemáticas en diferentes tareas motrices.• La improvisación, creación y composición de acciones expresivas con otros.• Los soportes rítmicos y/o musicales.• Los aspectos coreográficos de las acciones expresivas grupales.• La valoración estética de las realizaciones corporales y motrices grupales.**EJE: CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD EN RELACIÓN CON EL AMBIENTE****La relación con el ambiente**• Conocimiento de diferentes terrenos y sus accidentes naturales con sus posibilidades pararealizar actividades campamentiles y deportivas. Formas de exploración y reconocimiento con cuidado del equilibrio ecológico.• Conciencia ecológica: relación e integración ecológica con el medio natural y el mediosocial de la zona.• La experiencia sensoperceptiva en situaciones inhabituales, propias del medio natural:travesías con lluvia, caminatas nocturnas sin iluminación artificial, etcétera.• Interacción con el medio natural y con el medio social propio de la zona.• Estrategias para el establecimiento de vínculos adecuados con el medio social.**La vida cotidiana en ámbitos naturales**La planificación, organización, gestión y concreción de tareas preparatorias y de realización de actividades campamentiles y desplazamientos en la naturaleza. Sus objetivos, contenidos yactividades. Financiamiento, gestión, traslado, aprovisionamiento y equipos.Las tareas para vivir en la naturaleza. Organización, gestión y armado integral del campamento según el tipo de salida (campamento, excursión, etc.) y el material disponible.• Actividades de subsistencia: la organización del menú y su presupuesto, la cocina, provisiónde agua.• La previsión, preparación y uso de herramientas y elementos específicos. Su técnica y normas de seguridad.• La tecnología, aportes para la vida en la naturaleza. El equipo personal y grupal, determinación de su necesidad y uso.• Previsión y preparación del equipo personal y grupal. Normas y técnicas de uso.• Selección de pautas de seguridad personal y grupal y de preservación del medio natural según el tipo de campamento y las actividades propuestas.• Acciones para la optimización de la convivencia cooperativa y democrática.• Selección y aplicación de formas de participación y toma de decisiones colectiva distribución del trabajo y el tiempo libre.**Las acciones motrices en la naturaleza**• Selección de acciones motrices específicas para resolver situaciones de desplazamientosobre terrenos y accidentes naturales, con utilización de equipo y en grupos.• Preparación del terreno, del equipo y de los elementos para el desarrollo de actividadesludomotrices y deportivas.• Selección y realización de actividades ludomotrices y deportivas en la naturaleza:-- juegos cooperativos de exploración, descubrimiento, contacto con elementos de la naturaleza, por acuerdo grupal;-- ecojuegos con participación democrática y simultánea de todos los integrantes del grupo;-- juegos deportivos y deportes propios de ámbitos naturales. Análisis y selección dejuegos deportivos apropiados con relación al terreno y a las finalidades recreativas del grupo.**Disfrute estético de la naturaleza**• La apreciación del paisaje, de la fauna y la flora.• El valor del encuentro amistoso, solidario y respetuoso en la tarea compartida. | **EJE CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD****Constitución corporal**• Las capacidades motoras y su tratamiento polivalente en secuencias personalizadas parael desarrollo corporal relacionado con la práctica deportiva y el mantenimiento de la condición corporal.• Capacidades condicionales.-- La resistencia aeróbica y anaeróbica. La frecuencia cardíaca de reposo, máxima y detrabajo.-- La fuerza máxima. Sus características y posibilidades de desarrollo en la adolescencia.Riesgos y prevenciones para su entrenamiento.-- La flexibilidad y sus formas específicas de tratamiento de acuerdo a la necesidad de prestación deportiva o de ajuste corporal.-- La velocidad, su relación con la potencia muscular y la habilidad motriz especifica.Ajuste de la rapidez en las acciones motrices.• Capacidades coordinativas.-- Las capacidades coordinativas y su ajuste específico para el desempeño motor ensituaciones deportivas, gimnásticas y/o de la vida cotidiana. Relación entre las capacidadescondicionales, la habilidad motriz específica y las capacidades coordinativas.• La integración de métodos y tareas motrices para el desarrollo corporal y motor en proyectospersonales para mejorar la propia constitución corporal, la prestación motriz deportivao en otras situaciones de exigencia específica.--Beneficios y perjuicios del entrenamiento de las distintas capacidades motrices para el desarrollo de la constitución corporal saludable.-- La integración del desarrollo de la habilidad deportiva en el proyecto personal de desarrollo corporal continuo.