

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA**

**BACHILLERATO DE BELLAS ARTES**

**DEPARTAMENTO DE DISCURSOS GESTUALES**

**MATERIA: EDUCACION FISICA**

**AÑO LECTIVO 2012**

---

**PROGRAMA CUARTO AÑO**

**EDUCACION SUPERIOR**

**AREA SOFTBOL**

**PROFESORA A CARGO: WALL ANA MARIA**

## **FUNDAMENTACION**

SABIENDO QUE EL DEPORTE DESPIERTA MUCHO INTERÉS GENERAL EN SU PRACTICA, Y UN GRAN ENTUSIASMO EN LOS JÓVENES, ES UNA HERRAMIENTA MUY VALIOSA PARA CREAR CONFLICTOS DE APRENDIZAJE QUE LOS ALUMNOS PUEDAN RESOLVER Y FACILITAR LA ACEPTACIÓN DE SUS LIMITACIONES, LA CONFIANZA EN SI MISMOS Y AYUDAR EN LA EVOLUCIÓN MOTRIZ, COGNITIVA Y EMOCIONAL DEL MISMO.

EL SOFTBOL, COMO JUEGO COLECTIVO, POSIBILITA UN LUGAR DE INTERCAMBIO, DE CAMARADERÍA, DE SOLIDARIDAD.

DESPLIEGA Y FORTALECE LOS LAZOS SOCIALES. AL SER UN JUEGO QUE SE SOSTIENE, POR UN CONJUNTO DE REGLAS DE JUEGO, QUE TODOS DEBEN ACEPTAR, ESTA LEGALIDAD GENERA UN SENTIDO DE PERTENENCIA QUE SUELE SER MUY EFICAZ.

EL JUEGO PREDEPORTIVO Y EL DEPORTE PROPIAMENTE DICHO, ES UNA ACTIVIDAD QUE PERMITE AL ALUMNO PROBAR AL MÁXIMO SUS POSIBILIDADES Y DESCUBRIR NUEVAS CAPACIDADES.

## **OBJETIVOS**

EXPLORAR Y COMPRENDER EL CUERPO Y EL MOVIMIENTO PROPIO EN LA UNIDAD Y DIVERSIDAD DE SUS MULTIPLES DIMENSIONES

RECONOCIMIENTO DE LOS EJERCICIOS Y/O ACCIONES INCONVENIENTES Y SELECCIÓN DE POSTURAS Y MOVIMIENTOS COMPENSATORIOS.

ADQUIRIR AMPLIAS Y VARIADAS EXPERIENCIAS DE MOVIMIENTOS QUE LES FACILITEN LA REPRODUCCIÓN DE APRENDIZAJES EN SITUACIONES COTIDIANAS Y UNA DISPONIBILIDAD CORPORAL QUE SINTETICE SU CAPACIDAD DE ACTUAR E INTERACTUAR CON EL MEDIO SOCIAL.

ACCEDER A LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS, TÁCTICOS Y ESTRATÉGICOS DEL DEPORTE.

GENERAR ESPACIOS PARA APROVECHAR LOS ACUERDOS Y LA CONSTRUCCIÓN DE REGLAS

GENERAR ESPACIOS DE APRENDIZAJE DONDE LO TÉCNICO Y TÁCTICO, SEAN RESULTADOS DE UNA NECESIDAD PARA SUPERAR CONFLICTOS.

RECONOCER EN LA PRACTICA DEPORTIVA EL VALOR DEL JUEGO COOPERATIVO, EL ESFUERZO COMPARTIDO Y LA RESOLUCION COLECTIVA DE PROBLEMAS

ADOPTAR MEDIDAS NECESARIAS PARA LA PROPIA SEGURIDAD Y LA DE LOS DEMAS EN LA PRACTICA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

ADQUIRIR LAS HERRAMIENTAS NECESARIAS PARA LA CONSTRUCCION AUTONOMA Y RESPONSABLE DE SU PROYECTO DE VIDA SALUDABLE, APROPIANDOSE DEL CONOCIMIENTO , PRACTICA Y DISFRUTE DE ACTIVIDADES FISICAS LUDICAS, DEPORTIVAS Y EXPRESIVAS , TOMANDO CONCIENCIA DE LAS ACCIONES QUE FAVORECEN Y PERJUDICAN EL CUIDADO DE LA SALUD.

IDENTIFICACIÓN Y ACEPTACIÓN DE SUS CAMBIOS CORPORALES Y DE SUS NUEVAS POSIBILIDADES Y LIMITACIONES MOTRICES, AJUSTÁNDOSE AL ESPACIO TIEMPO.

INTERACTUAR CON LOS DEMAS A PARTIR DE UNA RELACION SENSIBLE,CRITICA Y AFECTIVA CON EL AMBIENTE ,EN EL MARCO DE UNA CONVIVENCIA DEMOCRATICA.

### **CONTENIDOS**

DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES MOTORAS Y CONDICIONALES.

USO Y COMBINACION DE ESQUEMAS MOTORES ESPECIFICOS

TÉCNICA, ECONOMÍA Y EFICIENCIA DEL MOVIMIENTO DEPORTIVO.

CUIDADO DE MATERIALES E INSTALACIONES.

EL EQUIPO: POSICIONES, UBICACIÓN Y FUNCIONES.

PARTICIPACION EN COMPETENCIAS DEPORTIVAS INTERNAS Y CON OTRAS ESCUELAS

### **TEMAS A DESARROLLAR**

EJERCITACION DE PASES Y RECEPCION

TECNICA DE LANZAMIENTOS Y RECEPCION

TECNICA DE BATEO

CARRERAS DE BASES

EJERCITACIONES EN SITUACIONES JUGADAS

JUEGO REGLAMENTADO

RESISTENCIA AERÓBICA

VELOCIDAD DE REACCIÓN

FUERZA DE TREN SUPERIOR Y INFERIOR

FLEXIBILIDAD Y MOVILIDAD ARTICULAR

CONCIENCIA POSTURAL: CUIDADOS

### **ESTRATEGIAS DIDACTICAS**

ASIGNACIÓN DE TAREAS

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

ENSEÑANZA RECÍPROCA

CONSTITUCIÓN DE PEQUEÑOS GRUPOS

### **CRITERIOS DE EVALUACION**

ASISTENCIA

PARTICIPACIÓN EN CLASE

DE ASPECTOS TÉCNICOS

DE APORTES PERSONALES

DE POSTURAS Y ESQUEMAS POSTURALES ESPECÍFICOS

### **EVALUACION**

REGISTRO DEL DESEMPEÑO DEL ALUMNO EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE.

PRUEBAS DE EJECUCIÓN

LISTAS DE CONTROL

AUTOEVALUACIÓN.

### **TIEMPO**

30 CLASES DE DOBLE ESTIMULO: GIMNASIA POSTURAL Y ACONDICIONAMIENTO FÍSICO 30 %

TÉCNICAS ESPECIFICAS 70 %.

## **BIBLIOGRAFÍAS**

GIRALDES, M. "METODOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA".

GIRALDES, M. "LA GIMNASIA FORMATIVA".

VERA. A. " ENSEÑANZA DEL SOFTBOL"

LASIERRA G, LAVEGA P (2000) . 1015 JUEGOS Y FORMAS JUGADAS DE INICIACIÓN A LOS DEPORTES DE EQUIPO.

REGLAMENTO DE SOFTBOL. ED. STADIUM.