

## **PROGRAMA ANUAL**

**DISCIPLINA: PRACTICA DEPORTIVA III**

**PROFESOR/A:** Menéndez, Mario

**CURSO:** 6to B

**HORAS CÁTEDRA SEMANALES:** 5hs

**CICLO LECTIVO:** 2019

### **EJE N° 1:**

La construcción del deportista, concepto, diferencia entre el deportista amateur y de alto rendimiento, el trabajo con los deportistas según la edad y el deporte. Tipos de entrenamiento

### **EJE N° 2:**

La preparación física, definición y concepto, importancia de la preparación física, la preparación física básica y la específica, la evaluación en la preparación física. Un entrenamiento para cada deporte. Entrenamiento de las capacidades motoras.

### **EJE N° 3:**

VOLEIBOL, desarrollo y perfeccionamiento de los gestos técnicos básicos del deporte, del entrenamiento a la competencia. Táctica y lógica del deporte.

SOFTBOL, gestos básicos para la práctica del deporte, lógica del deporte, reglas fundamentales, el softbol escolar

### **EJE N° 4:**

Nociones básicas de primeros auxilios y rescate acuático, anatomía y fisiología del cuerpo humano, protocolo de emergencia, prevención de accidentes, características del rescatistas, técnicas de rcp, técnica de rescate acuático, acciones básicas en caso de accidentes

### **FORMAS DE EVALUACIÓN:**

Las evaluaciones serán individuales y grupales. Prácticas, escritas y presentación de trabajos.

### **PRIORIDADES PEDAGÓGICAS:**

Desde el área de deporte se priorizará que los alumnos sean capaces de diferenciar el deporte escolar del deporte competitivo a través de experiencias vividas, del trabajo áulico y de investigación.

De los deportes vóley y básquet se tendrán en cuenta la vivencia que se realizara en el patio desde lo escolar hasta lo competitivo. El conocimiento y práctica de la técnica y táctica de cada deporte y el análisis de la lógica interna del deporte.

### **CONDICIONES DE EXAMEN:**

Instancia coloquio solo el trimestre que se llevó. Practico y oral. Con presentación de la carpeta de clase. En instancia libre o febrero toda la materia (escrito y oral)

### **BIBLIOGRAFÍA DEL DOCENTE Y DEL ALUMNO:**

- Carpeta

- Fotocopias dadas por el docente de las distintas unidades durante el año