• Los principios para el desarrollo y la optimización de la constitución corporal. Su aplicacióncon diferentes objetivos: mejora del desempeño deportivo, compensación/equilibracióncorporal, mejora de la capacidad motriz.-- Los principios de salud, individualización, recuperación, concientización, utilidad, especificidad, sobrecarga, esfuerzo, continuidad, periodización.--Normas a tener en cuenta para el desarrollo corporal consciente: la intensidad, el volumen, la frecuencia, la duración, la densidad.La entrada en calor y prevención de lesiones, antes, durante y al finalizar las actividadesmotrices realizadas en forma autónoma.• Las técnicas de respiración y relajación para la mejor actuación en el bienestar personal yel deporte.• La organización grupal para producir, desarrollar y coevaluar proyectos de desarrollo yoptimización de la constitución corporal.• La dieta y la actividad motriz. El balance alimenticio en relación con el tipo y la exigenciade la actividad motriz.• La práctica consciente, sistemática y habitual de actividades motrices como prevención de las adicciones.**Conciencia corporal**• Reconocimiento del efecto del entrenamiento sistemático en los cambios corporales y enlas prestaciones motrices específicas. Su impacto en la calidad de vida general.• El desarrollo en grupo de proyectos personalizados de actividad motriz y su relación con laautoestima, la conciencia de la diversidad de capacidades e imaginarios y la acción proactiva para la aceptación e interacción con los otros.• Las actitudes, las posturas y los gestos. Su reconocimiento y modificación consciente mediante secuencias de acciones motrices producidas individual y/o grupalmente. La gestualidad personal. El estilo de actuar y comunicarse corporalmente.• La consolidación de la propia imagen corporal a partir de la autoconciencia y el fortalecimientode la estima de sí, con independencia de imágenes externas y modelizadas del cuerpo.• La organización y el desarrollo de actividades motrices compartidas con cuidado y respetocorporal entre los géneros y atención a la diversidad de intereses y necesidades.• La integración de las tareas de concientización corporal en el proyecto personal de constitucióny reafirmación de la propia corporeidad. Las técnicas de las gimnasias blandas y su utilización en proyectos integrales para la constitución corporal.**Habilidades motrices**• El desarrollo selectivo de la habilidad motriz específica del deporte, la gimnasia, las actividadesacuáticas y en medios naturales con sentido recreacional, en distintos ámbitos, situaciones y contextos.• La selección y utilización autónoma de métodos y las tareas motrices para el ajuste yadecuación de las técnicas o gestos deportivos específicos, a partir de las necesidades yposibilidades individuales y los problemas situacionales de cada ámbito.• Las habilidades motrices propias de los diferentes juegos deportivos/deportes, la gimnasia, la natación la vida cotidiana, y su aprendizaje interactivo con el grupo.**EJE CORPREIDAD Y SOCIO MOTRICIDAD****La construcción del deporte escolar**• Los juegos deportivos o deportes seleccionados y la construcción solidaria y compartida desus dimensiones y formas de práctica: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices,espacios y comunicación.• La adecuación dinámica y variable de la estructura sociomotriz de los juegos deportivos o deportes seleccionados.-- La variación del nivel y forma de jugarlos con sentido de inclusión y respeto a la diversidadde habilidades de los jugadores.-- La asunción de roles y funciones acordadas grupalmente.--El desarrollo personalizado de las condiciones corporales, motrices, emocionales, expresivas y sociales necesarias para la práctica de cada uno de estos juegos deportivos.• Adecuación estructural del reglamento de juego para incluir activamente a todo el grupo.• Aplicación de las reglas desde la función de arbitraje que posibilite el juego e integre ladiversidad de capacidades.• Aportes al equipo y a la resolución de situaciones tácticas a partir de la propia habilidad motriz, el conocimiento de la estructura sociomotriz del juego y la interacción motriz.-- La autonomía en la toma de decisiones para la resolución táctica de situaciones de juego, con adecuación a las necesidades y posibilidades del equipo.-- La anticipación como capacidad colectiva de defensa y contraataque.-- La generación dinámica de espacios para facilitar el ataque y la defensa colectivos.-- La recuperación de las funciones de ataque y contraataque.• El planeamiento en equipo de las acciones tácticas y técnicas necesarias para jugar cooperativay eficazmente en todas las facetas del juego, acordando roles y funciones a partirde la diversidad de posibilidades.--El empleo de códigos comunicacionales en el planteo estratégico y la resolución tácticade situaciones de juego.-- La utilización estratégica del conocimiento del grupo y su capacidad de cooperación para organizar esquemas tácticos de ataque y defensa.