



INSTITUTO SAN ROMÁN

A -253 DE ENSEÑANZA PRIVADA INCORPORADO A LA ENSEÑANZA OFICIAL



Religiosos
Agustinos
de la Asunción

PROGRAMA 2026

Departamento: Educación Física

Asignatura: Educación Física

Docente: María Laura Bloise / Damián Sabelli

Año: 2os años

División: Economía / Naturales / Sociales

Objetivos vertebrales:

- Que el/la alumna/o desarrolle integralmente las Capacidades Físicas y Motoras
- Que el/la alumna/o domine las Técnicas Específicas de Deportes Colectivos
- Fomentar en los alumnos el Espíritu de Equipo y Colaboración

Núcleo vertebral 1: *Que la/el alumna/o conozca las capacidades Físicas y Motoras*

Contenidos nodales:

Gimnasia para la formación corporal – Resistencia aeróbica / Fuerza Resistencia / Velocidad / Flexibilidad (movilidad articular y elongación) - Coordinación

Núcleo vertebral 2: *Que la/el alumna/o conozca las técnicas gimnástica (deportes cerrados)*

Contenidos nodales:

Equilibrio – posturas correctas – ejecución gimnástica (apoyos, roles, media luna, vertical, giros) – elaboración de esquema con elemento (ARO)

Núcleo vertebral 3: *Que la/el alumna/o domine las técnicas de los deportes abiertos*

Contenidos nodales:

Básquetbol: dribling, pases y lanzamientos – juego formal (reglas básicas)

Handball: pases y lanzamientos al arco – juego formal (reglas básicas). A través de juegos que los alumnos logren incorporar las distintas defensas.

Vóleibol: golpes de manos altas y bajas, saque – juego reducido 3 vs 3 (reglas básicas)

Herramientas pedagógicas/tecnológicas:

Metodología de evaluación: Se evaluará a través de driles deportivos, esquemas de elaboración propia, circuitos de fuerza y resistencia y Pruebas de Aptitud física (siempre partiendo de un trabajo diagnóstico y no de alcanzar un determinado resultado – mejora individual).

En las evaluaciones debemos tener presente las necesidades de los alumnos. La evaluación es tan solo una instancia y debemos intentar inculcarles esta premisa para evitar las situaciones de estrés que estas pueden generar.

Pautas de aprobación:

- Trabajo diario en clase



INSTITUTO SAN ROMAN

A -253 DE ENSEÑANZA PRIVADA INCORPORADO A LA ENSEÑANZA OFICIAL



Religiosos
Agustinos
de la Asunción

-
- Asistencia a clase
 - Correcta ejecución de las técnicas