



INSTITUTO PRIVADO DEAN FUNES

Bv. Cangallo N°1888 B° 1° de Mayo Tel / Fax. 456 8461

deanfunes@institutodeanfunes.edu.ar

PROGRAMA ANUAL

EDUCACION FISICA

2025

Curso: 1er año

Docente:

- Arrieta, Gustavo.
- Pasteris, Maximiliano
- Sosa, Fernando



INSTITUTO PRIVADO DEAN FUNES

Bv. Cangallo N°1888 B° 1° de Mayo Tel / Fax. 456 8461

deanfunes@institutodeanfunes.edu.ar

METAS DEL CICLO BÁSICO:

El objetivo de la Educación Física en este ciclo es favorecer el desarrollo integral de los estudiantes a través de prácticas corporales y motrices que les permitan conocer y mejorar su disponibilidad corporal, fomentar hábitos saludables y desarrollar habilidades de interacción con otros. Se busca que los estudiantes comprendan la importancia de la actividad física en su bienestar general y adquieran herramientas para una vida activa y saludable.

META ESPECIFICA DE LA MATERIA:

En primer año, la Educación Física busca introducir a los estudiantes en el reconocimiento de su propio cuerpo y sus capacidades motrices, promoviendo el desarrollo de habilidades básicas a través de juegos, deportes y actividades lúdicas. Se pretende fomentar la conciencia corporal, el trabajo en equipo y la integración social mediante experiencias motrices significativas que les permitan mejorar su coordinación, fuerza y resistencia en un ambiente de respeto y compañerismo.

UNIDADES PEDAGÓGICAS

Unidad Pedagógica 1: Educación Física y Salud

- Educación Física: definición y conceptos fundamentales.
- Concepto de salud y su relación con la actividad física.
- Diferencias entre actividad física, ejercicio y deporte.
- Sistema esquelético: principales huesos y su función.

Unidad Pedagógica 2: Coordinación y Habilidades Motrices

- Desarrollo de la coordinación general y específica.
- Habilidades motrices básicas y complejas.
- Aplicación de la coordinación en distintos deportes y actividades físicas.

Unidad Pedagógica 3: Resistencia y Fuerza Muscular



INSTITUTO PRIVADO DEAN FUNES

Bv. Cangallo N°1888 B° 1° de Mayo Tel / Fax. 456 8461

deanfunes@institutodeanfunes.edu.ar

- Tipos de resistencia: aeróbica y anaeróbica.
- Métodos de entrenamiento de la resistencia y la fuerza.
- Aplicación de la fuerza en distintas disciplinas deportivas.

Unidad Pedagógica 4: **El Juego**

- Características y funciones del juego en el desarrollo motor y social.
- Expresión corporal individual y colectiva mediante el juego.
- Diferencias y similitudes entre el juego y el deporte.
- Juegos individuales y colectivos, de invasión y cooperativos.

Unidad Pedagógica 5: **El Deporte**

- Características generales del deporte.
- Deportes individuales y colectivos.
- Deportes colectivos de invasión y cancha dividida: fútbol y vóley.
- Deportes colectivos de invasión y cancha dividida: handball y básquet.

Unidad Pedagógica 6: **Atletismo**

- Iniciación al atletismo: carreras, lanzamientos y saltos.
- Desarrollo de habilidades motrices específicas del atletismo.

Unidad Pedagógica 7: **Hábitos Saludables**

- Importancia de la actividad física en la salud y el bienestar.
- Hábitos saludables: alimentación, hidratación y descanso.
- Actividades recreativas y su rol en la calidad de vida.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:



INSTITUTO PRIVADO DEAN FUNES

Bv. Cangallo N°1888 B° 1° de Mayo Tel / Fax. 456 8461

deanfunes@institutodeanfunes.edu.ar

La evaluación será tanto **sumativa como formativa**, considerando los siguientes aspectos:

- Participación activa y compromiso en la realización de actividades prácticas.
- Capacidad de resolución de situaciones motrices y lúdicas.
- Interacción y respeto por las propias capacidades y las de los demás.
- Observación directa del desempeño en cada unidad pedagógica.

BIBLIOGRAFÍA

- Apuntes de cátedra a cargo del docente.
- Presentaciones en PowerPoint y materiales digitales.
- Videos tutoriales y referencias audiovisuales de plataformas educativas como YouTube.