• Utilización de juegos deportivos no convencionales con sentido recreacional, de complementacióna los juegos deportivos o deportes seleccionados.-- La creación de juegos deportivos no convencionales para el entrenamiento lúdico decapacidades condicionales y coordinativas específicas.-- La construcción colectiva de juegos cooperativos específicos para desarrollar el pensamiento estratégico y táctico y afianzar el sentido de equipo.• Intervención en la planificación y organización de juegos deportivos y/o deportes en forma recreativa y/o competitiva con ajuste a las características de la forma de práctica elegida.-- La constitución de equipos en función de la forma de práctica seleccionada. La inclusión de todos como principio permanente, acordando roles y formas de complementación con los otros.--Participación en competencias pedagógicas intraescolares e interescolares con ajustea la forma de práctica.• El ajuste de la práctica deportiva a los valores que sustentan el deporte de competición, elrecreativo-social y el escolar.-- Los mensajes de los medios de comunicación en relación con el deporte. Su análisiscrítico.-- 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 consiente de los valores propios de la práctica deportiva escolarEn sus formas escolar y/o competitivas.-- La asunción y promoción del comportamiento ético en el deporte.**Comunicación corporal**• Elaboración y utilización efectiva de códigos gestuales, actitudes posturales y accionesmotrices propias de cada situación deportiva, gimnástica o expresiva, diferenciando susformas comunicativas.• Interacción y comunicación corporal con otros, la producción e interpretación de mensajescorporales.• El cuidado, la anticipación de riesgos y la colaboración diferenciada para resolver situacionesproblemáticas del deporte, la gimnasia, la natación, la expresión corporal y la vida cotidiana.• La improvisación, creación y composición de acciones expresivas con otros.--El ritmo, la música y su selección como soporte para la construcción grupal de actividadesmotrices expresivas.-- La creación coreográfica.-- Internalización de la estética corporal y motriz de las diferentes expresiones, deportivas, gimnásticas y expresivas.**EJE CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD EN RELACIÓN CON EL AMBIENTE****La relación con el ambiente**• Reconocimiento del terreno y su preparación para vivir en él, la realización de prácticasdeportivas, con o sin equipamiento y con cuidado del equilibrio ecológico.• Preparación de experiencias vivenciales para el disfrute e integración comprometida conel medio natural, con sentido ecológico.• Concreción de acciones comprometidas con el medio natural y social propio de la zona apartir de la descripción y análisis del contexto.**La vida cotidiana en ámbitos naturales**• Planificación, organización, gestión y administración de campamentos. Sus objetivos, contenidosy actividades. Financiamiento, gestión, traslado. La realización de diversos tipos decampamentos: fijo y volante, con distintos niveles de complejidad.• Las tareas y acciones para la vida en la naturaleza: determinación y asunción de roles en la gestión.--Alimentación: nutrición e hidratación para actividades específicas campamentiles ydeportivas en la naturaleza.-- La previsión, preparación y uso selectivo de herramientas y elementos específicos.Técnicas y normas de seguridad.-- La tecnología y las comunicaciones: aportes para la vida en la naturaleza.--El equipo personal y grupal específico para actividades diversas en la naturaleza.--Acuerdos de seguridad personal y grupal y de preservación del medio natural, según el tipo de campamento y de las actividades que han sido pautadas.• Determinación democrática de normas de convivencia solidaria y democrática. Su inclusiónen el proyecto Campamentil.• El diseño y la aplicación de formas democráticas para la conducción, participación y toma de decisiones.**Las acciones motrices en la naturaleza**• La planificación de acciones motrices de desplazamiento y superación de obstáculos naturales, en grupo.• Previsiones y preparación del terreno para el desarrollo de actividades ludomotrices y deportivas, con cuidado y protección de la naturaleza.• Las actividades ludomotrices y deportivas en la naturaleza:--planificación, organización y desarrollo de juegos cooperativos de exploración, descubrimiento,contacto con elementos de la naturaleza;--creación de ecojuegos con participación simultánea de todos los integrantes del grupoe invitación a la comunidad de la zona;-- juegos deportivos/deportes propios de ámbitos naturales;--programación de juegos deportivos apropiados al terreno y finalidades recreativas del grupo.**Disfrute estético de la naturaleza**• Previsión de tiempos y lugares para el disfrute estético de la naturaleza.• Valoración de la naturaleza como espacio creativo y recreativo, personal y grupal. |